



Pour la refoua Chelema de Tahel Ruth bat Yael Myriam Haya

# תהל רות בת יעל מרים חיה

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

**ת** קרב רנתי לפניך יהוה כדברך הבינני. תבוא תחננתי 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.

Horéni Ado-nay dérèkh 'houkékha véétséréna 'ékèv. Havinéni véétséra toratékha véécheméréna vékhol lèv. Hadrikhéni bintiv mitsvotékha ki vo 'hafatsti. Hatlibi èl 'édévatékha véal èl batsa'. Ha'avèr 'énay méréot chav bidrakhékha 'hayéni. Hakèm lé'avdékha imratékha achèr léyiratékha. Ha'avèr 'héropati achèr yagorti ki michpatékha tovim. Hiné taavti léfikoudékha bétsidkatékha 'hayéni.

**ה** ורני יהוה דרך חקיך ואצרנה עקב. הבינני ואצרה תורתך ואשמרנה בכל לב. הדריכני בנתיב מצותיך כי בו חפצתי. הט לבי אל עדותיך ואל אל בצע. העבר עיני מראות שוא בדרךך חייני. הקם לעבדך אמרתך אשר ליראתך. העבר חרפתי אשר יגרתני כי משפטיך טובים. הנה תאבתי לפקדיך בצדקתך חייני.





# REFOUA CHELEMA

POUR LES MALADES DU 'AM ISRAEL

Léolam Ado-nay dévarékha nitsav bachamayim. Lé dor vador émounatékh konanta érèts vata'amod. Lé michpatékha 'amédou hayom ki hakol 'avadékha. Loulé toratékh cha'achou'ay az avadti véonyi. Léolam lo échka'h pikoudékha ki vam 'hiytani. Lékhani hochi'eni ki fikoudékha darachti. Li kivou récha'im léabédéni 'édotékha étbonane. Lékhoh tikhla raïti kèts ré'hava mitsvatékha méod.

ל  
עולם יהוה דברך נצב בשמים.  
לדר ודר אמונתך כוננת ארץ ותעמוד.  
למשפטיך עמדו היום כי הכל עבדיך.  
לולי תורתך שעשעי אז אבדתי בעיני.  
לעולם לא אשפח פקודיך כי בם חייתני.  
לה אני הושיעני כי פקודיך דרשתי.  
לי קוו רשעים לאבדני עדתך אתבונן.  
לכל תכלה ראיתי קץ רחבה מצותך מאד.

Réé 'onyi vé'halétséni ki toratékh lo chakha'hti. Riva rivi ougaléni léimratékha 'hayéni. Ra'hok mérécha'im yéhou'a ki 'houkékh lo darachou. Ra'hamékha rabim Ado-nay ké michpatékha 'hayéni. Rabim rodéfay vétsaray méédévotékha lo natiti. Raïti vogue'dim vaétkotata achèr imratékha lo chamarou. Réé ki fikoudékha ahavti Ado-nay ké'hasdékh 'hayéni. Roch dévarékha émèt ou'olam kol michpat tsidkékh.

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

Vivoouni 'hassadékha Ado-nay téchou'atékh kéimratékha. Véééné 'horéfi davar ki vata'hti bidvarékha. Véal tatsèl mipi dévar émèt 'ad méod ki lé michpatékha yi'halti. Vééchémera toratékh tamid léolam vaèd. Vééthalékha 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'houkékh.

ו  
יבאני חסדך יהוה תשועתך כאמרתך.  
ואענה חרפי דבר כי בטחתי בדברך.  
ואל תצל מפי דבר אמת עד מאד כי למשפטיך יחלתני.  
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 בחקיך.





# 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 tsédèk. Téhi yadékha léozréni ki fikoudékha va'harti. Taavti lichou'atékha Ado-nay vétoratékha cha'achou'ay. Té'hi nafchi outhaléléka oumichpatékha ya'zérouni. Ta'iti késsé ovèd bakèch 'avdékha ki mitsvotékha lo chakha'hti.

**ת** קרב רנתי לפניך יהוה כדברך הבינני.  
 תבוא תחננתי לפניך כאמרתך הצילנני.  
 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.

Bamé yézaké na'ar ète or'ho lichmor kidvarékha. Békhoh libi dérachtikha al tachguéni mimitsvotékha. Bélibi tsafanti imratékha léma'ane lo é'héta lakh. Baroukh ata Ado-nay lamédéni 'houkékha. Bisfatay siparti kol michpété fikha. Bédérékh 'édévatékha sasti ké'alkol hone. Béfikoudékha assi'ha véabita oré'hotékha. Bé'houkotékha échta'acha' lo échka'h dévarékha.

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

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 tsédèk. Téhi yadékha léozréni ki fikoudékha va'harti. Taavti lichou'atékha Ado-nay vétoratékha cha'achou'ay. Té'hi nafchi outhaléléka oumichpatékha ya'zérouni. Ta'iti késsé ovèd bakèch 'avdékha ki mitsvotékha lo chakha'hti.

**ת** קרב רנתי לפניך יהוה כדברך הבינני.  
 תבוא תחננתי לפניך כאמרתך הצילנני.  
 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.





# REFOUA CHELEMA

POUR LES MALADES DU 'AM ISRAEL

Yadékhā 'assouni vayékhonénouni havinéni véélméda mitsvotékha. Yéréékha yirouni véyisma'hou ki lidvarékha yi'halti. Yada'ti Ado-nay ki tsédèk michpatékha véémouna 'initani. Yéhi na 'hasdékhā léna'haméni kéimratékha léavdékhā. Yévoouni ra'hamékha véé'hyé ki toratékha cha'achou'ay. Yévochou zédim ki chékèr 'ivétouni ani assia'h béfikoudékha. Yachouvou li yéréékha véyodéé 'édotékha. Yéhi libi tamim bé'houkékhā léma'an lo évoch.

**ל** דִּיךָ עָשׂוּנִי וַיְכוֹנְנוּנִי הַבִּינְנִי וְאֶלְמְדָה מִצְוֹתֶיךָ.  
**ד** יִרְאֶיךָ יִרְאוּנִי וַיִּשְׁמְחוּ כִּי לְדַבְרְךָ יִחְלָתִי.  
 יִדְעָתִי יְהוָה כִּי צָדֵק מִשְׁפָּטֶיךָ וְאַמוּנָה עֲנִיתָנִי.  
 יְהִי נָא חֶסֶדְךָ לְנַחֲמֵנִי כְּאִמְרַתְךָ לְעַבְדְּךָ.  
 יְבֹאוּנִי רַחֲמֶיךָ וְאַחֲזֵה כִּי תוֹרַתְךָ שְׁעֵשְׂעֵי.  
 יֵבֶשׂוּ יָדַי כִּי שָׁקַר עֲוֹנוֹנִי אָנִי אֲשִׁיחַ בְּפִקּוּדֶיךָ.  
 יִשׁוּבוּ לִי יִרְאֶיךָ וַיִּדְעֵי עֲדוֹתֶיךָ.  
 יְהִי לִבִּי תָמִים בְּחֻקֶיךָ לְמַעַן לֹא אֲבוֹשׁ.

'Assiti michpat vatsédèk bal tani'héni léochékay. 'Arov 'avdékhā létov al ya'achkouni zédim. 'Énay kalou lichou'atékha ouléimrat tsidkékhā. 'Assé 'im 'avdékhā khé'hasdékhā vé'houkékhā lamédéni. 'Avdékhā ani havinéni véédé'a 'édotékha. 'Ète la'assot lAdo-nay héférou toratékha. 'Al kèn ahavti mitsvotékha mizahav oumipaz. 'Al kèn kol pikoudé khol yicharti kol ora'h chékèr sanéti.

**ע** שִׁיתִי מִשְׁפָּט וְצַדִּיק בַּל תַּנִּיחֵנִי לְעֹשְׂקֵי.  
**ד** עָרַב עַבְדְּךָ לְטוֹב אֶל יַעֲשֻׁקְנֵי יָדַי.  
 עֵינַי כָּלוּ לִישׁוּעָתְךָ וּלְאִמְרַת צְדָקָה.  
 עֲשֵׂה עִם עַבְדְּךָ כְּחֶסֶדְךָ וְחֻקֶיךָ לְמַדְנִי.  
 עַבְדְּךָ אָנִי הַבִּינְנִי וְאִדְעָה עֲדוֹתֶיךָ.  
 עַת לַעֲשׂוֹת לִיהוָה הַפְּרוּ תוֹרַתְךָ.  
 עַל כֵּן אֶהְבֵּתִי מִצְוֹתֶיךָ מְזֹהָב וּמְפֹז.  
 עַל כֵּן כָּל פִּקּוּדֵי כָל יִשְׂרָאֵל כָּל אֲרַח שָׁקַר שָׁנְאוֹת

Léolam Ado-nay dévarékha nitsav bachamayim. Lédor vador émounatékha konanta érèts vata'amod. Lé michpatékha 'amédou hayom ki hakol 'avadékha. Loulé toratékha cha'achou'ay az avadti vé'onyi. Léolam lo échka'h pikoudékha ki vam 'hiytani. Lékhā ani hochi'éni ki fikoudékha darachti. Li kivou récha'im léabédéni 'édotékha étbonane. Lékhōl tikhla raïti kèts ré'hava mitsvatékha méod.

**ל** עוֹלָם יְהוָה דְּבַרְךָ נֹצֵב בְּשָׁמַיִם.  
 לְדֹר וְדֹר אַמוּנַתְךָ כּוֹנֵנַת אֶרֶץ וּתְעַמּוּד.  
 לְמִשְׁפָּטֶיךָ עֲמַדוּ הַיּוֹם כִּי הַכֹּל עַבְדְּךָ.  
 לוּלֵי תוֹרַתְךָ שְׁעֵשְׂעֵי אֲזֵ אֲבַדְתִּי בְּעֵינַי.  
 לְעוֹלָם לֹא אֲשַׁפַּח פִּקּוּדֶיךָ כִּי בָם חִיִּיתָנִי.  
 לָךְ אָנִי הוֹשִׁיעֵנִי כִּי פִקּוּדֶיךָ דָּרְשָׁתִי.  
 לִי קוּוּ רְשָׁעִים לְאַבְדֵנִי עֲדוֹתֶיךָ אֶתְבּוֹנֵן.  
 לְכֹל תַּכְלָה רְאִיתִי קֶזַח רַחֲבָה מִצְוֹתְךָ מְאֹד.





# 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.

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

Réé 'onyi vé'halétséni ki toratékhā lo chakha'hti. Riva rivi ougaléni léimratékhā 'hayéni. Ra'hok mérécha'im yéhou'a ki 'houkékhā lo darachou. Ra'hamékhā rabim Ado-nay kéimichpatékhā 'hayéni. Rabim rodéfay vétsaray méédévotékhā lo natiti. Raïti voguédim vaétkotata achèr imratékhā lo chamarou. Réé ki fikoudékhā ahavti Ado-nay ké'hasdékhā 'hayéni. Roch dévarékhā émét ou'olam kol michpat tsidkékhā.

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

Yadékhā 'assouni vayékhonénouni havinéni véélméda mitsvotékhā. Yéréékha yirouni véyisma'hou ki lidvarékhā yi'halti. Yada'ti Ado-nay ki tsédèk michpatékhā véémouna 'initani. Yéhi na 'hasdékhā léna'haméni kéimratékhā léavdékhā. Yévoouni ra'hamékhā véé'hyé ki toratékhā cha'achou'ay. Yévochou zédim ki chékèr 'ivétouni ani assia'h béfikoudékhā. Yachouvou li yéréékha véyodéé 'édotékhā. Yéhi libi tamim bé'houkékhā léma'an lo évoch.

**ל** דיך עשוני ויכוננוני הבינני ואלמדה מצותיך. **ד** יראיך יראוני וישמחו כי לדברך יחלתי. ידעתי יהוה כי צדק משפטיך ואמונה עניתני. יהי נא חסדך לנחמני כאמרתך לעבדך. יבאוני רחמיך ואחיה כי תורתך שעשעי. יבשו ידים כי שקר עותוני אני אשיח בפקודיך. ישובו לי יראיך וידעי עדותיך. יהי לבי תמים בחקיך למען לא אבוש.





# REFOUA CHELEMA

POUR LES MALADES DU 'AM ISRAEL

Ma ahavti toratékhā kol hayom hi si'hati. Méoyévay té'hakéméni mitsvotékha ki lé'olam hi li. Mikol mélamédāy hiskalti ki 'édévotékha 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. מאיבי תחכמני מצותך כי לעולם היא לי. מכל מלמדי השכלתי כי עדותיך שיחה לי. מזקנים אתבונן כי פקודיך נצרתני. מכל ארח רע פלאתי רגלי למען אשמור דברך. ממשפטיך לא סרתי כי אתה הורתני. מה נמלצו לחפי אמרתך מדבש לפי. מפקודיך אתבונן על כן שנאתי כל ארח שקר.

'Hélki Ado-nay amarti lichmor dévarékha. 'Hiliti fanékha vékhol lev 'honéni kéimratékha. 'Hichavti dérachay vaachiva raglay èl 'édotékha. 'Hachti vélo hitmamati lichmor mitsvotékha. 'Hévlé récha'im 'ivédouni toratékhā lo chakha'hti. 'Hatsot layla akoum léhodot lakh 'al michpété tsidkékhā. 'Havèr ani lékhol achèr yéréoukha oulchoméré pikoudékha. 'Hasdékhā Ado-nay maléa haarèts 'houkékhā lamédéni.

**ח** לקי יהוה אמרתי לשמור דברייך. חליתי פניך בכל לב חנני באמרתך. חשבתי דרכי ואשיבה רגלי אל עדותיך. חשתי ולא התמהמהתי לשמור מצותיך. חבלי רשעים עוונני תורתך לא שכחתי. חצות לילה אקום להודות לך על משפטי צדקך. חבר אני לכל אשר יראוך ולשמרי פקודיך. חסדך יהוה מלאה הארץ חקייך למדני.

Yadékhā 'assouni vayékhonénouni havinéni véélméda mitsvotékha. Yéréékha yirouni véyisma'hou ki lidvarékha yi'halti. Yada'ti Ado-nay ki tsédèk michpatékha véémouna 'initani. Yéhi na 'hasdékhā léna'haméni kéimratékha léavdékhā. Yévoouni ra'hamékha véé'hyé ki toratékhā cha'achou'ay. Yévochou zédim ki chékèr 'ivétouni ani assia'h béfikoudékha. Yachouvou li yéréékha véyodéé 'édotékha. Yéhi libi tamim bé'houkékhā léma'an lo évoch.

**ל** דיך עשוני ויכוננוני הבינני ואלמדה מצותיך. **ד** יראיך יראוני וישמחו כי לדברך יחלתי. ידעתי יהוה כי צדק משפטיך ואמונה עניתני. יהי נא חסדך לנחמני באמרתך לעבדי. יבאוני רחמיך ואחיה כי תורתך שעשעי. יבשו ידים כי שקר עותוני אני אשיח בפקודיך. ישובו לי יראיך וידעי עדותיך. יהי לבי תמים בחקייך למען לא אבוש.





# REFOUA CHELEMA

POUR LES MALADES DU 'AM ISRAEL

Horéni Ado-nay dérèkh 'houkékha véétséréna 'ékèv. Havinéni véétséra toratékha vééchémeréna vékhol lèv. Hadrikhéni bintiv mitsvotékha ki vo 'hafatsti. Hatlibi èl 'édévatékha véal èl batsa'. Ha'avèr 'énay méréot chav bidrakhékha 'hayéni. Hakèm lé'avdékha imratékha achèr léyiratékha. Ha'avèr 'hérpati achèr yagorti ki michpatékha tovim. Hiné taavti léfikoudékha bétsidkatékha 'hayéni.

**ה** וְרַנִּי יְהוָה דְרָךְ חֻקֶיךָ וְאַצְרְנָה עֵקֶב.  
הַבִּינֵנִי וְאַצְרֵה תוֹרֹתֶיךָ וְאַשְׁמְרֵנָה בְּכָל לֵב.  
הַדְרִיכֵנִי בְּנִתְיָב מִצְוֹתֶיךָ כִּי בּוֹ חִפְצָתִי.  
הִט לִבִּי אֶל עֲדוּתֶיךָ וְאֶל אֵל בְּצַע.  
הַעֲבֵר עֵינַי מִרְאוֹת שָׂוָא בְּדַרְכֶךָ חַיִּנִי.  
הַקֵּם לְעַבְדְּךָ אִמְרֹתֶיךָ אֲשֶׁר לִירְאָתֶךָ.  
הַעֲבֵר חֲרַפְתִּי אֲשֶׁר יִגְרַתִּי כִּי מִשְׁפָּטֶיךָ טוֹבִים.  
הִנֵּה תִּאֲבֹתִי לְפָקֶדֶיךָ בְּצַדִּיקְתֶךָ חַיִּנִי.



**Torah-Box.com**  
diffusion du judaïsme aux francophones

*Vous connaissez un malade ? Envoyez-nous son nom*  
[www.torah-box.com/refoua-chelema](http://www.torah-box.com/refoua-chelema)