

Psaume 142 (143)

Seigneur, entends ma prière ;
dans ta justice écoute mes appels,
dans ta fidélité réponds-moi.
N'entre pas en jugement avec ton serviteur :
aucun vivant n'est juste devant toi.
L'ennemi cherche ma perte,
il foule au sol ma vie ;
il me fait habiter les ténèbres avec les morts de jadis.
Le souffle en moi s'épuise,
mon cœur au fond de moi s'épouvante.
Je me souviens des jours d'autrefois,
je me redis toutes tes actions,
sur l'œuvre de tes mains je médite.
Je tends les mains vers toi,
me voici devant toi comme une terre assoiffée.
Vite, réponds-moi, Seigneur :
je suis à bout de souffle !
Ne me cache pas ton visage :
je serais de ceux qui tombent dans la fosse.
Fais que j'entende au matin ton amour,
car je compte sur toi.
Montre-moi le chemin que je dois prendre :
vers toi, j'élève mon âme !
Délivre-moi de **mes ennemis**, Seigneur :
j'ai un abri auprès de toi.
Apprends-moi à faire ta volonté,
car tu es mon Dieu.
Ton souffle est bienfaisant :
qu'il me guide en un pays de plaines.
Pour l'honneur de ton nom, Seigneur, fais-moi vivre ;
à cause de ta justice, tire-moi de la détresse.
A cause de ton amour, tu détruiras **mes ennemis** ;
tu feras périr **mes adversaires**,
car je suis ton serviteur.

Entrer dans le sens de ce psaume

Lire et relire plusieurs fois ce psaume, à haute voix, pour que ces mots passent de mes lèvres à mes oreilles et descendent dans mon cœur.

C'est la prière d'une personne **persécutée** qui fait appel à Dieu à sa justice et qui compte sur le souffle de Dieu pour rester en vie dans ce combat.

Et pour moi, qui sont les ennemis ?

Ici c'est **un ennemi qui cherche sa perte, qui foule au sol sa vie, qui fait habiter les ténèbres.**

Il y a l'ennemi de la nature humaine dont parle Ignace dans la Exercices spirituels (n°334).

Il y a ce qui empêche tant de gens de vivre libres et heureux ;

Il y a les obstacles à la vraie vie dont je suis responsable.

Que fais-je pour combattre ?

Psaume 142 (143)

Seigneur, entends ma prière ;
dans ta justice écoute mes appels,
dans ta fidélité réponds-moi.
N'entre pas en jugement avec ton serviteur :
aucun vivant n'est juste devant toi.
L'ennemi cherche ma perte,
il foule au sol ma vie ;
il me fait habiter les ténèbres avec les morts de jadis.
Le souffle en moi s'épuise,
mon cœur au fond de moi s'épouvante.
Je me souviens des jours d'autrefois,
je me redis toutes tes actions,
sur l'œuvre de tes mains je médite.
Je tends les mains vers toi,
me voici devant toi comme une terre assoiffée.
Vite, réponds-moi, Seigneur :
je suis à bout de souffle !
Ne me cache pas ton visage :
je serais de ceux qui tombent dans la fosse.
Fais que j'entende au matin ton amour,
car je compte sur toi.
Montre-moi le chemin que je dois prendre :
vers toi, j'élève mon âme !
Délivre-moi de mes ennemis, Seigneur :
j'ai un abri auprès de toi.
Apprends-moi à faire ta volonté,
car tu es mon Dieu.
Ton souffle est bienfaisant :
qu'il me guide en un pays de plaines.
Pour l'honneur de ton nom, Seigneur, fais-moi vivre ;
à cause de ta justice, tire-moi de la détresse.
A cause de ton amour, tu détruiras mes ennemis ;
tu feras périr mes adversaires,
car je suis ton serviteur.

Les armes du combat

La première arme est de s'ouvrir à Dieu, lui parler comme un ami
parle à son ami, lui partager ce qui se passe, ce qu'on vit.

La deuxième arme est d'oser demander. Il y a dans ce psaume une
litanie de demandes : entends, écoute, réponds, montre-moi, délivre-
moi, apprends-moi, ne me cache pas, tire-moi...

La troisième arme est de faire mémoire de ce que Dieu a déjà fait
dans ma vie.

La quatrième arme est une attitude d'humble confiance : savoir
ouvrir nos mains vides et faire confiance.

Et moi, quelles sont les armes que j'emploie ?

Psaume 142 (143)

Seigneur, entends ma prière ;
dans ta justice écoute mes appels,
dans ta fidélité réponds-moi.
N'entre pas en jugement avec ton [serviteur](#) :
aucun vivant n'est juste devant toi.
[L'ennemi cherche ma perte,](#)
[il foule au sol ma vie ;](#)
[il me fait habiter les ténèbres avec les morts de jadis.](#)
[Le souffle en moi s'épuise,](#)
[mon cœur au fond de moi s'épouvante.](#)
Je me souviens des jours d'autrefois,
je me redis toutes tes actions,
sur l'œuvre de tes mains je médite.
Je tends les mains vers toi,
[me voici devant toi comme une terre assoiffée.](#)
Vite, réponds-moi, Seigneur :
[je suis à bout de souffle !](#)
Ne me cache pas ton visage :
je serais de ceux qui tombent dans la fosse.
[Fais que j'entende au matin ton amour,](#)
[car je compte sur toi.](#)
Montre-moi le chemin que je dois prendre :
vers toi, j'élève mon âme !
Délivre-moi de mes ennemis, Seigneur :
[j'ai un abri auprès de toi.](#)
Apprends-moi à faire ta volonté,
car tu es mon Dieu.
[Ton souffle est bienfaisant :](#)
[qu'il me guide en un pays de plaines.](#)
[Pour l'honneur de ton nom, Seigneur, fais-moi vivre ;](#)
[à cause de ta justice, tire-moi de la détresse.](#)
A cause de ton amour, tu détruiras mes ennemis ;
tu feras périr mes adversaires,
car je suis ton [serviteur](#).

Entrer dans le combat du Christ

Le Christ a prié ce psaume, il a vécu ce psaume :

[Il a combattu ceux qui ne supportaient pas sa parole d'amour, de justice.](#)

[Il a été le serviteur souffrant.](#)

[On a foulé au sol sa vie et sur la croix,](#)

[Le souffle en lui s'est épuisé,](#)

[Il a été comme une terre assoiffée](#)

[Son cœur s'est épouventé.](#)

[Mais il a fait confiance jusqu'au bout et a entendu l'amour du Père au matin de la résurrection.](#)

Je relis ce psaume en contemplant le Christ

Psaume 142 (143)

Seigneur, entends ma prière ;
dans ta justice écoute mes appels,
dans ta fidélité réponds-moi.
N'entre pas en jugement avec ton serviteur :
aucun vivant n'est juste devant toi.
L'ennemi cherche ma perte,
il foule au sol ma vie ;
il me fait habiter les ténèbres avec les morts de jadis.
Le souffle en moi s'épuise,
mon coeur au fond de moi s'épouvante.
Je me souviens des jours d'autrefois,
je me redis toutes tes actions,
sur l'oeuvre de tes mains je médite.
Je tends les mains vers toi,
me voici devant toi comme une terre assoiffée.
Vite, réponds-moi, Seigneur :
je suis à bout de souffle !
Ne me cache pas ton visage :
je serais de ceux qui tombent dans la fosse.
Fais que j'entende au matin ton amour,
car je compte sur toi.
Montre-moi le chemin que je dois prendre :
vers toi, j'élève mon âme !
Délivre-moi de mes ennemis, Seigneur :
j'ai un abri auprès de toi.
Apprends-moi à faire ta volonté,
car tu es mon Dieu.
Ton souffle est bienfaisant :
qu'il me guide en un pays de plaines.
Pour l'honneur de ton nom, Seigneur, **fais-moi vivre ;**
à cause de ta justice, tire-moi de la détresse.
A cause de ton amour, tu détruiras mes ennemis ;
tu feras périr mes adversaires,
car je suis ton serviteur.

Parler au Seigneur

Reprendre des mots du psaume qui disent la confiance, mon désir
d'être uni au Christ, d'accueillir le Souffle qu'est l'Esprit saint.
Face à l'ennemi, il y a un Ami : l'Esprit Saint, à mes côtés, pour me
faire vivre de son Souffle

Terminer par le « Notre Père »