

## *Prière pour bien dormir (sur Aleteia)*

*Mon Père,  
À présent que les voix se sont tues  
et que se sont apaisées les clameurs,  
ici au pied du lit  
mon âme s'élève vers Toi, pour dire :  
Je crois en Toi, en Toi j'espère,  
et je t'aime de toutes mes forces,*



*Gloire à Toi, Seigneur !*

*Dans tes mains je dépose la fatigue et les combats,  
les joies et les déceptions  
de cette journée qui est derrière moi.  
Si les nerfs m'ont trahi,  
si les élans égoïstes m'ont dominé,  
si j'ai cédé à la rancune ou à la tristesse,  
pardon, Seigneur !  
Aie pitié de moi.*

*Si j'ai été infidèle,  
si j'ai prononcé des paroles vaines,  
si je me suis laissé emporter par l'impatience,  
si j'ai été une épine pour quelqu'un,  
pardon, Seigneur !*

*Cette nuit  
je ne veux pas m'abandonner au sommeil  
sans sentir dans mon âme  
l'assurance de ta miséricorde,  
ta douce miséricorde  
entièrement gratuite.*

*Seigneur ! Je te remercie, mon Père,  
parce que tu as été l'ombre fraîche  
qui m'a enveloppé toute cette journée.  
Je te remercie parce que,  
invisible, aimant, enveloppant,  
tu as pris soin de moi comme une mère,  
durant toutes ces heures.*

*Seigneur ! Maintenant, autour de moi,  
tout est silence, tout est calme.  
Envoie l'Ange de la paix sur cette maison.  
Relaxe mes nerfs,  
apaise mon esprit,  
libère mes tensions,  
inonde mon être de silence et de sérénité.*

*Veille sur moi, Père bien-aimé,  
Tandis que je m'abandonne au sommeil,  
confiant comme un enfant  
qui dort heureux dans tes bras.  
Dans ton Nom, Seigneur, je me reposerai tranquille.*

*Amen.*

