

אָכֵינוּ מִלִּבְנוֹ, שְׁמַע קוֹלֵנוּ, חוּם וְרַחֵם עָלֵינוּ. וְקַבֵּל בְּרַחֲמִים וּבְרָצוֹן אֶת תְּפִלָּתֵנוּ.

To be recited in troubled times, and fervently meant. Say it in groups, with the family, as individuals.

לְמַנְצַח מִזְמוֹר לְדָוִד.

יַעֲנֶךָ ה' בְּיוֹם צָרָה, יִשְׁנֹבֵךְ שֵׁם אֱלֹהֵי יַעֲקֹב.

יִשְׁלַח עֲזָרְךָ מִקֹּדֶשׁ, וּמִצִּיּוֹן יִסְעָדֶךָ.

יִזְכֹּר כָּל מְנַחֲתֶיךָ, וְעוֹלָתְךָ יִדְשֶׁנָּה סֶלָה.

יִתֵּן לְךָ כָּל־בְּבֹרָה, וְכָל עֲצָתְךָ יִמְלֵא.

נִרְנְנָה בִישׁוּעָתְךָ, וּבְשֵׁם אֱלֹהֵינוּ נִדְגַל, יִמְלֵא ה' כָּל מִשְׁאֲלוֹתֶיךָ.

עֲתָה יִדְעָתִי, כִּי הוֹשִׁיעַ ה' מִשִּׁיחוֹ, יַעֲנֶהוּ מִשְׁמַי קֹדֶשׁוֹ, בְּגִבּוֹרוֹת יִשַׁע יְמִינוֹ.

אֱלֹה בְּרֹכֵב, וְאֱלֹה בְּסוּסִים, וְאֲנַחְנוּ בְּשֵׁם ה' אֱלֹהֵינוּ נִזְכִּיר.

הִפָּה כָּרְעוּ וְנִפְלוּ, וְאֲנַחְנוּ קָמְנוּ וְנִתְעוֹדַד.

ה' הוֹשִׁיעָה, הַמֶּלֶךְ יַעֲנֵנוּ בְּיוֹם קְרָאֵנוּ.

שִׁיר לְמַעֲלוֹת, אֲשָׁא עֵינַי אֶל הַהָרִים, מֵאַיִן יָבֵא עֲזָרִי.

עֲזָרִי מֵעַם ה', עֲשֵׂה שָׁמַיִם וָאָרֶץ.

אֵל יִתֵּן לְמוֹט רִגְלֶךָ, אֵל יָנוּם שִׁמְרֶךָ.

הִנֵּה לֹא יָנוּם וְלֹא יִישָׁן, שׁוֹמֵר יִשְׂרָאֵל.

ה' שִׁמְרֶךָ, ה' צִלְךָ עַל יַד יְמִינֶךָ.

יֹדְמֵם הַשָּׁמַיִשׁ לֹא יִכְפֹּה, וְיָרַח בְּלִילָה.

ה' יִשְׁמְרֶךָ מִכָּל רָע, יִשְׁמַר אֶת נַפְשֶׁךָ.

ה' יִשְׁמַר צֵאתְךָ וּבואֶךָ, מֵעַתָּה וְעַד עוֹלָם.

שִׁיר הַמַּעֲלוֹת, מִמַּעַמְקִים קְרָאתֶיךָ ה'.

אֲדֹנָי שְׁמַעָה בְּקוֹלִי, תִּהְיֶינָה אָזְנוֹיךָ קֹשֶׁבוֹת, לְקוֹל תַּחֲנוּנָי.

אִם עֲוֹנוֹת תִּשְׁמַר יְיָהּ, אֲדֹנָי, מִי יַעֲמֵד.

כִּי עַמֶּךָ הִסְלִיחָהּ, לְמַעַן תִּזְרָא.

קִנִּיתִי ה' קְנוֹתָה נַפְשִׁי, וְלֹדְכָרוּ הוֹחֲלִתִי.

נַפְשִׁי לָהּ, מִשְׁמָרִים לְבָקָר, שְׁמָרִים לְבָקָר.

יַחַל יִשְׂרָאֵל אֵל ה', כִּי עִם ה' הַחֲסֵד, וְהִרְבֵּה עֲמוֹ פְדוּת.

וְהוּא יִפְדֶּה אֶת יִשְׂרָאֵל, מִכָּל עֲוֹנוֹתָיו.

אֲחִינוּ כָּל בֵּית יִשְׂרָאֵל, הַנִּתְוֹנִים בְּצָרָה וּבִשְׁבִיָּה,

הָעוֹמְדִים בֵּין בָּיִם וּבֵין בִּיבְשָׁה,

הַמְּקוּם יְרַחֵם עֲלֵיהֶם, וְיוֹצִיאֵם מִצָּרָה לְרוּחָהּ, וּמֵאֲפֵלָה לְאוֹרָה,

וּמִשְׁעָבוֹד לְגֵאֲלָהּ, הַשְׁתָּא בְּעֵגְלָא וּבְזִמְן קָרִיב, וְנֹאמַר אָמֵן.

For ACHEINU, have in mind the following:

ACHEINU, all other Jews are truly my brothers and sisters, and I accept upon myself the mitzva in the Torah of

ואהבת לרעך כמוך

KOL BEIT YISRAEL, all Jews, incl. ourselves;

HAN'TUNIM BATZARA, who are in trouble of any kind, specifically for now, those who are under attack, and the soldiers fighting for their safety;

UVASHIVYA, specifically the captured and kidnapped soldiers;