



## Téhilim (Psaumes)

### Chapitre 47

44,1

לְמִנְצֵחַ לְבִגִּי קִרַּח מִשְׁכִּיל.

44,2

אֱלֹהִים בְּאַזְנוֹנוֹ שָׁמַעְנוּ אֲבוֹתֵינוּ סִפְרוּ לָנוּ: פֶּעַל פְּעֻלָּת בִּימֵיהֶם  
בִּימֵי קֶדֶם.

44,3

אֶתְהַיְדָךְ גּוֹיִם הוֹרֶשֶׁת וְתַטְעַם תִּרְעֵ לְאֻמִּים וְתַשְׁלֵחֵם.

44,4

כִּי לֹא בְּחֶרֶב יִרְשׁוּ אֶרֶץ וְזִרְעָם לֹא הוֹשִׁיעָה לָמוֹ: כִּי יִמְיֹנֶךָ וְזִרְעֶךָ  
וְאוֹר פְּנֶיךָ כִּי רָצִיתָם.

44,5

אֶתְהָ הוּא מֶלֶכִּי אֱלֹהִים צֹה יִשׁוּעוֹת יַעֲקֹב.

44,6

בְּךָ צִרִינוּ נִגַּח בְּשִׁמְךָ גְּבוּס קָמִינוּ.

44,7

כִּי לֹא בְקִשְׁתִּי אֲבֹטָח וְחֶרְבִּי לֹא תוֹשִׁיעֵנִי.

44,8

כִּי הוֹשַׁעְתָּנוּ מִצִּרֵּינוּ וּמִשִּׁנְאֵינוּ הִבִּישׁוֹת.

44,9

בְּאֱלֹהִים הִלַּלְנוּ כָּל הַיּוֹם וְשִׁמְךָ לְעוֹלָם נוֹדָה סֵלָה.

44,10

אִף גִּנְהָת וְתַכְלִימָנוּ וְלֹא תִצָּא בְּצַבָּאוֹתֵינוּ.

44,11

תְּשִׁיבֵנוּ אַחֲרֵי מְנִי צָר וּמִשִּׁנְאֵינוּ שָׁסוּ לָמוֹ.

44,12



### La Clé de la Vie

Se préparer physiquement et spirituellement aux douleurs de l'accouchement.

Commandez : Tel. (Fr) : +33.1.80.91.62.91 - (Isr) : +972.77.466.03.32 - [www.torah-box.com/editions](http://www.torah-box.com/editions)



תִּתְּנֵנוּ כְּצֹאן מֵאֲכָל וּבְגָדִים זָרִיתָנוּ.  
44,13

תִּמְכַּר עִמָּךְ בְּלֹא הוֹן וְלֹא רִבִּית בְּמַחֲרִיקֶם.  
44,14

תְּשִׁימֵנוּ חֶרֶפָה לְשֹׁכְנֵינוּ לַעֲגָלָקִלָּס לְסִבִּיבוֹתֵינוּ.  
44,15

תְּשִׁימֵנוּ מִשָּׁל בַּגָּדִים מְנוּד רֹאשׁ בְּלֹא־מִים.  
44,16

כָּל הַיּוֹם כְּלַמְתִּי נִגְדִי וּבִשְׁת פָּנַי כְּסִתָּנִי.  
44,17

מִקּוֹל מְחִירָךְ וּמִגִּדְךָ מִפָּנַי אֵיב וּמִתְנַקֶּם.  
44,18

כָּל זֹאת בָּאֲתָנוּ וְלֹא שְׂכַחְנוֹךְ וְלֹא שָׁקַרְנוּ בְּבְרִיתְךָ.  
44,19

לֹא נִסּוּג אַחֲוֵר לִבְנוֹ-וְתֵט אֲשֶׁרֵינוּ מִנִּי אֶרְחֶךָ.  
44,20

כִּי דִכִּיתָנוּ בְּמִקּוֹם תְּנִים-וְתִכַּס עָלֵינוּ בְּצִלְמוֹת.  
44,21

אִם שְׂכַחְנוּ שֵׁם אֱלֹהֵינוּ-וְנִפְרַשׁ כִּפֵּינוּ לֹאֵל זָר.  
44,22

הֲלֹא אֱלֹהִים-יִסְקַר זֹאת: כִּי הוּא יָדַע תַּעֲלֻמוֹת לֵב.  
44,23

כִּי עָלֶיךָ הִרְגָנוּ כָּל הַיּוֹם נִחַשְׁבָנוּ כְּצֹאן טְבָחָה.  
44,24

עוֹבָה לָמָּה תִישֵׁן אֲדָנִי הַקִּיצָה אֶל תִּזְנַח לְנִצָּח.  
44,25

לָמָּה פָּנֶיךָ תִסְתִּיר תִשְׁכַּח עֲגִינוּ וְלִחְצָנוּ.  
44,26

כִּי שָׁחָה לַעֲפָר נִפְשָנוּ דְּבָקָה לְאֶרֶץ בְּטִנּוּ.  
44,27

קִוְיָה עֲזָרְתָה לָנוּ וּפָדָנוּ לְמַעַן חֲסֹדְךָ.



## La Clé de la Vie

Se préparer physiquement et spirituellement aux douleurs de l'accouchement.

Commandez : Tel. (Fr) : +33.1.80.91.62.91 - (Isr) : +972.77.466.03.32 - [www.torah-box.com/editions](http://www.torah-box.com/editions)



44,1

Au chef des chantres. Par les fils de Coré. Maskîl.

44,2

O Dieu! De nos oreilles nous l'avons entendue, nos pères nous l'ont racontée, l'œuvre que tu as accomplie de leurs jours, aux temps antiques.

44,3

Toi, de ta main, tu as dépossédé des nations, et tu les as implantés, eux; tu as ruiné des peuplades, et eux, tu les as multipliés.

44,4

Certes, ce n'est pas leur épée qui les a faits maîtres du pays, ni leur bras qui leur a donné la victoire: c'est ta droite, ton bras, la lumière de ta face; car tu les avais pris en affection.

44,5

C'est toi qui es mon roi, ô Dieu! Décrète les triomphes de Jacob.

44,6

Grâce à toi nous enfonçons nos ennemis, avec l'aide de ton nom, nous écrasons nos agresseurs.

44,7

Car je ne mets pas ma confiance en mon arc; ce n'est pas mon épée qui m'assure la victoire;

44,8

mais c'est toi qui nous fait triompher de nos ennemis, qui couvres de confusion ceux qui nous haïssent.

44,9

En Dieu nous nous glorifions sans cesse, et à jamais nous célébrons ton nom. Sélah!

44,10

Pourtant tu nous as rejetés et humiliés, et tu n'accompagnes plus nos armées.

44,11

Tu nous fais reculer devant l'ennemi: ceux qui nous haïssent pillent à leur aise.

44,12

Tu nous livres comme des troupeaux dont on se nourrit, et nous éparpillés parmi les nations.

44,13

Tu vends ton peuple à vil prix; tu n'estimes pas bien haut sa valeur.

44,14

Tu fais de nous un objet d'opprobre pour nos voisins, la risée et la moquerie de notre entourage.

44,15

Tu nous rends la fable des nations; [nous excitons] des hochements de tête parmi les peuples.

44,16

Tout le temps, mon déshonneur est là, sous mes yeux, et mon visage se couvre de honte

44,17

à la voix de l'insulteur et du détracteur, à la vue de l'ennemi, avide de vengeance.

44,18

Tout cela nous est advenu, sans que nous t'ayons oublié, sans que nous ayons trahi ton alliance.

44,19

Notre cœur n'a pas rétrogradé, ni nos pas n'ont dévié de ton chemin,

44,20

pour que tu dusses nous reléguer dans la région des monstres et nous recouvrir des ombres de la mort.

44,21

Si nous avons oublié le nom de notre Dieu, étendu les mains vers un dieu étranger,

44,22

est-ce que Dieu ne l'aurait pas constaté, puisqu'il connaît les secrets du cœur?

44,23

Mais pour toi nous subissons chaque jour la mort; on nous considère comme des brebis destinées à la boucherie.

44,24

Réveille-toi donc! Pourquoi demeures-tu endormi, Seigneur? Sors de ton sommeil, ne [nous] délaisse pas à jamais.

44,25

Pourquoi dérobes-tu ta face, oublies-tu notre misère et notre oppression?

44,26

Car notre âme est abaissée jusque dans la poussière, notre corps est couché de son long sur le sol.

44,27

Lève-toi pour nous venir en aide, délivre-nous par un effet de ta bonté!



## La Clé de la Vie

Se préparer physiquement et spirituellement aux douleurs de l'accouchement.

Commandez : Tel. (Fr) : +33.1.80.91.62.91 - (Isr) : +972.77.466.03.32 - [www.torah-box.com/editions](http://www.torah-box.com/editions)



**Torah-Box.com**  
diffusion du judaïsme aux francophones



## La Clé de la Vie

Se préparer physiquement et spirituellement aux douleurs de l'accouchement.

Commandez : Tel. (Fr) : +33.1.80.91.62.91 - (Isr) : +972.77.466.03.32 - [www.torah-box.com/editions](http://www.torah-box.com/editions)