



Catéchèse pour adultes

Psaume 21



Axe et visées théologiques

Découvrir les psaumes comme la voix du Christ au cœur de la mort et la résurrection. Les laisser résonner dans notre vie pour qu'ils deviennent notre propre parole.

Objectifs

Expérimenter l'écoute du psaume 21(22) (lu dans la liturgie le jour des rameaux).
Se questionner. Rechercher les correspondances entre ce psaume et des textes bibliques.
Rechercher du sens et faire écho avec sa propre vie.

Animateur

Il n'a pas à tout dire, mais essentiellement à donner la parole et faire exprimer les participants. Il sera particulièrement à l'écoute des résonances et du ressenti des paroles du psaume chez les participants.

Documents

Bible

sur [page Bâtir Adultes\Fiches pédagogiques](#)

Psaume 21 Traduction liturgique

Logos sentiments

Repères

Exposés sur les psaumes sur [page Bâtir\Adultes](#)

Temps : 1h30 à 2h

Repère Qu'est-ce qu'un psaume ?

« *Le psaume est un cri avant d'être un écrit* » *Didier Rimaud*

Le livre des Psaumes est le grand joyau littéraire de la Bible. Son élaboration s'étend sur de longs siècles avant Jésus Christ.

C'est un poème sémitique (Moyen Orient) destiné à être chanté avec accompagnement d'instruments à cordes. Le psaume forme une sorte de miroir de l'homme, reflétant ses expériences, ses cris et ses chants au fil des siècles. Le psaume est avant tout un cri de l'homme. Parlant en son nom propre, le psalmiste parle aussi au nom de tous. Il remercie pour les merveilles du monde (louange) mais aussi pour avoir été épargné d'un danger mortel.

Il célèbre l'intimité du juste avec Dieu et sait méditer sur l'injustice ou la brièveté de la vie humaine.

Introduction :

Nous allons nous approcher de la fête de Pâques à l'aide des psaumes. Nous vous proposons sans autre préambule de plonger directement dans l'écoute d'un psaume que nous avons choisi parmi ceux qui sont lus pendant la Semaine Sainte.



Un texte à découvrir et éprouver

Les participants sont invités à se mettre debout et à se laisser « porter » par l'écoute. Il est conseillé de ne pas donner les textes des psaumes et de choisir un ou deux bons lecteurs à l'avance. La Bible est posée au milieu du groupe, deux lumignons allumés, pour accentuer l'aspect liturgique de la démarche.

Lecture du psaume 21(22) dans la traduction liturgique

Ou écoute d'un psaume chanté

Le fait de se mettre debout pour l'écoute du psaume évoque un rite liturgique. Cela permet une participation du corps.



Un texte pour se questionner

Psaume 21 traduction liturgique

Logos sentiments

Distribuer le texte.

Temps d'expression des émotions : questions, étonnements, révolte, joie, espérance ...

Inviter chacun à choisir un **logo sentiment** qui correspond à un sentiment éprouvé à l'écoute du psaume.

Ecrire le verset du psaume, un mot qui exprime son ressenti ...

Par groupes de deux ou trois, partager, expliciter ce qui a été ressenti : une image forte qui ressort, une parole dure, une impression, une question qui a surgi...

Mise en commun

Chaque petit groupe s'exprime.

L'animateur donne la parole, demande d'explicitier les réactions, les sensations...

Il peut s'aider de l'encadré ci-après pour faire progresser la réflexion.

Repère animateur - Les psaumes nous interrogent

L'approche développée par les psaumes est autre qu'intellectuelle. Il s'agit d'une entrée dans la poésie. Les sentiments humains prennent ici toute leur place (tristesse, colère, louange...).

Les psaumes nous paraissent parfois bien déconcertants. Dans un premier temps, on peut se poser la question : qui aurait l'idée de proposer de telles prières à des enfants, à des adolescents, voire à des adultes désirant faire une démarche dans la foi ? Ces textes sont anciens, ils sont la prière des juifs et nous sommes chrétiens. Enfin et surtout, les images véhiculées ne sont pas religieusement correctes : de la violence, de la rancune, de la souffrance, du mépris, un juste persécuté, un Dieu qui ne répond pas. Est-ce bien un exemple de foi à proposer en catéchèse ?

Ces interrogations ne sont pas d'aujourd'hui, les premiers chrétiens échangeaient sur ces mêmes questions. Et pourtant très tôt, l'Eglise a choisi d'intégrer dans sa prière les psaumes. De même que les psaumes étaient partie intégrante de la liturgie juive du sabbat, de même ils devinrent le cœur de la lecture de la Parole de Dieu dans la liturgie chrétienne.

Comment comprendre un tel déplacement ?

L'étude du texte, la recherche de rapprochements que nous effectuons dans cette rencontre, la méditation personnelle, la liturgie peuvent aider à comprendre et à entrer dans cette prière.

Nous allons étudier maintenant de plus près ce psaume et voir de quelle manière il joue un rôle majeur dans la réception de la Parole de Dieu. Nous allons découvrir comment il fait le lien entre le Pentateuque (cinq premiers livres de la Bible attribués à Moïse selon la tradition), la Torah, les prophètes et la vie du croyant, par la médiation du Christ.



Un texte à rapprocher

Il s'agit maintenant de rechercher des rapports avec des récits bibliques afin de trouver du sens.

Consignes de travail en groupes

1^{er} temps :

- rechercher les différentes parties du psaume
- rechercher des correspondances avec d'autres textes de la Bible, Premier Testament et Evangile.

2^{ème} temps :

- donner les références suivantes à rechercher dans une bible. Ce sont des rapprochements non exhaustifs. Pour gagner du temps, il est possible de répartir les références entre les divers groupes.

L'animateur adapte le temps de recherche à son groupe, et au niveau de connaissances bibliques des participants.

Référence des textes à rapprocher :

Inviter les personnes à situer le texte dans le contexte. Regarder ce qui précède et ce qui suit.

Groupe 1 Premier Testament, autour des cris :

Exode 6, 5 « Lorsque j'ai entendu le gémissement ... »

Deutéronome 26, 7 « Nous avons crié vers le Seigneur ... »

Josué 24, 6-7 « Vos pères crièrent vers le Seigneur »

Job 25, 6 « ...que dire de l'homme ce ver, du fils d'Adam, cette larve ! »

Groupe 2 Evangile, autour de la passion de Jésus

Matthieu 27 et en particulier les versets 29, 39, 43, 46

Matthieu 28, 19 « Allez donc : de toutes les nations faites des disciples, les baptisant... »

Groupe 3 Evangile, autour de la passion de Jésus

Marc 12, 10 « La pierre qu'ont rejetée les bâtisseurs... »

Marc 14, 33-48

Marc 15, 24-27-34-39

Groupe 4 Evangile, autour du Royaume

Luc 6, 20-21 « Heureux les pauvres... »

Actes 2, 4-5 « Ils furent tous remplis d'Esprit Saint... »

Mise en commun

Autour du plan du psaume :

Le stique (verset) 23 « Tu m'as répondu » ouvre le psaume en deux parties. Jusqu'à ce verset, nous étions dans les questions, les supplications, les larmes... Le passage à la joie est abrupt. Il fait écho à « Tu ne réponds pas » v.3

Autour des rapprochements

L'animateur relit le psaume verset par verset et chacun intervient lorsqu'un rapprochement correspond.

L'animateur aide le groupe à exprimer du sens en s'aidant du tableau qui suit.

Les commentaires sont tirés de P.BEAUCHAMP « Psaumes nuit et jour », Paris, Seuil, 1980, p 219-252.

Psaume 21	Rapprochements	Sens
<p>2 Mon Dieu, mon Dieu, pourquoi m'as-tu abandonné ? Le salut est loin de moi, loin des mots que je rugis.</p> <p>03 Mon Dieu, j'appelle tout le jour, et tu ne réponds pas ; même la nuit, je n'ai pas de repos</p>	<p>Matthieu 27, 46 et Marc 15, 34 Vers la neuvième heure, Jésus cria d'une voix forte : « Éli, Éli, lema sabactani ? », ce qui veut dire : « Mon Dieu, mon Dieu, pourquoi m'as-tu abandonné ? »</p>	<p>Le psaume débute par un cri. Didier Rimaud dit : « Le psaume est un cri avant d'être un écrit... ». C'est le cri de Jésus sur la croix (Mc 15,34).</p>
<p>04 Toi, pourtant, tu es saint, toi qui habites les hymnes d'Israël !</p> <p>05 C'est en toi que nos pères espéraient, ils espéraient et tu les délivrais.</p> <p>06 Quand ils criaient vers toi, ils échappaient ; en toi ils espéraient et n'étaient pas déçus</p>	<p>Dt 26, 7 « Nous avons crié vers le Seigneur, le Dieu de nos pères. Le Seigneur entendit. »</p> <p>Ex 6, 5 « Lorsque j'ai entendu le gémissement des enfants d'Israël, je me suis souvenu de mon alliance »</p> <p>Jos 24, 6-7 « Vos pères crièrent vers le Seigneur ».</p>	<p>Le psalmiste continue en soulignant que le malheur qu'il subit est aussi le malheur collectif du peuple «...nos pères... » Ces correspondances mettent en valeur la sortie d'Egypte et la délivrance vécue par le peuple.</p>

<p>07 Et moi, je suis un ver, pas un homme, raillé par les gens, rejeté par le peuple.</p> <p>08 Tous ceux qui me voient me bafouent, ils ricanent et hochent la tête :</p> <p>09 « Il comptait sur le Seigneur : qu'il le délivre ! Qu'il le sauve, puisqu'il est son ami ! »</p>	<p>Job 25, 6 « ...que dire de l'homme ce ver, du fils d'Adam, cette larve ! »</p> <p>Mt 27, 29 Puis, avec des épines, ils tressèrent une couronne, et la posèrent sur sa tête ; ils lui mirent un roseau dans la main droite et, pour se moquer de lui, ils s'agenouillaient devant lui en disant : « Salut, roi des Juifs ! »</p> <p>Mt 27, 39 Les passants l'injuriaient en hochant la tête</p>	<p>Petit à petit, l'auteur rend plus personnelle et tragique la « descente » dans la mort.</p>
<p>10 C'est toi qui m'as tiré du ventre de ma mère, qui m'a mis en sûreté entre ses bras.</p> <p>11 A toi je fus confié dès ma naissance ; dès le ventre de ma mère, tu es mon Dieu.</p>	<p>Isaïe 49, 05 Maintenant le Seigneur parle, lui qui m'a façonné dès le sein de ma mère pour que je sois son serviteur, que je lui ramène Jacob, que je lui rassemble Israël. Oui, j'ai de la valeur aux yeux du Seigneur, c'est mon Dieu qui est ma force.</p>	<p>Après les « pères », c'est « ma mère » qui est soulignée.</p>
<p>12 Ne sois pas loin : l'angoisse est proche, je n'ai personne pour m'aider.</p> <p>13 Des fauves nombreux me cernent, des taureaux de Basan m'encerclent.</p> <p>14 Des lions qui déchirent et rugissent ouvrent leur gueule contre moi.</p> <p>15 Je suis comme l'eau qui se répand, tous mes membres se disloquent. Mon cœur est comme la cire, il fond au milieu de mes entrailles.</p> <p>16 Ma vigueur a séché comme l'argile, ma langue colle à mon palais. Tu me mènes à la poussière de la mort.</p>	<p>Mc 14, 33 « ... il commença à ressentir frayeur et angoisse... »</p>	<p>Puis, celui qui est abandonné de Dieu et des hommes, se retrouve cerné par les bêtes. Comme dans une chasse, la victime est cernée. Elle a tout le temps d'avoir peur, de sécher et de fondre de peur. L'homme n'est plus que son corps, que les os qu'il compte.</p>
<p>17 Oui, des chiens me cernent, une bande de vauriens m'entoure. Ils me percent les mains et les pieds ;</p> <p>18 je peux compter tous mes os. Ces gens me voient, ils me regardent.</p> <p>19 Ils partagent entre eux mes habits et tirent au sort mon vêtement.</p> <p>20 Mais toi, Seigneur, ne sois pas loin : ô ma force, viens vite à mon aide !</p> <p>21 Préserve ma vie de l'épée, arrache-moi aux griffes du chien ;</p> <p>22 sauve-moi de la gueule du lion et de la corne des buffles. Tu m'as répondu !</p>	<p>Mc 15, 27 « ...avec lui, ils crucifient deux bandits, l'un à sa droite, l'autre à sa gauche... »</p> <p>Mc 15, 24 « ...Ils le crucifient, et ils partagent ses vêtements, en les tirant au sort... »</p> <p>Mc 14, 48 « ...vous êtes partis avec des épées ...pour vous saisir de moi... »</p>	<p>La passion de Jésus transparaît dans tout ce passage</p>
<p>23 Et je proclame ton nom devant</p>	<p>Le psaume bascule ici. Jusqu'à ce</p>	<p>On passe à la louange. Le</p>

<p>mes frères, je te loue en pleine assemblée.</p> <p>24 Vous qui le craignez, louez le Seigneur, glorifiez-le, vous tous, descendants de Jacob, vous tous, redoutez-le, descendants d'Israël.</p> <p>25 Car il n'a pas rejeté, il n'a pas réprouvé le malheureux dans sa misère ; il ne s'est pas voilé la face devant lui, mais il entend sa plainte.</p> <p>26 Tu seras ma louange dans la grande assemblée ; devant ceux qui te craignent, je tiendrai mes promesses.</p> <p>27 Les pauvres mangeront : ils seront rassasiés ; ils loueront le Seigneur, ceux qui le cherchent : « A vous, toujours, la vie et la joie ! »</p>	<p>verset, nous étions dans les questions, les supplications, les larmes...Le passage à la joie est abrupt. Il fait écho à « Tu ne réponds pas » v 3</p> <p>Mt 27, 43 Il a mis sa confiance en Dieu. Que Dieu le délivre maintenant, s'il l'aime ! Car il a dit : « Je suis Fils de Dieu. » »</p> <p>Mc 12, 10 N'avez-vous pas lu ce passage de l'Écriture ? La pierre qu'ont rejetée les bâtisseurs est devenue la pierre d'angle</p> <p>Luc 6, 20 Et Jésus, levant les yeux sur ses disciples, déclara : « Heureux, vous les pauvres, car le royaume de Dieu est à vous. 21 Heureux, vous qui avez faim maintenant, car vous serez rassasiés. Heureux, vous qui pleurez maintenant, car vous rirez.</p>	<p>psalmiste, jusqu'ici solitaire, convoque l'assemblée. Il passe du « tu » au « vous » pour rendre grâce. On retrouve des images de résurrection : « Tu m'as répondu ! » « ...à vous la vie et la joie.. ».</p> <p>On évoque les récits de partage : « les pauvres mangeront, ils seront rassasiés », de béatitudes....de Pentecôte</p>
<p>28 La terre entière se souviendra et reviendra vers le Seigneur, chaque famille de nations se prosternera devant lui :</p> <p>29 « Oui, au Seigneur la royauté, le pouvoir sur les nations ! »</p> <p>30 Tous ceux qui festoyaient s'inclinent ; promis à la mort, ils plient en sa présence.</p> <p>31 Et moi, je vis pour lui : ma descendance le servira ; on annoncera le Seigneur aux générations à venir.</p> <p>32 On proclamera sa justice au peuple qui va naître : Voilà son œuvre !</p>	<p>Mc 15, 39 Le centurion qui était là en face de Jésus, voyant comment il avait expiré, déclara : « Vraiment, cet homme était Fils de Dieu ! »</p> <p>Mt 28, 19 Allez ! De toutes les nations faites des disciples : baptisez-les au nom du Père, et du Fils, et du Saint-Esprit</p> <p>Actes 2, 04 Tous furent remplis d'Esprit Saint : ils se mirent à parler en d'autres langues, et chacun s'exprimait selon le don de l'Esprit.</p> <p>05 Or, il y avait, résidant à Jérusalem, des Juifs religieux, venant de toutes les nations sous le ciel.</p>	<p>Comme le départ du psaume était collectif, avec la présence des pères, pour arriver au creux du désespoir dans une profonde solitude, la fin du psaume présente un retour vers la multitude qui n'est pas sans évoquer l'envoi des disciples en mission.</p>

L'animateur fait exprimer les questions, anime le débat : il relance les interrogations pour les faire approfondir. Il reprend les liens entre les psaumes et les textes afin de montrer qu'ils sont un processus d'actualisation des Ecritures. Il demande d'explicitier pourquoi les psaumes ont été introduits dans la liturgie. Il s'assure que chacun ait la parole, exprime sa recherche. Il est attentif à ce que les personnes s'impliquent (en disant « je ») et partagent ce qui fait sens pour eux. L'animateur s'inspirera de la lecture du paragraphe ci-dessous « Vers une lecture chrétienne pour aujourd'hui », afin de mettre en valeur, reformuler, au fur et à mesure, les interprétations des participants.



Une lecture chrétienne pour aujourd'hui

Luc (24,44) « Il faut que s'accomplisse tout ce qui a été écrit de moi dans la loi de Moïse, les prophètes et les psaumes. »

Jésus revêt la totalité de l'Écriture, de ce qui était, en son temps, la seule Bible.

Les psaumes sont une pièce maîtresse dans le processus d'actualisation des Ecritures. Pour cela, deux conditions sont requises : d'abord que les psaumes comme la Bible sont une parole adressée par Dieu à l'être humain, (même si cette parole prend la forme d'une prière que l'homme adresse à son Dieu !) ; ensuite que cette parole transcende les conditions particulières pour prendre une valeur permanente. Alors, les croyants de chaque époque s'identifieront au juste persécuté, au croyant rejeté, à l'homme priant, qui crie vers Dieu son désarroi et sa louange.

Si les psaumes sont entrés dans la liturgie, c'est parce que le croyant prie avec les mots du Christ, l'Eglise des martyrs les a compris comme étant accomplis dans le Christ :

En chantant les Psaumes, le croyant prie avec les mots du Christ qui sont aussi pleinement les mots de l'Eglise adressés au Père par le Fils. Les psaumes sont au cœur de l'accomplissement des Ecritures, la clé de la liturgie de la Parole.

S'il y a un moment où les psaumes sont bien la clé de l'entrée dans le mystère de la foi, c'est bien au cours de la Semaine Sainte et plus particulièrement le triduum pascal (*espace de 3 jours commençant le Jeudi Saint et se terminant le dimanche de Pâques*). Les psaumes sont en quelque sorte la voix du Christ au cœur de la mort et de la résurrection. C'est par cette voix de Jésus-Christ que nous allons entrer dans cette catéchèse au cœur de la foi.

Lors de la Passion, les psaumes sont la Parole du Christ. En prenant notre condition d'homme, il en a fait notre propre parole. Passion du Christ figurant notre passion, pour que nous participions à sa résurrection.

Nous aussi, dans notre vie de tous les jours, à la lumière de ce renversement, nous pouvons espérer que Dieu nous réponde. Dans nos malheurs, il nous soutient ; dans la solitude, il nous accompagne ; dans la chute, il nous relève.

Vers la méditation et la prière

Il est bien sûr évident, que notre propre vie se met en écho avec ce texte. Les correspondances avec nos propres situations de malheur et de désespoir ou de relèvement ajoutent une dimension existentielle au psaume.

- Projeter le diaporama du retable de Grandfuel – Possibilité de faire une lecture d'images

Dans Onglet Image

-Devant les images de la passion, relire le psaume lentement avec des temps de silence permettant la méditation.

- A partir de ce que nous avons découvert, ceux qui le veulent peuvent exprimer, sous forme d'action de grâces (ou autre) ce qui les touche particulièrement, un verset qu'ils ont envie de garder pour leur propre vie de la Parole reçue aujourd'hui.

Après un temps de silence pour la réflexion, chacun peut exprimer sa prière.

- Terminer la réunion par l'écoute du psaume 21 chanté par une communauté monastique.



Atelier d'écriture

Choisir une phrase du psaume, ou composer une prière inspirée du psaume.
Copier en s'inspirant des lettres calligraphiées.

A B C D E F G H I J K L M N O P Q R S T U V V W X Y Z
A B C D E F G H I J K L M N O P Q R S T U V V W X Y Z
A B C D E F G H I J K L M N O P Q R S T U V V W X Y Z
A B C D E F G H I J K L M N O P Q R S T U V V W X Y Z
a b c d e f g h i j k l m n o p q r s t u v v w x y z
a b c d e f g h i j k l m n o p q r s t u v v w x y z