



A LITURGIA DAS HORAS: ESTRUTURA, TEOLOGIA E IMPULSOS PARA A PRÁTICA

The liturgy of the hours: structure, theology and impulses for practice

Matheus Rodrigo Lubki*

Resumo:

A Liturgia das Horas não é outra coisa senão uma escola de espiritualidade, que tem por objetivo mostrar ao ser humano apressado, angustiado e deprimido do século XXI, que Deus ainda é aquele que cuida e que quer estar presente com seus filhos e filhas de forma pessoal e diária. O presente artigo tem por objetivo trazer a estrutura da Liturgia das horas, bem como o seu significado, assim como alguns impulsos para a prática desta antiga prática litúrgica-espiritual para a vida de fé do ser humano moderno, impulsos estes, firmemente embasados na Reforma Luterana. Finalmente, a Liturgia das Horas quer colocar todo o dia nas mãos de Deus, para que o ser humano consiga viver sua vida em oração, meditação e tentação.

Palavras-chave: Teologia Prática; Liturgia; Espiritualidade; Liturgia das Horas.

Abstract:

The Liturgy of the Hours is nothing but a school of spirituality, which aims to show the hurried, anguished and depressed human being of the 21st century, that God is still the one who cares and wants to be present with his sons and daughters in a personal and daily. This article aims to bring the structure of the Liturgy of the hours, as well as its meaning, as well as some impulses for the practice of this ancient liturgical-spiritual practice for the life of faith of the modern human being, these impulses, firmly based on the Reformation Lutheran. Finally, the Liturgy of the Hours wants to put all day in the hands of God, so that the human being can live his life in prayer, meditation and temptation.

Keywords: Practical Theology; Liturgy; Spirituality; Liturgy of the Hours.

Introdução

Tu, Senhor, meu Pai eterno, tu és o meu conforto. Mas eu me dispersei nos tempos cuja ordem ignoro, e os meus pensamentos, vísceras da minha alma, são dilacerados por tumultuosas vicissitudes, até que eu purificado pelo fogo do teu amor, mergulho em ti. [...] Que [os seres humanos] avancem para o que está adiante, de modo a compreender que tu existes antes de todos os tempos, eterno Criador de todos os tempos¹.

* Matheus Rodrigo Lubki é estudante no curso de Bacharelado em Teologia da Faculdade Luterana de Teologia – FLT, em São Bento do Sul, SC. Contato: matheus.lubki@flt.edu.br.

¹ AGOSTINHO, Aurélio [Santo Agostinho]. *Confissões*. 4. ed. São Paulo: Paulinas, 1984, p. 334-335.

Estas palavras de Santo Agostinho, apesar de serem do século V d.C., revelam uma grande realidade do século XXI. Indústrias, trabalho, correria do cotidiano, diversos afazeres. Pessoas cada vez mais conectadas nas mídias sociais; as relações humanas entrando cada vez mais em crise. Sem sentido na vida, as pessoas buscam o cumprimento de seus prazeres, sem, contudo, uma reflexão ética e moral de seus atos, imperando assim os desejos do coração.

Nesse contexto, como subsistir a espiritualidade cristã? Vê-se que, apesar da produção em massa de devocionais, a espiritualidade está cada vez mais morta. Como se poderia voltar a uma espiritualidade saudável dentro dessa nova realidade do século XXI? É uma pergunta de extrema importância para a Igreja Cristã, pois revela à esta como continuar sendo testemunha do Evangelho nessa sociedade. Como manter as tradições e as concepções da fé judaico-cristã? É impossível subsistir a toda essa cosmovisão sem a reflexão, sem o contato direto com as Escrituras. É necessária uma imersão no mundo bíblico. Mas como conciliar isso ao mundo pós-moderno, cheio de afazeres?

A fala de Agostinho deixam claro que apesar de todos os afazeres do dia-a-dia, Deus é o Senhor do tempo e nele tudo subsiste. Ele é o conforto em meio a tantas correrias. Na Liturgia das Horas, aprende-se a agradecer, a confiar e a entregar o dia e todas as coisas aos cuidados de Deus. Por isso, ela é entendida como uma escola de espiritualidade. Por isso, tem-se aqui o objetivo de trazer e esmiuçar o a estrutura, bem como o significado e possibilidade para a prática da Liturgia das Horas na atualidade. Espero que cada leitor e leitora possa descobrir e fascinar-se diante das profundidades de cada uma das horas nesta prática litúrgica e espiritual.

Teologia e estrutura da liturgia das horas

O objetivo, neste artigo, é definir e explicar a teologia e a estrutura da Liturgia das Horas. Ou melhor, mostrar o seu significado e a sua forma, dando ênfase nas *laudes* e nas *vésperas*, que seria a Liturgia das Horas para o povo, que é o quer-se redescobrir.

Em uma visão holística das Horas, Beckhäuser traz algo muito interessante a ser considerado na reflexão sobre esse tema, o qual é aquilo que sustenta toda a estruturação litúrgica da Liturgia das Horas, a saber, a rememoração da Páscoa de Jesus no andamento do dia, da semana e do ano. Assim, a igreja usufrui do convite proporcionado pelas Horas para viver os mistérios do Tríduo Pascal (Paixão-Morte, Sepultura, Ressurreição de Jesus). Algo a ser considerado ainda, é que as Horas estão ligadas nessa vivência diária dentro do ritmo da luz, assim como a oração dos judeus, a qual subsiste na transição de trevas para luz, noite para dia, tarde para manhã, que ocorre todos os dias². Goltzen sintetiza essa prática da seguinte forma:

Orando, a congregação acompanha as sete estações de sofrimento do Senhor: Ele é capturado à noite; é levado ao tribunal de manhã cedo; carrega sua cruz na terceira hora; é cruelmente pregado na cruz no calor do meio-dia; Ele morre na hora nona; Ele é retirado da cruz por vésperas; e Ele está no túmulo nas completas. (tradução nossa)³.

² BECKHÄUSER, A. **O Sentido da Liturgia das Horas**. 2. ed. Petrópolis: Vozes, 1996, p. 25-26.

³ GOLTZEN, Herbert. Die tägliche Gottesdienst. In: MÜLLER, Karl Ferdinand; BLANKENBURG, Walter (Eds.). **Leiturgia: Handbuch des Evangelischen Gottesdienstes**. v. III. Kassel: Johannes Stauda-Verlag, 1956, p. 224. Original: „*Betend begleitet die Gemeinde die 7 Leidensstationen des Herrn: Er wird gefangengenommen in der Nacht, er wird des Morgens früh vor Gericht gestellt, er trägt sein Kreuz um die 3. Stunde, er ist grausam ans Kreuz genagelt in der Hitze des Mittags, er stirbt um die 9. Stunde, er wird vom Kreuz abgenommen zur Vesper, und er liegt im Grabe zur Komplet*“.

Com isso, teologicamente, pode concluir-se que cada uma das horas tem a ver com algo específico do mistério de Cristo, com vistas à santificação do tempo⁴. Já em se tratando da estrutura das Horas, deve-se lembrar que ela possui elementos básicos em todas as Horas. Tais como: salmo, leitura, hino, cântico (louvor do Novo Testamento), oração. Os outros componentes teriam o objetivo para a iniciação, transição e conclusão, ou seja, complementação desses elementos. Nas *laudes* e nas *vésperas* há uma estrutura mais clara, sendo todos os elementos distribuídos de forma equilibrada. O meio dessas Horas é o *Capitulum*, que seria uma leitura curta. A salmodia a precede, seguida do hino, do cântico e da oração⁵. Nesse momento, a presente pesquisa quer aprofundar-se em cada uma dessas horas, trazendo sua teologia e sua estruturação.

Invitatório

O Frei Beckhäuser traz como primeiro ponto a ser observado o Invitatório. Na verdade, ele não é uma hora, mas é um convite à oração, em função da primeira hora do dia. Assim, ele serviria para introduzir a primeira hora⁶. De acordo com a Instrução Geral sobre a Liturgia das Horas, o Invitatório inicia com a chamada: “abri os meus lábios, ó Senhor. E minha boca anunciará vosso louvor”, em seguida é feita a leitura do Salmo 95, sendo possível, quando oportuno, utilizar os salmos 100, 67 ou 24⁷.

Laudes

Depois da chamada, feita pelo Invitatório, começa a primeira hora do dia, as *laudes*. Reynal, ao considerar a vida de oração dentro do ritmo da luz, em concordância com os judeus, diz que as *laudes* têm como característica o retorno da luz, por ser feita nas primeiras horas do dia, com a luz solar. Assim, o significado desse ofício tem a ver com a ressurreição de Cristo, e sua eterna presença junto da igreja. Nesse sentido, Cristo é a verdadeira luz que brilha nos corações do ser humano, doando a sua luz (esperança) e a sua graça⁸. Como diz Reynal: “Na celebração do mistério de Cristo em *laudes*, antecipamos cada dia, pela esperança, a volta gloriosa de Cristo”⁹.

As *laudes* tem como objetivo santificar as primeiras horas do dia. Basílio diz, nas Regras Menos Extensas, que esse ofício faz com que sejam dedicadas a Deus os primeiros movimentos da alma e da mente, sendo a primeira coisa a alegria e o regozijo em Deus, como reza o salmo: “Lembrei-me de Deus e senti-me cheio de gozo” (Sl 76.4)¹⁰.

Goltzen traz alguns temas básicos das *laudes*, sendo que todos têm a ver com o louvor a Deus pela manhã, mas especificamente: a) a manhã da Criação; b) a manhã da ressurreição do Senhor; e c) o chamado para o despertar espiritual dos fiéis. Assim, os salmos, os hinos, o cântico do Novo Testamento estão em acordo com o que se quer refletir nesse ofício¹¹.

⁴ REYNAL, Daniel de. **Teologia da Liturgia das Horas**. São Paulo: Edições Paulinas, 1981, p. 68. Pode ser vista essa ideia da santificação do dia em conformidade com o mistério de Cristo já na Tradição Apostólica de Hipólito, ao falar da oração. Disponível em: <

https://www.ecclesia.com.br/biblioteca/pais_da_igreja/tradicao_apostolica_hipolito_roma.html#4.14%20-%20A%20Ora%C3%A7%C3%A3o%20-%20II>. Acesso em: 04 abril 2019.

⁵ GOLTZEN, 1956, p. 228.

⁶ BECKHÄUSER, 1996, p. 26.

⁷ ALDAZÁBAL, José. **Instrução Sobre a Liturgia das Horas**. 3. ed. São Paulo: Paulinas, 2015, p. 53-54. (IGLH 34).

⁸ REYNAL, Daniel de. **Teologia da Liturgia das Horas**. São Paulo: Edições Paulinas, 1981, p. 68-69.

⁹ REYNAL, 1981, p. 71.

¹⁰ BASÍLIO DE CESAREIA. **As Regras Monásticas**. Petrópolis: Vozes, 1983, p. 106.

¹¹ GOLTZEN, 1956, p. 229.

No Breviário Monástico, a liturgia desse ofício seria assim:

Ingresso; Salmo 67 (sem antífona), 3 salmos com 3 antífonas; 1 cântico do AT com antífona; 3 salmos das *laudes* (Salmos 148-150), com 1 antífona; *Capitulum* (homilia); responsório breve; hino; versículo; cântico: *Benedictus*; Kyrie; Pai Nosso; oração do dia; preces (intercessão); e bênção final¹².

Vésperas

Optou-se a falar das Vésperas, antes das outras horas, por ela ser central na Liturgia das Horas, juntamente com as *laudes*. Assim, as vésperas ao serem celebradas de tarde, têm o objetivo de agradecer por tudo aquilo que Deus fez durante o dia na vida de cada fiel. Depois de todo o dia de afazeres e trabalhos, o ser humano para a sua rotina a fim de dar graças ao Trino Deus. Além da rememoração, em louvor e agradecimento no âmbito da comunidade, ao sacrifício de Cristo na cruz. Como salienta o Frei Beckhäuser: “a caminhada da Igreja ao encontro de Cristo, seu esposo, é o grande motivo do louvor vespertino”¹³.

Reynal ainda aponta para um aspecto sobre as vésperas, a saber, a sua relação com a luz e, conseqüentemente, com as *laudes*. Cristo, como Filho de Deus, é luz. Por meio de sua morte e ressurreição Ele trouxe a verdadeira luz, a qual é inapagável e é onde os fiéis participam pela fé. No momento da oração da tarde, a luz está findando, e assim os fiéis são convidados para uma festa: as núpcias do Cordeiro. Dessa forma, não há necessidade de medo da escuridão, das trevas, pois Cristo é a luz que ilumina e destrói todas as trevas. Um último ponto, conforme Reynal, é o tempo de descanso. Ele tem a ver com a passagem para a vida eterna, que é a recompensa prometida por Cristo para quem caminha com ele e confia nele. Algo que não se pode confundir nas vésperas é sobre o que ela pretende refletir, ou seja, ela não pretende ser uma reflexão de algum mistério específico de Cristo, mas pretende contemplar o todo do Verbo de Deus preexistente: sua intervenção na criação e sua manifestação na encarnação redentora¹⁴.

Segundo Goltzen, as vésperas tem a motivação de dar graças a Deus a partir do olhar para trás, na graça experimentada: a) nas maravilhas de Deus, na criação; b) o milagre da condescendência de Deus que deu em seu Filho; e c) em memória da Santa Ceia, onde Ele fortalece o seu povo¹⁵.

Também em acordo com o Breviário Monástico, a liturgia das Vésperas seria assim:

Ingresso; 4 salmos com 4 antífonas; *Capitulum* (homilia); responsório breve; hino; versículo; cântico: *Magnificat*; Kyrie; Pai Nosso; oração do dia; preces (intercessão); e bênção final.

As horas menores ou hora média

Segundo Goltzen, essas três horas menores (*tertia, sexta e noa*) são breves respirações espirituais durante o dia, o qual é cheio de afazeres. Elas têm a ver com a prática da Sinagoga e com a era dos apóstolos, como já foi visto nas raízes da Liturgia das Horas acima. A estrutura dessas três horas é mais simples do que as *laudes* e as *vésperas*. Sendo assim: Ingresso (invocação da ajuda de Deus); hino; três salmos, cada um com antífona; *Capitulum*; (responsório breve, não no breviário monástico); versículo; Kyrie; Pai Nosso; oração do dia; e bênção final¹⁶.

¹² Cf. GOLTZEN, 1956, p. 229.

¹³ BECKHÄUSER, 1996, p. 29.

¹⁴ REYNAL, 1981, p. 71-74.

¹⁵ GOLTZEN, 1956, p. 229.

¹⁶ GOLTZEN, 1956, p. 230.

Essas três horas estão relacionadas a algumas ocorrências da Paixão de Cristo e da Pregação inicial do Evangelho¹⁷. A *tertia*, que ocorre na terceira hora do dia (às nove horas), possui dois significados: 1. a hora em que o Espírito Santo desceu sobre os discípulos em Pentecostes. Assim, nesse ofício, são pedidos os dons do Espírito; e 2. a hora em que Cristo foi entregue à morte, começando a ser afrontado com as chibatadas dos soldados romanos¹⁸. Goltzen faz a relação entre a *tertia* e as *laudes*: “se as *laudes* são direcionadas ao mesmo tempo ao ressuscitar espiritual e assim falam ao ser humano a respeito de seu batismo, então a *tertia* pede pela *confirmatio*, pelo fortalecimento no trabalho e pela luta do dia-a-dia” (tradução nossa)¹⁹. Ou seja, é pedida a ação, o fortalecimento do Espírito Santo durante o dia, nas lutas diárias, em memória do ultraje que Cristo sofreu na Sexta-feira Santa, por volta desse horário.

A *sexta*, celebrada ao meio-dia, lembra do momento da crucificação de Cristo. Reynal aponta para o que é celebrado nesse ofício: Jesus assumindo tudo de forma livre, sem obrigação, por amor e obediência perfeitos. Segundo o mesmo autor, as orações desse ofício têm três direções: 1. pedido a Deus para suportar as lutas do dia; 2. pedido para completar a obra começada; e 3. conseguir prosseguir com toda a boa vontade, e de coração aberto, a obra começada a fim de atingir a perfeição²⁰. Assim, em meio a toda a luta do dia, o fiel eleva os seus olhos para o céu, como servo, pedindo refresco para Deus²¹.

A *noa* é o ofício onde se lembra o momento em que Jesus entregou o seu espírito para o Pai, morrendo e tendo sua lateral traspasada pela lança. Os discípulos também oravam nessa hora (At 3.1)²². Reynal, teologicamente falando, diz que nessa hora é onde se percebe que a morte foi destruída pela morte de Cristo. A luz retorna, pois conforme Mt 27.52,53 algumas pessoas já falecidas ressuscitam. Segundo ele, *noa* é a hora que se distingue das demais horas por lembrar especificamente da morte de Cristo, na cruz. Além dos frutos que ela proporciona e dos quais os fiéis usufruem²³.

Prima

A *prima*, difere das *laudes*, pois estas são o momento de render louvores a Deus e entregar o dia nas mãos dele. Já a *prima*, que acontece logo depois das *laudes*, é feita antes de iniciar o trabalho do dia. Tem como objetivo pedir o auxílio e a companhia de Deus durante todo o dia de trabalho, conforme o Salmo 90.17: “seja sobre nós a graça do Senhor, nosso Deus; confirma sobre nós as obras das nossas mãos, sim, confirma a obra de nossas mãos”²⁴.

Completas

As completas seriam uma complementação das vésperas, onde se realça a escatologia e a entrega da pessoa nas mãos de Deus²⁵. As completas possuem um núcleo diferente das outras horas

¹⁷ BECKHÄUSER, 1996, p. 31.

¹⁸ REYNAL, 1981, p. 76.

¹⁹ GOLTZEN, 1956, p. 230. Original: „Waren die Laudes gleichsam auf das geistliche Auferstehen gerichtet und sprechen damit den Menschen auf seine Taufe an, so bittet die Terz um die confirmatio, die Stärkung in Arbeit und Kampf des Tages“.

²⁰ REYNAL, 1981, p. 77-78.

²¹ GOLTZEN, 1956, p. 230.

²² GOLTZEN, 1956, p. 230; BECKHÄUSER, 1996, p. 31; REYNAL, 1981, p. 78.

²³ REYNAL, 1981, p. 79-80.

²⁴ GOLTZEN, 1956, p. 231.

²⁵ BECKHÄUSER, 1996, p. 32.

do dia, pois é feita antes de dormir, sendo a última coisa a ser feita no dia. Nesse sentido, o seu objetivo é olhar para trás, com fins de analisar como foi o dia. Aí são feitos agradecimento pelo que foi dado e confissão pelas falhas cometidas, mas não os pecados cometidos em pensamentos, palavras e ações, pois já foram reconciliados com Deus nas vésperas. Além disso, também é momento de agradecer pelo rompimento da noite, pedindo estar livre de sonhos aterrorizadores e uma calma para não pecar. Por isso, aqui também é importante a leitura do Salmo 90²⁶.

Pode-se concluir, com a teologia de cada uma das Horas, a esperança escatológica de que Cristo está sempre com cada um dos fiéis. Sendo proporcionado pela Liturgia das Horas a constante lembrança dos mistérios de Cristo. Como diz Hipólito, “procedendo dessa forma, respeitando a tradição, instruindo-vos mutuamente e exortando os catecúmenos, não sereis tentados nem perecereis, pois o Cristo estará sempre presente na lembrança”²⁷. Dessa forma, é cumprida a recomendação do apóstolo Paulo: “orai sem cessar” (1Ts 5.17). De fato, ao conseguir cumprir com as Horas, o fiel estará desenvolvendo a sua espiritualidade de forma saudável, crescendo a cada dia em conhecimento e maturidade no Senhor.

Prática da liturgia das horas na atualidade

Goltzen traz alguns pontos a serem considerados: o culto dominical, que tem como centro a pregação da palavra de Deus, está vivo em muitas comunidades, sendo o principal momento de adoração do povo cristão. A Liturgia das Horas, por outro lado, está sendo redescoberta em diversos contextos, entretanto existe a necessidade de sua recuperação nas comunidades e nos seus respectivos pastores, pois ali ela está morta. Uma coisa chocante é que a prática de uma espiritualidade em casa tem se tornado cada vez mais moribunda e a cada dia está chegando o momento de sua morte. Outra coisa, é que as casas jamais podem substituir as comunidades, o estar juntos, em unidade, como corpo de Cristo²⁸. A partir disso, constata-se que a espiritualidade tem se tornado extremamente escassa e as pessoas cada vez mais desinformadas e sem o contato com as Escrituras Sagradas.

Entretanto, jamais poderá transferir essa tradição das Horas para todos os lugares do mundo. As igrejas e seus pastores não tem condições de assumir a vida monástica na atualidade. Apesar desses problemas, Goltzen aponta que a oração diária é a forma mais correta para a santificação do tempo e a espera escatológica da volta de Cristo. Sendo por meio dela que existe a orientação da vida sob a palavra de Deus e a oração dirigida a Ele²⁹.

Para a volta dessa prática nas comunidades deve-se refletir qual a sua motivação. Será que são aspirações católicas? Será que é necessário e legítimo fazer essa volta à prática da Liturgia das Horas? Será que as igrejas protestantes podem fazer seu uso? No âmbito das igrejas protestantes, existem diversos círculos que dizem não ser possível a prática da Liturgia das Horas por se tratar de um sistema fechado, o qual não dá espaço para a ação do Espírito Santo. Mas a resposta a essa questão já foi dada pelo próprio protestantismo, pois ao não se ter essas formas mais formais, as pessoas passaram a meditar em suas casas, e o que aconteceu? 1. afastamento da tarefa da igreja em ser uma igreja em oração, em comunidade; e 2. a morte espiritual, pois constata-se que as pessoas não têm uma prática espiritual no seu cotidiano³⁰. O resultado de tudo isso são fiéis que se

²⁶ GOLTZEN, 1956, p. 231.

²⁷ TRADIÇÃO APOSTÓLICA. Disponível em: <https://www.ecclesia.com.br/biblioteca/pais_da_igreja/tradicao_apostolica_hipolito_roma.html#4.14%20-%20A%20Ora%C3%A7%C3%A3o%20-%20II>. Acesso em: 4 abril 19.

²⁸ GOLTZEN, 1956, p. 272.

²⁹ GOLTZEN, 1956, p. 272.

³⁰ GOLTZEN, 1956, p. 272-273.

apegam a legalismos, sem entender o mistério da fé, dessa forma se tornam mortos espiritualmente. Por tudo isso, a Liturgia das Horas se mostra como um caminho para o retorno à uma espiritualidade viva e saudável. Pois é exatamente no ser formal da liturgia que existe segurança e liberdade para os fiéis expressarem a sua fé e a sua espiritualidade, de forma sincera e com muito amor e devoção.

Como correta forma de expressão de espiritualidade e dependência de Deus, alguns nortes para sua prática se fazem necessárias. Nesse contexto serão abordados o que Lutero fala a respeito das Horas, assim como o que o Concílio Vaticano II fala sobre as mesmas, 400 anos depois de Lutero.

Em Lutero, percebe-se a sua preocupação em tornar a Liturgia das Horas mais próxima ao cotidiano das pessoas, sendo acessíveis a elas. Para ele, não é possível fazer todas as regras e formas da Liturgia das Horas, pois estas exigiriam uma vida monacal. E esse não é o objetivo das Horas na comunidade, pois ele quer resgatar o ofício do povo, aquele que era praticado desde antes do cristianismo, no judaísmo. Também em Lutero, encontra-se a recomendação de dois momentos diários, em comunidade, que seriam as *laudes* e as *vésperas*. Para ele, esses dois momentos não deveriam sobrecarregar as pessoas. Portanto não deveria passar de uma hora. Além de a liturgia desses momentos serem apenas as coisas centrais desses ofícios. Dessa forma, as pessoas poderiam começar o dia na presença de Deus e terminá-lo novamente na presença de Deus³¹.

O Concílio Vaticano II também teve essa mesma preocupação de Lutero, entretanto ele manteve o sistema da Liturgia das Horas muito mais rígido, ou seja, não abriu mão de muitas coisas em sua prática. Assim como Lutero, o Concílio definiu que as horas mais importantes são as *laudes* e as *vésperas*. Entretanto, de acordo com a possibilidade de cada fiel, seria necessário fazer um ofício ao meio-dia e também as completas, à noite antes de dormir. Liturgicamente, a leitura dos salmos nos ofícios foi diminuída, assim como as orações, as leituras tiveram um maior significado e o tempo total dos ofícios foram diminuídos. Tudo para que pudesse estar mais próxima da realidade do ser humano moderno³².

Algo a ser observado e que é de extrema importância, portanto, são os momentos de *laudes* e *vésperas*. Eles são momentos-chave do dia e que levam os fiéis à reflexão das obras de Deus, além de confiar nele em todos os momentos. Os outros ofícios também têm sua importância, entretanto, para se fazer uso de todos eles, somente em uma vida monástica seria possível. Por isso, não se defende nessa pesquisa a imposição de todas as horas da Liturgia das Horas explanadas acima, mas se propõe a prática dos ofícios que melhor se enquadram com rotina das pessoas, assim como o comprometimento das pessoas em realizá-las. Esses ofícios são momentos de parada para respirar e pontos de virada do dia de cada um³³. A sugestão é que se faça esses dois momentos do dia (*laudes* e *vésperas*), assim como as completas. Com a finalidade de render graças a tudo o que Deus fez, entregar-se nas mãos dele e rememorar o dia, a fim de avaliar o que foi feito, deixando os pecados nas mãos de Deus e se alegrando com os bons acontecimentos, tudo isso sempre sob a graça e misericórdia de Deus.

Por isso, chega-se no ponto onde comentou-se acima, ou seja, a Liturgia das Horas é uma escola de espiritualidade. Ao inserir-se nas Escrituras, como alguém não conseguirá entrar na história da salvação? Entretanto, exige-se disciplina para entrar naquilo que se propõe a Liturgia das

³¹ VOGEL, Ingrid. A Liturgia dos Tempos do Dia. In: SCHMIDT-LAUBER, Hans-Cristoph; MEYER-BLANK, Michael; BIERITZ; Karl-Heinrich (Eds.). **Manual de Ciência Litúrgica**. Vol. 2. São Leopoldo: Sinodal, 2013, p. 118; WHITE, James F. **Introdução ao Culto Cristão**. São Leopoldo: Sinodal, 2016, p. 87-88.

³² VOGEL, 2013, p. 117.

³³ GOLTZEN, 1956, p. 275.

Horas, pois é necessário estar em silêncio, ter a atenção em Deus somente, além de estar aberto para o que o Espírito de Deus fala aos corações de cada um que se colocou a rezar as Horas³⁴.

Considerações finais

A partir de tudo o que foi analisado e meditado durante a presente pesquisa, chega-se na conclusão de que a Liturgia das Horas é uma forma cristã de contagem do tempo, colocando-o na presença e nos cuidados de Deus. Ela é uma prática tão antiga quanto o cristianismo. E quando pessoas se dispõem a fazê-la, é juntarem-se aos cristãos desses dois mil anos de história, colocando os seus sofrimentos, suas lutas, suas alegrias, suas conquistas e seus fracassos nas mãos de Deus.

Apesar de ter como característica um certo grau de formalidade, é isso que sustenta a Liturgia das Horas, e a espiritualidade cristã, pois dá segurança às pessoas, e assim, podem expressar a sua espiritualidade de forma saudável e viva.

Nesse mundo de tanta correria, a Liturgia das Horas quer ser algo que dê um tempo para respirar o ar puro que vem da Palavra de Deus. Se alguém não consegue tirar dois momentos por dia, de 10 a 20 minutos, para a prática das Horas, vem-se a pergunta: quando é que essa pessoa vai tirar um tempinho para a meditação e encomendação da sua vida à Deus?

Espera-se que a partir desta pesquisa, o autor esteja engajado a aplicar esse método em sua própria vida, assim como na comunidade/paróquia onde atuará no futuro, com fins de enriquecimento espiritual, assim como crescimento em conhecimento da Palavra de Deus. Também se espera que essa pesquisa possa ajudar as pessoas que não têm bases de como proceder para tirar um tempo para Deus. Esse tempo é imprescindível para uma espiritualidade saudável, pois ela somente pode ser vivida dentro de uma vida de oração, leitura e meditação regrada.

REFERÊNCIAS

ALDAZÁBAL, José. *Instrução Sobre a Liturgia das Horas*. 3. ed. São Paulo: Paulinas, 2015.

BASÍLIO DE CESAREIA. *As Regras Monásticas*. Petrópolis: Vozes, 1983.

BECKHÄUSER, A. *O sentido da Liturgia das Horas*. 2. ed. Petrópolis: Vozes, 1996.

BÍBLIA. Português. Tradução de João Ferreira de Almeida. *Nova Almeida Atualizada*. São Paulo: Sociedade Bíblica do Brasil, 2017.

BOISSINOT, Alberto. *O Que é a Liturgia das Horas?* São Paulo: Loyola, 1988.

GOLTZEN, Herbert. Die tägliche Gottesdienst. In: MÜLLER, Karl Ferdinand; BLANKENBURG, Walter (Eds.). *Leiturgia: Handbuch des Evangelischen Gottesdienstes*. v. III. Kasel: Johannes Stauda-Verlag, 1956, p. 100-294.

REYNAL, Daniel de. *Teologia da Liturgia das Horas*. São Paulo: Edições Paulinas, 1981.

³⁴ BOISSINOT, Alberto. **O Que é a Liturgia das Horas?** São Paulo: Loyola, 1988, p. 57.

TRADIÇÃO APOSTÓLICA DE HIPÓLITO. Disponível em: <
https://www.ecclesia.com.br/biblioteca/pais_da_igreja/tradicao_apostolica_hipolito_roma.html#4.14%20-%20A%20Ora%C3%A7%C3%A3o%20-%20II>. Acesso em: 04 abril 2019.

VOGEL, Ingrid. A Liturgia dos Tempos do Dia. In: SCHMIDT-LAUBER, Hans-Cristoph; MEYER-BLANK, Michael; BIERITZ; Karl-Heinrich (Eds.). *Manual de Ciência Litúrgica*. Vol. 2. São Leopoldo: Sinodal, 2013.

WHITE, James F. *Introdução ao Culto Cristão*. São Leopoldo: Sinodal, 2016.