

Quatre façons de prier avec les psaumes



[Le livre des Psaumes](#) dans la Bible est un trésor pour chaque chrétien. Ce recueil poétique dont les textes sont principalement attribués au [roi David](#), peut être un véritable soutien dans ce que nous vivons chaque jour.

Si le contexte de certains psaumes peut nous sembler bien éloigné de notre quotidien ; les sentiments et émotions décrites par le psalmiste sont universels : joie, émerveillement, gratitude, désespoir, colère, interrogations, peur ... A travers les psaumes, Dieu nous prête ses mots pour décrire ce qui parfois a tant de mal à s'exprimer en nous.

- A travers ce langage imagé et poétique, certains versets nous touchent tout particulièrement. En les retenant, en les répétant, nous les faisons nôtres et sentons combien Dieu est proche de nous, jusqu'à l'intime.
"C'est toi qui as formé mes reins, Qui m'as tissé dans le sein de ma mère." (psaume 139, 13)
- En les méditant, à partir d'une lectio divina par exemple, nous pouvons entrer plus profondément dans ces textes et mieux comprendre pourquoi et comment ces textes résonnent pour nous. Qu'est ce que cela m'apprend sur [mes propres combats](#), mes propres blessures, mes propres questions ?
- Les psaumes font partie de la liturgie et nous sommes invités, collectivement, à les chanter, à leur donner voix. Ils permettent ainsi une prière incarnée notamment [pour la louange](#) et [l'action de grâce](#).
- Certains psaumes sont de véritables [prières de guérison, de délivrance](#). Ils nous offrent un chemin intérieur passant de l'expression de notre souffrance, à l'acceptation de nos limites et à la reconnaissance de nos manquements pour finir par l'abandon confiant entre les mains du Seigneur. Ils nous offrent alors la possibilité de nous ouvrir à la paix de Dieu en nous.

Alice Ollivier pour [Hozana.org](#)