

Le Seigneur est mon berger :
je ne manque de rien. *
Sur des prés d'herbe fraîche,
il me fait reposer.

Il me mène vers les eaux tranquilles
et me fait revivre ; *
il me conduit par le juste chemin
pour l'honneur de son nom.

Si je traverse les ravins de la mort,
je ne crains aucun mal, *
car tu es avec moi :
ton bâton me guide et me rassure.

Tu prépares la table pour moi
devant mes ennemis ; *
tu répands le parfum sur ma tête,
ma coupe est débordante.

Grâce et bonheur m'accompagnent
tous les jours de ma vie ; *
j'habiterai la maison du Seigneur
pour la durée de mes jours.

Me rendre présent au Seigneur qui est là, ici et maintenant, pour moi.
Lui demander la grâce de regarder cette année écoulée avec lui, de la regarder avec un regard de confiance.

Lire paisiblement le psaume, si possible à voix haute. M'ouvrir à cette parole qui est à la fois la parole d'un homme qui me partage son expérience spirituelle et la Parole de Dieu qui me dit ce qu'il désire être et faire pour moi.

Le lire comme un poème, laisser les différentes images résonner en moi.

Durant cette année, dans la mission qui a été la mienne, ai-je fait l'expérience du manque ? suis-je passée par des ravins... Ai-je été confrontée à des « ennemis » ? ... Qu'est-ce qui m'a permis de traverser ? de mener le combat ?

Comment ai-je perçu la présence et l'action du Seigneur dans ma mission ? Qu'est-ce qui a été pour moi « herbe fraîche », « eaux tranquilles », nourriture qui m'a fortifié ? Qu'est-ce qui m'a guidé et rassuré ? Qu'est-ce qui a été « parfum », « coupe débordante » ?

Réécrire le psaume avec mes mots à moi et ce que j'ai vécu cette année.