

5 – La *Liturgie des heures*, matrice de vie spirituelle

Il faut que dans son accomplissement digne, attentif et fervent,
l'âme s'accorde avec la voix.

PGLH 19

Objectif : Repérer les liens et les différences entre prière communautaire et prière personnelle.
Montrer comment la *Liturgie des heures* pose les fondements d'une vie spirituelle équilibrée.

Faire l'expérience de la liturgie des Heures

Commencer le temps de travail par vivre la prière des Heures : laudes, Milieu du jour... selon l'heure.

Relire l'expérience

Chacun exprimera la manière dont il comprend la *Liturgie des heures*.

Lire

*Constitution apostolique Laudis canticum **

Puisque la vie du Christ dans son Corps mystique perfectionne et élève aussi la vie propre ou personnelle de chaque fidèle, non seulement toute opposition entre la prière de l'Église et la prière personnelle doit être rejetée, mais les liens entre l'une et l'autre doivent être raffermis et développés. L'oraison mentale doit puiser un aliment continu dans les lectures, dans les psaumes et dans les autres parties de la *Liturgie des heures*.

Si la prière de l'office divin devient une vraie prière personnelle, les liens entre la liturgie et la vie chrétienne tout entière apparaissent mieux. À chaque heure du jour et de la nuit, toute la vie des fidèles constitue comme une *leitourgia* par laquelle, en esprit d'amour, ils se mettent au service de Dieu et des hommes, en adhérant à l'action du Christ [...].

* Cette Constitution apostolique de Paul VI se trouve au début du tome I de la *Liturgie des heures*.

Constitution sur la liturgie, Sacrosanctum Concilium

90. l'office divin, en tant que prière publique de l'Église, est la source de la piété et l'aliment de la prière personnelle, les prêtres et tous ceux qui participent à l'office divin sont priés dans le Seigneur d'harmoniser lorsqu'ils l'accomplissent leur âme avec leur voix ; et pour mieux y parvenir, ils se procureront une connaissance plus développée de la liturgie et de la Bible, et principalement des psaumes.

Présentation générale de la Liturgie des heures

18. les lectures et les prières de la Liturgie des Heures constituent une source de vie chrétienne. En effet, c'est à la table de la Sainte Écriture et des paroles des saints que cette vie se nourrit, et elle puise sa vigueur dans la prière.

19. Pour que cette prière appartienne en propre à chacun de ceux qui y participent, pour qu'elle soit source de piété, et de la grâce divine dans toute sa richesse, et aussi aliment d'oraison personnelle et d'action apostolique, il faut que dans son accomplissement digne, attentif et fervent, l'âme s'accorde avec la voix. Que chacun s'applique à coopérer avec la grâce d'en haut pour ne pas la recevoir en vain. En cherchant le Christ et en pénétrant toujours plus intimement dans son mystère par la prière, que tous louent Dieu et lui présentent leurs supplications dans le même esprit qui animait la prière du divin Rédempteur lui-même.

Desiderio desideravi, Pape François

53. Quel art sommes-nous appelés à apprendre pour proclamer la Parole, pour l'écouter, pour la laisser inspirer notre prière, pour la faire devenir notre vie ? Tout cela est digne de la plus grande attention, non pas formelle ou simplement extérieure, mais vivante et intérieure, afin que chaque geste et chaque parole de la célébration, exprimés avec « art », forment la personnalité chrétienne de chaque individu et de la communauté.

Au fil de la lecture :

- Noter les découvertes.
- Relever les éléments qui interrogent ou qui demandent des explications.
- Noter les liens et/ou les différences entre la prière personnelle et la prière communautaire.
- Relever les éléments de la *Liturgie des heures* propres à nourrir une vie de prière personnelle et une authentique vie chrétienne.

☞ Prendre le temps d'échanger

Après avoir échangé, noter :

- Ce que je retiens de l'échange.
- Ce que ce travail peut apporter comme changement dans la manière de percevoir et de vivre la *Liturgie des heures* ?
- Quelles décisions peuvent-elles être prises pour approfondir et vivre les découvertes ?
- Quels retentissements deviennent possibles dans l'action pastorale ?

Service National de la Pastorale Liturgique et Sacramentelle



58 avenue de Breteuil
75007 PARIS
liturgie.catholique.fr