

כָּל הַנְּשִׂמָה

מלים ולחן: מְרַדְכִי בֶן דָּוִד
מלים ע"פ יְלִקוּט שְׁמַעוֹנִי ק"נ.
עבוד: אֵלִי קֶלֶין וְאִיצִי בְרִי

עַל כָּל נְשִׂמָה וְנְשִׂמָה תְהִלֵּל יְ-הֵה הַלְלוּ-הָ
כָּל הַנְּשִׂמָה תְהִלֵּל יְ-הֵה הַלְלוּ-הָ





אודות השיר

אנו מסיימים את ספר תהילים במילים: "כל הנשמה תהלל יה הלהל יה" (תהילים, ק"נ, ו).

מדוע נבחר פסוק זה לסיים את ספר תהילים?

כדי לענות על השאלה נבין את המזמור כולו.

מזמור ק"נ הוא המזמור המסיים את ספר תהילים והוא גם הקטע האחרון החותם והמסכם את תשבחות הקב"ה בפסוקי דזמרה.

מזמור זה הוא מזמור קצר שניתן לחלק אותו, על דעת רש"ר הירש, לשני חלקים: חטיבה ראשונה (פסוקים א'-ב'), מביעה את תהילות ה' בהתאם לתחומי השלטון השונים שמופיעה בהם פעולתו - בשמיים, במרומים, ברקיע עוז; החטיבה השנייה (פסוקים ג'-ו') מתארת את האופן שבו מהללים את ה' במבחר כלי נגינה. רש"ר הירש מרחיב בעניין זה, כי כלי הנגינה השונים מייצגים הרגשות ומצבי רוח המעוררים בנו את מעשה ההילול. הפסוק החותם את החטיבה השנייה מסכם אף את השבח והתהילה: "כל הנשמה תהלל יה הלהל יה".

רש"ר הירש מפרש "נשמה" כ"נשימה" ומתחבר לחלקו הראשון של המזמור המציג את תהילת ה' בתחומי שלטון שונים, כמאמרו: "כל נשימה ונשימה מנשימות בני האדם חייבות להיות כלולות בשירת שלטון ה'".

אמר רבי לוי בשם ר' חנינא: "על כל נשימה ונשימה שהוא נושם צריך לקלס להקב"ה, שנאמר: כל הנשמה תהלל יה" (ילקוט שמעוני, תהילים, פרק ק"נ).

אמר ר' חייא בר אבא דמן יפו: "הנשמה שבאדם בכל שעה שהיא עולה ויורדת והיא מבקשת לצאת ממנו.

והיאך היא עומדת בגופו? אלא הקב"ה כבודו מלא כל העולם, והיא באה לצאת ורואה את יוצרה וחוזרת לאחוריה, לכך כל הנשמה כל זמן שהיא עולה ויורדת תהלל יה על הפלאים שהוא עושה עמנו".

מומלץ ללמד את השיר כחטיבה אחת עם השיר "אשירה לה" ולהדגיש שאנו מודים לה' על כל נשימה ונשימה בכל יום ויום ולא רק ביום הגדול הזה המוזכר בשיר "אשירה לה". היום הגדול הזה הוא כל יום!

מסביר ה"שפת אמת" (חנוכה, תרל"ה): "מה ההבדל בין הודאה לבין הלל? שהלל נתקן על נס הנרות והודאה על נס ההצלה. יש כאן שני חיובים שונים: הודאה על טובות ד' והלל - להראות את גבורות ד'. לכן אמרו חז"ל שיש לומר 'תהילה לדוד' בכל יום. צריך לדעת שמה שיש לנו זה מאיתו יתברך, שמעניק לנו כל יום! וזהו: להודות על כל נשימה ונשימה".

אודות השיר

השיר כל הנשמה

ערכים בשיר:

- להודות ולהלל.
- הכרת הטוב.

נשימה כמשאב חוסן

רקע למורה: נשימות איטיות מהוות את הכלי המרכזי לאיזון פיזיולוגי. לימוד נשימות איטיות מטרתה להביא לאיזון של רמת הדריכות במצב לחץ והתאמתה לפעילות הנוכחית של האדם. היא יוצרת תחושת רוגע ושליטה.

תרגיל:

בקטו מהתלמידים לעמוד במקומם, כשתרימו את היד למעלה, **אמרו** להם לרוץ מהר במקום. כשתורידו את היד למטה, עליהם לעצור. **תרגלו** את המשחק שלוש פעמים ו**בקטו** מהתלמידים לשבת.

שאלו את התלמידים:

1. איך הגוף שלכם מרגיש? שימו לב לנשימות שלכם - מהירות? כבדות? רגועות? מי מזיע?
 2. הניחו יד על הלב, כיצד הוא פועם? מהר? לאט?
- הסבירו:** כך הגוף שלנו פועל כשאנחנו במאמץ או בלחץ. נלמד נשימות איטיות, הן יעזרו לגוף להירגע.

כיתות א'-ג'

נתאמן על הנשימות בעזרת בועות סבון.

למורה: יש להצטייד בבועות כמספר ילדי הכיתה.

בקטו מהתלמידים לנסות ליצור בועה גדולה ויציבה.

הסבירו להם, שרק כאשר שואפים שאיפה עמוקה ונושפים אותה לאט החוצה יצליחו ליצור בועה גדולה. נשימה כזו תעזור לנו להירגע בזמן לחץ.

ספרו לתלמידים, שבמשך השבוע הקרוב תתאמנו יחד על אופן הנשימה האיטית.

כאשר נלמד להשתמש בזמן לחץ בנשימות האיטיות נבחין שהן עוזרות לנו להירגע ולפעול נכון.

שיח רגשי

השיר כל הנשמה
כללי

שיח רגשי

השיר כל הנשמה
כיתות א-ג

שיח רגשי

השיר כל הנשמה
כיתות ד-ו

שיח רגשי

השיר כל הנשמה
כיתות ז-ח

כיתות ד'-ו'

נתאמן על הנשימות בעזרת מטפחת משי.

למורה: יש להצטייד במטפחות כמספר ילדי הכיתה.

חלקו את המטפחות לתלמידים, הניפו אותן למעלה ובעזרת נשיפה נסו להשאיר אותן קצת באוויר.

אימון נוסף: **דחפו** את המטפחת לתוך כף היד, **פתחו** את היד ועזרו למטפחת להיפתח בעזרת נשיפה.

איזו סוג נשימה עזרה לכם עם המטפחת? נשיפה איטית.

הסבירו לתלמידים, שרק כאשר שואפים שאיפה עמוקה ונושפים אותה לאט החוצה יצליחו ליצור בועה גדולה. נשימה כזו תעזור לנו להירגע בזמן לחץ.

ספרו לתלמידים, שבמשך השבוע הקרוב תתאמנו יחד על אופן הנשימה האיטית.

כאשר נלמד להשתמש בזמן לחץ בנשימות איטיות נבחין שהן עוזרות לנו להירגע ולפעול נכון.

כיתות ז'-ח'

שאלו את התלמידים:

1. כיצד הגוף שלכם מרגיש בזמן מאמץ? אולי אחרי שיעור ספורט?

2. מה קצב הנשימות? פעימות הלב? האם אתם מזיעים?

הסבירו: כך הגוף שלנו פועל כשאנחנו במאמץ או בלחץ. נלמד נשימות איטיות, הן יעזרו לגוף להירגע.

נתאמן על הנשימות בעזרת דמיון מודרך.

הנחו את התלמידים לשבת נוח על כיסא, לעצום עיניים ולדמיון נר קטן. בעזרת נשיפה עליכם לגרום ללהבת הנר לרצד. לא לכבות אותה. באיזה סוג של נשיפה תשתמשו?

הסבירו לתלמידים, שרק כאשר שואפים שאיפה עמוקה ונושפים אותה לאט החוצה מצליחים ליצור בועה גדולה. נשימה כזו תעזור לנו להירגע בזמן לחץ.

תרגיל נוסף: **הנחו** את התלמידים להניח את היד על הבטן, לעצום עיניים ולשאוף אוויר עמוק כאשר אתם סופרים בלב עד שש. עצרו את הנשימה לשלוש שניות ונשפו אותה החוצה בספירה עד שש.

ספרו לתלמידים, שבמשך השבוע הקרוב תתאמנו יחד על אופן הנשימה האיטית, שימו לב כיצד היא משפיעה עליכם.

הנשימות האיטיות יעזרו לנו במצב לחץ לחזור לאיזון ושליטה ולפעול נכון בתוך הסיטואציה.

שיח ספרותי

השיר כל הנשמה
כיתות א-ב

שיח ספרותי

השיר כל הנשמה
כיתות ג-ד

שיח ספרותי

השיר כל הנשמה
כיתות ה-ו

העשרה והרחבה הצעות לפעילות כיתות א'-ב'

שאלו את התלמידים: מדוע אומרים "מודה אני" כשקמים בבוקר?

בקשו מהתלמידים להשלים: מודה אני לה' על _____

הביאו את השיר "אודה לך ה' על שתי ידיי" (יהודים הם בני מלכים).

שאלו את התלמידים:

על מה מודים לה' בשיר?

(על שתי הידיים, על שתי הרגליים, על גופי הבריא)

התלמידים מבינים שאנחנו מודים לה' על הדברים הפשוטים, היום-יומיים והמובנים מאליהם, לכאורה: דיבור, הליכה, קפיצה, ריצה, חוכמה, בגד ללבוש, לחם לאכול.

כיתות ג'-ד' תפילה אישית ותפילה בציבור.

למורה: שוחח עם התלמידים על ההבדל בין שתי התפילות. מתי מתפללים כל תפילה? מה נבקש עבור עצמנו? מה נבקש עבור עם ישראל? איך ניתן לחבר בין התפילה האישית לתפילת הציבור? האם יש קשר ביניהן?

כיתות ה'-ו' עיון במדרשים.

"חייב אדם לברך על הרעה כשהם שהוא מברך על הטובה" (ברכות, ט', ה').

איך אפשר להודות על הרע?

בקשו מהתלמידים להיזכר באירוע שבזמן התרחשותו חשבו שהוא רע, אך כעבור זמן הבינו שהאירוע הוביל דווקא למקום טוב ומצמיח.

פתחו את הסידור וקראו את המקומות שבהם אנחנו מודים לה'.

"מודה אני" - כיצד תפילה זו מתחברת לשיר "כל הנשמה"?

רבי זושא: מספרים שפעם שאל ר' שמעלקא מניקלשבורג את רבו: איך אפשר לקיים את דברי חז"ל: "חייב אדם לברך על הרעה, כשם שהוא מברך על הטובה, בשמחה"? וכי אפשר לאדם לשמוח בדברים הרעים שקורים לו, באותה מידה שהוא שמח בדברים הטובים? השיב לו הרב, תלך לבית המדרש, ותמצא שם את תלמידי רבי זושא מאניפולי, והוא יסביר לך את דברי חז"ל, שכן רבי זושא הוא עני מרוד, ומצבו בכי רע

ודחוק מאוד. אותו מתאים לשאול שאלה זו.

הלך ר' שמעלקא אל רבי זושא ושטח לפניו את שאלתו. תמה רבי זושא ואמר: אינני מבין מדוע שלח אותך רבנו אלי?! שאלה כזו מתאים היה לשאול אדם שעבר צרות ורעות בחיים שלו, אבל אני - יש לי ברוך ה' כל טוב מיום היוולדי ועד עתה, ומנין אוכל לדעת כיצד מברכים על הרעה?! הרי לא עבר עלי שום דבר רע?!

שמע ר' שמעלקא את התשובה והבין כי לא לחינם שלח אותו רבו לרבי זושא. יהודי צריך להיות תמיד בשמחה כזו, שאף אם הוא מגיע למצב רע, הוא לא מרגיש כלל שזה רע, אלא מביט תמיד אך ורק על הטובות הרבות עד אינסוף שעוטף בהן אותו ה' יתברך (אתר "אשובה").

קראו את הסיפור **ושוחחו** עם התלמידים על דמותו של רבי זושא. מה הם לומדים מהסיפור? מה הם לוקחים מהסיפור?

כיתות ז'-ח'

וַיְדַר יַעֲקֹב נֶדֶר לֵאמֹר אִם יִהְיֶה אֱלֹהִים עִמָּדִי וְשָׁמְרָנִי בְּדַרְךְ הַזֶּה אֲשֶׁר אֲנִי הוֹלֵךְ וְנָתַן לִי לֶחֶם לֶאֱכֹל וּבְגָד לְלַבֵּשׁ (בראשית, כ"ח, כ')

אמר רבנו בחיי על פסוק זה: "זאת שאלת הצדיקים מאת ה', לא ישאלו על המותרות, רק הדבר ההכרחי בלבד שאי אפשר לו לאדם שיחיה בלעדיו".

שאלו את התלמידים:

כיצד הפסוק ודברי רבנו בחיי מתחברים למילות השיר?

למורה: נהל דיון בנושא: על מה יותר מודים לה' - על הדברים הגדולים או על הדברים הקטנים?

בקשו מהתלמידים לכתוב בקשה מה', שבה יפרטו את הדברים ההכרחיים בלבד.

קראו לתלמידים את הסיפור על רבי זושא ושוחחו איתם על מידותיו של רבי זושא ועל המסרים העולים מהסיפור.

שיח ספרותי

השיר כל הנשמה
כיתות ה-ו

שיח ספרותי

השיר כל הנשמה
כיתות ז-ח



אשירה
לקידום שיח רגשי חברתי
המחוז החרדי במשרד החינוך

שיח מוזיקלי

השיר כל הנשמה
כיתות א-ב

שיח מוזיקלי

השיר כל הנשמה
כיתות ג-ד

שיח מוזיקלי

השיר כל הנשמה
כיתות ה-ו

כיתות א'-ב' | זרקור מוזיקלי

1. **בקשו** מהתלמידים להמציא תנועה המתאימה למקצב: ט ט טאה, ט ט טאה, התנועה בצליל הארוך - "חצי" - תהיה שונה מהתנועה בשני צלילי ה"רבע". (לדוגמה: שתי טפיחות על ברכיים ואז מחיאת כף).
2. **חלקו** את הכיתה לשתי קבוצות: האחת מבצעת את המקצב והשנייה שרה את השיר, ללא המוזיקה ברקע.
3. **בחרו** תלמיד, שיכריז "הופ!" ברגע שיחליט. כשהתלמידים שומעים את הכרזתו הם מיד מחליפים תפקידים - הקבוצה ששרה מבצעת את הקצב וקבוצת הקצב מתחילה לשיר. אם יוכרז "הופ!" פעם נוספת, הכיתה חוזרת לחלוקה הראשונה.
4. **עברו** ל-3:55 בשיר ובקשו מהתלמידים להצטרף לקצב, בהקשת התבנית שעליה עבדו.

כיתות ג'-ד' | זרקור מוזיקלי

האזינו לפזמון.

1. **שאלו:** כמה משפטים בפזמון? **הציעו** לתלמידים לבדוק זאת על ידי הרמת היד בכל פעם שיש תחושת סיום קלה.
2. באילו מהמשפטים בפזמון חותמת המילה "הללוי-ה" את השורה? באילו משפטים היא איננה חותמת?
3. איזו תחושה מעוררת בכם ההשהיה של סופי חלק מהמשפטים? (דריכות, חיזוק הציפייה למילה "הללוי-ה").

כיתות ה'-ו' | זרקור מוזיקלי

בקשו מהתלמידים לעמוד במעגל ולהעביר כדור מאחד לשני, בקצב השירה. ילד שבתורו מושרת המילה "הללוי-ה", מסתובב סיבוב קצר במקום. ייתכן שהתלמידים יתבלבלו ויסתובבו בזמן שאין כל חתימה של המילה הללוי-ה, ולכן יש לתרגל מספר פעמים עד לרכישת היכרות טובה עם מבנה הפזמון.

כיתות ז'-ח' | זרקור מוזיקלי

הקשיבו לבית בשיר.

1. **שאלו:** כמה משפטים בבית? כמה משפטים בשתי החזרות של הבית? (ארבעה בבית, שמונה בשתי הפעמים).
2. **עקבו** אחר מבנה הבית **והסו:** מהו המרכיב שנותר זהה לאורך הבית ומה המרכיב שמשתנה ממשפט למשפט?
למורה: המילים זהות, המלודיה משתנה.
3. **שאלו:** מה הייתה תחושתנו אם גם המילים היו חוזרות על עצמן וגם המנגינה?
למורה: היינו משתעממים מאוד, האוזן לא מסוגלת ליהנות משמונה משפטים שכל המרכיבים שלהם זהים לחלוטין.
4. **הביאו** דוגמה הפוכה מהשיר "קטנות שבקטנות".
5. **שירו** את שני המשפטים הראשונים בבית.
6. **בדקו:** בחלק זה, מהו המרכיב המשתנה ומהו המרכיב שאינו משתנה?
למורה: המילים משתנות, המלודיה זהה.
7. **בקטו** מהתלמידים לחשוב על שירים נוספים שבהם יש מרכיבים זהים מול מרכיבים משתנים.

שיח מוזיקלי

השיר כל הנשמה

כיתות ז-ח

יצירה | כל הנשמה

“כל הנשמה תהלל קה...”

הודיה לבורא עולם הולכת יד ביד עם שיר ושבת. להלן מספר הצעות ליצירת כלי נגינה מחומרים ממוחזרים שאפשר להכין עם התלמידים. לאחר מכן ניתן לעשות תזמורת כיתתית של שירי הודאה:

תוף

חומרים:

קופסת שימורים קטנה | בלון | טפטים | מקלות עץ | חרוזי פלסטיק בגודל בינוני.

כלים:

מספריים | דבק חם.

תהליך העבודה:

בקשו מהתלמידים:

1. **מתחו** את הבלון על פתח קופסת השימורים.
2. **גזרו** משולשים בצבעים שונים לעיטור ה"תוף".
3. ליצירת מקלות תיפוף: **חברו**, באמצעות דבק חם, חרוז פלסטיק לקצה מקלות העץ.

גיטרה

חומרים:

גומיות משרדיות גדולות | מכסה של קופסת נעליים | מדבקות.

כלים:

מספריים | למורה: סכין חיתוך.

תהליך העבודה:

בקשו מהתלמידים:

1. **סמנו** במרכז המכסה עיגול בקוטר של שישה ס"מ.
- למורה:** חתוך את העיגול בעזרת סכין חיתוך, כך שישאר חלל עגול.
2. **קטטו** את הגיטרה בעזרת טפטים או מדבקות.
3. **מתחו** גומיות לאורך או לרוחב המכסה (תלוי באורך הגומייה).

שיח אומנותי

השיר כל הנשמה
כללי

מקל הגשם

מקל גשם הוא כלי נגינה בצורת צינור חלול וארוך העשוי בדרך כלל מעץ ואשר מתוך חללו מזדקרים קוצים, קיסמים או חומרים דומים שננעצו דרך גוף העץ. הצינור מלא בחלוקי נחל קטנטנים או שעועית יבשה. כאשר הופכים את המקל זזים העצמים הקטנים, פוגעים בקוצים לאורכו ומשמיעים קול המזכיר גשם.

חומרים:

גליל נייר ארוך (לדוגמה: גליל של מגבת נייר) | בריסטול | חרוזי פלסטיק קטנים | קסמי שיניים | מדבקות / סרט טפט / וואשי טייפ.

כלים:

דבק סלוטייפ | מספריים | עיפרון.

תהליך העבודה:

בקשו מהתלמידים:

1. **קשטו** את הגליל.
2. **ציירו** על הבריסטול עיגול בגודל היקף פתח הגליל. הוסיפו לעיגול 1 ס"מ כלפי חוץ.
3. **גזרו** שני עיגולים בגודל הנ"ל.
4. **תחבו** כ-15 קיסמים לרוחב הגליל, מצד לצד.
5. **סגרו** צד אחד של הגליל על ידי עיגול הבריסטול שגזרתם. **הדביקו** את חתיכת הבריסטול בעזרת ליפופי דבק סלוטייפ. בקצוות העיגול ניתן לעשות חתכים שיקלו על החיבור.
6. **הכניסו** חופן חרוזים קטנים לתוך הגליל.
7. **סגרו** את הצד השני של הגליל באותו האופן.

שיח אומנותי

השיר כל הנשמה
כלי



כל הנשמה

מרדכי בן דוד

♩=167

Intro

Dm G C Am Dm

6 1. G C Am 2. G Am

12 Am Dm Dm על

A

כל נ-ו מה -י-נש כל על קה לל -ה-ת מה-שי- נ-ו מה -שי-נ כל

17 8♩ Am C

לל -ה-ת מה-שי-נ-ו מה שי-נ כל על קה לל -ה-ת מה-שי

22 Dm F Am

ה -ק לל -ה-ת מה שי-נ-ו מה שי-נ כל על קה לל -ה-ת מה שי-

28 Am Dm Am F

-ה-ת מה-שי-נ-ה כל קה לל -ה-ת מה-שי-נ-ה כל קה לל -ה-ת מה-שי-נ-ה

33 C Am Dm G

כל לל -ה-ת מה-שי-נ-ה כל קה לל -ה-ת מה-שי-נ-ה כל קה לל -ה-ת מה-שי-נ-ה

38 C Am Dm G

קה לל -ה-ת מה-שי-נ-ה כל קה לל -ה-ת מה-שי-נ-ה כל קה לל -ה-ת מה-שי-נ-ה

42 1. F G Am 2. Am

קה לל -ה-ת מה-שי-נ-ה קה



2

45 **C** Dm G C Am Dm

50 1. G C Am 2. G Am על

56 **D** Am Dm Dm

נ-ו מה -י-נש כל על קה-לו-ל-ה קה לל-ה-ת מה-שי-נ-ו מה-שי-נ כל

61 807 Am C

לל-ה-ת מה-שי-נ-ו מה-שי-נ כל על קה-לו-ל-ה קה לל-ה-ת מה-שי

66 Dm F Am

קה קה-לו-ל-ה על כל-שי-נ-ו מה-שי-נ-ו מה-שי-נ-ו מה-שי-נ-ו קה

71 **E** Am Dm Am F

ה-ת מה-שי-נ-ו מה-שי-נ-ו קה-לו-ל-ה קה-לו-ל-ה קה-לו-ל-ה קה-לו-ל-ה

76 C Am Dm G

לל-ה-ת מה-שי-נ-ו מה-שי-נ-ו קה-לו-ל-ה קה-לו-ל-ה קה-לו-ל-ה קה-לו-ל-ה

81 C Am Dm G

קה-לו-ל-ה קה-לו-ל-ה קה-לו-ל-ה קה-לו-ל-ה קה-לו-ל-ה קה-לו-ל-ה

85 F G 1. Am 2. Am

קה-לו-ל-ה קה-לו-ל-ה קה-לו-ל-ה קה-לו-ל-ה קה-לו-ל-ה קה-לו-ל-ה



88 Solo Guitar

F **C** **C/B \flat** **F** **C**

93 **C/B \flat** **F** **G** **C** **C/B \flat**

98 **F** **G** **F** **G** **F/G** **C**

104 **G** **A m** **D m** **A m** **F**

ה-ת מה-ש-נ-ה כל ק-ל-ל ה-ת מה-ש-נ-ה כל ק-ל-ל קה-לו-ל-ה כל

109 **C** **A m** **D m** **G**

ק-ל-ל ה-ת מה-ש-נ-ה קה-לו-ל-ה כל קה-לו-ל-ה קה-לו-ל-ה

114 **C** **A m** **D m** **G** **F** **G** **A m** **A m**

ה-ת מה-ש-נ-ה ק-ל-ל ה-ת מה-ש-נ-ה כל קה-לו-ל-ה קה-לו-ל-ה קה-לו-ל-ה קה-לו-ל-ה

H **D m** **G** **C** **A m** **D m**

G **C** **A m** **G** **A m**