**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**

81Jusqu’au bo**u**t mon âme ir**a** pour ton sal**u**t,\*

j’esp**è**re en ta par**o**le.

82Jusqu’au bo**u**t, mes ye**u**x pour ta prom**e**sse ;\*

qu**a**nd m’auras-tu consol**é** ?

83Rendu pare**i**l à une o**u**tre qu’on enf**u**me,\*

je n’oublie p**a**s tes volont**é**s.

84Combien ser**o**nt les jo**u**rs de ton servite**u**r ?\*

quand jugeras-t**u** mes persécute**u**rs ?

85Des sup**e**rbes me cre**u**sent des f**o**sses\*

à l’enc**o**ntre de ta lo**i**.

86Vérit**é**, tous tes **o**rdres : aide-mo**i**\*

quand le mens**o**nge me perséc**u**te.

87On viendrait à bo**u**t de mo**i** sur t**e**rre\*

sans que je la**i**sse tes préc**e**ptes.

88Sel**o**n ton amo**u**r vivifie-mo**i**,\*

je gardera**i** ton témoign**a**ge.

* **Psaume 12**

2Jusques à qu**a**nd, Seigne**u**r, m’oublieras-t**u** ? jusqu'à la f**i**n ?\*

jusques à qu**a**nd, mon Di**e**u, me vas-t**u** cacher ta f**a**ce,

3jusques à qu**a**nd mettra**i**-je en mon **â**me la rév**o**lte,

jusques à qu**a**nd mon adversa**i**re aura-t-**i**l le dess**u**s ?

En mon cœ**u**r le chagr**i**n, de jo**u**r et de nu**i**t,\*

jusques à qu**a**nd mon Die**u**, me vas-t**u** cacher ta f**a**ce.

4Reg**a**rde, réponds-mo**i**, Seigne**u**r mon Di**e**u !\*

Illum**i**ne mes ye**u**x que dans la m**o**rt je ne m’end**o**rme,

5que l’adversa**i**re ne d**i**se : « Je l’emp**o**rte sur lu**i** »,\*

que l’oppresse**u**r n’ex**u**lte à me vo**i**r chancel**e**r !

6Pour mo**i**, Seigne**u**r, en ton amo**u**r je me conf**i**e ;\*

que mon cœ**u**r ex**u**lte, adm**i**s en ton sal**u**t :

que je ch**a**nte au Seigne**u**r pour le bi**e**n qu’il m’a fa**i**t,\*

que je jo**u**e pour le n**o**m du Seigne**u**r, le Très-Ha**u**t !

* **Psaume 13**

1L’insens**é** a d**i**t en son cœ**u**r :\*

« N**o**n, plus de Di**e**u ! »

Corromp**u**es, abomin**a**bles leurs acti**o**ns,\*

n**o**n, plus d’honnête h**o**mme.

2Des ci**e**ux le Seigne**u**r se p**e**nche\*

vers les f**i**ls d’Ad**a**m,

pour vo**i**r s’il en est **u**n de sens**é**,\*

**u**n qui cherche Di**e**u.

3To**u**s ils s**o**nt dévoy**é**s,\*

ens**e**mble pervert**i**s ;

n**o**n, il n’est pl**u**s d’honnête h**o**mme,\*

n**o**n, plus un se**u**l.

4Ne savent-**i**ls, to**u**s les malfais**a**nts ?\*

ils mang**e**nt mon pe**u**ple ;

voil**à** le pa**i**n qu’ils mang**e**nt,\*

ils n’inv**o**quent pas Di**e**u.

5Al**o**rs ils seront frapp**é**s d’effro**i**,

sans ca**u**se d’effro**i** ;

car Di**e**u est pour la r**a**ce du j**u**ste :

le Seigne**u**r est son abr**i**;

6vous bafo**u**ez les vis**é**es du pet**i**t

mais le Seigne**u**r est son abr**i**.

7Qui donnera de Si**o**n le sal**u**t d’Isra**ë**l ?

Le Seigneur ramèner**a** son pe**u**ple.

Lorsque le Seigne**u**r ramèner**a** son pe**u**ple,

allégresse à Jacob et jo**i**e pour Isra**ë**l !

**Trisagion**

*Issu de l’orient chrétien, le chant du trisagion au Dieu trois fois saint est accompagné d’un geste d’humilité (il nous rappelle que nous sommes poussière) et de foi pascale en la croix du Christ qui fait de nous des sauvés.*

Tu es saint Dieu, Tu es 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.