

opusdei.org

Méditation audio : Sel de la terre et lumière du monde

Moment de prière à partir de
l'Évangile du 5ème dimanche
du Temps Ordinaire (Année A)

06/02/2026

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 Jésus Christ selon saint Matthieu (5, 13-16)

En ce temps-là,

Jésus disait à ses disciples :

« Vous êtes le sel de la terre.

Mais si le sel devient fade,

comment lui rendre de la saveur ?

Il ne vaut plus rien :

on le jette dehors et il est piétiné par
les gens.

Vous êtes la lumière du monde.

Une ville située sur une montagne
ne peut être cachée.

Et l'on n'allume pas une lampe
pour la mettre sous le boisseau ;
on la met sur le lampadaire,

et elle brille pour tous ceux qui sont dans la maison.

De même, que votre lumière brille devant les hommes :

alors, voyant ce que vous faites de bien,

ils rendront gloire à votre Père qui est aux cieux. »

Accéder à toutes les méditations audio

.....

pdf | document généré
automatiquement depuis <https://opusdei.org/fr-cd/article/meditation-audio-sel-de-la-terre-et-lumiere-du-monde/> (07/02/2026)