

TEHILLIM FOR REFUAH

Among the Tehillim recited for a recovery from illness are Psalms 6, 13, 20, 22, 23, 30, 32, 38, 41, 51, 86, 88, 91, 102, 103, 121, 130, 142 and 143.



פרק ו

א למנצח בנגינות על-השמינית; מזמור לדוד
ב יהוה אל-באפך תוכיחני; ואל-בחמתך תיסרני
ג חנני יהוה כי אמלל-אני רפאני יהוה כי נבהלו עצמי
ד ונפשי נבהלה מאד; ואת [ואתה] יהוה עד-מתי
ה שובה יהוה חלצה נפשי; הושיעני למען חסדך
ו כי אין במוות זכרך; בשאול מי יודה-לך
ז יגעתי באנחתי אשחה בכל-לילה מטתי; בדמעתי ערשתי
אמסה
ח עששש מפעס עיני; עתקה בכל-צורכי
ט סורו ממני כל-פעלי און כי-שמע יהוה קול בכי
י שמע יהוה תחנוני; יהוה תפילתי יקח
יא יבשו ויבהלו מאד כל-אויבי; ישובו יבשו רגע

פרק יג

א למנצח מזמור לדוד
ב עד-אנה יהוה תשכחני נצח; עד-אנה תסתיר את-פניי ממני
ג עד-אנה אשית עצות בנפשי יגון בלבבי יומם;
עד-אנה ירום איבי עלי
ד הביטה ענני יהוה אליה; האירה עיני פן-אישן המות
ה פן-יאמר איבי יכליתיו; צרי יגילי כי אמוט
ו ואני בחסדך בטחתי יגל לבי בישועתך
אשירה ליהוה כי גמל עלי

פרק כ

א למנצח מזמור לדוד
ב יענך יהוה ביום צרה; ישגבר שם אליה יעקב
ג ישלח-עזרך מקדש; ומציון יסעדך
ד יזכר כל-מנחתך; ועולתך ידשנה סלה
ה יתן-לך כלבבך; וכל-עצתך ימלא
ו גרונה בישועתך ובשם-אלהינו נדגל;
ימלא יהוה כל-משאלותיך
ז עתה ידעתי כי הושיע יהוה משיחו
יענהו משמי קדשו בגברות ישע ימינו
ח אלה ברכב ואלה בסוסים;
ואנחנו בשם-יהוה אלהינו נזכיר
ט המה פָּרְעו ונפלו; ואנחנו קָמנו ונתעודד
י יהוה הושיעה המלך יעננו ביום-קראנו

פרק כב

א למנצח על-אילת השחר; מזמור לדוד
ב אלי אלי למה עזבתני; רחוק מישועתי דברי שאגתי
ג אליה אקרא יומם ולא תענה; ולילה ולא-דמיה לי
ד ואתה קדוש יושב תהלות ישראל
ה בך בטחו אבותינו; בטחו ותפלטמו
ו אליה יצקו ונמלטו; בך בטחו ולא-בושו
ז ואנכי תולעת ולא-איש; חרפת אדם וכזי עם
ח כל-ראי ילעגו לי; יפטריו בשפה יניעו ראש
ט גל אל-יהוה יפלטוה; יצילוה כי חפץ בו
י כי-אתה גחי מבטן; מבטיחי על-שדי אמי
יא עליה השלכתי מרחם; מבטן אמי אלי אתה
יב אל-תרחק ממני כי-צרה קרובה כי-אין עוזר
יג סבבוני פרים רבים; אבירי בשן כתרוני
יד פצו עלי פיהם; אריה טרף ושאג
טו כמים נשפכתי והתפרדו כל-עצמותי
היה לבי כדונג; נמס בתוך מעי
טז יבש כחרש כחי ולשוני מדבק מלקוחי; ולעפר-מות תשפנתני
יז כי סבבוני כלבים עדת מרעים הקיפוני; פארי ידי ורגלי
יח אספר כל-עצמותי; המה יביטו יראו-בי
יט יחלקו בגדי להם; ועל-לבوشي יפילו גורל
כ ואתה יהוה אל-תרחק; אילותי לעזרתי חושה
כא הצילה מחרב נפשי; מיד-כלב יחידתי
כב הושיעני מפי אריה; ומקרני רמים עניתי
כג אספורה שמך לאחי; בתוך קהל אהללך
כד יראי יהוה הללוהו כל-זרע יעקב כבדוהו;
וגורו ממנו כל-זרע ישראל
כה כי לא-בזה ולא שקץ ענות עני ולא-הסתיר פניו ממנו;
ובשועו אליו שמע
כו מאתך תהלתי בקהל רב נדרי אשלם נגד יראיו
כז יאכלו ענבים וישבעו יהללו יהוה דרשיו;
יחי לבבכם לעד
כח יזכרו וישובו אלי-יהוה כל-אפסי-ארץ;
וישתחו לפניך כל-משפחות גוים
כט כי ליהוה המלוכה; ומשל בגוים
ל אכלו וישתחוו כל-דשני-ארץ לפניו יכרעו כל-יורדי עפר;
ונפשו לא חיה
לא זרע יעבדנו; יספר לאדני לדור
לב יבאו ויגידו צדקתו לעם נולד כי עשה

פרק כג

א מזמור לדוד יהוה רעי לא אחסר
ב בנאות דשא ירביצני; על-מי מנחות ינהלני
ג נפשי ישוב; ינחני במעגלי-צדק למען שמו
ד גם כי-אלך בגיא צלמות לא-אירא רע כי-אתה עמדי;
שבטך ומשענתך המה ינחמני
ה תעזר לפני שליחן נגד צררי;
דשנת בשמן ראשי כוסי רגלי
ו אף טוב וחסד ירדפוני כל-ימי חיי;
ושבתי בבית-יהוה לארך ימים





פרק מא

א למנצח מזמור לדוד
ב אשרי משכיל אל-דל; ביום רעה ימלטהו יהוה
ג יהוה ישמרהו ויחיהו יאשר ואשר בארץ; ואל-
תתנהו בנפש איביו
ד יהוה יסעדהו על-ערש דויו; כל-משכבו הפכת
בחליו
ה אני-אמרתי יהוה חנני; רפאה נפשי כי-חטאתי
לך
ו אויבי יאמרו רע לי; מתי ימות ואבד שמו
ז ואם-בא לראות שוא ידבר לבו יקבץ-און לו; יצא
לחוץ ידבר
ח יחד עלי יתלחשו כל-שנאי; עלי יחשבו רעה לי
ט דבר-בליעל יצוק בו; ואשר שכת לא-יוסיף לקום
י גם-איש שלומי אשר-בטחתי בו אוכל לחמי;
הגדיל עלי עקב
יא ואתה יהוה חנני והקימני; ואשלמה להם
יב בזאת ידעתי כי-חפצת בי כי לא-יריע איבי עלי
יג ואני בתמי תמכת בי; ותציבני לפניך לעולם
יד ברוך יהוה אלהי ישראל מהעולם ועד העולם
אמן ואמן

פרק נא

א למנצח מזמור לדוד
ב בבוא-אליו נתן הנביא כאשר-בא אל-בת-שבע
ג חנני אלהים חסדך; כרב רחמיך מחה פשעי
ד הרבה [הרב] כבסני מעוני; ומחטאתי טהרני
ה כי-פשעי אני אדע; וחטאתי נגדי תמיד
ו לך לבדך חטאתי והרע בעיניך עשיתי
למען תצדק בדברך תזכה בשפטך
ז הן-בעון חוללתי; ובחטא יחמתני אמי
ח הן-אמת חפצת בטחותי; ובסתם חכמה תודיעני
ט תחטאני באזוב ואטהר; תכבסני ומשילג אלבין
י תשמיעני ששון ושמחה; תגלנה עצמות דכית
יא הסתר פניך מחטאי; וכל-עונתי מחה
יב לב טהור ברא-לי אלהים; ורוח נכון חדש בקרבי
יג אל-תשליכני מלפניך; ורוח קדשך אל-תקח
ממני
יד השיבה לי ששון ישעך; ורוח נדיבה תסמכני
טו אלמדה פשעים דרכיך; וחטאים אליך ישובו
טז הצילני מדמים אלהים אלהי תשועתי
תרנן לשוני צדקתך
יז אדני שפתי תפתח; ופי יגיד תהלתך
יח כי לא-תחפץ זבח ואתנה; עולה לא תרצה
יט זבחי אלהים רוח נשברה
לב-נשבר ונדכה אלהים לא תבזה
כ היטיבה ברצונך את-צינן; תבנה חומות ירושלם
כא אז תחפץ זבחי-צדק עולה וכליל;
אז יעלו על-מזבחך פרים

פרק נח

א מזמור לדוד להזכיר
ב יהוה אל-בקצף תוכיחני; ובחמתך תיסרני
ג כי-חציר נחתו בי; ותנחת עלי ידך
ד אין-מתם בבשרי מפני זעמך; אין-שלום
בעצמי מפני חטאתי
ה כי עונתי עברו ראשי; כמשא כבד יכבדו
ממני
ו הבאישו נמקו חבורתי; מפני אולתי
ז נעויתי שחתי עד-מאד; כל-היום קדך
הלכתי
ח כי-כסלי מלאו נקלה; ואין מתם בבשרי
ט נפוגותי ונדכיתי עד-מאד; שאגתי מנהמת
לבי
י אדני נגדך כל-תאותי; ואנחתי מקר לא-
נסתרה
יא לבי סחרחר עזבני כחי; ואור-עיני גם-הם
אין אתי
יב אהבי ורעי מנגד נגעי יעמדו; וקרובי
מרחק עמדו
יג וינקשו מבקשי נפשי ודרשי רעתי דברו
הזות; ומרמות כל-היום יהגו
יד ואני כחרש לא אשמע; וכאלם לא יפתח-
פיו
טו ואהי כאיש אשר לא-שמע; ואין בפיו
תוכחות
טז כי-לך יהוה הוחרתי; אתה תענה אדני
אלהי
יז כי-אמרתי פן-ישמחו-לי; במוט רגלי עלי
הגדילו
יח כי-אני לצלע נכון; ומכאובי נגדי תמיד
יט כי-עוני אגיד; אדאג מחטאתי
כ ואיבי חיים עצמו; ורבו שנאי שקר
כא ומשלמי רעה תחת טובה יטשונני תחת
רדופי [נדפני] טוב
כב אל-תעזבני יהוה; אלהי אל-תרחק ממני
כג חושה לעזרתי; אדני תשועתי

פרק ל

א מזמור שיר-חנכת הבית לדוד
ב ארוממך יהוה כי דלייתי; ולא-שמחת
איבי לי
ג יהוה אלהי שועתי אליך ותרפאני
ד יהוה העלית מן-שאל נפשי; חיייתי
מירודי [מירדי] בור
ה זמרו ליהוה חסידיו; והודו לזכר קדשו
ו כי רגע באפו חיים ברצונו
בערב יליו בכי; ולבקר רנה
ז ואני אמרתי בשלוי בל-אמוט לעולם
ח יהוה ברצונך העמדתה להררי-עז
הסתרתי פניך; הייתי נבהל
ט אליך יהוה אקרא; ואל-אדני אתחנן
י מה-בצע בדמי ברדתי אל-שחת
היודך עפר; היגיד אמתך
יא שמע-יהוה וחנוני; יהוה היה-עזר לי
יב הפכת מספדי למחול לי פתחת שקי;
ותאזרני שמחה
יג למען יזמרך כבוד ולא ידם
יהוה אלהי לעולם אודך

פרק לב

א לדוד משכיל אשרי נשוי-פשע;
פסו חטאה
ב אשרי אדם לא יחשב יהוה לו עון;
ואין ברוחו רמיה
ג כי-החרשתי בלו עצמי בשאגתי
כל-היום
ד כי יומם וליילה תכבד עלי ידך
נהפך לשדי בסרבני קיץ סלה
ה חטאתי אודיעך ועוני לא-כסיתי
אמרתי אודה עלי פשעי ליהוה;
ואתה נשאת עון חטאתי סלה
ו על-זאת יתפלל כל-חסיד אליך
לעת מצא
רק לשטף מים רבים אליו לא יגיעו
ז אתה סתר לי מצר תצרני
רני פלט; תסובבני סלה
ח אשכילך ואורך בדרג-זו תלה;
אינעה עליך עיני
ט אל-תהיו כסוס כפרד אין הבין
במתג-ורסן עדיו לבלום; בל קרב
אליך
י רבים מכאובים לרשע והבוטח
ביהוה חסד יסובבנו
יא שמחו ביהוה וגילו צדיקים;
והרנינו כל-ישרי-לב





פרק צא

א יֵשֶׁב בְּסֵתֶר עֲלִיּוֹן; בְּצֵל שְׁדֵי יִתְלוֹן
ב אִמֵּר לַיהוָה מַחְסֵי וּמַצּוֹדֹתַי; אֱלֹהֵי אֲבֹטְחֵבּוּ
ג כִּי הוּא יִצִּילֵךְ מִפֶּחַ יְקוֹשׁ; מִדְּבַר הָוֶה
ד בְּאִבְרָתוֹ יִסָּךְ לָךְ וְתַחַת־כַּנְפָּיו תִּחְסֶה; צָנָה וְסִחְרָה אֲמַתּוֹ
ה לֹא־תִירָא מִפֶּחַד לֵילָה; מִחָץ יַעֲוִף יוֹמָם
ו מִדְּבַר בְּאִפֶּל יֵהֱלֶךְ; מִקֵּטֶב יִשׁוּד צֹהְרִים
ז יִפֹּל מִצִּדְּךָ אֵלַי וְרִבְבָּה מִימִינִי; אֵלַי לֹא יִגָּשׁ
ח רֶק בְּעֵינֶיךָ תִּבְיט; וְשִׁלְמַת רָשָׁעִים תִּרְאֶה
ט כִּי־אֲתָה יְהוָה מַחְסֵי; עֲלִיּוֹן שְׁמַת מַעוֹנֶךָ
י לֹא־תֵאָנֶה אֵלַי רָעָה; וְנָגַע לֹא־יִקְרַב בְּאֵהָלְךָ
יא כִּי מִלְּאֲכִיו יִצְוֶה־לָּךְ; לְשִׁמְרֶךָ בְּכָל־דְּרָכֶיךָ
יב עַל־כַּפֵּים יִשְׁאֹנֶה; פֶּן־תִּגָּף בְּאֵבָן רִגְלֶךָ
יג עַל־שֹׁחַל וְפֶתֶן תִּדְרֹךְ; תִּרְמַס כִּפִּיר וְתִנֵּן
יד כִּי בִי חֹשֶׁק וְאִפְלֹטָהוּ; אֲשַׁגְּבֵהוּ כִּי־יֵדַע שְׁמִי
טו יִקְרָאֵנִי וְאֶעֱנֶהוּ עֲמוּ־אֲנִי בְּצָרָה; אֲחַלְצֵהוּ וְאֲכַבְּדֵהוּ
טז אַרְךָ יָמִים אֲשַׁבֵּיעֵהוּ; וְאַרְאֵהוּ בִישׁוּעָתִי

פרק קב

א תִּפְלֶה לַעֲנִי כִי־יַעֲטֹף וּלְפָנָי יְהוָה יִשְׁפָּךְ שִׁיחוֹ
ב יְהוָה שְׁמֵעָה תִּפְלֵתִי; וְשׁוֹעֲתִי אֵלַי תְּבֹא
ג אֶל־תִּסְתֵּר פָּנֶיךָ מִמֶּנִּי בְיוֹם צָר־לִי
הטֶה־אֵלִי אֲזַנְךָ; בְיוֹם אֲקָרָא מִהֵר עֲנֵנִי
ד כִּי־כָלוּ בְעָשָׁן יָמַי; וְעֲצָמוֹתַי כְּמוֹקֵד נִחְרוּ
ה הוֹכֶה־כְּעֹשֶׁב וַיִּבֶשׁ לִבִּי כִי־שָׁכַחְתִּי מֵאֲכָל לֶחֶמִי
ו מִקּוֹל אֲנָחְתִּי דִבְקָה עֲצָמִי לְבָשָׁרִי
ז דְּמִיתִי לִקְאֵת מִדְּבַר; הֵייתִי כְּכֹס חֲרִבוֹת
ח שִׁקְדָתִי וְאֶהְיֶה כְּצִפּוֹר בּוֹדֵד עַל־גֹּגֶץ
ט כָּל־הַיּוֹם חֲרָפוֹנִי אוֹיְבִי; מְהוֹלְלִי בִי נִשְׁבְּעוּ
י כִי־אֶפֶר כְּלָחֶם אֲכַלְתִּי; וְשָׁקֵנִי בִבְכִי מִסְכָּתִי
יא מִפְּנֵי־זַעַמְךָ וְקִצְפֶּךָ כִּי נִשְׁאַתְנִי וְתִשְׁלִיכֵנִי
יב יָמַי כָּצַל נָטוּי; וְאֵנִי כְעֹשֶׁב אִיבֵשׁ
יג וְאֲתָה יְהוָה לְעוֹלָם תִּשָּׁב; וְזִכְרֶךָ לְדוֹר וָדוֹר
יד אֲתָה תִּקְוָה תִּרְחַם צִיּוֹן כִּי־עַתָּה לִחְנֹנָה כִּי־בָא מוֹעֵד
טו כִּי־רָצוּ עֲבָדֶיךָ אֶת־אֲבֹנֶיהָ; וְאֶת־עַפְרָהּ יַחֲנֹנוּ
טז וַיִּירָאוּ גוֹיִם אֶת־שֵׁם יְהוָה; וְכָל־מַלְכֵי הָאָרֶץ אֶת־כְּבוֹדְךָ
יז כִּי־בָנָה יְהוָה צִיּוֹן נִרְאָה בְּכָבוֹדוֹ
יח פֶּנֶה אֶל־תִּפְלַת הָעָרֶךָ; וְלֹא־בָזָה אֶת־תִּפְלֹתֶם
יט תִּכְתֹּב זֹאת לְדוֹר אַחֲרוֹן; וְעַם נִבְרָא יִהְלָלֶיהָ
כ כִּי־הִשְׁקִיף מִמְרוֹם קִדְשׁוֹ; יְהוָה מִשְׁמִים אֶל־אָרֶץ הַבַּיִת
כא לְשִׁמְעַת אֲנָקַת אֲסִיר; לִפְתַּח בְּנֵי תַמּוּתָהּ
כב לִסְפֹּר בְּצִיּוֹן שֵׁם יְהוָה; וְתַהַלְלוּ בִירוּשָׁלַם
כג בְּהִקְבֹּץ עַמִּים יַחְדוֹ; וּמִמְלָכוֹת לַעֲבֹד אֶת־יְהוָה
כד עֲנֶה בְדֶרֶךְ כַּחוֹ [לְחַיִּי] קֶצֶר יָמִי
כה אִמֵּר אֵלִי אֵל תַּעֲלֵנִי בְּחֵץ יָמִי בְּדוֹר דּוֹרִים שְׁנוֹתֶיךָ
כו לִפְנֵים הָאָרֶץ יִסְדָּתִי; וּמַעֲשֵׂה יְדִידִי שְׁמִים
כז הִמָּה יֵאָבְדוּ וְאֲתָה תַעֲמִד
כח וְכָל־כְּבֹד יִבְלֶה; כְּלָבוֹשׁ תַּחְלִיפִם וְיִחַלְפוּ
כח וְאֲתָה־הוּא; וְשְׁנוֹתֶיךָ לֹא יִתְמוּ
כט בְּנֵי־עֲבָדֶיךָ יִשְׁכּוֹנוּ; וְזֶרַע לְפָנֶיךָ יִכּוֹן

פרק פו

א תִּפְלֶה לְדוֹד
הטֶה־יְהוָה אֲזַנְךָ עֲנֵנִי כִי־עָנִי וְאֶבְיוֹן אֲנִי
ב שְׁמֵרָה נִפְשִׁי כִי־חָסִיד אֲנִי
הוֹשֻׁעַ עֲבָדְךָ אֲתָה אֱלֹהֵי הַבּוֹטָח אֵלַי
ג חֲנֻנִי אֲדִנִּי כִי אֵלַי אֲקָרָא כָל־הַיּוֹם
ד שְׁמַח נִפְשׁ עֲבָדְךָ כִּי אֵלַי אֲדִנִּי נִפְשִׁי אֲשֹׁא
ה כִּי־אֲתָה אֲדִנִּי טוֹב וְסֹלָה; וְרִב־חֶסֶד לְכָל־קִרְאֶיךָ
ו הַאֲזִינָה יְהוָה תִּפְלֵתִי; וְהִקְשִׁיבָה בְּקוֹל תַּחֲנוּנוֹתִי
ז בְיוֹם צָרְתִּי אֲקָרָא כִּי תַעֲנֵנִי
ח אִין־כְּמוֹךָ בְּאֵלֵהֶם אֲדִנִּי; וְאִין כְּמַעֲשֶׂיךָ
ט כְּלִיגוֹיִם אֲשֶׁר עָשִׂיתָ יְבֹאוּ וְיִשְׁתַּחֲווּ לְפָנֶיךָ אֲדִנִּי; וַיִּכְבְּדוּ לְשִׁמְךָ
י כִּי־גָדוֹל אֲתָה וְעֹשֶׂה נִפְלְאוֹת; אֲתָה אֱלֹהִים לְבָדְךָ
יא הוֹרֵנִי יְהוָה דֶּרֶךְךָ אֲהַלֵּךְ בְּאֲמַתְךָ;
יב יַחַד לְבָבִי לִירְאָה שְׁמֶךָ
יג אוֹדְךָ אֲדִנִּי אֱלֹהֵי בְּכָל־לִבִּי; וְאֲכַבְּדָה שְׁמֶךָ לְעוֹלָם
יד כִּי־חֲסֹדְךָ גָּדוֹל עָלַי; וְהִצַּלְתָּ נַפְשִׁי מִשְׁאוּל תַּחַת־יָדֶיךָ
יד אֱלֹהִים זָדִים קְמוּ־עָלַי וְעַדֵּת עֲרִיצִים בְּקִשׁוֹ נִפְשִׁי;
יז לֹא שְׁמוּךְ לִנְגָדָם
טו וְאֲתָה אֲדִנִּי אֶל־רַחוּם וְחַנוּן; אַרְךָ אִפִּים וְרִב־חֶסֶד וְאֲמַת
טז פֶּנֶה אֵלַי וְחַנּוּנִי תִגְדֵּל־עֲזָךְ לְעֲבָדֶיךָ; וְהוֹשִׁיעָה לְבֹן־אֲמַתְךָ
יז עֲשֵׂה־עֲמִי אוֹת לְטוֹבָה
יח וִירָאוּ שְׂנְאֵי יְבִישׁוּ כִי־אֲתָה יְהוָה עֲזָרְתִּנִּי וְנַחֲמַתִּנִּי

פרק פח

א שִׁיר מִזְמוֹר לְבִנְי־קֶרֶחַ
לְמַנְצֵחַ עַל־מַחְלַת לַעֲנוּת; מִשְׁכִּיל לְהִימֵן הָאֲזָרְחִי
ב יְהוָה אֱלֹהֵי יִשְׁוֹעָתִי יוֹם־צַעֲקָתִי בְּלֵילֵה נִגְדָךְ
ג תְּבֹא לְפָנֶיךָ תִּפְלֵתִי; הַטֶּה אֲזַנְךָ לְרִנָּתִי
ד כִּי־שָׁבְעָה בְּרַעוֹת נִפְשִׁי; וְחַיִּי לְשִׁאוּל הִגִּיעוּ
ה נַחֲשִׁבְתִּי עִם־יֹרְדֵי בּוֹר; הֵייתִי כְּגִבֹר אִין־אֵיל
ו בְּמַתִּים חִפְשִׁי
כמו חֲלָלִים שִׁכְבִּי קֶבֶר אֲשֶׁר לֹא זָכַרְתָּם עוֹד;
וְהִמָּה מִיָּדְךָ נִגְזְרוּ
ז שְׁתַּנִּי בְּבוֹר תַּחַתִּית; בְּמַחֲשָׁכִים בְּמַצְלוֹת
ח עָלַי סִמְכָה חֲמַתְךָ; וְכָל־מִשְׁכְּרֶיךָ עֲנִית סִלָּה
ט הִרְחַקְתָּ מִיָּדַי מִמֶּנִּי שְׁתַּנִּי תוֹעֲבוֹת לְמוֹ;
כָּלֹא וְלֹא אֲצֹא
י עֵינֵי דָאֲבָה מִנִּי־עָנִי
קִרְאָתֶיךָ יְהוָה בְּכָל־יוֹם; שִׁטְחָתִי אֵלַי כָּפִי
יא הַלְמַתִּים תַּעֲשֶׂה־פֶלֶא אִם־רָפְאִים יְקוֹמּוּ
יודוך סִלָּה
יב הִיִּסְפֵּר בְּקֶבֶר חֲסִידֶיךָ; אֲמוֹנֶתְךָ בְּאִבְדּוֹן
יג הִיִּדְעַת בַּחֲשֵׁךְ פִּלְאָךָ; וְצִדְקָתְךָ בְּאָרֶץ נִשְׁיָה
יד וְאֵנִי אֵלַי יְהוָה שׁוֹעֲתִי; וּבִבְקָר תִּפְלֵתִי
תִּקְדַּמְךָ
טו לְמָה יְהוָה תִּזְנַח נִפְשִׁי; תִּסְתִּיר פָּנֶיךָ מִמֶּנִּי
טז עָנִי אֲנִי וְגוֹעַ מִנְעֵר; נִשְׁאַתִּי אֲמִיךָ אֶפְנֶה
יז עָלַי עֲבָרוּ חֲרוֹנֶיךָ; בַּעוֹתֶיךָ צַמְחוּתִנִּי
יח סִבּוּנִי כְּמִים כָּל־הַיּוֹם; הִקִּיפוּ עָלַי יַחַד
יט הִרְחַקְתָּ מִמֶּנִּי אֱהָב וָרַע; מִיָּדַי מִחֲשָׁךְ





פרק קג

א לְדוֹד בְּרָכִי נַפְשִׁי אֶת־יְהוָה; וְכָל־קִרְבִּי אֶת־שֵׁם קְדוֹשׁוֹ
ב בְּרָכִי נַפְשִׁי אֶת־יְהוָה; וְאֶל־תִּשְׁכַּחֲנִי כָל־גְּמוּלוֹ
ג הַסֵּלַח לְכָל־עֲוֹנוֹכִי; הִרְפָּא לְכָל־תַּחֲלָאוֹתֵי
ד הַגּוֹאֵל מִשַּׁחַת חַיִּיכִי; הַמַּעֲטָרְכִי חֶסֶד וְרַחֲמִים
ה הַמַּשְׁבִּיעַ בְּטוֹב עֲדִי; תַּתְּחַדֵּשׁ כְּנֶשֶׁךְ נְעוּרֵיכִי
ו עֲשֵׂה צְדָקוֹת יְהוָה; וּמִשְׁפָּטִים לְכָל־עֲשׂוּקִים
ז יוֹדִיעַ דְּרָכָיו לְמַשְׁה; לִבְנֵי יִשְׂרָאֵל עֲלִילוֹתָיו
ח רַחוּם וְחַנּוּן יְהוָה; אַרְךְ אַפִּים וְרַב־חֶסֶד
ט לֹא־לִנְצַח יָרִיב; וְלֹא לַעֲלוֹם יִטּוֹר
י לֹא כַחַטָּאִינוּ עָשָׂה לָנוּ; וְלֹא כַעֲוֹנוֹתֵינוּ גָּמַל עָלֵינוּ
יֵא כִּי כִגְבַהַּ שָׁמַיִם עַל־הָאָרֶץ גִּבֹּר חֶסֶדוֹ עַל־יִרְאָיו
יב כִּרְחֹק מִזְרַח מִמַּעַרְב הִרְחִיק מִמֶּנּוּ אֶת־פְּשָׁעֵינוּ
יג כִּרְחֹם אֵב עַל־בָּנִים רַחֵם יְהוָה עַל־יִרְאָיו
יד כִּי־הוּא יָדַע יִצְרָנוּ; זָכוֹר כִּי־עָפָר אֲנַחְנוּ
טו אָנוּשׁ כַּחֲצִיר יָמָיו; כְּצִץ הַשָּׂדֶה כֵּן יִצִּץ
טז כִּי רוּחַ עֲבָרָהּ בּוֹ וְאִינּוּ; וְלֹא־יִכְרַנּוּ עוֹד מְקוֹמוֹ
יז וְחֶסֶד יְהוָה מַעֲלוֹם וְעַד־עוֹלָם עַל־יִרְאָיו;
וְצִדְקָתוֹ לִבְנֵי בָנִים
יח לְשִׁמְרֵי בְרִיתוֹ; וּלְזִכְרֵי פִקְדָּיו לַעֲשׂוֹתָם
יט יְהוָה בְּשָׁמַיִם הֵכִין כִּסְאוֹ; וּמַלְכוּתוֹ בְּכָל מַשְׁלָה
כ בְּרָכּוֹ יְהוָה מִלְּאֲקִיּוֹ
גברי כח עֲשֵׂה דְבָרוֹ; לְשִׁמְעַה בְּקוֹל דְּבָרוֹ
כא בְּרָכּוֹ יְהוָה כָּל־צָבָאוֹ מִשְׁרָתָיו עֲשֵׂה רְצוֹנוֹ
כב בְּרָכּוֹ יְהוָה כָּל־מַעֲשָׂיו בְּכָל־מְקוֹמוֹת מְמִשְׁלָתוֹ;
בְּרָכִי נַפְשִׁי אֶת־יְהוָה

פרק קכא

א שִׁיר לַמַּעֲלוֹת
אֲשָׁא עֵינֵי אֶל־הַהָרִים מֵאֵין יְבֵא עֲזָרִי
ב עֲזָרִי מֵעַם יְהוָה עֲשֵׂה שְׁמִיִּם וְאָרֶץ
ג אֶל־יִתֵּן לְמוֹט רִגְלָהּ; אֶל־יָנוּם שִׁמְרָךְ
ד הִנֵּה לֹא־יָנוּם וְלֹא יִישָׁן שׁוֹמֵר יִשְׂרָאֵל
ה יְהוָה שִׁמְרָךְ; יְהוָה צִלְךָ עַל־יָד יְמִינֶךָ
ו יוֹמָם הַשֶּׁמֶשׁ לֹא יִכְבֶּה; וַיָּרֶם בְּלִילָהּ
ז יְהוָה יִשְׁמְרֶךָ מִכָּל־רָע יִשְׁמֹר אֶת־נַפְשְׁךָ
ח יְהוָה יִשְׁמַר־צִאתְךָ וּבּוֹאֶךָ מֵעַתָּה וְעַד־עוֹלָם



פרק קל

א שִׁיר הַמַּעֲלוֹת
מִמַּעַמְקִים קָרָאתִיךָ יְהוָה
ב אֲדִנִּי שְׁמַעַה בְּקוֹלִי
תְהִי־יְיָ אֲזִינִיךָ קְשׁוּבוֹת לְקוֹל תַּחֲנוּנֵי
ג אִם־עוֹנוֹת תִּשְׁמַר־יְהוָה אֲדִנִּי מִי יַעֲמֵד
ד כִּי־עָמְךָ הַסְּלִיחָה לְמַעַן תִּגְרָא
ה קוֹיָתִי יְהוָה קוֹיָתָה נַפְשִׁי; וְלִדְבָרוֹ הוֹחֵלִתִּי
ו נַפְשִׁי לֹאֲדִנִּי מִשְׁמָרִים לְבָקֵר שְׁמָרִים לְבָקֵר
ז יַחַל יִשְׂרָאֵל אֶל־יְהוָה כִּי־עַם־יְהוָה הַחֶסֶד; וְהִרְבָּה עִמּוֹ פְדוּתוֹ
ח וְהוּא יַפְדֶּה אֶת־יִשְׂרָאֵל מִכָּל עוֹנֵתָיו

פרק קמב

א מִשְׁכִּיל לְדָוִד;
בְּהִיּוֹתוֹ בַּמַּעֲרָה תַּפְלָה
ב קוֹלִי אֶל־יְהוָה אֲזַעֵק; קוֹלִי אֶל־יְהוָה אֶתְחַנֵּן
ג אֲשַׁפֵּף לִפְנֵי שִׁיחִי; צָרָתִי לִפְנֵי אֲגִיד
ד בְּהִתְעַטֵּף עָלַי רוּחִי וְאַתָּה יָדַעְתָּ נְתִיבָתִי
ה אֲרַחֲצֵה אֶהְלֵךְ טָמֵנוּ פֶּחַ לִי
ו הַבִּיט יְמִין וְרֹאה וְאִין־לִי מִכִּיר
אָבֵד מִנוֹס מִמֶּנִּי; אִין דּוֹרֵשׁ לְנַפְשִׁי
ו זַעֲקָתִי אֵלֶיךָ יְהוָה
אֲמַרְתִּי אַתָּה מַחֲסִי; חֲלָקִי בְּאָרֶץ הַחַיִּים
ז הַקְּשִׁיבָה אֶל־רִנָּתִי כִי־דִלּוֹתִי־מָאֵד
הַצִּילֵנִי מִדָּפִי כִּי אֲמַצּוּ מִמֶּנִּי
ח הוֹצִיאָה מִמִּסְגַּר נַפְשִׁי לְהוֹדוֹת אֶת־שִׁמְךָ
בִּי יִכְתְּרוּ צְדִיקִים כִּי תִגְמַל עָלַי

פרק קמג

א מִזְמוֹר לְדָוִד
יְהוָה שָׁמַע תַּפְלָתִי הֶאֱזִינָה אֶל־תַּחֲנוּנֵי;
ב אֲמַנְתָּךְ עֲנֵנִי בְּצִדְקָתְךָ
ג וְאֶל־תִּבּוֹא בְּמִשְׁפָּט אֶת־עַבְדְּךָ
ד כִּי לֹא־יִצְדַּק לִפְנֵיךָ כָל־חַי
ה כִּי רָדַף אוֹיֵב נַפְשִׁי דָּכָא לְאָרֶץ חַיָּתִי;
ו הוֹשִׁבֵנִי בְּמַחְשָׁכִים כְּמַתִּי עוֹלָם
ז וְתַתְּעִטֵּף עָלַי רוּחִי; בְּתוֹכִי יִשְׁתַּוְּמֵם לִבִּי
ח זָכַרְתִּי יָמַיִם מְקֹדֶם הִגִּיתִי בְּכָל־פְּעֻלָּה; בְּמַעֲשֵׂה יָדֶיךָ אֲשׁוּחַח
ו פִּרְשִׁתִּי יָדַי אֵלֶיךָ; נַפְשִׁי כְּאֶרֶץ־עֵיפָה לֹךְ סָלָה
ז מִהָרַע עֲנֵנִי יְהוָה כָּל־תָּה רֹחִי
אֶל־תִּסָּתֵר פְּנִיךָ מִמֶּנִּי; וְנִמְשַׁלְתִּי עַם־יִרְדֵּי בּוֹר
ח הַשְׁמִיעֵנִי בְּבָקֵר חֶסֶדְךָ כִּי־בָרַךְ בְּטַחָתִי
הוֹדִיעֵנִי דְרָגְצֵה אֵלֶךְ כִּי־אֵלֶיךָ נִשְׁאֵתִי נַפְשִׁי
ט הַצִּילֵנִי מֵאִיִּבִי יְהוָה אֵלֶיךָ כִּסֵּתִי
י לְמַדֵּנִי לַעֲשׂוֹת רְצוֹנְךָ כִּי־אַתָּה אֱלֹהֵי
וּרְחֹק טוֹבָה; תִּנְחַנֵּי בְּאָרֶץ מִישׁוֹר
יֵא לְמַעַן־שִׁמְךָ יְהוָה תַּחֲנִינִי; בְּצִדְקָתְךָ תּוֹצִיא מִצָּרָה נַפְשִׁי
יב וּבְחֶסֶדְךָ תִּצְמִית אִיִּבִי וְהִאֲבֹדְתָה כָּל־צָרָרִי נַפְשִׁי כִּי אֲנִי עַבְדְּךָ