



Hassidout.org

10 Elloul : psaumes 34, 35, 36.

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 Maggid 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 לד

אֲבָרְכָה אֶת־יְהוָה בְּכָל־עֵת בְּשִׁנּוֹתָיו אֶת־טַעְמוֹ לִפְנֵי אֲבִימֶלֶךְ וַיְגַרְשֵׁהוּ וַיֵּלֶךְ אֶבְיָהוּג
בְּיַחְזָהג
תַּמִּיד תִּהְלָתוּ בְּפִי:

תִּתֶּהּ לִלְלִי נַפְשִׁי יִשְׁמְעוּ עַבְדֶּיךָ וְיִשְׁמְחוּ:
ד
 גִּדְּלוּ לַיהוָה אֶתִּי וּגְרוּמָמָה שְׁמוֹ יִתְדֶךָ:
ה
 דַּרְשֵׁתִּי אֶת־יְהוָה וְעַנֵּנִי וּמַכְלִי־מַגֻּרוֹתִי הַצִּילֵנִי:
ו
 הִבִּיטוּ אֵלָיו וְנִהְרֻ וּפְנִיָּהֶם אֶל־יְחִפְּרוּ:
ז
 זֶה עָנִי קִרְאָ וַיִּהְיֶה שְׁמֵעַ וּמַכְלִי־צָרוֹתָיו הוֹשִׁיעוּ:
ח
 חֲנֶה מִלֹּאֲר־יְהוָה סְבִיב לִירֵאָיו וַיַּחֲלִצֵם:
ט
 טַעֲמוּ וּרְאוּ כִי־טוֹב יְהוָה אֱשֶׁר־יְהִי סֶהֱבֹו:
 ,
 יֵרְאוּ אֶת־יְהוָה קִדְשׁוֹ כִּי אֵין מַחְסוֹר לִירֵאָיו:
י
 כִּפְּרִים רָשׁוּ וְרָעִבוּ וְדַרְשׁוּ יְהוָה לֹא־יִחְסְרוּ כִלְטוֹב:
יב
 לְכוּ־בְנִים שִׁמְעוּ־לִי יִרְאֵת יְהוָה אֶל־מִדְּכֶם:
יג
 מִי־הָאִישׁ הִתְפַּיֵּץ חַיִּים אֶהְיֶה יָמָיו לִרְאוֹת טוֹב:
יד
 נָצַר לְשׁוֹנֵךְ מִרְעַ וּשְׁפָתֶיךָ מִדְּבַר מִרְמָה:
טו
 סוּר מִרְעַ וְעֲשֵׂה־טוֹב בְּקֶשׁ שְׁלוֹם וְרִדְפָהוּ:
טז
 עֲנֵנִי יְהוָה אֶל־צַדִּיקִים וְאֶזְנִיו אֶל־שׁוֹעֲתָם:
יז
 פָּנֵי יְהוָה בְּעֲשֵׂי רָע לְהַכְרִית מֵאֶרֶץ זָכָרָם:
יח
 צַעֲקוּ וַיִּהְיֶה שְׁמֵעַ וּמַכְלִי־צָרוֹתָם הַצִּילָם:
יט
 קִרְוֹב יְהוָה לְנִשְׁבְּר־לֵב וְאֶת־דִּכְא־יְרוּחַ יוֹשִׁיעַ:
כ
 רַבּוֹת רָעוֹת צַדִּיק וּמַכְלֵם יַצִּילֵנוּ יְהוָה:
כא
 שֹׁמֵר כִּלְעֵצִמוֹתָיו אַחַת מִהֲנֶה לֹא נִשְׁבְּרָה:
כב
 תִּמּוֹתֶיךָ רָשָׁע רָעָה וְשֹׁנְאֵי צַדִּיק יֶאֱשָׁמוּ:
כג
 פּוֹדֶה יְהוָה נַפְשׁ עֲבָדָיו וְלֹא יֶאֱשָׁמוּ כִלְה־חֹסִים בּוֹ:

פרק לה

וְהִרְקֵנוּ הַחַיִּים מִגֵּן וְצִנָּה וְקוֹמָה בְּעֶזְרְתִּי: ב' לְדָוִד רִיבָה יְהוָה אֶת־רִיבִי לָחֵם אֶת־לֶחֱמִי: א
חֲנִית וּסֶגֶר לִקְרֹאת רֹדְפִי אֶמַר לִנְפְשִׁי יִשְׁעֶתֶךָ אֲנִי:

ד' יִבְשׁוּ וַיִּכְלְמוּ מִבְּקֶשֶׁי נַפְשִׁי יִסְגּוּ אַחֹר וַיִּחַפְּרוּ חֹשְׁבֵי רַעְתִּי:

ה' יִהְיוּ כִמְצָ לִפְנֵי־רוּחַ וּמִלֶּאךָ יְהוָה דַּחָה:

ו' יִהְיֶה־דְרָכְכֶם חֹשֶׁךְ וְחַלְקֶיךָ וּמִלֶּאךָ יְהוָה רֹדְפֶם:

ז' כִּי־חֲנָם טָמְנוּ־לִי שַׁחַת רִשְׁתָּם חֲנָם חִפְּרוּ לִנְפְשִׁי:

ח' תִּבְוֹאֶה־שׁוֹאֶה לֹא יִדָּע וְרִשְׁתּוֹ אֲשֶׁר־טָמַן תִּלְכְּדוֹ בְּשׁוֹאֶה יִפְלִבֶּהָ:

ט' וּנְפֹשִׁי תִגִּיל בִּיְהוָה תִּשְׁשׂ בִּישׁוּעָתוֹ:

י' כָּל עֲצָמָתִי תִאֲמַרְנָה יְהוָה מִי כִמּוֹךְ מִצִּיל עַבְדִּי מִחַיִּים מִמָּוֶה וְעַבְדִּי וְאֶבְיוֹן מִגְזֵלוֹ:

יא' יִקוּמוּן עַד־י חֲמָס אֲשֶׁר לֹא־יָדַעְתִּי יִשְׁאַלּוּנִי:

יב' יִשְׁלִימוּנִי רַעָה תַחַת טוֹבָה שְׂכוֹל לִנְפְשִׁי:

יג' וְאֲנִי בַחֲלוּתָם לְבוּשִׁי שָׁק עֲנִיתִי בְצוּם נַפְשִׁי וּתְפִלָּתִי עַל־חֵיקִי תִשׁוּב:

יד' כִּרְעַ כְּאַחֲדֵלִי הִתְהַלַּכְתִּי כְּאַבְלֵ־אֵם קִדְר שַׁחַתִּי:

טו' וּבְצִלְעִי שָׁמְחוּ וְנָאֶסְפוּ נָאֶסְפוּ עָלַי נִכִּים וְלֹא יָדַעְתִּי קָרְעוּ וְלֹא־דָמוּ:

טז' בַּחֲנָפִי לַעֲגִי מִעוּג חָרַק עָלַי שְׁנִימוֹ:

יז' אֲדַנִּי כִמְהָ תִרְאֶה הַשִּׁיבָה נַפְשִׁי מִשְׁאֵיהֶם מִכְּפִירִים יַחֲדָתִי:

יח' אֹדֶךְ בִּקְהָל רַב בְּעַם עֲצוּם אֶהְלֶלְךָ:

יט' אֶל־יִשְׁמַחוּ־לִי אִיבֵי שִׁקְרֵי שְׁנֵאֵי חֲנָם יִקְרְצוּ־עֵינַי:

כ' כִּי לֹא שָׁלוֹם יִדְבְּרוּ וְעַל רִגְעֵי־אֶרֶץ דִּבְרֵי מִרְמוֹת יִתְּשִׁבוּ:

כא' וַיִּרְחִיבוּ עָלַי פִּיהֶם אִמְרוּ הָאֵחָ הָאֵחָ רָאִיתָה עֵינֵינוּ:

כב' רָאִיתָה יְהוָה אֶל־תַּחֲרֹשׁ אֲדַנִּי אֶל־תִּרְחֹק מִמֶּנִּי:

כג' הָעִירָה וְהִקְיֹצָה לְמִשְׁפָּטִי אֶלֶּהִי וְאֲדַנִּי לְרִיבִי:

כד' שִׁפְטֵנִי כִצְדִיקָךָ יְהוָה אֶלֶּהִי וְאֶל־יִשְׁמַחוּ־לִי:

כה

אֶל־יֹאמְרוֹ בְּלִבָּם הָאֵחָד נִפְשָׁנוּ אֶל־יֹאמְרוֹ בְּלִעְבוֹהוּ:

כו

יִבְשׁוּ וַיִּחַפְּרוּ יִחַדְּוּ שְׁמַתִּי רָעָתִי יִלְבָּשׁוּ־בִשָּׁת וְכִלְמָה תִּמְגְּדִילִים עָלַי:

כז

יָרֵנוּ וַיִּשְׁמְחוּ חֲפִצֵּי צִדְקִי וַיֹּאמְרוּ תִּמְיֵד יִגְדֵּל יִהְיֶה הַחֲפִיץ שְׁלוֹם עֲבָדוֹ:

כח

וּלְשׁוֹנִי תִּהְיֶה צִדְקָךָ כִּלְתֵּי־יָוִם תִּהְלֶתְךָ:

פרק לו

נֶאֱסַפְּשָׁע לִרְשָׁע בִּקְרָב לִבִּי אֵין־פֶּתֶד אֱלֹהִים לִנְגֹד עֵינָיו: ב לִמְנַצֵּת לַעֲבֹד־יְהוָה לְדָוִד: א

ג

כִּי־הֵחָלִיק אֱלֹוִי בְּעֵינָיו לִמְצָא עֲוֹנוֹ לְשֹׁנָא:

ד

דִּבְרֵי־יָפִיו אָנֹן וּמִרְמָה תִּדְלַל לְהַשְׁכִּיל לְהִיטִיב:

ה

אָנֹן יִחָשֵׁב עַל־מִשְׁכָּבוֹ יִתְיַצֵּב עַל־דֶּרֶךְ לֹא־טוֹב רָע לֹא יִמָּאָס:

ו

יְהוָה בְּהַשְׁמִים תִּסְדֹּךְ אֱמוּנָתְךָ עַד־שְׁתָּקִים:

ז

צִדְקָתְךָ כְּתִרְרֵי־אֵל מִשְׁפָּטֶיךָ תִּהְיוּם רַבָּה אָדָם וּבְהִמָּה תוֹשִׁיעַ יְהוָה:

ח

מִהֲיִקֶּר תִּסְדֹּךְ אֱלֹהִים וּבְנֵי אָדָם בְּצַל כִּנְפֶיךָ יִחַסִּיו:

ט

יְרֵוֶן מִדֶּשֶׁן בִּיתְךָ וּנְחַל עֲדָגֶיךָ תִּשְׁקֶם:

י

כִּי־עֲמַךְ מִקּוֹר חַיִּים בְּאוֹרֶךָ נִרְאָה־אוֹר:

יא

מִשָּׁךְ תִּסְדֹּךְ לִידְעֶיךָ וְצִדְקָתְךָ לְיִשְׂרָאֵל:

יב

אֶל־תִּבְוֹאֵנִי רֶגֶל גִּיאָוָה וַיִּדְרֹשׁ עֵים אֶל־תִּגְדֵּנִי:

יג

שָׁם נָפְלוּ פַעַלִּי אָנֹן דַּחוּ וְלֹא־יָכְלוּ קוֹם: