

# ארחות חיים לרבינו הרא"ש ז"ל



## ליום ראשון/ פרק א'

## Day 1/Perek 1

להתרחק מן הגאווה בתכלית הריחוק  
 וכן מן החניפות  
 וכן מן השקר והכזב  
 כן מן הליצנות  
 כן מן הרכילות  
 וכן מן הכעס

- א** Distance yourself as far as possible from haughtiness
- ב** As well as from insincere flattery
- ג** As well as from lying and deceit
- ד** As well as from cynicism
- ה** And from gossiping
- ו** And from anger
- ז-ח** Be cautious about the trap of vows; from tricking people with regard to money, hurtful words, and from their jealousy and hatred
- ט** Don't give your friend a derogatory nickname, or use a previous one which is disrespectful or unworthy
- י** Don't speak 'lashon hara' - evil talk and don't receive it
- יא** Don't sit with those who spend their time idly
- יב** Don't gaze at a woman who is prohibited to you
- יג** Don't get distracted when holding a cup of wine before making make a blessing
- יד** Don't engage in conversation from the beginning of Baruch She'amar of Shacharit until you finish the silent Amida, nor during the time the Amidah is repeated by the chazan, unless it is talking about Torah or mitzvot or to greet someone or respond to their greeting
- טו** Don't speak during the recitation of Hallel and not when the reader is reading from the Torah
- טז** Don't discuss frivolous matters, be careful to study Torah at night, you fall asleep from Torah and not from idle chatter
- יז** Bring Shabbat in early so you don't get caught violating Shabbat as it begins; teach your family about the importance of observing Shabbat; pray mincha early, so you can accept Shabbat while it is still daytime

שיזהר ממכשול הנדרים, מאונאות הבריות הן בממון הן בדברים, ומקנאתם ומשנאתם

שלא יכנה שם לחברו, שלא יקראנו בכינוי שכינוהו אחרים אם לא יהיה נזכר ונכבד כשמו  
 שלא יספר לשון הרע, ושלא יקבלו  
 שלא ישב עם יושבי קרנות  
 שלא יסתכל באשה שהיא אסורה לו  
 שלא יסיח על כוס של ברכה

שלא יספר משיתחיל "ברוך שאמר" עד שיסיים תפילות לחש, ולא בעוד ששליח צבור חוזר ומתפלל בתפלה, אלא אם כן בדברי תורה או בדבר מצווה, או לתת שלום ולהחזיר שלום

שלא ידבר בקריאת ההלל, ולא בעוד ששליח צבור קורא בתורה

שלא ישיח שיחה בטילה, ויזהר ללמוד בלילה עד שישן מתוך דברי תורה ולא מתוך שיחה בטלה

שלא יכניס עצמו בספק חשכה בשבת, ויזהיר בני ביתו על שמירת שבת, ויקדים להתפלל ערב שבת תפלת מנחה, כדי שיקבל עליו השבת מבעוד יום

**SHEIMOS**

דבר שבקדושה Please treat this appropriately

MITZVAH MOTIVATORS



This project is l'iluy nishmas Shaya Gross, z"l, which encourages memorization of Divrei Chazal o'al peh in conjunction with O'Fishel's Summer Masmidim Program, now in its 17th year. Please note that this is the condensed version of the Archos Chaim l'HaRosh. For additional copies or more information on this and other programs, please call 443-660-9132 or visit the Mitzvah Motivators page at [www.ofishel.com](http://www.ofishel.com). Other Zichron Shaya projects include memorization of the 48 Kinyanei Torah, Iggeres Haramban, Pirkei Avos... and the Zichron Shaya chaburah at BMG.

לע"נ  
 שלום יטעיי' ע"ה  
 בן יצחק מרדכי  
 פיטל יב"ח



# ארחות חיים לרבינו הרא"ש ז"ל



כשיגיע עת תפילה משלוש תפלות שביום, יניח כל עסקיו ויתפלל. וראש כל הדברים שישמור את עיניו מכל דבר שאינו שלו

אל ידבר בין נטילה לברכת המוציא, ויקדים שלום לכל אדם

לברך את בוראו שהשביע נפש שוקקה. ואם יקללהו בני אדם או יחרפוהו אל ישיב להם דבר אלא יהא מן הנעלבים

ואל יצא לריב מהר ויתרחק מן השבועות ומן הנדרים

לאהוב את ה' אלהיך בכל לבבך וגו', למסור גופך וממונך על קדושתו

לבטוח בה' בכל לבבך, ולהאמין בהשגחתו הפרטית

**יח** When it is time for one of the three daily prayers, set aside all other business and focus on prayer. Most important: guard your eyes from things which are not yours

**יט** Do not speak between washing your hands and making the blessing of Hamotzi; be first to say hello to all

**כ** Bless God for giving sustenance to your soul. If you are cursed or embarrassed by others, do not respond to them whatsoever; better to be the insulted one

**כא** Don't engage easily in arguments, and distance yourself from oaths and vows

**כב** Love God with all your heart...sacrifice your body and money for His holiness

**כג** Have faith in God with all your heart, and believe in His personal providence

## ליום שני/ פרק ב'

להרחיק גאוה וכעס

"מדבר שקר תרחק", ואל תוציא שם שמים לבטלה, ולא במקום מטונף.

דע את אלהי אביר, ודברייך במאזני צדק תשקול, והיך צדק יהיה לך, ויקל בעיניך הוצאות ממונך מהוצאות דברך. ופיך אל ימהר להוציא דבר רע, עד אשר תשקלהו במאזני שכלך.

חבר טוב היה ליראי ה'. התחבר בחברתם, ומחברת פועלי און הרחק. ואהוב המוכיחים

כוון בתפילתך, כי התפילה היא עבודת הלב.

למוד פרשיותך עם הצבור שנים מקרא ואחד תרגום, ופירוש רש"י זכרונו לברכה, ותדקדק בו כאשר תוכל. וכן יהיה לך בגמרא, כי העוסק בגמרא מידה טובה, ונותניו עליה שכר, ואין לך מדה טובה הימנה. ותנן "תלמוד תורה כנגד כולם".

## Day 2/Perek 2

**א** Distance yourself from haughtiness and anger

**ב** "Distance yourself from falsehood"; don't take G-d's name in vain, nor speak it in an unclean area.

**ג** Know the L-rd of your father; and weigh your words in the scales of justice, and a measure of justice shall be yours; Let it be easier in your eyes to give out your money than to give out your word. Your mouth should be slow to say anything negative, until it is properly weighed by your logic.

**ד** Be a good friend to those who fear HaShem. Join their groups, and stay far from those who do evil. Love those who give you mussar

**ה** Have proper intent in your prayers, for that is the service of the heart.

**ו** Learn the Parsha with 'shnayim mikra v'echad targum', as well as Rashi, z'l, being as careful as possible. So too with Gemara, for one who engrosses himself well in Gemara is given great reward which nothing can surpass. As we learn: "The study of Torah is equal to all else".

