

# \*\*\* PRIÈRE UNIVERSELLE \*\*\*

## Première partie : les grâces

---

1. Ô seigneur mon Dieu, je te remercie pour cette belle, pour cette magnifique journée qui se termine. Merci pour les petits instants de bonheur qui l'ont ponctuée, à savoir :

- Énumérer les meilleurs moments de la journée écoulée ;  
s'imprégner encore un peu de ce qu'on a ressenti à chacun de ces moments-là -

*Merci mon Dieu, ô Dieu tout-puissant (3X)<sup>1</sup>*

2. (Pour ceux/celles qui ont des enfants) Ô seigneur mon Dieu, je te remercie pour mon/mes (...) magnifique(s) enfant(s). Merci pour leur excellente santé. Merci d'avoir toujours pu prendre en charge leurs petits problèmes de santé. Merci pour leur joie de vivre, merci pour leur intelligence, merci de pouvoir/d'avoir pu les élever moi-même et ce, dans la dignité et selon ce qui me semble juste. Par-dessus tout, merci pour ta protection, qui repose sur nous, toujours et partout. Et je t'en prie, ô Seigneur mon Dieu, je t'en supplie, garde-nous cette protection indéfiniment, afin que nous puissions, tous les ..., profiter pendant de nombreuses décennies encore, de ce magnifique cadeau qui nous vient de toi, et qui est LA VIE.

*Merci mon Dieu, ô Dieu tout-puissant (3X)*

3. Ô Seigneur mon Dieu, je te remercie également pour l'abondance matérielle dans laquelle il m'est permis de vivre. Merci d'être né(e) ici et à cette époque. Merci de pouvoir habiter dans cette magnifique maison - puissè-je y habiter jusqu'à la fin de mes jours. Merci d'avoir, à l'intérieur de cette maison, l'eau courante, potable, à volonté. Merci pour la nourriture, délicieuse, abondante et d'excellente qualité. Merci de pouvoir me vêtir correctement. Merci pour l'électricité et tout ce qu'elle permet. Merci pour tout le matériel qui me permet de me maintenir dans une hygiène impeccable. Et je t'en prie, ô Seigneur mon Dieu, je t'en supplie, fais qu'un jour, un jour prochain, un jour que je verrai de mes propres yeux avant de quitter ce monde, je puisse voir chaque être humain, oui chaque membre de l'Humanité, bénéficié de ce minimum de confort matériel que je viens de décrire ; peut-être pas plus, mais en tout cas pas moins, pour chacun d'entre nous : je t'en prie, je t'en supplie et t'en remercie d'avance, ô Seigneur mon Dieu.

---

<sup>1</sup> Ces phrases répétées entre chaque partie, peuvent être dites à la manière d'un « mantra », en contrôlant la respiration : « Merci mon Dieu » sur l'inspir, « ô Dieu tout puissant » sur l'expir.

*Merci mon Dieu, ô Dieu tout-puissant (3X)*

En attendant ce jour, je te remercie, ô Seigneur mon Dieu, pour tout ce qui, dans mon environnement matériel, est de l'ordre du superflu, dont je bénéficie quand même, et qui me permet d'avoir une vie plus facile, plus agréable, plus belle peut-être ; alors merci pour...

*- La voiture, l'ordinateur, la télé et les DVD,  
les jeux des enfants, les livres,  
ETC. ETC. -*

*Merci mon Dieu, ô Dieu tout-puissant (3X)*

4. Et enfin, je te remercie, ô Seigneur mon Dieu, pour ce que je suis. Merci pour tout ce que tu m'as donné à la naissance, de façon gratuite et désintéressée, et qui fait que je suis ce que je suis aujourd'hui. Merci donc pour :

*- Énumérez, sans fausse modestie  
(ceci est très important... vous vous adressez à Dieu!),  
toutes les qualités, les atouts et surtout les talents que vous possédez -*

Sache, ô Seigneur mon Dieu, que mon seul souhait en ce monde, est de te « rendre » tout ce que tu m'as donné, en le mettant au service de ta Création dans son ensemble, et de l'Humanité en particulier. Pour que cela se réalise, j'ai besoin, ô Seigneur mon Dieu, que tu sois présent à mes côtés à chaque instant de ma vie, pour m'inspirer. Sois à mes côtés, et inspire-moi, ô Seigneur mon Dieu, afin que chacune de mes pensées, chacune de mes paroles, chacun de mes actes, soient toujours en parfaite concordance avec ta volonté me concernant ; je t'en prie, je t'en supplie et t'en remercie d'avance, ô Seigneur mon Dieu.

*Que ton règne arrive, mon Dieu ;  
que ton règne vienne (3X)<sup>2</sup>*

*Merci mon Dieu, ô Dieu tout-puissant (3X)*



## *Seconde partie : les demandes pour autrui*

---

Ô seigneur mon Dieu, ce soir encore je te demande, je te supplie, et te remercie d'avance, de tourner ton regard de miséricorde, et de diriger ton souffle de vitalité et de régénérescence, vers les personnes que je vais énumérer maintenant. Fais que ta lumière, la lumière de ce que TU es, s'ouvre en elles comme une fleur de printemps, les illumine de l'intérieur, les inonde, et les transcende, c'est-à-dire, transforme leur souffrance actuelle, qu'elle soit physique ou psychologique, en force, en lumière, en créativité et en connaissances à partager avec le reste de l'Humanité :

- *Commencez toujours par vous-même, lorsque vous êtes vous-même souffrant(e) :  
ici non plus, pas de fausse modestie -*

- *Énumérez ensuite les personnes qui viennent de vivre un drame ou qui sont dans  
un situation critique et ont un besoin « urgent » d'un coup de pouce du destin -*

- *Puis, les personnes qui vous sont proches, famille et amis,  
pour lesquelles vous sollicitez « par principe » la protection divine -*

*Merci mon Dieu, ô Dieu tout-puissant (3X)*

De même que : (à vous de compléter chaque liste, qui peut s'allonger au fil du temps, avec ce que vous constatez autour de vous ou ceux dont vous entendez parler. Il peut être utile de noter vos listes par écrit, au début. Ces listes-ci doivent se maintenir au fil du temps, puisqu'elles concernent des traumatismes physiques ou psychiques qui marquent définitivement la personne.)

1.

...

... et tous les enfants et les jeunes du monde dont au moins un des parents est alcoolique, négligent ou violent, que ce soit physiquement ou psychologiquement.

2.

...

... et tous les enfants et les jeunes du monde qui luttent contre le cancer, la leucémie ou une autre maladie très grave.

3.

...

... et tous mes enfants et les jeunes du monde qui sont ou ont été victimes d'abus sexuels, sous quelque forme que ce soit.

4.

...

... et tous les enfants et les jeunes du monde qui sont victimes des guerres présentes ou passées.

De même que :

5.

...

... et toutes les personnes du monde qui luttent contre le cancer, la leucémie ou une autre maladie très grave.

6.

...

... et toutes les personnes du monde qui luttent contre une maladie compliquée à gérer.

*Que ton règne arrive, mon Dieu ;*

*que ton règne vienne (3X)*

*Merci mon Dieu, ô Dieu tout-puissant (3X)*