



פסוקי צעקות ותחינות

להשם יתברך מספר תהלים.

רבינו נחמן מברסלב היה רגיל לפעמים לומר מספר תהלים

רק הפסוקים המדברים מתחינות בקשות וצעקות לשי"ת

(שבחי הר"ן אות י')

ולכן טוב למי שרוצה לצעוק לשמים ולעורר רחמים לקבל ישועה טוב שילך בדרך זו, ובליקוט זה ימצא מילים ושיח שפתיים למצוא צעקות ותחינות להשי"ת להושיעו מכל צרותיו ושתקבל תפילתו ברצון.

[אין אנו מתיימרים לומר שפסוקים אלו דווקא אמרם רבינו זצ"ל, אלא בדרך רצון להתחקות אחר רבו עד כמה שהשיגה ידינו].

תהלים של רבי נחמן מברסלב

הוצ"ל ע"י [חסידי ברסלב](#) "ברסלב מאיר" 050-4161022

יְהוָה, מִה רַבּוֹ צָרִי, רַבִּים קָמִים עָלַי:
קוֹמָה יְהוָה הוֹשִׁיעֵנִי אֱלֹהֵי, כִּי הִכִּיתָ אֶת כָּל אֲיֵבֵי לְחֵי, שְׁבִי רְשָׁעִים שְׁבַרְתָּ:
לִיהוָה הַיְשׁוּעָה, עַל עֲמָךְ בְּרַכְתָּךְ סֵלָה:
בְּקִרְאֵי עֲנִי אֱלֹהֵי צְדָקִי, בְּצַר הִרְחַבְתָּ לִּי, חֲנִנִי וּשְׁמַע תְּפִלָּתִי:
אֲמַרְי הָאֲזִינָה יְהוָה בִּינָה הַגִּיגִי:
הַקְשִׁיבָה לְקוֹל שׁוֹעֵי מַלְכֵי וְאֵלֵהִי כִּי אֵלַיךְ אֲתַפְּלֵל:
יְהוָה, נְחַנֵּי בְּצִדְקֹתֶיךָ לְמַעַן שׁוֹרְרִי, הַיֹּשֵׁר (הוֹשֵׁר) לְפָנַי דְּרָכְךָ:
יְהוָה, אַל בְּאֶפֶס תּוֹכִיחֵנִי, וְאַל בְּחַמְתְּךָ תִּיסְרֵנִי:
חֲנִנִי יְהוָה כִּי אֲמַלֵּל אָנֹכִי, רַפְּאֵנִי יְהוָה כִּי נִבְהַלּוּ עֲצָמָי:
וּנְפֹשִׁי נִבְהַלָּה מְאֹד, וְאַתָּה (וְאֵת) יְהוָה עַד מָתִי:
שׁוּבָה יְהוָה חֲלֻצָה נְפֹשִׁי, הוֹשִׁיעֵנִי לְמַעַן חֲסִדְךָ:
סוּרוּ מִמֶּנִּי, כָּל פְּעֻלֵי אָוֶן, כִּי שָׁמַע יְהוָה, קוֹל בְּכִיִּי:
שָׁמַע יְהוָה תַּחֲנֻנֹתַי, יְהוָה תְּפִלָּתִי יִקְחֶ:
יְהוָה אֱלֹהֵי בְּךָ חֲסִיתִי, הוֹשִׁיעֵנִי מִכָּל רֹדְפֵי וְהַצִּילֵנִי:
קוֹמָה יְהוָה בְּאֶפֶס, הַנְּשֵׂא בְּעִבְרוֹת צוֹרְרִי, וְעוֹרָה אֵלַי, מִשְׁפָּט צוּיֹתִי:
יְהוָה, יִדִּין עַמִּים, שְׁפֹטֵנִי יְהוָה כְּצִדְקֵי וּכְתַמֵּי עָלַי:

קוֹמָה יְהוָה בְּאֶפֶס הַנְּשֵׂא בְּעִבְרוֹת צוֹרְרִי, וְעוֹרָה אֵלַי מִשְׁפָּט צוּיֹתִי: חֲנִנִי יְהוָה, רְאֵה עָנְיִי מִשְׁנָאִי,
מְרוֹמְמֵי מִשְׁעָרֵי מוֹת:

קוֹמָה יְהוָה אַל יַעַז אָנוּשׁ, יִשְׁפֹּטוּ גוֹיִם עַל פְּנִיךָ:
לְמָה יְהוָה תַּעֲמֹד בְּרַחֲוֶק, תַּעֲלִים לַעֲתוֹת בְּצָרָה:
קוֹמָה יְהוָה אַל נִשְׂא יָדְךָ, אַל תִּשְׁכַּח עַנְוִים (עַנְיִים):
הוֹשִׁיעָה יְהוָה, כִּי גָמַר חֲסִיד, כִּי פָסוּ אַמּוֹנִים, מִבְּנֵי אָדָם:
עַד אָנָּה יְהוָה תִּשְׁכַּחֲנִי נְצַח, עַד אָנָּה תִסְתִּיר אֶת פְּנִיךָ מִמֶּנִּי:
עַד אָנָּה אֲשִׁית עֲצוֹת בְּנַפְשִׁי יְגוֹן בְּלִבִּי יוֹמָם, עַד אָנָּה יְרוּם אֲיֵבֵי עָלַי:
הַבִּיטָה עָנְנֵי יְהוָה אֱלֹהֵי, הָאִירָה עֵינַי פֶּן אִישַׁן הַמּוֹת:
מִכְתָּם לְדוֹד שְׁמֵרְנֵי אַל כִּי חֲסִיתִי בְּךָ:
אֲמַרְתָּ לִיהוָה אֲדֹנָי אַתָּה, טוֹבֵתִי בַל עָלַיךָ:
יְהוָה מִנֵּת חֶלְקִי וְכוֹסֵי אַתָּה תוֹמִיךָ גּוֹרְלִי:
כִּי לֹא תַעֲזֹב נְפֹשִׁי לְשֹׂאוֹל לֹא תִתֵּן חֲסִידְךָ, לְרֹאוֹת שְׁחַת:
תוֹדִיעֵנִי אֲרַח חַיִּים שְׁבַע שְׁמֵחוֹת אֶת פְּנִיךָ, נַעֲמוֹת בְּיַמִּינְךָ נְצַח:

תְּפִלָּה לְדוֹד, שְׁמַעָה יְהוָה צְדָק הַקְשִׁיבָה רְנָתִי הָאֲזִינָה תְּפִלָּתִי, בְּלֹא שְׁפָתֵי מִרְמָה:
אֲנִי קִרְאתִיךָ כִּי תַעֲנֵנִי אַל, הֵט אָזְנְךָ לִי שְׁמַע אֲמַרְתִּי:
הַפְּלָה חֲסִדְךָ מוֹשִׁיעַ חוֹסִים מִמֵּתִקוֹמִים בְּיַמִּינְךָ:
שְׁמֵרְנֵי כְּאִשׁוֹן בַּת עֵין, בְּצַל כְּנַפְיךָ תִסְתִּירֵנִי:
קוֹמָה יְהוָה קְדָמָה פָּנָיו הַכְרִיעֵהוּ, פִּלְטָה נְפֹשִׁי מִרְשַׁע חֲרָבְךָ:
בְּצַר לִי אֲקִרָא יְהוָה, וְאַל אֱלֹהֵי אֲשׁוּעַ, יִשְׁמַע מֵהִכְלוֹ קוֹלִי, וְשׁוֹעֵתִי לְפָנָיו תְּבוֹא בְּאֲזָנָיו:
מִפְּלֹטֵי מֵאֵיבֵי, אַף מִן קָמֵי תִרְוֹמִמֵנִי, מֵאִישׁ חָמָס תִּצְיִלֵנִי:
שְׁגִיאוֹת מִי יִבִּין, מִנְּסֻתָרוֹת נִקְנִי:
גַּם מִזִּדִּים חֲשָׁךְ עִבְדְּךָ אַל יִמְשְׁלוּ בִי אַז אֵיתָם, וְנִקִּיתִי מִפֶּשַׁע רַב:
יְהִיו לְרֹצוֹן אֲמַרְי פִּי וְהִגִּיוֹן לְבִי לְפָנֶיךָ יְהוָה צוּרִי וְגֹאֲלִי:
יְהוָה הוֹשִׁיעָה הַמְּלֶךְ יַעֲבֹדוּ בְיוֹם קִרְאָנוּ:
רוֹמָה יְהוָה בְּעִזָּךְ, נְשִׁירָה וְנִזְמָרָה גְבוּרָתְךָ:

אלי אלי למה עזבתני, רחוק מישועתי דברי שאגתי:
אלהי אקרא יומם ולא תענה, ולילה ולא דמיה לי:
אל תרחק ממני כי צרה קרובה כי אין עוזר:
ואתה יהוה אל תרחק, אילותי לעזרתי חושה:
הצילה מחרב נפשי, מיד כלב יחידתי:
הושיעני מפי אריה, ומקרני רמים עניתני:
אלהי בך בטחתי אל אבושה, אל יעלצו אויבי לי:
דרכיך יהוה הודיעני, ארחותיך למדני:
הדריכני באמתך ולמדני כי אתה אלהי ישעי, אותך קויתי כל היום:
זכר רחמיך יהוה וחסדך כי מעולם המה:
חטאות נעורי ופשעי אל תזכר כחסדך זכר לי אתה למען טובך יהוה:
למען שמך יהוה, וסלחת לעוני כי רב הוא:
עיני תמיד אל יהוה כי הוא יוציא מרשת רגלי:
פנה אלי וחנני כי יחיד ועני אני:
צרות לבבי הרחיבו, ממצוקותי הוציאני:
ראה עני ועמלי, ושאל לכל חטאותי:
ראה אויבי כי רבו, ושנאת חמס שנאוני:
שמרה נפשי והצילני, אל אבוש כי חסיתי בך:
תם וישר יצרוני כי קויתך:
פדה אלהים את ישראל מכל צרותיו:
אל תאסף עם חטאים נפשי ועם אנשי דמים חיי:
ואני, בתמי אלהי פדני וחנני:

אחת שאלתי מאת יהוה אותה אבקש:
שבתי בבית יהוה, כל ימי חיי לחזות בנעם יהוה, ולבקר בהיכלו:
אליך יהוה אקרא ואל אדני, אתחנן:
מה בצע בדמי, ברוחתי אל שחת, היודך עפר היגיד אמתך:
שמע יהוה וחנני, יהוה, היה עזר לי:
בך יהוה חסיתי, אל אבושה לעולם בצדקתך פלטני:
הטה אלי, אזור מהרה הצילני, היה לי, לצור מעוז לבית מצודות להושיעני:
כי סלעי ומצודתי אתה, ולמען שמך תנחני ותנהלני:
תוציאני מרשת זו, טמנו לי, כי אתה, מעוזי:
חנני יהוה, כי צר לי, עששה בכעס עיני נפשי ובטני:
כי כלו ביגון, חיי ושנותי באנחה:
כשל בעוני כחי ועצמי עששו:
ואני, עליך בטחתי יהוה אמרתי, אלהי אתה:
בידך עתתי הצילני מיד אויבי, ומרדפי:
האירה פניך, על עבדך הושיעני בחסדך:
יהוה אל אבושה, כי קראתיך יבשו רשעים, ידמו לשאול:
תאלמנה, שפתי שקר הדברות על צדיק עתק בגאון ובוז:
מה רב טובך, אשר צפנת ליראיך, פעלת לחסים בך נגד, בני אדם:
תסתירם בסתר פניך מרכסי איש, תצפנם בסכה מריב לשנות:
אתה סתר לי, מצר תצרני, רני פלט תסובבני סלה:

יהי חסדך יהוה עלינו, כְּאֲשֶׁר יַחֲלֵנוּ לָךְ:
לְדוֹד רִיבָה יְהוָה, אֶת יְרִיבֵי לֶחֶם, אֶת לַחֲמֵי:
הַחֲזֵק מִגֵּן וְצַנָּה, וְקוּמָה בְּעֲזָרְתִּי:
וְהָרַק חֲנִית וּסְגָר, לְקִרְאֵת רִדְפֵי אָמַר לְנַפְשִׁי, יִשְׁעֲתָךְ אָנִי:
רְאִיתָה יְהוָה, אֵל תַּחֲרַשׁ אֲדֹנָי, אֵל תִּרְחַק מִמֶּנִּי:
יִבְשׂוּ וַיִּחַפְּרוּ, יַחֲדוּ שְׂמֵחֵי רַעְתִּי:
יִלְבָּשׁוּ בִשָּׁת וְכִלְמָה הַמַּגְדִּילִים עָלַי:
יָרֵנוּ וַיִּשְׁמַחוּ, חִפְצֵי צִדְקִי, וַיֹּאמְרוּ תָמִיד, יִגְדַּל יְהוָה הַחֹפֵץ שְׁלוֹם עַבְדּוֹ:
מָשָׁה חֲסֹדְךָ, לִידְעִיָּה וְצִדְקָתְךָ, לִישְׁרֵי לֵב:
יְהוָה אֵל בְּקֶצֶף תּוֹכִיחֵנִי וּבְחִמָּתְךָ תִּיַסְרֵנִי:
אֵל תַּעֲזֹבֵנִי יְהוָה, אֱלֹהֵי, אֵל תִּרְחַק מִמֶּנִּי:
חוֹשָׁה לַעֲזָרְתִּי, אֲדֹנָי, תִּשׁוּעָתִי:
הוֹדִיעֵנִי יְהוָה, קֶצֶי וּמִדַּת יְמֵי מָה הִיא אֲדַעָה, מָה חֲדַל אָנִי:
וְעַתָּה מָה קִוִּיתִי אֲדֹנָי תּוֹחֲלֵתִי, לָךְ הִיא:
מְכַל פְּשָׁעֵי הַצִּילֵנִי חֲרַפְתָּ נָבֵל, אֵל תִּשְׁיַמֵּנִי:

הַסֵּר מֵעָלַי נִגְעָךָ מִתַּגְרַת יָדְךָ, אָנִי כְּלִיתִי:
שְׁמַעָה תִּפְלֵתִי יְהוָה, וְשׁוּעָתִי הַאֲזִינָה אֵל דְּמַעְתִּי, אֵל תַּחֲרַשׁ:
אֶתָּה יְהוָה לֹא תִכְלָא רַחֲמֶיךָ מִמֶּנִּי, חֲסֹדְךָ וְאַמְתָּךְ, תָּמִיד יִצְרוּנִי:
רָצָה יְהוָה לְהַצִּילֵנִי, יְהוָה, לַעֲזָרְתִּי חוֹשָׁה:
וְאָנִי, עֵנִי וְאַבְיוֹן אֲדֹנָי יַחֲשֹׁב לִי, עֲזָרְתִּי וּמִפְּלֹטֵי אֶתָּה, אֱלֹהֵי, אֵל תֵּאָחֵר:
שְׁפֹטֵנִי אֱלֹהִים, וְרִיבָה רִיבֵי מִגּוֹי לֹא חָסִיד מֵאִישׁ מִרְמָה וְעוֹלָה תִּפְלֹטֵנִי:
כִּי אֶתָּה, אֱלֹהֵי מַעוֹזִי לְמָה זָנַחְתָּנִי, לְמָה קִדַּר אֶתְהַלֵּךְ, בְּלַחֵץ אוֹיֵב:
שְׁלַח אוֹרֶךָ וְאַמְתָּךְ, הִמָּה יִנְחוּנִי יְבִיאוּנִי אֵל הַר קְדוֹשְׁךָ, וְאֵל מִשְׁכְּנוֹתֶיךָ:
אֶתָּה הוּא מֶלֶכִּי אֱלֹהִים צוּה, יִשׁוּעוֹת יַעֲקֹב:
עוֹרָה, לְמָה תִּישֵׁן אֲדֹנָי הַקִּיְצָה, אֵל תִּזְנַח לְנֹצַח:
לְמָה פָּנִיךָ תִּסְתִּיר תִּשְׁכַּח עֵינָיו וְלַחֲצוּנוֹ:
קוּמָה, עֲזָרְתָה לָנוּ וּפְדוּנוּ, לְמַעַן חֲסֹדְךָ:
אֶךְ אֱלֹהִים יִפְדֶּה נַפְשִׁי מִיַּד שְׂאוּל, כִּי יִקְחֵנִי סֵלָה:
חַנּוּנֵי אֱלֹהִים כְּחֲסֹדְךָ, כָּרֵב רַחֲמֶיךָ מִחַה פְּשָׁעֵי:
הָרֵב (הַרְבֵּה) כְּבֹסֵנִי מַעוֹנֵי, וּמִחֲטָאתֵי טְהַרְנֵי:
לָךְ לַבְּדָךְ חֲטָאתִי וְהִרַע בְּעֵינֶיךָ עֲשִׂיתִי, לְמַעַן תִּצְדַּק בְּדַבְרֶךָ תִּזְכֶּה בְּשִׁפְטֶךָ:
תַּחֲטָאנִי בְּאֲזוּב וְאַטְהַר, תִּכְבֹּסֵנִי וּמִשְׁלַג אֲלַבִּין:
תִּשְׁמִיעֵנִי שִׁשׁוֹן וְשִׁמְחָה, תִּגְלָנָה עֲצָמוֹת דַּפִּית:
הִסְתֵּר פָּנֶיךָ מִחֲטָאֵי, וְכֹל עוֹנֹתֵי מִחַה:
יֵב טְהוֹר בְּרָא לִי אֱלֹהִים, וְרוּחַ נְכוֹן חֲדַשׁ בְּקִרְבִּי:
אֵל תִּשְׁלִיכֵנִי מִלִּפְנֶיךָ, וְרוּחַ קְדוֹשְׁךָ אֵל תִּקַּח מִמֶּנִּי:
הַשִּׁיבָה לִי שִׁשׁוֹן יִשְׁעָךָ, וְרוּחַ נְדִיבָה תִּסְמְכֵנִי:
הַצִּילֵנִי מִדְּמִים אֱלֹהִים אֱלֹהֵי תִּשׁוּעָתִי, תִּרְנַן לְשׁוֹנֵי צִדְקָתְךָ:
אֲדֹנָי שְׁפָתַי תִּפְתַּח, וּפִי יִגִּיד תְּהַלְתֶּךָ:
זָבַחֵי אֱלֹהִים רוּחַ נְשִׁבָרָה, לֵב נְשִׁבָר וְנִדְכָה אֱלֹהִים לֹא תִבְזֶה:
הִיטִיבָה בְּרַצוֹנְךָ אֶת צִיּוֹן, תִּבְנֶה חוֹמוֹת יְרוּשָׁלַם:
אֱלֹהִים בְּשִׁמְךָ הוֹשִׁיעֵנִי, וּבְגִבּוֹרְתְךָ תְּדַיְנֵנִי:
אֱלֹהִים שְׁמַע תִּפְלֵתִי, הַאֲזִינָה לְאִמְרֵי פִי:

הִנֵּה אֱלֹהִים עֲזָר לִי, אֲדַנִּי בְּסִמְכֵי נַפְשִׁי:
יָשִׁיב (יָשׁוּב) הָרַע לְשַׁרְרִי, בְּאִמְתָּךְ הַצְּמִיתֵם:
הֶאֱזִינָה אֱלֹהִים תְּפִלָּתִי, וְאֵל תִּתְעַלֵּם מִתְחַנְּנָתִי:
הִקְשִׁיבָה לִי וְעַנֵּנִי, אֲרִיד בְּשִׁיחִי וְאֶהֱיָמָה:
אֲנִי אֵל אֱלֹהִים אֶקְרָא, וַיְהוֹה יוֹשִׁיעֵנִי:
וְאַתָּה אֱלֹהִים תִּוְרְדֵם לְבָאֵר שַׁחַת אֲנָשֵׁי דָמִים וּמְרֻמָּה לֹא יִחַצּוּ יְמֵיהֶם, וְאֲנִי אֶבְטַח בְּךָ:

חַנּוּנֵי אֱלֹהִים כִּי שָׁאֲפְנִי אָנוּשׁ, כָּל הַיּוֹם לֶחֶם יִלְחָצְנִי:
חַנּוּנֵי אֱלֹהִים חַנּוּנֵי כִּי בְךָ חִסִּיָּה נַפְשִׁי, וּבְצֹל כְּנָפֶיךָ אֶחְסֶה עַד יַעֲבֹר הַזּוֹת:
רוּמָה עַל שְׁמַיִם אֱלֹהִים, עַל כָּל הָאָרֶץ כְּבוֹדְךָ:
הִצִּילֵנִי מֵאִיְבֵי אֱלֹהֵי, מִמִּתְקוֹמְמֵי תִשְׁגָּבֵנִי:
הִצִּילֵנִי מִפְעֲלֵי אָוֶן, וּמֵאֲנָשֵׁי דָמִים הוֹשִׁיעֵנִי:
בְּלִי עוֹן יִרְצוּן וְיִכְוֹנֵנוּ, עוֹרָה לִקְרַאתִי וְרָאָה:
וְאַתָּה יְהוָה אֱלֹהִים צְבָאוֹת אֱלֹהֵי יִשְׂרָאֵל הִקְיִצָּה לְפָקֶד כָּל הַגּוֹיִם,
אֵל תַּחַן כָּל בְּגָדֵי אָוֶן סִלָּה:
אֱלֹהֵי חִסְדֵי (חִסְדוֹ) יִקְדַּמְנִי, אֱלֹהִים יִרְאֵנִי בְּשַׁרְרֵי:
הִרְעִשְׁתָּה אֶרֶץ פְּצַמְתָּהּ, רָפָה שְׁבָרֶיהָ כִּי מָטָה:
לְמַעַן יִחְלְצוּן יְדִידֶיךָ, הוֹשִׁיעָה יְמִינְךָ וְעַנְיִנִי (וְעַנּוֹ):

הִבֵּה לָנוּ עֲזָרַת מִצָּר, וְשׂוֹא תִשׁוּעַת אָדָם:
שְׁמָעָה אֱלֹהִים רִנָּתִי, הִקְשִׁיבָה תְּפִלָּתִי:
אֲגוּרָה בְּאֶהְלֶךְ עוֹלָמִים, אֶחְסֶה בְּסִתְרֵךְ כְּנָפֶיךָ סִלָּה:
אֱלֹהִים אֵלֵי אַתָּה אֲשַׁחֲרֶךָ, צִמְאָה לֶךְ נַפְשִׁי כְּמָה לֶךְ בְּשָׂרִי, בְּאֶרֶץ צִיָּה וְעֵיף בְּלִי מַיִם:
שְׁמַע אֱלֹהִים קוֹלִי בְּשִׁיחִי, מִפֶּחַד אוֹיֵב תִּצַּר חַיִּי:
תִּסְתִּירֵנִי מִסוּד מְרַעִים, מִרְגָּשֵׁת פְּעֲלֵי אָוֶן:
אֱלֹהִים יִחַנְּנוּ וְיִבְרַכְנוּ, יָאֵר פָּנָיו אֶתְנוּ סִלָּה:
הוֹשִׁיעֵנִי אֱלֹהִים כִּי בָאוּ מַיִם עַד נַפְשִׁי:
טִבְעֵתִי בְיוֹן מִצוּלָה וְאִין מַעְמָד, בְּאִתִּי בְּמַעַמְקֵי מַיִם וְשִׁבְלַת שְׁטָפְתָנִי:
יִגְעֵתִי בְּקִרְאֵי נַחַר גְּרוֹנִי, כָּלוּ עֵינֵי מִיַּחַל לֵאלֹהֵי:
אֵל יִבְשׁוּ בִי קוֹיֶךָ אֲדַנִּי יְהוָה (קִרֵּי אֱלֹהִים) צְבָאוֹת, אֵל יִכְלְמוּ בִי מִבְּקִשֶׁיךָ אֱלֹהֵי יִשְׂרָאֵל:
וְאֲנִי תְּפִלָּתִי לֶךְ יְהוָה עַת רְצוֹן אֱלֹהִים בְּרַב חֶסֶדְךָ, עַנְנִי בְּאִמְתָּ יִשְׁעֶךָ:
הִצִּילֵנִי מִטִּיט וְאֵל אֶטְבַּעָה, אֲנַצֵּלָה מִשָּׂנְאֵי וּמִמַּעַמְקֵי מַיִם:
אֵל תִּשְׁטַפְּנִי שִׁבְלַת מַיִם וְאֵל תִּבְלַעֵנִי מִצוּלָה, וְאֵל תִּאָטֵר עָלַי בְּאֵר פִּיָּה:
עַנְיִנִי יְהוָה כִּי טוֹב חֶסֶדְךָ, כָּרַב רַחֲמֶיךָ פְּנֵה אֵלַי:
וְאֵל תִּסְתֵּר פָּנֶיךָ מֵעַבְדְּךָ, כִּי צָר לִי מִהָרַע עַנְיִנִי:
קִרְבָּה אֵל נַפְשִׁי גְּאֻלָּה, לְמַעַן אִיְבֵי פִדְנִי:
וְאֲנִי עֲנִי וְכוֹאֵב, יִשׁוּעֶתְךָ אֱלֹהִים תִּשְׁגָּבֵנִי:
אֱלֹהִים לְהִצִּילֵנִי, יְהוָה לְעֲזָרְתִי חוֹשָׁה:
יִבְשׁוּ וְיִחַפְּרוּ מִבְּקִשֵׁי נַפְשִׁי, יִסְגּוּ אַחֹר וְיִכְלְמוּ, חִפְצֵי רַעְתִּי:
יִשׁוּבוּ עַל עַקֵּב בְּשִׁתְּם הָאֲמָרִים הָאֵחָ הָאֵחָ:
וְאֲנִיעֵנִי וְאֶבְיוֹן אֱלֹהִים חוֹשָׁה לִי, עֲזָרִי וּמְפִלְטֵי אַתָּה, יְהוָה אֵל תִּאָחֵר:
בְּךָ יְהוָה חִסִּיתִי, אֵל אֲבוֹשָׁה לְעוֹלָם:
בְּצַדִּיקְתְּךָ תִּצִּילֵנִי וּתְפַלְטֵנִי, הִטָּה אֵלַי אֲזַנְךָ וְהוֹשִׁיעֵנִי:
הִיָּה לִי לְצוֹר מַעוֹן לְבוֹא תִמְיֵד צוִיֵת לְהוֹשִׁיעֵנִי, כִּי סִלְעֵי וּמִצוֹדֹתֵי אַתָּה:

אֱלֹהֵי פְּלִטְנֵי מִיד רָשָׁע, מִכֶּפֶץ מַעֲוֵל וְחוּמֵץ:
אֵל תִּשְׁלִיכֵנִי לַעַת זְקֵנָה, כְּכֹלוֹת כַּחֲסֵי אֵל תַּעֲזָבֵנִי:
אֱלֹהִים אֵל תִּרְחַק מִמֶּנִּי, אֱלֹהֵי לַעֲזָרְתִּי חִישָׁה (חוּשָׁה):
וְאֲנִי תַמִּיד אֵיחֵל, וְהוֹסַפְתִּי עַל כָּל תְּהַלְתֶּךָ:
וְגַם עַד זְקֵנָה וְשִׁיבָה אֱלֹהִים אֵל תַּעֲזָבֵנִי, עַד אֲגִיד זְרוּעֶךָ לְדוֹר, לְכֹל יְבוֹא גְבוּרְתֶךָ:
אֲשֶׁר הִרְאִיתֵנִי (הִרְאִיתֵנּוּ) צְרוֹת רַבּוֹת וְרַעוֹת, תָּשׁוּב תַחֲיִינִי (תַחֲיִינוּ), וּמִתְהַמּוֹת הָאָרֶץ תָּשׁוּב תַעֲלֵנִי:
תָּרַב גְּדֻלְתִּי, וְתִסָּב תִּנְחַמְנִי:
בְּעֲצָתְךָ תִּנְחַמֵנִי, וְאַחַר כְּבוֹד תִּקְחֵנִי:
וְאֲנִי קָרַבְתִּי אֱלֹהִים לִי טוֹב, שְׁתִּי בְּאֲדָנִי יְהוָה מַחְסִי, לִסְפֹּר כָּל מַלְאָכֹתֶיךָ:

מִשְׁכִּיל לְאַסֹּף, לְמָה אֱלֹהִים זִנְחַתָּ לְנֶצַח, יַעֲשֵׂן אֶפְרָיִם בְּצֵאן מִרְעִיתֶךָ:
זָכַר עֲדַתְךָ קִנִּיתָ קֶדֶם גְּאֻלְתָּ שִׁבְט נַחֲלֶתְךָ, הִרְצִינָה זֶה שְׁכִנְתָּ בּוֹ:
הִרְיָמָה פְּעֻמֶיךָ לְמִשְׁאוֹת נֶצַח, כָּל הִרְעָ אוֹיֵב בְּקֶדֶשׁ:
עַד מְתֵי אֱלֹהִים יְחַרֵּץ צָר, יִנְאָץ אוֹיֵב שְׁמֶךָ לְנֶצַח:
לְמָה תִּשְׁיֵב יְדֶךָ וַיִּמְיָנֶךָ, מִקְרָב חֵיקֶךָ (חוֹקֶךָ) כִּלְהֵ:
זָכַר זֹאת אוֹיֵב חֲרָף יְהוָה, וְעַם נָבֵל נֶאֱצַו שְׁמֶךָ:
אֵל תִּתֵּן לַחַיִּית נֶפֶשׁ תּוֹרָה, חַיִּית עֲנִיָּה אֵל תִּשְׁכַּח לְנֶצַח:
הִבֵּט לְבָרִית, כִּי מִלְאוּ מַחֲשֵׁפֵי אָרֶץ נְאוֹת חֶמְס:
אֵל יֵשֶׁב דֶּרֶךְ נִכְלָם, עֲנִי וְאַבְיוֹן יִהְלֵלוּ שְׁמֶךָ:
קוּמָה אֱלֹהִים רִיבָה רִיבָה, זָכַר חֲרָפְתְּךָ מִנִּי נָבֵל כָּל הַיּוֹם:
קוּלִי אֵל אֱלֹהִים וְאַצְעֲקֶהָ, קוּלִי אֵל אֱלֹהִים וְהֶאֱזִין אֵלַי:
עַד מָה יְהוָה תִּתְאַנֵּף לְנֶצַח, תִּבְעֵר כְּמוֹ אִשׁ קִנְאֶתְךָ:
שִׁפְךָ חֲמַתְךָ אֵל הַגּוֹיִם אֲשֶׁר לֹא יִדְעוּךָ, וְעַל מַמְלָכוֹת אֲשֶׁר בְּשִׁמְךָ לֹא קָרְאוּ:
כִּי אָכַל אֶת יַעֲקֹב, וְאֶת נְוֹהוּ הַשָּׁמוּ:

אֵל תִּזְכָּר לָנוּ עֹזֹנֵת רַאשֵׁינִים, מִהֵרָ יִקְדְּמוּנוּ רַחֲמֶיךָ כִּי דָלוּנוּ מְאֹד:
עֲזָרְנוּ אֱלֹהֵי יִשְׁעֵנוּ עַל דְּבַר כְּבוֹד שְׁמֶךָ, וְהִצִּילְנוּ וְכִפֵּר עַל חַטָּאתֵינוּ לְמַעַן שְׁמֶךָ:
לְמָה יֹאמְרוּ הַגּוֹיִם אֵיחָה אֱלֹהֵיהֶם, יוֹדַע בְּגִיִּים לְעֵינֵינוּ, נִקְמַת דָּם עֲבָדֶיךָ הַשְּׁפוּיָה:
תִּבּוֹא לְפָנֶיךָ אֲנֻקֶת אֶסִּיר, כְּגֹדֶל זְרוּעֶךָ הוֹתֵר בְּנֵי תַמּוּתָה:
וְהִשָּׁב לְשִׁכְנֵינוּ שִׁבְעֵתִים אֵל חֵיקֶם, חֲרָפְתֶם אֲשֶׁר חֲרָפוּךָ אֲדֹנָי:
רַעַה יִשְׂרָאֵל הֶאֱזִינָה נְהַג כְּצֵאן יוֹסֵף, יֵשֶׁב הַכְּרוּבִים הוֹפִיעָה:
אֱלֹהִים הַשִּׁיבְנוּ, וְהָאֵר פְּנֵיךָ וְנוֹשְׁעָה:
יְהוָה אֱלֹהִים צְבָאוֹת עַד מְתֵי עֲשָׂנָת בְּתַפְלַת עֲמֶךָ:
אֱלֹהִים צְבָאוֹת הַשִּׁיבְנוּ, וְהָאֵר פְּנֵיךָ וְנוֹשְׁעָה:
גִּפְן מִמְצָרִים תִּסְיַע, תִּגְרָשׁ גּוֹיִם וְתִטְּעָה:
אֱלֹהִים צְבָאוֹת שׁוֹב נָא, הִבֵּט מִשְׁמַיִם וּרְאֵה, וּפְקֹד גִּפְן זֹאת:
וּכְנֵה אֲשֶׁר נִטְעָה יְמִינֶךָ, וְעַל בֶּן אֲמֻצָּתָה לָּךְ:
תְּהִי יְדֶךָ עַל אִישׁ יְמִינֶךָ, עַל בֶּן אָדָם אֲמֻצָּת לָּךְ:
וְלֹא נִסּוּג מִמֶּךָ, תַּחֲיִינוּ וּבְשִׁמְךָ נִקְרָא:
יְהוָה אֱלֹהִים צְבָאוֹת הַשִּׁיבְנוּ, הָאֵר פְּנֵיךָ וְנוֹשְׁעָה:

קוּמָה אֱלֹהִים שְׁפֹטָה הָאָרֶץ, כִּי אַתָּה תִּנְחַל בְּכָל הַגּוֹיִם:
אֱלֹהִים אֵל דְּמִי לָּךְ, אֵל תִּחַרֵּשׁ וְאֵל תִּשְׁקֹט אֵל:
מִה יְדִידוֹת מִשְׁכַּנְתֶּיךָ יְהוָה צְבָאוֹת: נִכְסְפָה וְגַם כָּלְתָה נֶפֶשׁ לַחֲצֹרוֹת יְהוָה, לְבִי וּבִשְׂרִי יִרְנְנוּ אֵל אֵל חַי:
יְהוָה אֱלֹהִים צְבָאוֹת שְׁמַעָה תַפְלִתִּי, הֶאֱזִינָה אֱלֹהֵי יַעֲקֹב סֵלָה:

שׁוֹבְנוּ אֱלֹהֵי יִשְׁעֵנוּ, וְהַפֵּר כַּעֲסְךָ עִמָּנוּ:
הַלְעוֹלָם תִּצְאָנָף בְּנוּ, תִּמְשֹׁךְ אֶפְרָיִם לְדָר וְדָר:
הֲרָאֵנוּ יְהוָה חֲסֵדָךְ, וַיִּשְׁעָךְ תִּתֵּן לָנוּ:
תִּפְלֵה לְדָוִד, הִטָּה יְהוָה אֲזָנְךָ עִנְיִי כִי עִנִּי וְאֶבְיוֹן אָנִי:
שְׁמְרָה נַפְשִׁי כִּי חֲסִיד אָנִי, הוֹשַׁע עַבְדְּךָ אֲתָה אֱלֹהֵי הַבּוֹטֵחַ אֵלַיְךָ:
חֲנִנִי אֲדַנִּי, כִּי אֵלַיְךָ אֶקְרָא כָּל הַיּוֹם:
שִׂמַּח נַפְשׁ עַבְדְּךָ, כִּי אֵלַיְךָ אֲדַנִּי נַפְשִׁי אֲשָׂא:
כִּי אֲתָה אֲדַנִּי טוֹב וְסֹלֶחַ, וְרַב חֲסֵד לְכָל קְרָאִיְךָ:
הֲאֲזִינָה יְהוָה תִּפְלֵתִי, וְהִקְשִׁיבָה בְּקוֹל תַּחֲנוּנוֹתַי:
בְּיוֹם צָרְתִי אֶקְרָאָךְ, כִּי תַעֲנֵנִי:
הוֹרֵנִי יְהוָה דְּרָכְךָ אֶהְלֵךְ בְּאֲמַתְךָ, יַחַד לִבְבִי לִירְאֵה שְׁמֶךָ:
אֱלֹהִים זָדִים קָמוּ עָלַי וְעַדֵּת עֲרִיצִים בִּקְשׁוּ נַפְשִׁי, וְלֹא שָׁמוּךְ לְנַגְדָם:
וְאֲתָה אֲדַנִּי אֶל רְחוּם וְחַנּוּן, אֶרְךָ אֶפְיִם וְרַב חֲסֵד וְאֶמֶת:
פָּנֵה אֵלַי וְחַנּוּנִי, תִּנְהַ עֲזָרְךָ לְעַבְדְּךָ, וְהוֹשִׁיעָה לִבִּי אֶמְתָּךְ:
עֲשֵׂה עִמִּי אוֹת לְטוֹבָה, וַיֵּרְאוּ שְׂנְאֵי וַיִּבְשׂוּ כִּי אֲתָה יְהוָה עֲזַרְתָּנִי וְנִחַמְתָּנִי:
יְהוָה אֱלֹהֵי יִשׁוּעָתִי יוֹם צָעֲקוֹתַי בְּלִילָה נִגְדָךְ:
תִּבּוֹא לִפְנֵיךָ תִּפְלֵתִי, הִטָּה אֲזָנְךָ לְרִנָּתִי:
כִּי שָׁבַעַה בְּרַעוֹת נַפְשִׁי, וְחַיִּי לְשִׂאוֹל הִגִּיעוּ:
עִנִּי דָאָבָה מִנִּי עִנִּי, קְרָאתִיךָ יְהוָה בְּכָל יוֹם, שִׁטְחֵתִי אֵלַיְךָ כָּפִי:
וְאָנִי אֵלַיְךָ יְהוָה שׁוֹעֵתִי, וּבִבְקֶר תִּפְלֵתִי תִקְדָּמְךָ:
לָמָּה יְהוָה תִּזְנַח נַפְשִׁי, תִּסְתִּיר פָּנֶיךָ מִמֶּנִּי:
עַד מָה יְהוָה תִּסְתֵּר לְנִצַּח, תִּבְעַר כְּמוֹ אֵשׁ חֲמַתְךָ:
זָכַר אָנִי מָה חָלַד, עַל מָה שָׁאוּ בְּרֵאתְךָ כָּל בְּנֵי אָדָם:
אֵיךָ חֲסֵדֶיךָ הֲרֵאשִׁנִּים אֲדַנִּי, נִשְׁבַּעְתָּ לְדָוִד בְּאֲמוֹנְתְךָ:
שׁוּבָה יְהוָה עַד מְתִי, וְהִנַּחֵם עַל עַבְדְּךָ:
שָׁבַעְנוּ בִּבְקֶר חֲסֵדָךְ, וְהִרְנָנָה וְנִשְׁמַחָה בְּכָל יְמֵינוּ:
שִׂמַּחְנוּ כִּימוֹת עֲנִיתָנוּ, שָׁנוֹת רְאִינוּ רַעָה:
יִרְאֵה אֶל עַבְדְּךָ פְּעֵלָךְ, וְהַדְרֵךְ עַל בְּנֵיהֶם:
וַיְהִי נַעַם אֲדַנִּי אֱלֹהֵינוּ עָלֵינוּ, וּמַעֲשֵׂה יְדִינוּ כּוֹנֵנָה עָלֵינוּ, וּמַעֲשֵׂה יְדִינוּ כּוֹנֵנָה:
אֵל נְקָמוֹת יְהוָה, אֵל נְקָמוֹת הוֹפִיעַ:
הַנָּשָׂא שִׁפְט הָאָרֶץ, הָשִׁב גְּמוּל עַל גְּאִים:
עַד מְתִי רְשָׁעִים יְהוָה, עַד מְתִי רְשָׁעִים יַעֲלִזוּ:
אֲשַׁכִּילָה בְּדָרְךָ תְּמִים מְתִי תִבּוֹא אֵלַי, אֲתַהַלֵּךְ בְּתֵם לִבְבִי בְּקֶרֶב בֵּיתִי:
תִּפְלֵה לְעֵנִי כִּי יַעֲטֹף וְלִפְנֵי יְהוָה יִשְׁפָךְ שִׁיחוֹ:
יְהוָה שִׁמְעָה תִּפְלֵתִי, וְשׁוֹעֵתִי אֵלַיְךָ תִּבּוֹא:
אֵל תִּסְתֵּר פָּנֶיךָ מִמֶּנִּי בְּיוֹם צָר לִי, הִטָּה אֵלַי אֲזָנְךָ, בְּיוֹם אֶקְרָא מִהָר עִנְנִי:
מִקּוֹל אֲנַחְתִּי דָבַקָה עֲצָמִי לִבְשָׁרִי:
אֲתָה תִקּוּם תִּרְחַם צִיּוֹן, כִּי עַת לְחַנְּנָה כִּי בָּא מוֹעֵד:
אִמֵּר אֵלַי אֵל תַּעֲלֵנִי בַחֲצִי יְמֵי, בְּדוֹר דוֹרִים שְׁנוֹתֶיךָ:
זָכַרְנִי יְהוָה בְּרִצּוֹן עִמָּךְ, פִּקְדוֹנֵי בִישׁוּעָתְךָ:
לְרֵאוֹת בְּטוֹבַת בְּחִירֶיךָ לְשִׂמַּח בְּשִׂמְחַת גּוֹיְךָ, לְהַתְהַלֵּל עִם נַחֲלֶתְךָ:
הוֹשִׁיעֵנוּ יְהוָה אֱלֹהֵינוּ וְקַבְּצֵנוּ מִן הַגּוֹיִם, לְהַדוֹת לְשֵׁם קְדוֹשְׁךָ, לְהַשְׁתַּבַּח בְּתַהֲלֶתְךָ:
לְמַעַן יִחַלְצוּן יְדִידֶיךָ, הוֹשִׁיעָה יְמִינְךָ וְעֵנִי:
מִי יִבְלִנִי עִיר מִבְּצָר, מִי נַחְנִי עַד אָדָם:

הִבֵּה לְנוּ עֲזָרַת מִצָּר, וְשׂוֹא תִשׁוּעַת אָדָם:
לְמַנְצָח לְדוֹד מִזְמוֹר, אֱלֹהֵי תְהִלָּתִי אֵל תַּחֲרֹשׁ:
כִּי כִי רָשַׁע וּפִי מִרְמָה עָלַי פָּתַחוּ, דַּבְּרוּ אֵתִי לְשׁוֹן שִׁקְרָה:
וּדְבַרִי שִׁנְאָה סִבְבוּנִי, וַיִּלְחַמוּנִי חַנּוּם:
תַּחַת אֲהַבְתִּי יִשְׁטַנוּנִי, וְאֲנִי תִפְלָה:
וַיִּשְׁימוּ עָלַי רָעָה תַּחַת טוֹבָה, וְשִׁנְאָה תַּחַת אֲהַבְתִּי:
וְאַתָּה יְהוָה אֲדַנִּי עָשָׂה אֵתִי לְמַעַן שִׁמְךָ, כִּי טוֹב חֶסֶדְךָ הִצִּילָנִי:
עֲזָרְנִי יְהוָה אֱלֹהֵי, הוֹשִׁיעֵנִי כַחֲסֶדְךָ:
לֹא לָנוּ יְהוָה לֹא לָנוּ, כִּי לְשִׁמְךָ תֵּן כְּבוֹד עַל חֶסֶדְךָ עַל אֲמַתְךָ:
אֶפְפוּנֵי חֲבַלֵי מוֹת וּמִצָּרֵי שְׂאוֹל מִצְאוּנִי, צָרָה וַיְגוֹן אֶמְצָא:
וּבִשֵׁם יְהוָה אֶקְרָא, אָנֹכִי יְהוָה מִלְטָה נִפְשִׁי:

אָנֹכִי יְהוָה כִּי אֲנִי עַבְדְּךָ, אֲנִי עַבְדְּךָ בֶּן אֲמַתְךָ, פִּתְחַת לְמוֹסְרִי:
פָּתַחוּ לִי שַׁעְרֵי צְדָקָה, אָבֹא בָם אוֹדָה יְהוָה:
אָנֹכִי יְהוָה הוֹשִׁיעָה נָא, אָנֹכִי יְהוָה הִצִּילָחָה נָא:
אֵת חֲקִיךָ אֲשַׁמֵּר, אֵל תַּעֲזֹבֵנִי עַד מָאֵד:
בְּכָל לִבִּי דִרְשִׁיתִיךָ, אֵל תִּשְׁגֵּנִי מִמִּצּוֹתֶיךָ:
בְּרוּךְ אַתָּה יְהוָה, לְמַדְנִי חֲקִיךָ:
גָּמַל עַל עַבְדְּךָ אַחִיָּה, וְאֲשַׁמְרָה דְבָרְךָ:
גַּל עֵינַי וְאֲבִיטָה נִפְלְאוֹת מִתּוֹרָתְךָ:
גֵּר אֲנֹכִי בְּאֶרֶץ, אֵל תִּסְתַּר מִמֶּנִּי מִצּוֹתֶיךָ:
גַּל יַמְעָלִי חֲרָפָה וּבוֹז, כִּי עֵדוּתֶיךָ נִצַּרְתִּי:
דְּבַקָה לְעֵפֶר נִפְשִׁי, חִינֵי כְדָבְרְךָ:
דִּרְכֵי סִפְרֹתֶי וַתַּעֲנֵנִי, לְמַדְנִי חֲקִיךָ:
דֶּרֶךְ פִּקּוּדֶיךָ הִבִּינִנִי, וְאֲשִׁיחָה בְּנִפְלְאוֹתֶיךָ:
דִּלְפָּה נִפְשִׁי מִתּוֹגָה, קִיַּמְנִי כְדָבְרְךָ:
דֶּרֶךְ שִׁקְרָה הִסַּר מִמֶּנִּי, וַתּוֹרַתְךָ חֲנַנִּי:
דְּבַקְתִּי בְּעֵדוּתֶיךָ, יְהוָה אֵל תְּבִישֵׁנִי:
דֶּרֶךְ מִצּוֹתֶיךָ אֲרוּץ, כִּי תִרְחִיב לִבִּי:
הוֹרֵנִי יְהוָה דֶּרֶךְ חֲקִיךָ, וְאַצְרִנָּה עֵקֶב:
הִבִּינִנִי וְאַצְרָה תּוֹרָתְךָ, וְאֲשַׁמְרָנָה בְּכָל לֵב:
הִדְרִיכֵנִי בְּנִתִּיב מִצּוֹתֶיךָ, כִּי בּוֹ חִפְצָתִי:
הִט לִבִּי אֵל עֵדוּתֶיךָ, וְאֵל אֵל בְּצַע:
הִעֲבֵר עֵינַי מִרְאוֹת שׂוֹא, בְּדֶרֶךְ חִינֵי:
הִקָּם לְעַבְדְּךָ אֲמַרְתָּה אֲשֶׁר לִירְאָתְךָ:
הִעֲבֵר חֲרָפְתִי אֲשֶׁר יִגְרִתִּי, כִּי מִשְׁפָּטֶיךָ טוֹבִים:
הִנֵּה תֵאבְדִּי לְפִקּוּדֶיךָ, בְּצִדְקָתְךָ חִינֵי:
וַיִּבְאַנִּי חֶסֶדְךָ יְהוָה, תִּשׁוּעָתְךָ כְּאֲמַרְתָּה:
וְאֵל תִּצַּל מִפִּי דְבַר אֱמֶת עַד מָאֵד, כִּי לְמִשְׁפָּטֶיךָ יִחַלְתִּי:
זָכַר דְּבַר לְעַבְדְּךָ עַל אֲשֶׁר יִחַלְתִּי:
חֲלִיתִי פְּנִיךָ בְּכָל לֵב, חֲנִנִי כְּאֲמַרְתָּה:
חֶסֶדְךָ יְהוָה מְלֵאָה הָאֶרֶץ, חֲקִיךָ לְמַדְנִי:
טוֹב טַעַם וְדַעַת לְמַדְנִי, כִּי בְּמִצּוֹתֶיךָ הֶאֱמַנְתִּי:
טוֹב אַתָּה וּמְטִיב, לְמַדְנִי חֲקִיךָ:

יְדִיךָ עֲשׂוּנִי וְיִכְוֶנּוּנִי, הַבִּינֵנִי וְאַלְמְדֵה מְצוֹתֶיךָ:
יְדַעְתִּי יְהוָה כִּי צַדִּיק מִשְׁפָּטֶיךָ, וְאַמוּנָה עֲנִיתֵנִי:
יְהִי נָא חֶסֶדְךָ לְנַחֲמֵנִי כְּאַמְרֹתֶךָ לְעַבְדְּךָ:
יְבֹאוּנִי רַחֲמֶיךָ וְאַחִיָּה, כִּי תוֹרַתְךָ שֶׁעָשִׂיתִי:
יִבְשׂוּ זְדִים כִּי שָׁקֵר עוֹתוּנִי, אֲנִי אֲשִׁיחַ בְּפִקּוּדֶיךָ:
יִשׁוּבוּ לִי יִרְאֶיךָ, וִידְעוּ (וְיִדְעִי) עֲדוֹתֶיךָ:
יְהִי לְבִי תָמִים בְּחִקֶיךָ לְמַעַן לֹא אֲבוֹשׁ:
כָּלִתָה לְתִשׁוּעָתְךָ נְפֹשִׁי, לְדַבְּרֶךָ יְחִלְתִּי:
כָּלוּ עֵינַי לְאַמְרֹתֶךָ לֵאמֹר מְתִי תִנְחַמְנִי:
כִּמָּה יָמֵי עַבְדְּךָ, מְתִי תַעֲשֶׂה בְרֹדְפֵי מִשְׁפָּט:
כָּל מְצוֹתֶיךָ אֲמוּנָה, שָׁקֵר רֹדְפוּנִי עֲזָרְנִי:
כַּחֲסֹדְךָ חַיִּינִי, וְאַשְׁמְרָה עֲדוֹת פִּיךָ:
לֶךָ אֲנִי הוֹשִׁיעֵנִי, כִּי פִקּוּדֶיךָ דָּרָשְׁתִּי:
נַעֲנִיתִי עַד מָאֵד, יְהוָה חַיִּינִי כַדְבָּרְךָ:
נִדְבוֹת פִּי רָצָה נָא יְהוָה, וּמִשְׁפָּטֶיךָ לְמַדְנִי:
סִתְרִי וּמְגַנֵּי אֶתְּךָ, לְדַבְּרֶךָ יְחִלְתִּי:
סָמַכְנִי כְּאַמְרֹתֶךָ וְאַחִיָּה, וְאַל תִּבְיַשְׁנִי מִשְׁבְּרֵי:
סֻעַדְנִי וְאַוֹשְׁעָה, וְאַשְׁעָה בְּחִקֶיךָ תָּמִיד:
עָשִׂיתִי מִשְׁפָּט וְצַדִּיק, בַּל תִּנְיַחְנִי לְעִשְׂקֶיךָ:
עָרַב עַבְדְּךָ לְטוֹב, אֵל יַעֲשֶׂקְנִי זְדִים:
עֵינַי כָּלוּ לִישׁוּעָתְךָ, וְיִלְאַמְרֵת צַדִּיקְךָ:
עֲשֵׂה עִם עַבְדְּךָ כַּחֲסֹדְךָ, וְחִקֶיךָ לְמַדְנִי:
עַבְדְּךָ אֲנִי הַבִּינֵנִי, וְאַדְעָה עֲדוֹתֶיךָ:
פָּנֵה אֵלַי וְחַנּוּנִי כְּמִשְׁפָּט לְאַהֲבֵי שְׁמֶךָ:
פְּעַמֵי הֶכֶן בְּאַמְרֹתֶךָ, וְאַל תִּשְׁלַט בִּי כָל אֶוֹן:
פָּדֵנִי מֵעֲשָׂק אָדָם, וְאַשְׁמְרָה פִקּוּדֶיךָ:
פָּנִיךָ הָאֵר בְּעַבְדְּךָ, וְלִמְדֵנִי אֶת חִקֶיךָ:
צַדִּיק עֲדוֹתֶיךָ לְעוֹלָם, הַבִּינֵנִי וְאַחִיָּה:
קָרָאתִי בְּכָל לֵב עָנְנִי יְהוָה, חִקֶיךָ אֶצְרָה:
קָרָאתֶיךָ הוֹשִׁיעֵנִי, וְאַשְׁמְרָה עֲדוֹתֶיךָ:
קוֹלִי שָׁמְעָה כַּחֲסֹדְךָ, יְהוָה כְּמִשְׁפָּטְךָ חַיִּינִי:
רָאָה עָנְיִי וְחִלְצֵנִי, כִּי תוֹרַתְךָ לֹא שָׁכַחְתִּי:
רִיבָה רִיבִי וּגְאֹלֵנִי, לְאַמְרֹתֶךָ חַיִּינִי:
רַחֲמֶיךָ רַבִּים יְהוָה, כְּמִשְׁפָּטֶיךָ חַיִּינִי:
רָאָה כִּי פִקּוּדֶיךָ אֶהְבֵּתִי, יְהוָה כַּחֲסֹדְךָ חַיִּינִי:
תִּקְרַב רִנָּתִי לְפָנֶיךָ יְהוָה, כַּדְבָּרְךָ הַבִּינֵנִי:
תִּבּוֹא תַחֲנֹתִי לְפָנֶיךָ, כְּאַמְרֹתֶךָ הַצִּילְנִי:
תְּהִי יָדְךָ לְעֲזָרְנִי, כִּי פִקּוּדֶיךָ בְּחִרְתִּי:
תִּאֲבָתִי לִישׁוּעָתְךָ יְהוָה, וְתוֹרַתְךָ שֶׁעָשִׂיתִי:
תַּחִי נְפֹשִׁי וְתִהְלֶלְךָ, וּמִשְׁפָּטְךָ יַעֲזָרְנִי:
תַּעֲיִיתִי כְּשֶׁה אֲבַד בְּקֶשׁ עַבְדְּךָ, כִּי מְצוֹתֶיךָ לֹא שָׁכַחְתִּי:
שִׁיר הַמַּעֲלוֹת, אֵל יְהוָה בְּצִרְתָּה לִי קָרָאתִי וַיַּעֲנֵנִי:
יְהוָה הַצִּילָה נְפֹשִׁי מִשְׁפַּת שָׁקֵר, מִלְּשׁוֹן רַמְיָה:
שִׁיר לְמַעֲלוֹת, אֲשֶׁא עֵינַי אֶל הַהָרִים מֵאֵין יְבֵא עֲזָרִי:

עֲזָרִי מֵעַם יְהוָה עֲשֵׂה שְׁמַיִם וָאָרֶץ:
הִנֵּה כְעֵינִי עֲבָדִים אֶל יְד אֲדוֹנֵיהֶם כְּעֵינִי שְׂפָחָה אֶל יַד גְּבוּרָתָהּ, כֵּן עֵינֵינוּ אֶל יְהוָה אֱלֹהֵינוּ עַד שְׁיַחַנְנוּ:
חַנּוּנוּ יְהוָה חַנּוּנוּ, כִּי רַב שְׂבַעְנוּ בּוֹז:
הִיטִיבָה יְהוָה לטוֹבִים, וְלִישָׁרִים בְּלִבּוֹתָם:
שׁוּבָה יְהוָה אֶת שְׁבִיתָנוּ (שְׁבוֹתָנוּ) כְּאֲפִיקִים בְּנִגְבּ:

שִׁיר הַמַּעֲלוֹת, מִמַּעַמְקִים קָרְאתִיךָ יְהוָה:
אֲדַנִּי שְׁמַעָה בְּקוֹלִי, תַּהֲיִינָה אֲזִנֶיךָ קִשְׁבוֹת לְקוֹל תַּחֲנוּנֵי:
אִם עֲוֹנוֹת תִּשְׁמַר יְהוָה אֲדַנִּי מִי יַעֲמַד:
כִּי עִמָּךְ הִסְלִיחָה לְמַעַן תִּזְרָא:
קוֹיִתִי יְהוָה קוֹיִתָה נְפֹשִׁי, וְלִדְבָרוֹ הוֹחֲלִיתִי:

שִׁיר הַמַּעֲלוֹת, זְכוֹר יְהוָה לְדוֹד אֶת כָּל עֲוֹנוֹתֶי:
קוֹמָה יְהוָה לְמַנוּחָתְךָ, אֶתָּה וְאַרְוֹן עֲזָרְךָ:
כִּהְיִיךָ יִלְבָּשׁוּ צִדְקָה, וְחִסִּידֶיךָ יִרְנְנוּ:
בַּעֲבוּר דָּוִד עֲבַדְךָ אֶל תִּשָּׁב פָּנָי מִשִּׁיחָךָ:

זְכוֹר יְהוָה לְבְנֵי אָדָם אֶת יוֹם יְרוּשָׁלַם, הָאֲמָרִים עָרוּ עָרוּ עַד הַיּוֹם בָּהּ:
בַּת בְּבַל הַשְּׂדוּדָה, אֲשֶׁרִי שִׁישָׁלַם לָךְ אֶת גְּמוּלָהּ שְׁגַמְלֵת לָנוּ:
אֲשֶׁרִי שִׁיאַחַז וְנִפְץ אֶת עַלְלֵיךָ אֶל הַסְּלַע:
יְהוָה יִגְמַר בְּעַדִּי, יְהוָה חִסְדְּךָ לְעוֹלָם, מַעֲשֵׂי יְדִיךָ אֶל תִּתְּרֵנִי:
חֲקַרְנִי אֵל וְדַע לְבָבִי, בְּחַנּוּנֵי וְדַע שְׂרַעְפֵּי:
וְרֵאָה אִם דָּרְךָ עֲצָב בִּי, וְנַחֲנִי בְּדָרְךָ עוֹלָם:
חֲלַצְנִי יְהוָה מֵאֲדָם רָע, מֵאִישׁ חַמְסִים תִּנְצָרְנִי:
שְׁמַרְנִי יְהוָה מִיַּד רָשָׁע מֵאִישׁ חַמְסִים תִּנְצָרְנִי, אֲשֶׁר חָשְׁבוּ לְדַחוֹת פְּעַמֵּי:
אֲמַרְתִּי לַיהוָה אֱלֹהֵי אֶתָּה, הָאֲזִינָה יְהוָה קוֹל תַּחֲנוּנֵי:
אֶל תִּתֵּן יְהוָה מֵאוֹיֵי רָשָׁע, זָמְמוּ אֶל תִּפְקוּ יְרוּמוֹ סֵלָה:

מִזְמוֹר לְדָוִד, יְהוָה קָרְאתִיךָ חוֹשֶׁה לִי, הָאֲזִינָה קוֹלִי בְּקִרְאֵי לָךְ:
תִּכּוֹן תִּפְלִיתִי קִטְרֵת לִפְנֶיךָ, מִשָּׂאת כְּפִי מִנַּחַת עָרֵב:
שִׁיתָה יְהוָה שְׁמָרָה לְפִי, נִצְרָה עַל דַּל שְׂפָתִי:
אֶל תֵּט לְבִי לְדַבֵּר רָע לְהַתְּעוֹלֵל עַללוֹת בְּרָשָׁע אֶת אִישִׁים פְּעֵלֵי אָוֶן, וּבַל אֶלְחַם בְּמִנְעַמֵּיהֶם:
כִּי אֵלֶיךָ יְהוָה אֲדַנִּי עֵינִי, בְּכֹה חִסִּיתִי אֶל תִּעַר נְפֹשִׁי:

שְׁמַרְנִי מִיַּד פַּח יִקְשׁוּ לִי, וּמִקְשׁוֹת פְּעֵלֵי אָוֶן:
קוֹלִי אֶל יְהוָה אֲזַעֵק, קוֹלִי אֶל יְהוָה אֶתְחַנֵּן:
אֲשַׁפֵּךְ לִפְנֵי שִׁיחִי, צָרְתִי לִפְנֵי אֲגִיד:
זַעֲקֵתִי אֵלֶיךָ יְהוָה, אֲמַרְתִּי אֶתָּה מַחְסִי, חֲלָקִי בְּאֶרֶץ הַחַיִּים:
הִקְשִׁיבָה אֶל רִנָּתִי כִּי דְלוֹתִי מָאֵד, הִצִּילֵנִי מִרְדְּפִי כִּי אִמְצוּ מִמֶּנִּי:
הוֹצִיָּאָה מִמִּסְגַּר נְפֹשִׁי לְהוֹדוֹת אֶת שְׁמֶךָ, בִּי יִכְתְּרוּ צְדִיקִים כִּי תִגְמַל עֲלַי:
מִזְמוֹר לְדָוִד, יְהוָה שְׁמַע תִּפְלִיתִי הָאֲזִינָה אֶל תַּחֲנוּנֵי, בְּאֲמַנְתְּךָ עֲנֵנִי בְּצַדִּיקְתְּךָ:
וְאֶל תְּבוֹא בְּמִשְׁפָּט אֶת עֲבַדְךָ, כִּי לֹא יִצְדַּק לִפְנֶיךָ כָּל חַיִּי:
פִּרְשֵׁתִי יְדֵי אֵלֶיךָ, נְפֹשִׁי כְּאֶרֶץ עֵיפָה לָךְ סֵלָה:
מֵהָר עֲנֵנִי יְהוָה כְּלָתָה רוּחִי, אֶל תִּסְתֵּר פְּנֶיךָ מִמֶּנִּי, וְנִמְשַׁלְתִּי עִם יְרֵדֵי בּוֹר:

הַשְּׁמִיעֵנִי בִּבְקָר חֲסֹדֶךָ כִּי בָּךְ בְּטַחַתִּי, הוֹדִיעֵנִי דְרָךְ זֶה אֵלֶיךָ כִּי אֵלֶיךָ נְשֹׂאתִי נַפְשִׁי:
הַצִּילֵנִי מֵאִיְבֵי יְהוָה אֵלֶיךָ כֹּסֶתִי:
לְמַדְנִי לַעֲשׂוֹת רְצוֹנְךָ כִּי אַתָּה אֱלֹהֵי, רוֹחֶךָ טוֹבָה, תִּנְחַנְחֵנִי בְּאֶרֶץ מִישׁוֹר:
לְמַעַן שְׂמֶךָ יְהוָה תַּחֲיֵנִי, בְּצַדִּיקְתְּךָ תוֹצִיא מִצָּרָה נַפְשִׁי:
וּבְחֲסֹדֶךָ תַּצְמִית אִיְבֵי, וְהֶאֱבַדְתָּ כָּל צָרָרִי נַפְשִׁי כִּי אֲנִי עֹבֵדְךָ:
שְׁלַח יְדֶיךָ מִמְרוֹם, פְּצֵנִי וְהַצִּילֵנִי מִמַּיִם רַבִּים, מִיַּד בְּנֵי נָכָר:
אֲשֶׁר פִּיהֶם דְּבַר שָׁוְא, וַיְמַיְנֵם יְמִין שְׂקָר:
פְּצֵנִי וְהַצִּילֵנִי מִיַּד בְּנֵי נָכָר, אֲשֶׁר פִּיהֶם דְּבַר שָׁוְא, וַיְמַיְנֵם יְמִין שְׂקָר:

אֲשֶׁרֵי הָעַם שְׂכָכָה לוֹ, אֲשֶׁרֵי הָעַם שִׁיְהוּהוּ אֱלֹהָיו:

תהלים של רבי נחמן מברסלב הוצא לאור ע"י "ברסלב מאיר"

אנחנו מחפשים תורם להדפסה והפצת אלפים של קונטרס זה לזיכוי הרבים... רוצה לזכות בזכות הרבים שגדולתה עד אין סוף?
עלות משוערת לעריכה והדפסה כ- 2,250 ש"ח לאלף קונטרסים אז אם אתה מחפש זכות לדורות ולעולם הבא צלצל 050-4161022

למעוניינים לזכות בהדפסת והפצת ספרי רבינו נחמן מברסלב ותלמידיו, בספרים קונטרסים אתרים ושאר עלונים [ניתן למסור שמות להנצחה
(לע"נ), הצלחה ושאר שמחות]

זכות הרבים תעמוד לתורמים יקוים בהם דברי רבינו ז"ל "מי שנותן לי לו אני נותן"

050-4161022

ספר "יש מאין" – הערות והארות על הליקוטי מוהר"ן, ובנוסף – מכתבים מעוררים לעבודת ה'. ספר "שי למורא" –
הרגשות ומחשבות בעת אמירת ה"תיקון הכללי". ספר "שי עולמות" – אוסף עלונים שבועים, על פרשת השבוע.
קונטרס "צאן קדושים" – על חינוך ילדים. קונטרס "אורחות חיים" (מנוקד) – לרבינו הרא"ש. עם כללי ברזל לנכנסים
לעבודת ה', ע"פ דרך רבינו ז"ל. קונטרס "סדר וידוי" – (לומר אצל רבינו הק', כנודע מדבריו) נוסח וידוי מהגה"ק ר'
אברהם אביו של השל"ה הק' זצ"ל, ונוסח וידוי מספר "כף אחת" להרה"ק החיד"א זי"ע.

ניתן להשיג ב- 050-4161022