

יום	קאפיטלעך	
א	א-ב	אֲשֶׁרִי הָאִישׁ... אֲשֶׁרִי כֹל חוֹסֵי בּוֹ:
ב	ג-ט	מִזְמוֹר לְדָוִד בְּכִרְחוֹ... אֲנוּשׁ הַמָּוֶה סֶלָה:
ג	י-טז	לָמָּה ה' תַּעֲמֹד... נַעֲמֹת בִּימִינְךָ נִצָּח:
ד	יז-יט	תַּפְלָה לְדָוִד שְׁמָעָה... ה' צוּרִי וְגֹאֲלִי:
ה	כ-כה	לְמִנְצַח מִזְמוֹר לְדָוִד... יִשְׂרָאֵל מִכָּל צָרוֹתָיו:
ו	כו-לא	לְדָוִד שְׁפָטֵנִי ה'...כָּל הַמִּיחָלִים לָה':
ז	לב-לו	לְדָוִד מִשְׁכִּיל אֲשֶׁרִי... וְלֹא יָכֹלוּ קוֹם:
ח	לז-מ	לְדָוִד אֵל תִּתְחַר... אֱלֹהֵי אֵל תֵּאָחֵר:
ט	מא-מו	לְמִנְצַח מִזְמוֹר לְדָוִד... אֱלֹהֵי יַעֲקֹב סֶלָה:
י	מז-נא	לְמִנְצַח לִבְנֵי קִרְחָה... עַל מִזְבֵּיחַךְ פָּרִים:
יא	נב-נז	לְמִנְצַח מִשְׁכִּיל לְדָוִד... עַל כָּל הָאָרֶץ בְּבוּדֶךָ:
יב	נח-סג	לְמִנְצַח אֵל תִּשְׁחַת... פִּי רוֹבְרֵי שָׁקֶר:
יג	סד-סח	לְמִנְצַח מִזְמוֹר לְדָוִד... לָעַם בְּרוּךְ אֱלֹהִים:
יד	סט-עב	לְמִנְצַח עַל שׁוֹשְׁנִים... תַּפְלֹת דָּוִד בֶּן יִשָּׁי:
טו	עג-עז	מִזְמוֹר לְאַסָּף אֶדְ טוֹב... בֵּיד מִשָּׁה וְאַחֲרָיו:
טז	עח-עט	מִשְׁכִּיל לְאַסָּף הָאֲזִינָה... נִסְפָּר תִּהְלֶתְךָ:
יז	פ-פה	לְמִנְצַח אֵל שִׁשְׁנִים... וַיֵּשֶׁם לְדָרֶךְ פְּעָמָיו:
יח	פו-פט	תַּפְלָה לְדָוִד הִטָּה... לְעוֹלָם אָמֵן וְאָמֵן:
יט	צ-צד	תַּפְלָה לְמִשָּׁה... יַצְמִיתֶם ה' אֱלֹהֵינוּ:
כ	צה-קא	לְכוּ נִרְנְנָה לָה'... כָּל פְּעָלֵי אֱוֹן:
כא	קב-קד	תַּפְלָה לְעִנִּי... אֵת ה' הִלְלוּיָהּ:
כב	קה-קו	הוֹדוּ לָה' קְרָאוּ... הָעַם אָמֵן הִלְלוּיָהּ:
כג	קז-קי	הוֹדוּ לָה' בִּי טוֹב... עַל כֵּן יָרִים רֹאשׁ:
כד	קיא-קיח	הִלְלוּיָהּ אוֹדָה ה'... בִּי לְעוֹלָם חֲסִדוֹ:
כה	קיט	אֲשֶׁרִי תְמִימֵי דָרֶךְ... מִצֻּוֹתֶיךָ לֹא שָׁכַחְתִּי:
כו	קכ-קכט	שִׁיר הַמַּעֲלֹת אֵל... אֶתְכֶם בְּשֵׁם ה':
כז	קל-קלז	שִׁיר הַמַּעֲלֹת מִמַּעַמְמָקִים... עֲלִילֶיךָ אֵל הַסֵּלֶע:
כח	קלח-קמג	לְדָוִד אוֹדֶךָ כָּכָל לִבִּי... בִּי אֲנִי עֹבְדֶךָ:
כט	קמד-קמח	לְדָוִד בְּרוּךְ ה' צוּרִי... עִם קִרְבּוֹ הִלְלוּיָהּ:
ל	קמט-נ	הִלְלוּיָהּ שִׁירוֹ לָה'... תִּהְלֹל יְהוָה הִלְלוּיָהּ:

ידוע לכל גדל הסגולה של אמירת תהלים בכלל, ושל אמירתה לאחר תפילת שחרית בפרט. כמעט בכל הקהילות הנהיגו מכבר סדרים שונים לאמירת תהלים אחר התפילה, מהם שאומרים היזם של החודש, ומהם שאומרים חמש מזמורים, ועוד, כולם שוים לטובה.

אבל המפורסם אין צריך ראיה, שבדורנו החלש, עקב ריבוי הטירדות, הדבר הולך ונחלש וכמעט נשתכח הדבר לגמרי, לבד אצל יחודי סגולה.

אי לזאת באנו, להשים לב, איך לעשות את הסגולה הנפלאה הזו כדבר השווה לכל נפש, כדי שיתעורר הציבור לחזור וליסד אותו, כמקדמת דנא, וכדי שהמנהג יחזיק מעמד ולא יתפורר.

יגענו ומצאנו, שעיקר הקושי שמקשה לאמירת המזמורים בכל יום, הוא השינויים שיש באריכת המזמורים, פעמים שבא בארוכה פעמים שבא בקצרה, ולכן יש ימים שהאמירה לוקח הרבה יותר זמן מהשני, וזה מקשה להקדיש זמן לאמירת תהלים בלי ידיעה ברורה כמה זמן הוא מקדיש.

אז עלה בדעתנו, לסדר את ספר התהלים בסדר חדש, שבסדר הזה, יעלה אמירת כל יום שווה לחבירו באריכותו.

תודה לאל, שאחר רוב בירור וליבון, אנו מציגים לפניכם את הסדר הַשְׁלִ"ךְ מחולק לימי החודש, ותקוותנו שימצא הדבר חן בעיני אלקים ובעיני אדם, ויהיה לתועלת לכלל ישראל.

לפי הסדר הַשְׁלִ"ךְ יעלה לכל יום בין 527-780 תיבות, ובר"ח בגלל אריכת התפילה, יאמרו רק שני מזמורים. ביום כ"ה לחודש יאמרו מזמור קי"ט שהוא ארוך מעט יותר, 1065 תיבות, אבל המעלה הוא, שביום זה לעולם לא יחול אחד מהזמנים שהתפילה ארוך מאד, לבד בחודש כסלו - יום ראשון של חנוכה שיש בו הלל אבל לא מסף. הקשייה שנשאר הוא רק בשבתות וימים טובים אבל בהם כבר נהוג לומר תהלים בזמנים אחרים ביום, ויכולים אז להשלימו.

בחודש חסר יאמרו ביום כ"ט גם הקאפיטלעך של יום ל'.