

# טבלת התשובה

ז	ו	ה	ד	ג	ב	א	התעוררות לתשובה
							האם התפללתי כיום 3 תפילות?
							האם התפללתי כראוי ובכוונת הלב?
							האם קראתי קריאת שמע בכוונת הלב?
							האם בירכתי בכוונת הלב?
							האם התנהגתי כיום בענווה?
							האם נכשלתי כיום בכעס?
							האם התנהגתי כיום בסבלנות?
							האם התנהגתי כיום בצניעות?
							האם קבעתי עיתים לתורה?
							האם עמדתי בסדרי הלימוד?
							האם למדתי ברציפות ובהתמדה?
							האם באמת אני מאמין שהכל בהשגחה ולטובה?
							האם אני ירא שמיים?
							האם אני מכבד הוריי כראוי?
							האם כבדתי את בת הזוג כראוי?
							האם כבדתי כל אדם?
							האם אני מנצל את הזמן כראוי?
							האם חלילה נכשלתי ברכילות ולשון הרע?
							האם שמרתי על קדושת העיניים?
							האם שמרתי על טהרת המחשבה?
							האם יש לי בטחון מלא בשם יתברך?
							האם אני שמח בחלקי?
							האם נזהרתי בכשרות המאכלים?
							האם אני אוכל בקדושה?
							האם ברכתי ברכת המזון בכוונה?
							האם חלילה נכשלתי בגזל?
							האם זכיתי כיום לקדש שם שמיים?
							האם עשיתי היום מעשי חסד?
							האם יש בי אהבת ישראל אמיתית?
							האם פעלתי כיום לקרב רחוקים?
							האם קראתי ק"ש שעל המיטה בכוונת לב?
							האם התפללתי כיום על יראת שמיים?
							על כל צרכיי? ועל עם ישראל?
							האם אמרתי תיקון חצות בכוונת הלב?
							האם התפללתי כיום על הגאולה?

- ✓ באפשרותך להוסיף בטבלה מצוות ונושאים הייחודיים לך לבקרה יומיומית כפי רצונך
- ✓ באפשרותך למלא הטבלה מדי יום, רצוי לקראת סוף היום  
(מומלץ בתשובות עצמיות כגון כן \ לא \ טעון שיפור וכיוצ"ב)
- ✓ מצווה לצלם ולהפיץ לחברים ומכרים וזכות הרבים תעמוד לך

## מהצחה!

7  
 02-61-61-61 "התעוררות"  
 ישראלי

בקרו באתר שלנו  
[www.hitorerut-israel.com](http://www.hitorerut-israel.com)