Méditer avec le Psaume 36

Cette animation invite à travailler sur les émotions à travers le Psaume 36 et un photolangage.

Préparation :

Ecrire le psaume sur une grande feuille de papier.

Imprimer différentes images (vous pouvez trouver ici des photolangages qui peuvent être utilisés pour ce faire).

Préparer des émoticônes signifiant différentes émotions (joie, peur, colère, tristesse, sérénité…)

TEMPS 1 :

Disposer le psaume, écrit sur une grande feuille de papier, au centre du groupe (sur une table ou au sol). Le lire une première fois à voix haute. Inviter ensuite les participants à choisir une ou plusieurs images parmi celles mises à disposition (et placées ailleurs dans la pièce) et à venir les disposer autour du psaume, en fonction de ce que le texte leur évoque.

> Psaume 36
>
> 1 Du répertoire du chef de chorale et de David, le serviteur du Seigneur.
>
> 2 J’ai à l’esprit cette formule qui exprime la révolte du méchant :
> à son avis, « avoir peur de Dieu n’a pas de sens ».
>
> 3 Car il a trop bonne opinion de lui-même pour reconnaître sa faute et la détester.
>
> 4 Tout ce qu’il dit est mensonge et tromperie ; faire le bien n’a plus aucun sens pour lui.
>
> 5 Il prépare son mauvais coup pendant la nuit, il suit une route qui n’est pas

la bonne,
il ne rejette pas ce qui est mal.

6 Seigneur, ta bonté est immense, comme les cieux,
ta fidélité monte jusqu'aux nuages.

7 Ta justice va aussi haut que les plus hautes montagnes ;
tes décisions sont profondes comme l'abîme.
Seigneur, tu viens au secours des êtres humains et des bêtes.

8 Mon Dieu, ta bonté est si précieuse !
Les humains cherchent refuge sous tes ailes.

9 Tu les combles des richesses de ta maison, tu les fais boire au fleuve de tes délices.

10 C'est auprès de toi qu'est la source de la vie, c'est ta lumière qui éclaire notre vie !

11 Maintiens ta bonté pour les personnes qui te connaissent, reste un Dieu juste, pour ceux qui ont le coeur droit.

12 Que l'arrogant n'arrive pas jusqu'à moi,
que les méchants ne me chassent pas !

13 Ils tombent ici, les gens malfaisants,
ils sont renversés, sans parvenir à se relever.

TEMPS 2 :

Proposer aux participants de marquer, dans le texte, des passages à l'aide des émoticônes mis à leur disposition : est-ce qu'il y a un passage qui me rend triste, qui me fait peur, qui me met en colère, qui me rend heureuse…

TEMPS 3 :

Lire le psaume encore une fois, puis proposer un échange sur le mal décrit par la

personne qui prie. Que dit-elle ? Est-ce que nous nous sommes déjà sentis comme elle ?

TEMPS 4 :

Relire le verset 10 : « c'est auprès de toi qu'est la source de la vie, c'est ta lumière qui
éclaire notre vie ! ».

Puis rassembler des idées pour illustrer ce verset : ça peut être avec les images du photolangage, à travers des collages, des mots, des dessins…

Crédits : Christina Weinhold (EPUdF), PointKT, Photo de Liana S sur Unsplash