



### Lire ce psaume

Seigneur, qu'ils sont nombreux mes adversaires, nombreux à se lever contre moi,  
nombreux à déclarer à mon sujet : « Pour lui, pas de salut auprès de Dieu ! »

Mais toi, Seigneur, mon bouclier, ma gloire, tu tiens haute ma tête.

A pleine voix je crie vers le Seigneur ; il me répond de sa montagne sainte.

Et moi, je me couche et je dors ; je m'éveille : le Seigneur est mon soutien.

Je ne crains pas ce peuple nombreux qui me cerne et s'avance contre moi.

Lève-toi, Seigneur ! Sauve-moi, mon Dieu ! Tous mes ennemis, tu les frappes à la  
mâchoire ; les méchants, tu leur brises les dents.

Du Seigneur vient le salut ; vienne ta bénédiction sur ton peuple !

Je lis ce psaume lentement, en silence puis à haute voix.

Je peux le psalmodier, le chanter...

Je laisse les mots résonner et progressivement entrer en moi.



### Entrer dans son sens

Seigneur, **qu'ils sont nombreux mes adversaires, nombreux à se lever contre moi,**  
nombreux à déclarer à mon sujet : « Pour lui, pas de salut auprès de Dieu ! »

**Mais toi, Seigneur, mon bouclier, ma gloire, tu tiens haute ma tête.**

A pleine voix **je** crie vers le Seigneur ; **il me répond** de sa montagne sainte.

Et moi, **je me couche et je dors ; je m'éveille : le Seigneur est mon soutien.**

**Je ne crains pas ce peuple nombreux qui me cerne et s'avance contre moi.**

Lève-toi, Seigneur ! Sauve-moi, mon Dieu ! Tous mes ennemis, tu les frappes à la  
mâchoire ; les méchants, tu leur brises les dents.

Du Seigneur vient le salut ; vienne ta bénédiction sur ton peuple !

Ce psaume fait mémoire d'un épisode de détresse :

**Le psalmiste** est seul devant une **multitude d'adversaires** qui en veulent à sa vie.

Il en appelle à **Dieu**. Il lui parle comme un ami toujours présent. Il lui dit sa **confiance**, et  
**son sommeil paisible** témoigne de sa foi à toute épreuve.

***Dans mes situations de détresse, à qui est-ce que j'en appelle ?***

***Quelles sont les personnes de confiance qui sont pour moi des appuis, des soutiens  
sans faille ?***



### Le salut en jeu

Seigneur, qu'ils sont nombreux mes adversaires, nombreux à se lever contre moi, nombreux à déclarer à mon sujet : « Pour lui, pas de salut auprès de Dieu ! »

Mais toi, Seigneur, mon bouclier, ma gloire, tu tiens haute ma tête.

A pleine voix je crie vers le Seigneur ; il me répond de sa montagne sainte.

Et moi, je me couche et je dors ; je m'éveille : le Seigneur est mon soutien.

Je ne crains pas ce peuple nombreux qui me cerne et s'avance contre moi.

Lève-toi, Seigneur ! Sauve-moi, mon Dieu ! Tous mes ennemis, tu les frappes à la mâchoire ; les méchants, tu leur brises les dents.

Du Seigneur vient le salut ; vienne ta bénédiction sur ton peuple !

Ce psaume joue sur des contrastes :

- D'un côté, la force des adversaires est soulignée par leur nombre ; ils sont menaçants. Ils considèrent le psalmiste comme isolé et déjà perdu : "Pour lui, pas de salut auprès de Dieu".
- De l'autre, le psalmiste n'a d'autre ressource que Dieu : son cri "à pleine voix" franchit la distance entre le lieu où il se tient et la "montagne sainte", d'où le Seigneur l'entend et lui répond.

Seul en apparence, le psalmiste n'est pas démuné : le Seigneur est son bouclier, son soutien, celui par qui vient le salut. Il sait que le Seigneur combattrait pour lui et que les méchants se verraient brutalement frappés à la mâchoire, lieu de leur arrogance et de leur dédain.

***Dans la Bible, les méchants sont présentés comme des gens dont les actes ne mènent pas à la vie ; leur arrogance, tôt ou tard, se verra défaite. C'est la raison pour laquelle le psalmiste s'en remet à Dieu, qui combat pour lui les ennemis. Quelles pensées, quels sentiments cela provoque-t-il en moi ?***



## David et le Christ

Seigneur, **qu'ils sont nombreux mes adversaires, nombreux à se lever contre moi,**  
nombreux à déclarer à mon sujet : « **Pour lui, pas de salut auprès de Dieu !** »

**Mais toi, Seigneur, mon bouclier, ma gloire,** tu tiens haute ma tête.

**A pleine voix je crie vers le Seigneur ;** il me répond de sa montagne sainte.

**Et moi, je me couche et je dors ; je m'éveille : le Seigneur est mon soutien.**

**Je ne crains pas ce peuple nombreux qui me cerne et s'avance contre moi.**

**Lève-toi, Seigneur !** Sauve-moi, mon Dieu ! Tous mes ennemis, tu les frappes à la mâchoire ; les méchants, tu leur brises les dents.

**Du Seigneur vient le salut ; vienne ta bénédiction sur ton peuple !**

La tradition rapporte que ce psaume aurait été écrit par David lorsqu'il était poursuivi par l'armée de son fils Absalom.

Il peut aussi se lire comme la supplication du Christ au moment de sa Passion :

- Christ **humilié**,
- Christ **seul** devant une multitude menaçante,
- Christ **suppliant**,
- Christ **confiant** en son Père,
- Christ **ressuscité**, s'éveillant du sommeil de la mort sous le regard et l'amour du Père,
- Christ **sauveur**, qui appelle la **bénédiction** sur son peuple.

***Je contemple Jésus, dans un des passages de sa vie suggérés par ces pistes. Je le regarde, vivre les paroles de ce psaume.***



### Et moi ?

Seigneur, qu'ils sont nombreux mes adversaires, nombreux à se lever contre moi, nombreux à déclarer à mon sujet : « Pour lui, pas de salut auprès de Dieu ! »

Mais toi, Seigneur, mon bouclier, ma gloire, tu tiens haute ma tête.

A pleine voix je crie vers le Seigneur ; il me répond de sa montagne sainte.

Et moi, je me couche et je dors ; je m'éveille : le Seigneur est mon soutien.

Je ne crains pas ce peuple nombreux qui me cerne et s'avance contre moi.

Lève-toi, Seigneur ! Sauve-moi, mon Dieu ! Tous mes ennemis, tu les frappes à la mâchoire ; les méchants, tu leur brises les dents.

Du Seigneur vient le salut ; **vienne ta bénédiction sur ton peuple !**

***A la fin de ce temps de prière, sur qui voudrais-je appeler la **bénédiction** ?***

***Quel **salut** suis-je prêt(e) à accueillir de la part de Dieu ?***

***J'en parle à Dieu comme cet ami qui me connais si bien, comme ce Seigneur qui peut tout...***