

MATINES ABRÉGÉES DU DIMANCHE :

PETIT OFFICE DE LOUANGE MATINALE AU CHRIST RESSUSCITE

**Prières initiales**

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

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, et maintenant et toujours et dans 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.

Seigneur, aie pitié. *(3 fois)* ou Kyrie eleison. *(3 fois)*

Gloire au Père et au Fils et au Saint-Esprit, et maintenant et toujours et dans 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 les remettons aussi à nos débiteurs ; et ne nous laisse pas entrer dans l'épreuve, mais délivre-nous du Malin.

Seigneur, aie pitié. *(12 fois)* ou Kyrie eleison. *(12 fois)*

Gloire au Père et au Fils et au Saint-Esprit, et maintenant et toujours et dans 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.

## **Psaumes de l'Hexapsalme<sup>1</sup>**

*On poursuit avec deux psaumes de l'HEXAPSALME précédés des versets suivants :*

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 proclamera ta louange. (2 fois)

### **Psaume 62**

Dieu, mon Dieu, pour Toi je veille avant l'aurore. Mon âme a soif de Toi,  
ô combien ma chair Te désire, dans une terre déserte, sans chemin et sans eau.  
Ainsi dans le sanctuaire je parais devant Toi pour voir ta puissance et ta gloire.  
Car ta miséricorde est meilleure que la vie : mes lèvres Te loueront.  
Ainsi je Te bénirai pendant ma vie, en invoquant ton Nom j'élèverai mes mains.  
Comme de moelle et de graisse mon âme sera rassasiée, et les lèvres pleines de  
joie, ma bouche Te louera.

Lorsque ton souvenir me revient sur ma couche, à l'aurore ma méditation va vers  
Toi,

car Tu es mon secours, et à l'ombre de tes ailes je me réjouirai.

Mon âme s'est attachée à Toi ; ta droite me soutient.

Mais eux, c'est en vain qu'ils ont cherché mon âme. Ils descendront au plus profond  
de la terre ;

ils seront livrés au tranchant de l'épée et seront la part des renards.

Mais le roi se réjouira en Dieu, et tout homme qui jure par Lui sera loué, car Dieu  
ferme la bouche de ceux qui profèrent l'injustice.

À l'aurore ma méditation va vers Toi,

car Tu es mon secours, et à l'ombre de tes ailes je me réjouirai.

Mon âme s'est attachée à Toi ; ta droite me soutient.

---

<sup>1</sup> Comme son nom l'indique, l'Hexapsalme contient normalement 6 psaumes (psaumes 3, 37, 62, 87, 102, 142), les deux proposés ici, par économie et commodité, expriment quant à eux l'attente, dans les ténèbres, de la Gloire divine et de la Lumière qu'elle dispense (Ps 62) ainsi que la nécessaire humilité avec laquelle cette attente est vécue (Ps 142).

Seigneur, exauce ma prière, prête l'oreille à ma supplication en ta vérité, exauce-moi en ta justice

et n'entre pas en jugement avec ton serviteur, car nul vivant ne sera justifié devant Toi.

Car l'ennemi a poursuivi mon âme, il a humilié ma vie jusqu'à terre. Il m'a fait habiter dans les ténèbres comme les morts de tous les siècles.

Mon esprit a été plongé dans l'abattement, en moi mon cœur s'est troublé.

Je me suis souvenu des jours anciens, j'ai médité sur toutes tes œuvres, sur les créations de tes mains je méditais.

J'ai élevé les mains vers Toi, mon âme est une terre sans eau devant Toi.

Hâte-Toi, Seigneur, de m'exaucer, mon esprit défaille. Ne détourne pas de moi ta Face, que je ne sois pas semblable à ceux qui descendent dans la fosse.

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

Fais-moi connaître, Seigneur, la voie où je dois marcher, car vers Toi j'ai élevé mon âme.

Délivre-moi de mes ennemis, Seigneur. Je me suis réfugié auprès de Toi.

Enseigne-moi à faire ta volonté, car Tu es mon Dieu. Ton Esprit bon me conduira sur une terre de droiture ;

par ton Nom, Seigneur, Tu me donneras la vie. En ta justice, Tu feras sortir mon âme de l'affliction.

Et en ta miséricorde Tu anéantiras mes ennemis, et Tu feras périr tous les oppresseurs de mon âme, car je suis ton serviteur.

Exauce-moi en ta justice, et n'entre pas en jugement avec ton serviteur.

Exauce-moi en ta justice, et n'entre pas en jugement avec ton serviteur.

Ton Esprit bon me conduira sur une terre de droiture.

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

Alléluia, alléluia, alléluia. Gloire à Toi, ô Dieu. (3 fois)

18 AVRIL 2021, 5<sup>E</sup> DIMANCHE DE CAREME, STE MARIE L'EGYPTIENNE, TON 4

On poursuit :

[Ton 4.<sup>2</sup>] Le Seigneur est Dieu, et Il nous est apparu/ Béni soit Celui qui vient au nom du Seigneur. Ps 117,27-26

Et on ajoute tout de suite le premier verset :

v. Confessez le Seigneur, car Il est bon, car sa miséricorde est éternelle. Ps 117,1

On reprend : "**Le Seigneur est Dieu...**" sur le ton du premier tropaire, et le répète après chaque verset.

v. Toutes les nations m'ont entouré, mais par le nom du Seigneur je les ai repoussées.

Ps 117,10

v. Je ne mourrai pas, mais je vivrai, et je raconterai les œuvres du Seigneur. Ps 117,17

v. La pierre qu'avait rejetée les bâtisseurs, est devenue pierre d'angle. C'est là l'œuvre du Seigneur, et elle est admirable à nos yeux. Ps 117,22-23

Ensuite on enchaîne avec le(s) **tropaire(s) et le théotokion.**

**Tropaire - ton 4**

Les femmes disciples du Seigneur/ reçurent de l'ange la proclamation lumineuse de la Résurrection/ elles rejetèrent la condamnation ancestrale/ et tout en joie elles dirent aux apôtres/ La mort est dépouillée/ le Christ Dieu est ressuscité// en accordant au monde la grande miséricorde.

**Gloire au Père et au Fils et au Saint-Esprit – du Triode, ton 8**

En toi, sainte Marie, la création à l'image de Dieu a été vraiment sauvegardée/ car ayant pris ta croix, tu as suivi le Christ/ et tu as enseigné par tes actes à dédaigner la chair car elle passe/ et à prendre soin de l'âme qui est immortelle// c'est pourquoi avec les anges se réjouit ton esprit

**Et maintenant et toujours et pour les siècles des siècles. Amen – Théotokion ton 4**

Le mystère caché depuis les siècles/ et inconnu des anges/ par toi est apparu aux hommes, ô Mère de Dieu/ Dieu s'est incarné par une union sans confusion/ et Il a volontairement accepté la Croix pour nous/ par elle ayant ressuscité le premier homme// Il a sauvé nos âmes de la mort.

---

<sup>2</sup> Le ton indiqué, ici et dans la suite, est celui de la semaine qui s'ouvre et donc incluant les tropaires, le prokimenon et les stichères. On chante donc le verset puis le tropaire sur ce ton. Mais, si besoin, versets et tropaire, comme tout le reste, peuvent être récités, proclamés sans être chantés. L'essentiel étant de considérer que le cœur est le lieu de la prière et que le destinataire en est le Seigneur.

Bienheureux ceux qui sont irréprochables dans la voie, qui marchent dans la loi du Seigneur  
Bienheureux ceux qui scrutent ses témoignages, qui Le cherchent de tout cœur  
Car ce ne sont pas ceux qui commettent l'iniquité qui marchent dans ses voies  
Tu as prescrit tes commandements pour qu'ils soient gardés fermement  
Puissent mes voies être bien dirigées, pour que je garde tes jugements  
Alors je ne serai pas confondu gardant les yeux sur tous tes commandements  
Je Te confesserai dans la droiture de mon cœur, instruit des décrets de ta justice  
Tes jugements, je les garderai, ne m'abandonne pas complètement  
Comment le jeune homme dirigera-t-il sa voie ? C'est en gardant tes paroles  
De tout mon cœur je T'ai cherché, ne m'écarte pas de tes commandements  
Dans mon cœur j'ai caché tes paroles, pour ne pas pécher contre Toi  
Tu es béni, Seigneur, enseigne-moi tes jugements  
De mes lèvres, j'ai annoncé tous les décrets de ta bouche  
Dans la voie de tes témoignages, je me suis complu, autant qu'en toute richesse  
Sur tes commandements je réfléchirai, et je comprendrai tes voies  
Sur tes jugements je méditerai, je n'oublierai pas tes paroles  
Rétribue ton serviteur, que je vive et garde tes paroles  
Rends la vue à mes yeux, et je comprendrai les merveilles de ta loi  
Je suis étranger sur la terre, ne me cache pas tes commandements  
Mon âme a désiré ardemment s'attacher à tes décrets en tout temps  
Tu as corrigé les orgueilleux, maudits soient ceux qui s'écartent de tes commandements  
Écarte de moi l'opprobre et le mépris, car j'ai recherché tes témoignages  
Car les princes ont siégé et parlé contre moi, mais ton serviteur réfléchissait sur tes jugements  
Car tes témoignages sont ma méditation, et tes jugements sont mon conseil

*On continue avec une partie des **Eulogétaires, ton 5***

Tu es béni, Seigneur/ enseigne-moi tes jugements/  
Le chœur des anges fut frappé de stupeur/ en te voyant compté parmi les morts/ alors  
que, Sauveur, Tu anéantissais la puissance de la mort/ et qu'avec toi Tu relevais  
Adam// libérant tous les hommes des enfers.

Tu es béni, Seigneur/ enseigne-moi tes jugements/  
Pourquoi mêlez-vous à la myrrhe des larmes de compassion, vous ses disciples/ disait  
aux myrrhophores l'ange éblouissant dans le tombeau/ voyez le sépulcre et  
réjouissez-vous// car le Sauveur s'est relevé du tombeau.

Gloire au Père et au Fils et au Saint-Esprit/  
Adorons le Père, le Fils et le Saint-Esprit, Trinité sainte en un seul être/ avec les  
séraphins écrivons-nous// Saint, saint, saint es-Tu, Seigneur.

Et maintenant et toujours et pour les siècles des siècles. Amen/  
En enfantant, ô Vierge, le Donateur de vie/ tu as libéré Adam du péché/ et changé en  
joie la tristesse d'Eve/ Il a rappelé à la vie tous ceux qui étaient déchus// celui qui, Dieu  
et homme, s'est incarné de toi. Alléluia, alléluia, alléluia. Gloire à Toi, ô Dieu.

Vient ensuite le **prokimenon du dimanche** qui précède la lecture de l'Évangile de la Résurrection.

**18 AVRIL 2021, 5<sup>E</sup> DIMANCHE DE CAREME, STE MARIE L'EGYPTIENNE, TON 4**

**Prokimenon - ton 4**

Ressuscite, Seigneur, viens à notre aide/ et délivre-nous à cause de ton Nom.

*v. Dieu, nous avons entendu de nos oreilles, et nos pères nous ont raconté (Ps. 43, 27 & 2)*

*Puis, sur le même ton, ou recto tono : Que tout souffle/ loue le Seigneur.*

Lecture du saint Évangile selon le saint apôtre et évangéliste Matthieu

*Gloire à Toi, Seigneur, gloire à Toi.*

**1<sup>er</sup> Évangile (Mt 28,16-20)**

En ce temps-là, les onze disciples allèrent en Galilée, sur la montagne que Jésus leur avait désignée. Quand ils le virent, ils se prosternèrent devant lui. Mais quelques-uns eurent des doutes. Jésus, s'étant approché, leur parla ainsi : Tout pouvoir m'a été donné au ciel et sur la terre. Allez, faites de toutes les nations des disciples, les baptisant au nom du Père, et du Fils et du Saint-Esprit, et enseignez-leur à observer tout ce que je vous ai prescrit. Et voici, je suis avec vous tous les jours, jusqu'à la fin du monde. Amen !

*Gloire à Toi, Seigneur, gloire à Toi.*



**Vénération de l'Évangile :** *On chante (ton 6) ou l'on récite, pour vénérer l'Évangéliste :*

Ayant contemplé la Résurrection du Christ/ adorons le Saint, le Seigneur Jésus/ le seul sans péché/ Devant ta croix nous nous prosternons, ô Christ/ et, ta sainte Résurrection, nous la chantons et la glorifions/ car Tu es notre Dieu/ nous n'en connaissons pas d'autre que Toi/ c'est ton Nom que nous invoquons/ Venez, tous les fidèles, vénérons la sainte Résurrection du Christ/ car voici que par la Croix la joie est venue dans le monde entier/ En tout temps bénissant le Seigneur/ nous chantons sa Résurrection/ car ayant souffert la Croix pour nous// par la mort Il a terrassé la mort.

**Psaume 50 (lu)**

Aie pitié de moi, ô Dieu, dans ta grande miséricorde, et dans la richesse de ta compassion efface mon iniquité.

Lave-moi toujours plus de mon iniquité, et de mon péché purifie-moi.

Car mon iniquité je la connais et mon péché est sans cesse devant moi.

Contre Toi seul j'ai péché et j'ai fait le mal devant Toi ;

ainsi seras-Tu trouvé juste dans tes paroles, et vainqueur lors de ton jugement.

Voici, j'ai été conçu dans les iniquités, et dans les péchés ma mère m'a enfanté.

Mais Tu aimes la vérité, Tu m'as révélé les mystères et les secrets de ta sagesse.

Tu m'aspergeras avec l'hysope et je serai purifié ; Tu me laveras et je serai plus blanc que la neige.

Tu me feras entendre joie et allégresse, et les os humiliés se réjouiront.

Détourne ta Face de mes péchés, efface toutes mes iniquités.

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

Ne me rejette pas loin de ta Face et ne retire pas de moi ton Esprit Saint.

Rends-moi la joie de ton salut et fortifie-moi par l'Esprit souverain.

J'enseignerai tes voies aux pécheurs et les impies reviendront vers Toi.

Délivre-moi du sang, ô Dieu, Dieu de mon salut, et ma langue célébrera ta justice.

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

Car si Tu avais voulu un sacrifice, je Te l'aurais offert, mais Tu ne prends pas plaisir aux holocaustes.

Le sacrifice qui plaît à Dieu, c'est un esprit brisé ; un cœur brisé et humilié, Dieu ne le méprisera pas.

Dans ta bienveillance, Seigneur, accorde tes bienfaits à Sion, et que soient relevés les murs de Jérusalem.

Alors Tu prendras plaisir au sacrifice de justice, à l'oblation et aux holocaustes, alors on offrira de jeunes taureaux sur ton autel.

### Ton 8

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

Ouvre-moi les portes du repentir, Toi qui donnes la vie/ car tourné vers ton saint temple veille mon esprit/ qui porte tout souillé le temple de son corps// mais, Compatissant, purifie-moi par ton amour miséricordieux.

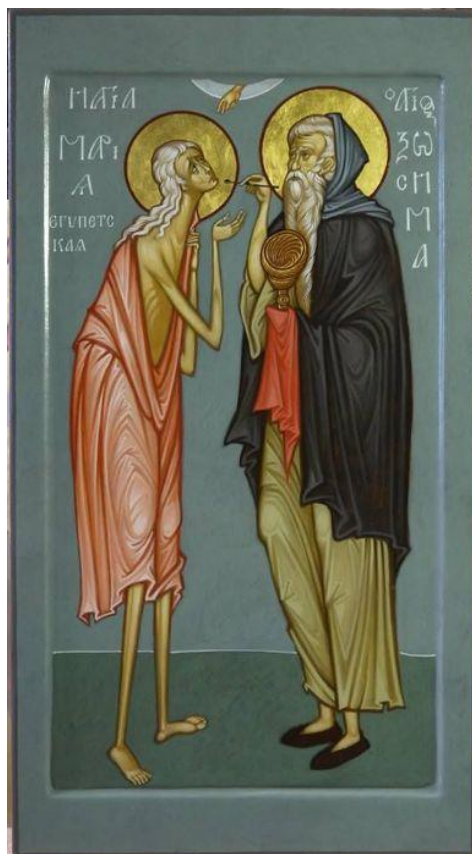
Et maintenant et toujours et dans les siècles des siècles. Amen.

Dans les voies du salut, dirige-moi, Mère de Dieu/ car de péchés infâmes j'ai souillé mon âme/ et dans l'insouciance j'ai dépensé toute ma vie// mais par tes prières, délivre-moi de toute impureté.

### Ton 6

Aie pitié de moi, ô Dieu/ dans ta grande miséricorde/ et, dans la richesse de ta compassion// efface mon iniquité.

À la pensée de la multitude de mes funestes actions/ malheureux que je suis, je tremble devant le jour terrible du Jugement/ mais confiant dans ton amour miséricordieux, je T'implore comme David// Aie pitié de moi, ô Dieu, dans ta grande miséricorde.





18 AVRIL 2021, 5<sup>E</sup> DIMANCHE DE CAREME, STE MARIE L'EGYPTIENNE, TON 4

### LAUDES

Les **Laudes** sont chantées sur le ton du premier stichère<sup>3</sup> : **Laudes - ton 4**

**Que tout souffle loue le Seigneur, ton**

Que tout souffle loue le Seigneur/ Louez le Seigneur du haut des cieux/ louez-Le au plus haut des cieux// À Toi convient la louange, ô Dieu.

Louez-Le, tous ses anges/ louez-Le, toutes ses puissances// À Toi convient la louange, ô Dieu.

*✠. Louez-le par le tambourin et la danse, louez-le au son des cordes et des instruments.*

Sauveur, Tu as daigné souffrir la mort dans ta chair/ et Tu nous as accordé l'immortalité/ Tu es descendu dans la tombe pour nous libérer des enfers/ et nous ressusciter avec toi/ Vrai homme, Tu as souffert la passion/ vrai Dieu, Tu es ressuscité des morts/ C'est pourquoi nous te clamons// Gloire à toi, Seigneur, Donateur de vie, toi le seul ami des hommes.

*✠. Louez-le avec les cymbales retentissantes, louez-le avec les cymbales de jubilation, que tout souffle loue le Seigneur.*

Les pierres se fendirent/ lorsque ta croix, Sauveur, fut plantée sur le Calvaire/ et les gardiens des enfers tremblèrent d'effroi/ lorsque Tu as été déposé dans la tombe, comme un mort/ car Tu as anéanti la puissance de la mort/ et par ta résurrection, Sauveur, Tu as accordé à tous les morts l'incorruptibilité// Seigneur, Donateur de vie, gloire à toi.

*✠. Ressuscite, Seigneur, mon Dieu, que ta main soit exaltée, n'oublie pas tes pauvres à jamais.*

Les femmes désiraient voir ta résurrection, ô Christ Dieu/ les devançant, Marie de Magdala trouva la pierre roulée de devant le tombeau/ et un ange assis qui leur dit/ Pourquoi cherchez-vous parmi les morts le vivant/ Il est ressuscité car Il est Dieu// pour sauver tout l'univers.

*✠. Je te confesserai, Seigneur, de tout mon cœur, je raconterai toutes tes merveilles.*

Où est ce Jésus que vous pensiez garder, dites-le nous/ Où est celui que vous avez déposé dans la tombe en mettant sur la pierre des scellés/ Rendez-nous le mort, vous qui avez renié la Vie/ rendez-nous l'enseveli ou croyez au Ressuscité/ même si vous taisez la résurrection du Seigneur, les pierres la proclameront/ et plus encore celle qui a été roulée de devant le tombeau/ Grande est ta miséricorde, grand est le mystère de ton dessein de salut// ô notre Sauveur, gloire à toi.

---

<sup>3</sup> On ne conserve ici que 4 stichères et les versets qui les précèdent.

**Gloire au Père et au Fils et au Saint-Esprit, du Triode, ton 1**

Le Royaume des cieux n'est pas dans le manger et le boire/ mais il est justice, tempérance et sainteté/ Aussi ce ne sont pas les riches qui y entreront/ mais ceux qui remettent leurs trésors entre les mains des pauvres/ C'est aussi ce qu'enseigne le prophète David lorsqu'il dit/ L'homme juste est celui qui fait miséricorde tout le jour/ qui se réjouit dans le Seigneur et marche dans la lumière/ celui-là ne trébuchera pas/ Tout cela a été écrit pour nous instruire/ afin que pendant le jeûne nous faisons des œuvres charitables/ et le Seigneur au lieu des biens terrestres// nous donnera les biens célestes.

**Et maintenant et toujours et pour les siècles des siècles. Amen et le théotokion suivant, ton 2 :**

Tu es toute bénie Vierge Mère de Dieu/ car par Celui qui s'est incarné de toi, les enfers ont été enchaînés/ Adam rappelé, la malédiction abolie, Ève délivrée/ la mort mise à mort, et nous vivifiés/ Aussi élevons-nous nos voix pour chanter// Béni sois-Tu, Christ notre Dieu, qui l'as voulu ainsi ; gloire à Toi.



## GRANDE DOXOLOGIE

*On chante ou l'on récite ensuite la Grande Doxologie après la proclamation :*

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 dans les siècles des siècles/

Daigne, Seigneur, nous garder ce jour sans péché/ Tu es béni, Seigneur, Dieu de nos pères/ ton Nom est loué et glorifié dans les siècles. Amen/

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

Tu es béni, Seigneur, enseigne-moi tes jugements/ (3 fois)

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/

Saint Dieu, Saint Fort, Saint Immortel, aie pitié de nous/ (3 fois)

Gloire au Père et au Fils et au Saint-Esprit, et maintenant et toujours et dans les siècles des siècles. Amen/ Saint Immortel, aie pitié de nous//

*Et plus solennellement :*

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

Pour conclure l'office, on chante ou l'on récite le **tropeaire** final des matines qui est chanté sur le ton de la semaine (voir p. 4). Si le texte diffère d'une semaine sur deux (impair ou pair), pour le chant, le ton lui-même change chaque semaine.

**Tropeaire, dimanche ton pair – ton 4**

Seigneur, Tu es ressuscité du tombeau/ et Tu as brisé les liens des enfers/ Tu as aboli notre condamnation à mort/ et nous as tous délivrés des rets de l'Ennemi/ Apparu à tes Apôtres, Tu les as envoyés à la prédication/ et, par eux, Tu as accordé ta Paix à l'univers// Toi le seul Très-miséricordieux.

