

opusdei.org

# **Méditation audio : Reconnaissable à ses plaies**

Moment de prière à partir de  
l'Évangile du 2ème Dimanche  
de Pâques ou de la Divine  
Miséricorde (Année A)

10/04/2026

## **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 Jean (20, 19-31)

C'était après la mort de Jésus.

Le soir venu, en ce premier jour de la semaine,

alors que les portes du lieu où se trouvaient les disciples

étaient verrouillées par crainte des Juifs,

Jésus vint, et il était là au milieu d'eux.

Il leur dit :

« La paix soit avec vous ! »

Après cette parole, il leur montra ses mains et son côté.

Les disciples furent remplis de joie en voyant le Seigneur.

Jésus leur dit de nouveau :

« La paix soit avec vous !

De même que le Père m'a envoyé,  
moi aussi, je vous envoie. »

Ayant ainsi parlé, il souffla sur eux  
et il leur dit :

« Recevez l'Esprit Saint.

À qui vous remettrez ses péchés,

ils seront remis ;

à qui vous maintiendrez ses péchés,

ils seront maintenus. »

Or, l'un des Douze, Thomas,

appelé Didyme (c'est-à-dire Jumeau),

n'était pas avec eux quand Jésus était  
venu.

Les autres disciples lui disaient :

« Nous avons vu le Seigneur ! »

Mais il leur déclara :

« Si je ne vois pas dans ses mains la  
marque des clous,

si je ne mets pas mon doigt dans la  
marque des clous,

si je ne mets pas la main dans son  
côté,

non, je ne croirai pas ! »

Huit jours plus tard,

les disciples se trouvaient de  
nouveau dans la maison,

et Thomas était avec eux.

Jésus vient,

alors que les portes étaient  
verrouillées,

et il était là au milieu d'eux.

Il dit :

« La paix soit avec vous ! »

Puis il dit à Thomas :

« Avance ton doigt ici, et vois mes  
mains ;

avance ta main, et mets-la dans mon  
côté :

cesse d'être incrédule,

sois croyant. »

Alors Thomas lui dit :

« Mon Seigneur et mon Dieu ! »

Jésus lui dit :

« Parce que tu m'as vu, tu crois.

Heureux ceux qui croient sans avoir  
vu. »

Il y a encore beaucoup d'autres  
signes

que Jésus a faits en présence des  
disciples

et qui ne sont pas écrits dans ce livre.

Mais ceux-là ont été écrits

pour que vous croyiez

que Jésus est le Christ, le Fils de Dieu,

et pour qu'en croyant, vous ayez la  
vie en son nom.

Accéder à toutes les méditations  
audio

.....

pdf | document généré  
automatiquement depuis [https://  
opusdei.org/fr-fr/article/meditation-  
audio-reconnaisable-a-ses-plaies/](https://opusdei.org/fr-fr/article/meditation-audio-reconnaisable-a-ses-plaies/)  
(10/04/2026)