

A scenic mountain landscape featuring a turquoise lake in the foreground, surrounded by green meadows and rocky terrain. In the background, there are majestic mountains with patches of snow and glaciers under a cloudy sky. The text "Une guide pour la Prière dans le Psaumes" is overlaid on a blue semi-transparent banner across the middle of the image.

# Une guide pour la Prière dans le Psaumes

Walter Loescher

## Comment prier selon les Psaumes

### **Le but du livre des Psaumes :**

« Diriger le peuple de Dieu dans leurs louanges et leurs prières au Seigneur » (Beeke).

### **Les Psaumes sont les expressions du cœur :**

... les cries, les louanges, les remerciements, les pleurs, l'angoisse, la crainte, la joie, la confiance, l'irritation, la confusion. Peu importe l'expression, l'orientation du cœur est vers Dieu, et c'est une orientation des pensées inspirées par Dieu dans les circonstances diverses, mais souvent difficiles (les désastres, la guerre, les maladies, l'exil).

Est-ce notre circonstance? Est-ce que nous avons la même attitude? Nous pouvons voir « tous les douleurs, tristesses, craintes, doutes, espérances, solitudes, perplexités, voir jusqu'aux émotions confuses dont les esprits des hommes ont accoutumé d'être agités » (Calvin).

Les psaumes sont des expressions de ceux qui sont dans le besoin. Il faut noter la faiblesse de l'homme dans les Psaumes. Les cries, les hélas, les prières, les difficultés, et le besoin fréquent de la délivrance, sont tous une indication que Dieu est un centre des Psaumes, pas l'homme. Aussi nous voyons une absence des héros et leur courage.

# Une guide pour la prière dans les Psaumes

« Peu importe la position de quelqu'un dans leur vie spirituelle, soit en haut ou en bas, au sommet ou avançant avec peine, il y a un psaume qui parle directement à l'état spirituel de son cœur. Les Psaumes ont été écrits pour guider les croyants dans l'adoration correcte de Dieu, et quand on les utilise correctement, on devrait les chanter avec dévotion (Eph. 5:19; Col. 3:16), les prier avec ferveur (Actes 4:25-26), les prêcher selon l'Évangile (Actes 2:25-28,31, 34-35; 13:33, 35), et les enseigner avec exposition (Luc 24:44; Rom. 3:10-14,18; 1 Cor. 15:27; Eph. 4:8; Heb. 1:5). Le but primaire du livre des Psaumes est trouvé dans la cible de notre cœur qui devrait être centré exclusivement vers Lui dans toutes les expériences de la vie » (Anders).

Il y a quatre éléments dans la prière : adoration, confession, reconnaissance et supplication.

## 1. Louange, adoration :

Psaumes 8, 29, 33, 46, 47, 48, 76, 84, 87, 93, 95, 96, 97, 98, 99, 100, 103, 104, 105, 111, 113, 114, 117, 122, 134, 135, 136, 145, 146, 147, 148, 149, 150

Les alléluias psaumes : 106; 111-113, 135, 146-150 — tous commencent avec « Louez l'Éternel. » Le mot « alléluia » en hébreu va dire : « louez Yahvé. »

« La cible principale des Psaumes c'est Dieu. Étant donné que Dieu est le seul objet de la vraie adoration, il ne devrait pas nous surprendre que Dieu aurait être le point focal dans un manuel d'adoration. Il faut se souvenir que l'un des préceptes prééminents d'une adoration vraie et spirituelle c'est qu'elle devrait être théocentrique (centre sur Dieu) et pas anthropocentrique (centre sur l'homme) » (Barrett, *Beauty of Holiness*, 161).

## 2. Confession : Psaumes de penitence — 6, 32, 38, 51, 102, 130, 143

# Une guide pour la prière dans les Psaumes

3. Reconnaissance : Psaumes 30, 66, 92, 107, 116, 118, 124, 138

4. Supplication :

*les supplications et les requêtes se trouvent partout dans les Psaumes. Ils sont des indications que quelqu'un est dans le besoin, et de lui-même il n'est pas capable de résoudre son difficulté. Les supplications magnifient le pouvoir et la force de celui que nous supplions.*

- Dans les listes suivantes, nous allons regarder :
  - **Comment les Psalmistes ont invoqué Dieu dans leurs prières et**
  - **Les sujets de leurs différentes requêtes à Dieu.**

Nous pouvons aussi les utiliser dans nos prières pour nous guider dans nos requêtes.

COMMENT INVOQUER DIEU DANS NOS PRIÈRES :

La manière d'invoquer Dieu dans nos prières est très importante. Ce que vous connaissez de Dieu détermine votre attitude et aussi l'étendue de vos requêtes. Les Psalmistes ont une profonde fondation dans leur connaissance de Dieu. Regardez comment leur connaissance de Dieu devient la base de leurs prières :

# Une guide pour la prière dans les Psaumes



Tu es ...

# Une guide pour la prière dans les Psaumes

## Ce que Dieu est :

- 3:4** Tu es pour moi un **bouclier**,  
Tu es **ma gloire**, et tu relèves ma tête.
- 16:2** Tu es mon **Seigneur**, Mon Bien, il n'y a rien au-dessus de toi!
- 22:4** Tu es le **Saint**, Tu sièges au milieu des louanges d'Israël.
- 23:4** Tu es avec moi: Ta houlette et ton bâton, voilà mon réconfort.
- 25:5** Tu es le **Dieu de mon salut**, En toi, j'espère tous les jours
- 27:9** Tu es mon **secours**, Ne me laisse pas, ne m'abandonne pas, Dieu de mon salut!
- 31:4** Tu es mon **roc, ma forteresse**,
- 31:5** Tu es ma **protection**.
- 31:15** Tu es mon **Dieu!**
- 32:7** Tu es un **abri pour moi**, tu me gardes de la détresse,  
Tu m'entoures de cris de délivrance. Pause.
- 40:18** Tu es mon **secours et mon libérateur: Mon Dieu**, ne tarde pas!
- 52:11** Tu es **bon** A l'égard de tes fidèles.
- 59:17** Tu es pour moi une **forteresse**, Un **refuge** au jour de ma détresse.
- 61:4** Tu es pour moi un **refuge**, Une **tour forte**, en face de l'ennemi.
- 63:2** O Dieu! Tu es mon **Dieu**, je te cherche,
- 63:8** Car Tu es mon **secours**, Et je crie de joie à l'ombre de tes ailes.
- 68:36** Ô Dieu! Tu es **redoutable**.
- 69:17** Tu es **bon et bienveillant**

# Une guide pour la prière dans les Psaumes

69:17 Tu es bon et bienveillant, Selon tes grandes compassions, tourne-toi vers moi...

**70:6 Tu es mon secours et mon libérateur:** Éternel, ne tarde pas!

**71:3 Tu es mon roc et ma forteresse.**

**71:6 Tu es** sans cesse l'objet de ma louange.

**71:7 Tu es mon puissant refuge.**

**76:5 Tu es** plus éclatant, plus magnifique Que les montagnes des ravisseurs.

**83:19 Tu es le Très-Haut** sur toute la terre!

**86:5** Car toi, Seigneur, **Tu es bon et clément, riche en bienveillance**

**86:10** Car toi, **Tu es grand** et tu opères des miracles; Toi seul, **Tu es Dieu.**

**86:15** Mais toi, Seigneur, **tu es un Dieu compatissant et qui fait grâce**  
**Lent à la colère, riche en bienveillance et en fidélité;**

**89:18** Car **Tu es** sa splendeur et sa puissance;  
C'est par ta faveur que s'élève notre force.

**89:27 Tu es mon père! Mon Dieu et le rocher de mon salut!**

**90:2** Avant que les montagnes soient nées,  
Et que tu aies donné un commencement à la terre et au monde,  
D'éternité en éternité **Tu es Dieu.**

**91:9** Car Tu es mon refuge, ô Éternel! — Tu fais du Très-Haut ta retraite —.

**92:9** Mais toi, là-haut, Pour toujours **Tu es l'Éternel!**

**97:9** Car toi, Éternel! **Tu es le Très-Haut** sur toute la terre,  
**Tu es souverainement élevé** au-dessus de tous les dieux.

**104:1** Éternel, mon Dieu, **Tu es infiniment grand!**

**Tu es** revêtu d'éclat et de magnificence!

**110:4 Tu es sacrificateur** pour toujours, A la manière de Melchisédek.

**118:21 Tu es** devenu mon salut.

# Une guide pour la prière dans les Psaumes

- 118:28 **Tu es mon Dieu**, et je te célébrerai; **Mon Dieu!** je t'exalterai.  
119:68 **Tu es bon et bienfaisant**; Enseigne-moi tes prescriptions!  
119:137 **Tu es juste, ô Éternel!** Et tes jugements sont droits;  
119:151 **Tu es proche, ô Éternel!** Et tous tes commandements sont la vérité.  
140:7 Je dis à l'Éternel: **Tu es mon Dieu!** Éternel  
142:6 **Tu es mon refuge, mon partage** sur la terre des vivants.

## Ce que Dieu fait :

- 4:2 **Tu me mets à l'aise.** Fais-moi grâce, écoute ma prière!  
4:9 **Tu me fais habiter en sécurité.**  
16:11 **Tu me feras connaître** le sentier de la vie  
17:6 Je t'invoque, car **Tu me réponds**  
18:36 **Tu me donnes le bouclier** de ton salut,  
Ta droite **me soutient**,  
Et ta mansuétude **me fait devenir grand.**  
:37 **Tu me fais allonger le pas** Et mes chevilles n'ont pas chancelé.  
18:40 **Tu me ceins de force** pour le combat,  
**Tu fais plier sous moi** mes adversaires  
18:44 **Tu me fais échapper** aux disputes du peuple;  
**Tu me mets à la tête** des nations;  
18:49 Qui **me fait échapper** à mes ennemis!  
**Tu m'élèves au-dessus** de mes adversaires,  
**Tu me délivres** de l'homme violent.  
22:16 Tu **me réduis à la poussière** de la mort.  
31:4 Et à cause de ton nom **Tu me conduiras, Tu me dirigeras.**  
5 **Tu me feras sortir du filet** qu'ils m'ont tendu



# Une guide pour la prière dans les Psaumes

- 31:9 Et **Tu** ne me livres pas aux mains de l'ennemi;  
**Tu me** fais marcher avec aisance.
- 32:7 **Tu me** gardes de la détresse,  
**Tu** m'entoures de cris de délivrance. Pause.
- 61:6 Car toi, ô Dieu! **Tu** écoutes mes vœux,  
**Tu (me)** donnes l'héritage de ceux qui craignent ton nom.
- 71:20 **Tu nous** as fait éprouver bien des détresses et des malheurs;  
Mais **Tu** nous redonneras la vie,  
  
**Tu me** feras remonter des abîmes de la terre.
- 73:24 **Tu me** conduis par ton conseil,  
**Tu me** recevras dans la gloire.
- 86:7 **Tu me** réponds.
- 92:5 **Tu me** réjouis par ce que tu fais, ô Éternel!
- 119:26 **Tu me** réponds: Enseigne-moi tes prescriptions!
- 119:93 **Tu me** fais vivre.
- 138:7 **Tu me** fais vivre,  
**Tu** étends ta main sur la colère de mes ennemis,  
Et **ta** droite me sauve.
- 139:1 Éternel! **Tu me** sondes et **Tu (me)** connais,

# Une guide pour la prière dans les Psaumes

## LES SUJETS DES REQUÊTES

Quand on regarde les requêtes et les supplications dans les Psaumes, nous voyons les requêtes pour la délivrance, la bénédiction, la réponse de Dieu, la direction, le pardon, le jugement, l'illumination et le réveil.

Les requêtes pour la délivrance sont les plus nombreuses dans les Psaumes. Sous le titre « délivre-moi » nous voyons les requêtes à Dieu : lève-toi, reviens, viens, réveille-toi, sauve-moi, n'oublie pas, délivre-moi, ne t'éloigne pas, libère-moi, secours-moi, hâte-toi, opère un signe pour moi, aie pitié de moi, parais, intervien, ramène, agis, préserve-moi, garde-moi, et élève-moi.

Il y a aussi des supplications suivantes : bénis-moi, réponds-moi, prête l'oreille, sois attentif, écoute, conduis-moi, fais-moi grâce, pardonne-moi, juge-moi, juge les autres, éclaire-moi, souviens-toi de moi, guéris-moi, rends-moi la joie, et affermis l'ouvrage de nos mains.

# Une guide pour la prière dans les Psaumes

Les supplications magnifient le pouvoir et la force de celui que nous supplions. Trouver en Dieu tout ce dont nous avons besoin est la fondation de nos supplications. Regardez le lien entre ceux qui se réfugient en Dieu et leurs supplications :

- 57:2** Fais-moi grâce, ô Dieu, fais-moi grâce!  
Je me **réfugie** à l'ombre de tes ailes,  
Jusqu'à ce que les calamités soient passées.
- 57:3** **Je crie** au Dieu Très-Haut, Au Dieu qui mène tout à bonne fin pour moi.
- 61:3** Du bout de la terre **je crie** à toi, le cœur abattu;  
Conduis-moi sur le rocher trop élevé pour moi!
- 142:6** Éternel! c'est à toi que **je crie**

Je dis: tu es mon **refuge**, Mon partage sur la terre des vivants.

## 1. Délivre-moi

Sous le titre « **délivre-moi** » nous voyons les requêtes à Dieu : **lève-toi, reviens, viens, réveille-toi, sauve-moi, n'oublie pas, délivre-moi, ne t'éloigne pas, libère-moi, secours-moi, hâte-toi, opère un signe pour moi, aie pitié de moi, parais, intervins, ramène, agis, préserve-moi, garde-moi, et élève-moi.**

### (a) Lève-toi

Comment pouvons-nous demander à Dieu de se lever ? C'est Dieu qui nous donne l'ordre de se lever. Mais, parfois nous avons le sentiment que Dieu n'agit pas au moment que nous voulons. Quand nos circonstances sont urgents, quand les ennemies attaquent, et les malheureux sont opprimés, nous pouvons demander à Dieu se lever et d'apporter son délivrance.

# Une guide pour la prière dans les Psaumes

12:6 Parce que les malheureux sont opprimés et que les pauvres gémissent, Maintenant, dit l'Éternel, **je me lève**, j'apporte le salut à ceux contre qui l'on souffle.

Voyons aussi ce que Moïse a dit quand l'arche d'alliance partait au commencement du jour : **Nombres 10:35** Quand l'arche partait, Moïse disait : Lève-toi, Éternel! et que tes ennemis soient dispersés! Que ceux qui te haïssent fuient devant ta face!

**3:8** **Lève-toi**, Éternel! sauve-moi, mon Dieu!

**7:7** **Lève-toi**, Éternel! dans ta colère,

**Lève-toi** contre le courroux de mes adversaires,

**9:20** **Lève-toi**, Éternel! Que l'homme ne triomphe pas!

**10:12** **Lève-toi**, Éternel! Dieu, élève ta main N'oublie pas les humbles!

**17:13** **Lève-toi**, Éternel, marche à sa rencontre, fais-le plier!

**21:14** **Lève-toi**, Éternel, avec ta force!

**35:2** Saisis le petit et le grand bouclier, Et **lève-toi** pour me secourir!

**44:24** **Lève-toi**! Pourquoi dors-tu, Seigneur? Réveille-toi! Ne nous rejette pas à jamais!

« Ce psaume ne contredit donc pas Ps 121.4 qui nous assure que Dieu ne sommeille ni ne dort jamais. Lorsqu'il ne punit pas tout de suite et tolère longtemps les méchants, cela apparaît comme s'il dormait et avait besoin de se réveiller. Mais cette longanimité divine ne doit pas être confondue avec de l'indifférence. »  
(Difficultés bibliques dans les livres de poésie)

# Une guide pour la prière dans les Psaumes

**44:27 Lève-toi**, pour nous secourir! Délivre-nous à cause de ta bienveillance!

**59:6** Toi, Éternel, Dieu des armées, Dieu d'Israël, **Lève-toi**, pour intervenir ...

**74:22 Lève-toi**, Dieu! Défends ta cause!

**82:8 Lève-toi**, ô Dieu, juge la terre! Car tu as un héritage dans toutes les nations.

**94:2 Lève-toi**, juge de la terre! Pour rendre aux orgueilleux selon leurs œuvres!

**132:8 Lève-toi**, Éternel, viens à ton (lieu de) repos, Toi et ton arche imposante!

**57:6 Élève-toi** sur les cieux, ô Dieu! Que ta gloire soit sur toute la terre!

**57:12 Élève-toi** sur les cieux, ô Dieu! Que ta gloire soit sur toute la terre!

**108:6 Élève-toi** sur les cieux, ô Dieu! Et **que ta gloire soit** sur toute la terre!

## (b) Reviens

**6:5 Reviens**, Éternel! **délivre** mon âme; **Sauve-moi**, à cause de ta bienveillance.

**7:8 Reviens** bien haut au-dessus d'elle!

**80:15** Dieu des armées, **reviens** donc! Regarde (du haut) des cieux et vois!

Interviens en faveur de cette vigne!

**90:13 Reviens**, Éternel! Jusques à quand...? Aie pitié de tes serviteurs!

# Une guide pour la prière dans les Psaumes

## (c) Viens

**10:14** Tu as vu, quant à toi, la peine et la souffrance; tu les regardes  
Pour prendre en main (leur cause); C'est à toi que s'abandonne le  
malheureux

C'est toi qui **viens** au secours de l'orphelin.

**22:20** Et toi, Éternel, ne t'éloigne pas!

Toi qui es ma force, **viens** en hâte à mon secours!

**59:5** Sans (que j'aie commis) une faute, ils courent, ils se préparent;

Réveille-toi, (**viens**) à ma rencontre, et regarde!

**70:2** O Dieu, (**viens**) me délivrer! Éternel, hâte-toi de me secourir!

**71:12** O Dieu, ne t'éloigne pas de moi! Mon Dieu, **viens** en hâte à mon secours!

**132:8** Lève-toi, Éternel, **viens** à ton (lieu de) repos, Toi et ton arche imposante!

## (d) Réveille-toi

**7:7** **Réveille**-toi pour moi, toi qui as établi le droit!

**35:23** Éveille-toi, **Réveille**-toi pour (rétablir) mon droit!

Mon Dieu et mon Seigneur, pour (défendre) ma cause!

**44:24** Lève-toi! Pourquoi dors-tu, Seigneur?

**Réveille**-toi! Ne nous rejette pas à jamais!

**59:5** **Réveille**-toi, (viens) à ma rencontre, et regarde!

**80:3** Devant Éphraïm, Benjamin et Manassé, **réveille** ta force,

Mets-toi en marche pour notre salut!

# Une guide pour la prière dans les Psaumes

## (e) Sauve-moi

- 3:8** Lève-toi, Éternel! **sauve**-moi, mon Dieu!  
Car tu frappes à la joue tous mes ennemis,  
Tu brises les dents des méchants
- 7:2** Éternel, mon Dieu! Je cherche en toi mon refuge;  
**Sauve-moi** de tous mes persécuteurs, et **délivre-moi**,
- 12:2** **Sauve**, Éternel!
- 20:10** Éternel, **sauve** le roi! Qu'il nous réponde, quand nous l'invoquons!
- 34:7** Quand un malheureux crie, l'Éternel entend  
Et le **sauve** de toutes ses détresses.
- 34:19** L'Éternel est près de ceux qui ont le cœur brisé,  
Et il **sauve** ceux qui ont l'esprit dans l'abattement.
- 37:40** L'Éternel les secourt et les délivre;  
Il les délivre des méchants et les **sauve**, parce qu'ils se réfugient en lui.
- 44:5** C'est toi qui es mon roi, ô Dieu : **Ordonne le salut** de Jacob!
- 54:3** O Dieu! **sauve**-moi par ton nom, Rends-moi justice par ta puissance!
- 59:3** Délivre-moi de ceux qui commettent l'injustice  
Et **sauve**-moi des hommes de sang!
- 71:2** Dans ta justice, délivre-moi et libère-moi!  
Tends vers moi ton oreille, et **sauve**-moi!
- 86:2** Garde mon âme, car je suis fidèle!  
Toi, mon Dieu, **sauve** ton serviteur qui se confie en toi!
- 86:16** Tourne vers moi les regards et fais-moi grâce,  
Donne ta force à ton serviteur Et **sauve** le fils de ta servante!
- 106:47** **Sauve-nous**, Éternel, notre Dieu!  
Et rassemble-nous du milieu des nations,

# Une guide pour la prière dans les Psaumes

**116:4** Mais j'invoquai le nom de l'Éternel :

Je t'en prie, Éternel, **saue** mon âme!

**118:25** Éternel, **accorde le salut!** Éternel, le succès!

**119:94** Je suis à toi : **saue**-moi! Car je recherche tes statuts.

**119:146** Je t'invoque : **saue**-moi, Afin que j'observe tes préceptes!

## (f) N'oublie pas

**9:19** Car le pauvre n'est pas **oublié** à jamais,

L'espérance des malheureux ne périt pas à toujours.

**9:13** Car il venge le sang versé; il s'en souvient,

Il n'**oublie** pas le cri des malheureux.

**42:10** Je dis à Dieu, mon roc : Pourquoi m'as-tu **oublié**?

Pourquoi dois-je marcher dans la tristesse, Sous l'oppression de l'ennemi?

**44:25** Pourquoi caches-tu ta face?

Pourquoi **oublies**-tu notre malheur et notre oppression?

**10:11** Il dit en son cœur : Dieu **oublie!** Il cache sa face, il ne regarde jamais

**10:12** **Lève-toi,** Éternel! Dieu, **élève ta main** N'**oublie** pas les humbles!

**74:19** N'**oublie** pas sans cesse la vie de tes malheureux!

**77:10** Dieu a-t-il **oublié** de faire grâce? A-t-il, dans sa colère, retiré ses compassions?



# Une guide pour la prière dans les Psaumes

## (g) Délivre-moi

**34:20** De nombreux malheurs (atteignent) le juste,  
Mais de tous, l'Éternel le **délivre**.

**37:40** L'Éternel les secourt et les **délivre**;

Il les **délivre** des méchants et les sauve, Parce qu'ils se réfugient en lui.

**41:2** Heureux celui qui agit avec discernement envers le faible!

Au jour du malheur l'Éternel le **délivre**;

**97:10** Vous qui aimez l'Éternel, laissez le mal!

Il garde les âmes de ses fidèles, Il les **délivre** de la main des méchants.

**6:5** Reviens, Éternel! **délivre** mon âme;

Sauve-moi, à cause de ta bienveillance.

**7:2** Éternel, mon Dieu! Je cherche en toi mon refuge;

Sauve-moi de tous mes persécuteurs, et **délivre-moi**,

**25:20** Garde mon âme et **délivre-moi**!

Que je ne sois pas couvert de honte, Quand je me réfugie en toi!

**34:8** L'ange de l'Éternel campe autour de ceux qui le craignent, Et il les **délivre**.

**51:16** O Dieu, Dieu de mon salut! **délivre-moi** du sang versé,

Et ma langue acclamera ta justice.

**59:2** **Délivre-moi** de mes ennemis, mon Dieu,

Élève-moi plus haut que ceux qui se dressent contre moi!

**71:2** Dans ta justice, **délivre-moi** et libère-moi!

Tends vers moi ton oreille, et sauve-moi!

**109:21** Et toi, Éternel, Seigneur! Agis en ma faveur à cause de ton nom,

Car ta bienveillance est grande; **délivre-moi**!

# Une guide pour la prière dans les Psaumes

**119:153** Vois mon malheur et **délivre**-moi! Car je n'oublie pas ta loi.

**120:2** Éternel, **délivre** mon âme de la lèvre mensongère, De la langue trompeuse!

**140:2** Éternel, **délivre**-moi des hommes mauvais! Garde-moi des hommes violents

**143:9** **Délivre**-moi de mes ennemis, ô Éternel! Je me cache auprès de toi.

**(h) Ne t'éloigne pas** (Ps 22.12, 20 ; 35.22 ; 38.22 ; 71.12)

**(i) Libère-moi** (Ps 31.2 ; 34.23 ; 25.22 ; 71.2)

**(j) Secours-moi** (Ps 10.14, 20.3 ; 22.20 ; 27.9 ; 30.11 ; 33.20 ; 38.23 ; 40.18 ; 46.2 ; 63.8 ; 70.6 ; 71.12 ; 79.9 ; 86.17 ; 108.13 ; 109.26 ; 115.9-11 ; 119.86,173 ; 121.1,2 ; 124. 8 ; 146.5)

**(k) Hâte-toi** (Ps 22.20, 31.3 ; 38.23 ; 40.14 ; 69.2, 18 ; 70.2,6 ; 71.4,12 ; 72.1 ; 74.22 ; 79.8,9; 102.3 ; 141.1 ; 143.7 )

**(l) Opère un signe**

**86:17** **Opère un signe** en ma faveur!. (voir 74.12; 77.15 ; 78.4; 86.10)

**144:5** Éternel, **inclina** tes cieux et descends! **Touche** les montagnes, et qu'elles fument!

**(m) Aie pitié**

**90:13** Reviens, Éternel! Jusques à quand...? **Aie pitié** de tes serviteurs!

**72:13** Il aura **pitié** du faible et du pauvre, Il sauvera la vie des pauvres;

**106:45** Il se souvint en leur faveur de son alliance;

Il eut **pitié** selon sa grande bienveillance

**135:14** Car l'Éternel jugera son peuple Et il aura **pitié** de ses serviteurs.

# Une guide pour la prière dans les Psaumes

## (n) Parais

**80:2** Prête l'oreille, berger d'Israël, Toi qui conduis Joseph comme un troupeau!

Toi qui sièges (entre) les chérubins! **Parais dans ta splendeur,**

**94:1** Dieu des vengeances, Éternel! Dieu des vengeances, **parais** dans ta splendeur!

## (o) Interviens

**80:15** Dieu des armées, reviens donc! Regarde (du haut) des cieux et vois!

**Interviens** en faveur de cette vigne!

**106:4** Éternel! **souviens-toi** de moi dans ta faveur pour ton peuple!

**Interviens** pour moi par ton salut,

## (p) Ramène

**147:2** L'Éternel rebâtit Jérusalem, Il **rassemble** les exilés d'Israël;

**126:4** Éternel, **ramène** nos captifs Comme des torrents dans le Négueb.

## (q) Agis

**39:10** Je reste muet, je n'ouvre pas la bouche, **Car c'est toi qui agis.**

**109:21** Et toi, Éternel, Seigneur! **Agis en ma faveur** à cause de ton nom,

Car ta bienveillance est grande; **délivre-moi!**

**119:124** **Agis** envers ton serviteur selon ta bienveillance

Et enseigne-moi tes prescriptions!

# Une guide pour la prière dans les Psaumes

## (r) Préserve-moi

**19:14** **Préserve** aussi ton serviteur des présomptueux;

Qu'ils ne dominent pas sur moi!

Alors je serai intègre, innocent de péché grave.

**31:21** Tu les caches sous l'abri de ta face loin des intrigues des hommes,

Dans un refuge tu les **préserve**s des langues qui les attaquent.

**34:14** **Préserve** ta langue du mal, Et tes lèvres des paroles trompeuses;

**140:5** Éternel, **préserve**-moi des mains du méchant!

Garde-moi des hommes violents Qui méditent de me faire tomber!

**141:9** **Préserve**-moi du piège qu'ils me tendent,

Et des embûches de ceux qui commettent l'injustice!

**64:2** O Dieu, écoute ma voix, quand je gémiss? **Protège** ma vie de la peur de l'ennemi!

**20:2** Que l'Éternel te réponde au jour de la détresse,

Que le nom du Dieu de Jacob te **protège**!

**35:17** Seigneur! Comment peux-tu voir (cela)?

**Protège** mon âme contre leurs sévices, Ma vie contre les lionceaux!

**64:2** O Dieu, écoute ma voix, quand je gémiss! **Protège** ma vie de la peur de l'ennemi!

**80:16** **Protège** ce que ta droite a planté, Et le fils que tu as affermi toi-même!

# Une guide pour la prière dans les Psaumes

## (s) Garde-moi

**140:5** Éternel, **préserve**-moi des mains du méchant!

**Garde**-moi des hommes violents Qui méditent de me faire tomber!

**31:24** Aimez l'Éternel, vous tous ses fidèles! L'Éternel **garde** les croyants,  
Et il punit sévèrement celui qui agit avec orgueil.

**37:28** Car l'Éternel aime le droit, Et il n'abandonne pas ses fidèles;  
Ils sont toujours sous sa **garde**, Mais la descendance des méchants est retranchée.

**86:2** **Garde mon âme**, car je suis fidèle!

Toi, mon Dieu, **sauve** ton serviteur qui se confie en toi!

**97:10** Vous qui aimez l'Éternel, haïssez le mal!

Il **garde** les âmes de ses fidèles, Il les délivre de la main des méchants.

**116:6** L'Éternel **garde** les simples; J'étais affaibli, et il m'a sauvé.

**121:3** Il ne permettra pas que ton pied chancelle;

Celui qui te **garde** ne sommeillera pas.

**4** Voici, il ne sommeille ni ne dort, Celui qui **garde** Israël.

**5** L'Éternel est celui qui te **garde**, L'Éternel est ton ombre à ta main droite,

**127:1** Cantique des montées. De Salomon

Si l'Éternel ne bâtit la maison, Ceux qui la bâtissent travaillent en vain;

Si l'Éternel ne **garde** la ville, Celui qui la **garde** veille en vain.

**145:20** L'Éternel **garde** tous ceux qui l'aiment Et détruit tous les méchants.

**146:6** Il a fait les cieus et la terre, La mer et tout ce qui s'y trouve

Il **garde** la vérité à toujours.

**146:9** L'Éternel **garde** les étrangers, Il soutient l'orphelin et la veuve,

Mais il fait dévier la voie des méchants.

# Une guide pour la prière dans les Psaumes

## (t) Élève-moi

59:2 Délivre-moi de mes ennemis, mon Dieu,  
**Élève-moi plus** haut que ceux qui se dressent contre moi!

## (2) Beni-moi, fais briller ta face

4:7 **Fais lever sur nous** la lumière de ta face, ô Éternel!

80:4 O Dieu, **fais-nous reveni! Fais briller** ta face, et nous serons sauvés!

80:8 Dieu des armées, **fais-nous revenir? Fais briller** ta face, et nous serons sauvés!

80:15 Dieu des armées, **reviens** donc! **Regarde** (du haut) des cieux et vois!  
Interviens en faveur de cette vigne!

80:20 Éternel, Dieu des armées, fais-nous revenir !  
**Fais briller** ta face, et nous serons sauvés.

125:4 Éternel, **sois bienfaisant** pour les gens de bien Et pour ceux dont le cœur est droit!

(3) **Réponds-moi:** Nous pouvons avoir confiance que Dieu répond à nos supplications:

3:5 A haute voix je crie à **l'Éternel**, Et il me **répond** de sa montagne sainte.  
Pause.

4:2 Quand je crie, **réponds-moi**, Dieu de ma justice!

Dans la détresse, tu me mets à l'aise. Fais-moi grâce, écoute ma prière!

13:4 Regarde, **réponds-moi**, Éternel, mon Dieu!

Éclaire mes yeux, Afin que je ne m'endorme pas dans la mort,

17:6 Je t'invoque, car tu me **réponds**, ô **Dieu!**

Incline vers moi ton oreille, écoute ma parole!

20:2 Que l'Éternel te **réponde** au jour de la détresse,  
Que le nom du **Dieu** de Jacob te protège!

# Une guide pour la prière dans les Psaumes

- 20:10** Éternel, sauve le roi! **Qu'il nous réponde**, quand nous l'invoquons!
- 22:3** Mon **Dieu!** je crie le jour, et tu ne **réponds** pas;  
La nuit, et je ne garde pas le silence.
- 27:7** Éternel! écoute ma voix, je t'invoque : Fais-moi grâce et **réponds-moi!**
- 43:1** Psaume de David. Éternel, écoute ma prière, Prête l'oreille à mes supplications!  
**Réponds-moi** dans ta fidélité, dans ta justice!
- 38:16** C'est à toi, Éternel, que je m'attends, C'est toi qui **répondras**,  
Seigneur mon Dieu!
- 69:14** Mais moi je t'adresse ma prière, ô Éternel!  
Que ce soit le temps favorable, ô Dieu,  
Par ta grande bienveillance! **Réponds-moi**, par la vérité de ton salut!
- 69:17** **Réponds-moi**, Éternel! car tu es bon et bienveillant
- Selon tes grandes compassions, **tourne-toi vers moi**,
- 86:1** Prière de David. Éternel, tends l'oreille, **réponds-moi!**  
Car je suis malheureux et pauvre.
- 118:5** Du sein de la détresse j'ai invoqué l'Éternel :  
L'Éternel m'a **répondu**, il (m'a mis) à l'aise.
- 119:145** Je t'invoque de tout mon cœur : **réponds-moi**, Éternel,  
Afin que je garde tes prescriptions!
- 120:1** Cantique des montées. C'est à l'Éternel que dans ma détresse  
J'ai crié, et il m'a **répondu**.

# Une guide pour la prière dans les Psaumes

**141:3** Éternel, **veille** sur ma bouche, **Garde** la porte de mes lèvres!

**143:1** Psaume de David. **Éternel, écoute** ma prière, **Prête l'oreille** à mes supplications!

**Réponds-moi** dans ta fidélité, dans ta justice!

(5) **Conduis-moi**

**5:9** Éternel! **conduis-moi** dans ta justice, à cause de mes détracteurs, **Aplanis** ta voie devant moi.

**27:11** Éternel! enseigne-moi ta voie,

**Conduis-moi** dans le sentier de la droiture, A cause de mes détracteurs.

**61:3** Du bout de la terre je crie à toi, le cœur abattu

**Conduis-moi** sur le rocher trop élevé pour moi!

**67:5** Les foules se réjouissent et triomphent; Car tu juges les peuples avec droiture,

Et tu **conduis** les foules sur la terre. Pause.

**73:24** Tu me **conduis** par ton conseil, Puis tu me recevras dans la gloire.

**80:2** Prête l'oreille, berger d'Israël, Toi qui **conduis** Joseph comme un troupeau!

Toi qui sièges (entre) les chérubins! Parais dans ta splendeur,

**119:35** **Conduis-moi** dans le sentier de tes commandements! Car j'y prends plaisir.

**139:24** Regarde si je suis sur une mauvaise voie,

Et **conduis-moi** sur la voie de l'éternité!

**Ésaïe 48:17** Ainsi parle l'Éternel, ton rédempteur, Le Saint d'Israël :

Moi, l'Éternel, ton Dieu, Je t'instruis à ton profit,

Je te **conduis** dans la voie où tu marches.



# Une guide pour la prière dans les Psaumes

## (6) Fais-moi grâce

- 4:2** Quand je crie, réponds-moi, Dieu de ma justice!  
Dans la détresse, tu me mets à l'aise.  
**Fais-moi grâce**, écoute ma prière!
- 6:3** **Fais-moi grâce**, Éternel, car je dépéris;  
Guéris-moi, Éternel! car mes os sont tremblants.
- 9:14** **Fais-moi grâce** ô Éternel, Vois mon malheur
- 27:7** Éternel! écoute ma voix, je t'invoque :  
**Fais-moi grâce** et réponds-moi!
- 30:11** **Écoute**, Éternel, **fais-moi grâce**! Éternel, sois mon secours!
- 31:10** **Fais-moi grâce**, Éternel!
- 41:5** Je dis : Éternel, **fais-moi grâce**! Guéris mon âme, car j'ai péché contre toi.
- 41:11** Mais toi, Éternel, **fais-moi grâce** et **relève-moi**!
- 51:3** O Dieu! **fais-moi grâce** selon ta bienveillance,
- 56:2** **Fais-moi grâce**, ô Dieu! car des hommes me harcèlent;
- 57:2** **Fais-moi grâce**, ô Dieu, **fais-moi grâce**!
- 123:3** **Fais-nous grâce**, Éternel, **fais-nous grâce**!  
Car nous sommes par trop rassasiés de mépris;

# Une guide pour la prière dans les Psaumes

## (7) Pardonne-moi

**51:3** Selon ta grande compassion, **efface** mes crimes;

**51:12** O Dieu! **créé en moi** un cœur pur, Renouvelle en moi un esprit bien disposé.

**19:13** Qui connaît ses fautes involontaires? **Pardonne-moi** ce qui m'est caché.

**25:11** C'est à cause de ton nom, Éternel! Que tu **pardonneras** ma faute,  
car elle est grave.

**25:18** Vois ma misère et ma peine, Et **pardonne** tous mes péchés.

**32:1** De David. Poème. Heureux celui dont la transgression est enlevée,  
Dont le péché est **pardonné!**

**85:3** Tu as enlevé la faute de ton peuple, Tu as **pardonné** tous ses péchés; Pause.

**99:8** Éternel, notre Dieu, c'est toi qui leur as répondu.

Tu fus pour eux un Dieu qui **pardonne**,

Mais qui tire vengeance de leurs agissements.

**103:3** C'est lui qui **pardonne** toutes tes fautes, Qui guérit toutes tes maladies,

**130:4** Mais le **pardon** (se trouve) auprès de toi, Afin qu'on te craigne.

(8) Juge-moi, juge les autres (Psaume 7.9 ; 9.5,9 ; 26.1-2 ; 35.23,24 ; 43.1 ; 54.3 ; 75.8 ; 96.13 ; 98.9)

# Une guide pour la prière dans les Psaumes

## (9) Éclaire-moi

13:4 Regarde, réponds-moi, Éternel, mon Dieu!

**Éclaire** mes yeux, Afin que je ne m'endorme pas dans la mort,

18:29 C'est toi qui fais briller ma lumière?; L'Éternel, mon Dieu, **éclaire** mes ténèbres

19:9 Les ordres de l'Éternel sont droits, ils réjouissent le cœur?;

Le commandement de l'Éternel est limpide, il **éclaire** les yeux.

25:4 Éternel! **fais-moi connaître** tes chemins, Enseigne-moi tes voies.

25:5 **Fais-moi cheminer** dans ta vérité, et instruis-moi?;

Car tu es le Dieu de mon salut, En toi, j'espère tous les jours.

27:11 Éternel! **enseigne-moi ta voie**,

**Conduis-moi** dans le sentier de la droiture, A cause de mes détracteurs.

39:5 Éternel, **fais-moi connaître** ma fin, Quelle est la mesure de mes jours?;

Je reconnaîtrai combien je suis fragile.

51:8 Mais tu prends plaisir à la vérité dans le fond du cœur :

Au plus secret (de moi-même), **fais-moi connaître** la sagesse.

85:8 Éternel! **fais-nous voir** ta bienveillance Et donne-nous ton salut!

90:12 **Enseigne-** (nous) ainsi à compter nos jours,

Afin que nous conduisions (notre) cœur avec sagesse.

86:11 **Enseigne-moi** tes voies, Éternel! Je marcherai dans ta vérité

# Une guide pour la prière dans les Psaumes

Donne-moi un cœur tout simple, que je craigne ton nom.

**105:39** Il étendit la nuée pour les couvrir, Et le feu pour **éclairer** la nuit.

**118:27** L'Éternel est Dieu, il nous **éclaire**.

**119:12** Béni sois-tu, Éternel! **Enseigne-moi** tes prescriptions!

**119:33** **Instruis-moi**, Éternel, dans la voie de tes prescriptions,  
Pour que je les garde jusqu'à la fin!

**119:130** La révélation de tes paroles **éclaire**, Elle donne de l'intelligence aux simples

**143:10** **Enseigne-moi** à faire ta volonté!

Car c'est toi mon Dieu. Que ton bon Esprit me conduise sur une terre aplanie!

## (10) Souviens -toi de moi

**25:6** Éternel! **souviens-toi** de tes compassions et de ta bienveillance,

**7** **Ne te souviens pas** des péchés de ma jeunesse ni de mes révoltes?;

**Souviens-toi de moi** selon ta bienveillance, A cause de ta bonté, Éternel

**132:1** Cantique des montées. Éternel, **souviens-toi** de David, De toutes ses peines!

## (11) Guéris-moi

**6:3** Fais-moi grâce, Éternel, car je dépéris?;

**Guéris-moi**, Éternel! car mes os sont tremblants.

**30:3** Éternel, mon Dieu! J'ai crié à toi, et tu m'as **guéri**.

**41:5** Je dis : Éternel, fais-moi grâce! **Guéris** mon âme, car j'ai péché contre toi.

**103:3** C'est lui qui pardonne toutes tes fautes, Qui **guérit** toutes tes maladies,

**107:20** Il envoya sa parole et les **guérit**, Il les délivra de leurs infections.

**147:3** Il **guérit** ceux qui ont le cœur brisé Et pansé leurs blessures.

# Une guide pour la prière dans les Psaumes

## (12) Rends-moi la joie

51:14 Rends-moi la joie de ton salut,

Et qu'un esprit de bonne volonté me soutienne!

85:5 **Rétablis-nous**, Dieu de notre salut! **Mets fin** à ton indignation contre nous!

## (13) Affermis

90:17 Que la tendresse du Seigneur, notre Dieu, soit sur nous!

**Affermis** pour nous l'ouvrage de nos mains,

Oui, **affermis** l'ouvrage de nos mains!

Que le Seigneur vous bénisse en regardant et en priant à travers les Psaumes. N'oubliez jamais que Dieu ne cherche pas vos mots, Il cherche votre cœur. Les vaines répétitions se font par les païens, mais nous, nous prions à Dieu avec notre cœur.

**Matthieu 6:7** En priant, **ne multipliez pas de vaines paroles**, comme les païens, qui s'imaginent qu'à force de paroles ils seront exaucés. <sup>8</sup> Ne leur ressemblez pas, car votre Père sait de quoi vous avez besoin, avant que vous le lui demandiez.

N'oubliez non plus que Jésus Christ est notre seul médiateur. Vous ne pouvez pas entrer dans la présence de Dieu sans que vos péchés ne soient pas lavés par Jésus-Christ, l'agneau de Dieu qui ôte les péchés du monde. Avez-vous donné votre cœur à Dieu ?

Jésus lui dit: Moi, je suis la résurrection et la vie. **Celui qui croit en moi** vivra, quand même il serait mort; et quiconque vit et **croit en moi** ne mourra jamais. Crois-tu cela? (Jean 11.25-26)

# Une guide pour la prière dans les Psaumes

**La vie éternelle est possible :** « *Celui qui a le Fils a la vie ; celui qui n'a pas le Fils de Dieu n'a pas la vie.* » (1 Jean 5 : 12)

**à travers Jésus Christ:** « *Mais ceci est écrit afin que vous croyiez que Jésus est le Christ, le Fils de Dieu, et qu'en croyant, vous ayez la vie en son nom* » (Jean 20 : 31).

Pour une explication et clarification des Psaumes imprécatoires voir ceci: [Psaumes imprécatoires](#)