



Pour débiter...

- Choisir un endroit calme où chacun se sentira bien (salon, chambre, jardin,...).
- Apporter un objet et/ou poser un geste qui aide(nt) à penser à Jésus (par exemple : déposer une petite croix, une bible, allumer une bougie...).
- Vous êtes invités à suivre la proposition de la fiche ou à l'aménager (par exemple : ajouter quelques instants de silence ou un chant que vous connaissez ou encore une prière spontanée pour un membre de la famille). Au début, vous pouvez peut-être n'utiliser qu'une partie de la fiche.
- Vous pouvez toujours terminer par un signe de croix et ajouter une parole de bénédiction (par exemple : *Que le seigneur nous bénisse et nous garde !*).
- Chaque fiche est basée sur l'Évangile d'un dimanche mais on peut prier un autre jour !



1. Préparons-nous !



Pour entrer dans le silence et dans la prière, chantons ensemble :

Écoute sur un smartphone (taper le titre dans Google pour écouter) :

🎵 [Laurent Grzybowski - Veillons et prions - YouTube](#)

**Refrain : Veillons et prions, nous ne savons ni l'heure ni le jour,
Veillons et prions, c'est aujourd'hui le temps de l'amour.**

- | | |
|--|---|
| <p>1. Tu fais de nous, Seigneur, des enfants de lumière,
Apprends-nous à marcher dans la nuit.
Tu viens en nous, Seigneur, avec un cœur de père,
Donne-nous de changer notre vie.</p> | <p>3. Tu fais de nous, Seigneur, des lueurs d'espérance,
Apprends-nous à quitter nos prisons.
Tu viens en nous, Seigneur, dans le plus grand silence,
Donne-nous d'accueillir ton pardon.</p> |
| <p>2. Tu fais de nous, Seigneur, des guetteurs de l'aurore,
Apprends-nous à rester vigilant.
Tu viens en nous, Seigneur, pour nous guider encore,
Donne-nous de te suivre en chantant.</p> | <p>4. Tu fais de nous, Seigneur, des témoins d'Évangile,
Apprends-nous à tenir dans la foi.
Tu viens en nous, Seigneur, comme un souffle fragile,
Donne-nous d'avancer pas à pas.</p> |

**Entrons dans le silence et la prière, traçons un beau signe de croix en disant ensemble :
Au nom du Père, du Fils et du Saint-Esprit ! Amen**

2. Écoutons la Parole de Dieu !

Si vous le pouvez, écoutez le récit avec le lien ci-dessous ou QR code

[Évangile de Jésus Christ selon saint Luc \(Lc 1, 39-45\)](#)



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.* »

3. Passons de l'oreille au cœur !



La visitation cathédrale de Paris

L'enfant tressaillit de joie en elle ! Dans la prière, Jésus vient à ma rencontre et désire m'offrir la joie de sa présence. Voici l'œuvre qu'un artiste a réalisée pour représenter l'Evangile d'aujourd'hui. Contemplons-la !

Les 2 futures mamans nous transmettent un débordement de joie !
La joie, oui, d'être bientôt maman !

Ces 2 femmes nous disent aussi leur joie car Dieu réalise sa promesse pour elles et pour tous les hommes !

Elisabeth est déjà très âgée mais Dieu a exhaussé sa prière d'avoir un enfant.
Marie porte en elle l'enfant de la promesse :
le Seigneur que tout le peuple d'Israël attendait !

4. Répondons avec le cœur !

Dans le silence de notre cœur, Jésus nous promet aussi une très grande joie pour nous, pour toute notre famille.

Comme à Marie et à Elisabeth,

Dieu nous confie sa Parole et nous offre sa joie.

Il nous invite à croire en sa Parole et en sa promesse.

Comme Marie et Elisabeth,
accueillons la joie que nous offre le Seigneur
car Il vient et est déjà parmi nous.

Avec Elisabeth, prions Marie en disant :

**Je vous salue Marie, pleine de grâce,
le Seigneur est avec vous.
Tu es bénie entre toutes les femmes,
et Jésus, le fruit de vos entrailles est béni.
Sainte Marie, Mère de Dieu,
priez pour nous pauvres pécheurs,
maintenant et à l'heure de notre mort.**

Amen.

5. Dieu se donne, donnons-nous !

Aujourd'hui, Jésus nous invite à entrer dans sa joie !

Cette joie que nous ressentons quand, comme Marie et Elisabeth, nous croyons en sa Parole ;
quand nous avons confiance en Lui !

Et si nous posions des actes de confiance en Jésus ?

A chacun d'imaginer comment le faire !

Par exemple, le matin, nous pouvons dire à Jésus : « Jésus, aujourd'hui, je désire te suivre » ; ou bien,
nous pouvons lire une parole de l'Evangile :

comme « Aimez-vous les uns les autres » et choisir de faire un geste d'amour.

**Nous pouvons terminer la prière en demandant à Marie :
« Marie, aide-moi à partager ta joie ».**

« Au nom du Père, du Fils et du Saint-Esprit. Amen »