

# Récupérer le sommeil

G. V., Italie

11/09/2011

J'ai eu recours souvent à vous sur ce site pour vous demander de prier par l'intercession de saint Josémaria pour des affaires diverses et variées qui avaient de l'importance en son temps. Je suis donc tenu maintenant de vous remercier.

En 2006, suite au diagnostic d'une tumeur au colon, on ne me donnait que peu de mois de vie. À ce

moment-là, j'ai rencontré quelqu'un de l'Opus Dei qui m'a donné une image de Saint Josémaria au dos de laquelle il y avait une prière à faire pour obtenir des grâces. J'ai prié pendant deux ans et je suis toujours vivant, bien qu'un peu affaibli. Le contrôle Pet-tac montra bien que j'avais positivement réagi à la tumeur.

Cette prière à saint Josémaria m'aida à être plus constant dans mes dévotions privées, à ne pas les laisser tomber, même aux moments de souffrance les plus durs. Dans mes nuits d'insomnie, j'avais du temps pour prier. Saint Josémaria m'aida alors à me passer petit à petit de la morphine qui soulageait mes douleurs. Au grand étonnement de mon docteur, je n'ai pas eu besoin d'en prendre au bout de deux jours.

C'est grâce à notre cher saint que j'ai récupéré le sommeil sans l'aide de

somnifères, je ne prends qu'un cachet pour ma tension l'après-midi au lieu de le faire le matin. Cela fait déjà deux ans que je ne prends plus de benzodiazépine après quarante ans d'insomnie chronique résistant à tout produit pharmaceutique. Je dois dire que cette expérience m'a surtout aidé à ne pas laisser tomber mon oraison quotidienne, faite si possible près du tabernacle.

Il y a quelques jours j'ai prié pour un enfant qui se bat pour vivre. Il semble avoir le syndrome de Down : c'est le quatrième enfant de mon fils, marié depuis cinq ans. Il m'a semblé que tout s'effondrait pour moi qui venais de perdre une fille de vingt-quatre ans, atteinte d'une lésion au cerveau. Or, il y a trois jours, j'ai appris que les dernières analyses excluent cette trisomie.

Pour finir, j'aimerais demander à saint Josémaria, notre cher

intercesseur, de m'aider à perdre les dix kilos que j'ai pris durant ces événements. Merci.

---

pdf | document généré automatiquement depuis <https://opusdei.org/fr/article/recuperer-le-sommeil/> (12/01/2026)