## Moderato Cantabile

Ralentis mes pas, Seigneur.

Calme les battements de mon coeur

en tranquillisant mon esprit.

Freine ma marche par la vision de l'infini du temps.

Accorde-moi, dans la confusion de ma journée,

le calme des collines éternelles.

Brise la tension de mes nerfs

avec la musique apaisante des rivières

qui chante dans mon souvenir.



Aide-moi à découvrir

le pouvoir guérisseur du sommeil

Apprends-moi l'art de prendre des vacances-minutes pour

 admirer une fleur,

 bavarder avec un vieil ami ou en faire un nouveau,

 caresser un chien égaré,

 regarder une araignée tisser sa toile, sourire à un enfant,

 lire quelques lignes d'un bon livre ...