

# MATINES DE CARÊME EN SEMAINE

*Sans prêtre*

*Pendant le grand Carême, du lundi au vendredi, les matines se célèbrent avec Petite Doxologie en tenant compte des particularités indiquées ci-après et en se référant au livre du Triode (si on l'a).*

## LE LECTEUR

Par les prières de nos saints Pères, Seigneur Jésus-Christ notre Dieu, aie pitié de nous, Amen.

### Prières initiales

## LE LECTEUR

Gloire à Toi, notre Dieu, gloire à Toi !

Roi céleste, Consolateur, Esprit de vérité, Toi qui es partout présent et qui emplis tout, Trésor des biens et Donateur de vie, viens et fais ta demeure en nous, purifie-nous de toute souillure et sauve nos âmes, Toi qui es bonté.

Saint Dieu ! Saint Fort ! Saint Immortel ! aie pitié de nous. *(3 fois)*

Gloire au Père et au Fils et au Saint-Esprit, maintenant et toujours et pour les siècles des siècles. Amen.

Très sainte Trinité, aie pitié de nous ; Seigneur, purifie-nous de nos péchés ; Maître, pardonne-nous nos iniquités ; Saint, visite-nous et guéris nos infirmités à cause de ton Nom.

Kyrie eleison. *(3 fois)*

Gloire au Père et au Fils et au Saint-Esprit, et maintenant et toujours et pour les siècles des siècles. Amen.

Notre Père qui es aux cieux, que ton Nom soit sanctifié, que ton règne vienne, que ta volonté soit faite sur la terre comme au ciel ; donne-nous aujourd'hui notre pain essentiel ; remets-nous nos dettes, comme nous aussi les remettons à nos débiteurs ; et ne nous laisse pas entrer dans l'épreuve, mais délivre-nous du Malin.

Amen. Kyrie eleison *(12 fois)*.

Gloire au Père et au Fils et au Saint-Esprit, et maintenant et toujours et pour les siècles des siècles. Amen.

Venez, adorons et prosternons-nous devant Dieu, notre Roi !

Venez, adorons et prosternons-nous devant le Christ, notre Roi et notre Dieu !

Venez, adorons et prosternons-nous devant le Christ Lui-même, notre Roi et notre Dieu !  
*(avec 3 inclinations ou métanies)*

**Hexapsalme**

*(ce sont 6 psaumes fixes, qu'on lit en entier ou partiellement si on veut raccourcir l'office)*

**LE LECTEUR**

Gloire à Dieu au plus haut des cieux, et paix sur la terre, bienveillance parmi les hommes.

*(3 fois)*

Seigneur, ouvre mes lèvres et ma bouche annoncera ta louange. *(2 fois)*

***Psaume 3***

Seigneur, pourquoi mes ennemis se sont-ils multipliés ? Qu'ils sont nombreux ceux qui se dressent contre moi !

Nombreux ceux qui disent à mon sujet : "point de salut pour lui auprès de son Dieu."

Mais Toi Seigneur, Tu es ma force, mon bouclier, ma gloire : Tu élèves ma tête !

J'invoque le Seigneur, je crie vers Lui à pleine voix, Il me répond de sa montagne sainte.

Je me suis endormi et j'ai sommeillé, maintenant je ressuscite car le Seigneur m'a pris avec Lui.

Je ne crains pas cette myriade qui m'assiège, lève-Toi Seigneur, sauve-moi, mon Dieu !

Toi qui frappes à la joue mes ennemis, qui brise les dents des pécheurs.

Oui, le salut vient du Seigneur ! Viens sur ton peuple, ta bénédiction !

*et de nouveau :*

Je me suis endormi et j'ai sommeillé, maintenant je ressuscite car le Seigneur m'a pris avec Lui.

***Psaume 37***

Seigneur ne me châtie pas dans ta colère, ne me reprends pas dans ton courroux.

En moi tes flèches ont pénétré, ta main s'est appesantie sur moi.

Il n'y a plus rien de sain dans ma chair à cause de ta fureur, rien de sauf dans mes os à cause de mon péché.

Car mes iniquités m'ont submergé comme un poids trop pesant pour moi, mes plaies sont puanteur et pourriture à cause de ma folie.

Je suis abattu, courbé à l'excès, tout le jour en deuil, je m'afflige.

Mes reins sont envahis par un mal brûlant, plus rien d'intact en ma chair.

Je suis sans force, brisé outre mesure, le trouble de mon cœur m'arrache des rugissements.

Seigneur, tous mes désirs sont devant Toi, mes soupirs ne te sont point cachés.

Mon cœur palpite, ma force m'abandonne et la lumière même de mes yeux est défaillante.

Mes amis et mes proches s'arrêtent loin de moi, mes voisins se tiennent à distance ;

Ceux qui en veulent à mon âme redoublent leurs efforts, ils sèment le mensonge et distillent la perfidie ;

Moi je suis comme un sourd, je n'entends pas, comme un muet, je n'ai pas de réplique dans la bouche.

Mais c'est en Toi, Seigneur, que j'ai confiance, Toi Tu répondras, Seigneur mon Dieu.

Qu'ils ne se réjouissent pas à mon sujet, qu'ils ne fassent pas les superbes quand mon pied chancelle.

Car vraiment je suis près de tomber et ma douleur est toujours devant moi.

Oui, je confesse mon iniquité, c'est à cause de mon péché que je suis dans l'angoisse.

Puissants sont ceux qui me haïssent sans motif, nombreux ceux qui en veulent à ma vie injustement.

Ils me rendent le mal pour le bien, ils me sont hostiles parce que je cherche la justice.

Ne m'abandonne pas, Seigneur mon Dieu, ne t'éloigne pas de moi, hâte-Toi de me secourir, Toi qui es mon salut !

*et de nouveau :*

Ne m'abandonne pas, Seigneur mon Dieu, ne t'éloigne pas de moi, hâte-Toi de me secourir, Toi qui es mon salut

### ***Psaume 62***

O Dieu, mon Dieu, je Te cherche dès l'aurore, mon âme a soif de Toi !

Après Toi languit ma chair, comme une terre déserte, sans eau.

Aussi Te contemplerai-je au sanctuaire, dans l'attente de ta puissance et de ta gloire.

Mieux vaut ta grâce que la vie, mes lèvres Te célébreront.

Ainsi Te bénirai-je en ma vie : à ton Nom j'élèverai mes mains.

Comme de graisse se gorgera mon âme, lèvres jubilante, louange à la bouche.

Quand je pense à Toi sur ma couche, jusqu'au matin, je médite sur Toi.

Car pour moi Tu fus un secours et à l'ombre de tes ailes j'exulte.

Mon âme se presse contre Toi, ta droite me sert de soutien.

Mais ceux qui pourchassent mon âme, ils descendront aux profondeurs de la terre.

Ils seront à la merci de l'épée, ils deviendront la part des chacals.

Et le roi se réjouira en Dieu : qui jure par Lui en tirera louange et la bouche des menteurs se fermera.

*et de nouveau :*

Jusqu'au matin je médite sur Toi, car pour moi Tu fus un secours et à l'ombre de tes ailes, j'exulte.

Mon âme se presse contre Toi, ta droite me sert de soutien.

Gloire au Père et au Fils et au Saint-Esprit, maintenant et toujours, et pour les siècles des siècles. Amen.

Alleluia, alleluia, alleluia, gloire à toi, ô Dieu. *(3 fois, sans métanies)*

*Si on ne dit que 3 psaumes, on arrête ici la lecture de l'hexapsalme, sinon on poursuit :*

Kyrie eleison *(3 fois)*. Gloire au Père et au Fils et au Saint-Esprit, et maintenant et toujours et pour les siècles des siècles. Amen !

### **Psaume 87**

Seigneur, Dieu de mon salut, je crie jour et nuit devant Toi !

Que ma prière parvienne en ta présence ! Prête l'oreille à mes supplices !

Mon âme est rassasiée de maux, et ma vie touche au séjour des morts.

On me compte déjà parmi ceux qui descendent dans la fosse, je suis comme un homme sans bouclier.

On a fait ma couche parmi les morts, semblable aux victimes du glaive, gisant dans le tombeau,

Pareil à ceux dont Tu n'as plus le souvenir, et qui sont repoussés de ta main.

On m'a mis dans une fosse profonde, dans les ténèbres et l'ombre de la mort ;

Ta fureur s'appesantit sur moi, Tu m'accables de tous tes flots.

Tu as éloigné de moi tous mes amis, Tu m'as rendu pour eux un objet d'horreur ;

On m'a trahi, mais je n'ai pas fui, mes yeux s'éteignent de douleur, tout le jour je T'invoque, les mains tendues vers Toi.

Pour les morts, feras-Tu des miracles ? Leurs ombres ressusciteront-elles pour Te louer ?

Parlera-t-on de ta bonté dans les tombeaux ? de ta vérité dans la destruction.

Tes prodiges seront-ils connus dans les ténèbres, et ta justice sur la terre de l'oubli ?

Moi, Seigneur, j'implore ton secours, dès le matin, ma prière s'élève vers Toi.

Pourquoi Seigneur repousses-Tu mon âme ? pourquoi me caches-Tu ta Face ?

Je suis pauvre et accablé depuis ma jeunesse, exalté, humilié tour à tour.

Sur moi ont passé tes fureurs, tes épouvantes m'ont anéanti.

Elles m'entourent constamment comme des flots, elles m'enveloppent toutes à la fois.

Tu as éloigné de moi mes amis et mes proches ; mes intimes : ce sont les ténèbres.

*et de nouveau :*

Seigneur, Dieu de mon salut, je crie jour et nuit devant Toi !

Que ma prière parvienne en ta présence ! Prête l'oreille à mes suppliques !

### ***Psaume 102***

Mon âme, bénis le Seigneur, que tout ce qui est en moi, bénisse son saint Nom.

Mon âme, bénis le Seigneur, et n'oublie aucun de ses bienfaits.

Lui qui pardonne toutes tes fautes, qui guérit toutes les maladies.

Lui qui sauve ta vie de la fosse, qui te tresse une couronne par sa miséricorde et sa compassion.

Lui qui, durant ta vie, te comble de bienfaits, Il renouvelle ta jeunesse, comme celle de l'aigle.

Le Seigneur agit avec miséricorde, Il rend justice à tous les opprimés.

Il a fait connaître ses voies à Moïse, ses œuvres aux enfants d'Israël.

Le Seigneur est miséricordieux et compatissant, longanime et riche en bonté.

Il ne cherche pas querelle à jamais, son courroux ne dure pas sans fin.

Il ne nous traite pas selon nos péchés, Il ne nous rend pas selon nos iniquités.

Comme les cieus sont élevés au-dessus de la terre, ainsi sa miséricorde envers ceux qui Le craignent.

Autant l'orient est loin de l'occident, autant Il éloigne de nous nos transgressions.

Comme un père a compassion de ses enfants, le Seigneur a compassion de ceux qui Le craignent.

Car Il sait de quoi nous sommes faits, Il se souvient que nous sommes poussière.

L'homme, ses jours sont comme l'herbe, il fleurit comme la fleur des champs.

Qu'un souffle passe et il n'est plus, même le lieu qu'il occupait ne le reconnaît pas.

Mais la miséricorde du Seigneur dure à jamais pour l'éternité envers ceux qui Le craignent.

Sa justice s'étend jusqu'aux enfants de leurs enfants, à ceux qui gardent son alliance et se souviennent de ses préceptes pour les observer.

Le Seigneur a établi son trône dans les cieus, son règne s'étend sur toutes choses.

Bénissez le Seigneur, tous ses anges, hérauts puissants qui exécutez sa parole.

Bénissez le Seigneur, armées célestes qui Le servez en exécutant sa volonté.

Bénissez le Seigneur, toutes ses œuvres, dans tous les lieux où s'exerce sa puissance, mon âme, bénis le Seigneur !

*et de nouveau :*

Dans tous les lieux où s'exerce sa puissance, mon âme, bénis le Seigneur.

### ***Psaume 142***

Seigneur, écoute ma prière, prête l'oreille à ma supplique.

Écoute-moi dans ta vérité, exauce-moi dans ta justice.

N'entre pas en jugement avec ton serviteur, car nul vivant n'est juste devant Toi.

L'ennemi a pourchassé mon âme, contre terre il écrase ma vie.

Il me fait habiter dans les ténèbres, comme les morts de tous les siècles.

Mon esprit tombe en défaillance, au fond de moi, mon cœur s'épouvante ;

Je me souviens des jours d'autrefois, je me répète toutes tes œuvres, je médite sur l'ouvrage de tes mains.

Vers Toi je tends les mains, mon âme a soif de Toi comme une terre desséchée.

Ne tarde pas, Seigneur, réponds-moi, le souffle va bientôt me manquer.

Ne cache pas loin de moi ta Face ou je serai semblable à ceux qui descendent dans la fosse.

Fais-moi dès le matin entendre ta miséricorde, car j'ai mis en Toi mon espérance.

Fais-moi connaître la route à suivre, car vers Toi je veux élever mon âme.

Délivre-moi Seigneur de mes ennemis, auprès de Toi j'ai cherché un refuge ;  
enseigne-moi à faire ta volonté car c'est Toi mon Dieu.

Que ton esprit de bonté me conduise dans la terre de rectitude, pour l'honneur de ton Nom, Seigneur, fais-moi vivre en ta justice.

Tire mon âme de la tribulation, dans ta miséricorde, anéantis mes ennemis !

Détruis tous ceux qui tourmentent mon âme, car je suis ton serviteur !

*et de nouveau :*

Exauce-moi dans ta justice, n'entre pas en jugement avec ton serviteur. *(2 fois)*

Que ton esprit de bonté me conduise dans la terre de rectitude !

Gloire au Père et au Fils et au Saint-Esprit, maintenant et toujours, et pour les siècles des siècles. Amen.

Alleluia, alleluia, alleluia, gloire à Toi, ô Dieu. *(3 fois)*

## Alleluia

*Après la grande litanie (omise) et à la place de « Le Seigneur est Dieu » on chante l'Alleluia sur le ton courant de la semaine ; sur le ton 8 pendant la semaine sainte.*

*Si on ne connaît pas les tons on lit recto tono :*

**LE CHŒUR (à défaut le lecteur) :** Alleluia, alleluia, alleluia.

### **Versets :**

1. La nuit je veille devant Toi, Seigneur, car tes préceptes illuminent la terre.
2. Apprenez la justice, vous tous habitants de la terre.
3. Envers ton peuple seront connus ton zèle et ton amour.
4. Multiplie ton peuple, Seigneur, multiplie ton peuple, manifeste ta gloire.

## Hymnes triadiques

*Les hymnes triadiques sont chantés (ou lus) à la place des tropaires ordinaires, et selon le ton de la semaine.*

*La finale du premier tropaire varie suivant le jour de la semaine :*

*Lundi :* par la protection des Anges

*Mardi :* par les prières de saint Jean-Baptiste, le Précurseur

*Mercredi et vendredi :* par la puissance de ta Croix

*Jeudi :* par les prières de tes Apôtres et de saint Nicolas.

*Après le premier tropaire on dit : Gloire au Père...*

*La finale du second tropaire fait appel à l'intercession du saint titulaire de l'église, par exemple : par les prières de saint Just ; si l'église est dédiée au Seigneur ou à la Mère de Dieu, on dit : par les prières de tous les saints.*

*Si on n'est pas dans une église on peut prier un saint qui nous est cher, devant l'icône duquel on se trouve, ou notre saint patron.*

*Après le second tropaire, on dit : Maintenant et toujours...*

### **ton 1**

Par la forme sensible des puissances incorporelles / parvenant au sens immatérielle et spirituel / et par le chant du Trois-fois-saint / recevant la lumière de la Divinité en trois Personnes, / chantons avec les chérubins pour notre unique Seigneur : / Saint, saint, saint es-Tu, notre Dieu ;//

*Lundi :* par la protection des Anges, aie pitié de nous.

*Mardi :* par les prières de saint Jean Baptiste, le Précurseur, aie pitié de nous.

*Mercredi et Vendredi :* par la puissance de ta Croix, aie pitié de nous.

*Jeudi :* par les prières de tes Apôtres et de saint Nicolas, aie pitié de nous.

Gloire au Père et au Fils et au Saint-Esprit,  
 Avec toutes les puissances des cieux, / comme les chérubins, chantons le Très-Haut, /  
 entonnant la louange du Trois-fois-saint :/ Saint, saint, saint es-Tu, notre Dieu ;// par les  
 prières de (*saint N.*), aie pitié de nous.

Maintenant et toujours et pour les siècles des siècles. Amen.

Au sortir du sommeil nous nous prosternons devant Toi, / Seigneur puissant et bon, et  
 t'adressons l'hymne des anges :/ Saint, saint, saint es-Tu, notre Dieu ;// par l'intercession  
 de la divine Mère, aie pitié de nous.

### **ton 2**

Nature incréée qui as produit l'univers, / ouvre nos lèvres pour que nous annonçons ta  
 louange :/ Saint, saint, saint es-Tu, notre Dieu ;//

*Lundi* : par la protection des Anges, aie pitié de nous.

*Mardi* : par les prières de saint Jean Baptiste, le Précurseur, aie pitié de nous.

*Mercredi et Vendredi* : par la puissance de ta Croix, aie pitié de nous.

*Jeudi* : par les prières de tes Apôtres et de saint Nicolas, aie pitié de nous.

Gloire au Père et au Fils et au Saint-Esprit,

Nous qui sur terre imitons les puissances d'En-Haut, / nous t'adressons l'hymne de victoire  
 en chantant :/ Saint, saint, saint es-Tu, notre Dieu ;// par les prières de (*saint N.*), aie pitié  
 de nous.

Maintenant et toujours et pour les siècles des siècles. Amen.

Seigneur, qui m'as réveillé de mon sommeil, / illumine mon cœur et mon esprit, / ouvre  
 mes lèvres pour te chanter, ô sainte Trinité :/ Saint, saint, saint es-Tu, notre Dieu ;/ par  
 l'intercession de la divine Mère, aie pitié de nous.

### **ton 3**

Père éternel, Fils co-éternel, / Esprit qui partage leur éternité, comme unique Dieu / avec  
 les chérubins nous osons te glorifier en disant :/ Saint, saint, saint es-Tu, notre Dieu ;//

*Lundi* : par la protection des Anges, aie pitié de nous.

*Mardi* : par les prières de saint Jean Baptiste, le Précurseur, aie pitié de nous.

*Mercredi et Vendredi* : par la puissance de ta Croix, aie pitié de nous.

*Jeudi* : par les prières de tes Apôtres et de saint Nicolas, aie pitié de nous.

Gloire au Père et au Fils et au Saint-Esprit,

Consubstantielle et indivisible Trinité, / Unité en trois Personnes d'égale éternité, / avec les anges nous Te chantons, Seigneur :/ Saint, saint, saint es-Tu, notre Dieu ; par les prières de (*saint N.*), aie pitié de nous.

Maintenant et toujours et pour les siècles des siècles. Amen.

Le Juge viendra comme un éclair / dévoiler les actions de chacun ;/ avec crainte, chantons donc au milieu de la nuit :/ Saint, saint, saint es-Tu, notre Dieu ;// par l'intercession de la divine Mère, aie pitié de nous.

#### **ton 4**

Avec ton Père éternel / et ton Esprit très saint, ô Christ notre Dieu, / comme les chérubins, nous osons Te glorifier en disant :/ Saint, saint, saint es-Tu, notre Dieu ;//

*Lundi* : par la protection des Anges, aie pitié de nous.

*Mardi* : par les prières de saint Jean Baptiste, le Précurseur, aie pitié de nous.

*Mercredi et Vendredi* : par la puissance de ta Croix, aie pitié de nous.

*Jeudi* : par les prières de tes Apôtres et de saint Nicolas, aie pitié de nous.

Gloire au Père et au Fils et au Saint-Esprit,

Comme l'armée des anges dans le ciel, / avec crainte, sur terre nous les hommes, nous t'offrons / cette hymne de victoire, Seigneur :/ Saint, saint, saint es-Tu, notre Dieu ;// par les prières de (*saint N.*), aie pitié de nous.

Maintenant et toujours et pour les siècles des siècles. Amen.

De tes célestes serviteurs, / nous avons l'audace, nous les mortels, / de prendre l'hymne et de te chanter : Saint, saint, saint es-Tu, notre Dieu ;// par l'intercession de la divine Mère, aie pitié de nous.

#### **ton 5**

Voici le moment des cantiques, / voici l'heure de la prière ;/ sans cesse chantons à l'unique Seigneur :/ Saint, saint, saint es-Tu, notre Dieu ;//

*Lundi* : par la protection des Anges, aie pitié de nous.

*Mardi* : par les prières de saint Jean Baptiste, le Précurseur, aie pitié de nous.

*Mercredi et Vendredi* : par la puissance de ta Croix, aie pitié de nous.

*Jeudi* : par les prières de tes Apôtres et de saint Nicolas, aie pitié de nous.

Gloire au Père et au Fils et au Saint-Esprit,

Osant représenter les célestes armées, / nous Te chantons, éternelle Trinité / malgré l'indignité de nos voix :/ Saint, saint, saint es-Tu, notre Dieu ;// par les prières de (*saint N.*), aie pitié de nous.

Maintenant et toujours et pour les siècles des siècles. Amen.

O Christ qui demeuras dans le sein virginal, / sans avoir quitté celui du Père, / permets qu'avec les anges, nous aussi, nous chantions :/ Saint, saint, saint es-Tu, notre Dieu ; // par l'intercession de la divine Mère, aie pitié de nous.

### **ton 6**

De leurs bouches immatérielles, les chérubins / et par d'incessantes doxologies les séraphins, / Seigneur, Te chantent l'hymne du Trois-fois-saint / et nous sur terre, de nos lèvres indignes, nous T'adressons notre louange en disant :/ Saint, saint, saint es-Tu, notre Dieu ; //

*Lundi* : par la protection des Anges, aie pitié de nous.

*Mardi* : par les prières de saint Jean Baptiste, le Précurseur, aie pitié de nous.

*Mercredi et Vendredi* : par la puissance de ta Croix, aie pitié de nous.

*Jeudi* : par les prières de tes Apôtres et de saint Nicolas, aie pitié de nous.

Gloire au Père et au Fils et au Saint-Esprit,

Se tenant avec crainte auprès de Toi, les chérubins / saisis d'effroi et tout tremblants, les séraphins / d'une incessante voix proclament l'hymne du Trois-fois-saint ;/ et nous pécheurs, avec eux nous chantons :// Saint, saint, saint es-Tu, notre Dieu ;// par les prières de (*saint N.*), aie pitié de nous.

Maintenant et toujours et pour les siècles des siècles. Amen.

Glorifions la divinité de l'Un en trois hypostases unies sans confusion / et reprenons l'hymne des anges en disant : /Saint, saint, saint es-Tu, notre Dieu ;// par l'intercession de la divine Mère, aie pitié de nous.

### **ton 7**

Toi que les chérubins célèbrent pour ta puissance, Très-Haut, / et dont les anges adorent la divine gloire, / permets aussi, malgré leur indignité, / aux pécheurs que nous sommes d'oser Te chanter : / Saint, saint, saint es-Tu, notre Dieu ; //

*Lundi* : par la protection des Anges, aie pitié de nous.

*Mardi* : par les prières de saint Jean Baptiste, le Précurseur, aie pitié de nous.

*Mercredi et Vendredi* : par la puissance de ta Croix, aie pitié de nous.

*Jeudi* : par les prières de tes Apôtres et de saint Nicolas, aie pitié de nous.

Gloire au Père et au Fils et au Saint-Esprit,

À l'Un en trois personnes, l'inaccessible Divinité, / présentant la louange des séraphins / en l'honneur du Trois-fois-saint, / avec crainte chantons :/ Saint, saint, saint es-Tu, notre Dieu ;// par les prières de (*saint N.*), aie pitié de nous.

Maintenant et toujours et pour les siècles des siècles. Amen.

Secouant ta paresse et ton sommeil, / montre à Celui qui doit te juger / que tu t'amendes et te redresses pour louer le Seigneur/ et dans la crainte, ô mon âme, chante Lui :/ Saint, saint, saint es-Tu, notre Dieu ;// par l'intercession de la divine Mère, aie pitié de nous.

### *ton 8*

N'osant lever leur regard vers Toi, / les chérubins font retentir en voletant / les divins accents du Trois-fois-saint ;/ avec eux nous aussi les pécheurs, nous Te chantons :// Saint, saint, saint es-Tu, notre Dieu ;//

*Lundi* : par la protection des Anges, aie pitié de nous.

*Mardi* : par les prières de saint Jean Baptiste, le Précurseur, aie pitié de nous.

*Mercredi et Vendredi* : par la puissance de ta Croix, aie pitié de nous.

*Jeudi* : par les prières de tes Apôtres et de saint Nicolas, aie pitié de nous.

Gloire au Père et au Fils et au Saint-Esprit,

Le cœur tourné vers le ciel, imitons l'armée des anges, / prosternons-nous avec crainte vers le Seigneur, / Lui chantant l'hymne de victoire et disant :/ Saint, saint, saint es-Tu, notre Dieu ;// par les prières de (*saint N.*), aie pitié de nous.

Maintenant et toujours et pour les siècles des siècles. Amen.

Accablés sous le poids de nos péchés si nombreux / et n'osant lever les yeux vers ta demeure, Très-Haut, /l'âme et le corps inclinés, avec les anges nous chantons : / Saint, saint, saint es-Tu, notre Dieu ;// par l'intercession de la divine Mère, aie pitié de nous.

## **Lecture du Psautier**

*Si on a un psautier orthodoxe comme celui du P. Placide où les psaumes sont présentés par cathismes on pourra suivre l'ordre de lecture indiqué à la fin du psautier, à moins que l'on préfère lire le psautier en continu en lisant les psaumes à la suite les uns des autres ; dans un cathisme il y a 3 stances de 1 à 3 psaumes suivant la longueur et il y a en tout 20 cathismes dans tout le psautier.*

*Si on lit les psaumes dans une Bible on les lira à la suite les uns des autres.*

*Le nombre de psaumes lus est laissé à l'initiative de chacun.*

### **Premier cathisme**

#### **LE LECTEUR**

Kyrie eleison, kyrie eleison, kyrie eleison,

Gloire au Père et au Fils et au Saint-Esprit, et maintenant et toujours et pour les siècles des siècles. Amen.

*Et il commence la lecture. À la fin de la première et de la seconde stance, le lecteur dit :*

#### **LE LECTEUR**

Gloire au Père et au Fils et au Saint-Esprit et maintenant et toujours, et pour les siècles des siècles. Amen.

Alleluia, Alleluia, Alleluia, gloire à Toi ô Dieu *(3 fois)*. Kyrie eleison *(3 fois)*.

Gloire au Père et au Fils et au Saint-Esprit, et maintenant et toujours et pour les siècles des siècles. Amen.

*Il continue la lecture*

*À la fin de la troisième stance le lecteur dit :*

#### **LE LECTEUR**

Gloire au Père et au Fils et au Saint-Esprit, et maintenant et toujours et pour les siècles des siècles. Amen.

Alleluia, Alleluia, Alleluia, gloire à Toi ô Dieu *(3 fois)*.

*On peut réduire le cathisme à une seule stance, ou même à un seul psaume, et cette lecture se termine comme s'il s'agissait de la 3ème stance.*

### **Cathisme poétique (cathisme I)**

*(voir le Triode)*

### **Deuxième cathisme**

*Si on lit un deuxième cathisme, on procède comme pour le premier*

### **Cathisme poétique (cathisme II) (voir le Triode)**

**Psaume 50****LE LECTEUR**

Aie pitié de moi, ô Dieu dans ta bonté ; selon ta grande miséricorde, efface mes transgressions ;

Lav- moi complètement de mon iniquité et purifie-moi de mon péché,

Car je reconnais mes transgressions et mon péché est constamment devant moi.

J'ai péché contre Toi seul et j'ai fait ce qui est mal à tes yeux, en sorte que Tu seras juste dans ta sentence, sans reproche dans ton jugement.

Vois, je suis né dans l'iniquité et ma mère m'a conçu pécheur.

Mais Tu veux que la vérité soit au fond de mon cœur ; fais pénétrer la sagesse au-dedans de moi.

Asperge-moi, Seigneur avec l'hysope et je serai purifié, lave moi et je serai plus blanc que la neige.

Annonce-moi l'allégresse et la joie, et les os que Tu as brisés se réjouiront.

Détourne ton regard de mes péchés, efface toutes mes iniquités.

Ô Dieu, crée en moi un cœur pur, renouvelle un esprit droit dans mes entrailles.

Ne me rejette pas loin de ta face, ne me retire pas ton Esprit Saint,

Rends-moi la joie de ton salut, affermis-moi par l'Esprit puissant.

J'enseignerai tes voies aux sans-lois et les impies reviendront à Toi.

Ô Dieu, Dieu de mon salut, délivre-moi des sangs versés, et ma langue glorifiera ta miséricorde.

Seigneur, ouvre mes lèvres et ma bouche annoncera ta louange.

Si Tu avais voulu des sacrifices, je T'en aurais offerts, mais Tu ne prends point plaisir aux holocaustes.

Les sacrifices qui sont agréables à Dieu, c'est un esprit brisé ; ô Dieu, Tu ne dédaignes pas le cœur contrit et humilié.

Répands par ta grâce tes bienfaits sur Sion, bâtis les murs de Jérusalem,

Alors Tu agréeras des sacrifices de justice, une oblation et des holocaustes, alors on offrira des taureaux sur ton autel.

Amen.

## Canon des Matines

*Dans la pratique courante on lit seulement l'ode biblique du jour :*

Lundi : Cantique de Moïse (*Exode 15, 1-19*)

Mardi : Cantique de Moïse (*Deutéronome 32, 1-43*)

Mercredi : Cantique d'Anne (*1 Rois 2, 1-10*)

Jeudi : Cantique du Prophète Habacuc (*3, 2-19*)

Vendredi : Cantique d'Isaïe (*26, 9-20*)

### **LUNDI PREMIÈRE ODE**

#### **Cantique de Moïse dans l'Exode (15, 1-19)**

1. Chantons pour le Seigneur, car il s'est couvert de gloire ;  
Cheval et cavalier, il les a jetés à la mer.
2. Il est mon secours et ma protection pour mon salut ;  
C'est lui mon Dieu, et je le glorifierai ; le Dieu de mon père et je l'exalterai.
3. Le Seigneur brise les guerres ; "le Seigneur" est son nom.
4. Les chars de Pharaon et sa puissance, il les a jetés à la mer ;  
Ses cavaliers d'élite, il les a submergés dans la mer Rouge.
5. Sous les flots, il les a fait disparaître ;  
Ils se sont enfoncés dans l'abîme comme une pierre.
6. Ta droite, Seigneur, a été glorifiée dans sa force ;  
Ta main droite, Seigneur, a brisé l'ennemi.
7. Par la grandeur de ta gloire tu as broyé l'adversaire ;  
Tu as envoyé ta colère, et elle les a dévorés comme le chaume
8. Au souffle de ta fureur, l'eau s'est partagée,  
Les flots se sont dressés comme un mur,  
Les vagues se sont figées au milieu de la mer.
9. L'ennemi a dit : « Je les poursuivrai, je les saisirai,  
Je partagerai le butin, j'en remplirai mon âme ;  
Je tirerai mon glaive, ma main dominera. »
10. Tu envoyas ton souffle, la mer les recouvrit ;  
Ils ont coulé comme du plomb dans les eaux profondes.
11. Qui est comme toi parmi les dieux, Seigneur, qui est comme toi ?  
Tu es glorifié parmi les saints, admirable en gloires,  
Accomplissant des prodiges.

12. Tu étendis ta droite,  
La terre les engloutit.
13. Par ta justice, tu guidas ce peuple que tu avais racheté ;  
Tu le soutins de ta force, jusqu'à ta sainte demeure.
14. Les nations entendirent et elles frémirent ;  
Les douleurs saisirent les habitants de la Philistie.
15. Alors les chefs d'Édom furent saisis d'effroi, ainsi que les princes de Moab ;  
Un tremblement les saisit, ils se liquéfièrent, tous les habitants de Canaan.
16. Que tombent sur eux la crainte et le tremblement,  
Qu'ils soient pétrifiés par la puissance de ton bras,  
Jusqu'à ce que ton peuple soit passé, Seigneur,  
Jusqu'à ce que soit passé ce peuple que tu as acquis.
17. Conduis-les, plante-les sur la montagne de ton héritage,  
Dans la demeure que tu as préparée, Seigneur,  
Au sanctuaire, Seigneur, qu'ont préparé tes mains.
18. Le Seigneur règne dès maintenant et pour les siècles.  
Car le cheval de Pharaon, avec les chars et les cavaliers  
S'étaient engagés dans la mer, et le Seigneur a fait refluer sur eux les eaux de la  
mer ; mais les enfants d'Israël passèrent à pied sec au milieu de la mer.

Gloire au Père et au Fils et au Saint Esprit, maintenant et toujours et pour les  
siècles des siècles. Amen.

## MARDI DEUXIÈME ODE

### Cantique de Moïse dans le Deutéronome (32, 1-43)

1. Ciel sois attentif et je parlerai ;  
que la terre écoute ce que prononce ma bouche.
2. Que ma doctrine soit attendue comme l'averse,  
que mes paroles descendent comme la rosée,  
comme la pluie sur le gazon, comme l'ondée sur l'herbe.
3. Car l'ai invoqué le Nom du Seigneur ;  
proclamez la magnificence de notre Dieu !
4. Dieu, ses œuvres sont vérité, et toutes ses voies, justice ;  
Dieu est fidèle et il n'y a pas en lui d'iniquité ;  
juste et saint est le Seigneur.

5. Ils ont péché, eux qui n'étaient pas des enfants parés ;  
génération tortueuse et pervertie, est-ce là ce que vous rendez au Seigneur ?
6. Peuple insensé, dépourvu de sagesse,  
n'est-ce pas lui, ton Père, qui t'a engendré, lui qui t'a fait et formé ?
7. Rappelle-toi les jours d'autrefois,  
considère les années de génération en génération ;  
interroge ton père et il te l'annoncera, tes anciens et ils te diront.
8. Quand le Très-Haut répartit les nations, et dispersa les fils d'Adam, il fixa les  
bornes des nations suivant le nombre des anges de Dieu.
9. Et Jacob, son peuple, devint la part du Seigneur ; son lot d'héritage, Israël.
10. Il fut son seul soutien dans le désert, dans la soif ardente,  
dans un pays sans eau ;  
il l'entoura, lui donna ses leçons, et le garda comme la prunelle de l'œil.
11. Comme un aigle protège sa nichée et veille avec amour sur ses petits, déploie ses  
ailes et les prend,  
et les porte sur ses épaules.
12. Le Seigneur seul les a conduits,  
et il n'y avait pas de dieu étranger parmi eux.
13. Et il les fit monter vers la richesse du pays  
et il leur fit manger le fruit des champs ;  
Ils goûtèrent le miel du rocher, et l'huile de la pierre dure,
14. le beurre des vaches et le lait des brebis,  
avec la graisse des agneaux et des béliers,  
des jeunes taureaux et des boucs,  
avec la farine de la moelle du froment,  
et ils burent le vin, le sang de la grappe.
15. Jacob a mangé, il s'est rassasié ;  
le bien-aimé a regimbé, il s'est engraisé, alourdi, mis au large,  
et il abandonna le dieu qui l'avait fait,  
il s'écarta de Dieu, son Sauveur.
16. Ils m'ont irrité par des dieux étrangers,  
ils m'ont rempli d'amertume par leurs abominations.

17. Ils sacrifiaient aux démons et non pas à Dieu,  
à des dieux qu'ils avaient ignorés,  
à des vanités qui venaient d'arriver,  
et que leurs pères n'aient pas connues.
18. Le Dieu qui t'a fait naître, tu l'as abandonné,  
et tu as oublié le Dieu qui t'a nourri.
19. Et le Seigneur a vu, il a été saisi de jalousie,  
irrité par la folie de ses fils et de ses filles.
20. Et il dit : « Je vais détourner d'eux ma face,  
et je ferai connaître ce qui leur adviendra à la fin de leurs jours ;  
car c'est une génération perverse, des fils en qui il n'y a plus de foi.
21. Ils m'ont rendu jaloux par un dieu qui n'est pas un dieu,  
ils ont provoqué ma colère par leurs idoles :  
moi aussi je les rendrai jaloux par un peuple qui n'est pas un peuple ; par une  
nation sans intelligence je vais provoquer leur colère.
22. Car un feu s'est allumé dans ma fureur,  
il brûlera jusqu'au plus profond des enfers,  
il consumera la terre et son fruit, il embrasera les assises des montagnes.
23. J'entasserai sur eux les malheurs,  
contre eux, j'épuiserai mes flèches.
24. Ils seront dévorés par la faim,  
rongés par les vautours et par un mal incurable ;  
j'enverrai contre eux la dent des fauves,  
avec le venin des reptiles de la terre.
25. Au-dehors, le glaive les privera de leurs enfants,  
et dans leurs retraites pénétrera la crainte,  
le jeune homme et la vierge auront le même sort,  
l'enfant à la mamelle et le vieillard chenu.
26. Je disais : « Je les disperserais,  
j'effacerais leur souvenir parmi les hommes,
27. s'il n'y avait la colère des ennemis :  
il ne faut pas qu'elle se prolonge trop,  
ni que les adversaires unissent leurs attaques  
et disent : « C'est la vaillance de notre main  
et non pas le Seigneur qui a fait cela ! »

28. Car c'est une nation qui ne sait pas réfléchir,  
et il n'y a pas en elle de science.
29. Ils ne cherchent pas à comprendre ;  
tout cela leur est montré pour les temps à venir.
30. Comment un homme pourrait-il en poursuivre un millier,  
deux en faire fuir dix mille,  
si Dieu ne les avait vendus,  
si le Seigneur ne les avait livrés ?
31. Car leurs dieux ne sont pas comme notre Dieu  
et nos ennemis sont sans intelligence.
32. Leur vigne vient de la vigne de Sodome, leur cep vient de Gomorrhe,  
leurs raisins sont des raisins de fiel,  
leurs grappes sont pour eux amères.
33. Leur vin est le venin des dragons,  
le venin mortel des aspics.
34. Tout cela, ne l'ai-je pas retenu auprès de moi,  
et n'est-ce pas scellé dans mes réserves ?
35. Au jour de la vengeance je rétribuerai,  
au temps où leur pied bronchera ;  
car proche est le jour de leur perte,  
présent ce qui est préparé pour vous.
36. Car le Seigneur fera justice à son peuple,  
et sur ses serviteurs il fera venir sa consolation,  
car il les a vus paralysés, épuisés par les attaques, sans force.
37. Et le Seigneur dira : Où sont leurs dieux,  
en qui ils avaient mis leur confiance,  
dont vous mangiez la graisse des sacrifices,  
et buviez le vin des libations ?
38. Qu'ils se lèvent et vous portent secours,  
qu'ils deviennent pour vous une protection !
39. Voyez, voyez que moi, je suis,  
et qu'il n'est pas de Dieu en dehors de moi ;  
c'est moi qui fais mourir et qui fais vivre ;

je frappe et c'est moi qui guéris,  
et nul ne délivre de ma main.

40. Oui, je lève ma main vers le ciel, je le jure par ma droite,  
et je dis : « Moi je vis éternellement ;  
j'aiguïserai mon glaive comme l'éclair ;

41. ma main se saisira du jugement, je ferai justice de mes ennemis,  
je rétribuerai ceux qui me haïssent.

42. J'enivrerais mes flèches de sang, mon glaive se rassasiera de chair,  
du sang des blessés et des captifs, des têtes des princes des nations. »

43. Cieux, réjouissez-vous avec lui,  
et que tous les anges de Dieu se prosternent devant lui ;  
nations, réjouissez-vous avec son peuple,  
que tous les fils de Dieu trouvent en lui leur force,  
car le sang de ses fils est vengé ;  
il fera justice et se vengera de ses ennemis,  
il rétribuera ceux qui le haïssent,  
et le Seigneur purifiera la terre de son peuple.

Gloire au Père et au Fils et au Saint Esprit, maintenant et toujours et pour les  
siècles des siècles. Amen.

## **MERCREDI TROISIÈME ODE**

### **Prière d'Anne, mère de Samuel le Prophète (1R, 2, 1-10)**

1. Mon cœur s'est affermi dans le Seigneur,  
ma corne s'exaltera en mon Dieu ;  
ma bouche s'ouvrira contre mes ennemis,  
je me réjouirai en ton salut.
2. Car il n'est pas de saint comme le Seigneur,  
il n'est pas de juste comme notre Dieu,  
et nul n'est saint en dehors de toi.
3. Ne vous glorifiez pas et ne proférez pas de paroles hautaines ;  
que de votre bouche ne sortent pas de grandes phrases ;  
car le Seigneur est le Dieu des connaissances,  
un Dieu qui prépare l'accomplissement de ses desseins.

4. Il affaiblit l'arc des puissants,  
et il ceint de force les faibles.
5. Ceux qui étaient rassasiés de pain s'en voient privés,  
et ceux qui en manquaient n'ont plus à travailler la terre.  
La stérile enfante sept fois  
et la mère aux nombreux fils se flétrit.
6. Le Seigneur fait mourir et il fait vivre,  
il fait descendre aux enfers et en ramène.
7. Le Seigneur appauvrit et enrichit,  
il humilie et il exalte.
8. De la poussière il relève l'indigent, du fumier il redresse le pauvre,  
pour l'asseoir avec les puissants du peuple,  
et lui donner en héritage un trône de gloire.
9. Il exauce la demande de celui qui prie,  
et il bénit les années du juste ;  
car ce n'est pas la force qui donne à l'homme la puissance
10. Le Seigneur affaiblira son adversaire,  
le Seigneur est saint.
11. Que le sage ne se glorifie pas de sa sagesse,  
que le puissant ne se glorifie pas de sa puissance,  
que le riche ne se glorifie pas de sa richesse.
12. Mais que celui qui se glorifie, se glorifie en ceci :  
comprendre et connaître le Seigneur,  
pratiquer la rectitude et la justice au milieu de la terre.
13. Le Seigneur est monté aux cieux et a tonné ;  
lui-même jugera les hauteurs de la terre, car il est juste.
14. Et il donnera la force à nos rois,  
il exaltera la corne de ceux qui ont reçu son onction.

Gloire au Père et au Fils et au Saint Esprit, maintenant et toujours et pour les siècles des siècles. Amen.

**JEUDI QUATRIÈME ODE**  
**Prière d'Habacuc le Prophète (Ha 3, 2-19)**

2. Seigneur, j'ai entendu ta parole, et j'ai été saisi de crainte,  
Seigneur j'ai considéré tes œuvres, et j'ai été frappé de stupeur.  
Entre deux animaux tu seras connu,  
quand les années seront proches, tu te montreras,  
lorsque viendra le temps, tu te révéleras.
3. Dieu viendra de Théman, et le saint de la montagne ombragée par la forêt.  
Sa vertu a couvert les cieux et la terre est remplie de sa louange.
4. Son éclat est pareil à la lumière,  
des rayons sortent de ses mains,  
et il a fait de sa force un amour puissant.
5. Devant sa face marchera sa parole,  
et l'instruction sort de ses pas
6. Il s'est dressé, et la terre a chancelé, il a regardé et les nations ont fondu.  
Les montagnes ont été brisées par sa puissance,  
les collines éternelles se sont effondrées.
7. J'ai vu ses parcours éternels, pour prix de mes labeurs.  
Les tentes d'Éthiopie ont été saisies d'effroi,  
ainsi que les tabernacles de la terre de Madian.
8. Est-ce contre les fleuves que tu t'irrites, Seigneur ?  
Ta fureur est-elle contre les fleuves, ton ardeur contre la mer ?
9. Tu banderas ton arc contre les sceptres, dit le Seigneur ;  
les fleuves ravineront la terre.
10. Les peuples te verront et ils seront dans les douleurs,  
tandis que dans ta marche tu disperseras les flots.  
L'abîme a élevé la voix, il s'est soulevé avec magnificence.
11. Le soleil s'est levé, et la lune s'est arrêtée à sa place.  
Tes flèches jaillissent dans la lumière,  
dans l'éclat fulgurant de tes armes.

12. Dans ton courroux, tu effrayeras la terre,  
Dans ta fureur, tu piétineras les nations.

13. Tu es sorti pour sauver ton peuple,  
tu es venu pour sauver ton Christ.  
Tu as répandu la mort sur la tête des transgresseurs,  
tu les as chargé de chaînes jusqu'au cou, à jamais.

14. Sorti de toi-même, tu as brisé la tête des princes ;  
en leur tréfonds, ils seront ébranlés.  
Ils ouvriront la bouche, comme le pauvre qui dévore en secret.

15. Tu es entré dans la mer avec tes chevaux,  
troublant les eaux innombrables.

16. J'ai observé et mon cœur a été bouleversé,  
Tandis que naissait la prière sur les lèvres.  
Un frisson a pénétré dans les os,  
et en moi, ma force a été troublée.  
Je me reposerai au jour de ma tribulation  
quand je monterai vers le peuple où je trouverai asile.

17. Car le figuier ne portera plus de fruit,  
et il n'y aura plus de bourgeons sur les vignes.  
Le fruit de l'olivier sera trompeur,  
et les champs ne produiront plus de récolte.

18. Les brebis ont disparu, privées de pâture,  
et il n'y a plus de bestiaux dans les étables.  
Mais moi, j'exulterai dans les Seigneur,  
et je me réjouirai en Dieu mon Sauveur.

19. Le Seigneur mon Dieu est ma force,  
et il affermira mes pas en vue de la fin.  
Et il me fera monter sur les hauteurs,  
pour que je sois vainqueur, au chant de son cantique.

Gloire au Père et au Fils et au Saint Esprit, maintenant et toujours et pour les  
siècles des siècles. Amen.

**VENDREDI CINQUIÈME ODE**

**Prière d'Isaïe le Prophète (Is, 26, 9-20)**

9. La nuit, mon esprit veille devant toi, ô Dieu,  
car tes commandements sont une lumière sur la terre
10. Apprenez la justice, habitants de la terre, car l'impie a disparu.  
Quiconque n'a pas appris la justice sur la terre ne fera pas la vérité.  
Que l'impie soit enlevé pour qu'il ne voit pas la gloire du Seigneur.
11. Seigneur, ton bras est levé, et ils ne l'ont pas su :  
Mais quand ils le verront, ils seront confondus.  
La jalousie saisira un peuple sans instruction ;  
et maintenant le feu va dévorer tes adversaires.
12. Seigneur notre Dieu, donne-nous la paix,  
car tu nous as donné toutes choses.
13. Seigneur notre Dieu, prends possession de nous ;  
Seigneur, en dehors de toi, nous n'en connaissons pas d'autre ;  
C'est ton Nom que nous invoquons.
14. Mais les morts ne verront pas la vie  
même les médecins ne se relèveront pas,  
car tu les as châtiés et fait périr,  
et tu as enlevé tout mâle parmi eux.
15. Fais revenir sur eux des maux, Seigneur  
fais venir des maux sur les glorieux de la terre.
16. Seigneur, dans la tribulation nous nous sommes souvenus de toi,  
Par une courte tribulation, tu nous as fait la leçon.
17. Comme une femme dans les douleurs, sur le point d'enfanter,  
et qui crie dans ses douleurs,  
ainsi nous sommes devenus pour ton bien-aimé.

18. Par ta crainte, Seigneur, nous avons conçu dans notre sein,  
 nous avons été dans les douleurs,  
 et nous avons enfanté ton esprit de salut,  
 nous l'avons fait naître sur la terre.  
 Nous ne tomberons pas,  
 mais ils tomberont, tous les habitants de la terre.

19. Les morts ressusciteront,  
 et ils se lèveront, ceux qui sont dans les tombeaux,  
 et ceux qui sont dans la terre se réjouiront,  
 car ta rosée sera leur guérison ;  
 mais la terre des impies disparaîtra.

20. Va, mon peuple, entre dans tes chambres,  
 ferme la porte, cache-toi un peu de temps,  
 jusqu'à ce que soit passée la colère du Seigneur.

Gloire au Père et au Fils et au Saint Esprit, maintenant et toujours et pour les  
 siècles des siècles. Amen.

**Kondakion et Ikos** voir le *Ménée* ; à la place du Kondakion on chante généralement le  
**Martyrykon** qu'on trouve dans l'appendice du Triode.

**Synaxaire** voir le *calendrier liturgique*

## Ode 9

### *Magnificat*

1. Mon âme magnifie le Seigneur,  
 et mon esprit exulte en Dieu mon Sauveur.

### *Antienne*

Plus vénérable que les chérubins et incomparablement plus glorieuse que les  
 séraphins, toi qui, sans corruption, as enfanté Dieu le Verbe, toi qui es vraiment Mère  
 de Dieu, nous te magnifions.

2. Car il a regardé l'humilité de sa servante,  
 voici que désormais toutes les générations me diront bienheureuses.

### *Antienne*

3. Car le Puissant a fait pour moi de grandes choses et son Nom est saint !  
Et sa miséricorde s'étend de génération en génération sur ceux qui le craignent.

**Antienne**

4. Il a fait oeuvre de puissance par son bras,  
Il a dispersé ceux qui d'élevaient dans les pensées de leur cœur.

**Antienne**

5. Il a renversé les puissants de leur trône et il a élevé les humbles ;  
il a comblé de biens les affamés et renvoyé les riches les mains vides.

**Antienne**

6. Il a secouru Israël son serviteur, se souvenant de sa miséricorde,  
comme il avait promis à nos pères,  
en faveur d'Abraham et de sa descendance pour les siècles.

Il est digne, en vérité de te proclamer bienheureuse, Mère de Dieu, toujours bienheureuse et tout irréprochable et Mère de notre Dieu. Plus vénérable que les chérubins et incomparablement plus glorieuse que les séraphins, toi qui sans corruption a enfanté Dieu le Verbe, toi qui es vraiment Mère de Dieu, nous te magnifions. (*Métanie*)

**Illumination** (*photagogikon*)

*On chante le photagogikon, qui correspond au ton de la semaine :*

**Ton 1**

Seigneur qui fais surgir la clarté, / purifie mon âme de tout péché, /

*La première fois, la finale varie selon le jour de la semaine :*

*Lundi* : par la protection des anges, et sauve-moi.

*Mardi* : par les prières de saint Jean Baptiste le Précurseur, et sauve-moi.

*Mercredi et vendredi* : par la puissance de la Croix, et sauve-moi.

*Jeudi* : par les prières de tes Apôtres et de saint Nicolas, et sauve-moi.

Gloire au Père et au Fils et au Saint-Esprit,

Seigneur qui fais surgir la clarté, / purifie mon âme de tout péché, / par les prières de saint N. (*titulaire de l'église*), (*ou de tous les saints*), et sauve-moi.

Maintenant et toujours et pour les siècles des siècles. Amen.

Seigneur qui fais surgir la clarté, / purifie mon âme de tout péché, / par l'intercession de la divine Mère et sauve-moi.

**Ton 2**

Envoie ton éternelle clarté, / ô Christ notre Dieu, / illumine mes yeux et mon cœur /

*La première fois, la finale varie selon le jour de la semaine :*

*Lundi* : par la protection des anges, et sauve-moi.

*Mardi* : par les prières de saint Jean Baptiste le Précurseur, et sauve-moi.

*Mercredi et vendredi* : par la puissance de la Croix, et sauve-moi.

*Jeudi* : par les prières de tes Apôtres et de saint Nicolas, et sauve-moi.

Gloire au Père et au Fils et au Saint-Esprit,

Envoie ton éternelle clarté, / ô Christ notre Dieu, / illumine mes yeux et mon cœur, / par les prières de saint N. (*titulaire de l'église*), (*ou de tous les saints*), et sauve-moi.

Maintenant et toujours et pour les siècles des siècles. Amen.

Envoie ton éternelle clarté, / ô Christ notre Dieu, / illumine mes yeux et mon cœur, / par l'intercession de la divine Mère et sauve-moi.

**Ton 3**

Envoie ta lumière, ô Christ notre Dieu, / illumine mon cœur, /

*La première fois, la finale varie selon le jour de la semaine :*

*Lundi* : par la protection des anges, et sauve-moi.

*Mardi* : par les prières de saint Jean Baptiste le Précurseur, et sauve-moi.

*Mercredi et vendredi* : par la puissance de la Croix, et sauve-moi.

*Jeudi* : par les prières de tes Apôtres et de saint Nicolas, et sauve-moi.

Gloire au Père, et au Fils et au Saint-Esprit,

Envoie ta lumière, ô Christ notre Dieu, / illumine mon cœur, / par les prières de saint N. (*titulaire de l'église*), (*ou de tous les saints*), et sauve-moi.

Maintenant et toujours et pour les siècles des siècles. Amen.

Envoie ta lumière, ô Christ notre Dieu, / illumine mon cœur, / par l'intercession de la divine Mère et sauve-moi.

**Ton 4**

Toi qui fais surgir la clarté sur le monde, / illumine mon âme en la purifiant de tout péché, /

*La première fois, la finale varie selon le jour de la semaine :*

*Lundi* : par la protection des anges, et sauve-moi.

*Mardi* : par les prières de saint Jean Baptiste le Précurseur, et sauve-moi.

*Mercredi et vendredi* : par la puissance de la Croix, et sauve-moi.

*Jeudi* : par les prières de tes Apôtres et de saint Nicolas, et sauve-moi.

Gloire au Père et au Fils et au Saint-Esprit,

Toi qui fais surgir la clarté sur le monde, / illumine mon âme en la purifiant de tout péché, / par les prières de saint N. (*titulaire de l'église*), (*ou de tous les saints*), et sauve-moi.

Maintenant et toujours et pour les siècles des siècles. Amen.

Toi qui fais surgir la clarté sur le monde, / illumine mon âme en la purifiant de tout péché, / par l'intercession de la divine Mère et sauve-moi.

### **Ton 5**

Seigneur, source de lumière, envoie ta clarté, / illumine mon cœur, /

*La première fois, la finale varie selon le jour de la semaine :*

*Lundi* : par la protection des anges, et sauve-moi.

*Mardi* : par les prières de saint Jean Baptiste le Précurseur, et sauve-moi.

*Mercredi et vendredi* : par la puissance de la Croix, et sauve-moi.

*Jeudi* : par les prières de tes Apôtres et de saint Nicolas, et sauve-moi.

Gloire au Père et au Fils et au Saint-Esprit,

Seigneur, source de lumière, envoie ta clarté, / illumine mon cœur, / par les prières de saint N. (*titulaire de l'église*), (*ou de tous les saints*), et sauve-moi.

Maintenant et toujours et pour les siècles des siècles. Amen.

Seigneur, source de lumière, envoie ta clarté, / illumine mon cœur, / par l'intercession de la divine Mère et sauve-moi.

### **Ton 6**

Seigneur, envoie sur mon âme ton éternelle clarté, //

*La première fois, la finale varie selon le jour de la semaine :*

*Lundi* : par la protection des anges, et sauve-moi.

*Mardi* : par les prières de saint Jean Baptiste le Précurseur, et sauve-moi.

*Mercredi et vendredi* : par la puissance de la Croix, et sauve-moi.

*Jeudi* : par les prières de tes Apôtres et de saint Nicolas, et sauve-moi.

Gloire au Père et au Fils et au Saint-Esprit,

Seigneur, envoie sur mon âme ton éternelle clarté, / par les prières de saint N. (*titulaire de l'église*), (*ou de tous les saints*), et sauve-moi.

Maintenant et toujours et pour les siècles des siècles. Amen.

Seigneur, envoie sur mon âme ton éternelle clarté, / par l'intercession de la divine Mère et sauve-moi.

### **Ton 7**

Illumine mon âme pour ta louange, Seigneur, /

*La première fois, la finale varie selon le jour de la semaine :*

*Lundi* : par la protection des anges, et sauve-moi.

*Mardi* : par les prières de saint Jean Baptiste le Précurseur, et sauve-moi.

*Mercredi et vendredi* : par la puissance de la Croix, et sauve-moi.

**Jeudi** : par les prières de tes Apôtres et de saint Nicolas, et sauve-moi.

Gloire au Père et au Fils et au Saint-Esprit,  
 Illumine mon âme pour ta louange, Seigneur, / par les prières de saint N. (*titulaire de l'église*), (*ou de tous les saints*), et sauve-moi.

Maintenant et toujours et pour les siècles des siècles. Amen.  
 Illumine mon âme pour ta louange, Seigneur, / par l'intercession de la divine Mère et sauve-moi.

### **Ton 8**

En Toi qui es lumière illumine-moi, ô Christ, /

*La première fois, la finale varie selon le jour de la semaine :*

**Lundi** : par la protection des anges, et sauve-moi.

**Mardi** : par les prières de saint Jean Baptiste le Précurseur, et sauve-moi.

**Mercredi et vendredi** : par la puissance de la Croix, et sauve-moi.

**Jeudi** : par les prières de tes Apôtres et de saint Nicolas, et sauve-moi.

Gloire au Père et au Fils et au Saint-Esprit,

En Toi qui es lumière illumine-moi, ô Christ, / par les prières de saint N. (*titulaire de l'église*), (*ou de tous les saints*), et sauve-moi.

Maintenant et toujours et pour les siècles des siècles. Amen.

En Toi qui es lumière illumine-moi, ô Christ, / par l'intercession de la divine Mère et sauve-moi.

### **Psaumes Laudiques**

#### **LE LECTEUR**

### **Psaume 148**

Louez le Seigneur depuis les cieux, louez-Le dans les hauteurs.

Louez-Le, tous ses Anges, louez-Le toutes ses Vertus.

Louez-Le, soleil et lune, louez-Le tous les astres et la lumière.

Louez-Le cieux des cieux, et les eaux de par-dessus les cieux.

Qu'ils louent le Nom du Seigneur, car Il dit et ils furent faits, Il commanda, et ils furent créés.

Il les établit pour l'éternité et pour les siècles des siècles. Il posa une loi, et ils n'en sortiront point.

Louez le Seigneur depuis la terre, dragons et tous les abîmes,

Feu et grêle, neige et glace, vents impétueux qui accomplissez son Verbe,  
 Montagnes et toutes les collines, arbres à fruits et tous les cèdres,  
 Animal sauvage et tout le bétail, reptiles et oiseaux ailés,  
 Rois de la terre et tous les peuples, princes et tous les juges de la terre,  
 Jeunes hommes et vierges, les vieillards et les adolescents.

Qu'ils louent le Nom du Seigneur, car son Nom seul est sublime, sa majesté dépasse ciel et terre.

Il a relevé la corne de son peuple, à Lui l'hymne de tous ses fidèles, d'Israël, le peuple de son parentage.

### ***Psaume 149***

Chantez au Seigneur un chant nouveau, sa louange dans l'Eglise sainte,  
 Qu'Israël se réjouisse en son Créateur, que les fils de Sion exultent en leur Roi.  
 Qu'ils fêtent son nom par les rondes, qu'ils le chantent avec le tambourin et la harpe.  
 Car le Seigneur se complaît en son peuple, de salut Il pare les humbles,  
 Les saints jubilent de gloire, ils acclament étendus sur leurs couches,  
 L'exaltation de Dieu en leurs gorges, en leurs mains l'épée à deux tranchants,  
 Pour imposer vengeance parmi les peuples, exercer le châtiment parmi les nations,  
 Pour lier les rois avec des chaînes, et les notables avec des ceps de fer,  
 Pour exécuter contre eux le jugement écrit, c'est là la gloire de tous ses saints.

### ***Psaume 150***

Louez Dieu dans son sanctuaire, louez-Le au firmament de sa puissance,  
 Louez-Le pour ses hauts faits, louez-Le pour sa grandeur infinie.  
 Louez-Le aux sonneries du cor, louez-Le par la cithare et la harpe,  
 Louez-Le avec tambours et danses, louez-Le avec cordes et flûtes.  
 Louez-Le avec les cymbales sonores, louez-Le avec les cymbales d'ovation, que tout ce qui respire loue le Seigneur.

Gloire au Père et au Fils et au Saint-Esprit, maintenant et toujours et pour les siècles des siècles. Amen.

**LE LECTEUR**

À Toi convient la gloire, Seigneur notre Dieu et nous Te rendons gloire, Père, Fils et Saint-Esprit, maintenant et toujours et pour les siècles des siècles. Am

**Petite Doxologie****LE LECTEUR**

Gloire à Toi qui nous as montré la lumière.

Gloire à Dieu au plus haut des cieux, et paix sur la terre, bienveillance parmi les hommes.

Nous Te chantons, nous Te bénissons, nous T'adorons, nous Te glorifions, nous Te rendons grâce pour ta grande gloire.

Seigneur Roi céleste, Dieu et Père tout-puissant ;

Seigneur, Fils unique, Jésus-Christ et Saint-Esprit ;

Seigneur Dieu, l'Agneau de Dieu, le Fils du Père,

Toi qui prends le péché du monde, aie pitié de nous,

Toi qui prends les péchés du monde, reçois notre prière ;

Toi qui sièges à la droite du Père, aie pitié de nous,

Car Tu es le seul Saint, Tu es le seul Seigneur, Jésus-Christ, à la gloire de Dieu le Père.  
Amen.

Chaque jour je Te bénirai et louerai ton Nom pour les siècles des siècles. Seigneur Tu as été pour nous un refuge d'âge en âge.

J'ai dit : Seigneur, aie pitié de moi, guéris mon âme car j'ai péché contre Toi.

Seigneur je me suis réfugié auprès de Toi, enseigne-moi à faire ta volonté, car Tu es mon Dieu.

Car auprès de Toi est la source de vie, en ta lumière nous verrons la lumière. Étends ta miséricorde sur ceux qui Te connaissent.

Daigne, Seigneur, nous garder ce jour sans péché ;

Tu es béni Seigneur, Dieu de nos pères, ton Nom est loué et glorifié pour les siècles. Amen.

Que ta miséricorde, Seigneur, soit sur nous, comme nous avons espéré en Toi.

Tu es béni, Seigneur, enseigne-moi tes jugements. Tu es béni, Maître, instruis-moi par tes jugements. Tu es béni, ô Saint, illumine-moi par tes jugements.

Seigneur, ta miséricorde est pour les siècles, ne méprise pas l'œuvre de tes mains.

À Toi convient la louange, à Toi convient l'hymne, à Toi convient la gloire, Père, Fils et Saint-Esprit, maintenant et toujours et pour les siècles des siècles. Amen.

## Apostiches

*Les apostiches se trouvent dans le Triode. (Omettre si on n'a pas le Triode)  
Entre les stichères des apostiches on intercale les versets suivants :*

Comblés au matin de ta miséricorde, Seigneur, nous avons été dans la joie et l'allégresse, tous les jours de notre vie. Nous avons été remplis de joie à la place des jours où Tu nous avais humiliés, des années où nous connûmes le malheur. Jette les yeux sur tes serviteurs et sur leurs œuvres et guide leurs fils.

Que la splendeur du Seigneur notre Dieu soit sur nous ; dirige d'en haut les œuvres de nos mains, dirige l'œuvre de nos mains.

Gloire au Père et au Fils et au Saint-Esprit,  
Maintenant et toujours et pour les siècles des siècles. Amen.

## Trisagion et prière du Seigneur

### LE LECTEUR

Il est bon de confesser le Seigneur et de chanter ton Nom, ô Très-Haut, pour annoncer au matin ta miséricorde, et ta vérité durant la nuit.

*Et une seconde fois :*

Il est bon de confesser le Seigneur et de chanter ton Nom, ô Très-Haut, pour annoncer au matin ta miséricorde, et ta vérité durant la nuit.

Saint Dieu ! Saint Fort ! Saint Immortel ! aie pitié de nous.

*(3 fois)*

Gloire au Père et au Fils et au Saint-Esprit, maintenant et toujours et pour les siècles des siècles. Amen.

Très sainte Trinité, aie pitié de nous ; Seigneur, purifie-nous de nos péchés ; Maître, pardonne-nous nos iniquités ; Saint, visite-nous et guéris nos infirmités à cause de ton Nom.

Kyrie eleison. *(3 fois)*

Gloire au Père et au Fils et au Saint-Esprit, maintenant et toujours et pour les siècles des siècles. Amen.

Notre Père qui es aux cieux, que ton Nom soit sanctifié, que ton règne vienne, que ta volonté soit faite sur la terre comme au ciel ; donne-nous aujourd'hui notre pain essentiel ; remets-nous nos dettes, comme nous aussi les remettons à nos débiteurs ; et ne nous laisse pas entrer dans l'épreuve, mais délivre-nous du Malin.

**Tropaire** (ton 6)

Debout dans le Temple de ta Gloire, / nous pensons nous tenir au ciel, ô Mère de Dieu, Porte du Ciel, / ouvre-nous la porte de la miséricorde.

**Congé****LE LECTEUR**

Kyrie eleison (40 fois)

Gloire au Père et au Fils et au Saint-Esprit, maintenant et toujours et pour les siècles des siècles. Amen

Plus vénérable que les chérubins et plus incomparablement glorieuse que les séraphins, toi qui sans corruption enfantas Dieu le Verbe, toi véritablement Mère de Dieu, nous te magnifions.

Roi céleste, fortifie les chrétiens orthodoxes, affermis la foi, apaise les nations, donne la paix au monde, sauvegarde cette sainte communauté ; introduis dans les demeures des justes nos pères et frères qui nous ont déjà quittés, et reçois-nous dans la pénitence et la confession, car Tu es bon et ami des hommes.

***Prière de saint Ephrem***

Seigneur et Maître de ma vie, l'esprit d'oisiveté, de découragement, de domination et de parole facile, éloigne de moi. (*prosternation*)

L'esprit de pureté, d'humilité, de patience et de charité, donne à ton serviteur. (*prosternation*)

Oui, Seigneur et Roi, donne-moi de voir mes fautes et de ne pas juger mon frère, car Tu es béni pour les siècles des siècles. Amen. (*prosternation*)

*On poursuit en faisant 12 inclinations (petites métanies) en disant à chaque fois*

O Dieu, purifie-moi, pécheur.

*Et après cela on dit de nouveau la prière en entier :*

Seigneur et Maître de ma vie, l'esprit d'oisiveté, de découragement, de domination et de parole facile, éloigne de moi.

L'esprit de pureté, d'humilité, de patience et de charité, donne à ton serviteur.

Oui, Seigneur et Roi, donne-moi de voir mes fautes et de ne pas juger mon frère, car Tu es béni pour les siècles des siècles. Amen.

(*prosternation*)

**LE LECTEUR**

Par les prières de nos saints Pères, Seigneur Jésus-Christ, notre Dieu, aie pitié de nous.

**Fin de l'Office des Matines de Carême en semaine**