

Ce psaume est souvent chanté au seuil de la nuit, pour trouver le chemin à travers l'obscurité, jusqu'à l'aube. En entrant en prière je peux demander la grâce de grandir dans la confiance en Dieu au cœur des difficultés de la vie. Au nom du Père, et du Fils, et du Saint Esprit. Amen.

Nous écoutons le psaume 90.

### 1

Je répète en moi ces mots qui disent la solidité de Dieu : « Mon refuge, mon rempart, mon Dieu, dont je suis sûr ! ». Je repose un instant ma vie entre ses mains, telle qu'elle est aujourd'hui.

### 2

« Tu ne craindras ni les terreurs de la nuit, ni la flèche qui vole au grand jour, ni la peste qui rôde dans le noir, ni le fléau qui frappe à midi » ... je parle à Dieu de tout ce qui me fait peur, de ce que j'appréhende en ce moment dans ma vie. Je prends conscience que Dieu m'accompagne à travers ces situations, qu'il est là, à mes côtés.

### 3

« De longs jours, je veux le rassasier, et je ferai qu'il voie mon salut. » Je prends aussi un moment pour être dans l'action de grâce, pour ce que Dieu m'a donné de vivre ces derniers temps.

### **Introduction à la deuxième lecture**

En écoutant ce psaume, j'essaie de trouver ce pas sûr, aux côtés de mon Dieu.

### **Invitation à un temps de prière personnelle**

Au bout de mon chemin, je prends un moment pour me souvenir de ce que j'ai vécu pendant cette prière. Quels ont été mes sentiments, les mémoires qui sont survenues en moi ? Peut-être y ai-je senti un appel pour ma vie ? J'en parle à Dieu.