



## Téhilim (Psaumes)

### Chapitre 22

22,1

לְמַנְצֵחַ עַל אֵילַת הַשֶּׁחַר מְזִמּוֹר לְדָוִד.

22,2

אֱלֹהֵי אֱלֹהֵי לִמָּה עֲזַבְתָּנִי רְחוּק מִיִּשׁוּעָתִי דְבַרִי שֶׁאֲגִתִּי.

22,3

אֱלֹהֵי אֱקַרְא יוֹמָם וְלַיְלָה וְלִילָה וְלֹא דַמְיָה לִי.

22,4

וְאַתָּה קָדוֹשׁ יוֹשֵׁב תְּהַלּוֹת יִשְׂרָאֵל.

22,5

בְּךָ בָּטְחוּ אֲבוֹתֵינוּ בָּטְחוּ וַתִּפְלֹטְמוּ.

22,6

אֲלֵיךְ זָעַקוּ וְנִמְלָטוּ בְּךָ בָּטְחוּ וְלֹא בּוֹשׁוּ.

22,7

וְאַנְכִי תוֹלַעַת וְלֹא אִישׁ חֶרְפַּת אָדָם וּבְזוֹי עָם.

22,8

כָּל רֹאֵי יִלְעָגוּ לִי יִפְטִירוּ בְּשִׁפְהַי יִנְיְעוּ רֹאשׁ.

22,9

גַּל אֶל יְהוָה יִפְלֹטְהוּ יִצִּילְהוּ כִּי חָפֵץ בּוֹ.

22,10

כִּי אַתָּה גַחֵי מִבְּטָן מִבְּטִיחִי עַל שְׂדֵי אֲמִי.

22,11

עָלֶיךָ הִשְׁלַכְתִּי מִרְחֹם מִבְּטָן אֲמִי אֱלֹהֵי אַתָּה.

22,12

אֶל תִּרְחַק מִמֶּנִּי כִּי צָרָה קְרוּבָה: כִּי אֵין עֹזֶר.

22,13



### Voyons plus clair

Une mise en perspective des grandes thématiques de l'actualité à la lueur de l'érudition juive véritable.

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)



סָבְבוּנִי פְּרִים רַבִּים אֲבִירֵי בָשָׁן כְּתֵרוֹנִי.  
22,14

פָּצוּ עָלַי פִּיהֶם אֲרִיֵּה טֶרֶף וְשֹׁאֵג.  
22,15

כַּמִּים נִשְׁפַּכְתִּי וְהִתְפָּרְדוּ כָּל עֲצָמוֹתַי: הֲיִה לְבִי כְּדוֹנָג נִמַּס בְּתוֹךְ  
מַעֵי.

22,16

יִבֶּשׁ כַּחֲרֶשׁ כַּחֵי וְלִשׁוֹנִי מְדַבֵּק מִלְּקוֹחֵי וְלַעֲפָר מוֹת תִּשְׁפָּתַנִּי.  
22,17

כִּי סָבְבוּנִי כָּל־בָּיִם: עֵדֶת מְרַעִים הַקִּיפּוֹנִי כְּאֲרֵי־יָדַי וּרְגָלַי.  
22,18

אֲסַפֵּר כָּל עֲצָמוֹתַי הַמָּה־יְבִיטוּ יִרְאוּ בִּי.  
22,19

יִחַלְקוּ בְּגִדֵי לָהֶם וְעַל לְבוּשֵׁי־יְפִילוּ גוֹרָל.  
22,20

וְאַתָּה יְהוָה אֵל תִּרְחֹק אֵילוֹתַי לְעִזְרָתִי חוֹשָׁה.  
22,21

הַצִּילָה מִחֶרֶב נַפְשִׁי מִיַּד כָּל־בִּי יַחֲדָתִי.  
22,22

הוֹשִׁיעֵנִי מִפִּי אֲרִיֵּה וּמִקֶּרְנֵי רַמִּים עֲנִיתַנִּי.  
22,23

אֲסַפְּרָה שְׁמִךְ לְאָחִי בְּתוֹךְ קֶהֱל אֶהְלֶלְךָ.  
22,24

יִרְאֵי יְהוָה הַלְּלוּהוּ כָּל זֶרַע־יַעֲקֹב כְּבָדוּהוּ וְגוּרוֹ מִמָּנּוּ כָּל זֶרַע  
יִשְׂרָאֵל.

22,25

כִּי לֹא בָּזָה וְלֹא שָׁקַץ עֲנֹת עֲנִי וְלֹא הִסְתִּיר פָּנָיו מִמָּנּוּ וּבִשְׁוֹעוֹ  
אֵלָיו שָׁמַע.

22,26

מֵאֲתֶךָ תִּהְלָתִי: בְּקֶהֱל רַב גְּדַרִּי אֲשַׁלֵּם נֶגֶד יִרְאִיו.  
22,27



**Voyons plus clair**

Une mise en perspective des grandes thématiques de l'actualité à la lueur de l'érudition juive véritable.



יֹאכְלוּ עֲנוּיִם וַיִּשְׁבְּעוּ יִהְלְלוּ יְהוָה דְרָשׁוּ יְחִי לְבַבְכֶם לְעַד.  
22,28

וַיִּזְכְּרוּ וַיִּשְׁבוּ אֶל יְהוָה כָּל אֶפְסֵי אָרֶץ וַיִּשְׁתַּחֲוּוּ לְפָנֶיךָ כָּל מְשֻׁפְּחוֹת  
גוֹיִם.

22,29

כִּי לַיהוָה הַמְּלוֹכָה וּמִשָּׁל בַּגּוֹיִם.

22,30

אֲכָלוּ וַיִּשְׁתַּחֲוּוּ כָּל דָּשְׁנֵי אָרֶץ לְפָנָיו יִכְרְעוּ כָּל יוֹרְדֵי עֶפְרַיִם וַיִּנְפְּשׁוּ לֹא  
תִּיהָ.

22,31

זָרַע יַעֲבֹדְנוּ יִסְפָּר לְאֲדֹנָי לְדוֹר.

22,32

יִבְאוּ וַיְגִידוּ צְדָקָתוֹ: לְעַם נוֹלָד כִּי עָשָׂה.

22,1

Au chef des chantres. D'après l'Ayyélet Hachahar. Psaume de David.

22,2

Mon Dieu, mon Dieu, pourquoi m'as-tu abandonné, loin de me porter secours, d'entendre mes paroles suppliantes?

22,3

Mon Dieu, j'appelle de jour et tu ne réponds pas, de nuit, et il n'est pas de trêve pour moi.

22,4

Tu es pourtant le Saint, trônant au milieu des louanges d'Israël.

22,5

En toi nos pères ont eu confiance, ils ont eu confiance, et tu les as sauvés.

22,6

Ils ont crié vers toi et ont été délivrés; ils ont espéré en toi et n'ont pas été déçus.

22,7

Moi, je suis un vermisseau, et non un homme, l'opprobre des gens, objet de mépris pour le peuple.

22,8

Tous ceux qui me voient se moquent de moi, grimacent des lèvres, hochent la tête.

22,9

"Qu'il s'en remette à l'Eternel! Que celui-ci le sauve, qu'il l'arrache du danger, puisqu'il l'aime!"

22,10

Oui, c'est toi qui m'as tiré des entrailles maternelles, qui m'as fait reposer en sûreté dans le giron de ma mère;

22,11

entre tes bras j'ai été jeté dès ma naissance, dès le sein de ma mère, tu as été mon Dieu.

22,12

Ne t'éloigne pas de moi car l'angoisse est proche, et nul n'est là pour m'aider.

22,13

Des taureaux nombreux m'entourent, des bêtes puissantes de Basan m'assiègent.

22,14

Ils ouvrent contre moi leur gueule, tel un lion qui déchire et qui rugit.

22,15

Je suis comme l'eau qu'on répand, tous mes membres se disloquent; mon cœur est comme de la cire, qui fondrait



## Voyons plus clair

Une mise en perspective des grandes thématiques de l'actualité à la lueur de l'érudition juive véritable.

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)



au milieu de mes entrailles.

22,16

Ma sève est desséchée comme un tesson, ma langue est collée à mon palais; tu m'étends dans la poussière de la mort.

22,17

Car des chiens m'enveloppent, la bande des méchants fait cercle autour de moi; comme le lion [ils meurtrissent] mes mains et mes pieds.

22,18

Je pourrais compter tous mes os; eux, ils me toisent et se repaissent de ma vue.

22,19

Ils se partagent mes habits, ils tirent au sort mes vêtements.

22,20

Mais toi, ô Seigneur, ne t'éloigne pas; toi, qui es ma force, viens vite à mon secours!

22,21

Sauve mon âme du glaive, ma vie de la fureur des chiens;

22,22

arrache-moi de la gueule du lion, protège-moi contre les cornes des buffles.

22,23

Je proclamerai ton nom devant mes frères, au milieu de l'assemblée, je te louerai.

22,24

"Adorateurs de l'Eternel, louez-le vous tous, descendants de Jacob, honorez-le; révérez-le, vous tous, postérité d'Israël!

22,25

Car il n'a point dédaigné, il n'a point méprisé la misère du malheureux; il n'a pas caché de lui son visage, ni manqué de l'entendre quand il implorait!"

22,26

C'est toi dont je célébrerai les louanges dans la grande assemblée, j'accomplirai mes vœux devant ceux qui te craignent.

22,27

Les humbles mangeront et seront rassasiés, les adorateurs de l'Eternel le loueront. Que votre cœur renaisse à la vie pour toujours!

22,28

Les confins de la terre se souviendront et reviendront au Seigneur, toutes les familles des peuples se prosterneront devant lui.

22,29

Car à l'Eternel appartient la royauté, il domine sur toutes les nations.

22,30

Ils mangeront et adoreront, tous les heureux de la terre ; devant lui s'inclineront ceux qui descendent dans la poussière, incapables de sustenter leur vie.

22,31

La postérité lui vouera un culte; on parlera du Seigneur aux âges à venir.

22,32

Ils viendront et proclameront sa justice: ils diront au peuple à naître ce qu'il a fait.



## Voyons plus clair

Une mise en perspective des grandes thématiques de l'actualité à la lueur de l'érudition juive véritable.

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)