



Hassidout.org

13 Elloul : psaumes 37, 38, 39.

Les 3 Téhilim (quotidiens) des mois d'Elloul et Tichri selon l'enseignement du Baal chem Tov

L'Admour Hazakène dit au Tséma'h Tsédek, alors âgé de neuf ans : J'ai entendu de mon maître le Magguid qui lui même le reçut du sien, le Baal Chem Tov, qui le tenait à son tour de son maître, A'hya de Chilo l'enseignement suivant. A partir du second jour de Roch 'Hodech Elloul et jusqu'à Yom Kippour, on doit dire, chaque jour, durant le courant de la journée, 3 Psaumes. A Yom Kippour, on en récite 36. 9 avant Kol Nidré, 9 avant d'aller se coucher, 9 après le Moussaf et 9 après Néïla. Celui qui n'a pas commencé à les dire durant le second jour de Roch'Hodech pourra le faire dès qu'il aura connaissance de cet oubli et compléter ce qui n'a pas été lu:

פרק לו

כִּי כִתְּצִיר מִהֶרֶה יִמָּלֵךְ וְכִי־רָק דֶּשָׁאֵב לְדָוִד אֶל־תִּתְּחַר בַּמִּרְעִים אֶל־תִּקְבֹּא בְעֵשִׂי עוֹלָה: א
בִּטְחָ בַּיהוָה וְעֲשֵׂה־טוֹבֵג

ד

שָׁכַן־אֶרֶץ וְרָעָה אֶמּוֹנָה:
וְהִתְעַנֵּג עַל־יְהוָה וַיִּתֵּן־לֶךְ מִשְׁאֵלֶת לִבְךָ:

ה

גֹּזֵל עַל־יְהוָה דֶּרֶכְךָ וּבִטְחָ עָלָיו וְהוּא יַעֲשֶׂה:

ו

וְהוֹצִיא כָאוֹר צִדְקָךְ וּמִשְׁפָּטְךָ כִּצְהָרִים:

ז

דוֹם לַיהוָה וְהִתְחַלֵּל לוֹ אֶל־תִּתְּחַר בַּמִּצְלִית דֶּרֶכּוֹ בְּאִישׁ עֲשֵׂה מִזְמוֹת:

ח

הֶרֶף מֵאֶף נַעֲזֹב חֲמָה אֶל־תִּתְּחַר אַךְ־לֵהֲרַע:

ט

כִּי־מִרְעִים יִכְרַתוּן וְקוֹי יְהוָה הַמָּה יִרְשׁוּ־אֶרֶץ:

י

וְעוֹד מִעַט וְאִין רָשָׁע וְהִתְבּוֹנֵנֶת עַל־מִקּוֹמוֹ וְאִי־נָו:

יא

נַעֲבֹיִם יִרְשׁוּ־אֶרֶץ וְהִתְעַנֵּגוּ עַל־רֵב שָׁלוֹם:

יב

זִמָּם רָשָׁע לַצַּדִּיק וְחָרַק עָלָיו שִׁבְיוֹ:

יג

אֲדַנִּי יִשְׁתַּקֵּלּוּ כִי־רָאָה כִי־יָבֵא יוֹמוֹ:

יד

חָרַב פֶּתַח־רָשָׁעִים וְדֶרֶכּוֹ קִשְׁתָּם לִהְפִּיל עָנִי וְאֶבְיוֹן לִטְבוֹת יִשְׂרָאֵל־דֶּרֶךְ:

טו

חָרַבָּם תִּבּוֹא בְלִבָּם וְקִשְׁתוֹתָם תִּשְׁבְּרֶנָּה:

טז

טוֹב מִעַט לַצַּדִּיק מִהֶמוֹן רָשָׁעִים רַבִּים:

יז

כִּי זְרוּעוֹת רָשָׁעִים תִּשְׁבְּרֶנָּה וְסוֹמֵךְ צַדִּיקִים יְהוָה:

יח

יִודַע יְהוָה יְמֵי תַמִּימִם וְנִחַלְתָּם לְעוֹלָם תִּהְיֶה:

יט

לֹא־יִבְשׁוּ בְעֵת רָעָה וּבִימֵי רַעְבּוֹן יִשְׁבְּעוּ:

כ

כִּי רָשָׁעִים יֵאָבְדוּ וְאִי־בִי יְהוָה כִּי־קָר כָּרִים כָּלֹו בְעֵשֶׂן כָּלֹו:

כא

לוֹהֶה רָשָׁע וְלֹא יִשְׁלֵם וְצַדִּיק חוֹנֵן וְנוֹתֵן:

כב

כִּי מִבְּרַכְיוֹ יִרְשׁוּ אֶרֶץ וּמִקָּלָלָיו יִכְרַתוּ:

כג

מִיְהוָה מִצַּעַד־יֶגֶבֶר כּוֹנֵנֹו וְדֶרֶכּוֹ יִחַפֵּץ:

כד

כִּי־יִפֹּל לֹא־יִוָּטֵל כִּי־יְהוָה סוֹמֵךְ יָדוֹ:

כה

נָעַר הָיִיתִי גַם־זָקֵנְתִי וְלֹא־רָאִיתִי צָדִיק נֶעְזָב וְזָרְעוֹ מִבֶּקֶשׁ־לֶחֶם:

כו

כָּל־הַיּוֹם חוֹנֵן וּמַלְאָה וְזָרְעוֹ לִבְרָכָה:

כז

סוֹר מִרְעָה נַעַשְׂה־טוֹב וְשָׁכֵן לְעוֹלָם:

כח

כִּי יִהְיֶה אֹהֶב מִשְׁפָּט וְלֹא־יַעֲזֹב אֶת־חֲסִידָיו לְעוֹלָם נִשְׁמְרוּ וְזָרַע רְשָׁעִים נִכְרָתִי:

כט

צָדִיקִים יִירָשׁוּ אֶרֶץ וַיִּשְׁכְּנוּ לְעַד עָלֶיהָ:

ל

פִּי־צָדִיק יִהְיֶה חֲכָמָה וּלְשׁוֹנוֹ תִּדְבַּר מִשְׁפָּט:

לא

תּוֹרַת אֱלֹהִיו בְּלִבּוֹ לֹא תִמְעַד אֲשֶׁר־יוֹ:

לב

צוּפֶה רְשָׁע לַצָּדִיק וּמִבֶּקֶשׁ לַהֲמִיתוֹ:

לג

יִהְיֶה לֹא־יַעֲזֹבֵנוּ בִּידּוֹ וְלֹא יִרְשִׁיעֵנוּ בְּהַשְׁפָּטוֹ:

לד

קִנְיָה אֶל־יִהְיֶה וְשֹׁמֵר דֶּרֶכּוֹ וִירוֹמֶמֶךָ לִרְשָׁת אֶרֶץ בְּהִכָּרַת רְשָׁעִים תִּרְאֶה:

לה

רָאִיתִי רְשָׁע עֹרֵץ וּמִתְעַרֵּה כְּאִזְרָח רַעֲבָן:

לו

וַיַּעֲבֹר וְהִנֵּה אֵינֵנוּ נֶאֱבָק־שָׁהוּ וְלֹא נִמְצָא:

לז

שִׁמְרַתָּם וּרְאָה יֵשׁר כִּי־אֲחֲרִית לְאִישׁ שָׁלוֹם:

לח

וּפִשְׁעִים נִשְׁמְדוּ יִחַדְוּ אֲחֲרִית רְשָׁעִים נִכְרָתָה:

לט

וּתְשׁוּעַת צָדִיקִים מִיִּהְיֶה מְעוּזָם בְּעַת צָרָה:

מ

וַיַּעֲזְרֵם יִהְיֶה נִפְלְטִים יִפְלְטֵם מִרְשָׁעִים וַיִּוְשָׁעֵם כִּי חָסוּ בוֹ:

פרק לח

כִּי־חֲצִיר נַחֲתוּ־בִיג יִהְיֶה אֶל־בֶּקֶצֶפֶךָ תּוֹכִיחֵנִי וּבַח־מִתְךָ תִּסְרְגֵנִי ב מִזְמוֹר לְדָוִד לַהֲזִכִּיר: ד

וַתִּגָּחַת עָלַי יָדְךָ:

אִין־מָתָם בִּבִּשְׁרִי מִפְּנֵי זַעַמְךָ אִין־שָׁלוֹם בַּעֲצָמֵי מִפְּנֵי חַטָּאתִי:

ה

כִּי־עָוֹנְתִי עָבְרוּ רֹאשִׁי כִּמְשָׁא כָבֵד יִכְבְּדוּ מִמֶּנִּי:

ו

הִבְאִישׁוּ נִמְקוּ חִבּוּרֹתַי מִפְּנֵי אֲוִלָּתִי:

ז

נַעֲוִיתִי שַׁחֲתִי עַד־מָאֵד כְּלִי־הַלֶּכֶתִּי:

ח

כִּי־כִסְלִי מָלְאוּ נִקְלָה וְאִין מָתָם בִּבְשָׁרִי:

ט

נִפְּוֹגֹתִי וְנִדְכִי־תִי עַד־מָאֵד שְׁאַגְתִּי מִנֶּהֱמַת לִבִּי:

י

אֲדֹנִי נִגְדָךְ כָּל־תַּאֲוֹתִי וְאַנְחָתִי מִמֶּךָ לֹא־נִסְתָּרָה:

יא

לִבִּי סִחֲרָחַר עַזְבִּנִי כְחִי וְאוֹר עֵינִי גִם־הֵם אִין אֹתִי:

יב

אֲהַבִּי וְרַעִי מִנִּגְדְּךָ נִגְעִי יַעֲמְדוּ וְקִרְוִבִי מִרְחֹק עֲמָדוּ:

יג

וַיִּנְקֹשׁוּ מִבֶּקְשִׁי נַפְשִׁי וְדִרְשִׁי רַעֲתִי דִבְרוּ הַזֹּאת וּמִרְמוֹת כְּלִי־הַיּוֹם יִהְיֶה:

יד

וְאַבִּי כִחְרַשׁ לֹא אֶשְׁמַע וְכָאֵלִים לֹא יִפְתִּיח־פִּיו:

טו

וְאַהֲבִי כְאִישׁ אֲשֶׁר לֹא־שָׁמַע וְאִין בִּפְיוֹ תוֹכְחוֹת:

טז

כִּי־לֶךְ יִהְיֶה הַחֲזָה הוֹחֶלֶתִי אֶתָּה תַעֲנֶה אֲדֹנִי אֵלֶּהִי:

יז

כִּי־אֶמְרָתִי פִי־יִשְׁמָחוּ־לִי בְמוֹט רַגְלִי עָלִי הִגְדִּילוּ:

יח

כִּי אֲבִי לִצְלַע נָכוֹן וּמִכְאוֹבִי נִגְדִּי תִמִּיד:

יט

כִּי־עָוֹנִי אֶגִּיד אֲדַאֲג מִחַטָּאתִי:

כ

וְאִיבִי חַיִּים עָצְמוּ וְרִבִּי שִׁנְאִי שָׁקַר:

כא

וּמִשְׁלִמִי רַעָה תַחַת טוֹבָה יִשְׁטַנּוּנִי תַחַת (רַדְיָפִי) (רַדְיָפִי־טוֹב):

כב

אֶל־תַּעֲזֹבֵנִי יִהְיֶה אֵלֶּהִי אֶל־תִּרְחֹק מִמֶּנִּי:

כג

חֹשֶׁה לַעֲזֹרָתִי אֲדֹנִי תִשְׁוַעֲתִי:

פרק לט

אֶמְרָתִי אֶשְׁמְרָה דֶּרֶךְ־כִּי מִחַטָּא בִלְשׁוֹנִי אֶשְׁמְרָה לִפְיִי לִמְנַצֵּחַ (לִי־דִיתוֹן) [לִי־דוּתוֹן] מִזְמוֹר לְדָוִד: א
נָא לִמְתִּי דוּמִיָּה֮ג

מִחֲסוֹם בְּעַד רָשָׁע לִנְגֹדִי:

הַחַיִּי שִׁיתִי מִטּוֹב וְכֹאֲבִי נִעְכָּר:

ד

חֲסִלִּבִּי בִקְרִבִּי בִהֲגִיגִי תִבְעֶר־אֶשׁ דִּבְרָתִי בִלְשׁוֹנִי:

ה

הוֹדִיעֵנִי יְהוָה קִצְיוֹ וּמִדַּת יָמַי מִה־הָיָא אֲדַעָה מִה־חָדָל אֲנִי:

ו

הִנֵּה טַפְחוֹת נְתַתָּה יָמַי וְחָלְדִי כְּאִין נִגְדָךְ אַרְכ־כְּל־הֶבֶל כְּל־אָדָם נִצָּב סֵלָה:

ז

אַרְבָּצִים יִתְהַלְךְ־אִישׁ אַרְכ־הֶבֶל יְהִי־מִיִּין יִצְבֹּר וְלֹא־יִדַּע מִי־אִסְפָּם:

ח

וְעַתָּה מִה־קִּיַּיתִי אֲדַנִּי תוֹחַל־לְתִי לָךְ הָיָא:

ט

מִכְּל־פִּשְׁעַי הִצִּילֵנִי חֲרַפְתָּ נֶבֶל אֶל־תִּשְׁמֵנִי:

י

נֶאֱלַמְתִּי לֹא אֶפְתַּח־פִּי כִּי אֶתָּה עָשִׂיתָ:

יא

הָסִר מֵעָלַי נִגְעָךְ מִתִּגְרַת יָדְךָ אֲנִי כָלִיתִי:

יב

בְּתוֹכָחוֹת עֲלִיעוֹן יִסְרֹתָ אִישׁ וְתִמָּס כְּעֶשׂ חֲמוּדוֹ אַךְ הֶבֶל כְּל־אָדָם סֵלָה:

יג

שָׁמְעָה תִּפְלְתִי יְהוָה וְשִׁנְעָתִי הֲאִזִּינָה אֶל־דִּמְעָתִי אֶל־תִּחַרְרֵשׁ כִּי גֵר אָנֹכִי עִמָּךְ תוֹשָׁב כְּל־אֲבוֹתַי:

יד

הִשָּׁע מִמֶּנִּי וְאַבְלִיגָה בְּטָרָם אֶלְךָ וְאִינֵנִי: