

Pray Tell: Tehillim Perek130

Source Sheet by Rabbi Federgrun

Psalms 130

(1) A song of ascents. Out of the depths I call You, O LORD. (2) O Lord, listen to my cry; let Your ears be attentive to my plea for mercy. (3) If You keep account of sins, O LORD, Lord, who will survive? (4) Yours is the power to forgive so that You may be held in awe. (5) I look to the LORD; I look to Him; I await His word. (6) I am more eager for the Lord than watchmen for the morning, watchmen for the morning. (7) O Israel, wait for the LORD; for with the LORD is steadfast love and great power to redeem. (8) It is He who will redeem Israel from all their iniquities.

Psalms 121

(1) A song for ascents. I turn my eyes to the mountains; from where will my help come? (2) My help comes from the LORD, maker of heaven and earth. (3) He will not let your foot give way; your guardian will not slumber; (4) See, the guardian of Israel neither slumbers nor sleeps! (5) The LORD is your guardian, the LORD is your protection at your right hand. (6) By day the sun will not strike you, nor the moon by night. (7) The LORD will guard you from all harm; He will guard your life. (8) The LORD will guard your going and coming now and forever.

Berakhot 10b

That was also taught in a baraita: One should neither stand upon a chair nor upon a stool, nor in a high place and

תהילים ק"ל

(א) שִׁיר הַמַּעֲלוֹת מִמַּעַמְקִים קָרָאתִיךָ
 יְהוָה: (ב) אֲדֹנָי שְׁמַעָה בְּקוֹלִי תִהְיֶינָה
 אָזְנוֹיךָ קְשׁוּבוֹת לְקוֹל תַּחֲנוּנָי: (ג) אִם-עֲוֹנוֹת
 תִּשְׁמָר-יְיָ אֲדֹנָי מִי יַעֲמֵד: (ד) כִּי-עֲמָךְ
 הַסְּלִיחָה לְמַעַן תִּתְנַחֵם: (ה) קִנִּיתִי יְהוָה
 קִוְיָה נִפְשִׁי וְלִדְבָרוֹ הִוָּחֵלְתִּי: (ו) נִפְשִׁי
 לֹא-אֲדֹגֵי מִשְׁמָרִים לְבָקֵר שְׁמָרִים לְבָקֵר: (ז)
 יַחַל יִשְׂרָאֵל אֶל-יְהוָה כִּי-עַם-יְהוּדָה הִתְחַסְּדוּ
 וְהִרְבָּה עִמּוֹ פְדוּת: (ח) וְהוּא יִפְדֶּה
 אֶת-יִשְׂרָאֵל מִכָּל עֲוֹנוֹתָיו:

תהילים קכ"א

(א) שִׁיר לְמַעֲלוֹת אֲשָׁא עֵינַי אֶל-הַהָרִים
 מֵאֵין יָבֹא עֲזָרִי: (ב) עֲזָרִי מֵעַם יְהוָה עֲשֵׂה
 שְׁמִים וְאָרֶץ: (ג) אֶל-יָתֵן לְמוֹט רַגְלִיךָ
 אֶל-יָנוּם שְׁמָרְךָ: (ד) הִגֵּה לֹא-יָנוּם וְלֹא
 יִישָׁן שׁוֹמֵר יִשְׂרָאֵל: (ה) יְהוָה שְׁמָרְךָ יְהוָה
 צִלְּךָ עַל-יַד מִיְיָ: (ו) יוֹמָם הִשְׁמַרְשׁ
 לֹא-יִפְכָּה וְיָרַח בְּלִילָה: (ז) יְהוָה יִשְׁמָרְךָ
 מִכָּל-רָע יִשְׁמָר אֶת-נַפְשְׁךָ: (ח) יְהוָה
 יִשְׁמָר-צֵאתְךָ וּבואְךָ מִמֵּתָה וְעַד-עוֹלָם:

ברכות י' ב

תניא נמי הכי לא יעמוד אדם לא על גבי
 כסא ולא על ע"ג שרפרף ולא במקום גבוה

pray. Rather, one should stand in a low place and pray, for there is no haughtiness before God. As it is stated: “I called to You, Lord, from the depths” and it is written: “A prayer for the impoverished, when he is faint and pours out his complaint before God” (Psalms 102:1). It is appropriate to feel impoverished when praying and make one’s requests humbly.

ויתפלל אלא במקום נמוך ויתפלל לפי
שאין גבהות לפני המקום שנאמר
ממעמקים קראתיך ה' וכתוב (תהלים קב,
א) תפלה לעני כי יעטוף.



נוצר בעזרת בונה דפי המקורות של ספאריה www.sefaria.org/sheets