

אף על פי שיכולים להניח תפילין במשך כל היום כולו (מנץ החמה, או עלות השחר, עד צאת הכוכבים או שקיעת החמה), הרי הזמן המובחר להנחת תפילין בזמן התפילה, כמנהג ישראל שמניחים תפילין ומתפללים בהם. (משיחת י"א שבט תשכ"ח)

וְאֶהְבֶּתְךָ אֶת יְיָ אֱלֹהֶיךָ, בְּכָל לְבָבְךָ וּבְכָל נַפְשְׁךָ וּבְכָל מְאֹדְךָ. וְהָיוּ הַדְּבָרִים הָאֵלֶּה, אֲשֶׁר אֲנֹכִי מְצַוְךָ הַיּוֹם, עַל לְבָבְךָ. וְשָׁנַנְתָּם לְבָנְיֶיךָ וְדַבַּרְתָּ בָּם, בְּשִׁבְתְּךָ בְּבֵיתְךָ וּבְלַכְתְּךָ בַּדֶּרֶךְ וּבְשֹׁכְבְּךָ וּבְקוּמְךָ. וְקִשְׁרָתָם לְאוֹת עַל יָדְךָ, וְהָיוּ לְטֹטְפֹת בֵּין עֵינֶיךָ. וּכְתַבְתָּם עַל מְזוֹזוֹת בֵּיתְךָ וּבְשַׁעְרֶיךָ. וְהָיָה אִם שָׁמַעַתָּה שְׁמָעוּ אֶל מְצוֹתַי, אֲשֶׁר אֲנֹכִי מְצַוֶּה אִתְּכֶם הַיּוֹם, לֹאֲהַבְתָּ אֶת יְיָ אֱלֹהֶיכֶם וְלִעְבְּדוֹ, בְּכָל לְבַבְכֶם וּבְכָל נַפְשְׁכֶם. וְנָתַתִּי מָטָר אַרְצְכֶם בְּעֵתוֹ יוֹרֵה וּמְלִקוֹשׁ, וְאֶסַּפְתִּי דִגְנְךָ וְתִירְשְׁךָ וְיִצְהַרְדְּךָ. וְנָתַתִּי עֵשֶׂב בְּשָׂדְךָ לְבַהֲמֹתֶיךָ, וְאֶכְלְתָה וְשָׂבַעְתָּ. הֲשִׁמְרוּ לָכֵם פֶּן יִפְתֶּה לְבַבְכֶם, וְסָרְתֶם וְעַבַדְתֶּם אֱלֹהִים אֲחֵרִים וְהִשְׁתַּחֲוִיתֶם לָהֶם. וְחָרָה אַפִּי יְיָ בְכֶם וְעָצַר אֶת הַשָּׁמַיִם וְלֹא יִהְיֶה מָטָר וְהִאֲדָמָה לֹא תִתֵּן אֶת יְבוּלָהּ, וְאֶבְדַּתֶּם מְהֵרָה מֵעַל הָאָרֶץ הַזֹּאת אֲשֶׁר יְיָ נָתַן לָכֶם. וְשָׁמַתֶּם אֶת דְּבָרֵי אֱלֹהֵי עַל לְבַבְכֶם וְעַל נַפְשְׁכֶם, וְקִשְׁרָתֶם אֹתָם לְאוֹת עַל יָדְכֶם וְהָיוּ לְטֹטְפֹת בֵּין עֵינֵיכֶם. וְלִמְדֹתֶם אֹתָם אֶת בְּנֵיכֶם לְדַבֵּר בָּם, בְּשִׁבְתְּךָ בְּבֵיתְךָ וּבְלַכְתְּךָ בַּדֶּרֶךְ וּבְשֹׁכְבְּךָ וּבְקוּמְךָ. וּכְתַבְתָּם עַל מְזוֹזוֹת בֵּיתְךָ וּבְשַׁעְרֶיךָ. לְמַעַן יִרְבוּ יְמֵיכֶם וְיָמֵי בְנֵיכֶם עַל הָאָרֶץ אֲשֶׁר נִשְׁבַּע יְיָ לְאַבְרָהָם לְתַת לָהֶם, פִּימֵי הַשָּׁמַיִם עַל הָאָרֶץ. וַיֹּאמֶר יְיָ אֶל מֹשֶׁה לֵאמֹר. דַּבֵּר אֶל בְּנֵי יִשְׂרָאֵל וְאָמַרְתָּ אֲלֵהֶם וְעָשׂוּ לָהֶם צִיצִית עַל כַּנְּפֵיהֶם לְדַרְתָּם, וְנָתַנּוּ עַל צִיצִית הַכֶּנֶף, פְּתִיל תְּכֵלֶת. וְהָיָה לָכֶם לְצִיצִית, וּרְאִיתֶם אֹתוֹ, וּזְכַרְתֶּם אֶת כָּל מְצוֹת יְיָ, וְעִשִּׂיתֶם אֹתָם, וְלֹא תִתְּרוּ אַחֲרָיִם לְבַבְכֶם וְאַחֲרָיִם עֵינֵיכֶם אֲשֶׁר אֹתָם זֵנִים אַחֲרֵיהֶם. לְמַעַן תִּזְכְּרוּ וְעִשִּׂיתֶם אֶת כָּל מְצוֹתַי, וְהָיִיתֶם קְדוֹשִׁים לֵאלֹהֵיכֶם. אֲנִי יְיָ אֱלֹהֵיכֶם, אֲשֶׁר הוֹצֵאתִי אֶתְכֶם, מֵאֶרֶץ מִצְרַיִם לְהִיזוֹת לָכֶם לֵאלֹהִים, אֲנִי יְיָ אֱלֹהֵיכֶם (אֲנִי יְיָ אֱלֹהֵיכֶם) אָמֵן.

נכון לומר קודם התפילה:

הָרִינִי מְקַבֵּל עָלַי מְצוֹת עֲשֵׂה שָׁל וְאֶהְבֶּת לְרַעְדָּךְ כְּמוֹד מְצוּהָ לְהִתְפַּלֵּל בְּתַפִּילִין אֶת כָּל תְּפִילַת שַׁחֲרִית כּוֹלֵל שִׁיעוֹר תְּהִלִּים כְּפִי שְׂמֵחָלֵק לִימֵי הַחֹדֶשׁ.

יְהִי רְצוֹן מִלְּפָנֶיךָ, יְיָ אֱלֹהֵינוּ וְאֱלֹהֵי אֲבוֹתֵינוּ, שִׁיבְנֶה בֵּית הַמִּקְדָּשׁ בְּמַהֲרָה בְּיָמֵינוּ, וְתֵן חֶלְקֵנוּ בְּתוֹרָתְךָ. אֲדָּךְ צְדִיקִים יוֹדוּ לְשִׁמְךָ יִשְׂבּוּ יִשְׂרָאֵל אֶת פְּנֶיךָ.

טוב להרגיל עצמו לומר ... נוסח זה מודה וכו' ועל ידי זה יזכור את ה' הניצב עליו:
מוֹדָה אֲנִי לְפָנֶיךָ, מֶלֶךְ חַי וְקַיִם שֶׁהַחַזְרֹת בִּי נִשְׁמַתִּי בְּחִמְלָה. רַבָּה אֱמוּנָתְךָ.

מצוה לומר את כל ברכות השחר

ברכת התורה

צריך לזוהר בה מאד ואסור לדבר ולהוציא דברי תורה מפיו עד שיברך.
בְּרוּךְ אַתָּה יְיָ אֱלֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם, אֲשֶׁר קִדְּשָׁנוּ בְּמִצְוֹתָיו וְצִוְּנוּ עַל דְּבָרֵי תוֹרָה:

וְהַעֲרַב נָא יְיָ אֱלֹהֵינוּ אֶת־דְּבָרֵי תוֹרָתְךָ בְּפִינוּ, וּבְכִפֵּי כָל־עַמְּךָ בֵּית יִשְׂרָאֵל, וְנִהְיֶה אֲנַחְנוּ וְצִאֲצֵאֵינוּ, וְצִאֲצֵאֵי כָל־עַמְּךָ בֵּית יִשְׂרָאֵל, בְּלִנּוּ יוֹדְעֵי שְׁמֹךְ וְלוֹמְדֵי תוֹרָתְךָ לְשִׁמְחָה. בְּרוּךְ אַתָּה יְיָ, הַמְלַמֵּד תוֹרָה לְעַמּוֹ יִשְׂרָאֵל:

בְּרוּךְ אַתָּה יְיָ אֱלֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם, אֲשֶׁר בָּחַר בְּנוּ מִכָּל הָעַמִּים וְנָתַן לָנוּ אֶת תּוֹרָתוֹ. בְּרוּךְ אַתָּה יְיָ, נוֹתֵן הַתּוֹרָה:

וַיְדַבֵּר יְהוָה אֶל־מֹשֶׁה לֵאמֹר: דַּבֵּר אֶל־אֶהֱרֹן וְאֶל־בְּנָיִם לֵאמֹר כֹּה תִּבְרְכוּ אֶת־בְּנֵי יִשְׂרָאֵל אֲמֹר לָהֶם: יִבְרַכְךָ יְהוָה וְיִשְׁמְרֶךָ: יָאֵר יְהוָה | פָּנָיו אֵלֶיךָ וַיַּחֲנֹךְ: יִשְׂאֵל יְהוָה | פָּנָיו אֵלֶיךָ וְיִשֶׁם לְךָ שְׁלוֹם:

וְשָׂמוּ אֶת־שְׁמֵי עַל־בְּנֵי יִשְׂרָאֵל וְאֲנִי אֲבָרְכֶם:

ברכות הנחת תפילין

הברכה הראשונה, (באמירתה מכוונים הן על התפילין של יד והן על התפילין של ראש) נאמרת לפני הידוק הרצועה על שריר הקיבורת של היד השמאלית (איטר, הכותב ביד שמאל מניח את התפילין על יד ימין) באופן שהתפילין נוטות לעבר הגוף.

בְּרוּךְ אַתָּה יְיָ אֱלֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם, אֲשֶׁר קִדְּשָׁנוּ בְּמִצְוֹתָיו וְצִוְּנוּ לְהִנִּיחַ תְּפִילִין:

הברכה השניה נאמרת (רק אם דיבר בין הנחת תפילין שלייד לשל־ראש) לפני הידוק הרצועה על הראש

בְּרוּךְ אַתָּה יְיָ אֱלֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם, אֲשֶׁר קִדְּשָׁנוּ בְּמִצְוֹתָיו וְצִוְּנוּ עַל מְצוֹת תְּפִילִין:

קריאת שמע

שְׁמַע יִשְׂרָאֵל, יְיָ אֱלֹהֵינוּ, יְיָ אֶחָד:
בְּרוּךְ שֵׁם כְּבוֹד מְלַכּוֹתוֹ לְעוֹלָם וָעֶד:

כדאי לשכלל ילד, בן או בת - גם קטני קטנים - וגם המבוגרים יהיה סודור (תפילה) פרטי משלו - לומר תפילה להשם, חוקש - חמשה חומשי תורה (או ספר אחר של תורה) משלו ללמוד בו כל יום תורה, וכן להבדיל קופת־צדקה משלו - שלתוכה נותן צדקה (לבד משבת ויום טוב), מכספו הפרטי (שנותן לו מהוריו או שקבל כפרם ... שבהן יכול היה לקנות חיי נפשו, ולהשתמש בו לצרכיו האישיים, ושכתבו על זה "להשם הארץ ומלואה" (או בראשית־תוכה "לה") בצירוף שמם - ודברים אלו יהיו ברשותו ואחריותו ויניחם בחדרו, במקום בולט - את הקופה יש לקבוע בחדר על ידי מסמר וכדומה, ועל ידי זה החדר כולו ייהפך ל"חדר ובית של צדקה".