

## Découvrir le psaume

Alléluia !

Chante, ô mon âme, la louange du Seigneur !

Je veux louer le Seigneur tant que je vis,  
chanter mes hymnes pour mon Dieu tant que je dure.

Ne comptez pas sur les puissants,  
des fils d'homme qui ne peuvent sauver !

Leur souffle s'en va : ils retournent à la terre ;  
et ce jour-là, périssent leurs projets.

Heureux qui s'appuie sur le Dieu de Jacob,  
qui met son espoir dans le Seigneur son Dieu,  
lui qui a fait le ciel et la terre et la mer  
et tout ce qu'ils renferment !

Il garde à jamais sa fidélité,  
il fait justice aux opprimés ;

aux affamés, il donne le pain ;  
le Seigneur délie les enchaînés.

Le Seigneur ouvre les yeux des aveugles,  
le Seigneur redresse les accablés,

le Seigneur aime les justes,  
le Seigneur protège l'étranger.

Il soutient la veuve et l'orphelin,  
il égare les pas du méchant.

D'âge en âge, le Seigneur régnera :  
ton Dieu, ô Sion, pour toujours !

Prendre le temps de me remettre devant le Seigneur, à son écoute, lui demander de m'aider à entrer dans cette prière.

Lire le psaume plusieurs fois, à voix basse puis à voix haute.

Repérer les mots qui reviennent. Y en-a-t-il qui me frappent davantage ?



## Entrer dans son sens

Alléluia !

Chante, ô mon âme, la louange du Seigneur !

Je veux louer le Seigneur tant que je vis,  
chanter mes hymnes pour mon Dieu tant que je dure.

Ne comptez pas sur les puissants,  
des fils d'homme qui ne peuvent sauver !  
Leur souffle s'en va : ils retournent à la terre ;  
et ce jour-là, périssent leurs projets.

Heureux qui s'appuie sur le Dieu de Jacob,  
qui met son espoir dans le Seigneur son Dieu,  
lui qui a fait le ciel et la terre et la mer  
et tout ce qu'ils renferment !

Il garde à jamais sa fidélité,  
il fait justice aux opprimés ;  
aux affamés, il donne le pain ;  
le Seigneur délie les enchaînés.

Le Seigneur ouvre les yeux des aveugles,  
le Seigneur redresse les accablés,  
le Seigneur aime les justes,  
le Seigneur protège l'étranger.

Il soutient la veuve et l'orphelin,  
il égare les pas du méchant.

D'âge en âge, le Seigneur régnera :  
ton Dieu, ô Sion, pour toujours !

Ce psaume débute la dernière partie du psautier (Ps 146-150) qu'on appelle le « *Hallel* final » à cause des alléluias qui débutent ces 5 derniers psaumes.

C'est à la fois un hymne et un psaume de sagesse.

Au début et à la fin, nous trouvons une invitation à la louange qui donne l'intention de ce psaume.

Au cœur de ce psaume, nous avons une béatitude.



## Dieu ou les puissants ?

Alléluia !

Chante, ô mon âme, la louange du Seigneur !

Je veux louer le Seigneur tant que je vis,  
chanter mes hymnes pour mon Dieu tant que je dure.

Ne comptez pas sur les puissants,  
des fils d'homme qui ne peuvent sauver !  
Leur souffle s'en va : ils retournent à la terre ;  
et ce jour-là, périssent leurs projets.

Heureux qui s'appuie sur le Dieu de Jacob,  
qui met son espoir dans le Seigneur son Dieu,  
lui qui a fait le ciel et la terre et la mer  
et tout ce qu'ils renferment !

Il garde à jamais sa fidélité,  
il fait justice aux opprimés ;  
aux affamés, il donne le pain ;  
le Seigneur délie les enchaînés.

Le Seigneur ouvre les yeux des aveugles,  
le Seigneur redresse les accablés,  
le Seigneur aime les justes,  
le Seigneur protège l'étranger.

Il soutient la veuve et l'orphelin,  
il égare les pas du méchant.

D'âge en âge, le Seigneur régnera :  
ton Dieu, ô Sion, pour toujours !

Plusieurs oppositions structurent ce psaume entre Dieu et les hommes :

- Le temps de l'être humain face à l'éternité de Dieu.
- Les notions de puissances humaines, (fausses et éphémères qui ne font que retourner à la terre, à l'humus des origines) face à la puissance divine d'un Dieu à la fois créateur et juge (juste, nourrissant, guérissant, aimant, soutenant et qui règne à jamais.)

***Je contemple cette alternative : être grand aux yeux de Dieu ou grand aux yeux des hommes ? Servir ou ne vivre que pour mes propres projets ?***



## Un Dieu qui agit

Alléluia !

Chante, ô mon âme, la louange du Seigneur !  
Je veux louer le Seigneur tant que je vis,  
chanter mes hymnes pour mon Dieu tant que je dure.  
Ne comptez pas sur les puissants,  
des fils d'homme qui ne peuvent sauver !  
Leur souffle s'en va : ils retournent à la terre ;  
et ce jour-là, périssent leurs projets.  
Heureux qui s'appuie sur le Dieu de Jacob,  
qui met son espoir dans le Seigneur son Dieu,  
**lui qui a fait** le ciel et la terre et la mer  
et tout ce qu'ils renferment !  
Il garde à jamais sa **fidélité**,  
il **fait justice** aux opprimés ;  
aux affamés, il **donne le pain** ;  
le Seigneur **délie les enchaînés**.  
Le Seigneur **ouvre les yeux des aveugles**,  
le Seigneur **redresse les accablés**,  
le Seigneur **aime les justes**,  
le Seigneur **protège l'étranger**.  
Il **soutient la veuve et l'orphelin**,  
il égare les pas du méchant.  
D'âge en âge, le Seigneur régnera :  
ton Dieu, ô Sion, pour toujours !

**Je contemple l'agir de Dieu** : il crée et fait le monde ; est fidèle ; donne ;  
délie ; ouvre les yeux ; redresse ; aime ; protège ; soutient le faible.

**Cet agir nous est proche par l'agir d'un homme, son fils Jésus-Christ** qui a  
prié ce psaume s'en est nourri, jusqu'à en vivre et à l'accomplir par sa vie.

**Je fais mémoire des épisodes de la vie de Jésus : les guérisons ; les  
reproches aux puissants ; les retours à la vie ; l'attention aux plus faibles,  
aux enfants, aux veuves ; la reconnaissance du Royaume de Dieu à  
l'œuvre dans le monde...**



## Entrer dans la louange

Alléluia !

Chante, ô mon âme, la louange du Seigneur !

Je veux louer le Seigneur tant que je vis,  
chanter mes hymnes pour mon Dieu tant que je dure.

Ne comptez pas sur les puissants,  
des fils d'homme qui ne peuvent sauver !  
Leur souffle s'en va : ils retournent à la terre ;  
et ce jour-là, périssent leurs projets.

Heureux qui s'appuie sur le Dieu de Jacob,  
qui met son espoir dans le Seigneur son Dieu,

lui qui a fait le ciel et la terre et la mer  
et tout ce qu'ils renferment !

Il garde à jamais sa fidélité,  
il fait justice aux opprimés ;

aux affamés, il donne le pain ;  
le Seigneur délie les enchaînés.

Le Seigneur ouvre les yeux des aveugles,  
le Seigneur redresse les accablés,

le Seigneur aime les justes,  
le Seigneur protège l'étranger.

Il soutient la veuve et l'orphelin,  
il égare les pas du méchant.

D'âge en âge, le Seigneur régnera :  
ton Dieu, ô Sion, pour toujours !

Vivre ainsi apportera le bonheur !

Tel est l'espoir de celui qui prie ce poème.

***A quoi suis-je donc appelé à mon tour au cœur de mon quotidien ?***

***A la fin du temps fixé, parler ou chanter plus personnellement au Seigneur, « comme un ami parle à un ami, comme un serviteur à son maître. »***

***Je lui confie ma vie, mon désir ou mes difficultés à m'appuyer réellement en toute confiance sur sa parole.***

