

# PRINCIPI E NORME PER LA LITURGIA DELLE ORE

## COSTITUZIONE APOSTOLICA

... Rinnovata dunque e restaurata completamente la preghiera della santa Chiesa secondo la sua antichissima tradizione, e tenuto conto delle necessità del nostro tempo, è davvero auspicabile che essa pervada profondamente, ravvivi, guidi ed esprima tutta la preghiera cristiana e alimenti efficacemente la vita spirituale del popolo di Dio.

Per questo abbiamo piena fiducia che lo spirito di quella preghiera che si deve fare «senza interruzioni»<sup>3</sup> e che nostro Signore Gesù Cristo ha ordinato alla sua Chiesa, riprenda nuova vita. Il libro della Liturgia delle Ore, distribuito nel tempo giusto, la sostiene, e la favorisce, mentre la stessa celebrazione, soprattutto quando una comunità si raduna a questo scopo, esprime la vera natura della Chiesa orante, e risplende come suo segno meraviglioso.

**La preghiera cristiana è anzitutto implorazione di tutta la famiglia umana, che Cristo associa a se stesso<sup>4</sup>, nel senso che ognuno partecipa a questa preghiera, che è propria dell'intero corpo.** Questa perciò esprime la voce della diletta Sposa di Cristo, i desideri e i voti di tutto il popolo cristiano, le suppliche e le implorazioni per le necessità di tutti gli uomini.

Ma questa preghiera riceve la sua unità dal cuore di Cristo. Il nostro Redentore ha voluto infatti «che quella vita che aveva iniziato con le sue preghiere e col suo sacrificio, durante la sua esistenza terrena non venisse interrotta per il volgere dei secoli nel suo Corpo mistico, che è la Chiesa»<sup>5</sup>. Avviene, perciò, che la preghiera della Chiesa è insieme «la preghiera che Cristo con il suo Corpo rivolge al Padre»<sup>6</sup>. **Mentre dunque recitiamo l'Ufficio, dobbiamo riconoscere l'eco delle nostre voci in quelle di Cristo e quelle di Cristo in noi<sup>7</sup>.** Perché questa caratteristica della nostra preghiera risplenda più chiaramente, è indispensabile che «quella soave e viva conoscenza della Sacra Scrittura»<sup>8</sup> che emana dalla Liturgia delle Ore, rifiorisca in tutti, in modo che la Sacra Scrittura diventi realmente la fonte principale di tutta la preghiera cristiana.

**Soprattutto la preghiera dei salmi, che senza interruzione accompagna e proclama l'azione di Dio nella storia della salvezza, deve essere compresa con rinnovato amore dal popolo di Dio.** Perché sia raggiunto più facilmente questo scopo è necessario che il significato inteso dalla Chiesa quando canta i salmi nella liturgia, sia studiato più assiduamente dal clero e sia comunicato anche ai fedeli mediante opportuna catechesi. Questa più estesa lettura della Sacra Bibbia, non solo nella Messa ma anche nella nuova Liturgia delle Ore, farà sì che venga continuamente ricordata la storia della salvezza e annunziata con grande efficacia la sua continuazione nella vita degli uomini.

Ma poiché la vita di Cristo nel suo Corpo mistico perfeziona ed eleva anche la vita propria o personale di ogni fedele, deve essere del tutto esclusa qualunque opposizione tra preghiera della Chiesa e preghiera privata; anzi, bisogna mettere in maggior rilievo e sviluppare più ampiamente i rapporti che esistono tra l'una e l'altra. L'orazione mentale deve attingere inesauribile alimento dalle letture, dai salmi e dalle altre parti della Liturgia delle Ore. La stessa recita dell'Ufficio deve adattarsi, per quanto è possibile, alle necessità di una preghiera viva e personale, poiché, come è previsto in Principi e Norme, si

possono scegliere i tempi, i modi e le forme di celebrazione che meglio rispondono alle condizioni spirituali degli oranti. Che, **se la preghiera dell'Ufficio divino diviene preghiera personale, più evidenti appariranno anche quei legami che uniscono tra di loro la Liturgia e tutta la vita cristiana. L'intera vita dei fedeli, infatti, attraverso le singole ore del giorno e della notte, è quasi una leitourgia, mediante la quale essi si dedicano in servizio di amore a Dio e agli uomini, aderendo all'azione di Cristo che con la sua dimora tra noi e con l'offerta di se stesso, ha santificato la vita di tutti gli uomini.** Questa sublime verità del tutto inerente alla vita cristiana, la Liturgia delle Ore la esprime con evidenza e la conferma in maniera efficace. **È per questa ragione che le preghiere delle Ore vengono proposte a tutti i fedeli, anche a coloro che non sono tenuti per legge a recitarle.**

Quelli invece che hanno ricevuto dalla Chiesa il mandato di celebrare la Liturgia delle Ore, ne adempiano devotamente ogni giorno la recita completa, osservando, per quanto è possibile, la corrispondenza delle ore e, soprattutto, diano la dovuta importanza alle Lodi mattutine e ai Vespri. Inoltre, quelli che, insigniti dell'Ordine sacro, partecipano alla dignità sacerdotale del Cristo in forza di un particolare sigillo sacramentale, o coloro che, mediante i voti della professione religiosa si sono consacrati in maniera speciale al servizio di Dio e della Chiesa, non celebrino la Liturgia delle Ore solo per obbedienza a una legge, ma si sentano spinti dalla considerazione della sua intima importanza e dalla sua utilità pastorale e ascetica. È molto auspicabile che la preghiera pubblica della Chiesa sia riconosciuta come un naturale frutto del rinnovamento spirituale e una evidente necessità interiore di tutto il Corpo della Chiesa. Questa, infatti, a somiglianza del suo Capo, non può essere definita altrimenti che come Chiesa orante. Si elevi, dunque, con il sussidio del nuovo libro della Liturgia delle Ore, che di Nostra autorità apostolica ora stabiliamo, approviamo e promulghiamo, più solenne e più bella la lode di Dio nella Chiesa del nostro tempo, si associa quella che viene cantata nelle sedi celesti dai santi e dagli angeli, e accrescendosi incessantemente in perfezione nei giorni di questo terrestre esilio, muova con nuovo slancio incontro a quella lode perfetta che per tutta l'eternità è attribuita «a colui che siede sul trono, e all'Agnello»<sup>9</sup>...

Dato a Roma, presso San Pietro il 1 ° novembre, solennità di Tutti i Santi, dell'anno 1970, ottavo del Nostro Pontificato.

Paolo PP. VI

---

1) SC 90.

2) SC 91.

3) Cf Lc 18, 1; 21, 36; 1Ts 5, 17; Ef 6, 18.

4) Cf SC 83.

5) Pio XII, Lett. Enc. Mediator Dei, 20.11.1947, n. 2: AAS 39 (1947), p. 552.

6) SC 84.

7) Cf S. AGOSTINO, Enarrationes in ps. 85, n. 1: CCL 39, 1176.

8) SC 24.

9) Cf Ap 5,13.

## Capitolo I

### IMPORTANZA DELLA LITURGIA DELLE ORE O UFFICIO DIVINO NELLA VITA DELLA CHIESA

La preghiera pubblica e comune del popolo di Dio è giustamente ritenuta tra i principali compiti della Chiesa. ...Più volte gli Atti degli Apostoli attestano la preghiera unanime della comunità cristiana<sup>1</sup>. Le testimonianze della Chiesa primitiva attestano che anche i singoli fedeli, in ore determinate, attendevano alla preghiera. In seguito, in varie regioni, si diffuse la consuetudine di destinare tempi particolari alla preghiera comune, come, per esempio, l'ultima ora del giorno, quando si fa sera e si accende la lucerna, oppure la prima ora, quando la notte, al sorgere del sole, volge al termine.

Con l'andare del tempo si cominciarono a santificare con la preghiera comune anche altre ore, che i Padri vedevano adombrate negli Atti degli Apostoli. In questo libro, infatti, si parla dei discepoli radunati all'ora di terza<sup>2</sup>. ...Queste preghiere fatte in comune, a poco a poco, furono ordinate in modo da formare un ciclo ben definito di Ore: la Liturgia delle Ore o Ufficio divino. Essa, arricchita anche di letture, è principalmente preghiera di lode e di supplica, e precisamente preghiera della Chiesa con Cristo e a Cristo.

#### I. Preghiera di Cristo

##### **Cristo prega il Padre**

Venendo per rendere gli uomini partecipi della vita di Dio, il Verbo, che procede dal Padre come splendore della sua gloria, «il Sommo Sacerdote della nuova ed eterna alleanza, Cristo Gesù, prendendo la natura umana, introdusse in questa terra d'esilio quell'inno che viene cantato da tutta l'eternità nelle sedi celesti»<sup>3</sup>.

**Da allora, nel cuore di Cristo, la lode di Dio risuona con parole umane di adorazione, propiziazione e intercessione.** Tutte queste preghiere, il Capo della nuova umanità e Mediatore tra Dio e gli uomini, le presenta al Padre a nome e per il bene di tutti...

La sua attività quotidiana era strettamente congiunta con la preghiera, anzi quasi derivava da essa. ... Egli, come giustamente si pensa, partecipò anche alle preghiere pubbliche, quali erano quelle che si facevano nelle sinagoghe dove entrò nel giorno di sabato «secondo il suo solito», e nel tempio che chiamò casa di preghiera. Non tralasciò quelle private, che si recitavano abitualmente ogni giorno dai pii israeliti. ... il Maestro divino dimostrò che la preghiera animava il suo ministero messianico e il suo esodo pasquale.

Egli, infatti, «nei giorni della sua vita terrena offrì preghiere e suppliche con forti grida e lacrime a colui che poteva liberarlo da morte e fu esaudito per la sua pietà» (Eb 5, 7) ...; infine, **risuscitato da morte, vive per sempre e prega per noi.**

#### II. Preghiera della Chiesa

##### **Il precetto della preghiera**

Gesù ha ordinato anche a noi di fare ciò che egli stesso fece. «Pregate», disse spesso, «domandate», «chiedete», «nel mio nome»; insegnò anche la maniera di pregare

nell'orazione che si chiama domenicale e dichiarò necessaria la preghiera, e precisamente quella umile, vigilante, perseverante, fiduciosa nella bontà del Padre, pura nell'intenzione e rispondente alla natura di Dio.

### **La Chiesa continua la preghiera di Cristo**

... La preghiera diretta a Dio però deve essere connessa con Cristo, Signore di tutti gli uomini, unico Mediatore, e il solo per il quale abbiamo accesso a Dio. **Cristo, infatti, unisce a sé tutta l'umanità, in modo tale da stabilire un rapporto intimo tra la sua preghiera e la preghiera di tutto il genere umano. In Cristo, appunto, e in lui solo, la religione umana consegue il suo valore salvifico e il suo fine.**

**Tuttavia un vincolo speciale e strettissimo intercorre tra Cristo e quegli uomini che egli per mezzo del sacramento della rigenerazione unisce a sé come membra del suo Corpo, che è la Chiesa. Così effettivamente dal Capo si diffondono all'intero Corpo tutti i beni che sono del Figlio: cioè la comunicazione dello Spirito, la verità, la vita e la partecipazione alla sua filiazione divina, che si manifestava in ogni sua preghiera quando dimorava presso di noi.**

Anche il sacerdozio di Cristo è condiviso da tutto il Corpo della Chiesa, così che i battezzati mediante la rigenerazione e l'unzione dello Spirito Santo vengono consacrati in edificio spirituale e sacerdozio santo e sono abilitati a esercitare il culto del Nuovo Testamento, culto che non deriva dalle nostre forze, ma dal merito e dal dono di Cristo. «Nessun dono maggiore Dio potrebbe fare agli uomini che costituire loro capo il suo Verbo, per mezzo del quale ha creato tutte le cose, e a lui unirli come membra, così che egli fosse Figlio di Dio e Figlio dell'uomo, un solo Dio con il Padre, un solo uomo con gli uomini. Così, quando pregando parliamo con Dio, non per questo separiamo il Figlio dal Padre e quando il Corpo del Figlio prega non separa da sé il proprio Capo, ma è lui stesso unico salvatore del suo Corpo, il Signore nostro Gesù Cristo Figlio di Dio, che prega per noi, prega in noi ed è pregato da noi. **Prega per noi come nostro sacerdote, prega in noi come nostro Capo, è pregato da noi come nostro Dio. Riconosciamo dunque in lui le nostre voci e le sue voci in noi.**»

In questo dunque sta la dignità della preghiera cristiana, che essa partecipa dell'amore del Figlio Unigenito per il Padre e di quell'orazione, che egli durante la sua vita terrena ha espresso con le sue parole e che ora, a nome e per la salvezza di tutto il genere umano, continua incessantemente in tutta la Chiesa e in tutti i suoi membri.

### **L'azione dello Spirito Santo**

Lo stesso «Spirito viene in aiuto alla nostra debolezza» e «intercede con insistenza per noi, con gemiti inesprimibili» (Rm 8, 26); egli stesso, in quanto Spirito del Figlio, infonde in noi «lo spirito da figli adottivi, per mezzo del quale gridiamo: Abbà, Padre!» (Rm 8, 15; cf Gal 4, 6; 1Cor 12, 3; Ef 5, 18; Gd 20). **Non vi può essere dunque nessuna preghiera cristiana senza l'azione dello Spirito Santo, che unificando tutta la Chiesa, per mezzo del Figlio la conduce al Padre.**

### **Carattere comunitario della preghiera**

L'esempio e il comando del Signore e degli apostoli di pregare sempre e assiduamente non si devono considerare come una norma puramente giuridica, ma appartengono

all'intima essenza della **Chiesa medesima, che è comunità e deve quindi manifestare il suo carattere comunitario anche nella preghiera.** Per questo **negli Atti degli Apostoli, quando per la prima volta si fa parola della comunità dei fedeli, questa appare riunita in preghiera** «con alcune donne e con Maria, la madre di Gesù e con i fratelli di lui» (At 1, 14). «La moltitudine di coloro che erano venuti alla fede aveva un cuore solo e un'anima sola» (At 4, 32): **questa unanimità si fondava sulla parola di Dio, sulla comunione fraterna, sulla preghiera e sulla Eucaristia.** Sebbene la preghiera fatta nella propria stanza e a porte chiuse sia sempre necessaria e da raccomandarsi, e venga anch'essa compiuta dai membri della Chiesa per Cristo nello Spirito Santo, tuttavia **all'orazione della comunità compete una dignità speciale,** perché Cristo stesso ha detto: «dove sono due o tre riuniti nel mio nome, io sono in mezzo a loro» (Mt 18, 20).

### III. La Liturgia delle Ore

#### **Consacrazione del tempo**

Cristo ha comandato: «Bisogna pregare sempre senza stancarsi» (Lc 18, 1). ... A questo precetto la Chiesa ottempera non soltanto celebrando l'Eucaristia, ma anche in altri modi, e specialmente con **la Liturgia delle Ore, la quale, tra le altre azioni liturgiche, ha come sua caratteristica per antica tradizione cristiana di santificare tutto il corso del giorno e della notte....** Perciò «sia per santificare veramente il giorno sia per recitare con frutto spirituale le stesse Ore, conviene che nella recita delle Ore si osservi il tempo, che corrisponde più da vicino al tempo vero di ciascuna Ora canonica».

#### **Rapporto tra Liturgia delle Ore ed Eucaristia**

**La Liturgia delle Ore estende alle diverse ore del giorno le prerogative del mistero eucaristico,** «centro e culmine di tutta la vita della comunità cristiana»: la lode e il rendimento di grazie, la memoria dei misteri della salvezza, le suppliche e la pregustazione della gloria celeste. **La celebrazione dell'Eucaristia viene anche preparata ottimamente mediante la Liturgia delle Ore,** in quanto per suo mezzo vengono suscitate e accresciute le disposizioni necessarie alla fruttuosa celebrazione dell'Eucaristia, quali sono la fede, la speranza, la carità, la devozione e il desiderio dell'abnegazione di sé.

#### **Esercizio dell'ufficio sacerdotale di Cristo nella liturgia delle Ore**

«L'opera della redenzione umana e della perfetta glorificazione di Dio», Cristo la compie nello Spirito Santo per mezzo della sua Chiesa non soltanto quando si celebra l'Eucaristia e si amministrano i sacramenti, ma anche, a preferenza di altri modi, quando si celebra la Liturgia delle Ore. In essa egli stesso è presente quando si raduna l'assemblea, quando si proclama la parola di Dio, «quando la Chiesa supplica e salmeggia».

#### **Santificazione dell'uomo**

Nella Liturgia delle Ore si compie la santificazione dell'uomo e si esercita il culto divino in modo da realizzare in essa quasi quello scambio o dialogo fra Dio e gli uomini nel

quale «Dio parla al suo popolo... il popolo a sua volta risponde a Dio con il canto e con la preghiera». ... Non solo dunque quando si legge tutto ciò che è «stato scritto per nostra istruzione» (Rm 15, 4), ma anche **quando la Chiesa prega o canta, si alimenta la fede dei partecipanti, le menti sono sollevate verso Dio per rendergli un ossequio ragionevole e ricevere con più abbondanza la sua grazia.**

### **Lode offerta a Dio in unione con la Chiesa celeste**

La Chiesa, dando lode a Dio nelle Ore, si associa a quel carne di lode che viene eternamente cantato nelle sedi celesti; pregusta, nel medesimo tempo, quella lode celeste descritta da Giovanni nell'Apocalisse, lode che ininterrottamente risuona davanti al trono di Dio e dell'Agnello. **La stretta unione di noi con la Chiesa celeste si realizza quando «in comune esultanza celebriamo la lode della maestà divina, e noi tutti, di ogni tribù, lingua, popolo e nazione, riscattati con il sangue di Cristo (cf Ap 5, 9) e radunati in un'unica Chiesa, con un unico canto di lode celebriamo Dio uno e trino».** Questa liturgia celeste i profeti quasi la prevedero nella vittoria del giorno senza notte, della luce senza tenebre: «Il sole non sarà più la tua luce di giorno, né ti illuminerà più il chiarore della luna. Ma il Signore sarà per te luce eterna» (Is 60, 19; cf Ap 21, 23.25). «Sarà un unico giorno. Il Signore lo conosce. Non ci sarà né giorno né notte. Verso sera risplenderà la luce» (Zc 14, 7). Già, veramente per noi «è arrivata la fine dei tempi (cf 1Cor 10, 11, e la rinnovazione del mondo è irrevocabilmente fissata e in certo modo è realmente anticipata in questo mondo». Così, per mezzo della fede, noi siamo anche ammaestrati sul significato della nostra vita temporale, per attendere insieme con tutte le creature la rivelazione dei figli di Dio.

Nella Liturgia delle Ore noi proclamiamo questa fede, esprimiamo e alimentiamo questa speranza, partecipiamo in qualche modo al gaudio della lode perenne e del giorno che non conosce tramonto.

### **Supplica e intercessione**

Ma, oltre alla lode di Dio, la Chiesa nella liturgia esprime i voti e i desideri di tutti i cristiani, anzi **supplica Cristo, e, per mezzo di lui, il Padre per la salvezza di tutto il mondo. Questa voce non è soltanto della Chiesa, ma anche di Cristo, poiché le preghiere vengono fatte a nome di Cristo, cioè «per il nostro Signore Gesù Cristo», e così la Chiesa continua a fare quelle preghiere e suppliche che Cristo offrì nei giorni della sua vita terrena, e che perciò godono di una efficacia particolare.**

E così, non solo con la carità, con l'esempio e con le opere di penitenza, ma anche con l'orazione la comunità ecclesiale esercita la sua funzione materna di portare le anime a Cristo. Questo compito spetta specialmente a coloro che per un mandato speciale sono chiamati a celebrare la Liturgia delle Ore: cioè ai vescovi e ai sacerdoti, che in forza del loro ufficio pregano per il loro popolo e per tutto il popolo di Dio, e agli altri ministri sacri come pure ai religiosi.

### **Culmine e fonte dell'azione pastorale**

**Coloro che partecipano alla Liturgia delle Ore danno incremento al popolo di Dio in virtù di una misteriosa fecondità apostolica; il lavoro apostolico, infatti, è ordinato**

«a che tutti, diventati figli di Dio, mediante la fede e il battesimo, si riuniscano in assemblea, lodino Dio nella Chiesa, prendano parte al sacrificio e alla mensa del Signore». Vivendo in tal modo i fedeli esprimono e manifestano agli altri «il mistero di Cristo e la genuina natura della Chiesa, che ha la caratteristica di essere... visibile, ma dotata di realtà invisibili, fervente nell'azione e dedita alla contemplazione, presente nel mondo e tuttavia pellegrina». A loro volta, le letture e le preghiere della Liturgia delle Ore costituiscono una genuina fonte di vita cristiana. Tale vita si nutre alla mensa della Sacra Scrittura e con le parole dei santi, ma è rinvigorita dalla preghiera. **Solo il Signore, infatti, senza il quale non possiamo far nulla, da noi pregato, può dare efficacia e sviluppo alle nostre opere**, così che ogni giorno veniamo edificati per diventare tempio di Dio, per mezzo dello Spirito, fino alla misura che conviene alla piena maturità di Cristo e nello stesso tempo irrobustiamo le nostre forze per evangelizzare il Cristo a coloro che sono fuori.

### **La mente concordi con la voce**

Perché questa preghiera sia propria di ciascuno di coloro che vi prendono parte e sia parimenti fonte di pietà e di molteplice grazia divina, e nutrimento dell'orazione personale e dell'azione apostolica, è necessario che la mente stessa si trovi in accordo con la voce mediante **una celebrazione degna, attenta e fervorosa**.

Tutti cooperino diligentemente con la grazia divina per non riceverla invano. Cercando Cristo, e penetrando sempre più intimamente con l'orazione nel suo mistero, lodino Dio e innalzino suppliche con quel medesimo animo con il quale pregava lo stesso divino Redentore.

## **COLORO CHE CELEBRANO LA LITURGIA DELLE ORE**

### **Celebrazione in comune**

La Liturgia delle Ore, come tutte le altre azioni liturgiche, non è un'azione privata, ma appartiene a tutto il Corpo della Chiesa, lo manifesta e influisce in esso. La sua celebrazione ecclesiale è posta nella sua più piena luce – e per questo è sommamente consigliata – quando la compie la Chiesa locale con il proprio vescovo, circondato dai presbiteri e dai ministri; «in essa è veramente presente e opera la Chiesa di Cristo, una, santa, cattolica, apostolica»...

**Le altre assemblee di fedeli curino anch'esse, e possibilmente in chiesa, la celebrazione comunitaria delle Ore principali. Fra queste assemblee hanno un posto preminente le parrocchie, vere cellule della diocesi, organizzate localmente sotto la guida di un pastore che fa le veci del vescovo.** Esse «rappresentano in certo modo la Chiesa visibile stabilita su tutta la terra». Se dunque i fedeli vengono convocati per la Liturgia delle Ore e si radunano insieme, unendo i loro cuori e le loro voci, manifestano la Chiesa che celebra il mistero di Cristo.

È compito di coloro che sono insigniti dell'Ordine sacro o che hanno ricevuto una particolare missione canonica indire e dirigere la preghiera della comunità: «pongano ogni loro impegno perché tutti quelli che sono affidati alle loro cure, siano concordi nella preghiera». Curino pertanto che i fedeli siano invitati e siano istruiti con opportuna catechesi a celebrare in comune, specialmente nei giorni di domenica e di festa, le parti

principali della Liturgia delle Ore. Insegnino loro ad attingere da questa partecipazione un autentico spirito di preghiera, e perciò con una idonea formazione li guidino a comprendere i salmi in senso cristiano, in modo da condurli a poco a poco a gustare e a praticare sempre più la preghiera della Chiesa...

**È cosa lodevole, infine, che la famiglia, santuario domestico della Chiesa, oltre alle comuni preghiere celebri anche, secondo l'opportunità, qualche parte della Liturgia delle Ore, inserendosi così più intimamente nella Chiesa.**

### **Struttura della celebrazione**

La Liturgia delle Ore è regolata da leggi proprie. Riunisce insieme, in una forma particolare, elementi che si trovano anche in altre celebrazioni. Essa è così disposta: l'inno sempre all'inizio, poi la salmodia, quindi una lettura lunga o breve della Sacra Scrittura e infine la preghiera. Sia nella celebrazione in comune che nella recita individuale, rimane la struttura essenziale di questa liturgia: colloquio tra Dio e l'uomo. Tuttavia, la celebrazione in comune manifesta più chiaramente la natura ecclesiale della Liturgia delle Ore e favorisce la partecipazione attiva di tutti, secondo la condizione di ciascuno. Lo fa mediante le acclamazioni, il dialogo, la salmodia alternata e altri elementi congeneri. Tiene poi meglio conto delle diverse forme espressive. Perciò, tutte le volte che si rende possibile, **la celebrazione comune con la frequenza e la partecipazione attiva dei fedeli è da preferirsi alla celebrazione individuale e quasi privata. È bene inoltre che l'Ufficio in coro e in comune, sia cantato**, secondo l'opportunità, sempre rispettando la natura e la funzione delle singole parti.

Così si realizzerà la raccomandazione dell'Apostolo: «La parola di Cristo dimori tra voi abbondantemente; ammaestratevi e ammonitevi con ogni sapienza cantando a Dio di cuore e con gratitudine salmi, inni e cantici spirituali» (Col 3, 16; cf Ef 5, 19-20).

## Capitolo II

### LA SANTIFICAZIONE DEL GIORNO OSSIA LE VARIE ORE LITURGICHE

#### I. Introduzione di tutto l'Ufficio

Tutto l'Ufficio, di regola, è introdotto dall'Invitatorio. Questo consta del versetto «Signore, apri le mie labbra e la mia bocca proclami la tua lode», e del salmo 94, con il quale i fedeli sono invitati ogni giorno a cantare le lodi di Dio e ad ascoltare la sua voce, e infine vengono esortati ad aspettare il «riposo del Signore».

#### II. Lodi mattutine e Vespri

«Le Lodi, come preghiera del mattino, e i Vespri come preghiera della sera, che secondo la venerabile tradizione di tutta la Chiesa, sono il duplice cardine dell'Ufficio quotidiano, devono essere ritenute le Ore principali e come tali celebrate»...

Le Lodi mattutine sono destinate e ordinate a santificare il tempo mattutino come appare da molti dei loro elementi...



I Vespri si celebrano quando si fa sera e il giorno ormai declina, «per rendere grazie di ciò che nel medesimo giorno ci è stato donato o con rettitudine abbiamo compiuto».

**Si devono quindi tenere in grandissima considerazione le Lodi mattutine e i Vespri come preghiera della comunità cristiana: la loro celebrazione pubblica e comune sia incoraggiata** specialmente presso coloro che fanno vita in comune. Anzi, la loro recita sia raccomandata anche ai singoli fedeli che non possono partecipare alla celebrazione comune.

### III. L'Ufficio delle letture

L'Ufficio delle letture ha lo scopo di proporre al popolo di Dio, e specialmente a quelli che sono consacrati al Signore in modo particolare, una meditazione più sostanziosa della Sacra Scrittura e le migliori pagine degli autori spirituali. Sebbene, infatti, la Messa quotidiana offra un ciclo di letture della Sacra Scrittura più abbondante, quel tesoro della rivelazione e della tradizione contenuto nell'Ufficio delle letture sarà di grande profitto per lo spirito. Soprattutto i sacerdoti devono cercare questa ricchezza per poter dispensare a tutti la parola di Dio, che essi stessi hanno ricevuto, e per fare della dottrina, che insegnano, il «nutrimento per il popolo di Dio».

**Quanto si legge della Sacra Scrittura deve essere accompagnato dalla preghiera, perché in tal modo si stabilisce un vero colloquio fra Dio e l'uomo.** Infatti quando preghiamo parliamo a lui e quando leggiamo i divini oracoli ascoltiamo lui... **Per questo motivo l'Ufficio delle letture consta anche di salmi, dell'inno, dell'orazione e di altre formule, in modo da avere il carattere di vera preghiera.**

L'Ufficio delle letture, a norma della Costituzione Sacrosanctum concilium, «pur conservando il carattere di preghiera notturna per il coro, deve essere adattato in modo che si possa recitare in qualsiasi ora del giorno, e avere un minor numero di salmi e letture più lunghe».

### IV. Terza, Sesta e Nona o Ora media

Secondo una tradizione antichissima, i cristiani erano soliti pregare per devozione privata in diversi momenti nel corso della giornata, anche durante il lavoro, per imitare la Chiesa apostolica. Questa tradizione si è espressa in modi diversi e, con l'andare del tempo, si è concretata in celebrazioni liturgiche. L'uso liturgico, tanto dell'Oriente che dell'Occidente, ha conservato Terza, Sesta e Nona, specialmente perché a queste Ore si collegava il ricordo degli eventi della Passione del Signore e della prima propagazione del Vangelo.

Il Concilio Vaticano II ha stabilito di mantenere per il coro le Ore minori di Terza, Sesta e Nona. L'uso liturgico di dire tutte e tre queste Ore sia mantenuto, salvo il diritto particolare, da coloro che fanno vita contemplativa; lo si consiglia anche a tutti, specialmente a coloro che partecipano a un ritiro spirituale o a un convegno pastorale.

Fuori del coro, salvo il diritto particolare, **si può scegliere una delle tre Ore che più si adatta al momento della giornata**, in modo che sia conservata la tradizione di pregare nel corso della giornata nel mezzo del lavoro.

V. **Compieta**

Compieta è l'ultima preghiera del giorno, **da recitarsi prima del riposo notturno**, eventualmente anche dopo la mezzanotte.

VI. **Modo di unire le Ore dell'Ufficio con la Messa o tra di loro quando si ritiene opportuno**

In casi particolari, se le circostanze lo richiedono, nella celebrazione pubblica o comune si può fare un'unione più stretta tra la Messa e un'Ora dell'Ufficio, secondo le norme che seguono, purché la Messa e l'Ora siano dell'unico e medesimo Ufficio. Si deve però evitare che ciò vada a detrimento dell'azione pastorale, specialmente in domenica....

### Capitolo III

#### I DIVERSI ELEMENTI DELLA LITURGIA DELLE ORE

##### **I. I salmi e il loro rapporto con la preghiera cristiana**

Nella Liturgia delle Ore la Chiesa prega in gran parte con quei bellissimi canti, che i sacri autori, sotto l'ispirazione dello Spirito Santo, hanno composto nell'Antico Testamento. Per la loro stessa origine, infatti, essi hanno una capacità tale da elevare la mente degli uomini a Dio, da suscitare in essi più e santi affetti, da aiutarli mirabilmente a render grazie a Dio nelle circostanze prospere, da recare consolazione e fermezza d'animo nelle avversità.

I salmi, tuttavia, non offrono che un'immagine imperfetta di quella pienezza dei tempi che apparve in Cristo Signore e dalla quale trae il suo vigore la preghiera della Chiesa. Pertanto **può talvolta accadere che, pur concordando tutti i cristiani nella somma stima dei salmi, trovino tuttavia qualche difficoltà, nello stesso tempo in cui cercano di far propri nella preghiera quei canti venerandi. Ma lo Spirito Santo, sotto la cui ispirazione i salmisti hanno cantato, assiste sempre con la sua grazia coloro che eseguono tali inni con fede e buona volontà. È tuttavia necessario che ciascuno, secondo le sue possibilità, si procuri «una maggiore formazione biblica, specialmente riguardo ai salmi».** Inoltre si deve arrivare ad assimilare bene il modo e il metodo migliore per prepararli come si conviene.

I salmi non sono letture, né preghiere scritte in prosa, ma poemi di lode. Quindi anche se talvolta fossero stati eseguiti come letture, tuttavia, in ragione del loro genere letterario, giustamente furono detti dagli ebrei «Tehillim», cioè «cantici di lode» e dai greci «psalmoi» cioè «cantici da eseguire al suono del salterio». In verità, infatti, **tutti i salmi hanno un certo carattere musicale, che ne determina la forma di esecuzione più consona. Per cui anche se il salmo viene recitato senza canto, anzi da uno solo e in silenzio, deve sempre conservare il suo carattere musicale:** esso offre

certo un testo di preghiera alla mente dei fedeli, tuttavia tende più a muovere il cuore di quanti lo cantano, lo ascoltano e magari lo eseguono con «il salterio e la cetra».

Chi dunque vuole salmeggiare con spirito di intelligenza deve percorrere i salmi versetto per versetto e rimanere sempre pronto nel suo cuore alla risposta. Così vuole lo Spirito, che ha ispirato il salmista e che assisterà ogni uomo di sentimenti religiosi aperto ad accogliere la sua grazia. Per questo la salmodia, anche se eseguita con tutto quel rispetto che si deve alla maestà di Dio, deve prorompere dalla gioia del cuore e ispirarsi all'amore, come si addice a una poesia sacra e a un canto divino, e massimamente alla libertà dei figli di Dio....

Inoltre il carattere poetico e musicale dei salmi comporta che talvolta siano piuttosto cantati davanti a Dio anziché svolgersi in discorso diretto a lui, come avverte san Benedetto: «Consideriamo come ci si deve comportare alla presenza di Dio e dei suoi angeli, e partecipiamo alla salmodia in modo che il nostro spirito preghi all'unisono con la nostra voce». Chi recita i salmi apre il suo cuore a quei sentimenti che i salmi ispirano secondo il loro genere letterario: di lamentazione, di fiducia, di rendimento di grazie. Questi generi letterari giustamente sono tenuti in grande considerazione dagli esegeti...

**Chi recita i salmi nella Liturgia delle Ore, li recita non tanto a nome proprio quanto a nome di tutto il Corpo di Cristo, anzi nella persona di Cristo stesso. Se ciascuno tiene presente questa dottrina, svaniscono le difficoltà, che chi salmeggia potrebbe avvertire per la differenza del suo stato d'animo da quello espresso nel salmo, come accade quando chi è triste e nell'angoscia incontra un salmo di giubilo, o, al contrario, è felice e si trova di fronte a un canto di lamentazione. ...**

Seguendo questa via, **i santi Padri accolsero e spiegarono tutto il salterio come profezia di Cristo e sulla Chiesa;** e con lo stesso criterio i salmi sono stati scelti nella sacra liturgia. Sebbene talvolta si proponessero alcune interpretazioni alquanto complicate, tuttavia generalmente sia i Padri che la liturgia con ragione vedevano nei salmi Cristo che si rivolge al Padre, o il Padre che parla al Figlio; anzi riconoscevano la voce della Chiesa, degli apostoli e dei martiri..

## **II. Il modo di salmodiare**

**I salmi si cantano o si recitano in modo continuato (cioè in directum), oppure a versetti o strofe in alternanza tra due cori o parti dell'assemblea, o in modo responsoriale. ...**

## **III. Il sacro silenzio**

Poiché nelle azioni liturgiche generalmente si deve avere cura di «osservare a suo tempo anche il sacro silenzio», sia offerta la possibilità del silenzio anche nella celebrazione della Liturgia delle Ore. Per accogliere nei cuori la piena risonanza della voce dello Spirito Santo, e per unire più strettamente la preghiera personale con la parola di Dio e con la voce pubblica della Chiesa, **si può dunque, secondo l'opportunità e la prudenza, interporre un intervallo di silenzio o dopo i singoli salmi, appena ripetuta l'antifona, secondo un'antica usanza e specialmente se, dopo il silenzio, si aggiunge l'orazione salmica (cf n. 112); oppure dopo le letture, sia brevi che lunghe, e precisamente prima o dopo**

**il responsorio.** Si deve però evitare di introdurre momenti di silenzio che deformino la struttura dell'Ufficio, o rechino molestia o fastidio ai partecipanti.

## Capitolo V

### RITI DA OSSERVARE NELLA CELEBRAZIONE IN COMUNE

#### I. Vari uffici da compiere

...Se presiede il vescovo, specialmente nella chiesa cattedrale, sia circondato dal suo presbiterio e dai ministri con la partecipazione plenaria e attiva del popolo. In qualunque celebrazione con il popolo, di norma, presieda il sacerdote o il diacono, e vi siano anche i ministri. Il sacerdote o il diacono che presiede la celebrazione, può indossare la stola sopra il camice o la cotta; il sacerdote anche il piviale. Nulla vieta inoltre che nelle maggiori solennità più sacerdoti indossino il piviale e i diaconi la dalmatica.

È compito del sacerdote o del diacono che presiede dare inizio, dalla sua sede, all'Ufficio con il versetto d'introduzione; iniziare la preghiera del Signore; recitare l'orazione conclusiva; salutare il popolo, benedirlo e congedarlo. Può recitare le preci o il sacerdote o il ministro. In mancanza del sacerdote o del diacono, colui che presiede l'Ufficio è soltanto uno tra uguali; non entra in presbiterio, non saluta, né benedice il popolo.

Coloro che adempiono l'ufficio di lettore proclamano le letture, sia lunghe che brevi, stando in piedi e nel luogo adatto. L'intonazione delle antifone, dei salmi e degli altri canti venga fatta da un cantore o dai cantori. Mentre si esegue alle Lodi mattutine e ai Vespri il cantico evangelico, si può incensare l'altare e poi anche il sacerdote e il popolo. L'obbligo del coro riguarda la comunità, non il luogo della celebrazione, che non è necessariamente la chiesa, soprattutto se si tratta di quelle Ore che si celebrano senza solennità.

Tutti i partecipanti stanno in piedi:

- a) All'introduzione dell'Ufficio divino e ai versetti d'introduzione di ogni Ora;
- b) All'inno;
- c) Al cantico evangelico;
- d) Mentre si dicono le preci, la preghiera del Signore e l'orazione conclusiva.

Tutti ascoltano le letture stando seduti, fatta eccezione per il Vangelo.

Mentre si dicono i salmi e gli altri cantici con le loro antifone, l'assemblea sta o seduta o in piedi, secondo le consuetudini.

Tutti si segnano col segno della croce dalla fronte al petto e dalla spalla sinistra alla destra:

- e) All'inizio delle Ore, quando si dice: «O Dio, vieni a salvarmi»;
- f) All'inizio dei cantici tratti dal Vangelo: Benedictus, Magnificat, Nunc dimittis.

Tutti si segnano sulle labbra all'inizio dell'Invitatorio, alle parole «Signore, apri le mie labbra».