

יהי רצון מלפניך ה' אלהינו ואלהי אבותינו,
 שתוליכנו לשלום ותצמידנו לשלום
 ותדריכנו לשלום, (ותסמכנו לשלום),
 ותגיענו למחוז חפצנו לחיים ולשמחה ולשלום.
 (אם דעתו לחזור מיד אומר ותחזירנו לשלום)
 ותצילנו מכף כל אויב ואורב ולסטים וחיות רעות בדרך,
 ומכל מיני פּרענויות המתרגשות לבוא לעולם,
 ותתננו לחן ולחסד ולרחמים בעיניך ובעיני כל ראינו,
 כי אל שומע תפלה ותחנון אתה.
 ברוך אתה ה' שומע תפלה:



מה אני צריכה כפי אצאת אפרך?

הרי כל אחת ואחד יודעים שכשיוצאים לדרך לוקחים תיק למסע עם כל מה שדרוש: בגדים נוחים, פנס, גפרורים להדליק מדורה, כובע, קרם להגנה, משהו להניח עליו את הראש בסוף היום ואולי ספר להשראה.

מה אשים בתרמילי שלי אפרך?

אכין רשימה או שאביא איתי חפצים שיזכירו לי

- מה ייתן לי ביטחון בדרך?
- מה ייתן לי מוטיבציה?
- מה אני מבקש/ת מהמנטור/ית שלי?
- מה נדרש ממני?
- מה אני לא יכול/ה בלעדיו?

