

וְתִתְחַלֵּט עַל פְּשָׁעִים, וְהִתְחַנַּן לְמוּל קוֹנֵה, וְאֵל תִּתְחַר בַּפְּרָעִים.
וְהַשְּׁפַל מְאֹד אֶת גְּאֹנָה, וְקַח הַשׁוֹב פִּי גַעִים, כִּפְדֹּ אֶל מִהוֹנָה, לְעֵרַת
יַעֲלוּ מוֹשִׁיעִים, וַיִּשְׂאוּ קוֹל הַמוֹנָה, הַבּוֹן לְקִבְרַת אֱלֹהֵיהֶּ: (מִה לְךָ)
דְּלִים אֲשֶׁר עָפַר יְסוּדִם, הַחֲכֵמָה מֵאִין, וּמוֹתֵר הָאָדָם מִן הַבְּהֵמָה אִין.
רַק לְרוֹאֵי צוּר כְּבוֹדִם, רְאוּת לֵב לֹא רְאוּת עֵינַי, וּמוֹצְאֵי מַעֲיֵנֵי יְסוּדִם,
הַשׁוֹבִים מֵיַיִן, פִּי כֵן בְּשֶׁר וְדָם, תִּמְצָא אֶת אֱלֹהֵיהֶּ: (מִה לְךָ) יְהִי אֱהִיָּה
אֲשֶׁר אֱהִיָּה, אֲשֶׁר כָּל חֲפָצוֹ פָּעַל, הַמְּמִית וּמְחַיֶּה, מוֹרִיד שָׁאוֹל וַיַּעֲלֵל.
עֲמוּד לְמַשְׁפַּט וְחַיָּה, וְעִזּוֹב מֶרֶד וּמַעֲלֵל, לֹא מוֹרֵר מְתֵי נֹאִיָּה, מִה לְמַטָּה
וּמִה לְמַעַל, וְאוּלָם תְּמִים תִּהְיֶה, עִם יְיָ אֱלֹהֵיהֶּ: (מִה לְךָ)

Quinta
lezione

בֶּן אָדָם, מִה לְךָ נִרְדָּם, קוֹם קְרֵא בְּתַחֲנוּגִים, שְׁפוּף שִׁיחָה, דְּרוֹשׁ
סְלִיחָה, מֵאֲדוֹן הָאֲדוֹנִים, רַחֵם וְשַׁחֵר, וְאֵל תִּאֲחַר, בְּשָׂרִים יָמִים
פּוֹנִים, וּמְהַרְהֵ רוּחַ לְעִזְרָה, לְפָנַי שׁוֹכֵן מְעוֹנִים, וּמְפַשֵּׁעַ, וְגַם רָשָׁע,
בָּרַח וּפְחַר מֵאֲסוּנִים, אֲנִי שְׂעָה, שִׁמְךָ יוֹדְעֵי, יִשְׂרָאֵל גְּאֹמְנִים, לְךָ
אֲדַנִּי הַצְּדִקָּה וְלִנְוֵי בִשֵׁת הַפְּנִים: עֲמוּד כְּגִבֹר וְהַחֲגִבֵר, לְהַתְּרוֹדוֹת עַל
חַטָּאִים, יְהִי אֶל דְּרוֹשׁ, בְּכוֹבֵד רֹאשׁ, לְכַפֵּר עַל פְּשָׁעִים, כִּי לְעוֹלָם,
לֹא נִעְלָם, מִמֶּנּוּ נִפְלְאִים, וְכֹל מֵאֲמַר, אֲשֶׁר יֹאמֵר, לְפָנָיו הֵם נִקְרָאִים,
הַמְּרַחֵם, הוּא יִרְחֵם, עָלֵינוּ כְּרַחֵם אָב עַל בְּנָיִם: (לְךָ ה' וכו')

יַעֲרוּנֵי רַעֲיוֹנַי, וְסוּד לִבִּי וּמִשְׁאַלּוֹ, הַגּוֹת דְּבָרַי תַּחֲנוּנַי, בְּזִמְרַת
אֵל וּמִהֲלָלוֹ, וְלֹא אֶתֵּן שִׁנָּה לְעֵינַי, חֲצוֹרַת לִילָה בְּגִלְלוֹ, לְחַזוֹת
בְּנוֹעַם יְחוּדָה, וְלִבְקֹשׁ בְּהִיכְלוֹ, הַקִּיצוֹתֵי וְאֲחֻשְׁבֵי, מִי הוּא אֲשֶׁר
הַקִּיצָנִי, וְהִנֵּה קְדוֹשׁ יוֹשֵׁב, תְּהַלְתּוּ הָאֵיֻצָּנִי, וְנִתַּן בְּאֲזְנֵי קִשְׁבֵי, וְחִזְקֵנִי
וְאֲמַצְנֵי, וְכֹל עוֹד רוּחִי בִי הִשְׁבֵי, אֲבָרְךָ אֶת יְהוָה אֲשֶׁר יַעֲצָנִי, צוּר
אֲשֶׁר הִנְשָׂמָה לוֹ, וְהַגּוֹיָה מִפְּעֻלוֹ: (לחזות) וְאֲתַפְּלֵל לְפָנָיו, וּבִתְפִלָּה
אֶתְעַנֵּנּוּ, וּבְקִעוֹ דְמַעֵי עֵנְנָיו, וּמְתַקֵּנוּ מִצוּרָה וּפַנֵּנּוּ, וְנִבְּהָ לִבִּי בְּעֵינָיו.

tuo occhi, e pentiti delle tue trasgressioni. E supplica il tuo Creatore. E non irritarti contro i malvagi. E abbatti del tutto la tua superbia. Prendi ciò che è buono, perché è piacevole. Onora Iddio per la tua ricchezza. Quando saliranno i messaggeri, e sorgeranno le voci dalla tua folla, preparati ad andare incontro al tuo Dio. (*Perché sonnecchi?*) Miseri, la cui materia è la polvere e la cui sapienza è nulla! L'uomo non è superiore alla bestia se non perché vede la gloria della Rocca con una visione del cuore, e non dell'occhio. L'uomo, il cui fondamento è una fonte d'acqua migliore del vino, poiché tale è colui che è fatto di carne e di sangue, trovi il suo Dio. (*Perché sonnecchi?*)

Il Dio che disse: « Io sono Colui che è » e che ha realizzato tutto ciò che ha voluto, che fa morire e rivivere, che fa scendere allo Sheòl e ne fa risalire. Sta in giudizio e vivi. Abbandona la ribellione e la prevaricazione che fai dicendo: Quando, dove? Che c'è sotto, che c'è sopra? Sii invece puro col Signore tuo Dio. (*Perché sonnecchi?*)

O mortale! Perché dormi? sorgi, e prorompi in fervide preghiere; spargi lamenti; implora perdono dal Re dei re; purgati, purificati, non differire; e prima che passino i giorni, davanti all'eccelso abitatore corri velocemente a domandare soccorso; fuggi l'empietà, l'iniquità, e temi i disastri. E Tu, Signore, di grazia, accogli le preghiere dei fedeli d'Israele che conoscono il Tuo nome. Presentati come un prode, e fatti coraggio per confessare le colpe; ricerca l'Onnipotente Iddio con aspetto mortificato, perché perdoni le tue mancanze, Colui a cui non restano nascoste le cose più recondite; ogni accento che si possa esprimere risuona alla Sua presenza. Ma Egli è clemente, ed avrà compassione di noi come un padre pietoso commiserà i figli. A Te, gran Dio, appartiene la giustizia, ed a noi il rossore che ci copre.

I miei pensieri, il segreto e il desiderio del mio cuore mi hanno svegliato per pensare alle parole delle mie suppliche, alla lode e all'esaltazione del Signore. E non darò sonno ai miei occhi, a mezzanotte, per amor Suo, *per considerare la gloria del Signore e per pregarlo nel Suo santuario*. Mi sono svegliato ed ho considerato: Chi è che mi ha svegliato? Ed ecco, è stato il Santo che siede (sul trono); è stata la lode di Lui a farmi affrettare; ed ha concesso alle mie orecchie l'attenzione, mi ha rinforzato e mi ha incoraggiato. E finché farà tornare il mio spirito in me (dopo il sonno) benedirò il Signore che mi ha consigliato, la Rocca a Cui l'anima appartiene, e da Cui il corpo fu creato (*per considerare ecc.*). E pregherò di fronte a Lui, e mi rallegrerò nella preghiera, e le lacrime fenderanno le Sue nuvole, e saranno più dolci del miele e del balsamo. E il mio cuore apparirà pieno di zelo ai

L'audio delle selihot si trova qui:
<http://tinyurl.com/selihot-roma>



Edizione digitale a cura di
www.torah.it