

# Méditation audio : La lumière du Ressuscité

Moment de prière à partir de  
l'évangile du dimanche de  
Pâques (cycle C)

18/04/2025

## Prière introductory

*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 Jean 20, 1-9**

Le premier jour de la semaine,

Marie Madeleine se rend au tombeau de grand matin ;

c'était encore les ténèbres.

Elle s'aperçoit que la pierre a été enlevée du tombeau. Elle court donc trouver Simon-Pierre et l'autre disciple,

celui que Jésus aimait,

et elle leur dit :

« On a enlevé le Seigneur de son tombeau,

et nous ne savons pas où on l'a déposé. » Pierre partit donc avec l'autre disciple

pour se rendre au tombeau. Ils couraient tous les deux ensemble,

mais l'autre disciple courut plus vite que Pierre

et arriva le premier au tombeau. En se penchant, il s'aperçoit que les linges sont posés à plat ;

cependant il n'entre pas. Simon-Pierre, qui le suivait, arrive à son tour.

Il entre dans le tombeau ;

il aperçoit les linges, posés à plat, ainsi que le suaire qui avait entouré la tête de Jésus,

non pas posé avec les linges,

mais roulé à part à sa place. C'est alors qu'entra l'autre disciple,

lui qui était arrivé le premier au tombeau.

Il vit, et il crut. Jusque-là, en effet, les disciples n'avaient pas compris que, selon l'Écriture,

il fallait que Jésus ressuscite d'entre les morts.

Accéder à toutes les méditations audio

---

pdf | document généré automatiquement depuis <https://opusdei.org/fr-ch/article/meditation-audio-la-lumiere-du-ressuscite/> (14/01/2026)