

opusdei.org

# Méditation audio : Ascension du Seigneur

Moment de prière à partir de  
l'évangile de la solennité de  
l'Ascension (cycle B)

12/05/2021

## **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 Marc 16, 15-20

En ce temps-là,

Jésus ressuscité se manifesta aux onze Apôtres et leur dit :

« Allez dans le monde entier.

Proclamez l'Évangile à toute la création.

Celui qui croira et sera baptisé  
sera sauvé ;

celui qui refusera de croire  
sera condamné.

Voici les signes qui accompagneront  
ceux qui deviendront croyants :  
en mon nom, ils expulseront les  
démons ;

ils parleront en langues nouvelles ;

ils prendront des serpents dans leurs  
mains

et, s'ils boivent un poison mortel,

il ne leur fera pas de mal ;

ils imposeront les mains aux  
malades,

et les malades s'en trouveront bien. »

Le Seigneur Jésus,

après leur avoir parlé,

fut enlevé au ciel

et s'assit à la droite de Dieu.

Quant à eux,

ils s'en allèrent proclamer partout  
l'Évangile.

Le Seigneur travaillait avec eux

et confirmait la Parole par les signes  
qui l'accompagnaient.

Accéder à toutes les méditations  
audio

photo shutterstock / Renata  
Sedmakova

.....

pdf | document généré  
automatiquement depuis [https://  
opusdei.org/fr-be/article/meditation-  
audio-ascension-du-seigneur/](https://opusdei.org/fr-be/article/meditation-audio-ascension-du-seigneur/)  
(01/04/2026)