

opusdei.org

# **Méditation audio : Donne-moi un cœur nouveau**

Moment de prière à partir de  
l'Évangile du deuxième  
dimanche de l'Avent (année A)

05/12/2025

## **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 (3, 1-12))**

En ces jours-là,

paraît Jean le Baptiste,

qui proclame dans le désert de  
Judée :

« Convertissez-vous,

car le royaume des Cieux est tout  
proche. »

Jean est celui que désignait la parole  
prononcée par le prophète Isaïe :

*Voix de celui qui crie dans le désert :*

Préparez le chemin du Seigneur,  
rendez droits ses sentiers.

Lui, Jean, portait un vêtement de  
poils de chameau,

et une ceinture de cuir autour des  
reins ;

il avait pour nourriture des  
sauterelles et du miel sauvage.

Alors Jérusalem, toute la Judée et  
toute la région du Jourdain

se rendaient auprès de lui,

et ils étaient baptisés par lui dans le  
Jourdain

en reconnaissant leurs péchés.

Voyant beaucoup de pharisiens et de  
sadducéens

se présenter à son baptême,

il leur dit :

« Engeance de vipères !

Qui vous a appris à fuir la colère qui  
vient ?

Produisez donc un fruit digne de la  
conversion.

N'allez pas dire en vous-mêmes :

‘Nous avons Abraham pour père’ ;

car, je vous le dis :

des pierres que voici,

Dieu peut faire surgir des enfants à Abraham.

Déjà la cognée se trouve à la racine des arbres :

tout arbre qui ne produit pas de bons fruits

va être coupé et jeté au feu.

Moi, je vous baptise dans l'eau,

en vue de la conversion.

Mais celui qui vient derrière moi

est plus fort que moi,

et je ne suis pas digne de lui retirer ses sandales.

Lui vous baptisera dans l'Esprit Saint et le feu.

Il tient dans sa main la pelle à  
vanner,

il va nettoyer son aire à battre le blé,

et il amassera son grain dans le  
grenier ;

quant à la paille,

il la brûlera au feu qui ne s'éteint  
pas. »

Accéder à toutes les méditations  
audio

.....

pdf | document généré  
automatiquement depuis [https://  
opusdei.org/fr-ch/article/meditation-  
audio-dimanche-avent-donne-moi-un-  
coeur-nouveau/](https://opusdei.org/fr-ch/article/meditation-audio-dimanche-avent-donne-moi-un-coeur-nouveau/) (31/03/2026)