

opusdei.org

# **Méditation audio : La Vierge Marie visite sa cousine Elisabeth**

Moment de prière à partir de  
l'évangile du 4ème dimanche de  
l'Avent (cycle C)

17/12/2021

## **Prière introductive**

*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 1, 39-45**

En ces jours-là,

Marie se mit en route et se rendit  
avec empressement

vers la région montagneuse, dans  
une ville de Judée.

Elle entra dans la maison de Zacharie  
et salua Élisabeth.

Or, quand Élisabeth entendit la  
salutation de Marie,

l'enfant tressaillit en elle.

Alors, Élisabeth fut remplie d'Esprit  
Saint,

et s'écria d'une voix forte :

« Tu es bénie entre toutes les  
femmes,

et le fruit de tes entrailles est béni.

D'où m'est-il donné

que la mère de mon Seigneur vienne  
jusqu'à moi ?

Car, lorsque tes paroles de salutation  
sont parvenues à mes oreilles,

l'enfant a tressailli d'allégresse en  
moi.

Heureuse celle qui a cru à  
l'accomplissement des paroles

qui lui furent dites de la part du  
Seigneur. »

Accéder à toutes les méditations  
audio

.....

pdf | document généré  
automatiquement depuis [https://  
opusdei.org/fr-ch/article/meditation-  
audio-la-vierge-marie-visite-sa-cousine-  
elisabeth/](https://opusdei.org/fr-ch/article/meditation-audio-la-vierge-marie-visite-sa-cousine-elisabeth/) (19/02/2026)