« Il y a toujours une étoile dans ton ciel,
comme une invitation à te lever pour partir. »

CoopBelsud, En Avent tous !

Les prières à écouter : **coopdonbosco.be/enaventtous/avent2026**

Méditations et prières : CoopBelsud · Prières audio : COOPBELsong
Support musical créé avec l'intelligence artificielle (IA)
Évangiles : traduction liturgique de la Bible (AELF)
Avent 2026 · Année liturgique B



Cheminer en Avent

Quatre dimanches pour accueillir le Seigneur

Avent ✦ Noël 2026

29 novembre — 25 décembre 2026

Entrée dans l'Avent

L'Avent est un temps d'attente et de préparation. Il ne nous demande pas d'être parfaits, mais disponibles : disponibles à la parole de Dieu, aux autres, et à la venue discrète du Christ dans notre quotidien.

Au fil de ces quatre dimanches, nous cheminerons avec quatre attitudes :

veiller · préparer · témoigner · accueillir

« L'Avent est le temps du désir intérieur
où nous avons à accueillir la vie.
Laissons le Christ naître en notre cœur. »
CoopBelsud, En Avent tous !

« Quand tu attends,
tu es comme le silence
qui se fait juste avant la chanson. »
CoopBelsud, prière pour Noël

Pour prolonger le chemin

« L'aventure que nous avons à vivre,
c'est de révéler Dieu, de le faire entrer dans l'histoire,
d'inscrire sa présence de lumière et d'amour
dans tous les gestes de la vie. »
CoopBelsud, En Avent tous !

Chaque jour de cette AVENTure, nous pouvons choisir un geste simple :

- Prendre cinq minutes de silence pour prier.
- Écrire un mot d'encouragement à une personne seule.
- Faire une démarche concrète de partage ou de solidarité.
- Pardonner une petite blessure.
- Remercier Dieu pour les présences et les grâces reçues.

Mon chemin d'Avent

1re semaine

2e semaine

3e semaine

4e semaine

À Noël

Noël

Nais en nous cette nuit

Seigneur Jésus,
Enfant de Bethléem,
viens désarmer nos cœurs blindés.

Donne-nous un cœur d'enfant,
capable de confiance,
de tendresse et d'émerveillement.

Plante ta parole dans nos déserts,
pour y faire grandir la paix,
le pardon et la joie.

Fais de nous des bergers de la vie,
des messagers de ton souffle,
des gardiens de l'accord et de la fraternité.

Que ta paix se partage dans nos maisons
et dans le monde.

Viens, Seigneur Jésus.
Nais en nous cette nuit.
Amen.

Écouter la prière
« Nais en nous cette nuit »
coopdonbosco.be/enaventtous/avent2026

Le chemin

1er dimanche	Veiller — *29 novembre · Marc 13*	4
2e dimanche	Préparer — *6 décembre · Marc 1*	7
3e dimanche	Témoigner — *13 décembre · Jean 1*	10
4e dimanche	Accueillir — *20 décembre · Luc 1*	13
Veillée de Noël	La naissance du Sauveur · *Luc 2*	16
Noël	Célébrer Noël · *Jean 1*	20
Et ensuite…	Pour prolonger le chemin	23

Pour chaque étape : **l'Évangile** du dimanche, une **méditation** et une **prière**.

Chaque prière existe aussi **en version audio**, récitée sur un fond musical.
Scannez le code QR au bas de la prière pour l'écouter et prier ensemble, en famille, en groupe ou en célébration.

Toutes les prières à écouter
COOPBELsong · 6 prières sur fond musical
coopdonbosco.be/enaventtous/avent2026

1er dimanche de l'Avent · 29 novembre 2026

Restez éveillés

Évangile *Marc 13, 33-37*

de Jésus Christ selon saint Marc

En ce temps-là, Jésus disait à ses disciples :

33 « Prenez garde, restez éveillés : car vous ne savez pas quand ce sera le moment.
34 C'est comme un homme parti en voyage : en quittant sa maison, il a donné tout pouvoir à ses serviteurs, fixé à chacun son travail, et demandé au portier de veiller.

35 Veillez donc, car vous ne savez pas quand vient le maître de la maison, le soir ou à minuit, au chant du coq ou le matin ; 36 s'il arrive à l'improviste, il ne faudrait pas qu'il vous trouve endormis.

37 Ce que je vous dis là, je le dis à tous : Veillez ! »

— Acclamons la Parole de Dieu.

Traduction liturgique de la Bible (AELF)

Noël

Célébrer Noël

> *Et le Verbe s'est fait chair,*
> *il a habité parmi nous.*
> *Jean 1, 14*

À Noël, Dieu ne vient pas nous impressionner par sa puissance. Il vient comme un enfant, petit et vulnérable, pour nous apprendre que la vraie force est la tendresse.

Tandis que la violence cherche à s'imposer, Jésus désarme nos peurs et nos cœurs blindés. Il nous invite à devenir, comme les bergers, des messagers de paix : porter une parole qui apaise, un geste qui réconcilie, une joie qui se partage.

> *Noël nous rappelle que Dieu est proche. Il habite nos fragilités, nos familles et nos déserts, pour y faire grandir des chemins de pardon, d'accord et de fraternité.*



Noël : la lumière est venue dans le monde.

Nativité du Seigneur · 25 décembre 2026

Le Verbe s'est fait chair

Évangile

Jean 1, 1-18

de Jésus Christ selon saint Jean

1 Au commencement était le Verbe, et le Verbe était auprès de Dieu, et le Verbe était
Dieu. 2 Il était au commencement auprès de Dieu. 3 C'est par lui que tout est venu à
l'existence, et rien de ce qui s'est fait ne s'est fait sans lui. 4 En lui était la vie, et la vie
était la lumière des hommes ; 5 la lumière brille dans les ténèbres, et les ténèbres ne
l'ont pas arrêtée.

6 Il y eut un homme envoyé par Dieu ; son nom était Jean. 7 Il vint comme témoin,
pour rendre témoignage à la Lumière, afin que tous croient par lui. 8 Cet homme
n'était pas la Lumière, mais il était là pour rendre témoignage à la Lumière. 9 Le Verbe
était la vraie Lumière, qui éclaire tout homme en venant dans le monde. 10 Il était dans
le monde, et le monde était venu à l'existence par lui, et le monde ne l'a pas reconnu.
11 Il est venu chez lui, et les siens ne l'ont pas reçu.

12 Mais à tous ceux qui l'ont reçu, il a donné de pouvoir devenir enfants de Dieu, eux
qui croient en son nom. 13 Ils ne sont pas nés du sang, ni d'une volonté de chair, ni
d'une volonté d'homme, mais de Dieu. 14 Et le Verbe s'est fait chair, il a habité parmi
nous, et nous avons vu sa gloire, la gloire qu'il tient de son Père comme Fils unique,
plein de grâce et de vérité.

15 Jean lui rend témoignage en proclamant : « C'est de lui que j'ai dit : Celui qui vient
derrière moi est passé devant moi, car avant moi il était. » 16 Tous, nous avons reçu de
sa plénitude, grâce après grâce. 17 Car la Loi fut donnée par Moïse, la grâce et la vérité
sont venues par Jésus Christ. 18 Dieu, personne ne l'a jamais vu ; le Fils unique, lui qui
est Dieu, lui qui est dans le sein du Père, c'est lui qui l'a fait connaître.

— Acclamons la Parole de Dieu.

Traduction liturgique de la Bible (AELF)

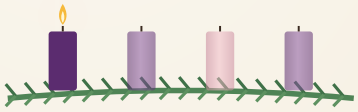
1er dimanche de l'Avent

Veiller

> *Ce que je vous dis là, je le dis à tous :*
> *Veillez !*
>
> *Marc 13, 37*

L'Avent commence par un appel à la vigilance. Veiller, ce n'est pas vivre dans la crainte, mais garder le cœur ouvert : à la parole de Dieu, aux besoins des autres, aux signes de sa présence. Le Seigneur vient souvent là où nous ne l'attendons pas.

> *Cette semaine, demandons-nous : qu'est-ce qui endort mon cœur, et qu'est-ce qui peut le réveiller à l'amour ?*



Cette semaine, on allume la 1re bougie de la couronne.

1er dimanche de l'Avent

Éveille-nous à ton amour

Seigneur Jésus,
au seuil de ce nouvel Avent,
apprends-nous à rester éveillés.

Que nos yeux ne se ferment pas
devant les besoins qui nous entourent,
que nos cœurs ne s'endorment pas
dans la routine, la peur ou l'indifférence.

Donne-nous la vigilance de ceux qui attendent
non pas avec angoisse,
mais avec espérance.
Que chaque jour soit une porte
par laquelle tu peux entrer dans notre vie.

Seigneur, tu nous dis : « Veillez ! »
Fais de nous des témoins attentifs,
disponibles à ta parole,
prêts à accueillir ta venue,
aujourd'hui et à chaque instant.

Viens, Seigneur Jésus.
Éveille-nous à ton amour.
Amen.

Écouter la prière
« Seigneur, éveille-nous à ton amour »
coopdonbosco.be/enaventtous/avent2026

Veillée de Noël · suite

Comme les bergers,
donne-nous la grâce de nous lever et d'aller vers toi,
sans attendre que tout soit parfait.
Apprends-nous à reconnaître ta venue
dans les petits, les fragiles, les exclus,
dans ceux qui n'ont pas de place.

Que les anges reprennent leur chant dans notre monde :
« Gloire à Dieu au plus haut des cieux,
et paix sur la terre aux hommes qu'il aime. »
Fais de nous des artisans de cette paix,
par nos paroles, nos gestes et notre amour.

Viens, Seigneur Jésus.
Viens naître en nous.
Que ta lumière ne s'éteigne jamais dans nos vies.
Amen.

Écouter la prière
« Accueillons Jésus » · veillée de Noël
coopdonbosco.be/enaventtous/avent2026

Veillée de Noël

Accueillons Jésus

Seigneur notre Dieu,
en cette nuit sainte,
le ciel s'est ouvert sur la pauvreté de Bethléem,
et ta lumière a rencontré des bergers simples,
des cœurs disponibles,
des vies ordinaires transformées par ta présence.

Nous te rendons grâce pour Jésus,
ton Fils bien-aimé,
né d'une femme, couché dans une mangeoire,
venu non pour écraser le monde,
mais pour le sauver avec douceur.

Aujourd'hui encore, tu nous dis :
« Ne craignez pas,
je vous annonce une bonne nouvelle,
une grande joie pour tout le peuple. »
Fais de cette joie une lumière dans nos familles,
une force dans nos épreuves,
une espérance pour ceux qui souffrent,
une paix pour les cœurs meurtris.

Seigneur,
il y a tant de places où tu n'es pas attendu :
dans nos habitudes, nos disputes, nos silences,
nos peurs et nos fermetures.
Prépare en nous une place pour ton Enfant.
Que notre maison devienne une crèche,
que notre table devienne un lieu de partage,
que notre cœur devienne une demeure pour ta paix.

2e dimanche de l'Avent · 6 décembre 2026

Jean-Baptiste dans le désert

Évangile

Marc 1, 1-8

de Jésus Christ selon saint Marc

1 Commencement de l'Évangile de Jésus, Christ, Fils de Dieu.

2 Il est écrit dans le livre du prophète Isaïe : Voici que j'envoie mon messager en
avant de toi, pour préparer ton chemin. 3 Voix de celui qui crie dans le désert :
Préparez le chemin du Seigneur, rendez droits ses sentiers.

4 Alors Jean le Baptiste parut dans le désert. Il proclamait un baptême de
conversion pour le pardon des péchés. 5 Toute la province de Judée et tous les
habitants de Jérusalem allaient à lui. Et, reconnaissant leurs péchés, ils se
faisaient baptiser par lui dans les eaux du Jourdain.

6 Jean était vêtu de poil de chameau, avec une ceinture de cuir autour des reins ;
il se nourrissait de sauterelles et de miel sauvage. 7 Il proclamait : « Voici venir
derrière moi celui qui est plus fort que moi ; je ne suis pas digne de m'abaisser
pour dénouer la courroie de ses sandales. 8 Moi, je vous ai baptisés avec de l'eau ;
lui vous baptisera dans l'Esprit Saint. »

— Acclamons la Parole de Dieu.

Traduction liturgique de la Bible (AELF)

2e dimanche de l'Avent

Préparer

Préparez le chemin du Seigneur,
rendez droits ses sentiers.
Marc 1, 3

Jean-Baptiste prépare un chemin dans le désert. Le désert, c'est ce qui est dépouillé en nous : le silence, la fatigue, le doute, parfois la solitude. Mais c'est aussi le lieu où Dieu peut parler plus clairement.

Avant Noël, il ne s'agit pas de tout réussir, mais de laisser de la place : moins de bruit, moins de course, plus d'écoute.

> *Que nos vies deviennent un chemin aplani pour le Seigneur.*



Cette semaine, on allume la 2e bougie.

Veillée de Noël

Un cœur ouvert

Aujourd'hui, dans la ville de David, vous est né
un Sauveur qui est le Christ, le Seigneur.
Luc 2, 11

À Bethléem, Dieu choisit la petitesse : un enfant, une mangeoire, des bergers. Il vient rejoindre nos vies telles qu'elles sont, avec leurs fragilités et leurs manques.

Noël nous dit que nous ne sommes jamais seuls et que l'amour de Dieu est plus fort que nos peurs.

> *Cette nuit, accueillons Jésus non dans une maison parfaite, mais dans un cœur ouvert.*



Cette nuit, toute la couronne est allumée.

Veillée de Noël · 24 décembre 2026

La naissance du Sauveur

Évangile

Luc 2, 1-14

de Jésus Christ selon saint Luc

1 En ces jours-là, parut un édit de l'empereur Auguste, ordonnant le recensement de
toute la terre. 2 Ce premier recensement eut lieu pendant que Quirinius était
gouverneur de Syrie. 3 Et tous allaient se faire recenser, chacun dans sa ville.

4 Joseph, lui aussi, monta de Galilée, depuis la ville de Nazareth, vers la Judée, jusqu'à
la ville de David appelée Bethléem. Il était en effet de la maison et de la lignée de
David. 5 Il venait se faire recenser avec Marie, son épouse, qui était enceinte. 6 Or,
pendant qu'ils étaient là, le temps où elle devait enfanter fut accompli. 7 Et elle enfanta
son fils premier-né ; elle l'emmaillota et le coucha dans une mangeoire, car il n'y avait
pas de place pour eux dans la salle commune.

8 Dans la même région, il y avait des bergers qui vivaient dehors et passaient la nuit
dans les champs pour garder leurs troupeaux. 9 L'ange du Seigneur se présenta devant
eux, et la gloire du Seigneur les enveloppa de sa lumière. Ils furent saisis d'une grande
crainte. 10 Alors l'ange leur dit : « Ne craignez pas, car voici que je vous annonce une
bonne nouvelle, une grande joie pour tout le peuple : 11 Aujourd'hui, dans la ville de
David, vous est né un Sauveur qui est le Christ, le Seigneur. 12 Et voici le signe qui
vous est donné : vous trouverez un nouveau-né emmailloté et couché dans une
mangeoire. »

13 Et soudain, il y eut avec l'ange une troupe céleste innombrable, qui louait Dieu en
disant :

14 « Gloire à Dieu au plus haut des cieux,
et paix sur la terre aux hommes qu'il aime. »

— Acclamons la Parole de Dieu.

Traduction liturgique de la Bible (AELF)

2e dimanche de l'Avent

Viens aplanir nos chemins

Seigneur,
comme Jean-Baptiste dans le désert,
envoie une voix dans nos vies
pour nous préparer à ta venue.

Dégage le chemin de nos cœurs :
enlève ce qui nous alourdit,
ce qui nous détourne de toi,
nos rancunes, nos excuses, nos peurs.

Donne-nous la force de nous convertir,
non par découragement devant ce que nous sommes,
mais par confiance en celui qui vient nous sauver.

Que notre parole soit simple et vraie,
que nos gestes préparent ta route,
que nos journées deviennent un désert fécond
où ta présence peut se faire entendre.

Seigneur Jésus,
rends-nous disponibles à ta Bonne Nouvelle.
Viens aplanir nos chemins.
Amen.

Écouter la prière
« Viens aplanir nos chemins »
coopdonbosco.be/enaventtous/avent2026

3e dimanche de l'Avent · 13 décembre 2026

Témoigner de la Lumière

Évangile

Jean 1, 6-8.19-28

de Jésus Christ selon saint Jean

6 Il y eut un homme envoyé par Dieu ; son nom était Jean. 7 Il vint comme témoin,
pour rendre témoignage à la Lumière, afin que tous croient par lui. 8 Cet homme
n'était pas la Lumière, mais il était là pour rendre témoignage à la Lumière.

19 Voici le témoignage de Jean, quand les Juifs lui envoyèrent de Jérusalem des prêtres
et des lévites pour lui demander : « Qui es-tu ? » 20 Il ne refusa pas de répondre, il
déclara ouvertement : « Moi, je ne suis pas le Christ. » 21 Ils lui demandèrent : « Alors
qu'en est-il ? Es-tu le prophète Élie ? » Il dit : « Je ne le suis pas. » – « Es-tu le
Prophète annoncé ? » Il répondit : « Non. » 22 Ils lui dirent donc : « Qui es-tu ? Il
faut que nous donnions une réponse à ceux qui nous ont envoyés. Que dis-tu sur toi-
même ? » 23 Il déclara : « Je suis la voix de celui qui crie dans le désert : Rendez droit le
chemin du Seigneur, comme a dit le prophète Isaïe. »

24 Or, les envoyés étaient des pharisiens. 25 Ils lui posèrent encore cette question :
« Pourquoi donc baptises-tu, si tu n'es ni le Christ, ni Élie, ni le Prophète ? » 26 Jean
leur répondit : « Moi, je baptise dans l'eau. Mais au milieu de vous se tient celui que
vous ne connaissez pas : 27 c'est lui qui vient derrière moi, et je ne suis pas digne de
dénouer la courroie de sa sandale. »

28 Cela se passait à Béthanie, de l'autre côté du Jourdain, à l'endroit où Jean baptisait.

— Acclamons la Parole de Dieu.

Traduction liturgique de la Bible (AELF)

4e dimanche de l'Avent

Par le oui de Marie

Dieu tout-puissant et tendre,
au dernier dimanche de l'Avent,
nous contemplons le « oui » de Marie.

Comme elle, apprends-nous à écouter
ta parole jusque dans l'inattendu.
Quand ton projet nous dépasse,
quand il bouleverse nos certitudes,
donne-nous la confiance de Marie :
« Que tout m'advienne selon ta parole. »

Que notre cœur devienne une demeure accueillante
pour ton Fils qui vient.
Que nos mains s'ouvrent aux pauvres,
que nos paroles portent la paix,
que nos vies laissent place à ton action.

Seigneur,
par le oui de Marie,
tu es entré dans l'histoire des hommes.
Par notre oui,
entre aussi dans notre quotidien.

Viens, Seigneur Jésus.
Prépare nos cœurs à Noël.
Amen.

Écouter la prière
« Par le oui de Marie »
coopdonbosco.be/enaventtous/avent2026

4e dimanche de l'Avent

Accueillir

Voici la servante du Seigneur ;
que tout se passe pour moi selon ta parole.
Luc 1, 38

À Nazareth, Dieu ne force rien : il propose, et Marie répond. Son oui n'efface pas ses questions ni ses étonnements ; il les traverse par la foi.

Nous aussi, nous sommes appelés à dire oui, non pas une fois pour toutes, mais chaque jour : à pardonner, à servir, à espérer, à accueillir l'autre.

> *En ce dernier dimanche avant Noël, prions pour un cœur disponible, comme celui de Marie.*



Cette semaine, les quatre bougies brillent.

3e dimanche de l'Avent · dimanche de la joie

Témoigner

Il vint comme témoin,
pour rendre témoignage à la Lumière.
Jean 1, 7

Jean-Baptiste ne se prend pas pour la lumière : il vient rendre témoignage à la Lumière. Dans un monde qui cherche à briller, il nous rappelle que notre rôle est plus simple : laisser passer la lumière du Christ.

Un geste de bonté, une parole honnête, un pardon sincère peuvent éclairer quelqu'un.

> *Ce dimanche de la joie, demandons la grâce de reconnaître Jésus déjà présent au milieu de nous.*



Dimanche de la joie : on allume la bougie rose.

3e dimanche de l'Avent

Seigneur, sois notre lumière

Seigneur Jésus,
Lumière venue dans nos ténèbres,
donne-nous la joie de te reconnaître
au milieu de notre monde.

Comme Jean-Baptiste,
apprends-nous à rendre témoignage à la Lumière
sans chercher à nous mettre en avant.
Que nous sachions dire, avec humilité :
« Il faut qu'il grandisse, et que je diminue. »

Quand les doutes traversent nos vies,
quand l'obscurité semble forte,
rappelle-nous que tu es déjà venu
et que ta lumière ne peut être éteinte.

Fais de nous des témoins joyeux :
par notre attention aux autres,
notre pardon, notre espérance,
notre manière de voir le bien
là où d'autres ne voient que l'échec.

Seigneur, sois notre lumière.
Éclaire nos pas vers Noël.
Amen.

Écouter la prière
« Seigneur, sois notre lumière »
coopdonbosco.be/enaventtous/avent2026

4e dimanche de l'Avent · 20 décembre 2026

L'Annonciation

Évangile — *Luc 1, 26-38*

de Jésus Christ selon saint Luc

26 En ce temps-là, l'ange Gabriel fut envoyé par Dieu dans une ville de Galilée, appelée
Nazareth, 27 à une jeune fille vierge, accordée en mariage à un homme de la maison de
David, appelé Joseph ; et le nom de la jeune fille était Marie.

28 L'ange entra chez elle et dit : « Je te salue, comblée de grâce, le Seigneur est avec
toi. » 29 À cette parole, elle fut toute bouleversée, et elle se demandait ce que pouvait
signifier cette salutation.

30 L'ange lui dit alors : « Sois sans crainte, Marie, car tu as trouvé grâce auprès de Dieu.
31 Voici que tu vas concevoir et enfanter un fils ; tu lui donneras le nom de Jésus. 32 Il
sera grand, il sera appelé Fils du Très-Haut ; le Seigneur Dieu lui donnera le trône de
David son père ; 33 il régnera pour toujours sur la maison de Jacob, et son règne n'aura
pas de fin. »

34 Marie dit à l'ange : « Comment cela va-t-il se faire, puisque je ne connais pas
d'homme ? » 35 L'ange lui répondit : « L'Esprit Saint viendra sur toi, et la puissance
du Très-Haut te prendra sous son ombre ; c'est pourquoi l'enfant qui va naître sera
saint, il sera appelé Fils de Dieu. 36 Et voici qu'Élisabeth, ta parente, a conçu, elle aussi,
un fils dans sa vieillesse et elle en est à son sixième mois, alors qu'on l'appelait "la
femme stérile". 37 Car rien n'est impossible à Dieu. »

38 Marie dit alors : « Voici la servante du Seigneur ; que tout se passe pour moi selon ta
parole. » Alors l'ange la quitta.

— Acclamons la Parole de Dieu.

Traduction liturgique de la Bible (AELF)