

# ***LA SCUOLA DELLA PREGHIERA: LITURGIA DELLE ORE (I)***

## **1) La preghiera di Gesù**

La Liturgia delle Ore discende dalla preghiera ebraica e scandisce la giornata con momenti dedicati, come faceva Gesù. Cristo, sacerdote eterno, continua a pregare il Padre attraverso la Chiesa e ha comandato di "pregare incessantemente".

## **2) Preghiera della Chiesa**

La Liturgia delle Ore è la preghiera ufficiale e pubblica della Chiesa, che unisce tutti i cristiani. I preti e i religiosi pregano per obbligo, ma anche i laici sono invitati a recitare almeno Lodi e Vespri. Ogni comunità che prega rappresenta la Chiesa universale.

## **3) Santificazione del tempo**

Con la preghiera distribuita nei vari momenti della giornata, la Liturgia delle Ore santifica il tempo, aiutando a vivere ogni cosa orientata verso Dio e rileggere la vita alla luce della fede.

## **4) Rapporto con l'Eucaristia**

La Liturgia delle Ore è strettamente legata all'Eucaristia: nella messa Cristo si offre al Padre, mentre nella Liturgia delle Ore i fedeli offrono la lode. È una preparazione e un completamento della messa.

## **5) Le ore principali**

- Lodi: dedicate alla risurrezione, alla creazione e alla luce.
- Vespri: riflettono il tramonto e la speranza nel Regno di Dio.
- Ufficio delle letture: momento per ascoltare la Parola.
- Ora media: preghiera breve durante il lavoro.
- Compieta: chiude la giornata con esame di coscienza e abbandono a Dio.

## **6) La Liturgia delle Ore come scuola di preghiera**

La Liturgia delle Ore è una preghiera tradizionale, biblica e oggettiva, che ci introduce nei misteri di Cristo e nella storia della salvezza.