



Téhilim (Psaumes)

Chapitre 22

- 22,1
לְמַנְצֶיִךָ עַל אֵילַת הַשָּׁחַר מְזִמּוֹר לְדָוִד.
- 22,2
אֱלֹהֵי אֱלֹהֵי לִמָּה עֲזַבְתָּנִי רְחוּק מִיִּשׁוּעָתִי דְבָרֵי שְׁאֲגָתִי.
- 22,3
אֱלֹהֵי אֱקַרְא יוֹמָם וְלַיְלָה וְלִילָה וְלֹא דַמְיָה לִי.
- 22,4
וְאַתָּה קָדוֹשׁ יוֹשֵׁב תְּהִלּוֹת יִשְׂרָאֵל.
- 22,5
בְּךָ בָטְחוּ אֲבוֹתֵינוּ בָטְחוּ וַתִּפְלֹטְמוּ.
- 22,6
אֲלֵיךָ זָעַקוּ וְנִמְלָטוּ בְּךָ בָטְחוּ וְלֹא בּוֹשׁוּ.
- 22,7
וְאַנְכִי תוֹלַעַת וְלֹא אִישׁ חֶרֶפֶת אָדָם וּבְזוֹי עָם.
- 22,8
כָּל רֹאֵי יִלְעָגוּ לִי יִפְטִירוּ בְּשִׁפְהַי יִנְיְעוּ רֹאשׁ.
- 22,9
גַּל אֶל יְהוָה יִפְלֹטְהוּ יִצִּילֵהוּ 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



Choul'han 'Aroukh du Rav 'Ovadia Yossef (tome 4)

Les décisions halakhiques du Rav Ovadia Yossef dans un style clair et concis. Tome 4.

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



סָבְבוּנִי פְּרִים רַבִּים אֲבִירֵי בָשָׁן כְּתֵרוֹנִי.
22,14

פָּצוּ עָלַי פִּיהֶם אֲרִיֵּה טֶרֶף וְשֹׂאֵג.
22,15

כַּמִּים נִשְׁפַּכְתִּי וְהִתְפָּרְדּוּ כָּל עֲצָמוֹתַי: הֲיִה לְבִי כְּדוֹנֵג נִמְס בְּתוֹךְ
מַעֵי.

22,16

יָבֵשׁ כֶּחָרֶשׁ כַּחֵי וְלִשׁוֹנִי מְדַבֵּק מִלְּקוֹחֵי וְלַעֲפָר מוֹת תִּשְׁפָּתַנִּי.
22,17

כִּי סָבְבוּנִי כָּל־בָּיִם: עֲדַת מְרַעִים הִקִּיפוּנִי כְּאֲרֵי־יָדַי וּרְגָלַי.
22,18

אֲסַפֵּר כָּל עֲצָמוֹתַי הֵמָּה יִבִּיטוּ יִרְאוּ בִּי.
22,19

יִחַלְקוּ בְּגֵדֵי לֵהֶם וְעַל לְבוּשֵׁי יִפִּילוּ גוֹרָל.
22,20

וְאַתָּה יְיָהּ אֵל תִּרְחֹק אֵילוֹתַי לְעִזְרָתִי חוֹשֶׁה.
22,21

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

הוֹשִׁיעֵנִי מִפִּי אֲרִיֵּה וּמִקֶּרְנֵי רַמִּים עֲנִיתַנִּי.
22,23

אֲסַפְּרָה שְׁמֵךְ לְאַחֵי בְּתוֹךְ קֶהֱל אֲהַלְלֶנּוּ.
22,24

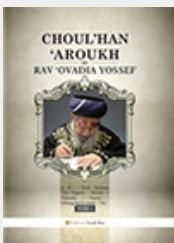
יִרְאֵי יְיָהּ הַלְלוּהוּ כָּל זֶרַע יַעֲקֹב כְּבָדוּהוּ וְגוּרוּ מִמֶּנּוּ כָּל זֶרַע
יִשְׂרָאֵל.

22,25

כִּי לֹא בָּזָה וְלֹא שָׁקַץ עֲנוֹת עֲנִי וְלֹא הִסְתִּיר פְּנֵיו מִמֶּנּוּ וּבִשְׁוֹעוֹ
אֱלֹהֵי שְׁמַע.

22,26

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



Choul'han 'Aroukh du Rav 'Ovadia Yossef (tome 4)

Les décisions halakhiques du Rav Ovadia Yossef dans un style clair et concis. Tome 4.

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



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

וַיִּזְכְּרוּ וַיִּשְׁבוּ אֶל יְהוָה כָּל אֶפְסֵי אֶרֶץ וַיִּשְׁתַּחֲוּוּ לְפָנֶיךָ כָּל מְשֻׁפְחוֹת
גוֹיִם.

22,29

כִּי לַיהוָה הַמְּלוֹכָה וּמִשָּׁל בַּגּוֹיִם.

22,30

אֶכְלוּ וַיִּשְׁתַּחֲוּוּ כָּל דָּשְׁנֵי אֶרֶץ 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

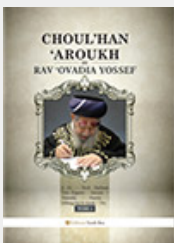
Des taureaux nombreux m'entourent, des bêtes puissantes de Basan m'assiègent.

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



Choul'han 'Aroukh du Rav 'Ovadia Yossef (tome 4)

Les décisions halakhiques du Rav Ovadia Yossef dans un style clair et concis. Tome 4.

Commandez : Tel. (Fr) : +33.1.80.91.62.91 - (Isr) : +972.77.466.03.32 - 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

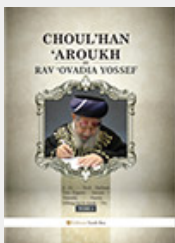
Ils mangeront et adoreront, tous les heureux de la terre ; devant lui s'inclineront ceux qui descendent dans la poussière, incapables de sustenter leur vie.

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.



Choul'han 'Aroukh du Rav 'Ovadia Yossef (tome 4)

Les décisions halakhiques du Rav Ovadia Yossef dans un style clair et concis. Tome 4.

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