

## Rafraîchir mon âme

### Description

Psaume 19:7-14

Ce psaume est une partie de l'Écriture que nous serions sages de lire lentement, encore et encore. Permettez-lui de résonner en nous.

Lorsque vous relisez ces versets, réfléchissez aux expressions qui vous sont faciles à proclamer et à celles qui vous semblent les plus difficiles. Vous voudrez peut-être noter ce qui vous vient à l'esprit pendant que vous étudiez ces mots. Quelles images de Dieu vous viennent à l'esprit ? Quels souvenirs avez-vous de Dieu qui surgissent en lisant ? Concentrez-vous sur les émotions que vous ressentez lorsque vous prononcez ces mots à voix haute ou tranquillement dans votre esprit.

Passez du temps en silence et écoutez simplement. Essayez de calmer votre cœur et votre esprit autant que vous le pouvez de toute distraction qui pourrait vous empêcher d'entendre la voix de Dieu. Restez tranquille. Faites de la place pour que le Saint-Esprit vous parle. Lorsque vous commencez à fermer votre étude et votre temps de calme, répétez-vous le verset 14 à vous-même plusieurs fois. Faites-en votre prière pour aujourd'hui. Allez dans la grâce et la paix du Christ.

Auteur: Bethany Acres

**date créée**  
2023/04/16