

# *Au seuil de la nuit, prier les Complies*

*En tes mains, Seigneur, je remets mon esprit* (Ps 30, 6). L'office de Complies met tous les soirs ces mots du psaume sur nos lèvres, unissant ainsi notre prière à celle de Jésus sur la Croix (cf. Lc 23,46): prière de confiance et d'abandon, prière qui rassemble toute une vie pour l'offrir au Père dans l'attente de son Jour qui ne tardera pas à se lever. Telle est la prière de Complies.

Ce livret se propose de favoriser la prière de cette heure liturgique, la plus petite de l'office divin, par tous les croyants. Il offre l'office intégral de Complies et propose de courts commentaires des psaumes et des textes bibliques, ainsi que des passages des Pères de l'Église et des saints du Carmel pour prolonger la méditation.

Le tout dans un format facile à transporter ou à laisser sur une table de nuit!



Éditions du Carmel

# *Au seuil de la nuit, prier les Complies*

*En tes mains, Seigneur, je remets mon esprit* (Ps 30, 6). L'office de Complies met tous les soirs ces mots du psaume sur nos lèvres, unissant ainsi notre prière à celle de Jésus sur la Croix (cf. Lc 23,46): prière de confiance et d'abandon, prière qui rassemble toute une vie pour l'offrir au Père dans l'attente de son Jour qui ne tardera pas à se lever. Telle est la prière de Complies.

Ce livret se propose de favoriser la prière de cette heure liturgique, la plus petite de l'office divin, par tous les croyants. Il offre l'office intégral de Complies et propose de courts commentaires des psaumes et des textes bibliques, ainsi que des passages des Pères de l'Église et des saints du Carmel pour prolonger la méditation.

Le tout dans un format facile à transporter ou à laisser sur une table de nuit!



Ces pages ne sont pas disponibles à la pré-visualisation.

## LUNDI

### L'HYMNE

En toi Seigneur, nos vies reposent  
Et prennent force dans la nuit ;  
Tu nous prépares à ton aurore  
Et tu nous gardes dans l'Esprit.  
Déjà levé sur d'autres terres,  
Le jour éveille les cités ;  
Ami des hommes, vois leur peine  
Et donne-leur la joie d'aimer.  
Vainqueur du mal et des ténèbres,  
Ô Fils de Dieu ressuscité,  
Délivre-nous de l'adversaire  
Et conduis-nous vers ta clarté !

### **PSAUME 85. Plainte dans la souffrance et la persécution**

*Béni soit le Père plein de tendresse, le Dieu de qui vient out don parfait. 2Co 1,3*

### ANTIENNES

*T. Ordinaire :*

1. Toi qui es bon et qui pardonnes, écoute ma prière !

2. Dieu de tendresse et de pitié, prends pitié de moi !

*Avent :* Vers toi, Seigneur, j'élève mon âme : veille sur moi.

*Noël :* Tous les peuples viendront t'adorer, car tu fais des merveilles.

*Carême* : Rassemble mon cœur pour qu'il te craigne.

*Temps pascal* : Alléluia, alléluia, alléluia !

- 1 Écoute, Seigneur, réponds-moi,  
car je suis pauvre et malheureux.
- 2 Veille sur moi qui suis fidèle, ô mon Dieu,  
sauve ton serviteur qui s'appuie sur toi.
- 3 Prends pitié de moi, Seigneur,  
toi que j'appelle chaque jour.
- 4 Seigneur, réjouis ton serviteur :  
vers toi, j'élève mon âme !
- 5 Toi qui es bon et qui pardones,  
plein d'amour pour tous ceux qui t'appellent,
- 6 écoute ma prière, Seigneur,  
entends ma voix qui te supplie.
- 7 Je t'appelle au jour de ma détresse,  
et toi, Seigneur, tu me réponds.
- 8 Aucun parmi les dieux n'est comme toi,  
et rien n'égale tes œuvres.
- 9 Toutes les nations, que tu as faites,  
viendront se prosterner devant toi \*  
et rendre gloire à ton nom, Seigneur,
- 10 car tu es grand et tu fais des merveilles,  
toi, Dieu, le seul.
- 11 Montre-moi ton chemin, Seigneur, +  
que je marche suivant ta vérité ;  
unifie mon cœur pour qu'il craigne ton nom.
- 12 Je te rends grâce de tout mon cœur,  
Seigneur mon Dieu,  
toujours je rendrai gloire à ton nom ;

13 Il est grand, ton amour pour moi :  
tu m'as tiré de l'abîme des morts.

14 Mon Dieu, des orgueilleux se lèvent contre moi, +  
des puissants se sont ligués pour me perdre :  
ils n'ont pas souci de toi.

15 Toi, Seigneur,  
Dieu de tendresse et de pitié, \*  
lent à la colère,  
plein d'amour et de vérité !

16 Regarde vers moi,  
prends pitié de moi.  
Donne à ton serviteur ta force,  
et sauve le fils de ta servante.

17 Accomplis un signe en ma faveur ; +  
alors mes ennemis, humiliés, \*  
verront que toi, Seigneur,  
tu m'aides et me consoles.

#### LA PAROLE DE DIEU

1 Th 5,9b-10

Dieu nous a destinés à entrer en possession du salut par notre Seigneur Jésus-Christ, mort pour nous afin de nous faire vivre avec lui, que nous soyons encore éveillés ou déjà endormis dans la mort.

**R** En tes mains, Seigneur, je remets mon esprit.

**V** C'est toi qui nous rachètes, Seigneur,

Dieu de vérité. **R/**

Gloire au Père. **R/**

**T. P.**

**R** En tes mains, Seigneur, je remets mon esprit.

\* Alléluia, alléluia.

Ces pages ne sont pas disponibles à la pré-visualisation.



2. Que ma prière parvienne jusqu'à toi.

*Avent* : Je t'appelle, Seigneur, je tends les mains vers toi

*Noël* : Seigneur, mon Dieu et mon Salut !

*Carême* : Pourquoi me rejeter, Seigneur ? Pourquoi cacher ta face ?

*Temps pascal* : Alléluia, alléluia, alléluia !

2 Seigneur, mon Dieu et mon salut,  
dans cette nuit où je crie en ta présence,

3 que ma prière parvienne jusqu'à toi,  
ouvre l'oreille à ma plainte.

4 Car mon âme est rassasiée de malheur,  
ma vie est au bord de l'abîme ;

5 on me voit déjà descendre à la fosse, \*  
je suis comme un homme fini.

6 Ma place est parmi les morts,  
avec ceux que l'on a tués, enterrés,  
ceux dont tu n'as plus souvenir,  
qui sont exclus, et loin de ta main.

7 Tu m'as mis au plus profond de la fosse,  
en des lieux engloutis, ténébreux ;

8 le poids de ta colère m'écrase,  
tu déverses tes flots contre moi.

9 Tu éloignes de moi mes amis,  
tu m'as rendu abominable pour eux ;  
enfermé, je n'ai pas d'issue :

10 à force de souffrir, mes yeux s'éteignent.

Je t'appelle, Seigneur, tout le jour,  
je tends les mains vers toi :

11 fais-tu des miracles pour les morts ?

leur ombre se dresse-t-elle pour t'acclamer ?

12 Qui parlera de ton amour dans la tombe,  
de ta fidélité au royaume de la mort ?

13 Connâit-on dans les ténèbres tes miracles,  
et ta justice, au pays de l'oubli ?

14 Moi, je crie vers toi, Seigneur ;  
dès le matin, ma prière te cherche :

15 pourquoi me rejeter, Seigneur,  
pourquoi me cacher ta face ?

16 Malheureux, frappé à mort depuis l'enfance,  
je n'en peux plus d'endurer tes fléaux ;

17 sur moi, ont déferlé tes orages :  
tes effrois m'ont réduit au silence.

18 Ils me cernent comme l'eau tout le jour,  
ensemble ils se referment sur moi.

19 Tu éloignes de moi amis et familiers ;  
ma compagne, c'est la ténèbre.

#### LA PAROLE DE DIEU

Jr 14,7-9b

Si nos fautes parlent contre nous, agis, Seigneur, pour l'honneur de ton nom ! Tu es au milieu de nous, et ton nom a été invoqué sur nous ; ne nous abandonne pas, Seigneur, notre Dieu.

**R** En tes mains, Seigneur, je remets mon esprit.

**V** Mes jours sont dans ta main, sauve-moi. **R/**

Gloire au Père. **R/**

**T. P.**

**R** En tes mains, Seigneur, je remets mon esprit.

\* Alléluia, alléluia.

**V** Mes jours sont dans ta main, sauve-moi.

\* Alléluia, alléluia.

Gloire au Père. **R/** En tes mains.

## **LE CANTIQUE DE SYMÉON (Lc 2) Voir n,17**

### **PRIÈRE**

Seigneur notre Dieu, que la splendeur de la Résurrection nous illumine, pour que nous puissions échapper à l'ombre de la mort et parvenir à la lumière éternelle dans ton Royaume. Par Jésus, le Christ, notre Seigneur. Amen.

### **BÉNÉDICTION**

Que le Seigneur qui nous a sauvés par sa croix soit pour nous la résurrection et la vie. Amen.

### **ANTIENNE MARIALE Voir page 35**

Ces pages ne sont pas disponibles à la pré-visualisation.

l'Amour seul faisait agir les membres de l'Église, que si l'Amour venait à s'éteindre, les Apôtres n'annonceraient plus l'Évangile, les Martyrs refuseraient de verser leur sang... Je compris que l'Amour renfermait toutes les vocations...

(...) Alors dans l'excès de ma joie délirante je me suis écriée : Ô Jésus, mon Amour... ma vocation je l'ai enfin trouvée...

(...) Dans le cœur de l'Église, ma Mère, je serai l'Amour... Ainsi, je serai tout.

Sainte Thérèse de l'Enfant-Jésus  
*Manuscrit B, 3v<sup>o</sup>*

## *DIMANCHE*

### **PSAUME 90**

#### **JE SUIS AVEC LUI**

##### ◆ COMMENTAIRE

Quelques remarques préalables, la plupart de simple bon sens, facilitent l'intelligence de notre psaume. Et tout d'abord, on se souvient que le diable, dans l'Évangile, utilisa le verset 12 contre Jésus. C'était la scène de la tentation : *Jette-toi en bas, car il est écrit : « Il donnera pour loi l'ordre à ses anges afin qu'ils te gardent »* (Lc 4, 9-1).

Mais Jésus triompha. Le contexte est semblable : les images et les expressions, *terreurs, flèches* (v. 5), *peste, fléau* (v. 6)... *vipère, scorpion, lion, dragon* (v. 13) désignent ici le démon et ses manœuvres. Le climat de confiance qui se dégage de l'ensemble des mots : *abri, refuge, rempart*, des promesses de protection et d'écrasement du dragon (v. 14-16), tout désigne le vainqueur : Dieu, son Messie, le fidèle. Les Hébreux, comme les chrétiens, considèrent en effet le psaume 90 comme messianique.

Autre constatation, le psalmiste s'exprime à la première personne dans les versets 1 et 2, à la deuxième du verset 3 au 13 et à la troisième du 14 au 16, que notre traduction place entre guillemets, rapportant ainsi les paroles de Dieu dans un oracle. Et l'oracle promet délivrance, intimité amoureuse, glorification, rassasiement de jours. Ces derniers mots contiennent l'expression consacrée pour souhaiter long règne à un prince. *Ta maison et ta royauté subsisteront à jamais devant moi* (2 Sm

7,6) déclare le prophète Natan à David ; ces mots ne laissent aucun doute. Il s'agit d'un Roi, plus précisément du Roi-Messie et il nous est permis d'entendre dans ses épreuves la Passion et dans sa glorification la Résurrection.

Dernière remarque, le changement de personne, du *je* au *tu*, puis au *il*, met en évidence un dialogue avec trois interlocuteurs ; le roi, prêtres et assemblée, Dieu enfin. Du même coup, le genre littéraire apparaît, puisque la structure dialoguée caractérise les psaumes de pèlerinage (ainsi les Ps 14, 83 et 121). On peut dès alors aborder le sens littéral.

Le poète inspiré présente le Messie sous les traits d'un roi en difficulté militaire. Dans son épreuve, le roi vient dans le Temple implorer son Dieu et lui demander un signe ; une révélation ou un oracle. Selon la coutume, il passera la nuit à l'endroit le plus sacré, le Saint des Saints, à l'ombre des ailes des chérubins sur qui YHWH trône invisiblement. Autrefois, le jeune Salomon, au début de son règne, accomplir la démarche dans le sanctuaire de Gabaon. Il y demanda la Sagesse, l'obtint et avec elle tout le reste : richesse, puissance, victoire sur ses ennemis (1R 3, 4-15). En entrant dans le Temple, le roi s'exclame comme le pèlerin du psaume 31. Il professe sa foi au Très-Haut, au Puissant, plus encore sa confiance au Dieu de l'Alliance qu'il appelle *Mon Dieu*, en qui il trouve, c'est sûr, *refuge* et *rempart* (vv. 1-2).

Les prêtres et, vraisemblablement avec eux une assemblée considérable de fidèles accueillent le roi, réagissent à sa prière et l'encouragent. Ils énumèrent les qualités de YHWH, en particulier la fidélité qui ne se dément jamais, l'histoire en témoigne : il *sauve*, *protège*, abrite, se fait *armure* et *bouclier* (vv. 3-4). Aucun doute ; pour son oint il renouvelle les merveilles de jadis, car son bras n'est pas raccourci. Que craindre des *fléaux* de tous les instants, *des terreurs de la nuit*,

Ces pages ne sont pas disponibles à la pré-visualisation.



pendant la Passion, les mains tendues sur la Croix, priant le Père pour nous : *N'entre pas en jugement avec ton serviteur* (v. 2). Lui, Jésus, le Serviteur prophétisé par Isaïe, ressuscité au matin de Pâques, donna le gage de la résurrection de tous.

Pour nous, avant de célébrer Complies le mardi soir, avec le psaume 142 de pénitence, examinons-nous. Nous nous trouverons sans mérite ; pécheurs, nous demanderons le pardon. Et nous nous verrons justifiés par notre foi en Christ (*cf.* Rm 3,20) qui nous redonnera vie (*cf.* 1Co 15,22). Invités à le suivre dans la voie qu'il a inaugurée pour nous (*cf.* He 10,20), nous aimerons *le chemin* (v. 8 b) qu'il est lui-même (*cf.* Jn 14,6) et aussi la *volonté* de Dieu (v. 10a) où nous trouverons *abri* (v. 9b), sécurité, fin de la *détresse* (v. 11), délivrance de l'ennemi (v. 12b). En un mot, lumière (v. 7c) et *amour* (v. 8a) offerts par l'Esprit de Jésus (v. 10b).

### ◆ MOTS DES PÈRES

En Dieu, la miséricorde se trouve toujours mêlée à la justice et dans une si grande proportion que la justice prend le nom de bonté.

Saint Jean Chrysostome

*J'ai élevé mon âme vers vous, c'est-à-dire, c'est vers vous seul que mon cœur soupire, c'est sur vous seul que je tiens les yeux fixés. C'est, en effet, aux âmes ainsi disposées que Dieu se plaît à se faire connaître.*

Saint Jean Chrysostome

*À cause de votre nom, Seigneur, vous me ferez vivre, dans votre justice, et non dans la mienne ; non parce que je l'ai mérité, mais parce que vous avez fait disparaître mes mérites et vous les avez remplacés par vos dons.*

Saint Augustin

## LA PAROLE DE DIEU 1P 5,8-9a

*Soyez sobres, soyez vigilants : votre adversaire, le démon, comme un lion qui rugit, va-et-vient, à la recherche de sa proie. Résistez-lui avec la force de la foi.*

### ♦ COMMENTAIRE

Ces quelques versets nous révèlent une dimension importante de notre vie chrétienne : le combat spirituel. Toute la tradition ascétique et monastique, depuis les premiers siècles de l'Église jusqu'à nos jours en a souci. Pensons à saint Antoine et aux Pères du désert, aux règles monastiques d'Orient et d'Occident, celles de Basile d'Augustin, de Benoît ou la Règle du Carmel ; aux mystiques que l'Église nous donne en exemple : saint Jean de la Croix, sainte Thérèse de Jésus, sainte Catherine de Sienne ou saint François d'Assise... tous insistent sur le combat spirituel, sur la vigilance du cœur.

*Veillez et priez pour ne pas entrer en tentation : l'esprit est ardent mais la chair est faible (Mt 26,41).*

Le Christ lance souvent cet appel dans l'Évangile. Saint Paul reprend chez Isaïe (cf. Is 59,17) l'image de la tenue de combat : *Revêtez l'armure de Dieu, pour pouvoir résister aux manœuvres du diable (Ep 6,11).*

Se revêtir de Dieu, c'est vivre de sa vie même, conformer notre vie à la sienne. Lutter, c'est faire de notre existence une vie pleinement théologique : *revêtons la cuirasse de la foi et de la charité, avec le casque de l'espérance du salut (1Th 5,8).*

En d'autres termes, le combat spirituel a pour but d'accroître en nous la domination du Père, le règne du Christ et la puissance de l'Esprit Saint : *Que le Père daigne (...) vous armer de puissance par son Esprit pour que se fortifie en vous*

*l'homme intérieur, que le Christ habite en vos cœurs par la foi et que vous soyez enracinés dans l'amour (Ep 3,16-17).*

Gardons-nous de trop matérialiser les attaques du démon, mais souvenons-nous du sens profond de la lutte spirituelle : « Que l'œuvre du démon ne domine pas en vous, mais que la paix du Christ triomphe dans vos cœurs ». (Règle de saint Augustin 4).

#### ◆ **AVEC LES SAINTS DU CARMEL**

*Mardi, à l'abri du démon*

La vérité, il (le démon) la redoute comme la peste. Ami du mensonge et mensonge même, il ne fera pas de pacte avec ceux qui marchent dans la vérité. Mais s'aperçoit-il que notre entendement est obscur, alors il nous aide de telle manière à tomber dans une cécité complète. Voit-il quelqu'un d'assez aveugle pour placer sa satisfaction dans des choses de rien, (...) il comprend qu'il n'a affaire qu'à un enfant. Dès lors il le traite comme tel, et ne craint pas de revenir à la charge, non une fois, mais plusieurs.

Dieu veuille que je ne sois pas moi-même du nombre de ces infortunés ! Et daigne sa Majesté me faire la grâce d'estimer repos ce qui est repos, honneur ce qui est honneur, et plaisir ce qui est plaisir, au lieu de faire précisément le contraire ! Alors, je me moquerai de tous les démons et ce sont eux qui trembleront devant moi. Non, je ne comprends pas toutes ces frayeurs. Pourquoi dire : « Le démon, le démon ! » quand nous pouvons dire : « Dieu ! Dieu ! » Et faire trembler notre ennemi ? Nous savons bien, après tout, qu'il ne peut bouger sans la permission de Dieu.

Sainte Thérèse de Jésus  
*Vie*, ch. 25,21-22

L'âme est alors si bien cachée (par la foi), si bien couverte, si à

Ces pages ne sont pas disponibles à la pré-visualisation.

*été invoqué sur nous ; ne nous abandonne pas, Seigneur, notre Dieu.*

### ◆ COMMENTAIRE

L'appel au secours, l'imploration de Jérémie, nous fait contempler le salut comme l'œuvre mystérieuse du Nom de Dieu.

*YHWH, c'est mon nom pour toujours* (Ex 3,15). Le nom de Dieu révélé à Moïse traverse et anime tout l'Ancien Testament. Sa racine hébraïque est celle du verbe « être ». Dieu, l'Existant par excellence, se révèle ainsi : *Je suis qui je serai* (Ex 3,14), autrement dit : « Je suis tel que je me ferai connaître parmi vous », ou encore : « Je suis Celui qui sera avec vous ». Il semble en effet que l'on puisse interpréter le Nom comme une promesse de présence de Dieu dans l'histoire des hommes : *Tu es au milieu de nous* (cf. Ex 29,45). C'est bien la certitude qui anime Jérémie et le peuple d'Israël : *Tous les peuples de la terre verront que le nom de YHWH a été prononcé sur toi et ils te craindront* (Dt 28,10). Israël est la part de YHWH, et le Seigneur ne peut l'abandonner au péché, car son honneur et sa gloire sont en jeu : *Je me mis à l'œuvre à cause de mon nom, pour qu'il ne fût pas profané aux yeux des nations* (Ez 20,9). Le Nom même de Dieu dans l'histoire des hommes est la cause du salut.

« YHWH sauve » se dit en hébreu *Yehoshoua, Jésus* (cf. Mt 1,21). Voilà le Nom glorieux de Dieu par excellence, *le Nom qui est au-dessus de tout nom* (Ph 2,9). Comble de mystère, ce nom est celui d'un homme dans le temps et l'espace : Jésus de Nazareth. Le salut s'est fait chair. Il a fait irruption de manière définitive dans notre histoire. C'est ce Nom désormais que l'on invoque (cf. Ac 2,21), comme l'aveugle en quête de guérison :

*Jésus, fils de David, aie pitié de moi* (Lc 18,38 ; Mc 10,47). Tel est le cri, l'appel du Salut. La tradition spirituelle de l'Orient chrétien consacre cette formule dans la « prière de Jésus » : « En tout temps attachons-nous inséparablement à l'exercice de l'invocation du Seigneur Jésus, appelons-le d'un cœur brûlant de manière à communier au saint nom de Jésus » (Philocalie, Hésychius de Batos).

Quand le péché ou la tentation nous submergent, quand le doute ou l'angoisse nous assaillent, invoquons, nous aussi, le Nom du Seigneur Jésus, *car il n'y a pas sous le ciel d'autre nom donné aux hommes par lequel nous devons être sauvés* (Ac 4,12).

♦ **AVEC LES SAINTS DU CARMEL :**

*Vendredi, la Croix glorieuse*

C'est le cœur aimant de ton Rédempteur qui t'invite à le suivre. Il exige ton obéissance, parce que la volonté humaine est aveugle et faible ; elle est incapable de trouver son chemin tant qu'elle ne se donne pas tout entière à la volonté divine. Il exige la pauvreté, car nos mains, pour recevoir les biens du ciel, doivent être vides des biens de ce monde. Il exige la chasteté, car seul un cœur détaché de tout amour terrestre est libre pour l'amour de Dieu. Les bras du Crucifié sont étendus pour t'attirer sur son cœur. Il veut ta vie pour te donner la sienne.

*Ave Crux, spes unica.*

Le monde est en flammes. Le feu peut aussi bien embraser notre maison. Mais au-dessus de toutes les flammes se dresse la Croix que rien ne peut consumer. Elle est le chemin de la terre au ciel. Celui qui l'embrasse avec foi, avec amour dans l'espérance, elle l'emporte au sein de la Trinité.

Sainte Thérèse-Bénédicte de la Croix (Edith Stein)

L'âme qui veut servir Dieu nuit et jour en son temple (...), cette âme doit être résolue de communier effectivement à la passion de son Maître. C'est une rachetée qui doit racheter d'autres âmes à son tour, et pour cela elle chantera sur sa lyre : « Je me glorifie dans la Croix de Jésus-Christ. Avec Jésus-Christ, je suis clouée à la Croix... ». Et encore : « Je souffre en mon corps ce qui manque à la passion du Christ pour son corps qui est l'Église ». « La reine s'est tenue à votre droite » : telle est l'attitude de cette âme, elle marche sur la route du Calvaire et à la droite de son Roi crucifié, anéanti, humilié, et pourtant toujours si fort, si calme, si plein de majesté, allant à sa passion pour « faire éclater la gloire de sa grâce » selon l'expression si forte de saint Paul. Il veut associer son épouse à son œuvre de rédemption et cette voie douloureuse où elle marche lui apparaît comme la route de la Béatitude.

Bienheureuse Élisabeth de la Trinité  
*Dernière retraite, 5<sup>e</sup> jour, 13.*



# TABLE DES MATIÈRES

- ◆ Introduction
- ◆ L'office des Complies
  - Samedi et veilles de solennités
  - Dimanche
  - Lundi
  - Mardi
  - Mercredi
  - Jeudi
  - Vendredi
- ◆ Antiennes mariales
- ◆ Cantique de Syméon
- ◆ Commentaires des offices
  - Samedi et veilles de solennités
  - Dimanche
  - Lundi
  - Mardi
  - Mercredi
  - Jeudi
  - Vendredi