

## PENSAMIENTOS DE TORÁ Y CABALÁ XV

Gen 1:4

Y vio Elohim la luz, que (era) buena;

Vayar Elohim et-ha'or ki-tov

El valor numérico de la expresión ET HAOR – la Luz – es 613 (AT HAVR). Este número representa, pues, la Luz, la totalidad de la misma, ya que la partícula Et, indicativa del objeto directo, se interpreta cabalísticamente como “de la Alef a la Tav”, es decir, la esencia, la totalidad.

Es tradicional la enseñanza de que la Torá consta de 613 mitsvot o preceptos, de los cuales 248 son afirmativos (del tipo: “Haz...”) y 365 negativos (del tipo: “No hagas...”).

Se dice que los 248 preceptos positivos corresponden al número de los huesos del ser humano y el número 365 de los negativos al de tendones (o bien, al de venas y arterias).

La intención es representar al todo del ser humano en su aspecto físico o corpóreo. Una mejor concepción es decir que 248 es el número de órganos principales y 365 el número de canales que los conectan entre sí. Y esto no sólo al nivel físico, como decíamos, sino también y principalmente al nivel anímico, empezando por el cuerpo vital o néfesh que anima al cuerpo físico.

El número 248 es, por otra parte, el valor de Abraham., a quien Dios dijo: Yo soy El Shadai, camina en mi presencia y sé Tamim, íntegro, completo. Es decir, es número de ser humano perfecto, y en ese modelo fueron creados los cielos y la tierra, como está escrito (Gen 2:4): “Estas son las generaciones de los cielos y de la tierra BeHiBaRAM (en su creación), en el día que YHVH Elohim hizo los cielos y la tierra”. Lo cual se lee: Estas son las generaciones del cielo y de la tierra en (o con) Abraham, en el día en que, etc. Y en el texto bíblico la letra He aparece de menor tamaño, para señalar que el nombre de Abraham no llega a estar completo hasta la inserción en su nombre original, Abram, de la He de la Shejináh, como está escrito: Los patriarcas son la merkavá.

Leemos en Las Puertas de la Santidad, Shaaré Quedushá, de Jayim Vital (Safed, S.XVI):

“Igual que el sastre corta la tela de acuerdo a la forma y tamaño del cuerpo humano, Dios forma el guf (cuerpo), que es la vestidura del néfesh, según el molde y la forma del néfesh. Él creó los 248 órganos y los 365 tendones (venas y arterias), los cuales conectan los órganos entre sí y transfieren la sangre y la vitalidad de un órgano a otro. Después de crear el guf respiró el aliento de vida en él y en sus 248 órganos y 365 tendones. Los 248 órganos y 365 tendones del néfesh, que son vestidos por los 248 órganos y 365 tendones del guf, manipulan a éste como el cantero maneja su herramienta. Los órganos del guf funcionan sólo en tanto que el néfesh se halla presente en ellos.”

La idea es que cada precepto de la Torá está indicado para nutrir y para rectificar uno de los 248 órganos y 365 canales. Y tenemos la enseñanza de que esto no se refiere sólo al guf y al néfesh o alma vital, sino que se corresponde con cada uno de los niveles del alma. Es decir, igual que el néfesh tiene 613 centros de luz, el rúaj tiene también 613 puntos o centros de luz; igual la neshamáh, etc.

Por supuesto, en nuestros días no es posible (y discutible si conveniente) cumplir los 613 preceptos en sentido literal: no hay Templo, no hay Rey, no hay Sanedrín, etc. Pero sí se puede operar la rectificación o tikún en sentido espiritual. Del mismo modo que el ritual de la plegaria sustituye al servicio del Templo [puesto que Qorbán,

sacrificio, tiene el sentido de la Raíz QRB, acercar, es decir, acercar a Dios. Y está escrito en el salmo 145: Qarob Adonai lejol qoréav, lejol asher yiqraúhu beemét. Cercano está Hashem de todos los que le invocan, de todos los que le invocan de verdad] podemos realizar una práctica que ponga en juego los procesos energéticos espirituales correspondientes. Eso, no hay que decirlo, siempre que lo hagamos BeEmét, de o con Verdad, es decir, con plena conciencia e intención (kavaná). Nuestra práctica, por la transmutación operada, se convertirá entonces en una práctica de tikún del Cuerpo de Luz.

Partimos de que el Shemá, la “oración” fundamental del judaísmo, que une el cielo con la tierra - el En Sof con los mundos manifestados en un único nudo - junto con los tres párrafos recitados a continuación, tiene justamente 248 palabras.

Y el Shemá está para ponerlo sobre el cuerpo, ya que estos párrafos están escritos en los pergaminos de las filacterias (tefilín), que se llevan sobre el brazo y la cabeza. Está claro que estas 248 palabras nutren y llenan de luz a los 248 órganos, tanto del guf como de los distintos niveles del alma.

Las 248 palabras se distribuyen de la siguiente forma: Las seis propiamente del Shemá Israel Adonay Elohenu Adonay Ejad, mas las seis de la frase que se dice a continuación: Barúj shem kevod maljutó leolam vaed. Total 12.

Las 42 del primer párrafo (ver después): Veahabá... (Aná Bejóaj).

El segundo párrafo: Vehayá... dividido en 72 palabras (72 Nombres) hasta vesamtém incluido; y las 50 siguientes (50 puertas del Entendimiento) lo que completa el párrafo.

Por último, las 72 del tercer párrafo (son los 72 Nombres deducidos del Éxodo, pero sin la inversión del versículo intermedio. Ésta es la tradición del Ramjal). *Se añade la repetición de Adonay Elohejem Emet, para completar las 72 palabras.*

Así:  $12 + 42 + 72 + 50 + 72 = 248$ . Cada uno de los bloques corresponde a una letra del Tetragrámaton.

Para los 365 canales, la propuesta es recitar letra a letra los diez versículos de salmos propuestos por Najmánides (Rambán), y que corresponden a las diez sefirot, tomando a Daát en vez de Kéter (cuando se considera a Kéter en la Manifestación, tal como reza: diez y no nueve, diez y no once).

Estos diez versículos tienen efectivamente 365 letras, pero además 91 palabras (el número de la conjunción YHVH y Adonay, y de la palabra Maná – Mem Nun Alef – del sustento espiritual). Y aún más, las iniciales de cada uno de los versículos forman la expansión del Tetragrama: YOD HA VAV HA, cuyo valor numérico es 45, el mismo que ADAM, y volvemos al humano de nuevo.

El procedimiento es recitar meditativamente estos diez versículos, letra a letra y abriendo cada una de las sefirot, y después hacer lo propio con el Shemá, palabra a palabra, idealmente con la kavaná de la letra y/o Nombre correspondiente.

(Los textos están en las imágenes que acompañan a este escrito.)

## VERSÍCULOS SEFIRÓTICOS

### 1. JOJMÁ:

יוֹמָם יִצְוֶה יְהוָה חַסְדּוֹ וּבַלַּיְלָה שִׁירוּ עַמִּי תְפִלָּה לְאֵל  
חַיִּי:

Yomán Yetsavé Adonai Jasdó /UVaLaila Shiró Imí /Tefilá LeEl Jayai.

Salmos 42:9

Pero de día mandará HaShem su misericordia, y de noche su cántico estará conmigo;  
una oración al Dios de mi vida.

### 2. BINÁ:

וְאָנִי תְפִלַּתִּי-לְךָ יְהוָה עֵת רָצוֹן אֱלֹהִים בְּרַב-חַסְדֶּךָ עֲנֵנִי  
בְּאֵמֶת יִשְׁעֶךָ:

VaAní Tefilatí Lejá Adonai Et Ratsón/ Elohim BeRav Jasdeja/ Aneni BeEmet Yisheja.

Salmos 69:14

Pero yo a ti oraba, oh HaShem, al tiempo de tu buena voluntad; oh Dios, por la  
abundancia de tu misericordia, por la verdad de tu salvación, escúchame.

### 3. DAÁT:

דְּרַשְׁתִּי אֶת-יְהוָה וְעֲנֵנִי וּמְכַל-מְגוּרוֹתַי הִצִּילֵנִי:  
Darashti Et Adonai VeAnani /UmiKol Megurotai Hitsilani.

Salmos 34:5

Busqué a HaShem, y él me oyó, y me libró de todos mis temores.

### 4. JÉSED:

הִטָּה אֵלַי אֲזֶנְךָ מִחֶרֶה הִצִּילֵנִי הָיָה לִי לְצוּר-מְעוֹז לְבַיִת מְצוּדוֹת  
לְהוֹשִׁיעֵנִי:

Haté Elai Ozneja/ Meherá Hatsileni/ Heyé Li LeTsur Maoz/ LeBet Metsurot  
LeHoshieni.

Salmos 31:3

Inclina a mí tu oído, líbrame pronto; sé tú mi roca fuerte, y fortaleza para salvarme.

### 5. GUEVURÁ:

אֱלֹהִים לְהִצִּילֵנִי יְהוָה לְעֲזֹרָתִי חוֹשָׁה:  
Elohim LeHatsileni/ Adonai LeEzrati Júsa.

Salmos 70:2

Oh Dios, acude a libramme; apresúrate, oh Dios, a socorrerme.

### 6. TIFÉRET:

וְאַתָּה יְהוָה אֲדֹנָי עָשִׂה-אֵתִי לְמַעַן שְׂמֹךְ כִּי-טוֹב חַסְדֶּךָ הִצִּילֵנִי

VeAtá HaShem (Yehoví) Adonai/ Asé Ití LeMaán Shemeja/ Ki Tov Jasdeja Hatsileni.

Salmos 109:21

Y tú, HaShem, Señor mío, favoréceme por amor de tu nombre; líbrame, porque tu misericordia es buena.

### 7. NÉ TSAJ:

אַתָּה הָאֵל עֲשֵׂה פֶלְאָ הוֹדֵעַתָּ בְּעַמִּים עֲזִיבָה:  
Atá HaEl Osé Fele/ Hodata BaAmím Uzeja.

Salmos 77:15

Tú eres el Dios que hace maravillas; hiciste notorio en los pueblos tu poder.

### 8. HOD:

וַיּוֹשִׁיעֵם לְמַעַן שְׁמוֹ לְהוֹדִיעַ אֶת־גְּבוּרָתוֹ:  
VaYoshiem LeMaán Shemó/ LeHodía Et Guevurató.

Salmos 106:8

Pero él los salvó por amor de su nombre, para hacer notorio su poder.

### 9. YESOD:

הִנֵּה אֵל יְשׁוּעָתִי אֲבַטַח וְלֹא אֶפְחָד כִּי־עָזִי וְזַמְרָת יְהוָה יְהוּהָ:  
וַיְהִי־לִי לִישׁוּעָה:

Hiné El Yeshuatí/ Evtáj VeLó Efjad/ Ki Ozí VeZimrát YAH Adonai/ VaYehí Li  
Lishuá.

Isaías 12:2

He aquí Dios es salvación mía; me aseguraré y no temeré; porque mi fortaleza y mi canción es YAH HaShem, quien ha sido salvación para mí.

### 10. MALJÚT:

אֱלֹהִים אַל־תִּרְחַק מִמֶּנִּי אֱלֹהֵי לְעֶזְרָתִי חוֹשָׁה:  
Elohim Al Tirják Mimeni/ Elohai LeEzrati Júsa.

Salmos 71:12

Oh Dios, no te alejes de mí; Dios mío, acude pronto en mi socorro.

Nº DE PALABRAS = 91

Nº DE LETRAS = 365

Las iniciales de los versículos conforman el Nombre Divino:

יוד / הא / ואו / הא

## שְׁמַע יִשְׂרָאֵל, יְיָ אֱלֹהֵינוּ, יְיָ אֶחָד:

ברוך שם כבוד מלכותו לעולם ועד:

וְאֶתְהַבְתָּ אֶת יְיָ אֱלֹהֶיךָ, בְּכֹל לְבָבְךָ, וּבְכֹל נַפְשְׁךָ, וּבְכֹל מְאֹדְךָ: וְהָיוּ הַדְּבָרִים הָאֵלֶּה אֲשֶׁר אֲנִי מְצַוְךָ הַיּוֹם, עַל לְבָבְךָ: וְשָׁנַנְתָּם לְבִנְיָד וּדְבַרְתָּ בָּם, בְּשִׁבְתְּךָ בְּבֵיתְךָ, וּבְלִכְתְּךָ בַדֶּרֶךְ, וּבְשֹׁכְבְךָ, וּבְקוּמְךָ: וְקִשְׁרָתָם לְאוֹת עַל יָדְךָ, וְהָיוּ לְטַטְפַת בֵּין עֵינֶיךָ: וְכַתְּבָתָם עַל מְזוּזַת בֵּיתְךָ, וּבְשַׁעְרֶיךָ:

וְהָיָה אִם שָׁמַעְתָּ שְׁמֵעוּ אֵל מִצְוֹתַי אֲשֶׁר אֲנִי מְצַוֶּה אֶתְכֶם הַיּוֹם, לְאַהֲבָה אֶת יְיָ אֱלֹהֵיכֶם וּלְעֲבֹדוֹ, בְּכֹל לְבַבְכֶם וּבְכֹל נַפְשְׁכֶם: וְנָתַתִּי מָטָר אֲרֻצְכֶם וּבְעֵתוֹ יוֹרֵה וּמִלְקֹושׁ, וְאִסַּפְתִּי דָגְנְךָ וְתִירְשְׁךָ וְיִצְהַרְתָּ: וְנָתַתִּי עֵשֶׂב וּשְׂבַעְתָּ: וְשָׁמְרוּ לְכֶם פֶּן יִפְתָּה לְבַבְכֶם, וְסָרְתֶם וְעַבַדְתֶּם אֱלֹהִים אֲחֵרִים וְהִשְׁתַּחֲוִיתֶם לָהֶם: וְחָרָה אַף יְיָ בְכֶם וְעָצַר אֶת הַשָּׁמַיִם וְלֹא יִהְיֶה מָטָר וְהָאֲדָמָה לֹא תִתֵּן אֶת יְבוּלָהּ, וְאִבַדְתֶּם וּמָהְרָה מֵעַל הָאָרֶץ הַטְּבָה אֲשֶׁר יְיָ נָתַן לְכֶם: וְשָׁמַתֶם אֶת דְּבָרֵי אֱלֹהֵי עַל לְבַבְכֶם וְעַל נַפְשְׁכֶם, וְקִשְׁרָתֶם אֶתְם לְאוֹת עַל יָדְכֶם וְהָיוּ לְטַטְפַת בֵּין עֵינֵיכֶם: וְלִמְדַתֶּם אֶתְם אֶת בְּנֵיכֶם לְדַבֵּר בָּם, בְּשִׁבְתְּךָ בְּבֵיתְךָ וּבְלִכְתְּךָ בַדֶּרֶךְ וּבְשֹׁכְבְךָ וּבְקוּמְךָ: וְכַתְּבָתָם עַל מְזוּזוֹת בֵּיתְךָ וּבְשַׁעְרֶיךָ: לְמַעַן יִרְבוּ יְמֵיכֶם וְיָמֵי בְנֵיכֶם עַל הָאֲדָמָה אֲשֶׁר נָשַׁבַע יְיָ לְאַבְתִּיכֶם לָתֵת לָהֶם, כִּימֵי הַשָּׁמַיִם עַל הָאָרֶץ:

וַיֹּאמֶר יְיָ אֵל מֹשֶׁה לֵאמֹר: דַּבֵּר אֶל בְּנֵי יִשְׂרָאֵל וְאָמַרְתָּ אֲלֵהֶם וַעֲשׂוּ לָהֶם צִיצִית עַל פְּנֵי בְגָדֵיהֶם לְדֹרֹתָם, וְנָתַנּוּ עַל צִיצִית הַכֶּנֶף וּפְתִיל תְּכֵלֶת: וְהָיָה לְכֶם לְצִיצִית, וּרְאִיתֶם אֹתוֹ, וְזָכַרְתֶּם אֶת כָּל מִצְוֹת יְיָ, וְעִשִׂיתֶם אֹתָם, וְלֹא תִהְיוּ אַחֲרֵי לְבַבְכֶם וְאַחֲרֵי עֵינֵיכֶם אֲשֶׁר אֶתֶם זֹנִים אַחֲרֵיהֶם: לְמַעַן תִּזְכְּרוּ וְעִשִׂיתֶם אֶת כָּל מִצְוֹתַי, וְהֵייתֶם קְדָשִׁים לֵאלֹהֵיכֶם: אֲנִי יְיָ אֱלֹהֵיכֶם אֲשֶׁר הוֹצֵאתִי אֶתְכֶם מֵאֶרֶץ מִצְרַיִם לְהִיּוֹת לְכֶם לֵאלֹהִים, אֲנִי יְיָ אֱלֹהֵיכֶם:

Shema Israel adonai elohenu adonai ejad  
en voz baja: Baruj shem kevod maljuto leolam vaed

Vehavta et Ado-nay Elo-heja  
bejol levavejá uvjol nafsheja uvjol meodeja.  
Vehaiú hadevarim haele asher anoji  
meztavejá haiom al levaveja, veshinantam  
levaneja vedivartá bam

**beshiveja bebeteja uveletejá baderej  
uvshojbeja uvkumeja ukshartam leot al iadeja vehaiu letotafot ben eneja  
ujtavitam al mezuzot beteja uvishareja.**

**Vehaia, im shamoa tishmeú el mitzvotay, asher Anojí, metzvé etjem, hayom,  
leahaba et Ado-nai E-lo-hejem, ulovdo bejol lebabjem ubjol nafshejem. Venatati  
metar artzejem, beitó, yoré umalkosh, veasafta deganeja, vetiroshejá, veitzareja,  
venatati eseb besadejá libehemteja, vehajaltá, vesabata, hishameru lajem, pen ifte  
lebabjem, vesartem, vaabadtem E-lo-him ajerim, veishtajavitem lahem. (en voz  
baja:) vejará af Ado-nai lajem, veatzar et hashamaim, velo ihé matar vahaadama  
lo titèn et yebulá, vaabadtem meherá meal haaretz hatobá, (hasta aquí en voz baja)  
asher Ado-nai notén lajem. Vesamtem et debarai ele, al lebabjem veal nafshejem  
ukshartem otam leot al yedejem vehayu letotafot ben enejem. Velimadtem otam et  
benejem, ledaber bam, beshibtejá, bebeteja, ublejteja baderej, ubshojbeja,  
ubkumeja, ujtavitam al mezuzot beteja, ubishareja.  
lemaan irbú yemejem, vimé benejem, al haadama, asher nishbá Ado-nai  
laabotejem noten lahem, kimé hashamaim, al haaretz.**

**Vaiomer Ado-nai, el Moshe lemor. Daber el bené Israel, veamarta alehem, veasú  
lahem tzitzit al kanfé bigdehem, ledorotam, venatenú al tzitzit hakanaf petil tejelet.  
Vehaia lajem letzitzit, uritem otó, uzjartem et kol mitzvot Ado-nai, vaasitem otam,  
veló taturu ajaré lebabjem, veajaré enejem, asher atem zonim ajarehem. lemaan  
tizkerú vaasitem et kol mitzvotay, viitem kedoshim IE-lo-hejem. Ani Ado-nai E-lo-  
hejem, asher hotzeti etjem meeretz Mitzraim, lihiot lajem IE-lo-him. Ani Ado-nai  
E-lo-hejem. (Emet.) Ado-nai E-lo-hejem, Emet.**

*Cubra sus ojos con la mano derecha y diga:*

"Oye, oh Israel. Di-s es nuestro Señor, Di-s es Uno."

*Recite la próxima frase en voz baja:*

Bendito Es el Nombre Majestuoso eternamente.

Y amarás al Eterno tu Dios con todo tu corazón, toda tu alma y toda tu fuerza, grabarás en tu corazón las palabras que te ordeno hoy, las enseñaras a tus hijos y las meditarás estando en tu hogar y andando por tu camino, al acostarte y al levantarte, las atarás por señal sobre tu brazo y por ornamento sobre tu frente; las escribirás en el acceso de tu morada y en tus portales.

Y sucederá, si cumplen diligentemente los mandamientos que hoy les prescribo, amando al Eterno su Dios para servirle con todo su corazón y toda su alma, que haré llegar la lluvia en tu tierra a su tiempo, la primera lluvia y la última, para que coseches tu trigo, tu mosto y tu aceite. También daré hierba en sus campos para su ganado, y de él comerás y te saciarás. Cuiden que su corazón no se descarríe apartándolos para servir a otros dioses y postrarse ante ellos, porque si ello ocurriere se encendería la ira del Eterno contra ustedes e impedirá que el cielo les traiga la lluvia y que la tierra les dé su fruto, y van a perecer presto en la buena tierra que les dio el Eterno. Por lo tanto pondrán estas palabras en su corazón y su alma y las atarán por señal en su mano y por frontales entre sus ojos, y las enseñarán a sus hijos, hablando acerca de ellas cuando estén sentados en vuestra casa, cuando anden por el camino, cuando se acuesten y cuando se levanten, y las escribirán sobre las jambas de las puertas de su casa y en sus portales, para que sus días se prolonguen y también los días de sus hijos, en la tierra que Eterno juró dar a sus padres, como los días del cielo sobre la tierra.

Y le dijo el Eterno a Moisés: Dile a los hijos de Israel que se hagan flecos en los bordes de sus mantos, por todas sus generaciones, y se pongan sobre los flecos del extremo un cordón celeste. Y los flecos les servirán para recordar, al verlos, todos los mandamientos del Eterno para cumplirlos, Y no se desviarán de ellos, siguiendo a su corazón y sus ojos, caminos usuales de sus idolatrías. Se acordarán así de cumplir mis mandatos para ser santos ante su Dios. Yo, el Eterno, su Dios, que los libró de la tierra de Egipto para ser vuestro Dios. Yo, el Eterno, su Dios. Así es.

וְאֵתְּבִינָה אֶת יְהוָה אֱלֹהֵינוּ בְּכֹל קִבְּבֵךְ וּבְכֹל נִפְשֵׁךְ  
 וּבְכֹל מְאֹדֶךָ : וְהָיוּ הַדְּבָרִים הָאֵלֶּה אֲשֶׁר  
 אָנֹכִי מַצְוֶה הַיּוֹם עָלַי לְכַבֵּד : וּשְׁנַגְתֶּם לְבַגְדֵי וּדְבָרֵי  
 כֶּם בְּשִׁבְתְּכֶם בְּבֵיתְךָ וּבְלִבְתֶּךָ בְּדַרְךְ וּבְשִׁבְכֶךָ  
 וּבְקוֹמֶךָ

וּבְקוֹמֶךָ : וּקְשַׁרְתֶּם לְאוֹת עַל יָרֵךְ וְהָיוּ לְטוֹטְפוֹת בֵּין  
 עֵינֶיךָ וּכְתַבְתֶּם עַל מְזוֹזוֹת בֵּיתְךָ וּבְשַׁעְרֶיךָ :

וְהָיָה אִם שָׁמַעַתְּ שִׁמְעוּ אֵל מִצְוֹתַי אֲשֶׁר אָנֹכִי מַצְוֶה  
 אֵתְּכֶם הַיּוֹם לְאֵתְּבִינָה אֶת  
 יְהוָה אֱלֹהֵיכֶם וּלְעַבְדוֹ  
 בְּכֹל קִבְּבֵכֶם וּבְכֹל  
 נִפְשֵׁכֶם : וְנָתַתִּי מִטֶּר אֲרֻצְכֶם בְּעֵתוֹ יִרְדֶּה וּמִקְוֵי  
 וְאִסְפֶּתֶם דְּגָנְךָ וְתִירוֹשֶׁךָ וַיִּצְדָּרְךָ : וְנָתַתִּי עֵשֶׂב בְּשִׁדְךָ  
 לְבִקְחֶתְךָ וְאִכְלֶת וּשְׂבַעְתָּ : הַשְּׁמֵרוּ לְכֶם פְּנֵי פִתְּהָ  
 לְבַבְכֶם

לְבַבְכֶם וּסְרַתְּם וְעַבַדְתֶּם אֱלֹהִים אֲחֵרִים וְהִשְׁתַּחֲוִיתֶם  
 לָהֶם וְחָרָה אַף ה' עֲלֵיכֶם עַד כִּי יִמָּוֶה מִיַּד יְהוָה בְּכֶם וְעָצַר אֶת  
 הַשָּׁמַיִם וְלֹא יִהְיֶה מִטֶּר וְהָאֲדָמָה לֹא תִתֵּן אֶת יְבוּלָהּ  
 וְאֲבִרְתֶּם מִהֲרָה מֵעַד הָאָרֶץ הַטּוֹבָה אֲשֶׁר עֲבַדְתֶּם יְהוָה  
 נוֹתֵן לְכֶם : וּשְׁמַתֶּם אֶת דְּבָרֵי אֱלֹהֵי עַד לְבַבְכֶם וְעַל  
 נִפְשֵׁכֶם וּקְשַׁרְתֶּם אוֹתֶם לְאוֹת עַל יָדְכֶם וְהָיוּ  
 לְטוֹטְפוֹת בֵּין עֵינֵיכֶם וּלְמַדְתֶּם אֹתֶם אֶת בְּנֵיכֶם  
 לְדַבֵּר כֶּם בְּשִׁבְתְּכֶם בְּבֵיתְךָ וּבְלִבְתֶּךָ בְּדַרְךְ וּבְשִׁבְכֶךָ  
 וּבְקוֹמֶךָ : וּכְתַבְתֶּם עַל מְזוֹזוֹת בֵּיתְךָ וּבְשַׁעְרֶיךָ לְמַעַן  
 יִרְבוּ יִמֵּיכֶם וַיְמִי בְנֵיכֶם עַל הָאֲדָמָה אֲשֶׁר גִּשְׁבַּע יְהוָה  
 קְאִבְוֹתֵיכֶם לְתַת לָהֶם כִּימֵי הַשָּׁמַיִם עַד הָאָרֶץ :

וַיֹּאמֶר יְיָ מִכֵּת עֵאֵם מִבֶּשֶׁת לִי אֲנִי כִמֵּת הָיוּ יְהוָה אֵל מִשָּׁה לֵאמֹר : דְּבַר אֵל בְּנֵי יִשְׂרָאֵל  
וְאָמַרְתָּ אֲלֵיהֶם וַעֲשׂוּ לָהֶם צִיצִית עַל בְּנֹפֵי  
בְּגָדֵיהֶם לְדֹרֹתָם וְנָתַנּוּ עַל צִיצִית הַבְּגָנָף תִּיל תְּכֵלֶת  
וְהָיָה לָכֶם לְצִיצִית וּרְאִיתֶם אֹתוֹ וְזָכַרְתֶּם אֵת כָּל  
מִצְוֹת יְיָ אֱלֹהֵיכֶם לַעֲשׂוֹתָם וְלֹא תִתּוּרוּ אַחֲרֵי  
קִבְּכֶם וְאַחֲרֵי עֵינֵיכֶם אֲשֶׁר אַתֶּם זֹנִים אַחֲרֵיהֶם :  
לְמַעַן תִּזְכְּרוּ וַעֲשִׂיתֶם אֵת כָּל מִצְוֹתַי וְהִייתֶם  
קְדוֹשִׁים לֵאלֹהֵיכֶם אֲנִי עֵיץ חַיִּים יְהוָה אֱלֹהֵיכֶם אֲשֶׁר  
הוֹצֵאתִי אֶתְכֶם מֵאֶרֶץ מִצְרַיִם לְהוֹדִיתֶם לָכֶם  
לֵאלֹהִים אֲנִי עֵיץ חַיִּים יְהוָה אֱלֹהֵיכֶם : יְהוָה אֱלֹהֵיכֶם  
מִדֶּם  
אָמֵת :