

Prière du soir avant d'aller dormir



Dans l'histoire du peuple d'Israël, Dieu rappelle constamment à son peuple qu'il est avec lui, qu'il l'aime et le conduira vers le Royaume promis, un royaume de justice, de paix et de joie!

Le prophète Isaïe rappelle au peuple cette promesse. Le thème de la Semaine de l'éducation catholique, cultiver l'espérance, s'inspire directement de la parole du prophète Isaïe (40,31) :

Ceux qui mettent leur espérance dans le Seigneur trouvent des forces nouvelles...

Cette promesse, Dieu l'a faite à chacun et chacune de nous.

Retour sur la journée (examen)

Avant d'aller dormir, prenons un moment pour revisiter notre journée par ces questions de réflexion :

- Quels ont été les beaux moments de la journée? Où est-ce que j'ai pu voir, sentir, la présence de Dieu? Pour quoi ou pour qui je veux lui dire merci? (silence)
- Quels ont été les moins beaux moments de la journée? Où est-ce que j'ai pu voir, sentir la noirceur, les ténèbres, que j'ai pu m'éloigner de Dieu? (silence)

Parole du Seigneur (Is 43,1)

Maintenant, ainsi parle le Seigneur,
lui qui t'a créé, Jacob, et t'a façonné, Israël :
Ne crains pas, car je t'ai racheté (sauvé), je t'ai appelé par ton nom, tu es à moi.

Le Seigneur te connaît et t'appelle par ton nom. Il t'aime et veut que tu marches avec lui.

Cantique de Syméon (Luc 2,29-32)

Beaucoup plus tard dans l'histoire du peuple d'Israël, Dieu a réalisé sa promesse d'être avec nous, une fois pour toute, en envoyant son Fils Jésus. Lorsque les parents de Jésus viennent présenter l'enfant au Temple comme le veut la tradition, un vieil homme se tient près de l'entrée, Syméon, à qui Dieu avait promis qu'il ne quitterait pas le monde sans avoir vu le Sauveur. Syméon reconnaît Jésus, le prend dans ses bras et proclame ce cantique qui, dans la tradition catholique, est la prière du soir avant d'aller dormir.

Maintenant, ô Maître souverain, +
tu peux laisser ton serviteur s'en aller
en paix, selon ta parole.

Car mes yeux ont vu le salut
que tu préparais à la face des peuples :

lumière qui se révèle aux nations
et donne gloire à ton peuple Israël.

On peut aussi prier à partir de versions chantées du Cantique et alterner d'un soir à l'autre – réciter, chant 1, chant 2...)

[Cantique chanté](#) (Robert Lebel)

[Cantique chanté – option](#) (Communauté de l'Emmanuel)

Bénédition

*On peut terminer par un extrait de la prière du soir dans la tradition juive, la bénédiction « Hamapil » récitée par les Juifs, et donc par Jésus lui-même avant de se coucher.
(traduction libre)*

Tu es béni, Seigneur, notre Dieu, Roi de l'Univers, qui fais descendre le sommeil sur mes yeux et assoupis mes paupières. Amen.