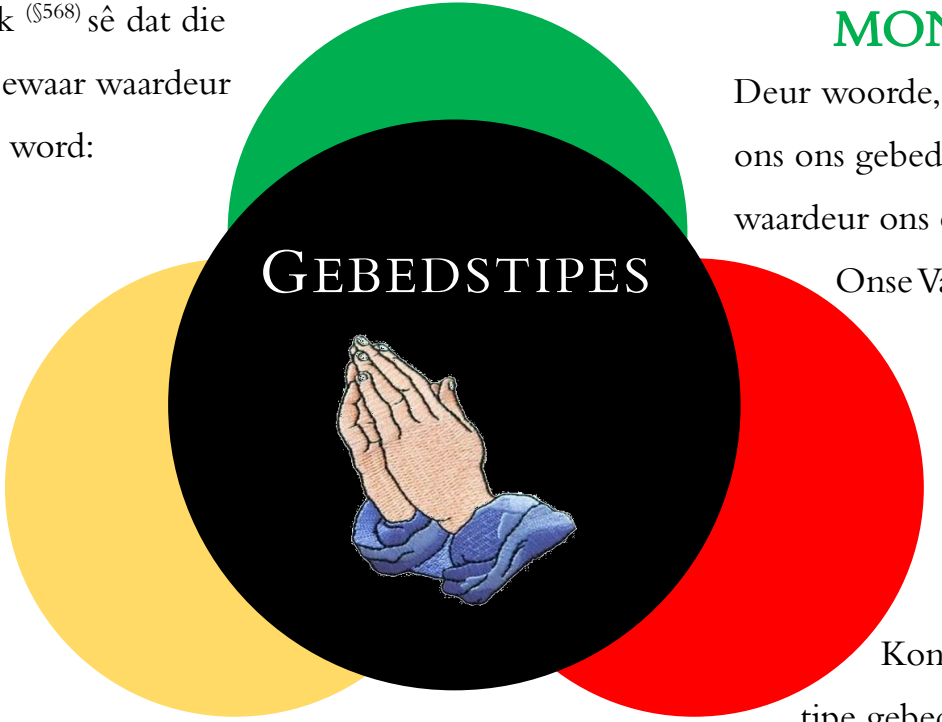
Die Kategismus van die Katolieke Kerk (§568) sê dat die Christelike tradisie 3 tipes of 'vorme' bewaar waardeur gebed tot uiting gebring en beleef kan word:



MONDELINGE GEBED

Deur woorde, innerlik of mondeling geuiter, uiter ons ons gebede. Mondelinge gebed, is die gebed waardeur ons ons gevoelens hoorbaar uiter, bv. die Onse Vader-gebed wat Jesus ons geleer het.

MEDITASIE

Meditasie is bo alles 'n strewe om te ontdek wat die Here van ons verlang. Dit betrek ons denke, ons verbeelding, ons emosies en ons begeertes.

KONTEMPLASIE

Kontemplatiewe gebed is stilte. Dit is die tipe gebed waarin ons een met Christus is. Dit is 'n gemeenskap van liefde en 'n blik van geloof.

© Die Oratorium Uitgewery