

opusdei.org

# **Méditation audio : Le mécanisme de la tentation**

Moment de prière à partir de  
l'Évangile du 1er dimanche de  
Carême (Année A)

20/02/2026

## **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 (4, 1-11)

En ce temps-là,

Jésus fut conduit au désert par  
l'Esprit

pour être tenté par le diable.

Après avoir jeûné quarante jours et  
quarante nuits,

il eut faim.

Le tentateur s'approcha et lui dit :

« Si tu es Fils de Dieu,

ordonne que ces pierres deviennent  
des pains. »

Mais Jésus répondit :

« Il est écrit :

*L'homme ne vit pas seulement de pain,*

mais de toute parole qui sort de la bouche de Dieu. »

Alors le diable l'emmène à la Ville sainte,

le place au sommet du Temple

et lui dit :

« Si tu es Fils de Dieu,

jette-toi en bas ;

car il est écrit :

*Il donnera pour toi des ordres à ses anges,*

*et : Ils te porteront sur leurs mains,*

de peur que ton pied ne heurte une pierre. »

Jésus lui déclara :

« Il est encore écrit :

*Tu ne mettras pas à l'épreuve le Seigneur ton Dieu. »*

Le diable l'emmène encore sur une très haute montagne

et lui montre tous les royaumes du monde et leur gloire.

Il lui dit :

« Tout cela, je te le donnerai,

si, tombant à mes pieds, tu te prosternes devant moi. »

Alors, Jésus lui dit :

« Arrière, Satan !

car il est écrit :

*C'est le Seigneur ton Dieu que tu adoreras,*

à lui seul tu rendras un culte. »

Alors le diable le quitte.

Et voici que des anges  
s'approchèrent,

et ils le servaient.

Accéder à toutes les méditations  
audio

.....

pdf | document généré  
automatiquement depuis [https://  
opusdei.org/fr-cm/article/meditation-  
audio-le-mecanisme-de-la-tentation/  
\(03/04/2026\)](https://opusdei.org/fr-cm/article/meditation-audio-le-mecanisme-de-la-tentation/)