

# Méditation audio : L'Esprit Saint, doux hôte de notre âme

Moment de prière à partir de  
l'évangile de la solennité de  
Pentecôte (cycle C)

03/06/2022

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 selon saint Jean 14,  
15-16.23b-26**

En ce temps-là,

Jésus disait à ses disciples : « Si vous m'aimez,

vous garderez mes commandements.

Moi, je prierai le Père,

et il vous donnera un autre  
Défenseur

qui sera pour toujours avec vous. Si quelqu'un m'aime,

il gardera ma parole ;

mon Père l'aimera,

nous viendrons vers lui

et, chez lui, nous nous ferons une demeure. Celui qui ne m'aime pas

ne garde pas mes paroles.

Or, la parole que vous entendez n'est pas de moi :

elle est du Père, qui m'a envoyé. Je vous parle ainsi,

tant que je demeure avec vous ; mais le Défenseur,

l'Esprit Saint que le Père enverra en mon nom,

lui, vous enseignera tout,

et il vous fera souvenir de tout ce que je vous ai dit. »

Accéder à toutes les méditations audio

---

pdf | document généré automatiquement depuis <https://opusdei.org/fr/article/meditation-audio-le-sprit-saint-doux-hote-de-notre-ame/> (29/01/2026)