LA LITURGIA DELLE ORE: SANTIFICARE IL PRESENTE CON I FRATELLI -1

Chiesa di S. Giuseppe artigiano, 13 aprile 2026

LITURGIA DELLE ORE, UN CONNUBIO DI DUE TERMINI

Liturgia: la liturgia è considerata come l'esercizio della funzione sacerdotale di Gesù Cristo. In essa, la santificazione dell'uomo è significata per mezzo di segni sensibili e realizzata in modo proprio a ciascuno di essi; in essa il culto pubblico integrale è esercitato dal corpo mistico di Gesù Cristo, cioè dal capo e dalle sue membra. Perciò ogni celebrazione liturgica, in quanto opera di Cristo sacerdote e del suo corpo, che è la Chiesa, è azione sacra per eccellenza, e nessun'altra azione della Chiesa ne uguaglia l'efficacia allo stesso titolo e allo stesso grado. *(Sacrosanctum Concilium 7)*

Ore: come viviamo il tempo? Distinzione tra *Chronos* (mera successione di istanti ed eventi, che divora ciò che genera) e *Kairós* (tempo visitato da Dio, che in esso si rivela e si incarna). La fede cristiana provoca nel credente il passaggio da una concezione circolare a una concezione lineare del tempo.

La Liturgia delle Ore consiste nella celebrazione del mistero pasquale di Cristo e dell'opera della redenzione umana estesa durante il corso di una giornata. In ogni momento in cui l'uomo si sofferma a pregare con la Liturgia delle Ore, dunque, si celebra Cristo e il suo mistero pasquale. Pregando le Ore, noi "pasqualizziamo" il tempo, lo svuotiamo di ciò che è vecchio e mortale immettendo in esso la novità e l'eternità del Signore risorto.

BREVI CENNI STORICI

- Gli antecedenti nella preghiera ebraica (preghiere giornaliere e sacrifici quotidiani nel tempio)
- L'indicazione di Gesù: pregare sempre, senza stancarsi (Mt7,7-8)
- I Padri della Chiesa: verso una fissazione delle ore liturgiche.
- L'affermazione dell'*ufficio cattedrale* e dell'*ufficio monastico*
- Clericalizzazione, privatizzazione (breviario), decontestualizzazione delle ore.

LA LITURGIA DELLE ORE RIPRISTINATA E RIFORMATA DAL CONCILIO VATICANO II

Il quarto capitolo della costituzione conciliare sulla sacra liturgia *Sacrosanctum Concilium* è dedicato all'Ufficio Divino e fornisce i principi generali che i Padri del Vaticano II hanno dettato per il rinnovamento dell'Ufficio stesso. È possibile riassumere sostanzialmente i cardini sui quali si basa il rinnovamento della preghiera oraria della Chiesa in quattro punti:

1. riscoperta dell'Ufficio divino «quale **preghiera pubblica e comune del popolo di Dio**» (PNLO 1), non solo quindi del clero e dei monaci, attraverso il quale Cristo continua il suo ufficio sacerdotale nella Chiesa (Cf SC 83; PNLO 13);
2. l'orante deve poter vivere spiritualmente dei testi dell'Ufficio divino, **«fonte di pietà e nutrimento della preghiera personale»**, facendo in modo che «la mente corrisponda alla voce» (SC 90; Cf PNLO 19);
3. il rispetto della ***veritas horarum*** «in modo che le diverse Ore, per quanto possibile, corrispondano al loro vero tempo» (SC 88; Cf PNLO 11);
4. **fedeltà al passato e sensibilità alle condizioni attuali** del clero: «l'ordinamento tradizionale dell'Ufficio sia riveduto […] tenendo presenti però anche le condizioni della vita contemporanea in cui si trovano specialmente coloro che attendono all'apostolato» (SC 88).

Così si compone il quadro quotidiano della liturgia delle ore riformata:

INVITATORIO (Salmo 94, oppure 99,66,23)
UFFICIO DELLE LETTURE
LODI MATTUTINE
ORA MEDIA: TERZA
ORA MEDIA: SESTA
ORA MEDIA: NONA
VESPRI
COMPIETA

In questo quadro, *le Lodi e i Vespri* assumono grande importanza, in quanto cardini di tutto l'ufficio e quali preghiere proprie rispettivamente del mattino e della sera (Cf SC 89).
L'*Ufficio delle Letture* o mattutino (PNLO 55-69) viene adattato in modo da poter essere recitato in qualsiasi ora del giorno: «L'ora detta mattutino, pur conservando l'indole di preghiera notturna per il coro, venga adattata in modo da poter essere recitata in qualsiasi ora del giorno; abbia un minor numero di salmi e letture più lunghe» (SC 89).
Le *Ore minori* (PNLO 74-83) di *terza, sesta e nona* vengono mantenute per coloro che pregano la liturgia delle ore in coro, mentre fuori del coro si può scegliere una delle tre, quella cioè che meglio risponde al momento della giornata (SC 89).
La *Compieta* (PNLO 84-92) è l'ultima preghiera del giorno: «compieta sia ordinata in modo che si adatti bene alla conclusione della giornata» (SC 89). Questa preghiera deve essere recitata prima del riposo notturno, eventualmente anche dopo la mezzanotte (PNLO 84).
Con la scelta

- di distribuire il salterio, cioè il libro dei salmi, in un ciclo di quattro settimane, anziché settimanale come in precedenza,
- e di privilegiare un criterio selettivo dei salmi in base alle ore del giorno e anche alla sensibilità dei fedeli,

ci si è riallacciati all'antica tradizione dell'ufficio cattedrale.

GLI ELEMENTI DELLA LITURGIA DELLE ORE

1. **I salmi**. I *Principi e Norme per la Liturgia delle Ore* definiscono i salmi come «bellissimi canti, che i sacri autori, sotto l'ispirazione dello Spirito Santo, hanno composto nell'Antico Testamento. … 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"» (PNLO 100.103).
Le difficoltà legate alla mentalità e alla distanza culturale tra noi e il salmista sono innegabili, ma il fatto che essi siano parola ispirata porta comunque frutto a chi li prega con fiducia e fedeltà. Rimane l'opportunità e necessità che ciascuno, secondo le sue possibilità, raggiunga «una maggiore formazione biblica, specialmente riguardo ai salmi» (Cf SC 90).
Le difficoltà legate alla distanza tra lo stato d'animo della persona che prega il salmo e il tipo di salmo stesso previsto in una determinata Ora di preghiera vanno affrontate ricordando che 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. Il ciclo dei salmi della liturgia delle ore è eseguito non a titolo personale, ma a nome di tutta la Chiesa, anche quando si tratta di un orante che celebra qualche Ora da solo. Questa specificità della Liturgia delle ore rispetto ad altre forme di preghiera è uno dei suoi aspetti educativi più preziosi.

2. **Cantici**. Alle Lodi, dopo il primo salmo, si inserisce sempre, per antica consuetudine, un *cantico dell'Antico Testamento*. Ai Vespri, dopo i due salmi, si inserisce un *cantico del Nuovo Testamento*, tratto dalle Lettere apostoliche o dall'Apocalisse.
   Grande importanza è attribuita ai *cantici evangelici* del *Benedictus* alle Lodi, del *Magnificat* ai Vespri e del *Nunc dimittis* alla Compieta. Agli stessi, infatti, è riservato il medesimo onore, la medesima solennità e dignità di cui si è soliti circondare il Vangelo, quando è proclamato durante la Messa. Tale importanza gli viene riconosciuta anche attraverso i gesti che accompagnano il canto del *Benedictus* e del *Magnificat,* quali l'incensazione dell'altare, lo stare in piedi e il segno della croce che l'orante traccia su se stesso. Il *Benedictus,* il *Magnificat* e il *Nunc dimittis* sono gli unici brani evangelici inseriti nel salterio e perciò rappresentano il culmine dell'intera orazione. L'incensazione dell'altare, come anche il segno della croce, pone in rilievo come il sacrificio delle labbra sia in stretta relazione con il sacrificio di Cristo, di cui l'altare è segno eminente nella chiesa. La Liturgia delle Ore celebra il mistero pasquale del Signore e l'incenso che sale dall'altare, oltre a richiamare il sacrificio antico portato a compimento dal sacrificio nuovo di Cristo, rimanda direttamente alle parole del salmo 140 versetto 2, tipicamente vespertino, nel quale si parla della preghiera che sale al Signore come incenso che sale verso il cielo: «salga a te come incenso la mia preghiera, le mie mani alzate come sacrificio della sera». L'incenso è il segno della preghiera che si eleva a Dio. Lo stare in piedi, atto che si compie anche nella celebrazione della Santa Messa durante la proclamazione del brano evangelico, è il gesto dei risorti. I cantici evangelici, perciò, costituiscono la cerniera tra l'antica Legge, espressa dalla preghiera dei salmi, e la nuova Legge, che trova compimento nella persona del Cristo morto e risorto.

3. **Antifone.** L'antifona è cantata o recitata all'inizio del salmo o cantico. Essa contribuisce a una migliore comprensione dei salmi e al loro adattamento alla preghiera cristiana. Nell'Ufficio della Liturgia delle Ore del Tempo Ordinario può anche essere sostituita dalle sentenza cristologiche. Le antifone si cantano prima e dopo ciascun salmo, oppure dopo ogni strofa. Essa è di sua natura destinata al canto. Fondamentalmente distinguiamo due categorie di antifone:
   - le prime sono costituite da una vera e propria composizione innica e poetica;
   - le altre sono tratte da un versetto dello stesso salmo, spesso adattato o leggermente modificato in vista della funzione stessa delle antifone.

4. **Letture**. Nell'Ufficio delle Letture sono inseriti brani della Sacra Scrittura in una forma più lunga rispetto alle altre Ore che, invece, prevedono una lettura breve inserita subito dopo la salmodia. Le letture brevi sono state scelte in modo da esprimere sinteticamente, ma chiaramente, una sentenza o un'esortazione. Nella scelta di questi passi scritturistici si sono osservati i seguenti criteri:
   a. secondo la tradizione, sono state escluse pericopi evangeliche;
   b. per quanto possibile, si è tenuto presente il carattere particolare della domenica, del venerdì e anche delle singole Ore;
   c. le letture dei Vespri sono state scelte solo dal Nuovo Testamento, perché seguono il cantico, che è della stessa origine.

5. **Responsori**. Il responsorio breve alle Lodi mattutine, ai Vespri e a Compieta e il versetto a Terza, Sesta e Nona, sono una risposta alla Parola di Dio ascoltata nella lettura breve, una sorta di acclamazione, allo scopo di imprimere più profondamente la parola di Dio nell'animo di chi ascolta o di chi legge.

6. **Inni**. Gli inni, che già per antichissima tradizione facevano parte dell'Ufficio, conservano anche oggi la loro funzione. Pur contenendo immagini e richiami tratti dalla Sacra Scrittura, il testo non è tratto dalla Bibbia. Per la loro ispirazione lirica, non solo sono destinati specificamente alla lode di Dio, ma costituiscono un elemento popolare: anzi, di solito sottolineano immediatamente e più delle altre parti dell'Ufficio, l'aspetto particolare di un'Ora e delle specifica occasione o momento dell'anno liturgico, con l'effetto di introdurre e disporre gli animi dei fedeli a una partecipazione autentica. L'inno, secondo la tradizione, si conclude con la dossologia. Nella *Liturgia Horarum* riformata si contano 291 inni latini tra quelli più antichi appartenenti alla tradizione e quelli di nuova composizione. Per quanto riguarda la celebrazione in lingua moderna, le norme consentono alle Conferenze Episcopali di adattare gli inni latini al carattere della propria lingua e anche di introdurre inni di nuova composizione, purché si addicano veramente al carattere dell'Ora, o del Tempo, o della celebrazione.

7. **Invocazioni e intercessioni**. Sebbene la Liturgia delle Ore sia innanzitutto preghiera di lode a Dio, tuttavia non manca l'elemento della supplica e della domanda espresso attraverso le invocazioni alle Lodi e le intercessioni ai Vespri. Con le *invocazioni* alle Lodi la Chiesa affida e consacra a Dio l'intera giornata. Le *intercessioni* dei Vespri, attraverso le loro suppliche, manifestano il carattere della preghiera delle ore, ossia quello di intercedere per la Chiesa intera.
   Poiché la Liturgia delle Ore è principalmente preghiera della Chiesa per tutta la Chiesa, anzi per la salvezza di tutto il mondo, è necessario che nelle preci le intenzioni universali abbiano senz'altro il primo posto: si prega cioè per la Chiesa con la sua gerarchia, per le autorità civili, per coloro che sono afflitti da povertà, malattia, dolore, per le necessità del mondo intero, cioè per la pace e per altre circostanze simili. È possibile tuttavia, sia alle Lodi mattutine sia ai Vespri, aggiungere alcune intenzioni particolari. Nelle intercessioni dei Vespri l'ultima intenzione è sempre per i defunti e, dunque, mentre le invocazioni sono quattro, nelle intercessioni vi è una ulteriore petizione per i defunti.
   Sia le invocazioni, sia le intercessioni trovano il loro culmine e la loro sintesi nella preghiera per eccellenza, il *Padre nostro*, recitato prima dell'orazione conclusiva. La preghiera del Signore, quindi, come da antica tradizione della Chiesa nascente testimoniata nella *Didachè* (VIII, 3), continua a essere recitata solennemente tre volte al giorno, cioè alla Messa, alle Lodi e ai Vespri.

8. **Silenzio**. 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, secondo l'opportunità e la prudenza, interporre un intervallo di silenzio dopo i singoli salmi, appena ripetuta l'antifona, secondo un'antica usanza; la stessa opportunità è offerta dopo le letture, sia brevi sia lunghe, prima o dopo il responsorio. Nella recita individuale, invece, c'è più ampia possibilità di fermarsi nella meditazione di qualche formula che stimoli gli effetti dello spirito, senza che l'Ufficio perda per questo la sua caratteristica di preghiera pubblica. Il silenzio, sebbene apparentemente possa sembrare mancanza di qualcosa, liturgicamente rileva la presenza di Qualcuno che si manifesta ben oltre le parole umane, e anima la preghiera della Chiesa orante.

DOCUMENTI DI RIFERIMENTO

- *Sacrosanctum Concilium (SC),* Costituzione sulla Sacra Liturgia del Concilio Vaticano II. https://www.vatican.va/archive/hist_councils/ii_vatican_council/documents/vat-ii_const_19631204_sacrosanctum-concilium_it.html
- Paolo VI, *Laudis Canticum (LC)*, Costituzione apostolica con cui si promulga l'Ufficio divino rinnovato. http://www.vatican.va/content/paul-vi/it/apost_constitutions/documents/hf_p-vi_apc_19701101_laudis-canticum.html
- *Principi e Norme per la Liturgia delle Ore*. https://www.liturgia.it/content/praenotanda/testi/ore.htm