

# Méditation audio : Goûtez et voyez comme est bon le Seigneur

Moment de prière à partir de  
l'évangile du 20ème dimanche  
du temps ordinaire

16/08/2024

## 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.*

**Evangile selon saint Jean 6, 51-58**

En ce temps-là,

Jésus disait à la foule :

« Moi, je suis le pain vivant,

qui est descendu du ciel :

si quelqu'un mange de ce pain,

il vivra éternellement.

Le pain que je donnerai, c'est ma chair,

donnée pour la vie du monde. »

Les Juifs se querellaient entre eux :

« Comment celui-là

peut-il nous donner sa chair à manger ? »

Jésus leur dit alors :

« Amen, amen, je vous le dis :

si vous ne mangez pas la chair du  
Fils de l'homme,

et si vous ne buvez pas son sang,  
vous n'avez pas la vie en vous.

Celui qui mange ma chair et boit  
mon sang

a la vie éternelle ;

et moi, je le ressusciterai au dernier  
jour.

En effet, ma chair est la vraie  
nourriture,

et mon sang est la vraie boisson.

Celui qui mange ma chair et boit  
mon sang

demeure en moi,

et moi, je demeure en lui.

De même que le Père, qui est vivant,  
m'a envoyé,

et que moi je vis par le Père,  
de même celui qui me mange,  
lui aussi vivra par moi.

Tel est le pain qui est descendu du ciel :

il n'est pas comme celui que les pères ont mangé.

Eux, ils sont morts ;

celui qui mange ce pain vivra éternellement. »

Accéder à toutes les méditations audio

---

pdf | document généré automatiquement depuis <https://opusdei.org/fr-fr/article/meditation-audio-goutez-et-voyez-comme-est-bon-le-seigneur/> (08/02/2026)