[Prénom][NOM]
[Adresse1]
[Code Postal] [VILLE]
Tél. : 01.23.45.67.89

[Nom Destinataire]
[Adresse Destinataire]
[Code Postal] [VILLE]
Paris, le 19/11/2026

Mon amour,

Depuis quelques semaines, une distance s'est installée entre nous et je la sens chaque jour un peu plus. Je n'arrive plus à te parler comme avant : dès que j'ouvre la bouche, les mots se changent en reproches ou en silences. Alors ce soir, je préfère t'écrire, au calme, pour te dire ce que je n'ai pas su te dire de vive voix.

Je repense souvent à [un souvenir qui nous lie : un voyage, un fou rire, un projet partagé]. Ce moment-là me revient sans cesse, parce qu'il me rappelle ce que nous avons bâti ensemble et tout ce que j'aime chez toi. Rien de tout cela n'a disparu, même si le quotidien a fini par le recouvrir.

Je sais que des malentendus se sont accumulés et que j'ai ma part dans ce silence. Je ne t'écris pas pour désigner un coupable ni pour rejouer nos disputes. Je veux simplement comprendre ce que tu ressens et te dire, à mon tour, ce que je traverse quand nous ne nous parlons plus.

Ce qui nous unit reste, j'en suis convaincu(e), plus fort que ce qui nous oppose en ce moment. Je suis prêt(e) à faire ma part du chemin, à changer ce qui doit l'être et à t'écouter vraiment, sans t'interrompre et sans chercher à me défendre.

Prends le temps de lire ces lignes, autant de fois qu'il te faudra. Si tu le souhaites, j'aimerais que nous prenions un moment rien qu'à nous deux, [par exemple ce week-end], pour nous parler sans pression et sans reproche. Il n'y a aucune condition derrière cette demande, seulement l'envie de te retrouver.

Je t'aime, et j'espère de tout mon cœur que nous saurons retrouver la confiance et la douceur qui nous manquent aujourd'hui. Quelle que soit ta réponse, je tenais à ce que tu saches à quel point tu comptes pour moi.

Avec tout mon amour,

[Prénom][NOM]

Signature