



REFOUA CHELEMA
POUR LES MALADES DU 'AM ISRAEL

Pour la refoua Chelema de Armand Amram ben Tamo Tamar

ארמנד עמרם בן טמו תמר

Achré témimé darèkh haholèkhim
bétorat Ado-nay. Achré notséré 'édotav
békhoul lév yidréchouhou. Af lo fa'alou
'avla bidrakhav halakhou. Ata tsivita
fikoudékha lichmor méod. A'halay
yikonou dérachay lichmor 'houkékha.
Az lo évoch béhabiti él kol mitsvotékha.
Odékha béyochèr lévav bélomdi
michpété tsidkékha. Ète 'houkékha
échmor al ta'azvéni 'ad méod.

אשרי תמימי דרך ההלכים בתורת יהוה.
אשרי נצרי עדתיו בכל לב ידרשוהו.
אף לא פעלו עולה בדרךיו הלכו.
אתה צויתך פקדיך לשמר מאד.
אחלי יכנו דרכי לשמר חקיך.
אז לא אבוש בהביטי אל כל מצותיך.
אודה בישר ללב בלמדי משפטי צדקך.
את חקיך אשמר אל תעזבני עד מאד.

Rée 'onyi vé'halétséni ki toratékha lo
chakha'hti. Riva rivi ougaléni léimratékha
'hayéni. Ra'hok mérécha'im yéchou'a ki
'houkékha lo darachou. Ra'hamékha rabim
Ado-nay kémichpatékha 'hayéni. Rabim
rodéfay vétsaray méédévotékha lo natiti.
Raïti voguédim vaétkotata achèr imratékha
lo chamarou. Rée ki fikoudékha ahavti Ado-
nay ké'hasdékha 'hayéni. Roch dévarékha
émèt oul'olam kol michpat tsidkékha.

אה עניי וחלצני כי תורתך לא שכחתי.
ריבה ריבי וגאלני לאמרתך חניני.
רחוק מרשעים ישועה כי חקיך לא דרשו.
רחמיך רבים יהוה כמשפטך חניני.
רבים רדפי וצרי מעדותיך לא נטיתי.
ראיתי בגדים ואתקוטטה אשר אמרתך לא שמרו.
ראה כי פקודיך אהבתי יהוה כחסדך חניני.
ראש דברך אמת ולעולם כל משפט צדקך.



Torah-Box.com
diffusion du judaïsme aux francophones

Vous connaissez un malade ? Envoyez-nous son nom
www.torah-box.com/refoua-chelema



REFOUA CHELEMA

POUR LES MALADES DU 'AM ISRAEL

Ma ahavti toratékhā kol hayom hi si'hati.
Méoyévay té'hakéméni mitsvotékhā ki
lé'olam hi li. Mikol mélamédāy hiskalti
ki 'édévotékhā si'ha li. Mizékénim
étbonane ki fikoudékhā natsarti. Mikol
ora'h ra' kaliti raglay léma'ane échmor
dévarékhā. Mimichpatékhā lo sarti ki ata
horétani. Ma nimlétsou lé'hiki imratékhā
midévach léfi. Mipikoudékhā étbonane
'al kèn sanéti kol ora'h chakèr.

מה אהבתי תורתך כל היום היא שיחתי.
מאזיבתי תחכמי מצותך כי לעולם היא לי.
מכל מלמדי השכלתי כי עדותיך שיחה לי.
מזקנים אתבונן כי פקודיך נצרת.
מכל ארח רע כלאתי רגלי למען אשמר דברך.
ממשפטיך לא סרתי כי אתה הורתני.
מה נמלצו לחכי אמרתך מדבש לפי.
מפקודיך אתבונן על כן שנאתי כל ארח שקר.

Nèr léragli dévarékhā véor lintivati.
Nichba'ti vaakayéma lichmor michpété
tsidkékhā. Na'anéti 'ad méod Ado-nay
'hayéni khidvarékhā. Nidvot pi rétsé na
Ado-nay oumichpatékhā lamédéni. Nafchi
vékhapi tamid vétoratékhā lo chakha'hti.
Naténou récha'im pa'h li oumipikoudékhā
lo ta'iti. Na'halti 'édévotékhā lé'olam
ki séssone libi héma. Natiti libi la'assot
'houkékhā lé'olam 'ékèv.

נר לרגלי דברך ואור לנתיבתי.
נשבעתי ואקימה לשמר משפטי צדקך.
נעניתי עד מאד יהוה חייני כדברך.
נדבות פי רצה נא יהוה ומשפטיך למדני.
נפשי בכפי תמיד ותורתך לא שכחתי.
נתנו רשעים פח לי ומפקודיך לא תעיתי.
נחלתי עדותיך לעולם כי ששון לבי המה.
נטיתי לבי לעשות חקיך לעולם עקב.

Davéka lé'afar nafchi 'hayéni kidvarékhā.
Dérakhay siparti vata'anéni lamédéni
'houkékhā. Dérèkh pikoudékhā
havinéni véassi'ha bénifléotékhā. Daléfa
nafchi mitouga kayéméni kidvarékhā.
Dérèkh chékèr hassèr miméni
vétoratékhā 'honéni. Dérèkh émouna
va'harti michpatékhā chiviti. Davakti
véédévotékhā Ado-nay al tévichéni.
Dérèkh mitsvotékhā arouts ki tar'hiv libi.

דבקה לעפר נפשי חייני כדברך.
דרכי ספרתי ותעניני למדני חקיך.
דרך פקודיך הבינני ואשיחה בנפלאותיך.
דלפה נפשי מתוגה קימי כדברך.
דרך שקר הסר ממני ותורתך חנני.
דרך אמונה בחרתי משפטיך שויתי.
דבקתי בעדותיך יהוה אל תבישני.
דרך מצותיך ארוץ כי תרחיב לבי.



Torah-Box.com
diffusion du judaïsme aux francophones

Vous connaissez un malade ? Envoyez-nous son nom
www.torah-box.com/refoua-chelema



REFOUA CHELEMA

POUR LES MALADES DU 'AM ISRAEL

'Assiti michpat vatsédèk bal tani'héni léochékay. 'Arov 'avdékha létov al ya'achkouni zédim. 'Énay kalou lichou'atékhā ouléimrat tsidkékha. 'Assé 'im 'avdékha khé'hasdékha vé'houlékékhā lamédéni. 'Avdékha ani havinéni véédé'a 'édotékha. 'Ète la'assot l'Ado-nay héférou toratékha. 'Al kèn ahavti mitsvotékha mizahav oumipaz. 'Al kèn kol pikoudé khol yicharti kol ora'h chékèr sanéti.

ע שיתי משפט וצדק בל תניחני לעשקי.
ד ערב עבדך לטוב אל יעשקני וידים.
 עיני כלו לישועתך ולאמרת צדקה.
 עשה עם עבדך כחסדך וחקיך למדני.
 עבדך אני הבינני ואדעה עדותיך.
 עת לעשות ליהוה הפרו תורתך.
 על כן אהבתי מצותיך מזהב ומפז.
 על כן כל פקודי כל ישרתי כל ארח שקר שגאת

Ma ahavti toratékha kol hayom hi si'hati. Méoyévay té'hakéméni mitsvotékha ki lé'olam hi li. Mikol mélamédāy hiskalti ki 'édévatékha si'ha li. Mizékénim étbōnane ki fikoudékha natsarti. Mikol ora'h ra' kaliti raglay léma'ane échmor dévarékha. Mimichpatékha lo sarti ki ata horétani. Ma nimlétsou lé'hiki imratékha midévach léfi. Mipikoudékha étbōnane 'al kèn sanéti kol ora'h chakèr.

מ ה אהבתי תורתך כל היום היא שיחתי.
ד מאיבי תחכמני מצותך כי לעולם היא לי.
 מכל מלמדי השכלתי כי עדותיך שיחה לי.
 מזקנים אתבונן כי פקודיך נצרתני.
 מכל ארח רע כלאתי רגלי למען אשמר דברך.
 ממשפטיך לא סרתי כי אתה הורתני.
 מה נמלצו לחכי אמרתך מדבש לפי.
 מפקודיך אתבונן על כן שגאתי כל ארח שקר.

Rée 'onyi vé'halétséni ki toratékha lo chakha'hti. Riva rivi ougaléni léimratékha 'hayéni. Ra'hok mérécha'im yéhou'a ki 'houkékhā lo darachou. Ra'hamékha rabim Ado-nay kémichpatékha 'hayéni. Rabim rodéfay vétsaray méédévatékha lo natiti. Raïti voguédim vaétkotata achèr imratékha lo chamarou. Réé ki fikoudékha ahavti Ado-nay ké'hasdékha 'hayéni. Roch dévarékha émet ou'olam kol michpat tsidkékha.

ר אה עניי וחלצני כי תורתך לא שכחתי.
! ריבה ריבי וגאלני לאמרתך חניני.
 רחוק מרשעים ישועה כי חקיך לא דרשו.
 רחמיך רבים יהוה כמשפטיך חניני.
 רבים רדפי וצרי מעדותיך לא נסיתי.
 ראיתי בגדים ואתקוטטה אשר אמרתך לא שמרו.
 ראה כי פקודיך אהבתי יהוה כחסדך חניני.
 ראש דברך אמת ולעולם כל משפט צדקה.



Torah-Box.com
 diffusion du judaïsme aux francophones

Vous connaissez un malade ? Envoyez-nous son nom
www.torah-box.com/refoua-chelema



REFOUA CHELEMA

POUR LES MALADES DU 'AM ISRAEL

Ma ahavti toratékhā kol hayom hi si'hati.
Méoyévay té'hakéméni mitsvotékhā ki
lé'olam hi li. Mikol mélamédāy hiskalti
ki 'édévotékhā si'ha li. Mizékénim
étbonane ki fikoudékhā natsarti. Mikol
ora'h ra' kaliti raglay léma'ane échmor
dévarékhā. Mimichpatékhā lo sarti ki ata
horétani. Ma nimlétsou lé'hiki imratékhā
midévach léfi. Mipikoudékhā étbonane
'al kèn sanéti kol ora'h chakèr.

מה אהבתי תורתך כל היום היא שיחתי.
מאזיבתי תחבמני מצותך כי לעולם היא לי.
מכל מלמדי השכלתי כי עדותיך שיחה לי.
מזקנים אתבונן כי פקודיך נצרתני.
מכל ארח רע כלאתי רגלי למען אשמר דברך.
ממשפטיך לא סרתי כי אתה הוראתני.
מה נמלצו לחכי אמרתך מדבש לפי.
מפקודיך אתבונן על כן שנאתי כל ארח שקר.

Bamé yézaké na'ar ète or'ho lichmor
kidvarékhā. Békhol libi dérachtikhā al
tachguéni mimitsvotékhā. Bélibi tsafanti
imratékhā léma'ane lo é'héta lakh. Baroukh
ata Ado-nay lamédéni 'houkékhā. Bisfatay
siparti kol michpété fikha. Bédérékh
'édévotékhā sastiké'alkolhone. Béfikoudékhā
assi'ha véabita oré'hotékhā. Bé'houtékhā
échtā'acha' lo échka'h dévarékhā.

במה יזכה נער את ארחו לשמר כדברך.
בכל לבי דרשתיך אל תשגני ממצותיך.
בלבי צפנתי אמרתך למען לא אחטא לך.
ברוך אתה יהוה למדני חקיך.
בשפתי ספרתי כל משפטי פיך.
בדרך עדותיך ששתי כעל כל הון.
בפקודיך אשיחה ואביטה ארחתיך.
בחקתיך אשתעשע לא אשכח דברך.

Nèr léragli dévarékhā véor lintivati.
Nichba'ti vaakayéma lichmor michpété
tsidkékhā. Na'anéti 'ad méod Ado-nay
'hayéni khidvarékhā. Nidvot pi rétsé na
Ado-nay oumichpatékhā lamédéni. Nafchi
vékhapi tamid vétoratékhā lo chakha'hti.
Naténou récha'im pa'h li oumipikoudékhā
lo ta'iti. Na'halti 'édévotékhā lé'olam
ki séssone libi héma. Natiti libi la'assot
'houkékhā lé'olam 'ékèv.

נר לרגלי דברך ואור לנתיבותי.
נשבעתי ואקימה לשמר משפטי צדקך.
נעניתי עד מאד יהוה חניי כדברך.
נדבות פי רצה נא יהוה ומשפטיך למדני.
נפשי בכפי תמיד ותורתך לא שכחתי.
נתנו רשעים פח לי ומפקודיך לא תעיתי.
נחלתי עדותיך לעולם כי ששון לבי המה.
נטיתי לבי לעשות חקיך לעולם עקב.



Torah-Box.com
diffusion du judaïsme aux francophones

Vous connaissez un malade ? Envoyez-nous son nom
www.torah-box.com/refoua-chelema



REFOUA CHELEMA

POUR LES MALADES DU 'AM ISRAEL

Tov 'assita 'im 'avdekha Ado-nay
kidvarékha. Touv ta'am vada'at lamédéni
ki vémitsvotékha héémanti. Térèm ééné
ani choguèg vé'ata imratékha chamarti.
Tov ata ouméti lamédéni 'houkékha.
Tafélou 'alay chékèr zédim ani békhol lèv
étsor pikoudékha. Tafach ka'hélèv libam
ani toratékha chi'acha'ti. Tov li khi 'ounéti
léma'an élmad 'houkékha. Tov li torat
pikha méalfé zahav vakhassèf.

טוב עשית עם עבדיך יהוה כדברך.
טוב טעם ודעת למדני כי במצותיך האמנתי.
טרים אענה אני שגג ועתה אמרתך שמרתי.
טוב אתה ומטיב למדני חקיה.
טפלו עלי שקר ודים אני בכל לב אצר פקודיך.
טפש כחלב לבם אני תורתך שעשעתי.
טוב לי כי עניתי למען אלמד חקיה.
טוב לי תורת פיך מאלפי זהב וכסף.

Ma ahavti toratékha kol hayom hi si'hati.
Méoyéav té'hakéméni mitsvotékha ki
lé'olam hi li. Mikol mélaméd day hiskalti
ki 'édévatékha si'ha li. Mizékénim
étbonane ki fikoudékha natsarti. Mikol
ora'h ra' kaliti raglay léma'ane échmor
dévarékha. Mimichpatékha lo sarti ki ata
horétani. Ma nimlétsou lé'hiki imratékha
midévach léfi. Mipikoudékha étbonane
'al kèn sanéti kol ora'h chakèr.

מה אהבתי תורתך כל היום היא שיהי.
מאני תחכמי מצותך כי לעולם היא לי.
מכל מלמדי השכלתי כי עדותיך שיהי לי.
מוקנים אתבונן כי פקודיך נצרת.
מכל ארח רע כלאתי רגלי למען אשמר דברך.
ממשפטך לא סרתי כי אתה הורתני.
מה נמלצו לחכי אמרתך מדבש לפי.
מפקודיך אתבונן על כן שגאתי כל ארח שקר.

Vivoouni 'hassadékha Ado-nay
téchou'atékha kéimratékha. Véééné 'horéfi
davar ki vata'hti bidvarékha. Véal tatsèl
mipi dévar émèt 'ad méod ki lénichpatékha
yi'halti. Vééchémera toratékha tamid lé'olam
va'èd. Vééthalekha varé'hava ki fikoudékha
darachti. Vaadabéra véédotékha néguèd
mélakhim vélo évoch. Véécha'acha'
bémitsvotékha achèr ahavti. Vééssa khapay
èl mitsvotékha achèr ahavti véassi'ha
vé'houkékha.

ויבאני חסדך יהוה תשועתך כאמרתך.
ואענה חרפי דבר כי בטחתי בדברך.
ואל תצל מפי דבר אמת עד מאד כי למשפטך יחלתי.
ואשמרה תורתך תמיד לעולם ועד.
ואתהלכה ברחבה כי פקדיך דרשתי.
ואדברה בעדתיך נגד מלכים ולא אבוש.
ואשתעשע במצותיך אשר אהבתי.
ואשא כפי אל מצותיך אשר אהבתי ואשיחה בחקיה.



Torah-Box.com
diffusion du judaïsme aux francophones

Vous connaissez un malade ? Envoyez-nous son nom
www.torah-box.com/refoua-chelema



REFOUA CHELEMA

POUR LES MALADES DU 'AM ISRAEL

Tikrav rinati léfanékha Ado-nay kidvarékha havinéni. Tavo té'hinati léfanékha kéimratékha hatsiléni. Taba'na séfatay téhila ki télamédéni 'houkékha. Ta'ane léchoni imratékha ki khol mitsvotékha tsédék. Téhi yadékhà léozréni ki fikoudékha va'harti. Taavti lichou'atékha Ado-nay vétoratékha cha'achou'ay. Té'hi nafchi outhaléléka oumichpatékha ya'zérouti. Ta'iti késsé ovèd bakèch 'avdékhà ki mitsvotékha lo chakha'hti.

ת קרב רנתי לפניך יהוה כדברך הבינני.
תבוא תחנתי לפניך כאמרתך הצילני.
תבענה שפתי תהלה כי תלמדני חקיך.
תען לשוני אמרתך כי כל מצותיך צדק.
תהי ידך לעזרני כי פקודיך בחרתי.
תאבתי לישועתך יהוה ותורתך שעשעי.
תחי נפשי ותהללך ומשפטך יעזרני.
תעיתי כשה אבד בקש עבדך כי מצותיך לא שכחתי.

Ma ahavti toratékha kol hayom hi si'hati. Méoyévay té'hakéméni mitsvotékha ki lé'olam hi li. Mikol mélaméday hiskalti ki 'édévatékha si'ha li. Mizékénim étbonane ki fikoudékha natsarti. Mikol ora'h ra' kaliti raglay léma'ane échmor dévarékha. Mimichpatékha lo sarti ki ata horétani. Ma nimlétsou lé'hiki imratékha midévach léfi. Mipikoudékha étbonane 'al kèn sanéti kol ora'h chakèr.

מ ה אהבתי תורתך כל היום היא שיחתי.
מאבי תחכמי מצותך כי לעולם היא לי.
מכל מלמדי השכלתי כי עדותיך שיחה לי.
מזקנים אתבונן כי פקודיך נצחתי.
מכל ארח רע פלאתי רגלי למען אשמר דברך.
ממשפטיך לא סרתי כי אתה הוראתי.
מה נמלצו לחכי אמרתך מדבש לפי.
מפקודיך אתבונן על כן שגאתי כל ארח שקר.

Rée 'onyi vé'halétséni ki toratékha lo chakha'hti. Riva rivi ougaléni léimratékha 'hayéni. Ra'hok mérécha'im yéhou'a ki 'houkékha lo darachou. Ra'hamékha rabim Ado-nay kémichpatékha 'hayéni. Rabim rodéfay vétsaray méédévatékha lo natiti. Ra'iti vogue'dim vaétkotata achèr imratékha lo chamarou. Réé ki fikoudékha ahavti Ado-nay ké'hasdékhà 'hayéni. Roch dévarékha émet ou'olam kol michpat tsidkékhà.

ר אה עניי וחלצני כי תורתך לא שכחתי.
ריבה ריבי וגאלני לאמרתך חניני.
רחוק מרשעים ישועה כי חקיך לא דרשו.
רחמיך רבים יהוה כמשפטיך חניני.
רבים רדפי וצרי מעדותיך לא נסיתי.
ראיתי בגדים ואתקוטטה אשר אמרתך לא שמרו.
ראה כי פקודיך אהבתי יהוה כחסדך חניני.
ראש דברך אמת ולעולם כל משפט צדקך.



Torah-Box.com
diffusion du judaïsme aux francophones

Vous connaissez un malade ? Envoyez-nous son nom
www.torah-box.com/refoua-chelema