



L'Éternel est mon berger, tableau de Yongjung Kim, havenlight.com

8 - 14 AOÛT

Psaumes 1-2 ; 8 ; 19-33 ; 40 ; 46

« L'ÉTERNEL EST MON BERGER »

Ne vous sentez pas limité à la sélection de Psaumes ou aux principes suggérés dans ce canevas. Laissez l'Esprit vous guider vers les vérités qui vous aident à vous sentir plus proche du Seigneur.

NOTEZ VOS IMPRESSIONS _____

Nous ne savons pas avec certitude qui a écrit les Psaumes. Certains sont attribués au roi David, mais pour la plupart d'entre eux, les auteurs restent anonymes. Néanmoins, après avoir lu les Psaumes, on peut avoir le sentiment que l'on connaît le cœur des psalmistes, même si nous ne connaissons pas leurs noms. Ce que nous savons, en revanche, c'est que les Psaumes étaient un élément important du culte parmi les Israélites et que le Sauveur les a souvent cités. Les Psaumes nous ouvrent une fenêtre sur l'âme du peuple antique de Dieu. Nous voyons quels

étaient leurs sentiments à l'égard de Dieu, ce qui les préoccupait et comment ils trouvaient la paix. Nous, les fidèles d'aujourd'hui, utilisons encore ces paroles dans notre culte de Dieu, dans le monde entier. Les auteurs des Psaumes semblent avoir eu une fenêtre ouverte sur *nos* âmes et avoir trouvé un moyen d'exprimer nos sentiments à l'égard de Dieu, ce qui nous préoccupe et comment nous trouvons la paix.

Pour avoir un aperçu du livre des Psaumes, voir « Psaumes » dans le Guide des Écritures.



Idées pour l'étude personnelle des Écritures

PSAUMES 1 ; 23 ; 26-28 ; 46

Les Psaumes nous enseignent à faire confiance au Seigneur.

En lisant les Psaumes, vous remarquerez peut-être que les auteurs expriment souvent de la peur, du chagrin ou de l'anxiété. Ces sentiments sont normaux, même pour des personnes dotées d'une grande foi. Mais ce qui rend les Psaumes inspirants, ce sont les solutions qu'ils offrent, notamment une confiance totale au Seigneur. Réfléchissez à ces messages inspirants pendant que vous lisez Psaumes 1 ; 23 ; 26-28 ; 46. Recherchez les éléments suivants et notez ce que vous découvrez :

- Des invitations à faire confiance au Seigneur : _____
- Des mots qui décrivent le Seigneur : _____
- Des mots qui décrivent la paix, la force et d'autres bénédictions qu'il donne : _____
- Des mots qui décrivent les personnes qui lui font confiance : _____

PSAUMES 2 ; 22

Les Psaumes dirigent notre esprit vers la vie et le ministère de Jésus-Christ.

Plusieurs psaumes évoquent la vie terrestre de Jésus-Christ. Les chrétiens de l'époque du Nouveau Testament voyaient aussi ces correspondances : par exemple, ils ont reconnu que Psaumes 2 faisait allusion aux procès de Jésus devant le roi Hérode et Ponce Pilate (voir Actes 4:24-30). Lisez Psaumes 2 et 22 ainsi que Matthieu 27:35-46 ; Luc 23:34-35 et Jean 19:23-24. Cherchez des correspondances entre les paroles de ces psaumes et la vie du Sauveur et

continuez de chercher des correspondances similaires pendant votre étude du livre des Psaumes au cours des prochaines semaines.

Imaginez que vous êtes un Juif à l'époque de Jésus, qui connaît bien les Psaumes et qui voit des correspondances avec la vie du Sauveur. En quoi cette connaissance serait-elle une bénédiction pour vous ?

Voir aussi Psaumes 31:5 ; 34:20 ; 41:9 ; Luc 24:44 ; Hébreux 2:9-12.

PSAUMES 8 ; 19 ; 33

« La bonté de l'Éternel remplit la terre. »

La lecture de Psaumes 8 ; 19 et 33 vous incitera à réfléchir aux nombreuses créations merveilleuses du Seigneur. En le faisant, soyez attentif à ce que vous ressentez et aux pensées qui vous viennent à l'esprit. En quoi trouvez-vous que les créations du Seigneur « racontent la gloire de Dieu » (Psaumes 19:1) ?

PSAUMES 19:7-11 ; 29

La parole du Seigneur est puissante, elle « [réjouit] le cœur ».

Dans les Psaumes, des mots tels que *témoignage*, *ordonnances*, *commandements* et *jugements* peuvent se rapporter à la parole du Seigneur. Gardez cela à l'esprit pendant que vous lisez Psaumes 19:7-11. Qu'est-ce que ces versets vous suggèrent concernant la parole de Dieu ? Qu'est-ce que Psaumes 29 vous enseigne concernant sa voix ? D'après votre expérience, en quoi la parole ou la voix du Seigneur correspondent-elles à ces descriptions ?



Nous devons être spirituellement propres et purs pour entrer en la présence du Seigneur.

PSAUMES 24 ; 26-27**Il faut être pur pour entrer en la présence du Seigneur.**

Étant donné que le temple de Jérusalem était construit sur une colline, l'expression « montagne de l'Éternel » (Psaumes 24:3) se rapporterait au temple ou à la présence de Dieu. Qu'est-ce que cela ajoute à votre compréhension de Psaumes 24 ? Que signifie pour vous avoir « les mains innocentes et le cœur pur » (Psaumes 24:4) ?

Qu'est-ce que Psaumes 26 et 27 vous enseignent concernant la maison du Seigneur ?

Voir aussi Psaumes 15 ; David A. Bednar, « Les mains propres et le cœur pur », *Le Liahona*, novembre 2007, p. 80-83.



Idées pour l'étude des Écritures en famille et la soirée au foyer

Psaumes 22. Pendant qu'un membre de votre famille lit ce psaume, invitez les autres à chercher des ressemblances dans Matthieu 27:35-46. Demandez-leur ensuite de faire part de leurs sentiments au sujet de Jésus-Christ et de son sacrifice pour nous.

Psaumes 23. Psaumes 23 a inspiré plusieurs cantiques, par exemple « L'Éternel est mon berger » et « Seigneur, tu me prépareras » (*Cantiques*, n° 57 et 58). Les membres de votre famille aimeraient peut-être chanter un de ces cantiques et relever les mots du psaume qui peuvent avoir inspiré les paroles. Sinon, invitez-les à dessiner quelque chose qu'ils ont trouvé dans le psaume ou le cantique et à demander aux membres de la famille de deviner les versets ou les paroles qui vont avec le dessin. En quoi le Seigneur est-il semblable à un berger pour nous ?

Psaumes 24:3-5. Pour mettre l'accent sur l'importance d'avoir les mains propres et le cœur pur, lisez Psaumes 24:3-5 pendant que les membres de votre famille se lavent les mains. Que peuvent représenter les mains dans ce psaume ? Que peut représenter le cœur ? Que ferons-nous pour nous purifier les mains et le cœur spirituellement ?

Psaumes 30:5, 11. Psaumes 30:5 contient la promesse que « le soir arrivent les pleurs, et le matin l'allégresse ». Comment le Seigneur a-t-il changé notre tristesse en joie ? Certains membres de votre famille aimeraient peut-être mettre en scène ce que décrit le verset 11.

Psaumes 33. Remarquez le nombre de fois où le mot *tout* et ses dérivés sont utilisés dans ce psaume. Qu'est-ce que l'emploi répété de ces mots, notamment aux versets 13-15, nous enseigne au sujet du Seigneur ?

Psaumes 46:10. Faites quelque chose ensemble qui nécessite que les membres de votre famille s'arrêtent. En quoi le fait de nous arrêter nous aide-t-il à connaître Dieu ? Quelles occasions avons-nous de nous arrêter et de connaître Dieu ?

Vous trouverez d'autres idées pour instruire les enfants dans le canevas de cette semaine de *Viens et suis-moi* — *Primaire*.

Chant suggéré : « L'Éternel est mon berger », *Cantiques*, n° 57.

Améliorer notre étude personnelle

Soyez créatif. Des Écritures telles que les Psaumes inspirent souvent les gens à louer le Seigneur de manière créative. Si vous vous sentez poussé à exprimer votre dévotion par la musique, la poésie, les arts plastiques ou d'une autre manière, suivez cette inspiration. Faites part de ce que vous créez pour aider les autres à édifier leur foi en notre Père céleste et en Jésus-Christ.



Saving That Which Was Lost (Souverer ce qui était perdu), tableau de Michael T. Malm

15 - 21 AOÛT

Psaumes 49-51 ; 61-66 ; 69-72 ; 77-78 ; 85-86

« JE RACONTERAI CE QU'IL A FAIT À MON ÂME »

Ce canevas fait ressortir certains des sujets doctrinaux évoqués dans ces psaumes. Au cours de votre étude, certains mots, certaines images ou idées retiendront votre attention. À votre avis, qu'essaie de vous enseigner le Seigneur ?

NOTEZ VOS IMPRESSIONS _____

Les auteurs des Psaumes ont exprimé des sentiments profondément personnels dans leur poésie. Ils ont parlé du découragement, de la peur et du remords. Ils semblent même parfois s'être sentis abandonnés par Dieu, et certains psaumes ont un ton de frustration ou de désespoir. S'il vous est arrivé d'avoir des sentiments de ce genre, la lecture des Psaumes vous aidera à savoir que vous n'êtes pas le seul. Mais vous trouverez aussi des psaumes qui vous encourageront quand vous avez des sentiments de ce genre, parce

que les psalmistes ont aussi loué le Seigneur pour sa bonté, se sont émerveillés de son pouvoir et se sont réjouis de sa miséricorde. Le monde est accablé par le mal et le péché, ils le savaient, mais ils savaient également que le Seigneur est bon et qu'il pardonne (voir Psaumes 86:5). Ils comprenaient qu'avoir foi au Seigneur ne veut pas dire que l'on ne sera jamais aux prises avec l'anxiété, le péché ou la peur. Cela veut dire que l'on sait vers qui se tourner quand cela arrive.



Idées pour l'étude personnelle des Écritures

PSAUMES 49 ; 62:5-12

La rédemption n'est possible que par Jésus-Christ.

Psaumes 49 contient un message pour les « petits et grands, riches et pauvres » (verset 2). D'après vous, quel est ce message ? À votre avis, qu'est-ce que Psaumes 62:5-12 ajoute à ce message ?

La lecture de ces psaumes vous incitera à méditer sur la façon dont certaines personnes mettent leur confiance en autre chose que Dieu pour leur rédemption (voir Psaumes 49:6-7). Quel effet votre témoignage que « Dieu sauvera [votre] âme du séjour des morts » (verset 15) a-t-il sur votre vie ?

Voir aussi Proverbes 28:6 ; Alma 34:8-17.

PSAUMES 51 ; 85-86

Grâce à la miséricorde du Sauveur, je peux recevoir le pardon de mes péchés.

Les appels à la miséricorde dans Psaumes 51 sont attribués au roi David, qui était coupable d'adultère et de meurtre (voir 2 Samuel 11). Même lorsque nos péchés sont moins graves, nous pouvons nous sentir concernés par le besoin de miséricorde exprimé dans ce psaume. Nous pouvons aussi apprendre quelque chose sur le repentir. Par exemple, quels mots ou expressions dans Psaumes 51 vous enseignent l'attitude que nous devons avoir pour nous repentir ? Qu'apprenez-vous sur l'effet que l'expiation du Sauveur peut avoir dans votre vie ?

Posez-vous les mêmes questions pendant que vous lisez Psaumes 85-86. Cherchez aussi des expressions qui décrivent le Seigneur. Comment ces expressions fortifient-elles votre foi qu'il vous pardonnera ? (Voir, par exemple, Psaumes 86:5, 13, 15).

Voir aussi Alma 36 ; Russell M. Nelson, « Nous pouvons faire mieux et être meilleurs », *Le Liahona*, mai 2019, p. 67-69 ; Carole M. Stephens, « Le Maître-guérisseur », *Le Liahona*, novembre 2016, p. 9-12.

PSAUMES 51:13-15 ; 66:16-17 ; 71:15-24

Mon témoignage de Jésus-Christ peut aider d'autres personnes à venir à lui.

Réfléchissez à la façon dont vous avez acquis votre témoignage de Jésus-Christ et de son pouvoir expiatoire. Puis, en étudiant Psaumes 51:13-15 ; 66:16-17 ; 71:15-24, pensez à la façon d'inviter d'autres personnes à « [venir contempler] les œuvres de Dieu » (Psaumes 66:5). Que signifie pour vous « [publier] chaque jour [sa] justice » (Psaumes 71:24) ? Comment allez-vous raconter à d'autres personnes « ce qu'il a fait à [votre] âme » (Psaumes 66:16) ?

Voir aussi Mosiah 28:1-4 ; Alma 26.



Rendons témoignage à d'autres personnes de ce que le Seigneur a fait pour nous.

PSAUMES 63 ; 69 ; 77-78

Le Seigneur m'aidera au moment où j'aurai un besoin urgent.

Plusieurs psaumes décrivent de manière très vivante les effets qui découlent de notre éloignement de Dieu et de notre besoin désespéré de son aide. Cherchez des descriptions de ce genre dans Psaumes 63:1, 8 ; 69:1-8, 18-21 ; 77:1-9. Que trouvez-vous dans Psaumes 63 ; 69 ; 77-78 qui a redonné de l'assurance à ces psalmistes ?

Quand vous êtes en détresse, en quoi cela vous aide-t-il de vous « [rappeler] les œuvres de l'Éternel » et ses « merveilles d'autrefois » (Psaumes 77:11) ? Certaines de ces merveilles sont décrites dans Psaumes 78. En les lisant, méditez sur ce qui vous aide à « [mettre] en Dieu [votre] confiance » (verset 7). Quelles expériences tirées de votre histoire familiale vous inspirent ?



Idées pour l'étude des Écritures en famille et la soirée au foyer

Psaumes 51:17. Réfléchissez à la façon dont vous pourriez enseigner à votre famille ce que signifie avoir un cœur brisé. Par exemple, les membres de votre famille pourraient ouvrir à tour de rôle quelque chose qui a une coquille dure, comme un œuf ou une noix. En quoi notre cœur est-il parfois comme cette coquille ? Comment ouvrir notre cœur au Seigneur ? Vous trouverez des idées dans Psaumes 51.

Psaumes 61:2-3. Les membres de votre famille aimeraient peut-être dessiner les symboles utilisés dans ces versets et discuter de la façon dont Jésus-Christ est semblable à un « rocher », « un refuge » et « une tour forte ».

Psaumes 71:17 ; 78:5-7. Qu'est-ce que le Seigneur veut que vous « [enseigniez] à [vos] enfants » (Psaumes 78:5) ? Demandez à chaque membre de votre famille de donner un exemple des « merveilles » du Seigneur, par exemple une histoire tirée des Écritures, une expérience vécue ou un témoignage personnel qui les aide à « [mettre] en Dieu leur confiance » (Psaumes 71:17 ; 78:7).

Psaumes 72. Psaumes 72 a été écrit par David au sujet de son fils Salomon, mais il peut aussi s'appliquer en grande partie à Jésus-Christ. Pendant que votre famille lit ce psaume, demandez à vos enfants de montrer une image du Sauveur quand ils trouvent des versets qui leur font penser à Jésus-Christ. Comment aiderons-nous à réaliser le vœu que « toute la terre soit remplie de sa gloire » (Psaumes 72:19 ; voir aussi Doctrine et Alliances 65:2) ?

Psaumes 85:11. Ce verset pourrait susciter une discussion sur les événements du rétablissement de l'Évangile : comment le Livre de Mormon a « [germé] de la terre » et des messagers célestes sont venus « du haut des cieux » (voir aussi Moïse 7:62).

Vous trouverez d'autres idées pour instruire les enfants dans le canevas de cette semaine de *Viens et suis-moi — Primaire*.

Chant suggéré : « Oh, j'ai besoin de toi », *Cantiques*, n° 53.

Améliorer notre enseignement

Ajoutez de la diversité. « Cherchez comment apporter de la diversité dans vos efforts pour enseigner l'Évangile. Ainsi vous enrichirez et embellirez l'expérience. [...] Réfléchissez à la manière dont la musique, les histoires, les images et d'autres formes d'art favorisent la présence de l'Esprit » (*Enseigner à la manière du Sauveur*, p. 22).



Tour genou/féchyro, tableau de J. Kirk Richards

22 - 28 AOÛT

Psaumes 102-103 ; 110 ; 116-119 ; 127-128 ; 135-139 ; 146-150

« QUE TOUT CE QUI RESPIRE LOUE L'ÉTERNEL ! »

Psaumes 119:105 enseigne que la parole de Dieu est « une lumière sur [notre] sentier ». Pendant que vous lisez les Psaumes, notez les expressions et les idées qui vous inspirent et aident à illuminer le sentier qui vous ramène à notre Père céleste.

NOTEZ VOS IMPRESSIONS _____

Le nom juif traditionnel pour désigner le livre des Psaumes est un mot hébreu qui signifie « louanges ». Ce mot, *Tehillim*, a aussi un lien avec l'exclamation « alléluia » (qui signifie « louez Jéhovah », ou « louez le Seigneur »). Si l'on devait choisir un mot pour résumer le message principal des Psaumes, « louange » serait un bon choix. Certains des psaumes contiennent l'invitation directe « Louez l'Éternel ! » (voir en particulier Psaumes 146 à 150) et ils peuvent tous inspirer un sentiment d'adoration et de louange. Les Psaumes nous incitent à réfléchir au pouvoir du Seigneur, à sa miséricorde et aux choses

merveilleuses qu'il a faites. Nous ne pourrons jamais le payer en retour pour tout ce qu'il a fait, mais il nous est possible de le louer. Ces louanges prendront différentes formes pour différentes personnes ; elles peuvent être exprimées par le chant, la prière ou en rendant témoignage. Elles conduisent souvent à un engagement plus profond envers le Seigneur et à suivre ses enseignements. Quelle que soit la signification de l'expression « louez l'Éternel ! » dans votre vie, vous trouverez davantage d'inspiration à le faire en lisant les Psaumes et en les méditant.



Idées pour l'étude personnelle des Écritures

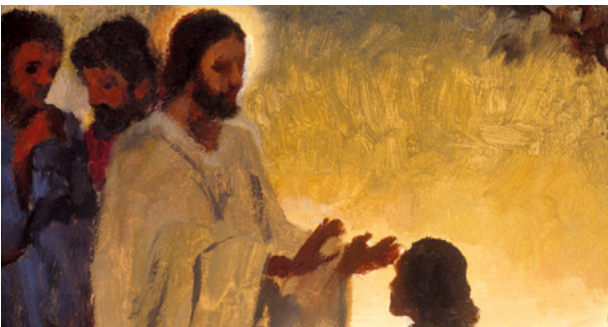
PSAUMES 102-103 ; 116

Le Seigneur peut me reconforter dans ma souffrance.

Remarquez comment Psaumes 102:1-11 décrit les sentiments d'anxiété et d'isolement qui surviennent souvent dans les afflictions. Peut-être avez-vous connu ce genre de sentiments et ces descriptions vous aident à mieux comprendre les expériences que vous avez vécues. Ou bien ces versets vous aident peut-être à comprendre les sentiments d'autres personnes qui souffrent.

Pendant que vous lisez Psaumes 102:12-28 ; 103 ; 116, cherchez des expressions qui augmentent votre confiance dans le fait que vous pouvez « [invoker] le nom de l'Éternel » dans vos épreuves (Psaumes 116:13). Vous pourriez marquer, apprendre par cœur ou communiquer à d'autres personnes les expressions qui vous font espérer en lui.

Voir aussi Ésaïe 25:8 ; 2 Corinthiens 1:3-7 ; Hébreux 2:17-18 ; Alma 7:11-13 ; Evan A. Schmutz, « Dieu essuiera toute larme », *Le Liahona*, novembre 2016, p. 116-118.



Healing (Guérison), tableau de J. Kirk Richards

PSAUMES 110 ; 118

Les Psaumes peuvent tourner mon attention vers le Sauveur.

Les Psaumes contiennent des passages qui font référence à la vie et au ministère de Jésus-Christ. Voici quelques exemples :

- Psaumes 110:1-4 (voir Matthieu 22:41-45 ; Hébreux 5:4-10 ; 6:20)
- Psaumes 118:22 (voir Matthieu 21:42 ; Actes 4:10-11 ; 1 Pierre 2:7)
- Psaumes 118:25-26 (voir Matthieu 21:19)

Quelles vérités ces versets vous enseignent-ils concernant Jésus-Christ ? En quoi la connaissance de ces vérités est-elle une bénédiction pour vous ?

Pendant votre lecture des Psaumes cette semaine, continuez de prendre note d'autres passages qui vous instruisent au sujet du Sauveur. Lisez ou écoutez également certains de vos cantiques préférés qui vous aident à penser à lui.

PSAUMES 119

La parole de Dieu me maintiendra sur son sentier.

Ce psaume contient de nombreuses expressions qui comparent notre vie à un parcours pour retourner à notre Père céleste. Pendant que vous lisez, cherchez des mots tels que *marcher*, *sentier*, *voie*, *pieds* et *égarer*. Méditez sur votre propre parcours de vie : où vous avez été, où vous vous trouvez maintenant et dans quelle direction vous allez. Que vous apprend ce psaume sur votre voyage de retour à votre foyer ? D'après ce psaume, qu'a donné Dieu pour vous aider à rester sur le bon chemin ?

Vous serez peut-être intéressé de savoir que, dans le texte hébreu, les huit premiers versets de Psaumes 119 commencent par la première lettre de l'alphabet hébreu. Les huit versets suivants commencent par la deuxième et ainsi de suite jusqu'à la fin de l'alphabet.

Voir aussi Ésaïe 42:16 ; 2 Néphé 31:17-21 ; Alma 7:19-20.

PSAUMES 134-136**Le Seigneur est plus puissant que n'importe quelle idole.**

D'après Psaumes 135:15-18, pourquoi est-il insensé de mettre sa confiance en de faux dieux ? En quoi pourriez-vous être tenté de placer votre confiance et qui serait semblable aux idoles décrites dans ces versets ?

Faites la liste des grandes choses que le Seigneur a faites telles qu'elles sont décrites dans Psaumes 134-136. Quelles grandes choses a-t-il faites pour vous ?

PSAUMES 146-150**« Louez l'Éternel ! »**

Pendant que vous lisez ces derniers psaumes de louange, pensez aux raisons que vous avez de louer le Seigneur. Pourquoi est-il important de le louer ? De quelles manières pouvez-vous le louer ?



Idées pour l'étude des Écritures en famille et la soirée au foyer

Psaumes 119:105. Créez un chemin en famille et suivez-le dans le noir en utilisant une lumière pour illuminer le chemin devant vous. En marchant, posez des questions telles que « Qu'est-ce qui est semblable à cette obscurité dans notre vie ? » ou « En quoi la parole de Dieu est-elle semblable à une lumière ? » Chantez un chant parlant de la lumière de Dieu, tel que « Apprends-moi à marcher dans la clarté » (*Chants pour les enfants*, p. 70-71) pour renforcer le principe enseigné dans Psaumes 119:105.

Psaumes 127-128. Que signifie le fait que le Seigneur nous aide à « bâtir [notre] maison »

(Psaumes 127:1) ? Comment mieux l'associer à nos efforts pour créer un foyer juste ? Pour aider les membres de votre famille à répondre à cette question, dessinez une maison sur une feuille et découpez-la pour en faire un puzzle. Au dos de chaque pièce, les membres de votre famille écriront ou dessineront des moyens de faire du Seigneur une partie de votre foyer. Ensuite, assemblez le puzzle. Qu'avons-nous découvert dans ces psaumes qui nous incite à marcher dans les voies du Seigneur ?

Psaumes 139. Après avoir lu les versets 1-4, demandez aux membres de votre famille de parler de la façon dont ils ont su que Dieu les connaît personnellement (voir aussi les versets 14-15, 23-24).

Psaumes 146-150. Invitez les membres de votre famille à lire quelques versets de Psaumes 146-150 à haute voix, en essayant de communiquer les sentiments de l'auteur. Comment allons-nous exprimer nos louanges au Seigneur ? Les membres de votre famille aimeraient peut-être écrire leur propre psaume de louange et se le lire les uns aux autres.

Vous trouverez d'autres idées pour instruire les enfants dans le canevas de cette semaine de *Viens et suis-moi — Primaire*.

Chant suggéré : « Apprends-moi à marcher dans la clarté », *Chants pour les enfants*, p. 70-71.

Améliorer notre enseignement

Utilisez des enregistrements audio. Lorsque vous instruisez votre famille, pensez à écouter la version audio des Écritures, qui se trouve sur ChurchofJesusChrist.org ou sur l'application Médiathèque de l'Évangile. Écouter les psaumes peut être particulièrement fort, car ils étaient conçus pour être déclamés à haute voix.