

## PREMIÈRE SEMAINE DU GRAND CARÊME

### LE LUNDI À MATINES

*Après l'Alléluia et ses versets, on chante les hymnes triadiques du ton occurrent (voir Annexe 5 : Triadiques et Phatagogika des huit tons).*

*Après la première lecture du Psautier, on chante le Cathisme I (voir Annexe 4 : Stichères et Cathismes en Carême selon le ton de la semaine).*

*Après la deuxième et la troisième lectures, on chante les cathismes suivants du Triode :*

#### **Cathisme II, de Joseph, ton 2**

En ce début du Carême, recueillons-nous / et de toute notre âme chantons au Seigneur : / Reçois notre prière comme l'encens, / sauve-nous de la mauvaise odeur de la corruption / ainsi que du redoutable châtiment, // toi qui seul es capable d'exercer le pardon.

Gloire..., *le même.*

Et maintenant..., *Théotokion*

Ô Mère de Dieu, source de miséricorde, rends-nous dignes de ta compassion. / Jette les yeux sur ce peuple qui a péché, / montre une fois encore ta puissance, / car, espérant en toi, nous Te clamons : « Réjouis-Toi ! », // comme jadis Gabriel, le chef des puissances incorporelles.

#### **Cathisme III, de Théodore, ton 2**

Commençons ce carême dans la joie, rayonnants des préceptes du Christ notre Dieu, / dans la lumière de la charité et l'éclat de la prière, / dans la pureté de cœur et la force du courage, / afin que, portant nos lampes, nous puissions atteindre la sainte Résurrection, // qui donne au monde la lumière de l'immortalité.

Gloire..., *le même.*

Et maintenant..., *Théotokion*

Assuré que je suis de ton invincible intercession, / ô Mère de Dieu, / contre tout espoir je suis sauvé de mes oppresseurs ; / tu viens en aide à tes fidèles suppliants / et tu chasses les ténèbres du péché ; / aussi te rendons-nous grâce en chantant : // Reçois notre humble louange pour ta constante protection.

*Voir l'Annexe 6 pour l'exécution du Canon en Carême.*

**Ode 1, de Joseph, ton 2**

« Venez, peuples... »

Comment pleurerai-je mon bannissement, par quelle action commencerai-je mon salut, moi qui ai mené une vie insensée ? Sauve-moi, Seigneur, dans ta bonté, par les moyens que tu connais.

Voici le temps salutaire, voici le jour du salut, voici le commencement du Carême : sois vigilante, ô mon âme, ferme la porte des passions et tourne-toi vers le Seigneur.

Secoué par la houle de mes péchés, j'enfoncé dans le gouffre du désespoir, mais j'accours vers l'océan de ton amour : sauve-moi, Seigneur.

Moi seul, je suis devenu l'esclave du péché, moi seul, j'ai ouvert la porte aux passions : ô Verbe, dans ta miséricorde, sauve-moi qui retourne vers toi.

*Théotokion* : Ô Vierge qui as enfanté l'impassible divinité, guéris mon âme blessée par les passions, arrache-moi au feu éternel, toi qui possèdes pleinement la grâce de Dieu.

*de Théodore, même ton*

Venez, tous les peuples, et recevons la grâce du Carême qui commence et, comme un don de Dieu, ce temps de pénitence, pour nous réconcilier avec le Sauveur.

Voici qu'arrive maintenant le temps des combats : commençons d'un cœur ardent le cycle du Carême, en portant nos vertus comme don au Seigneur.

Gloire...

Triple lumière de l'unique Seigneurie, Père tout-puissant, Seigneur et Dieu de vie, Fils du Père et saint Esprit, sauve ceux dont tu connais la piété.

Et maintenant...

Chantons la sainte montagne de la divinité, Marie, la toute-pure, de laquelle s'est levé sur ceux qui étaient dans les ténèbres le Christ, le Soleil de justice et notre vie.

Gloire à toi, notre Dieu, gloire à toi.

Un char de feu emporta le prophète Elie, merveilleusement cuirassé par le jeûne ; à Moïse le jeûne procura des visions ineffables ; et nous-mêmes, en jeûnant, nous verrons le Christ.

Gloire à toi, notre Dieu, gloire à toi.

Adam, ayant goûté la nourriture défendue, fut chassé du Paradis par sa gourmandise ; Seigneur ami des hommes, puisse le jeûne nous porter les dignes fruits du repentir !

*Catavasia* : l'hirmos du dernier canon :

« Venez, peuples, chantons une hymne au Christ notre Dieu /  
qui a divisé la mer et conduit le peuple qu'il avait tiré de la  
servitude des Égyptiens, // car Il s'est couvert de gloire. »

*Kondakion des Ménées, ou Martyrikon (voir Annexe 4 : Stichères et Cathismes en Carême selon le ton de la semaine).*

**Ode 8**

« Le Dieu qui descendit dans la fournaise ardente pour les enfants des Hébreux / et qui changea la flamme en rosée, / chantez-Le, toutes ses œuvres, comme Seigneur, // et exaltez-Le dans tous les siècles. »

Les passions m'ont dévoré et les yeux de mon âme sont obscurcis : renouvelle-moi par le feu de ton amour ; ô Christ, fais briller sur moi la lumière du salut, afin que je te glorifie dans tous les siècles.

Haïssant la satiété des passions, rassasie-toi avec les délices du jeûne et de la vertu ; délaissant l'amertume des passions, ô mon âme, vis pour les siècles.

L'âme endurcie, obscurcie par l'ivresse des passions, je n'ose plus regarder vers toi, mon seul Seigneur ; envoie sur moi ta grâce et ta lumière, et entrouvre-moi la porte du repentir.

*Théotokion* : Tu as élevé jusqu'au ciel notre nature terrestre et corrompue ; ô Vierge, par tes prières dirige nos supplications vers ton Dieu et notre Dieu, vers le Roi de tout l'univers.

\*

« Celui qui jadis dans la fournaise ... »

Recevons dans la joie ce Carême qui commence : point de triste mine, mais lavons notre visage au flot qui nous libère des passions, bénissant le Christ et l'exaltant pour les siècles.

Fricionnons notre âme avec l'huile de la compassion, dans la prière ne faisons pas de grands discours, adressons-nous simplement à notre Père dans les cieux, le bénissant et l'exaltant pour les siècles.

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

Chantons le Père de toute éternité, chantons aussi le Fils coéternel et l'Esprit qui procède du Père, Trinité consubstantielle et unique Majesté.

Maintenant...

Ô Vierge bénie entre toutes, tu es la propitiation des fidèles : sur tous en effet tu fais couler le fleuve du pardon et sans cesse tu obtiens la bienveillance de ton Fils, le Seigneur, pour ceux qui te chantent dans les siècles.

Gloire à toi, notre Dieu, gloire à toi.

Le Seigneur, en jeûnant quarante jours, a rendu sainte la durée de ce Carême ; frères, en ces jours empressons-nous de chanter : Bénissez le Christ, exaltez-le dans les siècles.

« Celui qui jadis dans la fournaise / couvrit de rosée les Jeunes Gens et brûla les Chaldéens, / c'est le Seigneur et nous le célébrons en chantant : // Bénissez-le, exaltez-le dans tous les siècles. »

**Ode 9**

« Celui qui vient de Dieu, le Verbe de Dieu, / est venu dans sa sagesse indicible / renouveler Adam cruellement tombé dans la corruption pour avoir goûté le fruit ; / Il s'est ineffablement incarné pour nous de la sainte Vierge ; // aussi, fidèles, d'un seul cœur, Le magnifions-nous dans nos chants. »

Que pour toi, ô mon âme, le Carême en ce premier jour te libère du péché et te ramène vers Dieu comme son bien ! Alors tu éviteras le gouffre du mal, en aspirant à la seule voie qui mène au repos céleste.

Culbuté par mes pensées, par la révolte de ma chair, pleurant et gémissant, je te prie, Seigneur, de me sauver : sauve-moi, ne me condamne pas, bien que je mérite le feu éternel.

Revêtant l'habit lumineux du Carême, rejetons l'ivresse et ses sombres vêtements ; et désormais nous brillerons, dans la lumière des vertus célestes, pour contempler avec foi la lumineuse Passion du Sauveur.

*Théotokion* : Apporte la guérison à mon âme épuisée par les coups de l'Ennemi, ô Vierge sainte, toi qui enfantas le médecin de nos âmes, le Christ qui a racheté ceux qui confessent ton impérissable virginité.

\*

« Celle qui en son sein... »

C'est maintenant le temps du Carême lumineux, commençons-le par une sainte conversion, nous abstenant de toute querelle ou dissension.

Sur l'Horeb, purifié par le jeûne, Elie eut la vision de Dieu ; et nous aussi, nous verrons le Christ si par le jeûne nous purifions notre cœur.

Gloire...

A l'unique nature des trois Personnes mon chant d'adoration, au Père et au Fils et à l'Esprit de vérité, unique Divinité, éternelle Majesté.

Et maintenant...

Demeurant vierge, tu as enfanté et allaité : comment expliquerai-je ta maternité virginale ? Dieu seul le sait, car il en est l'auteur.

Gloire à toi, notre Dieu, gloire à toi.

Ephémère, dit-on, est la vie de tout mortel, mais pour ceux qui veulent s'en donner la peine, le Carême comporte quarante jours : accomplissons-les dans la joie.

« Celle qui en son sein a surnaturellement conçu dans la chair / le Verbe qui de toute éternité respandit du Père, // fidèles, sans cesse nous la magnifions dans nos chants. »

*Après l'hirmos, on chante : Il est digne en vérité...*

*On fait une métanie, puis on chante le Photagogikon du ton occurrent (voir Annexe 4).*

**Apostiches, ton 5**

Le Carême est arrivé : / c'est le dénonciateur du péché, / le défenseur  
de la pénitence ; / il amène avec lui la tempérance, / aux hommes il  
apporte le salut, / et il nous fait partager la vie des Anges. / Fidèles,  
chantons à haute voix : // Seigneur, aie pitié de nous. (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 !

Bénie soit l'armée du Roi des cieux ; / car les victorieux Martyrs, bien  
que nés de la terre, / n'ambitionnèrent pas moins d'atteindre la dignité  
angélique : / méprisant la chair et souffrant leur passion, / ils  
méritèrent la gloire des Anges incorporels ; // par leur intercession,  
Seigneur, sauve nos âmes.

Gloire..., et maintenant...

Nous te magnifions par nos hymnes et nos chants / comme la Mère de  
Dieu et la Vierge immaculée plus sainte que les Chérubins ; / de  
bouche et de cœur nous confessons ta maternité divine, car tu as  
réellement enfanté le Dieu incarné. // Vierge toute-pure, intercède en  
faveur de nos âmes.

*Et la fin des Matines selon l'Ordo du Grand Carême.*

## LE LUNDI À SEXTE

### Troisième de la prophétie, *ton 5*

Seigneur, devant ta puissance, tout l'univers est saisi de tremblement, / nous nous prosternons devant toi, Seigneur immortel, / Dieu saint, nous te supplions : // sauve nos âmes, à la prière de tes Saints.

Gloire... et maintenant, *le même*.

### Prokimenon, *ton 1 (Ps. 1)* :

Le Seigneur connaît la voie des justes, / mais la voie des impies se perdra.

v. Bienheureux l'homme qui ne s'est pas rendu au conseil des impies.

### Lecture de la prophétie d'Isaïe (1,1-20)

Vision d'Isaïe, fils d'Amos, qu'il eut au sujet de Juda et de Jérusalem, sous les règnes d'Ozias, de Joatham, d'Achaz et d'Ezéchias, rois de Juda.

Cieux, écoutez ma voix ; terre, prête l'oreille : c'est le Seigneur qui parle. J'ai engendré des fils et les ai fait grandir, mais ils se sont révoltés contre moi. Le bœuf reconnaît son possesseur et l'âne la mangeoire de son maître, Israël ne connaît rien, mon peuple ne comprend rien. Ah ! nation pécheresse, peuple chargé de crimes, engeance de malfaiteurs, fils pervers, vous avez abandonné le Seigneur, méprisé le Saint d'Israël. Pourquoi frapper encore, quand vous persistez dans la révolte ? Toute la tête est malade, tout le cœur est dolent. Des pieds à la tête, plus rien d'intact : ce ne sont que blessures, contusions, plaies ouvertes, qui n'ont été ni pansées ni bandées, ni soignées à l'huile. Votre pays est dévasté, vos villes incendiées ; vos terres, sous vos yeux, des ennemis les ravagent. La fille de Sion est isolée, comme une hutte dans une vigne, comme un abri dans une melonnière, comme une ville assiégée. Si le Seigneur Sabaoth n'avait laissé un germe, nous serions comme Sodome, nous ressemblerions à Gomorrhe. Ecoutez la parole du Seigneur, chefs de Sodome, observez la loi de Dieu, peuple de Gomorrhe. Que m'importent vos innombrables sacrifices ? dit le Seigneur. Je suis rassasié des holocaustes de béliers, de la graisse des agneaux ; le sang des taureaux et des boucs, je n'en veux pas. Vous ne devriez pas vous présenter devant moi : qui donc a réclamé cela de vos mains ? Vous n'êtes pas tenus à fouler mes parvis. Rien ne sert de m'apporter des offrandes : les sacrifices me sont en horreur. Nouvelles lunes, sabbats, assemblées de culte, je ne supporte plus vos jeûnes et solennités ; vos fêtes, je les abhorre de toute mon âme ; vous m'êtes une charge, plus jamais je ne supporterai vos péchés. Quand vous tendrez les mains vers moi, je détournerai de vous mes regards. Vous aurez beau multiplier les prières, je ne vous écouterai pas. Vos mains sont pleines de sang : lavez-vous, purifiez-vous. Otez la méchanceté de vos âmes, cessez de faire le mal devant mes yeux ; apprenez à faire le bien, recherchez le droit, secourez l'opprimé ; rendez justice à l'orphelin, défendez la veuve. Venez et discutons, dit le Seigneur. Vos péchés seraient-ils comme l'écarlate, je les rendrai blancs comme neige ; seraient-ils comme la pourpre, je les blanchirai comme laine. Si vous vous décidez à m'obéir, vous mangerez les produits du terroir ; si vous vous obstinez dans la révolte, l'épée vous dévorera. C'est la bouche du Seigneur qui le déclare.

### Prokimenon, *ton 7 (Ps. 2)* :

Servez le Seigneur dans la crainte, / et réjouissez-vous en lui avec tremblement

v. Pourquoi cette arrogance des nations, et pourquoi ces vaines méditations des peuples ?

## LE LUNDI SOIR À VÊPRES

## Lucernaire

*de Joseph, ton 2*

J'ai commis toutes sortes de péchés, j'ai failli plus que tous ; / où  
trouverai-je tant de larmes si je veux me repentir ? / Si je continue  
dans l'insouciance, je mérite le châtement ; // mais Toi, le seul  
compatissant, Seigneur, relève-moi et prends pitié de moi.

Ô Christ, en ce Carême qui commence, accorde-moi les larmes de  
componction / pour effacer la souillure de mes passions, / afin que je  
paraisse purifié lorsque tu viendras du ciel // pour juger tous les  
mortels selon tes justes jugements.

*de Théodore, ton 5*

Venez, fidèles, / prenons avec ardeur le bouclier du carême / pour  
détourner toute ruse perpétrée par l'ennemi ; / ne nous laissons pas  
attirer par les plaisirs des passions, / ni effrayer par le feu des  
tentations, / car le Christ couronnera notre patience au combat. /  
Aussi, pleins de confiance, prions-le, / prosternons-nous devant lui, //  
demandons pour le monde la paix et pour nos âmes la grande  
miséricorde.

*3 stichères des Ménées.**Gloire... et maintenant..., Théotokion des Ménées.***Prokimenon, ton 6 (Ps. 3) :**

Du Seigneur vient le salut / et ta bénédiction est sur ton peuple.

v. Seigneur, pourquoi mes oppresseurs se sont-ils multipliés ?  
Nombreux sont ceux qui se lèvent contre moi.

**Lecture de la Genèse (1, 1-13)**

Au commencement, Dieu créa le ciel et la terre. La terre était informe et vide, les ténèbres couvraient l'abîme, et l'esprit de Dieu planait sur les eaux. Dieu dit : Que la lumière soit ! et la lumière fut. Dieu vit que la lumière était bonne, et il sépara la lumière des ténèbres. Dieu appela la lumière Jour et les ténèbres Nuit. Il y eut un soir et il y eut un matin : ce fut le premier jour.

Dieu dit : Qu'il y ait un firmament au milieu des eaux, et qu'il les sépare les unes des autres ! Et il en fut ainsi : Dieu fit le firmament et il sépara les eaux qui sont au-dessous du firmament de celles qui sont au-dessus. Dieu appela le firmament Ciel, et il vit que cela était bon. Il y eut un soir et il y eut un matin : ce fut le second jour.

Dieu dit : Que les eaux qui sont au-dessous du ciel se rassemblent en un seul lieu et qu'apparaisse le continent ! Et il en fut ainsi. Les eaux qui sont au-dessous du ciel se rassemblèrent en un seul lieu, et le continent apparut. Dieu appela le continent Terre et la masse des eaux Mers, et Dieu vit que cela était bon. Dieu dit : Que la terre produise de la verdure, des herbes portant semence selon leur espèce et des arbres fruitiers donnant sur la terre des fruits contenant leur semence ! Et il en fut ainsi. La terre produisit de la verdure, des herbes portant semence selon leur espèce et des arbres fruitiers donnant sur la terre des fruits contenant leur semence, et Dieu vit que cela était bon. Il y eut un soir et il y eut un matin : ce fut le troisième jour.

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

Le Seigneur m'exaucera, / lorsque j'aurai crié vers lui.

v. Lorsque je t'invoquais, tu m'as exaucé, ô Dieu de ma justice.

**Lecture des Proverbes (1, 1-20)**

Proverbes de Salomon, fils de David, roi d'Israël, pour connaître sagesse et discipline, pour pénétrer les discours profonds, pour recevoir les leçons du bon sens, justice, équité, droiture de jugement ; pour donner aux simples le discernement, au jeune homme science et réflexion. Que le sage écoute, et il augmentera son savoir, et l'homme intelligent acquerra l'art de diriger ; il comprendra les paraboles, les sentences obscures, les dits des sages et les énigmes. Principe de sagesse est la crainte du Seigneur : bonne conscience à qui agit ainsi ! Principe du savoir, la piété envers Dieu : sagesse et discipline sont sans valeur pour les impies.

Ecoute, mon fils, l'instruction de ton père, ne méprise pas l'enseignement de ta mère : c'est une couronne de grâces pour ta tête, un collier d'or autour du cou. Mon fils, que les pécheurs ne te puissent séduire, n'acquiesce pas s'ils t'invitent en disant : « Viens avec nous, associons-nous pour répandre le sang, et sans raison tendons un piège à l'innocent ; avalons-le tout vif, comme le fait l'Hadès, effaçons de la terre son souvenir ; emparons-nous de son précieux avoir, emplissons de butin nos maisons ; avec nous tu tireras ta part au sort, nous ferons bourse commune, qu'il n'y ait qu'une escarcelle pour nous tous ! »

Mon fils, ne fais pas route avec eux, détourne tes pas de leurs sentiers ; car leurs pieds courent au mal, ils ont hâte de répandre le sang. Ce n'est pas sans raison qu'on tend le filet pour les oiseaux ; les complices du crime préparent leur propre malheur : Tel est le triste sort des pécheurs et telles sont les voies de tous les malfaiteurs ; c'est par l'impiété qu'ils perdent leur vie.

La Sagesse crie par les rues, sur les places publiques elle élève la voix.



**Apostiches, ton 3**

Offrons un jeûne agréable au Seigneur, / car le vrai jeûne, c'est  
 l'éloignement du péché ; / plus de bavardages ni de colères / et trêve  
 aux mauvais désirs, aux injures, au mensonge, aux faux serments : //  
 en nous abstenant de tout cela, nous ferons un jeûne agréable au  
 Seigneur. (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 !

Grande est la puissance des Martyrs : / gisant dans les tombeaux, ils  
 chassent les esprits du mal ; / ils ont renversé le pouvoir de l'ennemi //  
 en combattant pour la foi en la sainte Trinité.

Gloire..., et maintenant...

Mère de Dieu, protectrice de tous ceux qui te prient, / tu nous donnes  
 courage et fierté, / en toi nous mettons notre espérance : // intercède  
 auprès de ton Fils pour tes serviteurs inutiles.

*Et la fin des vêpres selon l'ordo de Carême.*

**LE LUNDI SOIR AUX GRANDES COMPLIES**

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