

19 JUIN



## Bénis mon être

Seigneur,  
bénis mes mains  
afin qu'elles soient attentionnées,  
capables de tenir sans devenir menottes,  
capables de donner sans compter, de consoler et de bénir.

Seigneur,  
bénis mes yeux  
afin qu'ils voient le nécessaire sans omettre les petites choses,  
qu'ils regardent au-delà des apparences  
et restent habités par la bienveillance.

Seigneur,  
bénis mes oreilles  
afin qu'elles soient capables d'entendre ta voix,  
qu'elles soient attentives à la souffrance,  
fermées aux bruits et aux médisances,  
mais ouvertes aux paroles qui dérangent.

Seigneur,  
bénis ma bouche  
afin qu'elle confesse ton nom,  
qu'elle exprime des paroles qui construisent et consolent  
plutôt que des mots qui blessent ou détruisent.  
Retiens mes lèvres, qu'elles sachent faire silence.

Seigneur,  
bénis mon cœur  
afin qu'il soit la demeure de ton Esprit Saint,  
qu'il soit capable de pardonner,  
de partager les joies et les peines de mon prochain,  
d'accueillir et de donner l'amour.