

## PREMIÈRE SEMAINE DU GRAND CARÊME

### LE MERCREDI À MATINES

*Début des Matines comme au lundi.*

#### **Cathisme II, ton 2**

Seigneur ami des hommes, / qui par tes souffrances donnes à tous  
l'immortalité, / sur la croix tu as mis à mort les passions de ma chair ; /  
donne-moi de contempler ta divine Passion / après avoir satisfait ta  
gloire en jeûnant, // pour recevoir en abondance la grande miséricorde.

*Gloire..., le même.*

*Et maintenant..., Théotokion*

Te voyant étendu, mort sur la croix, ô Christ, / la Vierge, ta Mère,  
pleurait amèrement : / ô mon Fils, disait-elle, quel est ce mystère  
effrayant : / comment peux-tu de plein gré souffrir sur la croix cette  
mort infamante, // toi qui accordes à tous la vie éternelle ?

#### **Cathisme III, ton 2**

Rends-nous dignes de parcourir en toute pureté, dans le recueillement, /  
/ le temps de ce Carême lumineux / que tu as sanctifié pour nous en  
faire le don ; / donne-nous de le vivre pleinement dans la paix // par la  
puissance de ta Croix, seul Ami des hommes.

*Gloire..., le même.*

*Et maintenant..., Théotokion*

Gardés par la précieuse Croix de ton Fils, / souveraine Mère de Dieu, /  
nous pouvons aisément détourner les attaques de l'ennemi ; / c'est  
pourquoi nous te disons bienheureuse, // Mère de la Lumière et seule  
espérance de nos âmes.

*Voir l'Annexe 6 pour l'exécution du Canon en Carême, et l'annexe 6 bis pour le chant des Odes bibliques selon le ton du Canon des Ménées du jour.*

**Ode 3, de Joseph, ton 2**

« Seigneur, à ton avènement, / le désert de l'Église des nations  
jusqu'alors stériles, / a fleuri comme le lys ; // en Elle mon cœur s'est  
affermi. »

Par le jeûne crucifions nos membres et notre chair, soyons sobres en la prière, ainsi  
qu'il est écrit, suivons les traces du divin Crucifié en mortifiant nos passions.

Rejetant l'amertume du péché, efforçons-nous de plaire à notre Dieu, qui a voulu  
goûter au fiel en détruisant l'ennemi sur la croix.

En prenant l'habitude du péché je suis poussé vers ma totale perdition, mais toi,  
Seigneur, délivre-moi par ta croix, ô Dieu de bonté.

*Théotokion* : Souveraine de toute la création, qui mis au monde le Seigneur de  
l'univers, affranchis-moi de l'esclavage où me tient la ruse de notre seul ennemi.

\*

*de Théodore, même ton*

« Seigneur, affermis-nous en Toi... »

La tempérance a fleuri sur l'arbre de la Croix, et l'univers, l'embrassant avec ardeur,  
jouira de l'abondante floraison que font éclore les divins commandements du Christ

Supportant maintenant l'abstinence des passions, crucifions pour le Seigneur notre  
chair et notre esprit, mortifiant nos désirs et nos pensées pour vivre dans l'esprit de  
Dieu.

Gloire...

Je glorifie les trois Personnes du Dieu unique, le Père, le Fils et l'Esprit saint, l'unique  
puissance de la Divinité, sa glorieuse et souveraine Majesté.

Et maintenant...

Etonnante est la nature de ton enfantement, Vierge sainte, car c'est Dieu qui a pris  
chair ; il est né du Père sans commencement, et sans semence tu l'as mis au monde en  
ces derniers temps.

Gloire à toi, notre Dieu, gloire à toi.

Je chante ta crucifixion et ton côté transpercé par la lance : en lui je puise l'immortalité  
et chaque jour, ô Christ, je suis sanctifié.

*Catavasia* : l'irmos du dernier canon :

« Seigneur, affermis-nous en Toi, / Toi qui par la Croix as mis à  
mort le péché // et fais pénétrer ta crainte dans les cœurs de  
ceux qui Te chantent. »

**Ode 8**

« Jadis, à Babylone, sur l'ordre de Dieu, / la fournaise de feu brûla les Chaldéens, / tandis qu'elle répandait la rosée / sur les fidèles adolescents qui chantaient : // Bénissez le Seigneur, toutes les œuvres du Seigneur. »

Mon âme est embrasée par la fournaise des passions, apaise-la par la rosée de ton amour et par les flots d'immortalité qui jaillirent de ton sein quand tu t'abaissas jusqu'à mourir sur la croix.

Exalté sur la croix, ô Christ, tu élevas notre nature tombée dans l'abîme du péché ; relève-moi, qui suis déchu pareillement, rends-moi ferme sur la pierre du salut, afin que je glorifie la puissance de ton bras.

Par ta Lance, ô Christ, perce l'abcès de mes passions, guéris mon cœur et mon être tout entier, car le serpent m'a blessé par sa morsure empoisonnée : donne-moi de marcher sans crainte sur tes voies.

*Théotokion* : Tu es la lampe, le chandelier resplendissant, en qui est demeuré le feu de la divinité pour éclairer ceux qui gisaient dans les ténèbres de la mort ; aussi, Vierge bénie, nous vénérons et bénissons le fruit de ton sein.

\*

« Celui qui pour Moïse sur la montagne du Sinaï... »

Chantez une hymne de bénédiction à celui qui fut crucifié entre deux larrons et dont le sein, transpercé par la lance, fit jaillir un flot de vie : à lui la gloire dans tous les siècles.

Toi qui juges toute la terre, tu parus devant le juge, tu as souffert les soufflets, les moqueries, et tu fus cloué sur la croix pour me délivrer de la mort et du péché dans les siècles éternels.

Bénissons le Seigneur, le Père, le Fils et le saint Esprit.

Unique divinité, indivisible Trinité, unique Essence partagée en trois Personnes, impérissable Majesté, Père, Fils et saint Esprit, nous te chantons dans tous les siècles.

Maintenant...

Mère de Dieu et Vierge immaculée, porte du ciel qui nous ouvres le salut, reçois la prière des chrétiens qui te proclament bienheureuse dans les siècles éternels.

Gloire à toi, notre Dieu, gloire à toi.

Croix du Christ ayant conduit le bon Larron vers la foi, rends-moi digne aussi de courir sur le chemin qui par le jeûne mène à ta vénération, et fais que grâce à toi je puisse être vivifié.

« Celui qui pour Moïse sur la montagne du Sinaï, / a préfiguré dans le buisson ardent le miracle de la Vierge, // chantez-Le, bénissez-Le et exaltez-Le dans tous les siècles. »

## Ode 9

« Dieu et Seigneur, le Fils du Père sans commencement, / s'est incarné de la Vierge et nous est apparu / pour illuminer ceux qui sont dans les ténèbres / et rassembler les dispersés ; // aussi magnifions-nous la Mère de Dieu digne de toute louange. »

La grâce du Carême a resplendi plus brillante que la lumière du soleil ; elle annonce à tous le rayonnement de la Croix, le reflet de la vénérable Passion, la splendeur de la Résurrection et le jour du salut.

Fuyons l'intempérance et désirons la sainteté, ceignons nos reins de la parfaite chasteté, pour que brille la pureté de notre cœur devant celui qui est pur et qui nous purifie, l'unique Sauveur de nos âmes.

Perce ma chair des clous de ta crainte, Seigneur, comme tu as cloué sur la croix le péché d'Adam, délie la chaîne de mes passions et de ta Lance brise les traits de l'ennemi ; Seigneur, délivre-moi de ses méfaits.

*Théotokion* : Ô Vierge qui as enfanté le Juge juste et bon, le Christ notre Seigneur, délivre-moi du jugement, du feu et du châtiment que m'a préparés la jouissance du péché.

\*

« Fidèles, magnifions pieusement... »

Ô trésor de compassion, Seigneur, tu supportas la croix, les clous, la lance, pour moi pauvre pécheur ; c'est pourquoi, ô Christ, je te célèbre par mon chant.

Nous prosternant devant la croix, le roseau, les clous, devant la lance et ta Passion vivifiante, ô Christ, nous te célébrons par nos chants.

Gloire...

Unité tri-personnelle et unique Trinité, consubstantielle majesté du Père, du Fils et de l'Esprit, accorde-nous le salut.

Et maintenant...

Réjouis-toi, propitiation de l'univers, ô Mère de Dieu, en qui se réfugient tous les pécheurs pour trouver accès auprès de Dieu.

Gloire à toi, notre Dieu, gloire à toi.

Par ta Croix, Seigneur, fortifie-moi, et donne-moi, bon Maître, d'accomplir généreusement le cours du Carême.

« Fidèles, par nos hymnes et nos chants, / magnifions pieusement la Vierge immaculée, // car elle est la Mère de Dieu. »

**Apostiches, ton 8**

Par le jeûne asservissons les passions de nos sens, / entourons-nous des  
ailes de l'Esprit, / afin qu'en surmontant la tempête soulevée par  
l'ennemi / nous soyons dignes de nous prosterner devant la Croix du  
Fils de Dieu, / qui pour le monde a voulu s'immoler / et que nous  
fêtions en esprit sa Résurrection d'entre les morts ; / et, avec les  
Apôtres, gravissons la montagne / pour glorifier le Fils, Ami des  
hommes, // à qui le Père a remis tout pouvoir. (2 fois)

v. Comblés au matin de ta miséricorde, Seigneur, nous avons été dans  
l'allégresse et dans la joie. Nos jours durant, soyons dans la joie à la place des  
jours où Tu nous as humiliés, des années où nous avons connu le malheur.  
Jette les yeux sur tes serviteurs et sur tes œuvres, / et guide leurs fils !

v. Que la splendeur du Seigneur notre Dieu soit sur nous ! Dirige d'en  
haut les œuvres de nos mains, / dirige l'œuvre de nos mains !

Invincibles Martyrs du Christ / qui avez triomphé de l'erreur par la  
puissance de la Croix, / vous avez reçu la grâce de la vie éternelle ; /  
vous n'avez pas craint les menaces des tyrans, / soumis à la violence  
des tourments, vous vous réjouissiez, / et maintenant nos âmes sont  
guéries par votre sang : // intercédez pour notre salut.

Gloire..., et maintenant...

Seigneur, quelle vision s'offre à mes yeux ? / Toi qui tiens en mains  
toute la création, tu es cloué sur la croix, / et tu es mis à mort, toi  
l'Auteur de toute vie ! / Ainsi parlait la très-sainte Mère de Dieu /  
lorsqu'elle vit sur la croix // l'Homme-Dieu qu'elle avait fait naître  
ineffablement.

## LE MERCREDI À SEXTE

## Tropaire de la prophétie, ton 4

Tu sais de quoi nous sommes façonnés, / tu connais notre faiblesse,  
 Seigneur, notre Dieu ; / si nous avons péché, nous ne t'avons pas  
 répudié, / nous n'avons pas tendu les mains vers un dieu étranger. //  
 Dans ta bonté épargne-nous, ô Dieu compatissant.

Gloire... et maintenant, *le même*.

## Prokimenon, ton 4 (Ps. 9) :

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

v. Je me réjouirai et j'exulterai en toi, je chanterai un psaume pour ton nom, ô  
 Très-Haut !

## Lecture de la prophétie d'Isaïe (2, 3-11)

Ainsi parle le Seigneur : De Sion viendra la Loi, et de Jérusalem la parole du  
 Seigneur ; il jugera parmi les nations et sera l'arbitre de peuples nombreux. De leurs  
 épées ils forgeront des socs, et de leurs lances des faucilles ; les nations ne lèveront  
 plus l'épée l'une contre l'autre, et l'on ne s'entraînera plus à la guerre. Maison de Jacob,  
 venez, marchons à la lumière du Seigneur.

Car il a rejeté son peuple, la maison de Jacob, puisque leur terre est pleine de devins  
 comme jadis, comme chez les païens, et tant de fils étrangers leur sont nés. Car leur  
 pays regorge d'argent et d'or, on ne compte plus leurs trésors. Leur terre est pleine de  
 chevaux et de chars innombrables ; leur pays est rempli d'idoles, ouvrage de leurs  
 mains : ils se sont prosternés devant l'ouvrage de leurs doigts. Le mortel s'abaisse,  
 l'homme est humilié ; pour eux point de pardon ! Et maintenant, allez dans les rochers,  
 cachez-vous dans le sol, face à l'épouvante du Seigneur, à l'éclat de sa majesté, quand  
 il se lèvera pour faire trembler la terre. L'homme au regard hautain sera abaissé, la  
 superbe des mortels sera humiliée : seul le Seigneur sera exalté, ce jour-là.

## Prokimenon, ton 6 (Ps. 10) :

Le Seigneur est juste, / il aime les actes de justice.

v. Dans le Seigneur j'ai mis ma confiance.

## LE MERCREDI SOIR À VÊPRES

Lucernaire (10 stichères, dont 4 des Ménées)

ton 8

Frères, jeûnons corporellement, / jeûnons aussi en esprit, / déliions toute  
chaîne d'injustice, / brisons les liens de nos violentes passions, /  
déchirons tout contrat inique, / donnons du pain aux pauvres et  
recevons les sans-logis, // afin d'obtenir du Christ notre Dieu la grande  
miséricorde. (2 fois)

Toute gloire et toute louange revient aux Martyrs : / ils ont courbé la  
nuque sous le glaive, / à cause de toi qui descendis en inclinant les  
cieux ; / ils ont versé leur sang pour toi / qui t'es abaissé en prenant la  
forme d'un serviteur ; / et, s'humiliant jusqu'à la mort, ils ont suivi ta  
pauvreté : // par leurs prières et selon ta miséricorde, Seigneur, aie  
pitié de nous.

de Joseph, ton 2

Jésus, le véritable Soleil spirituel, / vous envoya dans le monde entier  
comme des éclairs lumineux, / afin de dissiper les ténèbres de l'erreur  
par l'éclat de vos divins enseignements, / saints Apôtres qui avez vu le  
Seigneur : // priez-le d'envoyer sur nous sa lumière et la grande  
miséricorde.

Monté sur le divin char des vertus, / illuminé par le jeûne, / Elie fut  
transporté jusqu'en haut, dans le ciel. / Imite-le, ma pauvre âme, / en  
jeûnant de toute méchanceté, colère et jalousie, / et de l'éphémère  
jouissance du plaisir, / afin d'éviter la peine éternelle de l'enfer, // et  
dis au Christ : Seigneur, gloire à toi.

*de Théodore, ton 5*

Divins Apôtres, fervents intercesseurs de l'univers / et premiers  
défenseurs des chrétiens, / vous qui avez le pouvoir de parler au Christ  
notre Dieu, / nous vous prions de lui demander pour nous / le paisible  
accomplissement de ce Carême béni, / avec la grâce de la Trinité  
consubstantielle ; // Glorieux prédicateurs, intercédez pour nos âmes.

*4 Stichères des Ménées.*

Gloire... et maintenant..., *Théotokion des Ménées.*

**Prokimenon, ton 5 (Ps. 11) :**

Garde-nous, ô Seigneur, préserve-nous / dès cette génération et  
pour les siècles !

v. Sauve-moi, Seigneur, car il n'est plus de saint, car il ne reste guère de vérité  
chez les fils des hommes !

**Lecture de la Genèse (1,24 - 2,3)**

Dieu dit : Que la terre produise des êtres vivants selon leur espèce, quadrupèdes et reptiles, et bêtes sauvages de toute espèce ! Et il en fut ainsi. Dieu fit les bêtes sauvages selon leur espèce, les animaux de toute espèce et tout ce qui rampe sur le sol, selon son espèce. Et Dieu vit que cela était bon. Dieu dit : Faisons l'homme à notre image et ressemblance, qu'il règne sur les poissons de la mer, sur les oiseaux du ciel, sur tous les animaux de la terre, sur tous les reptiles qui rampent sur le sol. Et Dieu créa l'homme, à l'image de Dieu il le créa, homme et femme il les créa. Dieu les bénit en disant : Croissez et multipliez, emplissez la terre et soumettez-la. Régnez sur les poissons de la mer et sur les oiseaux du ciel, sur tous les animaux de la terre et sur tous les reptiles qui rampent sur le sol. Et Dieu dit : Voici, je vous donne toute herbe portant semence sur toute la terre et tous les arbres fruitiers portant semence : ce sera votre nourriture. A toutes les bêtes sauvages de la terre, à tous les oiseaux du ciel, à tout reptile qui rampe sur le sol, pourvu d'un souffle de vie, je donne aussi toute herbe verte pour nourriture. Et il en fut ainsi. Dieu considéra ce qu'il avait fait et il vit que cela était très bon. Il y eut un soir et il y eut un matin : ce fut le sixième jour.

Ainsi furent achevés le ciel et la terre et toute leur parure. Dieu acheva, le sixième jour, l'œuvre qu'il avait faite et, le septième jour, Dieu se reposa de son labeur. Il bénit le septième jour et le sanctifia, puisque ce jour-là il se reposa de tout son ouvrage de la création.

**Prokimenon, ton 6 (Ps. 12) :**

Jette les yeux sur moi, / exauce-moi, Seigneur mon Dieu !

v. Jusques à quand, Seigneur ? M'oublieras-Tu à jamais ? Jusques à quand vas-tu détourner de moi ta face ?

### **Lecture des Proverbes (2, 1-22)**

Mon fils, si tu accueilles mes paroles, si tu gardes soigneusement mes préceptes, tu prêteras une oreille attentive à la sagesse, inclinant ton cœur vers l'entendement, vers l'instruction de ton propre fils. Oui, si tu fais appel à la sagesse, si tu réclames l'intelligence, si tu la recherches comme l'argent, si tu la poursuis comme un trésor, alors tu comprendras la crainte du Seigneur et tu trouveras la connaissance de Dieu, car c'est le Seigneur qui donne la sagesse, de lui procèdent l'intelligence et le savoir. Pour les hommes droits il tient en réserve le salut, il est le bouclier de qui pratique l'honnêteté ; il monte la garde aux chemins de justice, il veille sur la voie de ses amis. Alors tu comprendras justice, équité, droiture et tous les sentiers qui mènent au bonheur. Quand la sagesse entrera dans ton cœur et que ton âme se complaira dans le savoir, la prudence veillera sur toi, une conscience pure te gardera, pour t'éloigner de la mauvaise voie, de l'homme aux discours fallacieux, de ceux qui délaissent les droits sentiers pour s'engager sur les chemins ténébreux, de ceux qui trouvent plaisir à faire le mal et se complaisent en la perversité : leurs sentiers sont obliques, leurs chemins tortueux, au point de t'éloigner de la droiture, de te rendre étranger à la justice. Mon fils, ne te laisse pas prendre aux conseils des méchants qui ont abandonné l'enseignement de leur jeunesse, oublié l'alliance de Dieu : leur maison penche vers la mort, leurs sentiers conduisent vers l'Hadès. Nul ne revient de qui y va, nul ne retrouve les droits chemins ni le cours de la vie. Ah ! si l'on cheminait sur la route du bien, on trouverait faciles les chemins des justes. Les hommes bons et droits habiteront la terre, les cœurs simples et purs y demeureront, mais les voies des impies seront effacées de la terre et les pécheurs en seront extirpés.

*Suite de la Liturgie des Présanctifiés.*

### **LE MERCREDI SOIR AUX GRANDES COMPLIES**

*On chante la troisième partie du Grand Canon de saint André de Crète (voir à part).*