

# Office du Milieu du Jour

## Ouverture

- *Dieu, viens à mon aide*
  - **Seigneur, viens vite à mon secours**
- *Gloire au Père au Fils au Saint-Esprit, maintenant et toujours*
  - **Dans les siècles des siècles, Amen. Alleluia**

## Chant à l'Esprit Saint

- *Roi du Ciel consolateur, Esprit de Vérité,*  
Toi qui es partout présent,  
Toi qui emplis tout, Trésor de grâces et Donateur de Vie,  
viens et demeure en nous.  
Purifie-nous de toute souillure, et sauve nos âmes Toi qui es Bonté.

## Chant d'entrée

### Psaumes

- **Psaume 118/10**

<sup>73</sup>Tes mains m'ont fait et fixé,\*  
viens m'apprendre tes ordres.

<sup>74</sup>Tes fidèles me voient avec joie,\*  
car j'espère en ta parole.

<sup>75</sup>Je sais qu'ils sont justes tes jugements,\*  
que tu m'affliges avec vérité.

<sup>76</sup>Que ton amour me soit consolation,\*  
selon ta promesse à ton serviteur.

<sup>77</sup>Que m'advienne ta tendresse et je vivrai,\*  
car ta loi fait mes délices.

<sup>78</sup>Honte aux superbes qui m'accablent de mensonges,\*  
moi, je médite sur tes préceptes.

<sup>79</sup>Que tes fidèles se tournent vers moi,\*  
ceux qui savent ton témoignage.

<sup>80</sup>Que mon cœur soit impeccable en tes volontés,\*  
pas de honte alors pour moi.

### ▪ **Psaume 3**

<sup>2</sup>Seigneur, qu'ils sont nombreux mes oppresseurs,\*  
nombreux ceux qui se lèvent contre moi.

<sup>3</sup>nombreux ceux qui disent de mon âme :\*  
« Point de salut pour elle en son Dieu ! »

<sup>4</sup>Mais toi, Seigneur, bouclier qui m'entoures,\*  
ma gloire ! tu me redresses la tête.

<sup>5</sup>À pleine voix je crie vers le Seigneur,\*  
il me répond de sa sainte montagne.

<sup>6</sup>Et moi, je me couche et m'endors,\*  
je m'éveille : le Seigneur est mon soutien.

<sup>7</sup>Je ne crains pas ces gens par milliers\*  
postés de toutes parts contre moi.

<sup>8</sup>Lève-toi, Seigneur, sauve-moi mon Dieu !\*  
Tu frappes à la joue mes adversaires.

Tu brises les dents des impies.\*

<sup>9</sup>Dieu sauveur ! bénis ton peuple !

### ▪ **Psaume 46**

<sup>2</sup>Tous les peuples, battez des mains,\*  
acclamez Dieu en éclats de joie ;

<sup>3</sup>car le Seigneur, le Très-Haut, est redoutable,\*  
grand roi par toute la terre.

<sup>4</sup>Il met les nations sous notre joug,\*  
il met les peuples sous nos pieds ;

<sup>5</sup>il fait choix pour nous d'un héritage,\*  
fierté de Jacob, son bien-aimé.

<sup>6</sup>Dieu monte parmi l'acclamation,\*  
le Seigneur, aux éclats du cor ;

<sup>7</sup>sonnez pour notre Dieu, sonnez,\*  
sonnez pour notre Roi, sonnez !

<sup>8</sup>Il est roi par toute la terre :\*  
sonnez pour Dieu de tout votre art !

<sup>9</sup>Dieu, il règne sur les païens,\*  
il siège sur son trône de sainteté.

<sup>10</sup>Les princes des peuples s'unissent\*  
au peuple du Dieu d'Abraham ;  
à Dieu sont les pavois de la terre :\*  
hautement il est exalté.

## Trisagion

Dieu Saint, Saint Fort, Saint Immortel, Prends pitié de nous (ter)

## Messe

*Pour la communion :*

- La foi catholique reconnaît au pain et au vin consacrés au cours de la messe une valeur sacramentelle : ils sont réellement le Corps et le Sang du Christ Ressuscité. **Recevoir ce Pain consacré suppose de partager la foi catholique, d'être baptisé** (et d'être préparé intérieurement à un tel Don, notamment par le sacrement de la réconciliation).
- Sinon, même si vous ne pouvez pas communier, n'hésitez pas à avancer jusqu'au prêtre pour recevoir la bénédiction : **croisez les mains sur la poitrine** et le prêtre tracera le signe de la croix sur votre front.

### - **Distribution de la communion / COVID-19**

La communion sera reçue mains étendues bien à plat. Merci de retirer votre masque au dernier moment, après avoir répondu « Amen », et de communier sur place.

La communion sera donnée à un ou deux endroits :

- 1- la croisée du Transept (derrière les frères et sœurs)
- 2- dans le déambulatoire (au niveau de la chapelle du Saint Sacrement – derrière l'autel))

Nous vous invitons à garder une distance suffisante dans la file et à suivre le sens de circulation.

## Tropaire à Saint Michel

Saint Michel, ' Prince des Anges,

Toi qui te tiens auprès du peuple de Dieu,

Aide-nous dans le combat contre les forces du mal

Toi qui as su t'opposer à l'adversaire dans le ciel  
En plaidant contre l'accusateur de nos frères  
Aide-nous de ta prière ' à l'heure des tentations.

Intercède pour nous, saint gardien de Jérusalem ! Amen !

**INFORMATIONS :**

- ❖ *Vous pouvez participer aux vêpres, ce soir, en vous présentant pour 18h20 à la porte de l'abbaye.*
- ❖ *Une quête vous sera proposée à la sortie pour le soutien matériel de nos communautés. Merci pour votre générosité.*

NOUS VOUS GARDONS DANS NOTRE PRIÈRE ET VOUS SOUHAITONS  
UNE BELLE JOURNÉE AU MONT SAINT MICHEL.