

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 118/21**

¹⁶²Joie pour moi dans ta promesse,*
comme à trouver grand butin.

¹⁶³Le mensonge, je le hais, je l'exècre,*
ta loi, je l'aime.

¹⁶⁴Sept fois chaque jour, je te loue*
pour tes justes jugements.

¹⁶⁵Grande paix pour ceux qui aiment ta loi,*
pour eux rien n'est scandale.

¹⁶⁶J'attends ton salut, Seigneur,*
tes ordres, je les suis.

¹⁶⁷Mon âme observe ton témoignage,*
je l'aime entièrement.

¹⁶⁸J'observe tes préceptes, ton témoignage,*
toutes mes voies sont devant toi.

▪ Psaume 29

²Je t'exalte, Seigneur, toi qui me relèves*
sans laisser mes ennemis se rire de moi.

³Seigneur, vers toi j'ai crié,*
et toi, mon Dieu, tu m'as guéri.

⁴Seigneur, tu as tiré mon âme des enfers,*
me ranimant d'entre ceux qui descendent à la fosse.

⁵Jouez pour le Seigneur, ceux qui l'aiment,*
louez sa mémoire de sainteté.

⁶Sa colère est d'un instant, sa faveur, pour la vie ;*
au soir les larmes, au matin les cris de joie.

⁷Moi, je disais dans mon bonheur :*
rien à jamais ne m'ébranlera.

⁸Ta faveur m'avait fixé sur de fortes montagnes ;*
caches-tu ta face, je suis bouleversé.

⁹Vers toi, Seigneur, j'appelle,*
à mon Dieu je demande pitié :

¹⁰Que gagnes-tu à mon sang, à ma descente en la tombe ?*
Te loue-t-elle, la poussière, annonce-t-elle ta vérité ?

¹¹Écoute, Seigneur, pitié pour moi !*
Seigneur, sois mon secours !

¹²Pour moi tu as changé le deuil en une danse,*
tu dénouas mon sac et me ceignis d'allégresse.

¹³Aussi mon cœur te chantera sans plus se taire,*
Seigneur mon Dieu, je te louerai à jamais.

▪ Psaume 31

¹Heureux qui est absous de son péché,*
acquitté de sa faute ;

²heureux l'homme à qui le Seigneur*
n'impute aucun tort ;

heureux l'homme dont l'esprit est sans fraude*
devant le Seigneur.

³Je me taisais et mes os se consumaient*
à gémir tout le jour ;

⁴la nuit, le jour, ta main*
pesait sur moi ;
mon cœur était changé en un chaume*
au plein feu de l'été.

⁵Ma faute, je te l'ai fait connaître,*
je n'ai point caché mon tort ;
j'ai dit : j'irai au Seigneur*
confesser ma faute.

Et toi, tu as absous mon tort,*
pardonné mon péché.

⁶Aussi chacun des tiens te prie*
à l'heure de l'angoisse ;

que viennent à déborder les grandes eaux,*
elles ne peuvent l'atteindre :

⁷tu es pour moi un refuge,*
de l'angoisse tu me gardes.

Tu es pour moi un refuge
De chants de délivrance tu m'entoures :

⁸Je t'instruirai, je t'apprendrai la route qu'il faut suivre,*
les yeux sur toi, je serai ton conseil.

⁹Ne sois pas le cheval, le mulet privés de sens,*
il faut rêne et frein pour brider leur fougue.

¹⁰Nombreux sont les tourments réservés à l'impie ;*
mais qui se fie au Seigneur, la grâce l'entoure.

¹¹Ayez la joie dans le Seigneur,*
exultez, les justes, jubilez, tous les cœurs droits !

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.