

# **FORMES ET EXPRESSIONS DE LA PRIÈRE CHRÉTIENNE**

**Informations recueillies  
par Victor Bilodeau  
pour le site internet [dondedieu.org](http://dondedieu.org)**

**25 avril 2021**

Nous présentons dans ce document différentes formes et expressions de prière reconnues par l'Église catholique.

### Les différentes formes de prière

Le *Compendium du Catéchisme de l'Église catholique* (2005) et le livre *Méditation et paix intérieure* (2020) des auteurs Gourrier et Desbouchages présentent six formes essentielles de prière chrétienne : la bénédiction et l'adoration, la prière de demande et d'intercession, l'action de grâce et la louange.

Selon Gourrier et Desbouchages, ces prières ont un point commun : elles nous ouvrent à Dieu, et aux autres. Il y a un double mouvement : vers l'intérieur, pour nous entretenir avec Dieu, puis vers l'extérieur, qui rend attentif aux autres de différentes manières.

Formes de prière	<i>Compendium du Catéchisme de l'Église catholique, CECC, 2005</i>	<i>Méditation et paix intérieure, Patrice Gourrier, Jérôme Desbouchages, Novalis, 2020</i>
Bénédiction	La bénédiction est la réponse de l'homme aux <b>dons de Dieu</b> . Nous bénissons le Tout-Puissant qui nous a bénis et qui nous comble de ses dons.	<p><i>Alors Dieu crée les humains à son image, et ils sont vraiment l'image de Dieu. Il les crée homme et femme. Puis il les bénit..</i>  <b>Genèse, 1, 27</b></p> <p>La bénédiction désigne le fait de vouloir du bien, de dire du bien. Dieu est à l'origine de toute bénédiction, il est la source de toute bénédiction. Mais, parce que Dieu nous a bénis, nous pouvons le bénir à notre tour. Ainsi, nous pouvons bénir Dieu de nous avoir béni, c'est-à-dire de vouloir notre bien, de dire du bien de nous, de nous communiquer <b>le don divin</b>.</p> <p>On trouve, en effet, les mots suivants chez saint Paul :  <i>Béni soit Dieu, le Père de notre Seigneur Jésus-Christ! Il est le Père plein de bonté et le Dieu qui nous encourage toujours.</i>  <b>Seconde lettre de saint Paul aux Corinthiens, 1, 3</b></p>
Adoration	L'adoration est le prosternement de l'homme, qui se	<i>Tu adoreras le Seigneur ton Dieu.</i>

<b>Formes de prière</b>	<b><i>Compendium du Catéchisme de l'Église catholique, CECC, 2005</i></b>	<b><i>Méditation et paix intérieure, Patrice Gourrier, Jérôme Desbouchages, Novalis, 2020</i></b>
	reconnaît créature devant son Créateur trois fois saint.	<b><i>Luc, 4, 8</i></b> Ainsi, adorer Dieu, c'est avant tout « le reconnaître comme Dieu, comme le Seigneur et le Maître de tout ce qui existe, comme l'Amour infini et miséricordieux. » ( <i>Catéchisme de l'Église catholique, 2096</i> )
Demande	Il peut s'agir d'une demande de pardon ou encore d'une demande humble et confiante pour tous nos besoins, tant spirituels que matériels. Mais la première réalité à désirer, c'est la venue du Royaume.	Il importe, en effet, avant tout de demander l'Esprit Saint, c'est-à-dire la force même de Dieu.
Intercession	L'intercession consiste à demander en faveur d'un autre. Elle nous conforme et nous unit à la prière de Jésus, qui intercède auprès du Père pour tous les hommes, en particulier pour les pécheurs. L'intercession doit s'étendre même à nos ennemis.  L'Église demande à Marie de prier pour nous par son intercession avec le <i>Je vous salue Marie</i> .	Intercéder, c'est demander en faveur d'un autre. Saint Paul nous y invite à plusieurs reprises dans ses lettres. <i>C'est pourquoi, nous prions sans cesse pour vous. Voici ce que nous demandons à notre Dieu : qu'il vous fasse vivre en accord avec l'appel que vous avez reçu de lui. Que par sa puissance, il vous aide à faire tout le bien que vous souhaitez.</i> <b>Deuxième lettre de saint Paul aux Thessaloniens, 11, 11</b>
Action de grâce	L'Église rend sans cesse grâce à Dieu, surtout en célébrant l'Eucharistie dans laquelle le Christ fait participer à son action de grâce au Père. Pour le chrétien, tout événement devient matière à action de grâce.	Jésus lui-même a utilisé cette forme de prière, qui a pour but de remercier : <i>Père, Seigneur du ciel et de la terre, je te dis merci. En effet, ce que tu as caché aux sages et aux savants, tu l'as fait connaître aux petits.</i> <b>Matthieu, 11,25</b>
Louange	La louange est la forme de prière qui reconnaît le plus	C'est une forme de prière totalement désintéressée. Elle chante

<b>Formes de prière</b>	<b><i>Compendium du Catéchisme de l'Église catholique, CECC, 2005</i></b>	<b><i>Méditation et paix intérieure, Patrice Gourrier, Jérôme Desbouchages, Novalis, 2020</i></b>
	immédiatement que Dieu est Dieu. Elle est totalement désintéressée : elle chante Dieu pour lui-même et lui rend gloire parce qu'il est.	Dieu pour lui-même, elle lui rend gloire, au-delà de ce qu'il fait, parce qu'il est. Les premières communautés chrétiennes pratiquaient avec assiduité cette prière de louange. <i>Chaque jour, d'un seul cœur, ils se réunissent, ils mangent leur nourriture avec joie et avec un cœur simple, ils chantent la louange de Dieu, et tout le peuple les aime...</i> <b>Actes 2, 47</b>

### **Différentes expressions de la vie de prière.**

Le *Compendium du Catéchisme de l'Église catholique* présente trois expressions majeures pour exprimer et vivre la prière : la prière vocale, la méditation (lectio divina), la prière contemplative (oraison, prière de Jésus, méditation chrétienne). **Leur trait commun est le recueillement du cœur.**

#### La prière vocale

La prière vocale associe le corps à la prière intérieure du cœur. Dans tous les cas, elle doit toujours provenir d'une foi personnelle. Avec le Notre-Père, Jésus nous a enseigné une formule parfaite de la prière vocale.

#### La méditation

La méditation est une réflexion priante, qui part surtout de la Parole de Dieu dans la Bible. Elle met en œuvre l'intelligence, l'imagination, l'émotion, le désir, dans le but d'approfondir sa foi, de convertir son cœur et d'affermir sa volonté de suivre le Christ. Elle est une étape préliminaire vers l'union d'amour avec le Seigneur. La *lectio divina* ou *lecture spirituelle* de la Parole de Dieu se situe dans cette expression.

## La prière contemplative

La prière contemplative est un simple regard sur Dieu, dans le silence et l'amour. Elle est un **don de Dieu**, un moment de foi pure durant lequel celui qui prie cherche le Christ, s'en remet à la volonté d'amour du Père et se recueille sous l'action de l'Esprit Saint. L'une de ses expressions est **l'oraison**. Sainte Thérèse d'Avila la définit comme « un commerce d'amitié, où l'on s'entretient souvent seul à seul avec ce Dieu dont on se sait aimé. » La prière contemplative s'exprime aussi par la prière répétitive d'un mot ou d'une courte phrase, comme avec la **prière du cœur** dite aussi « prière de Jésus » dans la tradition orthodoxe et la **méditation chrétienne** selon la méthode de John Main.

## En conclusion

L'Eucharistie contient les formes essentielles de prière qui se prolongent dans la vie de prière. Elle inspire aussi des expressions de prière associées au recueillement du cœur.

