

DEUXIÈME SEMAINE DU GRAND CARÊME  
LE MARDI À MATINES

*Début des Matines comme au lundi.*

**Cathisme II, ton 8**

Réfrénant nos passions grâce à la pureté du Carême, / efforçons-nous d'atteindre la contemplation divine grâce à la perfection de notre foi, // afin que, dédaignant les plaisirs de cette vie, nous obtenions la vie céleste et l'illumination divine.

*Gloire..., le même.*

*Et maintenant..., Théotokion*

Je suis tombé dans le terrible gouffre du découragement / et, par suite de mes œuvres mauvaises, j'ai connu le dénuement / et maintenant je suis pris par le doute et le désespoir. / Mère de Dieu et notre Souveraine, viens à mon aide, sauve-moi : // tu es en effet la propitiation et le salut des pécheurs.

**Cathisme III, ton 8**

Le Carême nous offre un banquet mystique, il nous invite à y puiser largement : / prenons comme nourriture les dons immortels de l'Esprit et comme boisson les larmes de componction, // offrant à Dieu joyusement notre louange sans fin.

*Gloire..., le même.*

*Et maintenant..., Théotokion*

Vierge toute-sainte, sauve-nous de tout mal et de tout danger, / car tu es le rempart et la protection de ceux qui accourent avec confiance près de toi, / et qui se prosternent devant le Dieu qui est sorti de ton sein : // implore-le pour qu'il sauve nos âmes de tout péril et de toute affliction.

**Ode 2, de Joseph, ton 8**

« Regardez et voyez, c'est moi qui suis votre Dieu... »

Soupire et pleure, ô mon âme, embrasse la conversion, la pénitence : le jour approche, le Juge est sur le seuil ; prépare ta défense en criant : J'ai péché contre toi, Dieu miséricordieux, mais dans ta compassion aie pitié de moi.

Pratique l'abstinence du péché, ô mon âme, profite du jeûne à satiété, rassasie-toi des commandements salutaires qui te procurent dans la foi la jouissance des biens éternels.

Anges et Archanges, Vertus, Puissances, Principautés, Dominations, Trônes, Chérubins et Séraphins, obtenez pour nous du Dieu miséricordieux la rémission de nos péchés et la délivrance des passions.

*Théotokion* : Ô Tout-immaculée qui seule as conçu le Verbe éternel né de toi sans changement, demeurant ce qu'il était avant l'incarnation, comme tu es demeurée vierge après l'enfantement, demande-lui pour nous tous qu'il sauve nos âmes de la mort.

*de Théodore, même ton*

Nous avons vu et reconnu le temps que tu nous donnes en ta bonté pour notre conversion : ô Dieu, reçois notre prière et fais-la monter vers toi comme un encens de bonne odeur et comme un sacrifice digne d'être agréé.

Je tremble et je frémis à la pensée de mes fautes : comment me présenter devant ton redoutable regard, comment me tenir devant ton inflexible tribunal ? A cette heure, Dieu miséricordieux, épargne-moi, quand tu viendras pour juger le monde entier.

Gloire...

Divinité parfaite et unique en trois Personnes, Père inengendré, Fils unique et saint Esprit, qui procèdes du Père et t'es manifesté par le Fils, consubstantielle et royale Seigneurie, à tous les hommes veuille accorder le salut.

Et maintenant...

Ineffable est la merveille de ton enfantement, ô Vierge et Mère de Dieu ; comment peux-tu concevoir et demeurer vierge en même temps, et, sans connaître d'homme, mettre au monde un enfant ? C'est le secret du Verbe de Dieu qui fut enfanté par toi de merveilleuse façon, renouvelant ainsi la nature et ses lois.

Gloire à toi, notre Dieu, gloire à toi.

A cause de leur jeûne et repentir, tu as épargné aux Ninivites ton courroux menaçant : à cause de leur impudente volupté, tu as supprimé les Sodomites par le feu : Seigneur, délivre-moi d'une telle punition.

*Catavasia* : l'hirmos du dernier canon :

« Regardez et voyez, c'est moi qui suis votre Dieu, / engendré par le  
Père avant les siècles, / et né dans les derniers temps de la Vierge  
immaculée / pour racheter la faute d'Adam, le premier père, // par  
amour pour les hommes. »

**Ode 8**

« Dans la fournaise les Jeunes Gens foulèrent la flamme en louant Dieu ; / dans leur ardeur ils psalmodiaient : // Toutes les œuvres du Seigneur, bénissez le Seigneur. »

Sauveur qui justifias le Publicain implorant, qui eus pitié de la Courtisane éplorée, sauve, dans ton amour, les âmes de ceux qui te chantent.

En ce carême, offrons au Seigneur le fruit de nos vertus, abstenons-nous de nos mauvaises pensées pour trouver en Dieu notre unique plaisir.

Les chœurs angéliques, l'assemblée des Apôtres et la foule des Martyrs intercèdent pour ton peuple, Jésus : accorde-lui la rémission des péchés.

*Théotokion* : Montagne non taillée, chandelier tout brillant de lumière, échelle par où le Verbe est descendu, habitacle de Dieu, nous les fidèles, nous te disons bienheureuse.

\*

« Le Seigneur qui fut glorifié sur la montagne sainte... »

Au jour insigne du renoncement, venez tous, faisons retentir nos hymnes et nos chants et, nous délectant des vertus comme d'un festin, chantons le Seigneur, exaltons-le dans tous les siècles.

Un lion dévora jadis l'homme de Dieu qui avait désobéi à l'ordre du Seigneur en acceptant d'un faux prophète la nourriture défendue. Ô mon âme, veille donc, n'expose pas ta gourmandise aux séductions du serpent.

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

Je chante la Divinité unique, je célèbre les Personnes de la Trinité, Père, Fils et saint Esprit, et je glorifie l'éternelle majesté de ton règne dans les siècles.

Maintenant...

Ô Vierge, tu es devenue la montagne de Dieu en qui le Christ a demeuré pour transformer en temples de Dieu tous ceux qui psalmodient : Chantez le Seigneur, exaltez-le dans tous les siècles.

Gloire à toi, notre Dieu, gloire à toi.

Vénération le Carême comme le gardien de la pureté et comme la source de la modestie, venez, embrassons-le avec ardeur, chantant le Seigneur et l'exaltant dans tous les siècles.

« Le Seigneur qui fut glorifié sur la montagne sainte / et dans le buisson ardent révéla à Moïse le mystère de la Mère toujours-vierge, // chantez-le, exaltez-le dans tous les siècles. »

**Ode 9**

« Celui qui révéla au Législateur... »

Comme une plante belle à réjouir le cœur, le jeûne fait éclore divinement le merveilleux fruit des vertus : en ces jours saints cultivons-la pour récolter la sainteté.

Vois de quels maux je suis souillé, vois mes blessures et ma détresse ; Seigneur, pitié pour moi dans ta bonté, sauve-moi, à la prière de tes Saints.

Hélas, pauvre âme, comment te défendre, de quel effroi trembleras-tu quand le Juge siègera au tribunal et que des myriades d'anges seront présents ? Hâte-toi donc de te convertir avant la fin.

*Théotokion* : Vaisseau royal, nuée lumineuse, montagne ruisselante et féconde, Vierge inépousée, nous t'en prions, guéris nos âmes de leurs passions.

\*

Jeûnons d'un jeûne véritable pour le Seigneur et, comme nous nous privons d'aliments, abstenons-nous aussi de bavardage et de fausseté et de toute autre passion, afin de voir la Pâque en toute pureté.

Abstinence, tu as fait fleurir Samuel, tu as formé Samson, le grand héros, en toi ont puisé leur perfection les Prêtres et les Prophètes : à nous aussi accorde le fruit de ta sainteté.

Gloire...

Seigneur, le triple éclat de ton unique majesté illumine notre cœur, le détournant de l'erreur et de la division pour le conduire, dans l'unité, vers ta divine perfection.

Et maintenant...

Mère de Dieu, tu es notre rempart et notre bouclier, tu es la protectrice de ceux qui accourent près de toi ; et nous comptons sur ton appui pour être délivrés de nos ennemis.

Gloire à toi, notre Dieu, gloire à toi.

Nous qui avons en l'Esprit saint un riche nourricier pour le carême, puisons à la source de ses dons, et délectons-nous de son abondance en le chantant comme notre Dieu.

« Celui qui révéla au Législateur sur la montagne dans le buisson ardent / le mystérieux enfantement de la toujours vierge en vue de notre salut, // par des hymnes incessantes, nous le magnifions. »

**Apostiches, ton 5**

Pauvre âme indolente, pourquoi es-tu l'esclave du péché, / pourquoi,  
 dans ta faiblesse, ne pas recourir au médecin ? / Voici le temps  
 favorable, voici le jour du salut : / réveille-toi, lave ton visage dans les  
 larmes de componction, / tiens ta lampe allumée avec l'huile des  
 vertus, // afin de trouver auprès du Christ notre Dieu le pardon de nos  
 fautes et la grande miséricorde. (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 !

Sortis vainqueurs de leur combat, émules des Anges incorporels, / tes  
 Martyrs, Seigneur, ont enduré les tourments ; / pour unique espérance  
 ils avaient la jouissance des biens promis : / par leur intercession, ô  
 Christ notre Dieu, / donne au monde la paix // et à nos âmes la grande  
 miséricorde.

Gloire... et maintenant...

Vierge Mère de Dieu, / nous les fidèles te disons bienheureuse, / et te  
 glorifions dignement, / cité inébranlable, indestructible rempart, //  
 protectrice intrépide et refuge de nos âmes.

**Tropaire de la prophétie, ton 6**

Nous ne sommes pas dignes de te chanter, / mais nous te demandons,  
 suppliants : / ne nous laisse pas nous perdre dans le péché, // mais  
 sauve-nous, Seigneur compatissant.

Gloire... et maintenant, *le même*.

**Prokimenon, ton 4 (Ps. 25) :**

Seigneur, j'ai aimé la splendeur de ta maison / et le lieu où demeure ta  
 gloire.

v. Rends-moi justice, Seigneur, car j'ai marché en mon innocence.

**Lecture de la prophétie d'Isaïe (5,7-16)**

Ainsi parle le Seigneur : La vigne du Seigneur Sabaoth, c'est la maison d'Israël, et les hommes de Juda sont les plants de sa prédilection. Il espérait qu'elle opérerait la justice, et voici le crime, qu'elle produirait la droiture, et ce sont des cris. Malheur à ceux qui ajoutent maison à maison et joignent champ à champ, au point de prendre toute la place ! Etes-vous les seuls habitants du pays ? Mes oreilles ont entendu ceci du Seigneur Sabaoth : Quantité de maisons seront dévastées : grandes et superbes, elles seront sans habitants. Dix arpents de vigne ne donneront qu'une amphore, un muid de semence ne produira qu'une mesure. Malheur à ceux qui courent dès le matin après les boissons fortes et s'attardent le soir, excités par le vin ! Parmi harpe et cithare, flûte et tambourin, ils boivent leur vin ; mais pour l'œuvre du Seigneur ils n'ont pas un regard, ils ne remarquent pas l'ouvrage de ses mains. Aussi mon peuple sera-t-il déporté, faute d'avoir connu le Seigneur ; il y aura une multitude de morts, à cause de la faim et de la soif. L'Hadès élargit sa gorge, il ouvre la bouche sans répit : les nobles y descendront, avec riches et grands, cette foule splendide, qui hurle de joie ! Le mortel sera humilié, l'homme abaissé, les regards hautains s'abaisseront. Mais le Seigneur Sabaoth sera exalté au jugement, le Dieu saint sera glorifié dans la justice.

**Prokimenon, ton 3 (Ps. 26) :**

Le Seigneur est mon illumination et mon sauveur, / qui craindrais-je ?

v. Le Seigneur est le rempart de ma vie, devant qui tremblerais-je ?

## LE MARDI SOIR À VÊPRES

## Lucernaire

*de Joseph, ton 1*

Sur la Croix, ô Christ, tu as étendu tes mains immaculées pour réunir  
 les confins de l'univers ; / c'est pourquoi je t'appelle à grand cri : /  
 Ramène l'unité en mon esprit dispersé, affranchis mon cœur tirailé  
 par les passions, / donne-moi de prendre part à tes souffrances // et par  
 la tempérance purifie-moi tout entier.

Les Jeunes gens, fortifiés par l'abstinence, / dominèrent jadis l'ardeur  
 de la fournaise, comme il est écrit ; / jeûne, toi aussi, ma pauvre âme, /  
 rallumant ton amour pour le Seigneur, // et mettant le feu à tes  
 funestes passions afin d'échapper à la géhenne.

*de Théodore, ton 3*

Goûtons l'allégresse de ce temps de Carême : / qu'il brille de pureté et  
 de sincère charité, / dans la splendeur de la prière et l'abondance de  
 toutes les vertus ; / et dans la joie nous chanterons : / Très-sainte Croix  
 du Christ, qui fis croître le doux fruit de la vie, / rends-nous dignes de  
 t'adorer d'un cœur pur, // nous accordant le pardon et la grande  
 miséricorde.

*3 Stichères des Ménées.**Gloire... et maintenant..., Stavrothéotokion des Ménées.*

**Prokimenon, ton 6 (Ps. 27) :**

Seigneur, sauve, ton peuple / et bénis ton héritage.

v. Seigneur, mon Dieu, je crie vers toi, ne garde pas le silence envers moi.

### Lecture de la Genèse (4, 8-15)

Caïn dit à son frère Abel : Allons aux champs ! Et, lorsqu'ils furent dans la campagne, Caïn se jeta sur son frère Abel et le tua. Le Seigneur dit à Caïn : Où est ton frère Abel ? Il répondit : Je ne sais pas ! Suis-je le gardien de mon frère ? Le Seigneur reprit : Qu'as-tu fait ? Le sang de ton frère élève la voix de la terre vers moi. Désormais, tu seras maudit par la terre, qui a ouvert la bouche pour recevoir de ta main le sang de ton frère. Si tu cultives le sol, il ne te donnera plus son produit ; tu seras errant et vagabond sur la terre. Caïn dit au Seigneur : Ma peine est trop lourde à porter ! Si tu me chasses aujourd'hui de ce pays, si je dois me cacher loin de ta face, devenir errant et vagabond sur la terre, le premier venu me tuera. Mais le Seigneur lui dit : Non pas ainsi ; celui qui tuera Caïn sera châtié sept fois ! Et le Seigneur Dieu mit un signe sur Caïn, afin qu'il ne fût pas tué par quiconque le rencontrerait.

**Prokimenon, ton 7 (Ps. 28) :**

Le Seigneur donnera la force à son peuple, / le Seigneur bénira son peuple dans la paix.

v. Apportez au Seigneur, ô fils de Dieu, apportez au Seigneur les petits des béliers.

### Lecture des Proverbes (5,1-15)

Mon fils, sois attentif à ma sagesse, prête l'oreille à ma raison, afin de conserver le bon sens et de garder la science à tes lèvres. Ne prête nulle attention à la femme perverse, car les lèvres de l'étrangère distillent le miel, plus onctueuse que l'huile est sa parole, mais l'issue en est amère comme l'absinthe, plus acérée que l'épée à deux tranchants. Ses pieds conduisent vers la mort, entraînent vers l'Hadès ceux qui vont avec elle ; elle ne marche pas sur les sentiers de vie, ses chemins sont glissants, menant on ne sait où. Et maintenant, mon fils, écoute-moi, ne rends pas vaines mes paroles. Eloigne d'elle ton chemin, n'approche point de la porte de sa maison, de peur que tout ton bien ne soit la proie d'autrui, et tes années de vie celle de gens cruels ; de peur que ton avoir n'engraisse des étrangers, que les fruits de ton labeur n'aillent à des inconnus ; de peur que, sur ta fin, quand seront consumées les chairs de ton corps, tu n'aies regret et ne t'écries : Hélas, j'ai haï la discipline, mon cœur a dédaigné les remontrances des justes, je n'ai pas écouté la voix de mes maîtres, ni prêté l'oreille à ceux qui m'instruisaient. Peu s'en faut que je ne sois au comble du malheur, au milieu du peuple assemblé ! Mon fils, bois l'eau de ta propre citerne, l'eau jaillissante de ton puits.



**Apostiches, ton 3**

Seigneur, lorsque tu fus crucifié dans ta chair, / tu crucifias notre vieil  
 homme avec toi / et, quand la lance transperça ton côté, / elle atteignit  
 en même temps notre ennemi, le serpent ; / perce ma chair des clous  
 de ta crainte / et blesse mon âme de ton amour, / afin que, les yeux  
 levés vers ta Passion, / je mène le cours du jeûne à bonne fin, /  
 maîtrisant non seulement mon appétit, / mais aussi les autres  
 occasions de pécher ; / je t'offre la contrition de mon cœur et l'humilité  
 de mon esprit ; / ainsi je réparerai mes fautes passées : // libère-m'en,  
 dans ton amour pour les hommes. (2 fois)

v. J'ai levé les yeux vers Toi qui habites dans les cieux. Comme les yeux  
 des serviteurs sont fixés sur la main de leurs maîtres, comme les yeux de la  
 servante sont fixés sur la main de sa maîtresse, ainsi nos yeux sont tournés  
 vers le Seigneur notre Dieu, / jusqu'à ce qu'il nous ait en compassion.

v. Aie pitié de nous, Seigneur, aie pitié de nous, car nous avons été par  
 trop rassasiés de mépris ! Notre âme en a été par trop rassasiée. Que  
 l'opprobre soit sur les nantis / et le mépris sur les orgueilleux !

Les Prophètes, les Apôtres du Christ et les Martyrs / nous ont appris à  
 chanter la Trinité consubstantielle, / Ils ont porté la lumière du  
 baptême aux nations égarées : // les Anges et les hommes sont  
 devenus concitoyens.

Gloire... et maintenant...

Voyant ton Fils suspendu à la croix, / Vierge immaculée, tu t'écrias en  
 pleurant : / Hélas, mon Enfant bien-aimé, / où est passée la  
 resplendissante beauté // dont tu avais paré la nature des hommes ?