

Méditation audio : En Avent, debout et la tête haute

Moment de prière à partir de l'évangile du 1er dimanche de l'Avent (cycle C)

26/11/2021

Prière introductory

Au nom du Père, et du Fils, et du Saint Esprit.

Amen.

Mon seigneur et mon Dieu, je crois fermement que Tu es ici, que Tu me vois, que Tu m'entends. Je T'adore avec profonde révérence. Je Te demande le pardon de mes péchés et la grâce de faire avec profit ce moment de prière. Ma mère Immaculée, Saint Joseph, mon Père et Seigneur, mon Ange Gardien, intercédez pour moi.

Conclusion

Je Te remercie, mon Dieu, des bonnes résolutions, des actes d'amour et des inspirations que Tu m'as communiqués dans cette méditation. Je te demande de m'aider à les mettre en pratique. Ma mère Immaculée, Saint Joseph, mon Père et Seigneur, mon Ange Gardien, intercédez pour moi.

Évangile de Saint Luc 21, 25-28.34-36

En ce temps-là,

Jésus parlait à ses disciples de sa venue :

« Il y aura des signes dans le soleil, la lune et les étoiles.

Sur terre, les nations seront affolées et désemparées

par le fracas de la mer et des flots.

Les hommes mourront de peur

dans l'attente de ce qui doit arriver au monde,

car les puissances des cieux seront ébranlées.

Alors, on verra le Fils de l'homme venir dans une nuée,

avec puissance et grande gloire.

Quand ces événements
commenceront,
redressez-vous et relevez la tête,
car votre rédemption approche.

Tenez-vous sur vos gardes,
de crainte que votre cœur ne
s'alourdisse
dans les beuveries, l'ivresse et les
soucis de la vie,
et que ce jour-là ne tombe sur vous à
l'improviste
comme un filet ;
il s'abattra, en effet,
sur tous les habitants de la terre
entière.

Restez éveillés et priez en tout
temps :
ainsi vous aurez la force

d'échapper à tout ce qui doit arriver,
et de vous tenir debout devant le Fils
de l'homme. »

Accéder à toutes les méditations
audio

pdf | document généré
automatiquement depuis [https://
opusdei.org/fr-be/article/meditation-
audio-en-avent-debout-et-la-tete-haute/
\(08/02/2026\)](https://opusdei.org/fr-be/article/meditation-audio-en-avent-debout-et-la-tete-haute/)