

# 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 118/11

- <sup>81</sup>Jusqu'au bout mon âme ira pour ton salut,\*  
j'espère en ta parole.
- <sup>82</sup>Jusqu'au bout, mes yeux pour ta promesse ;\*  
quand m'auras-tu consolé ?
- <sup>83</sup>Rendu pareil à une outre qu'on enfume,\*  
je n'oublie pas tes volontés.
- <sup>84</sup>Combien seront les jours de ton serviteur ?\*  
quand jugeras-tu mes persécuteurs ?
- <sup>85</sup>Des superbes me creusent des fosses\*  
à l'encontre de ta loi.
- <sup>86</sup>Vérité, tous tes ordres : aide-moi\*  
quand le mensonge me persécute.
- <sup>87</sup>On viendrait à bout de moi sur terre\*  
sans que je laisse tes préceptes.
- <sup>88</sup>Selon ton amour vivifie-moi,\*  
je garderai ton témoignage.

## ▪ Psaume 37

<sup>2</sup>Seigneur, ne me châtie pas dans ton courroux,\*  
mon Dieu, ne me reprends pas dans ta fureur.

<sup>3</sup>En moi tes flèches ont pénétré,\*  
sur moi ta main s'est abattue ;

<sup>4</sup>rien d'intact en ma chair sous ta colère,\*  
rien de sain dans mes os après ma faute.

<sup>5</sup>Mes offenses me dépassent la tête,\*  
comme un poids trop pesant pour moi ;

<sup>6</sup>mes plaies sont puanteur et pourriture\*  
à cause de ma folie ;

<sup>7</sup>ravagé, prostré, à bout,\*  
tout le jour, en deuil, je m'agite.

<sup>8</sup>Mes reins sont pleins de fièvre,\*  
plus rien d'intact en ma chair ;

<sup>9</sup>brisé, écrasé, à bout,\*  
je rugis tant gronde mon cœur.

<sup>10</sup>Ô mon Maître, tout mon désir est devant toi,\*  
pour toi mon soupir n'est point caché ;

<sup>11</sup>le cœur me bat, ma force m'abandonne,\*  
et même la lumière de mes yeux.

<sup>12</sup>Mes amis s'écartent de ma plaie,\*  
mes plus proches se tiennent à distance ;

<sup>13</sup>ils machinent, ceux qui traquent mon âme,\*  
tout le jour ils ruminent des trahisons.

<sup>14</sup>Mais je suis comme un sourd, je n'entends pas,\*  
comme un muet qui n'ouvre pas la bouche ;

<sup>15</sup>comme un homme n'ayant rien entendu,\*  
qui n'a point de réplique en sa bouche.

<sup>16</sup>C'est toi, Seigneur, que j'espère,\*  
c'est toi qui répondras, Dieu mon Maître ;

<sup>17</sup>j'ai dit : qu'ils ne se gaussent de moi,\*  
qu'ils ne gagnent sur moi quand mon pied bronche.

<sup>18</sup>**Or**, je suis voué à la chute,\*  
mon tourment est devant moi sans relâche ;  
<sup>19</sup>mon offense, oui, je la confesse,\*  
je suis anxieux de ma faute.

<sup>20</sup>Ceux qui me nuisent à plaisir foisonnent,\*  
ils sont légion à m'en vouloir sans cause,  
<sup>21</sup>à me rendre le mal pour le bien,\*  
à m'accuser quand je cherche le bien.

<sup>22</sup>Ne m'abandonne jamais, Seigneur,\*  
mon Dieu, ne sois pas loin de moi ;  
<sup>23</sup>vite, viens à mon aide,\*  
Dieu, mon Maître et mon Sauveur !

### ▪ **Psaume 81**

Dieu se tient au conseil divin,\*  
au milieu des dieux il juge :  
<sup>2</sup>« Jusques à quand jugerez-vous fausement,\*  
soutiendrez-vous les prestiges des impies ?

<sup>3</sup>Jugez pour le faible et l'orphelin,\*  
au malheureux, à l'indigent rendez justice ;  
<sup>4</sup>libérez le faible et le pauvre,\*  
de la main des impies délivrez-les. »

<sup>5</sup>Sans savoir, sans comprendre, ils vont dans l'ombre,\*  
toute l'assise de la terre s'ébranle.  
<sup>6</sup>J'avais dit : « Vous, des dieux ?\*  
des fils du Très-Haut, vous tous ? »

<sup>7</sup>Mais non ! Comme l'homme vous mourrez,\*  
comme un seul, ô princes, vous tomberez.  
<sup>8</sup>Lève-toi, Dieu, juge la terre,\*  
car tu domines sur toutes les nations.

## **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.