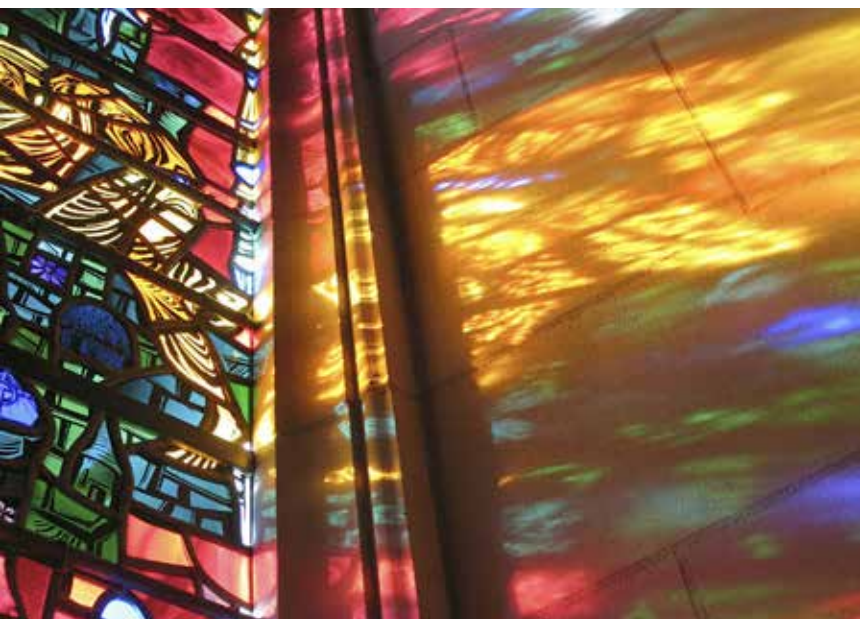


ÉCOLE DE LA PAROLE  
EN SUISSE ROMANDE



# Les cris du cœur

Les émotions dans les Psaumes

[www.ecole-de-la-parole.ch](http://www.ecole-de-la-parole.ch)

# Les cris du cœur

Les émotions dans les Psaumes

Sentiment	Titre	Psaume	Évangile	Page
Émerveillement	<b>Merveille que je suis !</b>	Ps 8	Luc 10,21	6
Colère	<b>Hors de ma colère !</b>	Ps 17(16)	Jean 2,15-16	12
Tristesse	<b>Des pleurs dans la nuit...</b>	Ps 6	Jean 11,33-35	18
Amour	<b>J'aime !</b>	Ps 116A(114)	Jean 13,1	24
Peur	<b>La peur au ventre</b>	Ps 22(21),2-22	Luc 22,44	30
Honte	<b>Quelle honte !</b>	Ps 69(68),2-12;20-22	Luc 23,11	36
Joie	<b>Une joie imprenable !</b>	Ps 119(118),9-16	Jean 15,11	42

## ***L'Abbaye de Saint-Maurice fête 1500 ans d'existence ininterrompue en 2015***

Quinze siècles de prière fidèle et quotidienne ont marqué ce monastère du Bas-Valais. A la chute de l'empire romain, au lieu de chuter avec les structures politiques mises en place et utilisées par l'Eglise dès l'empereur Constantin, l'Eglise a converti les Barbares. C'est ainsi que Sigismond, roi burgonde, converti par saint Avit, Evêque de Vienne en Dauphiné, fonda l'Abbaye de Saint-Maurice et y instaura la « *laus perennis* », « la louange perpétuelle » où des moines se relayaient jour et nuit pour chanter les louanges du Seigneur auprès des tombeaux de Maurice et de ses compagnons, martyrisés en ces lieux vers l'an 300.

Cette louange, qui prit la forme d'Offices de jour, dès l'époque carolingienne, continue aujourd'hui, fidèlement, à Saint-Maurice.

Ainsi, 500 ans avant le schisme d'Orient, 1000 ans avant la Réforme, la prière a été commune. Elle se doit aujourd'hui de retrouver la communion dans la manière de prier : celle des chrétiens, basée sur l'Ecriture sainte.

Cette prière est donc essentiellement biblique, puisqu'on y lit chaque jour des passages de l'Ecriture sainte et qu'on chante surtout les psaumes. N'est-ce pas à cette lumière qu'en a appelé Jésus quand il parlait aux disciples d'Emmaüs, « *cœurs sans intelligence et lents à croire tout ce qu'ont annoncé les prophètes* ».

Et l'évangile de Luc termine sur cette note : « *Telles sont bien les paroles que je vous ai dites quand j'étais encore avec vous : il faut que s'accomplisse tout ce qui est écrit de moi dans la Loi de Moïse, les Prophètes et les Psaumes* ».

Pour mieux connaître et aimer le Christ notre Sauveur, rien de mieux que l'Ecriture sainte priée et méditée. Saint Augustin disait : « *Christus in Vetero latet, in Novo patet* ». Le Christ, caché dans l'Ancien Testament est révélé dans le Nouveau.

+ Joseph Roduit, 93ème Abbé de Saint-Maurice

N.B. Une journée de prière et de réflexion œcuménique sera célébrée à Saint-Maurice le samedi 13 juin 2015. Thème de la journée : « *Quelle joie quand on m'a dit : Nous irons à la Maison du Seigneur !* » Psaume 121

# PROPOSITION POUR UNE ÉCOLE DE LA PAROLE

## **1. Temps de la préparation**

- Accueil et introduction
- Chant
- Annonce du thème
- Présentation solennelle de la Bible
- Psaume

## **2. Temps de l'écoute**

- Chant de louange
- Prière d'ouverture à l'Esprit Saint
- Proclamation de la Parole
- Acclamation chantée
- Relecture personnelle du texte<sup>1</sup>
- Commentaire médité du texte

## **3. Temps de la prière**

- Silence et prière intérieure (10-15 minutes)
- Chant de réponses à la Parole

## **4. Temps du partage**

- Partage dans l'assemblée
- Prière d'envoi et Notre Père
- Bénédiction
- Chant final

L'essentiel, c'est la démarche – personnelle et communautaire – qui conduit chacun à se mettre à l'écoute d'une Parole qui peut le faire revivre !

Une caractéristique de l'École de la Parole est la place laissée au silence et à la prière intérieure.

L'école de la Parole se veut œcuménique, publique et en lien avec les Églises et communautés de Suisse romande.

---

<sup>1</sup>Il peut être utile de suggérer aux participants de se poser les quatre questions suivantes :

### **Qui ? – Où ? – Quand ? – Quoi ?**

De qui parle-t-on dans le texte ? Quelles sont les indications de lieu ? Quelles sont les indications de temps ? Que se passe-t-il ?

## LECTIO DIVINA DANS UN PETIT GROUPE

Cette proposition pour un petit groupe se vit en trois étapes. C'est le responsable du groupe qui détermine le moment du passage d'une phase à la suivante.

### **Préparation**

- Brève introduction pour situer le texte, rendre attentif à sa structure.
- Chanter un chant, dialoguer le Psaume du livret, invoquer la présence de l'Esprit Saint.

### **1. Lire le texte**

- Lecture du passage de l'Écriture, lentement. «*Que dit le texte ?*».
- Silence (5 minutes), souligner un verset ou un groupe de mots.
- Après le temps de silence, le responsable du groupe demande aux membres de lire à haute voix le texte souligné, sans commentaires.

### **2. Méditer sur le texte**

- 2<sup>e</sup> lecture du passage de l'Écriture, lentement.
- Temps de méditation silencieuse (10 minutes), au cours duquel chacun se demande «*Qu'est-ce que ce texte me dit ?*».
- Le responsable du groupe invite, après le silence, chacun des membres à faire part aux autres de ses réflexions. C'est un temps d'écoute, pas de discussion, ni de débat. Les participants n'interagissent pas entre eux.

### **3. Prier à partir du texte**

- 3<sup>e</sup> lecture du même passage de l'Écriture, lentement.
- Suit un temps de silence (5 minutes), où chacun répond à la question : «*Quelle est ma réponse au Christ à travers ce texte ?*». Ce temps peut être mis à profit pour écrire une prière.
- Le responsable du groupe invite, après le silence, chacun des membres à prononcer une prière si ceux-ci le désirent.
- Conclure par un Notre Père dit en commun, la prière d'envoi du livret ou une bénédiction.

# Le cri du cœur

Cri de jubilation, d'émerveillement, de gratitude,  
exultation de l'Amour

Cri de douleur, angoisse et tristesse, peur et inquiétude,  
révolte, colère et désolation

Ces cris, la Bible en est pleine.

Les psaumes en donnent la plus vive expression.

Comme si toute l'humanité, de tous les temps,  
pouvait s'y reconnaître et clamer ce qui est vital pour chacun.

Dieu lui-même est pris aux tripes  
quand il s'agit de ce qui est inviolable et sacré  
en l'œuvre de ses mains.

La colère de Dieu face au mépris et à l'injustice  
gronde au plus profond du cœur humain.

Elle assure la défense de sa créature  
en une énergie qui menace et explose.

De même, son bonheur inviolable,  
sa joie et sa compassion sans limite  
chantent et appellent la réponse du cœur comblé.

Ainsi, dans le dialogue avec Dieu,  
l'arc-en-ciel de nos émotions se fait prière authentique.  
Conversation avec Celui qui est si proche de chacun  
dans ce qu'il vit.

Tendresse d'un Dieu qui prend chair de notre chair.

Les psaumes, depuis des millénaires,  
assument l'expérience humaine  
dans toute l'épaisseur de ses combats et de son désir.  
Ils libèrent en nous la parole,  
font craquer nos limites et nos prisons,  
nous sauvent de nos impasses et de nos mutismes mortifères,  
et nous élèvent.

Ils nous portent tout au bout de la nuit.

Le chant des psaumes nous met en mouvement  
vers Jésus qui continue de les prier avec nous,  
partageant notre condition fragile pour nous ouvrir à la sienne.

Tous les états d'âme sont chantés et célébrés.  
Chacun peut y trouver les mots justes pour parler avec Dieu  
cœur à cœur, « *comme un ami parle à son ami.* »<sup>1</sup>  
Cette Parole en dialogue met debout la personne  
qui ose se laisser « é-mouvoir » en Sa Présence.  
C'est bien dans un cri ultime que Jésus s'est accompli :  
« *Père, en tes mains, je remets mon esprit.* »<sup>2</sup>

Qu'à cette École de la Parole, nous apprenions à le suivre  
et à partager ses sentiments<sup>3</sup> !  
La prière des psaumes est d'une criante actualité.

Sœur Marie-Bosco Berclaz,  
pour le comité de l'École de la Parole

<sup>1</sup> Exode 33,11

<sup>2</sup> Luc 23,46 ; Psaume 31(30),6

<sup>3</sup> cf. Philippiens 2,1-11

# Merveille que je suis !

## Luc 10,21

- 21 À l'instant même, Jésus exulta sous l'action de l'Esprit Saint et dit :
- « Je te loue, Père, Seigneur du ciel et de la terre, d'avoir caché cela aux sages et aux intelligents et de l'avoir révélé aux tout-petits.  
Oui, Père, c'est ainsi que tu en as disposé dans ta bienveillance. »



## **Prière d'ouverture à l'Esprit Saint**

Esprit de Jésus,  
tu viens susciter en nous la prière vraie,  
celle qui murmure au fond de nous.  
Tu rends neuf ce qui paraît vieux, et réel ce qui est neuf.

Viens et fais-nous découvrir la nouveauté  
de ce que nous pensions savoir.  
Viens, ouvre nos yeux  
pour que nous voyions avec émerveillement  
ce que nous avons toujours vu.  
Viens, rends-nous présents  
au surgissement actuel de la Vie.

Amen.

## Psaume 8

1 *Du maître de chœur. Sur la guittith.*  
*Psaume. De David*

2 Ô Seigneur, notre Dieu,  
qu'il est grand ton nom par toute la terre !

Jusqu'aux cieux, ta splendeur est chantée  
3 par la bouche des enfants, des tout-petits :  
rempart que tu opposes à l'adversaire,  
où l'ennemi se brise en sa révolte.

4 À voir ton ciel, ouvrage de tes doigts,  
la lune et les étoiles que tu fixas,  
5 qu'est-ce que l'homme pour que tu penses à lui,  
le fils d'un homme, que tu en prennes souci ?

6 Tu l'as voulu un peu moindre qu'un dieu,  
le couronnant de gloire et d'honneur ;  
7 tu l'établis sur les œuvres de tes mains,  
tu mets toute chose à ses pieds :

8 les troupeaux de bœufs et de brebis,  
et même les bêtes sauvages,  
9 les oiseaux du ciel et les poissons de la mer,  
tout ce qui va son chemin dans les eaux.

10 Ô Seigneur, notre Dieu,  
qu'il est grand ton nom  
par toute la terre !

*Notes :*

## **1<sup>re</sup> célébration**

---

*Notes :*

## Prière d'envoi

Oui Seigneur, tu nous veux ainsi :  
tu nous remets en contact  
avec notre «enfant intérieur»,  
en lien avec ce *tout petit* en nous,  
capable de saisir le mystère lumineux  
de ta présence.

Avec ce regard neuf,  
nous sommes transformés  
par tout ce que nous contemplons.  
Nous pouvons briser l'inertie de nos habitudes et  
le poids mort de nos savoirs accumulés.

Nous nous en allons,  
le cœur rendu incandescent au contact de la Vie,  
et attentifs aux merveilles que tu nous réserves.

Amen.

# Hors de ma colère !

## Jean 2,15-16

- 15 Alors, s'étant fait un fouet avec des cordes,  
Jésus les chassa tous du temple,  
et les brebis et les bœufs ;  
il dispersa la monnaie des changeurs,  
renversa leurs tables ;
- 16 et il dit aux marchands de colombes :  
« Ôtez tout cela d'ici  
et ne faites pas de la maison de mon Père  
une maison de trafic. »

## Prière d'ouverture à l'Esprit Saint

À l'écoute d'un psaume,  
nous entrons avec toi, Seigneur,  
dans l'intimité du psalmiste.  
Avant même de prier avec lui,  
nous invoquons ton Esprit :  
qu'il nous fasse pénétrer  
dans le face-à-face de ton regard bienveillant.

Oui, que vienne ton Souffle bien-aimé  
qui purifie nos motivations et nos intentions.  
Avec lui nous osons nous tenir devant toi,  
comme tes amis.

Amen.

## Psaume 17(16)

1 *Prière. De David*

Seigneur, écoute la justice !  
Entends ma plainte, accueille ma prière :  
mes lèvres ne mentent pas.

2 De ta face, me viendra la sentence :  
tes yeux verront où est le droit.

3 Tu sondes mon cœur, tu me visites la nuit,  
tu m'éprouves, sans rien trouver ;  
mes pensées n'ont pas franchi mes lèvres.

4 Pour me conduire selon ta parole,  
j'ai gardé le chemin prescrit ;

5 j'ai tenu mes pas sur tes traces :  
jamais mon pied n'a trébuché.

6 Je t'appelle, toi, le Dieu qui répond :  
écoute-moi, entends ce que je dis.

7 Montre les merveilles de ta grâce,  
toi qui libères de l'agresseur  
ceux qui se réfugient sous ta droite.

8 Garde-moi comme la prunelle de l'œil ;  
à l'ombre de tes ailes, cache-moi,

9 loin des méchants qui m'ont ruiné,  
des ennemis mortels qui m'entourent.

10 Ils s'enferment dans leur suffisance ;  
l'arrogance à la bouche, ils parlent.



- 11 Ils sont sur mes pas :  
maintenant ils me cernent,  
l'œil sur moi, pour me jeter à terre,
- 12 comme des lions prêts au carnage,  
de jeunes fauves tapis en embuscade.
- 13 Lève-toi, Seigneur,  
affronte-les, renverse-les ;  
par ton épée, libère-moi des méchants.
- 14 Que ta main, Seigneur, les exclue d'entre les hommes,  
hors de l'humanité, hors de ce monde :  
tel soit le sort de leur vie !
- Réserve-leur de quoi les rassasier :  
que leurs fils en soient saturés,  
qu'il en reste encore pour leurs enfants !
- 15 Et moi, par ta justice, je verrai ta face :  
au réveil, je me rassasierai de ton visage.

*Notes :*

## 2<sup>ème</sup> célébration

---

Notes :

## Prière d'envoi

Seigneur, dans ta bienveillance,  
tu accueilles quiconque vient à toi.  
Mais tout ne revient pas au même !  
Tu mets de l'ordre dans le monde,  
tu structures nos vies,  
tu nous indiques avec force  
ce qui est central et qui nous fait vivre.

Pour parvenir au centre,  
je dois m'éloigner de ce qui m'éloigne de toi ;  
cela me demande une grande force.  
Tu me donnes accès à cette force  
quand j'ose sentir la colère  
face à ce qui m'écarte de toi,  
te dire ce qui me cause problème et  
t'abandonner le jugement sur le mal et le malheur.

Avec Nicolas de Flue, nous te disons avec force :  
*Mon Seigneur et mon Dieu,  
prends de moi tout ce qui m'empêche d'aller à toi.  
Mon Seigneur et mon Dieu,  
donne-moi tout ce qui me conduit à toi.  
Mon Seigneur et mon Dieu,  
prends-moi à moi-même et donne-moi tout entier à toi.*

Amen.

# Des pleurs dans la nuit...

## Jean 11,33-35

- 33 Lorsqu'il les vit se lamenter,  
elle et les Judéens qui l'accompagnaient,  
Jésus frémit intérieurement et il se troubla.<sup>1</sup>
- 34 Il dit : « Où l'avez-vous déposé ? »  
Ils répondirent : « Seigneur, viens voir. »
- 35 Alors Jésus pleura.

<sup>1</sup> Il s'agit du récit de la mort de Lazare.

## Prière d'ouverture à l'Esprit Saint

Esprit du Christ vivant,  
tu sais jouer sur les gammes de toutes nos émotions,  
même les plus douloureuses.

Libère en nous la capacité de les accueillir,  
et la liberté de les exprimer.

À l'écoute de ceux qui ont accueilli le « don des larmes »,  
donne-nous cette confiance :

tu nous accompagnes dans nos tristesses,  
et tu nous donnes de les traverser et d'en sortir.

Amen.

## Psaume 6

1 *Du maître de chœur. Avec instruments à corde. À l'octave.  
Psaume. De David.*

2 Seigneur, corrige-moi sans colère,  
et reprends-moi sans fureur.

3 Pitié, Seigneur, je dépéris !  
Seigneur, guéris-moi !

4 Car je tremble de tous mes os,  
de toute mon âme, je tremble.

Et toi, Seigneur, que fais-tu ?

5 Reviens, Seigneur, délivre-moi,  
sauve-moi en raison de ton amour !

6 Personne, dans la mort, n'invoque ton nom ;  
au séjour des morts, qui te rend grâce ?

7 Je m'épuise à force de gémir ;  
chaque nuit, je pleure sur mon lit :  
ma couche est trempée de mes larmes.

8 Mes yeux sont rongés de chagrin ;  
j'ai vieilli parmi tant d'adversaires !

9 Loin de moi, vous tous, malfaisants,  
car le Seigneur entend mes sanglots !

10 Le Seigneur accueille ma demande,  
le Seigneur entend ma prière.

11 Qu'ils aient honte et qu'ils tremblent, tous mes ennemis,  
qu'ils reculent, soudain, couverts de honte !

*Notes :*

## **3<sup>ème</sup> célébration**

---

*Notes :*



## Prière d'envoi

Seigneur,  
parfois nous retenons nos larmes,  
et nous cachons notre tristesse,  
par honte,  
ou par peur de tomber dans un trou,  
d'être engloutis dans un abîme.

Parfois nous sommes submergés  
au point de nous isoler des autres,  
ou de nous couper de nous-mêmes  
pour ne plus rien sentir.

Par ton Fils et par ses témoins,  
tu m'ouvres d'autres voies :  
élever vers toi «le cri de mon âme»,  
oser ma vulnérabilité devant les proches,  
me laisser accompagner quand je descends dans le chagrin.

Jésus, toi le vivant,  
tu as connu tous ces abîmes.  
Tu viens habiter chacun des nôtres.  
Enracine en nous cette certitude.

Amen.

# J'aime !

## Jean 13,1

- 1 Avant la fête de la Pâque,  
Jésus sachant que son heure était venue,  
l'heure de passer de ce monde au Père,  
lui, qui avait aimé les siens qui sont dans le monde,  
les aima jusqu'à l'extrême.

## Prière d'ouverture à l'Esprit Saint

Au moment de nous tourner vers toi, Seigneur,  
nous voulons être attentifs  
au léger bruissement de la source  
qui murmure en nous,  
et la laisser monter de nos profondeurs.  
C'est toi-même qui l'as fait jaillir en nous !

Tu nous entends, Seigneur,  
Tu penches vers nous ton oreille attentive.  
Oui, viens par ton Esprit  
répondre au cri que tu suscites en nous !

Amen.

## Psaume 116A(114)

Alléluia !

- 1 J'aime le Seigneur :  
il entend le cri de ma prière ;
- 2 il incline vers moi son oreille :  
toute ma vie, je l'invoquerai.
  
- 3 J'étais pris dans les filets de la mort,  
retenu dans les liens de l'abîme,  
j'éprouvais la tristesse et l'angoisse ;
- 4 j'ai invoqué le nom du Seigneur :  
« Seigneur, je t'en prie, délivre-moi ! »
  
- 5 Le Seigneur est justice et pitié,  
notre Dieu est tendresse.
- 6 Le Seigneur défend les petits :  
j'étais faible, il m'a sauvé.
  
- 7 Retrouve ton repos, mon âme,  
car le Seigneur t'a fait du bien.
- 8 Il a sauvé mon âme de la mort,  
gardé mes yeux des larmes  
et mes pieds du faux pas.
  
- 9 Je marcherai en présence du Seigneur  
sur la terre des vivants.

*Notes :*

## 4<sup>ème</sup> célébration

---

Notes :

## Prière d'envoi

J'aime le Seigneur !  
Avec le psalmiste, je me plais à redire ces paroles :  
*Oui j'aime le Seigneur !*  
J'aime laisser libre cours  
à ce courant qui me traverse,  
et me relie à toi.  
J'aime te le redire avec mes frères et sœurs.

Cet amour nous vient de toi, Seigneur.  
Tu t'es mis à notre écoute,  
tu inclines vers nous ton oreille.  
L'amour pur, c'est toi qui te donnes !

Ton amour suscite et réveille le nôtre.  
Ton écoute engendre la nôtre.  
Elle crée en nous cette capacité d'attention,  
cette simplicité de présence à toi, aux autres.  
Seigneur, tu amplifies ce courant en un fleuve  
qui déborde, qui nous porte et nous emporte.

Amen.

# La peur au ventre

## Luc 22,44

44 Pris d'angoisse, Jésus priait plus instamment, et sa sueur devint comme des caillots de sang qui tombaient à terre.<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Jésus à Gethsémani.



## Prière d'ouverture à l'Esprit Saint

Seigneur Jésus,  
tu as traversé des abîmes d'angoisses,  
tu les as éprouvées jusque dans tes entrailles  
et n'as pas cherché à les fuir.

Tu as ouvert un chemin  
pour que nous osions voir nos propres abîmes  
et les traverser.

Viens, par l'Esprit qui t'a assisté,  
nous conduire sur nos propres chemins  
à l'écoute de ta Parole.

Amen.

## Psaume 22(21),2-22

- 2 Mon Dieu, mon Dieu,  
pourquoi m'as-tu abandonné ?  
Le salut est loin de moi,  
loin des mots que je rugis.
- 3 Mon Dieu, j'appelle tout le jour,  
et tu ne réponds pas ;  
même la nuit,  
je n'ai pas de repos.
- 4 Toi, pourtant, tu es saint,  
toi qui habites les hymnes d'Israël !
- 5 C'est en toi que nos pères espéraient,  
ils espéraient et tu les délivrais.
- 6 Quand ils criaient vers toi, ils échappaient ;  
en toi ils espéraient et n'étaient pas déçus.
- 7 Et moi, je suis un ver, pas un homme,  
raillé par les gens, rejeté par le peuple.
- 8 Tous ceux qui me voient me bafouent,  
ils ricanent et hochent la tête :
- 9 « Il comptait sur le Seigneur : qu'il le délivre !  
Qu'il le sauve, puisqu'il est son ami ! »
- 10 C'est toi qui m'as tiré du ventre de ma mère,  
qui m'as mis en sûreté entre ses bras.
- 11 À toi je fus confié dès ma naissance ;  
dès le ventre de ma mère, tu es mon Dieu.
- 12 Ne sois pas loin : l'angoisse est proche,  
je n'ai personne pour m'aider.

13 Des fauves nombreux me cernent,  
des taureaux de Basan m'encerclent.

14 Des lions qui déchirent et rugissent  
ouvrent leur gueule contre moi.

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.

16 Ma vigueur a séché comme l'argile,  
ma langue colle à mon palais.

Tu me mènes à la poussière de la mort.

17 Oui, des chiens me cernent,  
une bande de vauriens m'entoure.  
Ils me percent les mains et les pieds ;

18 je peux compter tous mes os.

Ces gens me voient, ils me regardent.

19 Ils partagent entre eux mes habits  
et tirent au sort mon vêtement.

20 Mais toi, Seigneur, ne sois pas loin :  
ô ma force, viens vite à mon aide !

21 Préserve ma vie de l'épée,  
arrache-moi aux griffes du chien ;

22 sauve-moi de la gueule du lion  
et de la corne des buffles.

Tu m'as répondu !

## 5<sup>ème</sup> célébration

---

Notes :

## Prière d'envoi

Seigneur,  
quand j'ai peur,  
je ne cherche pas automatiquement ton secours ;  
je risque plutôt de me liquéfier,  
je cherche des moyens de survivre en oubliant,  
en dormant pour ne rien sentir.

Mais toi, Seigneur,  
tu n'as pas eu peur d'avoir peur  
et aujourd'hui tu me rejoins dans mes peurs !

Avec toi, nous pouvons grandir,  
dans la conscience de nos abîmes  
comme dans ta Présence.  
Tu nous conduis vers un au-delà.  
Au cœur de l'abîme, tu viens à notre secours.

Amen.

# Quelle honte !

## Luc 23,11

- 11 Hérode en compagnie de ses gardes  
trahit Jésus avec mépris  
et se moqua de lui ;  
il le revêtit d'un vêtement éclatant  
et le renvoya à Pilate.

## **Prière d'ouverture à l'Esprit Saint**

Seigneur,  
lorsque nous écoutons la prière de David,  
ouvre-nous le chemin pour comprendre son épreuve,  
celle de Jésus, ainsi que la nôtre.

Au fur et à mesure que nous reprenons conscience  
des failles douloureuses de nos vies,  
viens par ton Esprit nous donner accès  
au flot de ta divine tendresse.

Amen.

## Psaume 69(68),2-12;20-22

- 2 Sauve-moi, mon Dieu :  
les eaux montent jusqu'à ma gorge !
- 3 J'enfonce dans la vase du gouffre,  
rien qui me retienne ;  
je descends dans l'abîme des eaux,  
le flot m'engloutit.
- 4 Je m'épuise à crier,  
ma gorge brûle.  
Mes yeux se sont usés  
d'attendre mon Dieu.
- 5 Plus abondants que les cheveux de ma tête,  
ceux qui m'en veulent sans raison ;  
ils sont nombreux, mes détracteurs,  
à me haïr injustement.  
  
Moi qui n'ai rien volé,  
que devrai-je rendre ?
- 6 Dieu, tu connais ma folie,  
mes fautes sont à nu devant toi.
- 7 Qu'ils n'aient pas honte pour moi, ceux qui t'espèrent,  
Seigneur, Dieu de l'univers ;  
qu'ils ne rougissent pas de moi, ceux qui te cherchent,  
Dieu d'Israël !
- 8 C'est pour toi que j'endure l'insulte,  
que la honte me couvre le visage :
- 9 je suis un étranger pour mes frères,  
un inconnu pour les fils de ma mère.



- 10 L'amour de ta maison m'a perdu ;  
on t'insulte, et l'insulte retombe sur moi.
- 11 Si je pleure et m'impose un jeûne,  
je reçois des insultes ;
- 12 si je revêts un habit de pénitence,  
je deviens la fable des gens.
- 20 Toi, tu le sais, on m'insulte :  
je suis bafoué, déshonoré ;  
tous mes oppresseurs  
sont là, devant toi.
- 21 L'insulte m'a broyé le cœur,  
le mal est incurable ;  
j'espérais un secours, mais en vain,  
des consolateurs, je n'en ai pas trouvé.
- 22 À mon pain, ils ont mêlé du poison ;  
quand j'avais soif, ils m'ont donné du vinaigre.

*Notes :*

## 6<sup>ème</sup> célébration

---

Notes :

## **Prière d'envoi**

L'insulte injuste, la honte subie ou infligée,  
peuvent incendier une vie  
et enflammer le monde entier.

Tu as choisi de les traverser, Jésus,  
pour restaurer nos vies et le monde.  
Tu nous fais pénétrer dans le mystère de cette transformation  
de l'énergie destructive en énergie de résurrection.

Ce que nous espérons pour le monde,  
nous voulons te laisser le faire dans nos vies.

Amen.

# Une joie imprenable !

## Jean 15,11

Jésus dit :

- 11 « Je vous ai dit cela  
pour que ma joie soit en vous  
et que votre joie soit parfaite. »

## **Prière d'ouverture à l'Esprit Saint**

Seigneur,  
au moment d'ouvrir le Livre saint,  
nous ouvrons nos cœurs.

Avec l'aide de ton Esprit,  
nous ouvrons aussi nos sens,  
nos capacités de goûter et de sentir.

Comme avant un grand festin,  
nous nous disposons à vivre un événement !

Viens raviver en nous l'amour de cette Parole qui nous relie à toi.

Amen.

## Psaume 119(118),9-16

- 9 Comment, jeune, garder pur son chemin ?  
En observant ta parole.
- 10 De tout mon cœur, je te cherche ;  
garde-moi de fuir tes volontés.
- 11 Dans mon cœur, je conserve tes promesses  
pour ne pas faillir envers toi.
- 12 Toi, Seigneur, tu es béni :  
apprends-moi tes commandements.
- 13 Je fais repasser sur mes lèvres  
chaque décision de ta bouche.
- 14 Je trouve dans la voie de tes exigences  
plus de joie que dans toutes les richesses.
- 15 Je veux méditer sur tes préceptes  
et contempler tes voies.
- 16 Je trouve en tes commandements mon plaisir,  
je n'oublie pas ta parole.

*Notes :*

## 7<sup>ème</sup> célébration

---

Notes :



## **Prière d'envoi**

Seigneur,  
nous savions qu'il y a un grand bonheur  
à demeurer dans ta Parole,  
une délectation à la chérir dans notre cœur,  
à la pratiquer et à nous laisser former par elle.

Mais aujourd'hui,  
c'est toi-même qui viens enflammer nos vies.  
De nos profondeurs,  
tu fais lentement monter en nous et entre nous  
l'élan vital, l'énergie, la motivation, le plaisir.  
Une source qui jaillit et nous inonde !  
Nous pouvons goûter à ta propre joie !

Nul ne peut nous la ravir !  
Quoi qu'il arrive, elle est plantée au fond de nous.  
Allons, avec cette assurance de la retrouver toujours.

Amen.

## **Charte de l'École de la Parole en Suisse romande**

*Dans la diversité de nos origines ecclésiales et sensibilités spirituelles, l'établissement d'une «charte» de l'École de la Parole permet de préciser l'esprit et de maintenir le cap dans le sillage de l'expérience fondatrice vécue à Milan.*

*L'École de la Parole est une méthode d'initiation à la lecture de la Bible et à la prière chrétienne, proposée à tous, au service de toutes les églises et communautés chrétiennes et en relation avec elles.*

### **1) Son origine**

*L'École de la Parole s'inspire de l'expérience inaugurée et conduite avec succès à Milan par le cardinal Martini. Elle a été introduite en Suisse romande par des responsables de jeunes de différentes Églises, avec le soutien de la Société biblique suisse.*

### **2) Son but**

*L'École de la Parole se donne pour but d'apprendre à se mettre à l'écoute de la Parole de Dieu, face au texte de la Bible, en apprenant à prier à partir de ce texte, selon la méthode millénaire de la lectio divina. Il s'agit d'aider à entrer activement, personnellement et communautairement dans le texte biblique, par un travail de compréhension et d'intériorisation de celui-ci, afin de favoriser une relation avec le Seigneur qui s'y révèle.*

### **3) À qui s'adresse-t-elle?**

*L'École de la Parole s'adresse d'abord aux plus jeunes générations, mais sans que cette option soit exclusive. Elle accueille chacun dans un moment privilégié de sa démarche spirituelle, en renonçant à toute forme de prosélytisme. Elle doit cependant rappeler et manifester clairement que la Parole de Dieu appelle sa réalisation dans une communauté ecclésiale.*

### **4) Sa méthode**

*Par souci pédagogique de faire participer toute l'assemblée au cheminement, il sera important d'explicitier la méthode aussi clairement que possible, dans l'énoncé oral de la célébration comme dans le livret mis à disposition de tous les participants. Les étapes d'une célébration de l'École de la Parole sont indissociablement les suivantes:*

*a) La préparation: il convient de prêter une attention particulière à l'harmonie du lieu et - dès avant le commencement de la célébration - au climat de recueillement; celui-ci est nécessaire pour conduire au silence d'une écoute intérieure.*

*b) La lecture: il convient d'entendre et de faire entendre ce que dit le texte, et non ce que l'on aurait envie de lui faire dire. C'est la tâche du commentateur (porte-Parole) que de faire parler le texte dans l'intelligence et le cœur de l'auditeur, jusqu'à ce que la Parole puisse devenir sa propre réponse au Christ qui l'interpelle.*

c) *La méditation: il s'agit de se pénétrer du texte pour qu'il habite en nous, de l'intérioriser, d'apprendre à en faire mémoire, de le faire passer du dehors au dedans. Après s'être demandé ce que dit le texte, on réfléchira à ce que nous dit ce texte, à sa relation avec notre vie, aujourd'hui.*

d) *La prière: la méditation, mémorisation et «ruminantion» de la Parole introduit à l'étape suivante, qui permettra de donner activement matière à la prière en proposant les mots mêmes de la Bible pour répondre au Christ. La Parole devient alors notre prière, pour conduire à la contemplation, au cœur à cœur silencieux avec Dieu.*

e) *L'action: la Parole reçue ne peut manquer d'exercer son impact dans nos vies et d'en influencer le cours. Un bref partage en sera le signe dans l'assemblée. Quelques pistes peuvent être discrètement indiquées.*

### **5) Le rôle du commentateur.**

*Il a pour tâche d'ex-poser le texte (le poser à la vue de tous devant soi). Il évitera donc autant le sermon que le propos exégétique savant. Il s'effacera autant que possible devant le texte, pour que l'auditeur puisse goûter la Parole, avoir un contact actif avec elle et faire par lui-même le chemin de sa découverte. Les lectio de ceux qui nous ont précédés nous aident dans cette recherche.*

*Le commentateur aidera donc l'auditeur à comprendre le sens des mots du texte (analyse grammaticale), leurs rapports entre eux (analyse de la structure), à faire résonner le passage lu dans l'ensemble du message biblique, à la lumière du projet de Dieu pour le salut du monde par la Croix et la Résurrection du Christ: L'Écriture interprète l'Écriture.*

*Il cherchera surtout à faire participer l'assemblée à sa propre démarche de découverte et de conversion à l'écoute du texte. Le premier il doit se mettre à l'École de la Parole.*

*Il essaiera d'expliciter suffisamment sa «méthode» pour que, par la suite, l'auditeur puisse lui-même aborder la lecture biblique dans une relation active au texte. En refusant de se contenter d'une écoute passive, il s'agit bien de stimuler l'engagement personnel de l'auditeur.*

### **6) Son organisation**

*L'École de la Parole en Suisse romande se veut ouverte à tous, dans une dynamique œcuménique et interconfessionnelle. Les célébrations, dans le cadre desquelles elle se déroule, sont organisées ensemble par des représentants des différentes Églises, communautés et œuvres chrétiennes, qui reconnaissent l'intérêt et l'objectif de ce projet. Les organisateurs de l'École de la Parole veilleront au respect du schéma et des textes.*

*Charte adoptée par le comité romand de l'École de la Parole  
le 29 juin 1994 à Lausanne, révisée le 20 avril 1998 à Bienne.*

## **Impressum:**

- Éditeurs:** École de la Parole en Suisse romande  
et Société biblique suisse
- Graphisme:** Crea-Zyp, Lausanne
- Textes bibliques:** Psaumes : La Bible, traduction officielle liturgique, 2013  
Évangiles : Traduction œcuménique de la Bible  
© Société biblique française – Bibli'O  
et Éditions du Cerf, 2010.  
Avec autorisation.
- Prières:** Jean-Claude Schwab, pasteur réformé à la retraite
- Photo de couverture:** Thinkstock
- Impression:** Ediprim SA, Bienne

Le titre « École de la Parole »  
est protégé. Tous droits réservés.

© Société biblique suisse – Rue de l'Hôpital 12 –  
Case postale – 2501 Bienne (Suisse)

**la Bible**  
*Dieu et vous*  
Société biblique suisse

*C'est volontiers que les membres du comité de soutien de l'Ecole de la Parole répondront à toutes vos demandes. N'hésitez pas à prendre contact :*

Daniel Galataud (président)  
Ch. Richard la Nicca 20  
**2503 Bienne**  
Tél. : 032 365 35 64  
daniel.galataud@eren.ch

Noël Ruffieux (laïc orthodoxe)  
Pré-Vert 61  
**1791 Courtaman**  
Tél. : 026 684 15 94  
n.ruffieux@bluewin.ch

Rolf Zumthurm (prêtre catholique)  
Avenue de l'Eglise 5  
**1896 Vouvry**  
Tél. : 024 481 11 39  
rolfzum@bluewin.ch

Pierre-Yves Zwahlen  
(Ligue pour la lecture de la Bible)  
Route de Fenil 38  
**1806 Saint-Légier**  
Tél. 021 651 20 11  
pyzwahlen@ligue.ch

Martin Hoegger (pasteur réformé)  
Chemin de la Valleyre 59  
**1052 Le Mont-sur-Lausanne**  
Tél. : 021 652 92 19  
martin.hoegger@eerv.ch

#### **Commande de brochures :**

Sœur Marie-Bosco Berclaz  
(Sœur de Ste-Ursule)  
Communauté du Cénacle  
Rue Fontanette 5  
**2024 St-Aubin - Sauges**  
Tél. : 078 610 46 27  
mb.berclaz@ste-ursule.org

Société biblique suisse  
Dolly Clottu  
Rue de l'Hôpital 12 - Case postale  
**2501 Bienne**  
Tél. : 032 322 38 58  
Fax: 032 323 39 57  
ecole.parole@la-bible.ch

## **ABBAYE DE SAINT-MAURICE**

# 1500 ans



Pour les 1500 ans de l'abbaye, une journée de prière et de réflexion œcuménique sera célébrée à

**Saint-Maurice  
le samedi 13 juin 2015.**

Thème de la journée à la suite de ce livret :

« *Quelle joie quand on m'a dit :*

*Nous irons à la Maison du Seigneur !* » Psaume 121

---

*Prière de réutiliser le même livret pour chaque rencontre*

© 2014