



Psaume 29

Entrer dans le psaume

**Je t'exalte, Seigneur : tu m'as relevé,
tu m'épargnes les rires de l'ennemi.**

Saisir son sens

**Quand j'ai crié vers toi, Seigneur,
mon Dieu, tu m'as guéri ;
Seigneur, tu m'as fait remonter de l'abîme
et revivre quand je descendais à la fosse.**

Le prier :

- au sortir d'un danger

Le prier :

- en toutes circonstances

**Fêtez le Seigneur, vous, ses fidèles,
rendez grâce en rappelant son nom très saint.**

Le prier :

- avec Jésus

Sa colère ne dure qu'un instant,
sa bonté, toute la vie ;
avec le soir, viennent les larmes,
mais au matin, les cris de joie.

**Dans mon bonheur, je disais :
Rien, jamais, ne m'ébranlera !**

Dans ta bonté, Seigneur, tu m'avais fortifié
sur ma puissante montagne ;
pourtant, tu m'as caché ta face
et je fus épouvanté.

Entrer dans le psaume

*Me mettre devant le Seigneur et après avoir demandé son Esprit, je lis le psaume une première fois, puis une seconde en remarquant sa structure : 2 lignes – 4 lignes – 2 lignes – 4 – 2 – 4 – 2 – 4 – 2 lignes Rupture du rythme qui reprend avec 2 lignes - 4 ;
Puis une 3^{ème} fois à voix basse, et enfin en essayant de choisir des tonalités différentes selon la forme que prend la prière dans ce psaume :*

Exultation

Cri – Supplication

Appel à l'action de grâces

Rappel de l'œuvre de Dieu



Psaume 29

Et j'ai crié vers toi, Seigneur,
j'ai supplié mon Dieu :

« A quoi te servirait mon sang
si je descendais dans la tombe ?
La poussière peut-elle te rendre grâce
et proclamer ta fidélité ?

Écoute, Seigneur, pitié pour moi !
Seigneur, viens à mon aide ! »

Tu as changé mon deuil en une danse,
mes habits funèbres en parure de joie.

Que mon cœur ne se taise pas,
qu'il soit en fête pour toi,
et que sans fin, Seigneur, mon Dieu,
je te rende grâce !

Demande d'aide, de secours

Action de grâces

Questionnement



Psaume 29

Entrer dans le psaume

Saisir son sens

Le prier :

- au sortir d'un danger

Le prier :

- en toutes circonstances

Le prier :

- avec Jésus

**Je t'exalte, Seigneur : tu m'as relevé,
tu m'épargnes les rires de l'ennemi.**

**Quand j'ai crié vers toi, Seigneur,
mon Dieu, tu m'as guéri ;
Seigneur, tu m'as fait remonter de l'abîme
et revivre quand je descendais à la fosse.**

**Fêtez le Seigneur, vous, ses fidèles,
rendez grâce en rappelant son nom très saint.**

**Sa colère ne dure qu'un instant,
sa bonté, toute la vie ;
avec le soir, viennent les larmes,
mais au matin, les cris de joie.**

**Dans mon bonheur, je disais :
Rien, jamais, ne m'ébranlera !**

**Dans ta bonté, Seigneur, tu m'avais fortifié
sur ma puissante montagne ;
pourtant, tu m'as caché ta face
et je fus épouvanté.**

Saisir son sens

*J'entre dans la compréhension et l'observation de ce
psaume afin de mieux le prier :*

**Le priant : qui est-il ? Peut-être le psalmiste, peut-être le
peuple croyant, ou Jésus lui-même qui a prié ce psaume,
ou encore moi-même aujourd'hui.**

Il est en dialogue avec Dieu. Dans chaque strophe il est
question du Seigneur ou même il parle à Dieu le louant
ou l'appelant ou lui disant sa détresse, son
incompréhension. Même l'interrogation est prière
puisqu'elle s'adresse à quelqu'un.

**Seule une strophe ne contient pas cette évocation de
Dieu.**

*Je peux demander la grâce au Seigneur de ne jamais
interrompre le dialogue avec lui, quelle que soit la
situation dans laquelle je me trouve.*



Psaume 29

Et j'ai crié vers toi, Seigneur,
j'ai supplié mon Dieu :

« A quoi te servirait mon sang
si je descendais dans la tombe ?
La poussière peut-elle te rendre grâce
et proclamer ta fidélité ?

Écoute, Seigneur, pitié pour moi !
Seigneur, viens à mon aide ! »

Tu as changé mon deuil en une danse,
mes habits funèbres en parure de joie.

Que mon cœur ne se taise pas,
qu'il soit en fête pour toi,
et que sans fin, Seigneur, mon Dieu,
je te rende grâce !

Les habits funèbres étaient aussi le vêtement de
pénitence. Cet habit pouvait être un vulgaire sac de toile
rugueuse.



Psaume 29

Entrer dans le psaume

**Je t'exalte, Seigneur : tu m'as relevé,
tu m'épargnes les rires de l'ennemi.**

Saisir son sens

Quand j'ai crié vers toi, Seigneur,
mon Dieu, tu m'as guéri ;
Seigneur, tu m'as fait remonter de l'abîme
et revivre quand je descendais à la fosse.

Le prier :

- au sortir d'un danger

Le prier :

- en toutes circonstances

Fêtez le Seigneur, vous, ses fidèles,
rendez grâce en rappelant son nom très saint.

Le prier :

- avec Jésus

Sa colère ne dure qu'un instant,
sa bonté, toute la vie ;
avec le soir, viennent les larmes,
mais au matin, les cris de joie.

Dans mon bonheur, je disais :
Rien, jamais, ne m'ébranlera !

Dans ta bonté, Seigneur, tu m'avais fortifié
sur ma puissante montagne ;
pourtant, tu m'as caché ta face
et je fus épouvanté.

Prier le psaume au sortir d'un danger

Je pèse les mots utilisés par le psalmiste pour décrire sa détresse passée.

La situation concrète évoquée est celle d'un grand malade qui s'est trouvé aux portes de la mort.

Cette description rejoint peut-être mon histoire ou celle de personnes que je connais. J'en parle au Seigneur.

Parmi toutes les difficultés rencontrées, il en est une qui est particulièrement douloureuse pour cet homme croyant : le silence de Dieu.

Le silence de Dieu est une épreuve pour l'homme qui a soif de Dieu. Je peux prier avec tous les chercheurs de Dieu, mais aussi pour ceux et celles qui ne connaissent pas Dieu. Et moi, où en suis-je de mon désir de Dieu ?



Psaume 29

Et j'ai crié vers toi, Seigneur,
j'ai supplié mon Dieu :

« A quoi te servirait mon sang
si je descendais dans la tombe ?
La poussière peut-elle te rendre grâce
et proclamer ta fidélité ?

Écoute, Seigneur, pitié pour moi !
Seigneur, viens à mon aide ! »

Tu as changé mon deuil en une danse,
mes habits funèbres en parure de joie.

Que mon cœur ne se taise pas,
qu'il soit en fête pour toi,
et que sans fin, Seigneur, mon Dieu,
je te rende grâce !

Comme Abraham, comme Moïse celui qui prie ose aller
jusqu'à interpeller Dieu, ose, en quelque sorte, mettre
Dieu au pied du mur, son cri est supplication pleine
d'audace.

*Cette question posée à Dieu peut nous rappeler que le
Seigneur nous veut vivants. « Nous sommes créés pour
le louer, le respecter, le servir » comme dit Ignace de
Loyola. Qu'en est-il pour moi de la louange, du respect
et du service de Dieu ?*

Dieu a fait tant de choses pour que cet homme vive.

*Avec l'Esprit du Seigneur je relis tout ce que Dieu a fait
pour moi, particulièrement dans les moments difficiles
de ma vie. Et je me réjouis de son œuvre en moi et pour
moi.*



Psaume 29

Entrer dans le psaume

Je t'exalte, Seigneur : tu m'as relevé,
tu m'épargnes les rires de l'ennemi.

Saisir son sens

Quand j'ai crié vers toi, Seigneur,
mon Dieu, tu m'as guéri ;
Seigneur, tu m'as fait remonter de l'abîme
et revivre quand je descendais à la fosse.

Le prier :

- au sortir d'un danger

Le prier :

- en toutes circonstances

Fêtez le Seigneur, vous, ses fidèles,
rendez grâce en rappelant son nom très saint.

Le prier :

- avec Jésus

Sa colère ne dure qu'un instant,
sa bonté, toute la vie ;
avec le soir, viennent les larmes,
mais au matin, les cris de joie.

Dans mon bonheur, je disais :
Rien, jamais, ne m'ébranlera !

Dans ta bonté, Seigneur, tu m'avais fortifié
sur ma puissante montagne ;
pourtant, tu m'as caché ta face
et je fus épouvanté.

Prier le psaume en toutes circonstances

Je peux trouver dans la lecture de ce psaume toute la trame d'une vie : le cri suivi d'une guérison, l'action de grâces, le rappel de l'œuvre de Dieu et puis le danger qui me guette : l'installation dans la suffisance (seul verset sans référence à Dieu), l'épreuve d'être laissé à soi-même, le retour audacieux puis humble vers Dieu...



Psaume 29

Et j'ai crié vers toi, Seigneur,
j'ai supplié mon Dieu :

« A quoi te servirait mon sang
si je descendais dans la tombe ?
La poussière peut-elle te rendre grâce
et proclamer ta fidélité ?

Écoute, Seigneur, pitié pour moi !
Seigneur, viens à mon aide ! »

Tu as changé mon deuil en **une danse**,
mes habits funèbres en parure de **joie**.

Que mon cœur ne se taise pas,
qu'il soit en fête pour toi,
et que sans fin, Seigneur, mon Dieu,
je te rende grâce !

Rupture du rythme : que s'est-il passé après l'appel à l'aide ? Réconfort intérieur ? Ce n'est pas dit...

*Mais **la joie** revient et l'**action de grâces**... Et le cycle peut recommencer.*

Et moi ? Où en suis-je aujourd'hui ? Ai-je vécu ces étapes différentes ? Puis-je me souvenir d'un moment où, ayant crié vers Dieu, quelque chose s'est passé et ma détresse s'est changée en joie ? J'en parle à Dieu.



Psaume 29

Entrer dans le psaume

Je t'exalte, Seigneur : tu m'as relevé,
tu m'épargnes les rires de l'ennemi.

Saisir son sens

Quand j'ai crié vers toi, Seigneur,
mon Dieu, tu m'as guéri ;
Seigneur, tu m'as fait remonter de l'abîme
et revivre quand je descendais à la fosse.

Le prier :

- au sortir d'un danger

Le prier :

- en toutes circonstances

Fêtez le Seigneur, vous, ses fidèles,
rendez grâce en rappelant son nom très saint.

Le prier :

- avec Jésus

Sa colère ne dure qu'un instant,
sa bonté, toute la vie ;
avec le soir, viennent les larmes,
mais au matin, les cris de joie.

Dans mon bonheur, je disais :
Rien, jamais, ne m'ébranlera !

Dans ta bonté, Seigneur, tu m'avais fortifié
sur ma puissante montagne ;
pourtant, tu m'as caché ta face
et je fus épouvanté.

Prier le psaume avec Jésus

*L'Église nous fait chanter ce psaume le Samedi Saint.
Jésus s'est endormi dans la mort.*

**Ce qui n'était qu'une image pour Israël est une réalité
pour Jésus.**

*Un mot de l'apôtre St Pierre résume tout cela : « Mis à
mort dans la chair, il a été vivifié par l'Esprit » (1 Pierre
3, 18). Il ne s'agit pas pour Jésus de retrouver sa vie
limitée. Il est devenu « le Seigneur de gloire ».*

Est-ce que je crois en cette Vie éternelle ? Puis-je entrer
dans l'action de grâce ?

*Jamais Jésus n'est séparé de son Père, « je ne suis pas
seul le Père est avec moi » (Jean 16, 32).*

**Et moi qu'en est-il de ma relation à Dieu ? Suis-je dans
une période où tout va bien pour moi et où la place de
Dieu est insignifiante ? Faut-il que je demande à Dieu de
convertir mon cœur à plus d'attention à sa Présence ?**



Psaume 29

Et j'ai crié vers toi, Seigneur,
j'ai supplié mon Dieu :

« A quoi te servirait mon sang
si je descendais dans la tombe ?
La poussière peut-elle te rendre grâce
et proclamer ta fidélité ?

Écoute, Seigneur, pitié pour moi !
Seigneur, viens à mon aide ! »

Tu as changé mon deuil en une danse,
mes habits funèbres en parure de joie.

Que mon cœur ne se taise pas,
qu'il soit en fête pour toi,
et que sans fin, Seigneur, mon Dieu,
je te rende grâce !

*Au cours de sa Passion, Jésus a crié vers le Père, il l'a
appelé de toutes ses forces, sans refuser le chemin qui
était le sien.*

Lâchant mes propres préoccupations je peux m'unir à
tous ceux et celles qui, aujourd'hui crient vers Dieu.

Jésus est le Vivant à jamais.

Je demande à Dieu de me réjouir de la Résurrection de
Jésus, et je demande la grâce de croire en ma propre
résurrection. Qu'à mon tour je sois en fête et que je
rende grâce.