

# TEHILIM 30

## PHONÉTIQUE

Mizmor chir 'Hanoukat habayit, lédaïd. Aromimkha, Ado-Naï, ki dilitani, velo-sima'hta oyevay li. Ado-Naï elohay chiva'ti elekha vatirpaeni. Ado-Naï ! Hé'élita mine-cheol nafchi, 'hiyitani miyaredi vor. Zamerou l'Ado-Naï 'hassidav, vehodou lezekher kodcho. Ki rega' béapo, 'hayim birtsono, ba'erev yaline bekhi, vélaboker - rinah. Vaani amarti vechalvi, bal-emot lé'olam. Ado-Naï ! Birtsonekha hé'émadtah léharéri 'oz, histarta fanekha - hayiti nivhal. Elekha, Ado-Naï, ekra, vél-Ado-Naï et'hanane. Mah-betsa' bédami, beridti el cha'hat ? Hayodekha 'afar ? Hayagid amitekha ? Chema' Ado-Naï vé'honéni, Ado-Naï, héyé 'oyer li. Hafakhta mispedi lema'hol li, pita'hta saki vatéazeréni sim'ha. Léma'ane yezamerkha khavod vélo yidom ; Ado-Naï Elohay, lé'olam odeka.

## TRADUCTION

Psaume, chant pour la dédicace du Temple, de David :

Je T'exalterai, Éternel, car Tu m'as relevé, et Tu n'as pas réjoui mes ennemis à mon sujet. Éternel, mon D-ieu, j'ai crié vers Toi, et Tu m'as guéri. Éternel, Tu as fait remonter mon âme du séjour des morts, Tu m'as fait revivre loin de ceux qui descendent dans la fosse. Chantez à l'Éternel, vous Ses fidèles, et célèbrez Son saint nom. Car Sa colère dure un instant, mais Sa grâce toute la vie. Le soir arrivent les pleurs, et le matin l'allégresse. Je disais dans ma sécurité : je ne chancellerai jamais ! Éternel, par Ta faveur, Tu avais affermi ma montagne... Tu cachas Ta face, et je fus troublé.

Éternel ! C'est à Toi que je crie, c'est le Seigneur que je supplie. Que gagnerais-Tu à verser mon sang, à me faire descendre dans la fosse ?

La poussière a-t-elle pour Toi des louanges ? Proclame-t-elle Ta fidélité ?

Écoute, Éternel, aie pitié de moi ! Éternel, sois mon secours ! Et Tu as changé mes lamentations en allégresse, Tu as délié mon sac, et Tu m'as ceint de joie, afin que mon âme Te chante et ne se taise point. Éternel, mon D-ieu, je Te louerai toujours.

## HÉBREU

מִזְמֹר שִׁיר פְּנִכְתַּת הַבַּיִת לְדוֹד: אֶרְומָמָךְ אָדָנִי כִּי דְלִיתַנִּי וְלֹא שְׁמַחַת אָבִי לֵי: אָדָנִי אֱלֹהִי שׁוֹעֲטִי אֶלָּיךְ וְתַרְפָּאָנִי: אָדָנִי הַעֲלִית מִן שָׁאָל נֶפֶשִׁי חִיְתַנִּי מִירָדִי בָּזָה: זָמַרְוּ לְאָדָנִי חִסְדֵּי וְהַזּוֹן לְזִכְרָךְ דָּשָׁו: כִּי רָגַע בְּאָפָו חִים בְּרָצָוָנוּ. בָּעָרְבָּה וְלִילָּה בְּכִי וְלִבְקָרָה בָּנָה: וְאַנְּנִי אָמְרָתִי בְּשָׁלוֹן בְּלֹא אָמֹת לְעוֹלָם: אָדָנִי בְּרָצָוָנוּ הַעֲמַדְתָּה לְהַרְרֵינוּ. הַסְּתַרְתָּ פְּנֵיךְ הַיִתִי בְּבָהָלָה: אֶלָּיךְ אָדָנִי אָקָרָא וְאֶל אָדָנִי אָתָחָנָן: מֵהָ בָּצָע בְּדָמִי בְּרַדְתִּי אֶל שְׁחַת הַיּוֹדָךְ עַפְרָה הַגִּיד אַמְתָּךְ: שָׁמַע אָדָנִי וְחִנְנֵנִי אָדָנִי הִיא עָזָר לֵי: הַפְּנִכְתַּת מִסְפָּדִי לְמַחְול לִפְתְּחָת שְׁקִי וְתַאֲזִזִּנִי שְׁמַחַת: לְמַעַן זְמָרָךְ כְּבָוד וְלֹא יַדְמֵן אָדָנִי אֱלֹהִי לְעוֹלָם אָזְקָה:

