

Prier l'Office Divin

Laudes et Complies

-

Uobreiz

2023



Laudes

Comment prier l'office des laudes ?

Psaume invitoire

Psaume 94 entrecoupé de l'antienne invitoire différente chaque jour.

Hymne de louange

suivie de deux psaumes et d'un cantique de l'Ancien Testament.

L'antienne est reprise au début et à la fin de chaque psaume ou cantique

Lundi -> page 4

Mardi -> page 7

Mercredi -> page 11

Jeudi -> page 14

Vendredi -> page 17

Samedi -> page 21

Extrait de la Parole de Dieu suivi d'un répons bref

Cantique de Zacharie avec une antienne propre pour chaque jour

Prière d'intercession

Notre Père

Oraison

Conclusion

Prière de l'Angelus (cf. page 25)

Textes de l'office des laudes pris sur le site Internet <https://www.aelf.org/> excepté pour les hymnes et les prières de fin d'office

Introduction à l'Office

Seigneur, ouvre mes lèvres. Et ma bouche publiera ta louange.

Invitatoire (*antienne reprise après chaque strophe du psaume 94 ci-dessous*)

Lundi 31 juillet Approchons-nous de Dieu en rendant grâce.

Mardi 1 aout Le Seigneur est notre roi : venez, adorons-le.

Mercredi 2 aout Adorons le Seigneur, c'est lui qui nous a faits.

Jedi 3 aout Venez tous au Seigneur, adorons notre Maître.

Vendredi 4 aout Rendons grâce à Dieu : éternel est son amour.

Samedi 5 aout Béni sois-tu, Seigneur, en l'honneur de la Vierge Marie.

Psaume 94

Venez, crions de **joie** pour le Seigneur,
acclamons notre **Rocher**, notre salut !
Allons jusqu'à **lui** en rendant grâce,
par nos hymnes de **fête** acclamons-le !

Oui, le grand **Dieu**, c'est le Seigneur,
le grand roi au-dessus de tous les dieux :
il tient en main les **profondeurs** de la terre,
et les sommets des **montagnes** sont à lui ;
à lui la mer, c'est **lui** qui l'a faite,
et les terres, car ses **mains** les ont pétries.

Entrez, inclinez-**vous**, prosternez-vous,
adorons le **Seigneur** qui nous a faits.
Oui, il **est** notre Dieu ;
nous sommes le **peuple** qu'il conduit,
le troupeau **guidé** par sa main.

Aujourd'hui écouterez-**vous** sa parole ?
« Ne fermez pas votre **cœur** comme au désert,
comme au jour de **tentation** et de défi,
où vos pères m'ont **tenté** et provoqué,
et pourtant ils avaient **vu** mon exploit.

« Quarante ans leur **génération** m'a déçu,
et j'ai dit : Ce peuple a le **cœur** égaré,
il n'a pas **connu** mes chemins.
Dans ma colère, j'en ai **fait** le serment :
Jamais ils n'**entreront** dans mon repos. »

Rendons gloire au **Père** Tout-Puissant,
à son Fils Jésus-**Christ**, le Seigneur,
à l'Esprit qui **habite** en nos cœurs,
pour les siècles des **siècles**. Amen.

Mardi 1er aout

S. Alphonse de Liguori, évêque et docteur de l'Eglise
Mémoire

Hymne

**R. Tournez les yeux vers le Seigneur
Et rayonnez de joie,
Chantez son nom de tout votre cœur,
Il est votre Sauveur, c'est lui votre Seigneur.**

- 1 - J'ai cherché le Seigneur et il m'a écouté.
Il m'a guéri de mes peurs et sans fin je le louerai.
- 2 - Dieu regarde ceux qu'il aime, il écoute leurs voix,
Il les console de leurs peines et il guide leurs pas.
- 3 - Ceux qui cherchent le Seigneur ne seront privés de rien.
S'ils lui ouvrent leur cœur, ils seront comblés de biens.

Psaume 23. Entrée solennelle de Dieu dans son Temple

Les portes du ciel s'ouvrent devant le Christ monté au ciel. S. Irénée

Ant. 1 L'homme au cœur pur, aux mains innocentes, gravira ta montagne, Seigneur.

Ant. 2 Venez, les bénis de mon Père, recevez en héritage le Royaume.

- Au Seigneur, le **monde** et sa richesse, *
la terre et **tous** ses habitants !
- C'est lui qui l'a **fondée** sur les mers *
et la garde **inébranlable** sur les flots.
- Qui peut gravir la **montagne** du Seigneur *
et se **tenir** dans le lieu saint ?
- L'homme au cœur pur, aux **mains** innocentes, *
qui ne livre pas son âme aux idoles et ne dit **pas** de faux serments.
- Il obtient, du **Seigneur**, la bénédiction, *
et de Dieu son **Sauveur**, la justice.
- Voici le peuple de **ceux** qui le cherchent ! *
Voici Jacob qui **recherche** ta face !
- = Portes, levez vos frontons, +
élevez-vous, **portes éternelles** : *
qu'il entre, le **roi** de gloire !

- = Qui est ce roi de gloire ? +
C'est le Seigneur, le **fort**, le vaillant, *
le Seigneur, le **vaillant** des combats.
- = Portes, levez vos frontons, +
levez-les, **portes** éternelles : *
qu'il entre, le **roi** de gloire !
- = Qui donc est ce roi de gloire ? +
C'est le Seigneur, **Dieu** de l'univers ; *
c'est lui, le **roi** de gloire.

Ant. 1 L'homme au cœur pur, aux mains innocentes, gravira ta montagne, Seigneur.

Ant. 2 Venez, les bénis de mon Père, recevez en héritage le Royaume.

Cantique de Tobie (Tob 13). L'exil et le royaume

La cité que nous avons ici-bas n'est pas définitive : nous attendons la cité future. He 13, 14

Ant. 1 Béni soit Dieu, le Vivant ! Béni soit son règne !

Ant. 2 J'exalterai mon Dieu, Roi du ciel et Seigneur de justice !

- Béni soit Dieu, le **Vivant**, à jamais ! *
Béni soit son règne !
- = C'est lui qui frappe et fait grâce, +
qui mène à l'**abîme** et en ramène : *
nul n'**échappe** à sa main.
- Rendez-lui grâce, fils d'Israël, à la **face** des nations *
où lui-même vous **a** dispersés ;
- là, vous montrerez sa grandeur : *
exaltez-le à la **face** des vivants.
- Il est notre **Dieu**, notre Père, *
le Seigneur, pour les **siècles** des siècles !
- Il vous **frappait** pour vos péchés, *
maintenant il fait grâce :
- il vous rassemble de **toutes** les nations *
où vous **étiez** disséminés.
- = Si vous revenez vers lui de cœur et d'âme +
pour vivre, dans la **vérité**, devant lui, *
alors il reviendra vers vous et jamais plus ne cachera sa face.
- Regardez ce qu'il **a fait** pour vous, *
rendez-lui **grâce** à pleine voix !

- Bénissez le **Seigneur** de justice, *
exaltez le Roi des siècles !
- Et moi, en terre d'**exil**, je lui rends grâce ; *
je montre sa grandeur et sa force au **peuple** des pécheurs.
- = « Revenez, pécheurs, +
et vivez devant **lui** dans la justice. *
Qui sait s'il ne vous rendra pas son **amour** et sa grâce ! »
- J'exalterai mon **Dieu**, le roi du ciel ; *
mon âme se réjouit de sa grandeur.
- Bénissez le Seigneur, **vous**, les élus ! *
Fêtez-**le**, rendez-lui grâce !

Ant. 1 Béni soit Dieu, le Vivant ! Béni soit son règne !

Ant. 2 J'exalterai mon Dieu, Roi du ciel et Seigneur de justice !

Psaume 32. Hymne à la puissance et à la providence de Dieu

Le mystère caché depuis toujours est manifesté : le Christ est au milieu de vous, espérance de la gloire. Col 1, 26.27

Ant. 1 Seigneur, ton amour soit sur nous comme notre espoir est en toi.

Ant. 2 Le Seigneur est avec nous : qui nous ravirait notre joie ?

- Criez de joie pour le **Seigneur**, hommes justes ! *
Hommes droits, à **vous** la louange !
- Rendez grâce au **Seigneur** sur la cithare, *
jouez pour lui sur la **harpe** à dix cordes.
- Chantez-lui le **cantique** nouveau, *
de tout votre art soutenez l'ovation.
- Oui, elle est droite, la **parole** du Seigneur ; *
il est fidèle en **tout** ce qu'il fait.
- Il aime le bon **droit** et la justice ; *
la terre est **remplie** de son amour.
- Le Seigneur a fait les **cieux** par sa parole, *
l'univers, par le **souffle** de sa bouche.
- Il amasse, il **retient** l'eau des mers ; *
les océans, il les **garde** en réserve.
- Que la crainte du Seigneur **saisisse** la terre, *
que tremblent devant lui les **habitants** du monde !
- Il parla, et ce qu'il **dit** exista ; *
il commanda, et ce qu'il **dit** survint.

- Le Seigneur a déjoué les **plans** des nations, *
anéanti les **projets** des peuples.
- Le plan du Seigneur **demeure** pour toujours, *
les projets de son cœur **subsistent** d'âge en âge.
- Heureux le peuple dont le **Seigneur** est le Dieu, *
heureuse la nation qu'il s'est **choisie** pour domaine !
- Du haut des cieux, le **Seigneur** regarde : *
il voit la **race** des hommes.
- Du lieu qu'il **habite**, il observe *
tous les **habitants** de la terre,
- lui qui forme le **cœur** de chacun, *
qui pénètre **toutes** leurs actions.
- Le salut d'un roi n'est **pas** dans son armée, *
ni la victoire d'un **guerrier**, dans sa force.
- Illusion que des **chevaux** pour la victoire : *
une armée ne donne **pas** le salut.
- Dieu veille sur **ceux** qui le craignent, *
qui mettent leur **espoir** en son amour,
- pour les **délivrer** de la mort, *
les garder en vie aux **jours** de famine.
- Nous attendons notre **vie** du Seigneur : *
il est pour nous un **appui**, un bouclier.
- La joie de notre **cœur** vient de lui, *
notre confiance est dans son **nom** très saint.
- Que ton amour, **Seigneur**, soit sur nous *
comme notre **espoir** est en toi !

Ant. 1 Seigneur, ton amour soit sur nous comme notre espoir est en toi.

Ant. 2 Le Seigneur est avec nous : qui nous ravirait notre joie ?

Parole de Dieu *Rm 13, 11b.12-13a*

C'est le moment, l'heure est venue de sortir de votre sommeil. La nuit est bientôt finie, le jour est tout proche. Rejetons les activités des ténèbres, revêtons-nous pour le combat de la lumière. Conduisons-nous honnêtement, comme on le fait en plein jour.

Répons

R/ Dieu, tu es mon Dieu,

* **Je te cherche dès l'aube.**

V/ Comment découvrir ta lumière ? * **Je te cherche dès l'aube.**

V/ Où saisir un reflet de ta gloire ? * **Je te cherche dès l'aube.**

Gloire au Père. R/ Dieu, tu es.

Suite de l'office à la page 24

Mercredi 2 août

Hymne

**R. Jubilez ! Criez de joie ! Acclamez le Dieu trois fois saint !
Venez le prier dans la paix, témoigner de son amour.
Jubilez ! Criez de joie pour Dieu, notre Dieu.**

- 1 - Louez le Dieu de lumière. Il nous arrache aux ténèbres.
Devenez en sa clarté des enfants de la lumière.
- 2 - Ouvrez-vous, ouvrez vos cœurs au Dieu de miséricorde.
Laissez-vous réconcilier, laissez-vous transfigurer.
- 3 - Notre Dieu est tout amour, toute paix, toute tendresse.
Demeurez en son amour, il vous comblera de Lui.

Psaume 35. Malice du méchant et bonté de Dieu

Celui qui me suit ne marchera pas dans les ténèbres, mais il aura la lumière de la vie. Jn 8, 12

Ant. 1 Seigneur, qu'il est précieux, ton amour !

Ant. 2 En toi, la source de vie ; par ta lumière, nous voyons la lumière.

- C'est le péché qui parle au **cœur** de l'impie ; *
ses yeux ne voient pas que **Dieu** est terrible.
- Il se voit d'un œil trop flatteur pour trouver et haïr sa faute ; *
il n'a que ruse et fraude à la bouche, il a perdu le sens du bien.
- = Il prépare en secret ses mauvais coups. +
La route qu'il suit n'est pas **celle** du bien ; *
il ne renonce **pas** au mal.
- Dans les cieux, Seigneur, ton amour ; jusqu'aux **nues**, ta vérité ! *
Ta justice, une haute montagne ; tes **jugements**, le grand abîme !
- Tu sauves, Seigneur, **l'homme** et les bêtes : *
qu'il est précieux ton **amour**, ô mon Dieu !

Répons

R/ Mon âme exalte le Seigneur : éternel est son amour !.

V/ Chante et réjouis-toi, fille de Sion. **R/**

Gloire au Père. **R/**

Suite de l'office ci-dessous

Cantique de Zacharie

Lundi 31 juillet : Je désire connaître le Christ, la puissance de sa résurrection et la communion à ses souffrances.

Mardi 1er août : Nous devançons le soleil pour te rendre grâce, Dieu de l'univers.

Mercredi 2 août : Le Seigneur fera briller la justice comme la lumière.

Jedi 3 août : Béni soit le Seigneur, Soleil levant, lumière d'en haut qui vient nous visiter.

Vendredi 4 août : La lumière a brillé dans les ténèbres, et les ténèbres ne l'ont pas arrêtée.

Samedi 5 août : Sainte Marie, Mère de Dieu, toujours vierge, tu es bénie entre toutes les femmes, et Jésus, ton enfant, est béni.

+ Béni soit le Seigneur, le Dieu d'Israël,
qui visite et rachète son peuple.

Il a fait surgir la force qui nous sauve
dans la maison de David, son serviteur,
comme il l'avait dit par la bouche des saints,
par ses prophètes, depuis les temps anciens :

salut qui nous arrache à l'ennemi,
à la main de tous nos oppresseurs,
amour qu'il montre envers nos pères,
mémoire de son alliance sainte,

serment juré à notre père Abraham
de nous rendre sans crainte,

afin que, délivrés de la main des ennemis, +
nous le servions dans la justice et la sainteté,
en sa présence, tout au long de nos jours.

Et toi, petit enfant, tu seras appelé*
prophète du Très-Haut :

tu marcheras devant, à la face du Seigneur,
et tu prépareras ses chemins

pour donner à son peuple de connaître le salut
par la rémission de ses péchés,

grâce à la tendresse, à l'amuur de notre Dieu,
quand nous visite l'astre d'en haut,

pour illuminer ceux qui habitent les ténèbres et l'ombre de la mort, *
pour conduire nos pas au chemin de la paix.

Intercessions:

Lundi : Donne-nous, Seigneur, ton Esprit de vie.

Mardi : Notre Sauveur et notre Dieu !

Mercredi : Jésus, Fils de Dieu, sanctifie tes frères !

Jeudi : Sois pour nous lumière et vérité !

Vendredi : Ô Jésus-Christ, notre Sauveur !

Samedi : Jésus, fils de Marie, exauce-nous !

Notre Père qui es au Cieux, que ton Nom soit sanctifié, que ton Règne vienne, que ta volonté soit faite, sur la terre comme au Ciel. Donne-nous aujourd'hui notre pain de ce jour. Pardonne-nous nos offenses, comme nous pardonnons aussi, à ceux qui nous ont offensés. Et ne nous laisse pas entrer en tentation, mais délivre-nous du Mal. Amen

Oraison

Lundi 31 juillet Pour ta plus grande gloire, Seigneur, tu as suscité dans ton Église saint Ignace de Loyola : permets qu'avec son aide et à son exemple, après avoir combattu sur la terre, nous partageons sa victoire dans le ciel.

Mardi 1 août Seigneur qui ne cesses d'éveiller dans ton Église de nouveaux modèles de vertu, fais-nous suivre les exemples de saint Alphonse de Liguori, remplis-nous d'ardeur pour le salut de nos frères, et nous obtiendrons comme lui le bonheur du ciel.

Mercredi 2 août Tu as voulu, Seigneur, que la puissance de l'Évangile travaille le monde à la manière d'un ferment ; veille sur tous ceux qui ont à répondre à leur vocation chrétienne au milieu des occupations de ce monde : qu'ils cherchent toujours l'Esprit du Christ, pour qu'en accomplissant leurs tâches d'hommes, ils travaillent à l'avènement de ton Règne.

Jeudi 3 août Dieu qui as séparé la lumière et les ténèbres, toi qui as appelé la lumière « jour » et les ténèbres « nuits », arrache aussi nos cœurs à l'obscurité du péché et fais-nous parvenir à la vraie lumière qui est le Christ. Lui qui règne avec toi et le Saint-Esprit, maintenant et pour les siècles des siècles. Amen.

Vendredi 4 aout Dieu de puissance et de bonté, tu as fait de saint Jean-Marie Vianney, un prêtre admirable, passionnément dévoué à son ministère ; accorde-nous, par sa prière et à son exemple, d'avoir pour nos frères une charité qui les gagne au Christ, et d'obtenir avec eux l'éternelle gloire.

Samedi 5 aout Seigneur, nous t'en prions, pardonne les péchés de tes serviteurs: puisque nos actions sont indignes de toi, que l'intercession de la Mère de ton Fils nous obtienne le salut.

Conclusion de l'office

V/ Bénissons le Seigneur. R/ Nous rendons grâce à Dieu.

Seigneur Jésus, apprenez-nous à être généreux, à vous servir comme vous le méritez, à donner sans compter, à combattre sans souci des blessures, à travailler sans chercher le repos, à nous dépenser sans attendre d'autre récompense que celle de savoir que nous faisons votre sainte volonté. Amen.

Angélus

Angelus Dómini nuntiávit Maríæ
Et concépit de Spírítu Sancto

Ave María, grátia plena : Dóminus tecum : benedícta tu in muliéribus, et benedíctus fructus ventris tui, Jesus. Sancta María, Mater Dei, ora pro nobis peccatóribus, nunc et in hora mortis nostræ. Amen.

Ecce ancílla Dómini ;
Fiat mihi secúndum verbum tuum.

Ave María...

Et Verbum caro factum est ;
Et habitávit in nobis.

Ave María...

Ora pro nobis, sancta Dei Génitrix,
Ut digni efficiámur promissionibus Christi.

L'Ange du Seigneur annonça à Marie qu'elle serait la Mère du Sauveur. Et elle a conçu par l'opération du Saint-Esprit.

Je vous salue Marie, pleine de grâce : le Seigneur est avec vous. Vous êtes bénie entre toutes les femmes, et Jésus, le fruit de vos entrailles est béni. Sainte Marie, Mère de Dieu, priez pour nous, pauvres pécheurs, maintenant et à l'heure de notre mort. Amen

Voici la servante du Seigneur ;
Qu'il me soit fait selon votre parole.

Je vous salue Marie...

Et le Verbe s'est fait chair.
Et il a habité parmi nous

Je vous salue Marie...

Priez pour nous Sainte Mère de Dieu :

afin que nous soyons rendus dignes des promesses de notre Seigneur Jésus-Christ.

Orémus : grátiam tuam, quæsumus, Dómine, méntibus nostris infúnde : ut qui, ángelo nuntiánte, Christi Fílii tui Incarnatiónem cognóvimus, per Passiόνem ejus et Crucem, ad resurrectiόνis glóriam perducámur. Per eúmdem Christum Dóminum nostrum. Amen

Prions : répandez, Seigneur, votre grâce en nos esprits afin qu'après avoir connu par la voix de l'ange l'Incarnation de Jésus-Christ votre Fils, nous parvenions, par sa Passion et par sa Croix, à la gloire de sa Résurrection. Par Jésus-Christ notre Seigneur. Amen.



Ô Notre-Dame,
 nous nous confions en vous,
 en votre obédience bénie
 et en votre garde très spéciale.
 Aujourd'hui et chaque jour
 nous vous confions nos âmes et nos corps ;
 nous vous confions tout notre espoir
 et toute notre consolation ;
 toutes nos angoisses et nos misères ;
 notre vie et la fin de notre vie,
 pour que par votre très sainte intercession
 et par vos mérites,
 toutes nos actions soient dirigées et disposées
 selon votre volonté
 et celle de votre Fils. Amen.