

Les Psaumes de Pénitence

Psaume 6

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

Pitié, Seigneur, je dépéris ! Seigneur, guéris-moi ! Car je tremble de tous mes os, de toute mon âme, je tremble.

Et toi, Seigneur, que fais-tu ? Reviens, Seigneur, délivre-moi, sauve-moi en raison de ton amour !

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

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

Mes yeux sont rongés de chagrin ; j'ai
vieilli parmi tant d'adversaires !
Loin de moi, vous tous, malfaisants, car
le Seigneur entend mes sanglots !
Le Seigneur accueille ma demande, le
Seigneur entend ma prière.
Qu'ils aient honte et qu'ils tremblent, tous
mes ennemis, qu'ils reculent, soudain,
couverts de honte !

Psaume 31

Heureux l'homme dont la faute est
enlevée, et le péché remis ! Heureux
l'homme dont le Seigneur ne retient pas
l'offense, dont l'esprit est sans fraude !
Je me taisais et mes forces s'épuisaient à
gémir tout le jour : ta main, le jour et la
nuit, pesait sur moi ; ma vigueur se
desséchait comme l'herbe en été.

Je t'ai fait connaître ma faute, je n'ai pas caché mes torts. J'ai dit : « Je rendrai grâce au Seigneur en confessant mes péchés. » Et toi, tu as enlevé l'offense de ma faute.

Ainsi chacun des tiens te priera aux heures décisives ; même les eaux qui débordent ne peuvent l'atteindre.

Tu es un refuge pour moi, mon abri dans la détresse ; de chants de délivrance, tu m'as entouré.

« Je vais t'instruire, te montrer la route à suivre, te conseiller, veiller sur toi. N'imite pas les mules et les chevaux qui ne comprennent pas, qu'il faut mater par la bride et le mors, et rien ne t'arrivera. »

Pour le méchant, douleurs sans nombre ; mais l'amour du Seigneur entourera ceux qui comptent sur lui.

Que le Seigneur soit votre joie ! Exultez,
hommes justes ! Hommes droits,
chantez votre allégresse !

Psaume 37

Seigneur, corrige-moi sans colère et
reprends-moi sans violence. Tes flèches
m'ont frappé, ta main s'est abattue sur
moi.

Rien n'est sain dans ma chair sous ta
fureur, rien d'intact en mes os depuis ma
faute. Oui, mes péchés me submergent,
leur poids trop pesant m'écrase.

Mes plaies sont puanteur et pourriture :
c'est là le prix de ma folie. Accablé,
prostré, à bout de forces, tout le jour
j'avance dans le noir.

La fièvre m'envahit jusqu'aux moelles,
plus rien n'est sain dans ma chair. Brisé,

écrasé, à bout de forces, mon cœur gronde et rugit.

Seigneur, tout mon désir est devant toi, et rien de ma plainte ne t'échappe.

Le cœur me bat, ma force m'abandonne, et même la lumière de mes yeux. Amis et compagnons se tiennent à distance, et mes proches, à l'écart de mon mal.

Ceux qui veulent ma perte me talonnent, ces gens qui cherchent mon malheur ; ils prononcent des paroles maléfiques, tout le jour ils ruminent leur trahison.

Moi, comme un sourd, je n'entends rien, comme un muet, je n'ouvre pas la bouche, pareil à celui qui n'entend pas, qui n'a pas de réplique à la bouche.

C'est toi que j'espère, Seigneur : Seigneur mon Dieu, toi, tu répondras.

J'ai dit : « Qu'ils ne triomphent pas, ceux qui rient de moi quand je trébuche ! »

Et maintenant, je suis près de tomber, ma douleur est toujours devant moi. Oui, j'avoue mon péché, je m'effraie de ma faute.

Mes ennemis sont forts et vigoureux, ils sont nombreux à m'en vouloir injustement.

Ils me rendent le mal pour le bien ; quand je cherche le bien, ils m'accusent.

Ne m'abandonne jamais, Seigneur, mon Dieu, ne sois pas loin de moi. Viens vite à mon aide, Seigneur, mon salut !

Psaume 50

Pitié pour moi, mon Dieu, dans ton amour, selon ta grande miséricorde, efface mon péché.

Lave-moi tout entier de ma faute, purifie-moi de mon offense.

Oui, je connais mon péché, ma faute est toujours devant moi.

Contre toi, et toi seul, j'ai péché, ce qui est mal à tes yeux, je l'ai fait. Ainsi, tu peux parler et montrer ta justice, être juge et montrer ta victoire.

Moi, je suis né dans la faute, j'étais pécheur dès le sein de ma mère. Mais tu veux au fond de moi la vérité ; dans le secret, tu m'apprends la sagesse.

Purifie-moi avec l'hysope, et je serai pur ; lave-moi et je serai blanc, plus que la neige. Fais que j'entende les chants et la fête : ils danseront, les os que tu broyais.

Détourne ta face de mes fautes, enlève tous mes péchés.

Crée en moi un cœur pur, ô mon Dieu, renouvelle et raffermis au fond de moi mon esprit.

Ne me chasse pas loin de ta face, ne me reprends pas ton esprit saint.

Rends-moi la joie d'être sauvé ; que
l'esprit généreux me soutienne.

Aux pécheurs, j'enseignerai tes chemins ;
vers toi, reviendront les égarés.

Libère-moi du sang versé, Dieu, mon
Dieu sauveur, et ma langue acclamera ta
justice. Seigneur, ouvre mes lèvres, et
ma bouche annoncera ta louange.

Si j'offre un sacrifice, tu n'en veux pas, tu
n'acceptes pas d'holocauste. Le sacrifice
qui plaît à Dieu, c'est un esprit brisé ; tu
ne repousses pas, ô mon Dieu, un cœur
brisé et broyé.

Accorde à Sion le bonheur, relève les
murs de Jérusalem. Alors tu accepteras
de justes sacrifices, oblations et
holocaustes ; alors on offrira des
taureaux sur ton autel.

Psaume 101

Seigneur, entends ma prière : que mon cri parvienne jusqu'à toi ! Ne me cache pas ton visage le jour où je suis en détresse ! Le jour où j'appelle, écoute-moi ; viens vite, réponds-moi !

Mes jours s'en vont en fumée, mes os comme un brasier sont en feu ; mon cœur se dessèche comme l'herbe fauchée, j'oublie de manger mon pain ; à force de crier ma plainte, ma peau colle à mes os.

Je ressemble au corbeau du désert, je suis pareil à la hulotte des ruines : je veille la nuit, comme un oiseau solitaire sur un toit. Le jour, mes ennemis m'outragent ; dans leur rage contre moi, ils me maudissent.

La cendre est le pain que je mange, je mêle à ma boisson mes larmes. Dans ton indignation, dans ta colère, tu m'as saisi

et rejeté : l'ombre gagne sur mes jours,
et moi, je me dessèche comme l'herbe.

Mais toi, Seigneur, tu es là pour toujours ;
d'âge en âge on fera mémoire de toi. Toi,
tu montreras ta tendresse pour Sion ; il
est temps de la prendre en pitié : l'heure
est venue. Tes serviteurs ont pitié de ses
ruines, ils aiment jusqu'à sa poussière.

Les nations craindront le nom du
Seigneur, et tous les rois de la terre, sa
gloire : quand le Seigneur rebâtira Sion,
quand il apparaîtra dans sa gloire, il se
tournera vers la prière du spolié, il
n'aura pas méprisé sa prière.

Que cela soit écrit pour l'âge à venir, et le
peuple à nouveau créé chantera son
Dieu : « Des hauteurs, son sanctuaire, le
Seigneur s'est penché ; du ciel, il regarde
la terre pour entendre la plainte des
captifs et libérer ceux qui devaient
mourir. »

On publiera dans Sion le nom du Seigneur et sa louange dans tout Jérusalem, au rassemblement des royaumes et des peuples qui viendront servir le Seigneur.

Il a brisé ma force en chemin, réduit le nombre de mes jours. Et j'ai dit : « Mon Dieu, ne me prends pas au milieu de mes jours ! »

Tes années recouvrent tous les temps : autrefois tu as fondé la terre ; le ciel est l'ouvrage de tes mains.

Ils passent, mais toi, tu demeures : ils s'usent comme un habit, l'un et l'autre ; tu les remplaces comme un vêtement. Toi, tu es le même ; tes années ne finissent pas.

Les fils de tes serviteurs trouveront un séjour, et devant toi se maintiendra leur descendance.

Psaume 129

Des profondeurs je crie vers toi,
Seigneur, Seigneur, écoute mon appel !
Que ton oreille se fasse attentive au cri
de ma prière !

Si tu retiens les fautes, Seigneur
Seigneur, qui subsistera ? Mais près de
toi se trouve le pardon pour que
l'homme te craigne.

J'espère le Seigneur de toute mon âme ; je
l'espère, et j'attends sa parole.

Mon âme attend le Seigneur plus qu'un
veilleur ne guette l'aurore. Plus qu'un
veilleur ne guette l'aurore, attends le
Seigneur, Israël.

Oui, près du Seigneur, est l'amour ; près
de lui, abonde le rachat. C'est lui qui
rachètera Israël de toutes ses fautes.

Psaume 142

Seigneur, entends ma prière ; dans ta justice écoute mes appels, dans ta fidélité réponds-moi.

N'entre pas en jugement avec ton serviteur : aucun vivant n'est juste devant toi.

L'ennemi cherche ma perte, il foule au sol ma vie ; il me fait habiter les ténèbres avec les morts de jadis.

Le souffle en moi s'épuise, mon cœur au fond de moi s'épouvante.

Je me souviens des jours d'autrefois, je me redis toutes tes actions, sur l'œuvre de tes mains je médite.

Je tends les mains vers toi, me voici devant toi comme une terre assoiffée.

Vite, réponds-moi, Seigneur : je suis à bout de souffle !

Ne me cache pas ton visage : je serais de ceux qui tombent dans la fosse. Fais que

j'entende au matin ton amour, car je compte sur toi.

Montre-moi le chemin que je dois prendre : vers toi, j'élève mon âme !

Délivre-moi de mes ennemis, Seigneur : j'ai un abri auprès de toi.

Apprends-moi à faire ta volonté, car tu es mon Dieu.

Ton souffle est bienfaisant : qu'il me guide en un pays de plaines.

Pour l'honneur de ton nom, Seigneur, fais-moi vivre ; à cause de ta justice, tire-moi de la détresse.

A cause de ton amour, tu détruiras mes ennemis ; tu feras périr mes adversaires, car je suis ton serviteur.