

## Les laudes, c'est quoi ?

« Je dirigerai vers toi ma prière, Seigneur ; au matin tu exauceras ma voix ; au matin je me tiendrai devant toi et je te verrai » Psaume 5, 4-5

Le mot "laudes" vient du latin "louange", et célèbre les bienfaits de Dieu lors d'un nouveau jour qui se lève. Les laudes correspondent à la prière du matin de la liturgie des heures. C'est une prière composée d'un hymne, d'une lecture et de plusieurs psaumes, qui nous permet de nous consacrer à Dieu au début de notre journée. Encore vierges de toute préoccupation de la journée, nous nous remettons entre les mains du Seigneur par cette prière ancienne et très complète et le remercions pour tous ses bienfaits.

Les laudes sont la prière du matin la plus priée au monde : toutes communautés religieuses, les monastères et tous les prêtres s'engagent, en respectant la règle de saint Benoît, à prier les offices des heures.

Les laudes sont une prière magnifique, généralement priée en communauté. Mais elles peuvent également être priées en famille ou encore seul.

## Comment prier les laudes ? Le déroulement :

- **L'invitatoire**

L'office commence par les versets d'introduction :

"Seigneur, ouvre mes lèvres,  
et ma bouche publiera ta louange."

"Gloire au père, au fils et au Saint Esprit,  
Au Dieu qui est, qui était et qui vient,  
Pour les siècles des siècles, Amen."

- **Vient ensuite l'Hymne.** Il est au choix chanté ou récité debout, et change chaque jour. Il lance l'office, et loue Dieu, chante ses bienfaits.

- **Les psaumes**

L'invitatoire est suivi de la psalmodie. Il s'agit d'un psaume, un cantique de l'ancien testament et d'un psaume de louange, qui sont psalmodiés ou récités par l'assemblée assise. Ils se terminent tous par les versets :

"Gloire au père, au fils et au Saint Esprit,  
Pour les siècles des siècles Amen"

L'assemblée, en signe de respect, incline la tête lorsqu'est prononcé le premier verset.

Chaque psaume est précédé d'une antienne. Une antienne est une phrase choisie en fonction des paroles du psaume et qui est énoncée avant la psalmodie par une seule personne, et reprise à la fin du psaume par l'assemblée.

- **La lecture**

Les psaumes sont suivis d'une lecture brève d'un texte biblique tiré des Écritures. Ce texte, tout comme l'Hymne et les psaumes précédents, change tous les jours. Un temps de silence et de méditation est généralement observé à la fin de cette lecture, puis un répons entre le lecteur et l'assemblée.

- **Le Cantique de Zacharie**

Le Cantique évangélique, car tiré de l'Évangile, ou aussi appelé Cantique de Zacharie ou Benedictus en référence à son nom latin, est le point culminant des Laudes. Il rappelle la promesse faite par Dieu à Abraham et ancre tous les chrétiens dans ce serment. Il est précédé et suivi d'une antienne, comme les autres psaumes, et se psalmodie ou récite debout, en signe de respect.



“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’amour 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.”  
“Gloire au père, au fils et au Saint Esprit,  
Pour les siècles des siècles, Amen.”



- **Les intercessions & la prière du Notre Père**

Viennent ensuite les prières d’intercession, afin de consacrer à Dieu notre journée, notre travail, et de prier pour l’Église et le monde.

Elles sont suivies du Notre Père et d’une bénédiction afin de commencer notre journée en missionnaires du Seigneur.

“Notre Père, qui es aux 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”

**Les laudes sont différentes chaque jour,  
en fonction de la semaine et du jour.**

