

# Quels sont les 10 commandements ?

Les Dix Commandements ou Décalogue sont les "dix paroles" qui rassemblent la Loi donnée par Dieu au peuple d'Israël lors de l'Alliance conclue par l'intermédiaire de Moïse (Ex 34, 28). Le Décalogue, en présentant les commandements de l'amour de Dieu (les trois premiers) et de l'amour du prochain (les sept autres), trace pour le peuple élu et pour chacun en particulier le chemin d'une vie libérée de l'esclavage du péché.

22/10/2020

## **Quels sont les dix commandements ?**

### **Premier Commandement**

Tu aimeras Dieu par-dessus tout.

### **Deuxième commandement**

Tu ne prononceras pas le nom de Dieu en vain.

### **Troisième commandement**

Tu sanctifieras les fêtes.

### **Quatrième commandement**

Tu honoreras ton père et ta mère.

### **Cinquième commandement**

Tu ne tueras pas.

### **Sixième commandement**

Tu ne commettras pas d'actes impurs.

## **Septième commandement**

Tu ne voleras pas.

## **Huitième commandement**

Tu ne porteras pas de faux témoignage ni ne mentiras.

## **Neuvième commandement**

Tu ne te laisseras pas aller à des pensées ou des désirs impurs.

## **Dixième commandement**

Vous ne devez pas convoiter la propriété d'un autre homme.

## **En savoir plus sur les commandements**

*Formule catéchétique des dix commandements avec des liens pour approfondir chacun d'entre eux*

Où dans l'Évangile Jésus parle-t-il des Commandements ?

Quels sont les commandements auxquels Jésus se réfère ? Où sont-ils rassemblés ?

Quels sont les dix commandements ?

Quelle est l'importance des commandements dans la vie chrétienne ?

Les chrétiens doivent-ils vivre les dix commandements ?

Quel est le Commandement le plus important ?

Quel est le rapport entre les commandements de la loi de Dieu et la loi naturelle ?

**Formule catéchétique des dix commandements avec des liens pour approfondir la compréhension de chacun d'entre eux**

"Je suis le Seigneur ton Dieu :

Premier commandement : *Tu aimeras Dieu par-dessus tout.*

Deuxième commandement : *Tu ne prononceras pas le nom de Dieu en vain.*

Troisième commandement : *Tu sanctifieras les fêtes.*

Quatrième commandement : *Tu honoreras ton père et ta mère.*

Cinquième commandement : *Tu ne tueras pas.*

Sixième commandement : *Tu ne commettras pas d'actes impurs.*

Septième commandement : *Tu ne voleras pas.*

Huitième commandement : *Tu ne porteras pas de faux témoignage ni de mensonge.*

Neuvième commandement : *Tu ne te livreras pas à des pensées ou à des désirs impurs.*

Dixième commandement : *Tu ne convoiteras pas les biens d'autrui. »*

## **Où dans l'Évangile Jésus parle-t-il des Commandements ?**

Jésus-Christ se réfère aux Dix Commandements lorsqu'un jeune homme Lui demande comment atteindre la vie éternelle : "Maître, que dois-je faire de bon pour atteindre la vie éternelle ? Jésus répond : "Si tu veux entrer dans la vie, observe les commandements. Et il cite à son interlocuteur les préceptes qui font référence à l'amour du prochain : "Tu ne tueras pas, tu ne commettras pas d'adultère, tu ne voleras pas, tu ne porteras pas de faux témoignage, honore ton père et ta mère". Enfin, Jésus résume ces commandements de manière positive : "Tu aimeras ton prochain

comme toi-même" (Mt 19, 16-19).  
(*Catéchisme de l'Église catholique*,  
2052)

## **Quels sont les commandements auxquels Jésus se réfère ? Où sont- ils rassemblés ?**

Les 10 commandements ou  
"Décatalogue" qui signifie littéralement  
"dix paroles" sont ceux que Dieu a  
révélés à son peuple, Israël, lorsqu'il  
a parlé à Moïse sur la montagne  
sainte et sont rassemblés dans les  
livres de l'Exode et du Deutéronome  
de l'Ancien Testament (voir Ex  
20:1-17 et 34:28; Dt 5:6-22 et 4:13 ;  
10:4). Ce sont des paroles de Dieu  
dans un sens éminent. Mais leur  
pleine signification a été révélée par  
Jésus-Christ. (*Lire le Catéchisme de  
l'Église catholique*, 2056)

## **Textes de saint Josémaria à méditer**

*Vias tuas, Domine, demonstra mihi, et semitas tuas edoce me.* Seigneur, montre-moi tes chemins, apprendsmoi tes sentiers. Nous demandons au Seigneur qu'Il nous guide, qu'Il nous mette sur son chemin, pour que nous puissions nous diriger vers la plénitude de ses commandements, la charité. (*Quand le Christ passe, 1*)

Joseph était en effet un homme ordinaire, auquel Dieu fit confiance pour accomplir de grandes choses. Il sut vivre comme le Seigneur le lui demandait tous les événements qui composèrent sa vie, et c'est pourquoi la Sainte Ecriture loue Joseph en disant qu'il était juste. Pour un Hébreu, juste veut dire pieux, serviteur irréprochable de Dieu, fidèle à la volonté divine;

d'autres fois, juste veut dire bon et charitable avec le prochain. En un mot, le juste est celui qui aime Dieu et démontre cet amour en



accomplissant ses commandements  
au service de ses frères, les hommes.  
*(Quand le Christ passe, 40)*

## **Quels sont les dix commandements ?**

La division et la numérotation des commandements ont changé au cours de l'histoire. Le catéchisme actuel de l'Église suit la division des commandements établie par Saint Augustin et qui est devenue traditionnelle dans l'Église catholique. C'est aussi celle des confessions luthériennes. Les Pères grecs ont fait une division quelque peu différente qui est utilisée dans les Églises orthodoxes et les communautés réformées.  
*(Catéchisme de l'Église catholique, 2066)*

*Voir le tableau des commandements  
donnés par Dieu à Moïse, tels qu'ils  
sont consignés dans le livre de l'Exode*

*et du Deutéronome et la formule  
simple de la catéchèse de l'Église*

## **Textes de Saint Josémaria pour méditer**

La vie du Christ est notre vie, selon ce qu'Il a promis à ses apôtres, le jour de la dernière Cène: Si quelqu'un m'aime il gardera ma parole, et mon Père l'aimera, et nous viendrons à lui, et nous ferons chez lui notre demeure. Le chrétien doit, par conséquent, vivre selon la vie du Christ, en faisant siens les sentiments du Christ, de manière à pouvoir s'écrier avec saint Paul, *non vivo ego, vivit vero in me Christus*, et si je vis, ce n'est plus moi, mais le Christ qui vit en moi. (*Quand le Christ passe, 103*)

Nous avons appris avec reconnaissance, car nous nous rendons compte de la félicité à laquelle nous sommes appelés, que toutes les créatures ont été tirées du

néant par Dieu et pour Dieu : les créatures rationnelles, les hommes, bien que nous perdions si souvent la raison, et les irrationnelles, celles qui sillonnent la surface de la terre, ou habitent les entrailles du monde, ou traversent l'azur du ciel, allant parfois jusqu'à regarder en face le soleil. Mais, au sein de cette variété merveilleuse, nous seuls, les hommes — je ne parle pas ici des anges — nous nous unissons au Créateur par l'exercice de notre liberté : nous pouvons rendre ou refuser au Seigneur la gloire qui lui revient en tant qu'Auteur de tout ce qui existe.

Cette possibilité compose le clair-obscur de la liberté humaine. Parce qu'il nous aime avec la plus grande tendresse, le Seigneur nous invite, nous pousse à choisir le bien. Vois, j'ai mis aujourd'hui devant toi la vie et le bien, la mort et le mal, en te prescrivant aujourd'hui d'aimer Yahvé, ton Dieu, de marcher dans ses

voies et d'observer ses commandements, ses lois et ses ordonnances, afin que tu vives... Choisis donc la vie afin que tu vives.

Veux-tu te demander — avec moi qui fais aussi mon examen — si tu maintiens immuable et ferme ton choix de Vie ? Si, en entendant la voix très aimable de Dieu, qui t'incite à la sainteté, tu réponds librement : “oui” ? (*Amis de Dieu, 24*)

## **Quelle est l'importance des commandements dans la vie chrétienne ?**

Fidèle à l'Écriture et à l'exemple de Jésus, la Tradition de l'Église a reconnu dans le Décalogue une importance et une signification primordiales.

Depuis l'époque de Saint Augustin, les "Dix Commandements" ont occupé une place prépondérante dans la catéchèse des futurs baptisés

et des fidèles. Au XVe siècle, il est devenu habituel d'exprimer les préceptes du Décalogue dans des formules rimées, faciles à mémoriser et positives. Ces formules sont encore utilisées aujourd'hui. Les catéchismes de l'Église ont souvent présenté la morale chrétienne dans l'ordre des "Dix Commandements". (*Catéchisme de l'Église catholique*, 2065)

## **Textes de Saint Josémaria pour méditer**

Si nous savons contempler le mystère du Christ, si nous nous efforçons de le voir avec des yeux limpides, nous nous rendrons compte que, même maintenant, il nous est possible d'entrer dans l'intimité de Jésus, corps et âme. Le Christ nous a clairement montré le chemin: le Pain et la Parole; nous nourrir de l'Eucharistie, connaître et accomplir ce qu'Il est venu nous

apprendre, et en même temps parler avec Lui dans la prière. Qui mange ma chair et boit mon sang demeure en moi et moi en lui. Celui qui a mes commandements et les garde, voilà celui qui m'aime, et celui qui m'aime sera aimé de mon Père et je l'aimerai et je me manifesterai à lui.

Ce ne sont pas seulement des promesses. C'est le fond, la réalité d'une vie authentique : la vie de la grâce qui nous incite à rencontrer Dieu, personnellement et directement. Si vous gardez mes commandements, vous demeurerez en mon amour, comme moi j'ai gardé les commandements de mon Père et je demeure en son amour. (*Quand le Christ passe, 118*)

## **Les chrétiens doivent-ils vivre les dix commandements ?**

Les Dix Commandements, dans leur contenu fondamental, énoncent des obligations pour tous les hommes,

car ils manifestent la conduite digne de l'homme. Les chrétiens, les connaissant sans erreur, par le magistère de l'Église, doivent leur obéir et les vivre. L'obéissance à ces préceptes est sérieuse mais elle implique aussi des obligations dont la matière est, en soi, légère.

*(Catéchisme de l'Église catholique, 2081)*

Même si parfois il peut sembler difficile de les vivre, nous devons garder à l'esprit que Dieu rend possible par sa grâce ce qu'il commande. *(Catéchisme de l'Église catholique, 2082)*

## **Textes de Saint Josémaria pour méditer**

Qu'importe de trébucher si nous trouvons dans la douleur de la chute l'énergie qui nous aide à nous relever et nous pousse à continuer avec un courage renouvelé ?  
N'oubliez pas que le saint n'est pas

celui qui ne tombe jamais, mais celui qui se relève toujours, humblement et avec une sainte opiniâtreté. S'il est écrit au livre des Proverbes que le juste tombe sept fois par jour, toi et moi, pauvres créatures, nous ne devons pas nous étonner ni nous décourager devant nos misères personnelles, devant nos faux pas. Nous irons toujours de l'avant si nous cherchons la force d'âme auprès de Celui qui nous a promis : Venez à moi, vous tous qui êtes fatigués et ployez sous le fardeau, et je vous soulagerai. Merci, Seigneur, *quia tu es, Deus, fortitudo mea*, car tu as toujours été, toi, et toi seul, mon Dieu, ma force, mon refuge, mon appui. (*Amis de Dieu, 131*)

Tu crois entendre vraiment dans ton âme une voix qui te dit : “ Ce préjugé religieux ! ”..., puis qui prend la défense éloquente de toutes les faiblesses de notre pauvre chair déchue : “ ses droits ! ” Lorsque cela



t'arrive, dis à l'ennemi qu'il y a une loi naturelle, et une loi de Dieu, et Dieu ! — Et aussi un enfer. (*Chemin, 141*)

## **Quel est le commandement le plus important ?**

"Tu aimeras le Seigneur ton Dieu de tout ton cœur, de toute ton âme et de tout ton esprit. »

Saint Matthieu au verset 22, 36 de son Évangile reprend la question posée par un scribe à Jésus : "Quel est le plus grand commandement de la Loi" et la réponse de Jésus : "Tu aimeras le Seigneur ton Dieu de tout ton cœur, de toute ton âme et de tout ton esprit. C'est le plus grand et le premier commandement. La deuxième est la même : Tu aimeras ton prochain comme toi-même. A ces deux commandements sont attachés la Loi et les Prophètes" (Mt 22,37-40 ; cf. Dt 6,5 ; Lv 19,18). Le Décalogue doit être interprété à la lumière de ce

double et unique commandement de la charité, la plénitude du Droit.  
*(Catéchisme de l'Église catholique, 2055)*

Dieu nous a aimés en premier.  
L'amour du Dieu unique est rappelé dans le premier des "dix paroles".  
Les commandements expliquent ensuite la réponse d'amour que l'homme est appelé à donner à son Dieu. *(Catéchisme de l'Église catholique, 2083)*

## **Textes de Saint Josémaria pour méditer**

Cette charité, ce n'est pas nous qui la bâtissons ; elle nous envahit par la grâce de Dieu, car il nous aima le premier. Il faut que nous nous pénétrions profondément de cette vérité splendide : Si nous pouvons aimer Dieu, c'est parce que nous avons été aimés par Dieu. Nous sommes, toi et moi, en mesure de prodiguer à pleines mains notre

amour envers tous ceux qui nous entourent, car nous sommes nés à la foi par l'amour du Père. Demandez hardiment au Seigneur ce trésor, cette vertu surnaturelle de la charité, pour l'exercer dans ses moindres conséquences.

Il est arrivé souvent que, nous, les chrétiens, nous n'ayons pas su répondre à ce don. Parfois nous avons rabaissé la charité, comme si elle se limitait à l'aumône froide, sans âme ; ou bien nous l'avons réduite aux bonnes œuvres plus ou moins formelles. Le regret résigné d'une malade exprimait bien cette aberration : ici on me traite avec charité, mais ma mère me soignait avec affection ! L'amour qui naît du Cœur du Christ ne saurait donner lieu à cette sorte de distinction.

Pour que cette vérité vous pénètre, j'ai prêché mille et une fois sous une forme imagée, que nous n'avons pas

un cœur pour aimer Dieu et un autre pour aimer les créatures : notre pauvre cœur, ce cœur de chair, aime d'un amour humain, qui est surnaturel aussi, s'il est uni à l'amour du Christ. C'est cette charité-là, et nulle autre, que nous devons cultiver dans notre âme. Elle nous amènera à découvrir chez les autres l'image de notre Seigneur. (*Amis de Dieu*, 229)

Mais notez bien que Dieu ne nous dit pas: au lieu de votre cœur, je vous donnerai la volonté d'un pur esprit. Non. Il nous donne un cœur, et un cœur de chair, comme celui du Christ.

Je n'ai pas un cœur pour aimer Dieu et un autre pour aimer autrui, en ce monde. C'est avec le même cœur qui m'a fait aimer mes parents et qui m'a fait aimer mes amis que j'aime le Christ, le Père, l'Esprit Saint et Sainte Marie. Je ne me lasserai jamais de le répéter: nous devons être très

humains; sinon, nous ne pourrions pas non plus être divins.

L'amour humain, l'amour d'ici-bas, sur cette terre, nous aide, lorsqu'il est authentique, à savourer l'amour divin. Nous entrevoyons ainsi l'amour qui nous fera jouir de Dieu et celui qui nous unira là-haut, dans le ciel, lorsque le Seigneur sera tout en tous. Si nous commençons à comprendre ce qu'est l'amour divin, nous inclinerons à nous montrer en toutes occasions plus disposés à la compassion, à la générosité, au don de nous-mêmes. (*Quand le Christ passe, 166*)

Notre-Seigneur ne s'est pas contenté de nous dire qu'il nous aime: il nous l'a démontré par ses œuvres et par sa vie tout entière. — Et toi ? (*Forge 62*)

Émerveille-toi en considérant la magnanimité de Dieu: il s'est fait Homme pour nous racheter, pour que toi et moi — qui ne valons rien,

reconnais-le! — nous ayons avec lui des relations confiantes. (*Forge 30*)

## **Quelle est la relation entre les commandements de la loi de Dieu et la loi naturelle ?**

Les dix commandements appartiennent à la révélation de Dieu et nous enseignent la véritable humanité de l'homme. Ils mettent l'accent sur les devoirs essentiels, et donc indirectement sur les droits fondamentaux, inhérents à la nature de la personne humaine. Le Décalogue contient une expression privilégiée de la "loi naturelle" : "Dès le commencement, Dieu a placé les préceptes de la loi naturelle dans le cœur des hommes. Au début, il se contentait de les leur rappeler. C'était le Décalogue, qui, si quelqu'un ne le garde pas, il n'aura pas de salut, et il n'en a pas exigé davantage" (St Irénée de Lyon, *Adversus haerese*, 4,

15, 1). (*Catéchisme de l'Église catholique*, 2070)

Bien qu'accessibles à la seule raison, les préceptes du Décalogue ont été révélés. Pour atteindre une connaissance complète et certaine des exigences de la loi naturelle, l'humanité blessée par le péché, ayant des difficultés à atteindre la vérité et la bonté, avait besoin de cette révélation : "En état de péché, une explication complète des commandements du Décalogue devenait nécessaire à cause de l'obscurcissement de la lumière de la raison et de la déviation de la volonté" (Saint Bonaventure, *In quattuor libros Sententiarum*, 3, 37, 1, 3).

Nous connaissons les commandements de la loi de Dieu par la révélation divine qui nous est proposée dans l'Église et par la voix

de la science morale. (*Catéchisme de l'Église catholique*, 2071)

## **Textes de saint Josémaria à méditer**

Parce que le monde et tout ce qu'il renferme, sauf le péché, est bon, étant l'œuvre de Dieu Notre Seigneur, le chrétien, au coude à coude avec tous ses concitoyens, doit se consacrer à tout ce qui est terrestre, en luttant sans relâche — de façon positive, avec amour — pour éviter les offenses à Dieu. Il doit défendre toutes les valeurs qui dérivent de la dignité de la personne.

Et s'il est une valeur qu'il devra toujours rechercher de façon spéciale, c'est bien la liberté personnelle. Ce n'est que dans la mesure où il défend la liberté personnelle des autres, et sa conséquence la liberté individuelle, qu'il pourra défendre la sienne. C'est la seule attitude cohérente, sur le



plan humain et chrétien. Je le répète — et je ne cesserai de le répéter: le Seigneur nous a octroyé gratuitement un grand don surnaturel, la grâce divine, et un merveilleux présent humain, la liberté personnelle qui, pour ne pas se corrompre ni se transformer en licence, exige de nous une intégrité et un ferme engagement de refléter dans notre conduite la loi divine, parce que là où est l'Esprit de Dieu, là se trouve la liberté.

Le Royaume du Christ est un royaume de liberté. Il ne contient que des esclaves qui se sont enchaînés, librement, par amour de Dieu. Servitude bénie! Servitude d'amour qui nous libère! Sans la liberté nous ne pouvons pas répondre à la grâce; sans la liberté nous ne pouvons pas nous donner librement au Seigneur pour le plus surnaturel des motifs: parce que

nous en avons envie. (*Quand le Christ passe*, 184)

---

pdf | document généré  
automatiquement depuis [https://  
opusdei.org/fr-fr/article/quels-sont-  
les-10-commandements/](https://opusdei.org/fr-fr/article/quels-sont-les-10-commandements/) (07/02/2026)