

Seigneur,
apprends-nous
à prier !



DIOCÈSE DE SENS - AUXERRE

Prier, c'est entrer en dialogue avec Dieu, le Dieu-Père que nous révèle Jésus-Christ.

« La prière n'est pas là pour que nous soyons mieux dans notre peau.

Prier, non en vue d'une utilité quelconque
mais pour mieux créer avec le Christ
une communion d'êtres humains pleinement libres. »

(Frère Roger de Taizé ; Son amour est un feu, page 58)



Au commencement

« L'entrée en oraison est analogue à celle de la liturgie eucharistique : 'rassembler' le cœur, recueillir tout notre être sous la mouvance de l'Esprit Saint, habiter la demeure du Seigneur que nous sommes, éveiller la foi pour entrer en la Présence de Celui qui nous attend... » *(Catéchisme de l'Église Catholique, n° 2711)*

En d'autres termes :

- Il faut prendre la décision de prier, et s'y tenir
(ne pas faire autre chose en même temps, comme préparer la prochaine messe paroissiale...)
- Il faut éveiller notre foi : croire en ce Dieu qui se fait proche de nous par amour pour nous ;
- Se confier en l'Esprit Saint, lui qui demeure en nous et prie en nous, pour nous : saint Paul nous dit : « nous ne savons pas prier comme il faut ; mais l'Esprit lui-même intercède pour nous... » *(lettre aux Romains, 8,26)*

Pour favoriser la prière

- **Choisir un lieu** qui nous aide à entrer dans le silence, le recueillement ;
- Prendre une position qui nous aide à entrer dans la prière (à genoux, assis...)
Notre attitude doit manifester ce que nous voulons vivre.
- ‘Habiller ce lieu’ de manière à ce qu’il tourne notre regard vers Dieu :
avec une icône, une statue, une bougie allumée, un bouquet, une Bible...

Déterminer un temps : il est bon de décider combien de temps nous consacrons à la prière : 10 minutes, ½ heure... et s’y tenir ; en sachant que nous y reviendrons le lendemain.

Une astuce : un minuteur de cuisine peut libérer notre esprit du problème de la durée... il nous rappellera inmanquablement que le temps est passé.

Faute de minuteur, on peut aussi faire appel à son ange gardien : je ne sais comment il s’y prend, mais il est ‘efficace’.
N’oublions pas qu’il prie avec nous.



A propos des distractions

Elles sont inévitables.

Lorsqu'elles surviennent, le mieux est de le déposer dans le cœur de Dieu et ne pas s'en soucier davantage.

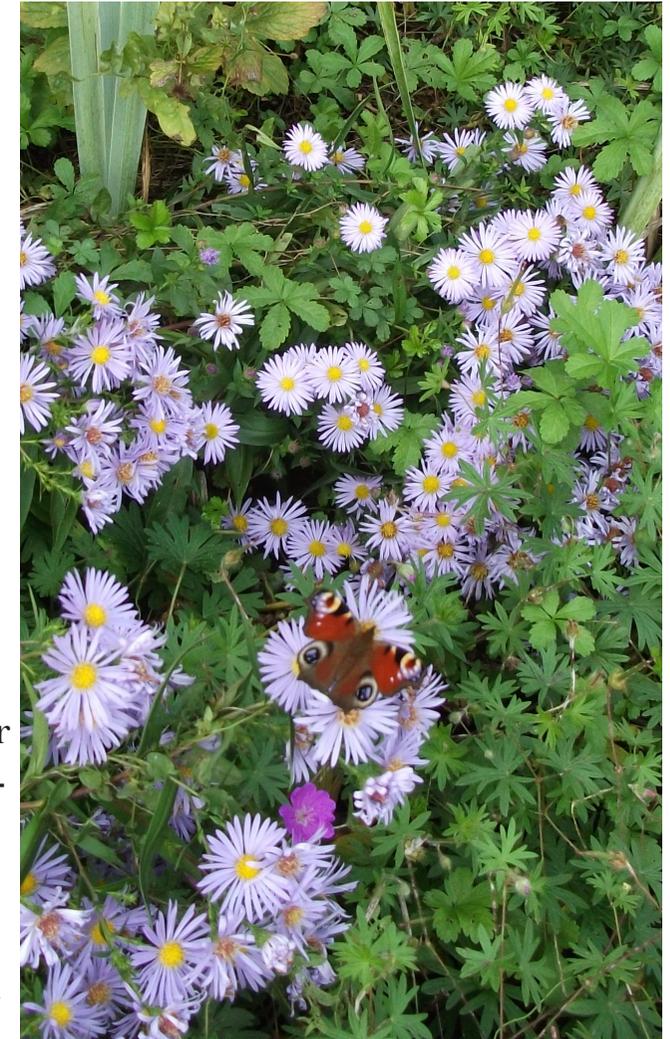
Les transformer en prière : j'ai pensé à telle personne, l'offrir au Seigneur ;
Tel évènement à préparer m'a trotté dans la tête... demander à Dieu de le bénir
Et revenir à la prière que nous avons commencée

C'est plus facile à écrire qu'à faire, sans doute !

Mais il ne nous est pas demandé d'être efficace dans la prière ; plutôt d'être là, comme un petit enfant... et nous savons bien qu'un enfant cours après le premier papillon venu et revient près de sa mère... Il court, il tombe, il revient... mouvement incessant mais vie de l'enfant.

« La prière n'est pas une performance personnelle. Quand tu pries dans la solitude, il arrive que s'interposent des nuages entre Dieu et toi. Ces nuages portent des noms : révolte, frustration, sentiment d'être indigne ou incapable, perte de l'estime de toi-même. Tant de réalités subjectives peuvent dresser un barrage entre lui et toi. Si tu oublies sa présence, vas-tu perdre ton temps à gémir sur ton oubli ? Abandonne-toi plutôt à la confiance. »

(Frère Roger de Taizé ; Son amour est un feu, page 44)



Les psaumes

Ils sont priés dans chaque liturgie communautaire : à la messe, mais aussi par les prêtres, les moines...

Ils sont une école de prière !

Il y a ceux qui nous plaisent...

Ceux qui nous semblent digne de Dieu, comme les psaumes de louange ;

Il y a ceux qui nous déchirent... parce qu'ils expriment nos propres douleurs...

Il y a ceux qui nous choquent : comment, ils osent s'adresser à Dieu sur ce ton!

Ils nous apprennent ceci :

On peut tout dire à Dieu, sur tous les tons...

et même la violence,

et même avec des larmes et de la révolte...

L'important, c'est ce cœur ouvert, tourné vers Dieu, pour vider sa douleur, son amertume, ses haines...

Et recevoir de lui l'abondance du pardon, de la grâce, de la vie....

« Dieu comprend tous les langages humains. Il comprend nos paroles.

Mais il comprend aussi nos silences. Et le silence est parfois le tout de la prière. »

(Frère Roger de Taizé ; Son amour est un feu, page 56)

Quand la prière devient silence, douloureuse, il peut être bon de se laisser porter par la prière des autres, au travers de la liturgie...

Cette année, nous vous proposons de venir les prier, chaque matin à 8h dans la chapelle Notre Dame des Douleurs de Saint Frai.



Prier la Parole : la Lectio Divina

Il faut choisir un texte de la Bible.

Les habitués de la Lectio choisissent souvent l'Évangile lu au cours de la messe du jour.

Il ne s'agit pas d'apprendre des choses sur Dieu, sur Jésus...

Il ne s'agit pas de chercher quel geste, quelle attitude nous prescrit l'Évangile...

Il s'agit d'accueillir une Parole que Dieu me dit, pour la journée d'aujourd'hui ;
Parole d'Alliance !

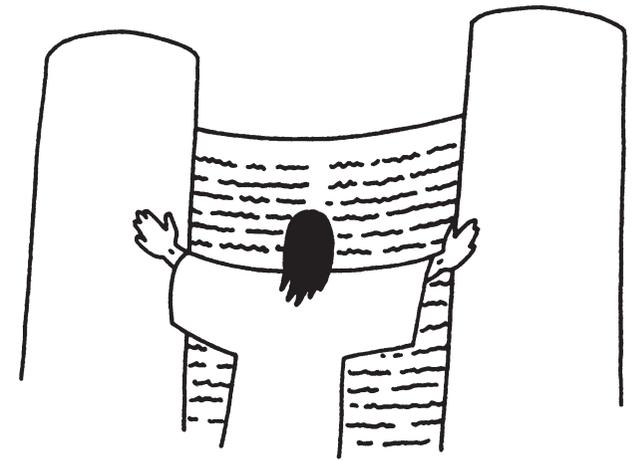
Une méthode :

- Lire une fois (si possible à haute voix) le texte choisit ;
- Lire une 2^e fois, en silence ;
- Lire une 3^e fois

Et s'arrêter au mot, à la phrase, qui résonne pour nous, en nous...

Laisser ce mot, cette phrase, 'chanter' en nous, tranquillement... la goûter paisiblement...

Et engager un 'dialogue' avec le Seigneur : lui dire ce que cette phrase éveille en nous, l'implorer ou le louer...



Méditer, avec le chapelet

Dans cette forme de prière, on choisit un évènement de la vie du Christ (un mystère du chapelet) pour essayer de s'approcher du Christ.

On s'imagine la scène ; on essaie de la visualiser, de se rendre présent à l'évènement qui nous est raconté.

On met en œuvre sa mémoire : elle se représente le sujet, non comme un objet d'étude, mais comme une interpellation actuelle de Dieu. Se souvenir, c'est ici se rendre présent quelqu'un à travers quelque chose, à travers un signe qu'il nous fait. Non pas se rappeler ce qui a échappé à la mémoire, mais se rendre présent celui que notre cœur a oublié et qui nous parle au-dedans de nous...

Alors la réflexion s'empare de cette scène : elle l'examine, compare, pèse et soupèse, tire les conséquences pratiques...

Au cours de ce travail, l'affectivité spirituelle s'éveille et sent les choses intérieurement. Elle s'arrête sur un désir, s'attriste sur une infidélité, trouve la paix dans la miséricorde de Dieu. Ou bien elle se réjouit de ses dons, s'encourage à vivre selon l'Évangile, s'affermit dans les décisions prises.

Le but poursuivi : non pas des grandes idées, encore moins des raisonnements ou des discours logiques, mais l'éveil du cœur.

On peut alors 'passer' son chapelet comme le faisait Bernadette, en demeurant attentif, présent, à cette scène évangélique.

Avec Marie, on s'ouvre au don de Dieu, à une grâce, qui nous est spécialement offerte dans le 'mystère' médité.



La prière du cœur

Prière de la Tradition Orthodoxe.

Il s'agit de s'ouvrir à une Présence, celle de Dieu, en se faisant présent à soi-même, en 'descendant' dans son cœur profond, là où Dieu réside.

Souvent, le rythme de la respiration aide à vivre cette Présence.

Ce moment s'accompagne de la répétition du nom de Jésus, ou d'un autre Nom de Dieu (Père, Esprit Saint...). Murmurer ce Nom, c'est se rendre présent à la Personne nommée.

Il n'y a rien à tirer de cette forme de prière : pas de bonnes intentions pour vivre la suite de la journée, pas de belles pensées sur Dieu...

Il s'agit seulement d'un feu d'amour qui s'allument, qui s'alimente en nous et qui nous fera vivre toute la journée...

« Il en est qui disent et redisent à l'infini quelques mots qu'ils ont appris à balbutier... Apparemment la répétition des mêmes paroles à l'infini est sans spontanéité. Et voilà qu'après une longue attente surgissent des jaillissements intérieurs une plénitude, présence de l'Esprit Saint toujours perturbateur.

Il en est encore qui ne connaissent pour ainsi dire jamais de résonance sensible d'une présence en eux. Leur vie durant, ils sont dans l'attente et celle-ci active l'ardeur de la recherche. Pour eux la contemplation est une lutte... »

(Frère Roger de Taizé ; Son amour est un feu, page 47-50)



La prière d'intercession

Elle peut se vivre à l'image de la prière du cœur :

Se tenir en présence de Dieu

Et prier avec une courte invocation
comme la prière de l'ange aux enfants de Fatima, la prière de St Dominique...

On peut, simplement, associer le nom d'une personne au nom de Jésus...

Prière de l'ange aux enfants de Fatima :

« Mon Dieu, je crois, j'adore, j'espère et je t'aime
Et je te demande pardon pour ceux qui ne croient pas, n'adore pas, n'espère pas et ne t'aime pas. »

Prière de St Dominique :

« Mon Dieu, ma miséricorde, accorde-nous la grâce de ta miséricorde »

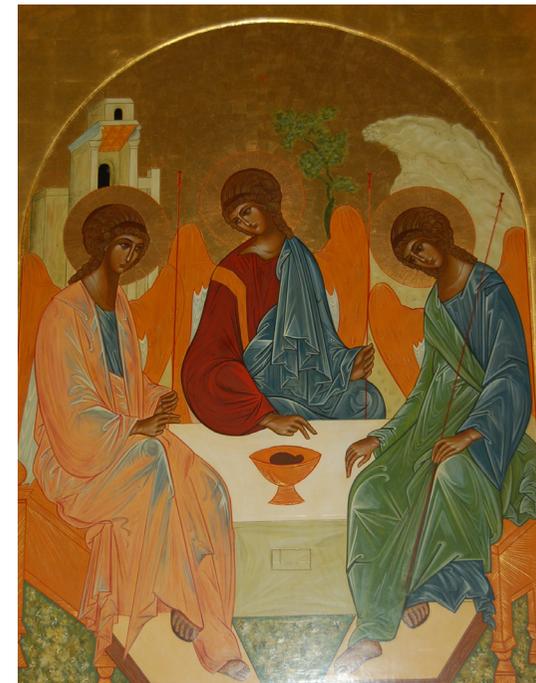
Autres prières :

Père, par le Sang versé de Jésus, plonge-nous en ta miséricorde

Père, j'ai confiance en toi...

Père, accorde-moi la grâce de ta miséricorde...

Seigneur Jésus, Fils du Dieu vivant, prends pitié du pécheur que je suis...



La prière d'Alliance

De la tradition de St Ignace de Loyola

Il s'agit de regarder sa vie, la journée passée, sous le regard de Dieu.

Pour tout ce qui a été beau : rendre grâce et remercier ;

Pour tout ce qui a été moins bien : demander miséricorde et pardon ;

Et renouveler, redire, son désir de vivre le jour à venir en tissant avec Jésus, l'Alliance d'amour qu'Il nous offre...



La prière du Notre Père



C'est la prière par excellence du chrétien, celle que Jésus nous a apprise.

Nous pouvons reprendre cette prière, simplement, lentement, pour nous imprégner de cette réalité : Dieu est mon Père ; Il est Notre Père !

« Quand nous prions le Père, nous sommes en communion avec Lui et avec son Fils Jésus Christ. C'est alors que nous le connaissons et le reconnaissons dans un émerveillement nouveau. La première parole de la Prière du Seigneur est une bénédiction d'adoration, avant d'être une imploration. Car c'est la Gloire de Dieu que nous le reconnaissons comme 'Père', Dieu véritable. Nous lui rendons grâce de nous avoir révélé son nom, de nous avoir donné d'y croire et d'être habités par sa Présence. »

(Catéchisme de l'Eglise Catholique, n° 278)

Adoration Eucharistique

Jésus est présent, réellement, dans l'Eucharistie consacrée au cours de la messe.
Il est réellement présent dans l'Eucharistie présentée à l'adoration.

Il faut éveiller notre foi à cette Présence, et y adhérer simplement.

L'adoration est émerveillement :

Dieu est...

Dieu est Dieu... cela suffit !

Cela suffit pour avoir raison de vivre ;

Cela suffit pour avoir raison de nous tenir en sa présence ;

Cela suffit pour le louer ; pour lui faire confiance...

L'adoration est aussi guérison du cœur :

Nous ouvrons notre cœur à la Présence du Christ-Sauveur.

Ouvrir son cœur en acceptant sa misère, ses abîmes de douleurs, ses blessures insondables...

Et inviter Jésus, Présent devant nous, à descendre en chacune de ses blessures, chacun de ses abîmes... Il est Sauveur, le seul Sauveur ; celui qui veut nous sauver, qui vient nous guérir.

Christ a donné sa vie pour notre salut : telle est la Parole donnée dans la Présence Eucharistique. Il s'est livré, comme un Pain, entre nos mains. Si nous le voulons, il descendra au plus secret de notre être, porteur de la Réconciliation voulue par Dieu : « Car il a plu à Dieu de faire habiter en Lui toute la plénitude et de tout réconcilier par lui et pour lui, et sur terre et dans les cieux, ayant établi la paix par le sang de sa croix. » (*lettre aux Colossiens, 1, 19*)



Pour aller plus loin

Catéchisme de l'Église catholique

4^e partie : la prière chrétienne

Invitation à la prière ; Claude Flipo (jésuite), éditions Vie Chrétienne 2011

Expérience de Dieu et chemins de prière ; Léo Scherer (jésuite), éditions Vie Chrétienne, supplément n° 365

La prière, le mystère d'une relation ; les Cahiers Croire, n° 282, juillet-août 2012

Prier la Parole - une introduction à la «Lectio Divina» - ; Enzo Bianchi, éditions Vie Monastique n° 15; abbaye de Bellefontaine

La prière retrouvée ; Pierre Guilbert, Collection Foi Vivante 253, Editions Nouvelle Cité 1996
(témoignage d'un prêtre et de son chemin de prière)

Notre Père... un itinéraire biblique ; Frère John de Taizé, Presses de Taizé 2012
(méditation du Notre Père par un frère de Taizé)

Les psaumes



Brève introduction

Le psautier comprend 150 psaumes.

Ces 150 psaumes sont répartis en 5 livres de longueur inégale :

Psaumes 1 -41
42-72
73-89
90-106
107-150



Nous ne savons rien sur les auteurs des psaumes.

73 sont attribués à David mais en fait, rien n'en est sûr. Il est très difficile de déterminer l'époque de composition d'un psaume. Sans doute, les psaumes recueillis s'échelonnent-ils entre le 8e et le 2e siècle avant Jésus Christ.

Les psaumes ne sont pas des météores tombés du ciel. Ils s'inscrivent dans un milieu culturel, en contact avec les civilisations environnantes. Les psalmistes n'ont pas craint d'utiliser des textes païens et de leur donner une tournure correspondant à la foi du peuple hébreu.

Pour aller plus loin

Cahier Evangile n° 13 : pour prier avec les psaumes

Cahier Evangile n° 25 : Les psaumes et Jésus, Jésus et les psaumes

Les psaumes sont des poèmes

La prosodie hébraïque ne repose ni sur le nombre des syllabes ou de pieds, ni sur la rime, mais sur la succession de syllabes toniques et de syllabes atones. Seules entrent en ligne de compte les syllabes accentuées. Elle utilise aussi constamment le procédé du parallélisme : une même pensée est énoncée dans deux stiques consécutifs, équilibrés et symétriques :

Ex : psaume 51 (50)

*Mais tu veux au fond de moi la vérité ;
dans le secret, tu m'apprends la sagesse.*

*Purifie-moi avec l'hysope, et je serai pur ;
lave-moi et je serai blanc, plus que la neige*

{ 2 petites phrases pour nous parler de connaissance... vérité et sagesse
2 autres phrases pour nous parler de purification : purifie-moi et lave moi

Les psaumes reflètent les préoccupations et la psychologie de leurs auteurs.

Ils reflètent surtout les usages, coutumes, mœurs de leur époque et font assez souvent allusion à l'histoire récente.

Cependant aucun psalmiste n'en a composé pour exprimer sa propre prière : dès sa rédaction, le psaume est conçu pour un usage communautaire. Les psalmistes offrent des textes utilisables dans la prière publique, sans exclure des prières cultuelles personnelles...

Une double numérotation qui ne doit pas nous troubler... elle est liée à un travail de traduction au cours duquel le psaume 9 a été divisé en 2 psaumes, 9 et 10... et un décalage de numérotation s'est constitué jusqu'à la fin du psautier.

Aujourd'hui, le premier numéro du psaume correspond à ce que nous trouvons dans nos bibles et le second est la numérotation utilisée pour la liturgie.

Le Genre littéraire

Reconnaître le genre littéraire d'un psaume est la 1^e démarche à faire pour le comprendre. Cela permet de retrouver l'intention du psalmiste, d'entrer dans son axe de vision.

Les psaumes de supplication

Le suppliant se met sous la protection d'un supérieur pour échapper à un danger. A l'aide de différents gestes symboliques, le suppliant exprime qu'il s'en remet entièrement à la personne qu'il implore. Supplier Dieu, c'est donc se présenter devant lui en posture de suppliant : lever les yeux, tendre les mains, se prosterner, se réfugier chez Dieu... autant d'expressions que l'on retrouve dans ces psaumes.

Structure :

Préambule : invocation ou appel à Dieu
Demande générale
Présentation de soi

Supplication : des demandes particulières : guéris-moi, pardonne-moi...
L'exposé du cas
Des motifs de persuasion : je suis ton serviteur...
ou l'amour de Dieu qui est fidèle

Conclusion : comme une hymne ou s'entremêle la certitude d'être exaucé,
la confiance, l'action de grâce...



Ex : psaume 6

Seigneur, corrige-moi sans colère,
et reprends-moi sans fureur.
Pitié, Seigneur, je dépéris !
Seigneur, guéris-moi !
Car je tremble de tous mes os,
de toute mon âme, je tremble.

Et toi, Seigneur, que fais-tu ?
Reviens, Seigneur, délivre-moi,
sauve-moi en raison de ton amour !
Personne, dans la mort, n'invoque ton nom ;
au séjour des morts, qui te rend grâce ?

Je m'épuise à force de gémir ;
chaque nuit, je pleure sur mon lit :
ma couche est trempée de mes larmes.
Mes yeux sont rongés de chagrin ;
j'ai vieilli parmi tant d'adversaires !

Loin de moi, vous tous, malfaisants,
car le Seigneur entend mes sanglots !
Le Seigneur accueille ma demande,
le Seigneur entend ma prière.
Qu'ils aient honte et qu'ils tremblent, tous mes ennemis,
qu'ils reculent, soudain, couverts de honte !

Préambule :

On sait à qui on s'adresse : Dieu
Demande : Pitié, guéris-moi !
L'auteur se présente : je tremble...

Supplication :

Demande : délivre-moi, sauve-moi !

L'exposé du cas tient en un mot : tant d'adversaires !

Les motifs pour être exaucé : ton amour, mais aussi,
dans la mort, personne ne te rends grâce, donc Dieu
perdrait un chantre de sa grâce si celui qui crie vers
lui venait à mourir !

Conclusion :

Certitude d'être exaucé : le Seigneur accueille, entend...

Et une confiance renouvelée : les adversaires reculent !

Les hymnes

Ce sont des chants de louange dans lesquelles on loue Dieu pour la création et ses œuvres merveilleuses dans l'histoire. Manifestation de la puissance de Dieu et manifestation de son amour sont associées pour célébrer le Seigneur.

Structure :

Invitation : à entrer dans la louange

Corps de l'hymne : on retrouve les causes de la louange et l'expression de cette louange

Conclusion : qui n'est pas toujours présente.



Ex : psaume 8

*O Seigneur, notre Dieu,
qu'il est grand ton nom
par toute la terre !*

*Jusqu'aux cieux, ta splendeur est chantée
par la bouche des enfants, des tout-petits :
rempart que tu opposes à l'adversaire,
où l'ennemi se brise en sa révolte.*

*A voir ton ciel, ouvrage de tes doigts,
la lune et les étoiles que tu fixas,
qu'est-ce que l'homme pour que tu penses à lui,
le fils d'un homme, que tu en prennes souci ?*

*Tu l'as voulu un peu moindre qu'un dieu,
le couronnant de gloire et d'honneur ;
tu l'établis sur les œuvres de tes mains,
tu mets toute chose à ses pieds :*

*Les troupeaux de bœufs et de brebis,
et même les bêtes sauvages,
les oiseaux du ciel et les poissons de la mer,
tout ce qui va son chemin dans les eaux.*

*O Seigneur, notre Dieu,
qu'il est grand ton nom
par toute la terre !*

Introduction :

S'exclame sur la grandeur de Dieu.

Ce chant de louange, chanté même par les enfants, est un rempart contre l'adversaire

Corps du texte :

Pourquoi la louange ? parce que Dieu s'occupe de l'homme ; il l'a établi maître sur la création

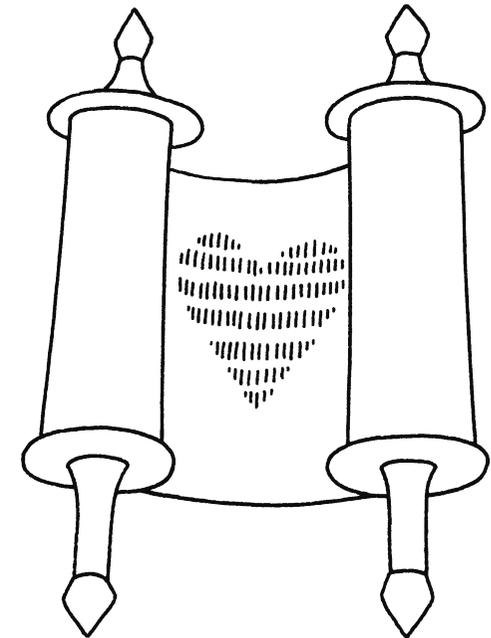
Conclusion :

Elle reprend l'exclamation du début.

Les Psaumes royaux

Pour l'intronisation d'un roi, Israël emprunte aux autres peuples les rites d'intronisation. Le roi est sacré dans le Temple ; il reçoit l'onction donnée par un prêtre. Ensuite un prophète cultuel lui remettait le 'protocole royal' : petit rouleau où le roi découvre ses nouveaux noms et la mission qu'il tient de Dieu. La foule acclame alors le roi qui est conduit du temple au palais royal où le roi s'assoit sur le trône et reçoit les signes de ses fonctions.

En réalité, l'intronisation évoquée dans ces psaumes et celle du Roi Messie. C'était un moyen concret, frappant, d'entretenir l'espérance et l'attente messianiques



D'autres psaumes célèbrent Dieu comme Roi :
roi d'Israël et en même temps de toutes les nations ;
roi du cosmos, roi victorieux...

Ex : psaume 110 (109)

Oracle du Seigneur à mon Seigneur :

« Sièges à ma droite,
et je ferai de tes ennemis
le marchepied de ton trône. »

La scène se passe dans la salle du trône.

Le roi est accueilli, à son entrée, par le prophète cultuel qui lui transmet un oracle du Seigneur l'investissant comme roi.

De Sion, le Seigneur te présente

le sceptre de ta force :

« Domine jusqu'au cœur de l'ennemi. »

Le prêtre lui tend son sceptre, insigne de commandement, d'autorité, d'arbitrage.

Le jour où paraît ta puissance,

tu es prince, éblouissant de sainteté :

« Comme la rosée qui naît de l'aurore,
je t'ai engendré. »

Le Seigneur l'a juré

dans un serment irrévocable :

« Tu es prêtre à jamais
selon l'ordre du roi Melkisédek. »

Le Seigneur est présent aux côtés du roi :

c'est ainsi qu'il pourra régner, tenir bon dans l'adversité.

A ta droite se tient le Seigneur :

il brise les rois au jour de sa colère.

Au torrent il s'abreuve en chemin,

c'est pourquoi il redresse la tête.

Les Cantiques de Sion

Le thème central en est l'élection d'Israël, de 'Sion' par Dieu. Sion est central dans l'histoire d'Israël : c'est là que reposait l'arche d'alliance ; c'est là que résidait les rois... C'est le lieu que Dieu a choisi...

Les pèlerins montant à Jérusalem chantent leur joie... Les psaumes 15, 84, 91, 122 sont des psaumes de pèlerinage.

Structure :

Exclamation initiale joie, émerveillement...

Echange de salutation entre pèlerins et prêtres ou lévites qui les accueillent

Catéchèse aux portes : Ceux qui venaient de loin pouvaient être contaminés par le paganisme ou mal savoir ce que Dieu attend d'eux. Aussi faisait-on une catéchèse élémentaire avant de les laisser entrer.

Prière des pèlerins pour la ville



Ex : psaume 122 (121)

Quelle joie quand on m'a dit :
« Nous irons à la maison du Seigneur ! »

Exclamation initiale !

Maintenant notre marche prend fin
devant tes portes, Jérusalem !
Jérusalem, te voici dans tes murs :
ville où tout ensemble ne fait qu'un !

C'est là que montent les tribus,
les tribus du Seigneur,
là qu'Israël doit rendre grâce
au nom du Seigneur.
C'est là le siège du droit,
le siège de la maison de David.

Catéchèse aux portes de la ville :

On rappelle aux pèlerins en quelle ville ils entrent :
celle où siège le droit en Israël...

Appelez le bonheur sur Jérusalem :
« Paix à ceux qui t'aiment !
Que la paix règne dans tes murs,
le bonheur dans tes palais ! »

Prière des pèlerins pour la ville qui les reçoit...

A cause de mes frères et de mes proches,
je dirai : « Paix sur toi ! »
A cause de la maison

Et bien d'autres psaumes...

D'autres psaumes expriment la joie de vivre en frère (psaume 120 – 129),
sont un appel à la bénédiction de Dieu (psaumes 67 et 144).

16 psaumes ne peuvent se comprendre que dans la perspective de la rénovation de l'Alliance,
telle le psaume 1.

Il existe aussi des psaumes d'exhortation prophétique contre l'impiété : ces psaumes peuvent
être une prière pour que Dieu mette fin aux agissements des impies. On y trouve des oracles, des
évocations de jugement (ps. 94, par ex.), des descriptions d'impies (ps 11, par ex.)



Ex : psaume : 12(11)

*Seigneur, au secours ! Il n'y a plus de fidèle !
La loyauté a disparu chez les hommes.
Entre eux la parole est mensonge,
cœur double, lèvres menteuses.*

*Que le Seigneur supprime ces lèvres menteuses,
cette langue qui parle insolemment,
ceux-là qui disent : « Armons notre langue !
A nous la parole ! Qui sera notre maître ? »*

*« Pour le pauvre qui gémit,
le malheureux que l'on dépouille,
maintenant je me lève, dit le Seigneur ;
à celui qu'on méprise, je porte secours. »*

*Les paroles du Seigneur sont des paroles pures,
argent passé au feu, affiné sept fois.
Toi, Seigneur, tu tiens parole,
tu nous gardes pour toujours de cette engeance.*

*De tous côtés, s'agitent les impies :
la corruption gagne chez les hommes.*

Cri vers Dieu : au secours !

Pourquoi ?

Parce que le mensonge semble envahir la vie du psalmiste,
la vie de la société dans laquelle il est inséré...

Tels sont les impies : des hommes à la parole trouble.

A l'opposé, la Parole de Dieu est pure, elle est sûre : on peut
prendre appui sur elle pour bâtir sa vie...

Le psaume semble s'arrêter sur un constat négatif : la
corruption gagne du terrain...

Mais en même temps il nous interpelle : ta parole, est-
elle comme celle des impies... qui corrompt toute vie ?
Ou la convertiras-tu à l'image de la parole de Dieu ?

Jésus et les psaumes

Après beaucoup d'autres et avant nous, le Christ a chanté les psaumes 'avec sa voix, avec sa vie'. Enfant juif, il a appris à prier avec les psaumes. Adulte, il a prié avec les psaumes et les a lus et relus à la lumière de sa vie, de l'appel qui l'habitait. Après sa résurrection, Il dira aux disciples : « il faut que s'accomplisse tout ce qui a été écrit de moi dans la Loi de Moïse, les Prophètes et les Psaumes » (Luc 24,44)

C'est ainsi que les apôtres et les premiers chrétiens relurent la vie de Jésus à la lumière de la Parole de Dieu et des Psaumes. Cela est particulièrement visible dans les récits de la Passion qui sont émaillés de références à des psaumes : près d'une vingtaine de références tirées d'une dizaine de psaumes.



Ex : psaume : 22 (21)

02 Mon Dieu, mon Dieu, pourquoi m'as-tu abandonné ? * Le salut est loin de moi, loin des mots que je rugis.

03 Mon Dieu, j'appelle tout le jour, et tu ne réponds pas ; * même la nuit, je n'ai pas de repos.

04 Toi, pourtant, tu es saint, toi qui habites les hymnes d'Israël !

05 C'est en toi que nos pères espéraient, ils espéraient et tu les délivrais.

06 Quand ils criaient vers toi, ils échappaient ; en toi ils espéraient et n'étaient pas déçus.

07 Et moi, je suis un ver, pas un homme, raillé par les gens, rejeté par le peuple.

08 Tous ceux qui me voient me bafouent, ils ricangent et hochent la tête :

09 « Il comptait sur le Seigneur : qu'il le délivre ! Qu'il le sauve, puisqu'il est son ami ! »

10 C'est toi qui m'as tiré du ventre de ma mère, qui m'a mis en sûreté entre ses bras.

11 A toi je fus confié dès ma naissance ; dès le ventre de ma mère, tu es mon Dieu.

12 Ne sois pas loin : l'angoisse est proche, je n'ai personne pour m'aider.

13 Des fauves nombreux me cernent, des taureaux de Basan m'encerclent.

14 Des lions qui déchirent et rugissent ouvrent leur gueule contre moi.

L'Évangile de Matthieu reprend cet appel du psalmiste : Mon Dieu, pourquoi m'as-tu abandonné (27, 46)

Évangile de Matthieu fait écho à ce verset lorsqu'il nous dit : 'les passants l'injuriaient en hochant la tête' (27,39)

Et encore : 'Il a compté sur Dieu, que Dieu le délivre maintenant' (27,43)

Personne pour m'aider... car tous les disciples se sont enfuis (Mt 26,56), Pierre a renié... (Mt 26, 69-74)

Des lions qui rugissent... on peut entrevoir les moqueries des gardes lors du couronnement d'épines (Mt 27, 27-31)

15 Je suis comme l'eau qui se répand, tous mes membres se disloquent. Mon cœur est comme la cire, il fond au milieu de mes entrailles.

16 Ma vigueur a séché comme l'argile, ma langue colle à mon palais.

Tu me mènes à la poussière de la mort.

17 Oui, des chiens me cernent, une bande de vauriens m'entoure. Ils me percent les mains et les pieds ;

18 Je peux compter tous mes os. Ces gens me voient, ils me regardent. +

19 Ils partagent entre eux mes habits et tirent au sort mon vêtement.

20 Mais toi, Seigneur, ne sois pas loin : ô ma force, viens vite à mon aide !

21 Préserve ma vie de l'épée, arrache-moi aux griffes du chien ;

22 sauve-moi de la gueule du lion et de la corne des buffles.

Tu m'as répondu !

23 Et je proclame ton nom devant mes frères, je te loue en pleine assemblée

24 Vous qui le craignez, louez le Seigneur, + glorifiez-le, vous tous, descendants de Jacob, vous tous, redoutez-le, descendants d'Israël.

25 Car il n'a pas rejeté, il n'a pas réprouvé le malheureux dans sa misère ; il ne s'est pas voilé la face devant lui, mais il entend sa plainte.

Ma langue colle à mon palais : Jean dans son évangile fera dire à Jésus : 'J'ai soif !' (Jn 19,28)

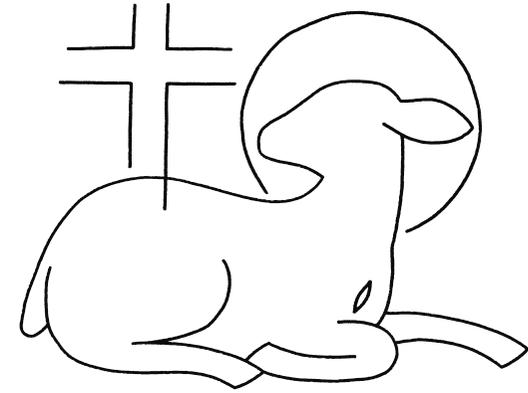
Nous savons que Jésus est vraiment mort, il est allé jusqu'au bout de notre humanité (Mt 27,50)

Ils me percent les mains et les pieds... l'acte de la crucifixion...

Jean, comme Matthieu (Mt 27,35), nous parle du partage des habits de Jésus et cite ce verset du psaume (Jn 19, 23-24)

Ce psaume s'achevant sur un cri de louange nous ouvre à la Résurrection de Jésus. Oui, Dieu n'a pas rejeté le malheureux dans sa misère ; Oui, Jésus vis pour Lui. Une 'descendance' sert Dieu sur le chemin qu'il a ouvert : le peuple des baptisés.

26 Tu seras ma louange dans la grande assemblée ; devant ceux qui te craignent, je tiendrai mes promesses.
27 Les pauvres mangeront : ils seront rassasiés ; ils loueront le Seigneur, ceux qui le cherchent : « A vous, toujours, la vie et la joie ! »
28 La terre entière se souviendra et reviendra vers le Seigneur, chaque famille de nations se prosternera devant lui :
29 « Oui, au Seigneur la royauté, le pouvoir sur les nations ! »
30 Tous ceux qui festoyaient s'inclinent ; promis à la mort, ils plient en sa présence.
31 Et moi, je vis pour lui : ma descendance le servira ; on annoncera le Seigneur aux générations à venir.
32 On proclamera sa justice au peuple qui va naître : voilà son œuvre !

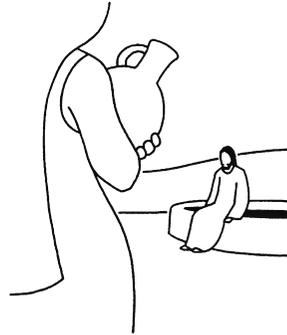


Depuis Pentecôte, Christ – Seigneur est annoncé à toutes les générations...

Ce que nous venons de faire avec le psaume 22(21) peut être fait avec d'autres psaumes.

Prenons le psaume suivant : 23(22) intitulé : 'le bon pasteur'. Comment ne pas mettre en écho le chapitre 10 de l'Évangile de Jean : « je suis le bon pasteur ; le bon pasteur donne sa vie pour ses brebis... » (Jn 10,11)

Et pour nous aujourd'hui ?



Les psaumes restent actuels, dans la mesure où ils sont l'expression devant Dieu d'expériences, de situations et de sentiments par lesquels passent les croyants de tous les temps.

Nous pouvons aussi les prier avec ce qui fait notre vie ordinaire, nos questions et nos recherches. Nous pouvons y découvrir un chemin de vie spirituelle.

Ex : psaume : 84 (83)

02 De quel amour sont aimées tes demeures, Seigneur, Dieu de l'univers !

03 Mon âme s'épuise à désirer les parvis du Seigneur ; mon cœur et ma chair sont un cri vers le Dieu vivant !

04 L'oiseau lui-même s'est trouvé une maison, et l'hirondelle, un nid pour abriter sa couvée : tes autels, Seigneur de l'univers, mon Roi et mon Dieu !

05 Heureux les habitants de ta maison : ils pourront te chanter encore !

06 Heureux les hommes dont tu es la force : des chemins s'ouvrent dans leur cœur !

07 Quand ils traversent la vallée de la soif, ils la changent en source ; de quelles bénédictions la revêtent les pluies de printemps !

Ces premiers versets peuvent exprimer notre joie de connaître le Christ et notre désir de vivre de sa vie... notre désir de vivre en chrétien !

Il nous apprend aussi que sur ce chemin, Dieu lui-même est notre force, et cette force divine ouvre des chemins dans nos cœurs... car nos cœurs sont souvent obstrués par tant de souffrances, de révoltes, d'incompréhensions, d'ignorance aussi... S'en remettre à Dieu avec confiance, c'est voir des chemins s'ouvrir, parfois là où on ne l'attend pas...

Traverser une vallée de soif... connaître les difficultés et les doutes d'un chemin de foi... mais savoir aussi que sur ce chemin Dieu nous bénit ; l'épreuve finit toujours par porter du fruit !

08 Ils vont de hauteur en hauteur, ils se présentent devant Dieu à Sion.

09 Seigneur, Dieu de l'univers, entends ma prière ; écoute, Dieu de Jacob

10 Dieu, vois notre bouclier, regarde le visage de ton messie.

11 Oui, un jour dans tes parvis en vaut plus que mille. J'ai choisi de me tenir sur le seuil, dans la maison de mon Dieu, * plutôt que d'habiter parmi les infidèles

12 Le Seigneur Dieu est un soleil, il est un bouclier ; le Seigneur donne la grâce, il donne la gloire. Jamais il ne refuse le bonheur à ceux qui vont sans reproche

13 Seigneur, Dieu de l'univers, heureux qui espère en toi !

La vie spirituelle est une route de 'hauteur en hauteur', comme un chemin de montagne, avec toutes ses difficultés mais aussi ses beautés, ses surprises... Le savoir nous donne du courage pour avancer.

Et ce psaume nous offre ce cri de prière dont nous avons besoin lorsque cela devient trop difficile : 'entends ma prière !'...

Et cet acte de foi : notre bouclier ? le visage de ton messie ! Voilà celui qui nous protège, qui nous vient en aide : le Messie de Dieu, Jésus-Christ... Son visage à contempler !

Nous voici de retour au thème du départ : habiter la maison de Dieu.

Il peut nous être bon de nous redire que vivre pour Dieu vaut mieux que de s'égarer dans des voies qui paraissent belles, aisées à prendre... profiter de la vie sans scrupules, exploiter le voisin, le commerçant du coin... faire (ou devenir) comme tout le monde sans s'inquiéter de l'honnêteté de notre vie...

Et quand nous sommes tentés de vivre comme si Dieu n'existait pas nous redire : un jour dans tes parvis en vaut plus que mille...

Car Dieu est un soleil ; il est un bouclier. C'est lui qui illumine nos vies et nous permet d'y voir clair, de suivre le chemin qui mène à la vie... Il est un bouclier qui nous protège et nous aide à avancer. Il nous donne sa grâce ; Il nous donne sa gloire... Quelle gloire ? Jésus Ressuscité : c'est lui qui est glorifié par Dieu et qui glorifie Dieu. C'est lui que nous recevons dans nos vies pour devenir des vivants...

Alors on peut vraiment dire : heureux qui espère en Dieu ! Et si notre vie est laborieuse, douloureuse, nous redire, nous entêter à dire : heureux qui espère en Dieu ! Même si aujourd'hui c'est difficile, je veux lui faire confiance car c'est près de Dieu que nous trouvons le bonheur... Et trouver le bonheur dans sa vie c'est le répandre autour de soi...

Ceci n'est qu'un aperçu de la richesse du psautier situé au cœur de la Bible... A chacun d'y puiser l'eau et le pain qui l'aidera à cheminer vers le Seigneur, à entrer dans la prière et dans une relation d'amitié avec le Christ...

Sommaire

Introduction :

Au commencement	P. 2
Pour favoriser la prière	P. 3
A propos des distractions	P. 4

Différentes formes de prière :

Les Psaumes	P. 5
Prier la Parole	P. 6
Avec le chapelet	P. 7
La prière du cœur	P. 8
La prière d'intercession	P. 9
La prière d'Alliance	P. 10
Le Notre Père	P. 10
Adoration Eucharistique	P. 11

Pour aller plus loin	P. 12
----------------------	-------

Introduction aux psaumes	P. 14
Psaumes de supplication	P. 16
Les Hymnes	P. 18
Les psaumes royaux	P. 20
Les Cantiques de Sion	P. 22
Et bien d'autres...	P. 24
Jésus et les psaumes	P. 26
Et pour nous, aujourd'hui ?	P. 30