

opusdei.org

# Méditation audio : Un cœur proche de Dieu

Moment de prière à partir de  
l'évangile du 22ème dimanche  
du temps ordinaire

30/08/2024

## 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.*

## **Evangelie selon saint Marc 7, 1-8.14-15.21-23**

En ce temps-là,

les pharisiens et quelques scribes,  
venus de Jérusalem,

se réunissent auprès de Jésus,

et voient quelques-uns de ses  
disciples prendre leur repas

avec des mains impures, c'est-à-dire  
non lavées.

– Les pharisiens en effet, comme tous  
les Juifs,

se lavent toujours soigneusement les  
mains avant de manger,

par attachement à la tradition des  
anciens ;

et au retour du marché,

ils ne mangent pas avant de s'être  
aspergés d'eau,

et ils sont attachés encore par  
tradition

à beaucoup d'autres pratiques :

lavage de coupes, de carafes et de plats.

Alors les pharisiens et les scribes demandèrent à Jésus :

« Pourquoi tes disciples ne suivent-ils pas

la tradition des anciens ?

Ils prennent leurs repas avec des mains impures. »

Jésus leur répondit :

« Isaïe a bien prophétisé à votre sujet, hypocrites,

ainsi qu'il est écrit :

*Ce peuple m'honore des lèvres,*

mais son cœur est loin de moi.

C'est en vain qu'ils me rendent un culte ;

les doctrines qu'ils enseignent  
ne sont que des préceptes humains.

Vous aussi, vous laissez de côté le  
commandement de Dieu,

pour vous attacher à la tradition des  
hommes. »

Appelant de nouveau la foule, il lui  
disait :

« Écoutez-moi tous, et comprenez  
bien.

Rien de ce qui est extérieur à  
l'homme

et qui entre en lui

ne peut le rendre impur.

Mais ce qui sort de l'homme,

voilà ce qui rend l'homme impur. »

Il disait encore à ses disciples, à  
l'écart de la foule :

« C'est du dedans, du cœur de  
l'homme,  
que sortent les pensées perverses :  
inconduites, vols, meurtres,  
adultères, cupidités, méchancetés,  
fraude, débauche, envie,  
diffamation, orgueil et démesure.  
Tout ce mal vient du dedans,  
et rend l'homme impur. »

Accéder à toutes les méditations  
audio

---

pdf | document généré  
automatiquement depuis [https://  
opusdei.org/fr-cm/article/meditation-  
audio-un-coeur-proche-de-dieu/](https://opusdei.org/fr-cm/article/meditation-audio-un-coeur-proche-de-dieu/)  
(23/02/2026)