

opusdei.org

Méditation audio : Jésus annonce le chemin des Béatitudes

Moment de prière à partir de
l'Évangile du 4ème dimanche
du Temps Ordinaire (Année A)

30/01/2026

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, 1-12a)

En ce temps-là,

voyant les foules,

Jésus gravit la montagne.

Il s'assit, et ses disciples
s'approchèrent de lui.

Alors, ouvrant la bouche, il les
enseignait.

Il disait :

« Heureux les pauvres de cœur,
car le royaume des Cieux est à eux.

Heureux ceux qui pleurent,
car ils seront consolés.

Heureux les doux,
car ils recevront la terre en héritage.

Heureux ceux qui ont faim et soif de
la justice,

car ils seront rassasiés.

Heureux les miséricordieux,

car ils obtiendront miséricorde.

Heureux les cœurs purs,

car ils verront Dieu.

Heureux les artisans de paix,

car ils seront appelés fils de Dieu.

Heureux ceux qui sont persécutés
pour la justice,

car le royaume des Cieux est à eux.

Heureux êtes-vous si l'on vous
insulte,

si l'on vous persécute

et si l'on dit faussement toute sorte
de mal contre vous,

à cause de moi.

Réjouissez-vous, soyez dans
l'allégresse,

car votre récompense est grande
dans les cieux ! »

Accéder à toutes les méditations
audio

.....

pdf | document généré
automatiquement depuis [https://
opusdei.org/fr-ch/article/meditation-
audio-jesus-annonce-le-chemin-des-
beatitudes/](https://opusdei.org/fr-ch/article/meditation-audio-jesus-annonce-le-chemin-des-beatitudes/) (13/03/2026)