PRIÈRES DU MATIN

Quatre textes catholiques pour offrir sa journée à Dieu

Au réveil, dans l’action de grâce, avec la Vierge Marie ou au moment de quitter la maison : quatre prières simples à garder près de soi et à reprendre fidèlement.

Repère : ces textes sont des prières libres. Ils peuvent accompagner la prière personnelle, mais ne remplacent pas les Laudes, qui sont la prière liturgique officielle du matin de l’Église.

DÈS L’OUVERTURE DES YEUX

Prière du matin au réveil

Une prière courte pour recevoir la journée comme un don et remettre son cœur devant Dieu avant le bruit du monde.

Seigneur Jésus, merci pour ce nouveau jour. Avant toute chose, je me tourne vers vous.

Je vous offre ce que je vais vivre : mes rencontres, mon travail, mes joies, mes responsabilités et ce qui me fait peur. Gardez mon cœur dans votre paix, éclairez mes choix et préservez ma langue de la dureté, du mensonge et de la calomnie.

Esprit Saint, donnez-moi la sagesse pour reconnaître le bien à accomplir et la force de le faire. Que mes yeux apprennent aujourd’hui à regarder le monde avec les yeux du Christ.

Père, que ce jour naissant soit vécu en votre présence. Au nom du Père, et du Fils, et du Saint-Esprit. Amen.

Pour prolonger : Marc 1 - Jésus se lève avant l’aube pour prier.

RECEVOIR AVANT DE DEMANDER

Prière du matin pour remercier Dieu

Commencer par l’action de grâce aide à recevoir la vie avant de présenter ses besoins.

Seigneur notre Dieu, je vous rends grâce pour la vie reçue, pour le souffle de ce matin et pour tout ce que je ne pense pas toujours à reconnaître.

Merci pour les personnes qui m’aiment, pour celles que vous me confiez, pour le pain quotidien, pour la beauté qui demeure au milieu des difficultés et pour votre miséricorde qui me permet de recommencer.

Recevez aussi ce qui est fragile en moi : mes péchés, mes blessures, mes impatiences et mes inquiétudes. Que votre amour m’apprenne à ne pas vivre ce jour centré sur moi-même, mais disponible à la joie, au service et au pardon.

Je vous remercie d’avance non pour une journée parfaite, mais parce que rien de ce que je vivrai avec vous ne sera perdu. Par Jésus-Christ, notre Seigneur. Amen.

Pour prolonger : Psaume 117 - rendre grâce au Seigneur pour sa bonté.

AVEC LA MÈRE DU SEIGNEUR

Prière du matin à Marie

Demander l’intercession de la Vierge Marie conduit toujours vers le Christ et vers l’accueil fidèle de sa Parole.

Vierge Marie, Mère de Dieu et notre mère, au commencement de ce jour je vous confie ma vie et ceux que j’aime.

Priez pour moi afin que je demeure près de Jésus, que je sache écouter sa Parole et que je ne me laisse pas gouverner par la peur, l’orgueil ou la précipitation.

Accompagnez ma famille, les personnes seules, les malades, ceux qui vont travailler, ceux qui cherchent leur chemin et tous ceux qui se lèvent ce matin avec un cœur lourd.

Apprenez-moi votre disponibilité : « Qu’il me soit fait selon ta parole. » Conduisez-moi toujours vers votre Fils, lui qui est le chemin, la vérité et la vie. Amen.

Pour prolonger : Luc 1 - l’Annonciation et le oui de Marie.

AVANT D’OUVRIR LA PORTE

Prière du matin avant de sortir de la maison

Une prière de bénédiction et de protection qui ne cherche pas à garantir une journée sans épreuve, mais à demander la fidélité dans le bien.

Seigneur Jésus, au moment de quitter cette maison, marchez avec moi sur le chemin de ce jour.

Gardez-moi de tout ce qui éloigne de vous. Donnez-moi prudence dans mes déplacements, droiture dans mon travail, douceur dans mes paroles et courage lorsque je devrai choisir ce qui est juste.

Je vous confie ma famille, ceux qui voyagent, ceux qui travaillent dans des conditions difficiles, les enfants qui prennent le chemin de l’école et toutes les personnes que je rencontrerai.

Que mon ange gardien m’accompagne selon votre volonté et que votre paix habite mon cœur. Faites de moi aujourd’hui un témoin discret de votre amour. Amen.

Pour prolonger : Jean 15 - demeurer dans le Christ au cœur de la journée.

Retrouvez la page complète :
evangiles.fr/priere-du-matin.php

Vous y trouverez également des repères sur les Laudes, la prière en famille et une routine simple pour commencer la journée dans la foi.