







ENSEMBLE, LIRE LA BIBLE AUTREMENT  
WWW.ANIMATIONBIBLIQUE.ORG

# ANIMATION : « TU ME CONNAIS » PSAUME 139

**La prière que le psalmiste a adressée à Dieu peut-elle devenir ma prière ? Que m'inspire-t-elle ? Que me dit-elle de Dieu, de moi-même et de notre relation ? Et que se passe-t-il lorsque cette prière, ces questions sont méditées en groupe ?**

 PUBLICS	Adultes, Familiers, Jeunes	 MOYENS	L'écrit, La parole	PAGE 1
MÉTHODES	De toutes les couleurs	 TEXTES BIBLIQUES	Psaumes	
 DURÉES	Aucun			

## Contexte initial

Cette animation a été proposée par l'Église protestante unie à ses membres, dans le cadre de la thématique « Écoute, Dieu nous parle », pour encourager la lecture et la méditation de la Bible en groupe, selon la pédagogie de la découverte.

Initialement, elle a été vécue lors d'un mini-camp familial de 3 jours sur le thème de la foi, rassemblant une soixantaine de personnes de familles protestantes d'origine sociale et d'implication paroissiale variées.



## Intérêt

- Inviter chacun à être attentif à ce qu'il éprouve et pense à la lecture du texte.
- Découvrir et accueillir, au sein du groupe, la diversité des ressentis suscités par la lecture de ce psaume.
- A la lumière du cheminement du psalmiste, interroger sa propre relation à Dieu.

## Aspects pratiques

Fournir des gommettes de différentes couleurs : jaune, vert, rouge, noir, rose (une planche de chaque couleur pour chacun des participants) selon le code choisi pour l'entrée en matière ci-dessous.

[Télécharger le texte biblique](#) au format PDF.

Consulter d'autres traductions sur le [site de l'ABF](#).

## Déroulement



ENSEMBLE, LIRE LA BIBLE AUTREMENT  
WWW.ANIMATIONBIBLIQUE.ORG

## Accueil et présentation (05 mn)

L'animateur/trice précise que la rencontre avec le texte biblique va se faire d'abord de façon individuelle et personnelle avant d'être reprise en plénière de façon plus distanciée.

Chaque participant reçoit le texte du Psaume 139 ainsi qu'un jeu complet de gommettes.



## Entrée en matière (30 mn)

### Individuellement (10 mn)

En silence, chacun lit attentivement le Psaume et, au fil de sa lecture, colle des gommettes selon le code <sup>PAGE 2</sup>

suivant, voir la  [Méthode De toutes les couleurs](#).

- Jaunes pour ce qui est lumineux, ce qui me fait du bien.
- Vertes pour ce qui m'encourage, me console, me donne envie d'espérer.
- Rouges pour ce qui me semble ambigu ou pas clair.
- Noires pour ce qui m'est trop difficile à entendre aujourd'hui.
- Roses pour ce qui me fait rêver.

### Par deux (20 mn)

Au terme de cette lecture, les participants s'associent par deux pour comparer les couleurs qu'ils ont attribuées au texte et partager leurs lectures respectives.



## Visite guidée du texte (45 mn)

Les participants se réunissent ensuite en plénière pour revenir ensemble sur le texte, dans une lecture plus distanciée.

L'animateur fait un rapide sondage pour avoir un retour sur les deux étapes précédentes : Qu'ont-ils découvert du Psaume, à travers leur lecture et celle de l'autre ?

Il/elle invite le groupe à relire le Psaume, s'arrêtant en particulier aux versets marqués d'une grande diversité de couleurs.

S'il estime nécessaire de soutenir le groupe, il le rend attentif au constat formulé au v. 1 : « SEIGNEUR, tu m'as scruté et tu me connais » et à la demande formulée au verset 23 : « Dieu ! Scrute-moi et connais mon cœur » et interroge :

- Pourquoi ce changement ?
- Qu'est-ce qui a fait « basculer » le psalmiste ?



## Appropriation, actualisation (25 mn)



ENSEMBLE, LIRE LA BIBLE AUTREMENT  
WWW.ANIMATIONBIBLIQUE.ORG

L'animateur propose cette question aux participants :

- Y a-t-il quelque chose, dans ce Psaume, qui suscite en vous ce même mouvement, qui vous fait « basculer » ? Chacun y réfléchit d'abord pour lui-même.

Après quelques instants de réflexion silencieuse, les participants qui le souhaitent s'expriment en quelques mots à ce sujet. Cette expression peut se faire sur le mode de l'échange ou sur le mode de la prière libre.

*Besoin de mieux comprendre la démarche ? Consulter les [Théories](#). Pour cette animation, nous vous conseillons [Entrée en matière](#)*

----- PAGE 3

Pour plus d'informations : [animationbiblique@gmail.com](mailto:animationbiblique@gmail.com)