

# **Psaume 1**

Heureux est l'homme  
qui n'entre pas au conseil des méchants,  
qui ne suit pas le chemin des pécheurs,  
ne siège pas avec ceux qui ricanent,  
mais se plaît dans la loi du Seigneur  
et murmure sa loi jour et nuit !

Il est comme un arbre  
planté près du ruisseau,  
qui donne du fruit en son temps,  
et jamais son feuillage ne meurt ;  
tout ce qu'il entreprend réussira,  
tel n'est pas le sort des méchants.

Mais ils sont comme la paille  
balayée par le vent :  
au jugement, les méchants ne se lèveront pas,  
ni les pécheurs au rassemblement des justes.  
Le Seigneur connaît le chemin des justes,  
mais le chemin des méchants se perdra.

# **Psaume 138 (139)**

Tu me scrutes, Seigneur, et tu sais !  
Tu sais quand je m'assois, quand je me lève ;  
de très loin, tu pénètres mes pensées.

Que je marche ou me repose, tu le vois,  
tous mes chemins te sont familiers.  
Avant qu'un mot ne parvienne à mes lèvres,  
déjà, Seigneur, tu le sais.

Tu me devances et me poursuis, tu m'enserres,  
tu as mis la main sur moi.  
Savoir prodigieux qui me dépasse,  
hauteur que je ne puis atteindre !

Où donc aller, loin de ton souffle ?  
où m'enfuir, loin de ta face ?  
Je gravis les cieux : tu es là ;  
je descends chez les morts : te voici.

Je prends les ailes de l'aurore  
et me pose au-delà des mers :  
même là, ta main me conduit,

ta droite me saisit.

J'avais dit : « Les ténèbres m'écrasent ! »  
mais la nuit devient lumière autour de moi.  
Même la ténèbre pour toi n'est pas ténèbre,  
et la nuit comme le jour est lumière !

C'est toi qui as créé mes reins,  
qui m'as tissé dans le sein de ma mère.  
Je reconnais devant toi le prodige,  
l'être étonnant que je suis :  
étonnantes sont tes œuvres,  
toute mon âme le sait.

Mes os n'étaient pas cachés pour toi  
quand j'étais façonné dans le secret,  
modelé aux entrailles de la terre.

J'étais encore inachevé, tu me voyais ;  
sur ton livre, tous mes jours étaient inscrits,  
recensés avant qu'un seul ne soit !

Que tes pensées sont pour moi difficiles,  
Dieu, que leur somme est imposante !  
Je les compte : plus nombreuses que le sable !  
Je m'éveille : je suis encore avec toi.

(...) Scrute-moi, mon Dieu, tu sauras ma pensée ;  
éprouve-moi, tu connaîtrais mon cœur.  
Vois si je prends le chemin des idoles,  
et conduis-moi sur le chemin d'éternité.

## **Psaume 139 (138)**

Délivre-moi, Seigneur, de l'homme mauvais,  
contre l'homme violent, défends-moi,  
contre ceux qui préméditent le mal  
et tout le jour entretiennent la guerre,  
qui dardent leur langue de vipère,  
leur langue chargée de venin.

Garde-moi, Seigneur, de la main des impies,  
contre l'homme violent, défends-moi,  
contre ceux qui méditent ma chute,  
les arrogants qui m'ont tendu des pièges ;  
sur mon passage ils ont mis un filet,  
ils ont dressé contre moi des embûches.

Je dis au Seigneur : « Mon Dieu, c'est toi ! »  
Seigneur, entends le cri de ma prière.  
Tu es la force qui me sauve, Maître, Seigneur ;  
au jour de combat, tu protèges ma tête.  
Ne cède pas, Seigneur, au désir des impies,  
ne permets pas que leurs intrigues réussissent !  
(...)

Je le sais, le Seigneur rendra justice au malheureux,  
il fera droit au pauvre.  
Oui, les justes rendront grâce à ton nom,  
les hommes droits siégeront en ta présence.

## **Psaume 145 (146)**

Allelui !

Chante, ô mon âme, la louange du Seigneur !  
Je veux louer le Seigneur tant que je vis,  
chanter mes hymnes pour mon Dieu tant que je dure.

Ne comptez pas sur les puissants,  
des fils d'homme qui ne peuvent sauver !  
Leur souffle s'en va : ils retournent à la terre ;  
et ce jour-là, périssent leurs projets.

Heureux qui s'appuie sur le Dieu de Jacob,  
qui met son espoir dans le Seigneur ton Dieu,  
lui qui a fait le ciel et la terre  
et le mer et tout ce qu'ils renferment !

Il garde à jamais sa fidélité,  
il fait justice aux opprimés ;  
aux affamés, il donne le pain ;  
le Seigneur délie les enchaînés.

Le Seigneur ouvre les yeux des aveugles,  
le Seigneur redresse les accablés,  
le Seigneur aime les justes,  
le Seigneur protège l'étranger.

Il soutient la veuve et l'orphelin,  
il égare les pas du méchant.  
D'âge en âge, le Seigneur régnera :  
ton Dieu, ô Sion, pour toujours !