

## LITURGIA DE LAS HORAS

### Quinta semana – 2024

«Hay que alabar el oír Misa amenudo, asimismo cantos salmos y largas oraciones en la iglesia y fuera de ella, asimismo horas ordenadas al tiempo destinado para todo oficio divino y para toda oración y todas horas canónicas». (**San Ignacio de Loyola**)

#### **Oración litúrgica.**

«La liturgia es la cumbre a la cual tiende la actividad de la Iglesia, y al mismo tiempo la fuente de donde mana toda su fuerza. Pues los trabajos apostólicos se ordenan a que, una vez hechos hijos de Dios por la fe y el bautismo, todos se reúnan, alaben a Dios en medio de la Iglesia, participen en el sacrificio y coman la cena del Señor»<sup>1</sup>.

#### **Excelencia.**

La oración litúrgica ocupa objetivamente el primer lugar entre todas las demás clases de oración que el cristiano puede practicar. Es la oración oficial de la Iglesia, en la que interviene todo el Cuerpo Místico de Cristo con su Divina Cabeza al frente. En igualdad de circunstancias y de disposiciones subjetivas por parte del que la ejercita, ninguna otra oración tiene la fuerza y eficacia santificadora de la oración litúrgica.

Dom Columba Marmion señala:

Para juzgar del valor objetivo de una cosa hay que considerar el grado de gloria que proporciona a Dios, ya que Dios ha creado todas las cosas para su propia gloria. Las cosas valen tanto cuanto Dios las estima y no más: éste es el único criterio objetivamente verdadero para juzgarlas.

Hay cosas que glorifican a Dios por su propia naturaleza, por ejemplo, la Santa Misa, los sacramentos, la práctica de las virtudes cristianas, etc.; otras, en cambio, le glorifican tan sólo cuando un ser inteligente las ordena y encamina a esa finalidad, a la que no se dirigen de suyo por sí mismas, por ejemplo, el trabajo manual o intelectual, la enseñanza, el cultivo del jardín, etc. La oración pertenece al primer grupo, no sólo por la intención del que la recita (fin del que obra), sino por su misma naturaleza y por los propios elementos de que consta (fin de la cosa misma).

Entre todas las oraciones posibles ocupa objetivamente el primer lugar la **oración pública** de la Iglesia, o sea, la oración litúrgica oficial. Juntamente con el Santo Sacrificio de la Misa, con el que se relaciona íntimamente, la oración litúrgica constituye la expresión más completa de la religión. El rezo oficial del breviario constituye una obra verdaderamente divina: es el verdadero **Opus Dei**. Para vislumbrar un poco la excelencia del oficio divino es preciso

---

<sup>1</sup> *Sacrosantum Concilium*, 10.

remontarse al fundamento de donde deriva y examinar después su naturaleza, sus elementos y su propio fin.

El fundamento último de su excelencia es el canto eterno del Verbo Divino en el seno del Padre.

Cristo dejó a su Iglesia –su amadísima Esposa- el encargo de perpetuar a través de los siglos aquella incesante «alabanza de gloria» comenzada por Él en la tierra y continuada en el cielo como Cabeza de Su Cuerpo Místico hasta el fin de los siglos (cf. Hebr. 7,25). He aquí la **liturgia**, o sea, la alabanza de la Iglesia unida y apoyada en Cristo: mejor aún, **la alabanza del mismo Cristo, Verbo Encarnado, ofrecida a Dios por la Iglesia.**

La Iglesia asocia a esta perpetua alabanza de la gloria de Dios a todos sus hijos<sup>2</sup>; pero confía de manera especialísima esa divina misión a un grupo escogido de almas selectas: son los sacerdotes y religiosos obligados al rezo de las horas canónicas.

Además de la alabanza divina –que es su finalidad primaria-, la oración litúrgica se convierte para el que la recita debidamente en fuente inagotable de gracias y en medio efficacísimo de santificación personal. La liturgia nos pone delante la persona y los misterios de Cristo a través del año litúrgico. Todo nos conduce a contemplar a Jesús y acercarnos íntimamente a Él, lo cual es de una eficacia santificadora verdaderamente incomparable.

Sin embargo, la oración litúrgica no es un sacramento ni produce en nosotros la gracia por sí misma como los sacramentos. Es cierto que tratándose de la oración oficial de la Iglesia tiene cierta eficacia por sí misma –*ex opere operantis Ecclesiae*-, pero está muy lejos de la eficacia intrínseca –*ex opere operato*- de los sacramentos. Su eficacia santificadora depende en su mayor parte de las disposiciones subjetivas del que la practica.

«Este pueblo me honra con los labios, pero su corazón está lejos de mí» (**Is 29,13**). Por eso pedimos al iniciar la primera hora: «Señor, ábre mis labios, y mi boca proclamará tu alabanza». Dios nos da la gracia, el Espíritu Santo, que ora por nosotros (los salmos).

### La visión de San Bernardo

«Es célebre en las historias de la Orden del Cister la visión que tuvo San Bernardo mientras rezaba salmos una noche en el coro con sus monjes. Vió al lado de cada monje un ángel con papel y pluma en la mano, en acto de escribir cada salmo, cada versículo y cada palabra que rezaban. Mas con esta diversidad que unos ángeles escribían con letras de oro, otros con letras de plata, otros con tinta, otros con agua, y otros estaban con la pluma suspensa, sin escribir cosa alguna. Mientras el Santo estaba mirando esto con los ojos del cuerpo, le abrió Dios los de la mente, y con un rayo de luz superior le hizo penetrar el significado de aquella visión. Entendió que las oraciones que estaban escritas con letras de oro significaban el fervor de espíritu y la interior caridad con que se había rezado. Las oraciones señaladas con caracteres de plata indicaban una sincera devoción, pero junto con menos fervor. Las oraciones impresas con letras de tinta representaban una exquisita diligencia en pronunciar las palabras del salmo, pero con poco sentimiento de devoción. Las oraciones escritas con agua denotaban la negligencia de aquellos que, vencidos, o del sueño, o de la pereza, o de vanos pensamientos,

---

<sup>2</sup> Dice el Papa Pío XII: «El Verbo Encarnado trajo a este destierro el canto que se canta por toda la eternidad en el cielo. Cristo ya ascendió y nosotros continuamos en el Cuerpo Místico ese cántico». Siguiendo el paralelo del texto de Col 1, 24, debemos **completar lo que falta a la alabanza de Cristo**, actuamos In Persona Christi.

no ponían atención a lo que pronunciaban con la lengua. Los ángeles que nada escribían representaban la tibieza y la malicia de aquellos monjes que voluntariamente estaban adormecidos y distraídos»<sup>3</sup>.

«Si el corazón no está en oración, la lengua trabaja en vano», solía decir, aconsejando a los frailes que leyesen con devoción el oficio divino San Fray Tomás de Cori, Franciscano, canonizado por Juan Pablo II el 21 de noviembre de 1999<sup>4</sup>.

### **Dimensión “cósmica”**

El cristiano debe vivir la vida de la naturaleza en cuanto le sea posible, no para confundirse con la naturaleza, sino para atraer la naturaleza a sí, para dar al ritmo de la naturaleza un sentido religioso que la oriente y encamine a Dios por su medio. Somos pontífices no sólo de la humanidad que debemos redimir sino también de una creación que tiene en nosotros un sacerdocio capaz de ofrecerla a Dios.

El hombre es sacerdote de la creación. La oración siempre es un *opus gloriae* (obra, trabajo de gloria).

### **El hombre es sacerdote de la creación<sup>5</sup>.**

- *El hombre es sacerdote de toda la creación*, habla en nombre de ella, pero en cuanto guiado por el Espíritu. Se debería meditar detenidamente sobre este pasaje de la Carta a los Romanos para entrar en el profundo centro de lo que es la oración. Leamos: «*La creación misma espera con impaciencia la revelación de los hijos de Dios; pues fue sometida a la caducidad -no por su voluntad, sino por el querer de aquel que la ha sometido-, y fomenta la esperanza de ser también ella liberada de la esclavitud de la corrupción, para entrar en la libertad de la gloria de los hijos de Dios. Sabemos que efectivamente toda la creación gime y sufre hasta hoy los dolores del parto; no sólo ella, sino que también nosotros, que poseemos las primicias del Espíritu, gemimos interiormente esperando la adopción de los hijos, la redención de nuestro cuerpo. Porque en la esperanza hemos sido salvados» (8,19-24). Y aquí encontramos de nuevo las palabras ya citadas del apóstol: «El Espíritu viene en ayuda de nuestra debilidad, porque ni siquiera sabemos qué nos conviene pedir, pero el Espíritu mismo intercede con insistencia por nosotros, con gemidos inefables» (8,26). (JP II)*

El breviario nos inserta de nuevo en el ritmo de la naturaleza. Está compuesto de siete horas («siete veces al día te alabaré»): el oficio; las laudes, apenas despunta la luz del alba (se abre así nuestra alma a Dios al mismo tiempo que la primera luz abre el nuevo día); tercia y sexta en el cenit del día; sigue nona y, al atardecer, las vísperas; cuando la noche ha impuesto su reino, las completas.

---

<sup>3</sup> cf. J. B. SCARAMELLI, *Directorio ascético* [Madrid 1900] t.i p.427-428.

<sup>4</sup> «*Oportet semper orare*» «*Es preciso orar en todo tiempo y no desfallecer*» (Lc 18, 1); o también «*orar sin interrupción*» (1 Tes 5, 17); «*Por medio de Jesús ofrezcamos permanentemente a Dios un sacrificio de alabanza*». (Heb 13, 15)

<sup>5</sup> JUAN PABLO II, *Cruzando el umbral de la Esperanza*, PLAZA & JANES, Chile, 1994<sup>2</sup>, p. 39.

## HISTORIA

Surge de la liturgia judía. Los primeros cristianos se reunían en las Sinagogas, y tomaban del culto judío la materia de sus oraciones: salmos, lecturas bíblicas, bendiciones, invocaciones y oraciones varias; todo esto orgánicamente distribuido para santificar los diversos momentos del día. Después las “vigilias” (en las que también se recibía la Eucaristía).

Los Hechos de los Apóstoles mencionan cómo se reunían a la hora de Tercia, Sexta y Nona, y a eso de la medianoche.

Después esto fue tomado en la vida monástica (en tiempos de la paz constantiniana, donde se estructura el Oficio canónico de modo público), como se lee en el libro “Itinerario” de Eteria, de comienzos del siglo V:

«Los monjes y monjas celebran diariamente el Oficio. Comienza de noche antes del canto del gallo: se dicen himnos y se responden salmos al igual que antífonas. Después de cada himno se pronuncian oraciones por cada uno de los sacerdotes y diáconos deputados para tal oficio. También hay presentes algunos laicos muy fervientes. En Laudes, comienzan a decirse himnos matutinos. Aquí llegan el obispo y su clero, quienes, recitadas varias oraciones y preces, bendicen a los fieles presentes. Fuera del tiempo de Cuaresma se reza Tercia. Todos los días, en Sexta y Nona se cantan salmos y antífonas, y el obispo llega para la oración final y bendición. En Vísperas se encienden todos los cirios y candelas, se dicen los salmos lucernarios y las antífonas... himnos y conmemoraciones de cada uno o preces, y después de varias oraciones, el obispo bendice a la multitud...»

¡Hace dos mil años que la Iglesia viene rezando de esa manera!

La oración del cristiano debe tener siempre una dimensión eclesial.

El cristiano no ora como persona aislada, singular, sino que debe orar en la Iglesia y por medio de él ora toda la Iglesia. *«Hablen unos a otros con salmos, himnos y cánticos espirituales, cantando y alabando de todo corazón al Señor».* (Ef. 5, 19)

Sigue siendo cierto lo escrito por Arístides en la época apostólica: *«el mundo subsiste por la oración de los cristianos».*

*«Recomiendo que hagan peticiones a Dios por toda la gente».* (1 Tim 2, 1)

Dice el Papa Pío XII en la encíclica “Mediator Dei”: «El estilo perfecto de la santidad requiere una continua comunicación con Dios».

Por eso, la Iglesia en su sabiduría elige a ciertos miembros -los sacerdotes-, para que alaben al Señor en Su Nombre. Y, en su sabiduría también, los obliga bajo **pecado grave**.

Los santos nos dan ejemplo: **Santa Catalina** de Siena rezaba el Oficio de tal manera que se le aparecía el mismo Cristo; y a **San Ignacio de Loyola** tuvieron que dispensarle el rezo de las Horas porque se deshacía en lágrimas ni bien se hacía la señal de la cruz.

**SALMODIA<sup>6</sup>**

[39]

*En la oración, pues, el verdadero protagonista es Dios. El protagonista es Cristo, que constantemente libera la criatura de la esclavitud de la corrupción y la conduce hacia la libertad, para la gloria de los hijos de Dios. Protagonista es el Espíritu Santo, que «viene en ayuda de nuestra debilidad». Nosotros empezamos a rezar con la impresión de que es una iniciativa nuestra; en cambio, es siempre una iniciativa de Dios en nosotros. Es exactamente así, como escribe san Pablo. Esta iniciativa nos reintegra en nuestra verdadera humanidad, nos reintegra en nuestra especial dignidad. Sí, nos introduce en la superior dignidad de los hijos de Dios, hijos de Dios que son lo que toda la creación espera.*

Se puede y se debe rezar de varios modos, como la Biblia nos enseña con abundantes ejemplos. *El Libro de los Salmos es insustituible.* Hay que rezar con «gemidos inefables» para entrar en el ritmo de las súplicas del Espíritu mismo. Hay que implorar para obtener el perdón, integrándose en el profundo grito de Cristo Redentor (cfr. Hebreos 5,7). Y a través de todo esto hay que proclamar la gloria. *La oración siempre es un opus gloriae* (obra, trabajo de gloria). El hombre es sacerdote de la creación. Cristo ha confirmado para él una vocación y dignidad tales. La criatura realiza su opus gloriae por el mero hecho de ser lo que es, y por medio del esfuerzo de llegar a ser lo que debe ser.

También la ciencia y la técnica sirven en cierto modo al mismo fin. Sin embargo, en cuanto obras del hombre, pueden desviarse de este fin. Ese riesgo está particularmente presente en nuestra civilización que, por eso, encuentra tan difícil ser la civilización de la vida y del amor. Falta en ella el opus gloriae, que es el destino fundamental de toda criatura, y sobre todo del hombre, el cual ha sido creado para *llegar a ser, en Cristo, sacerdote, profeta y rey de toda terrena criatura.*

[40]

Sobre la oración se ha escrito muchísimo y, aún más, se ha experimentado en la historia del género humano, de modo especial en la historia de Israel y en la del cristianismo. El hombre alcanza la *plenitud de la oración* no cuando se expresa principalmente a sí mismo, sino *cuando permite que en ella se haga más plenamente presente el propio Dios.* Lo testimonia la historia de la oración mística en Oriente y en Occidente: san Francisco de Asís, santa Teresa de Jesús, san Juan de la Cruz, san Ignacio de Loyola y, en Oriente, por ejemplo, san Serafín de Sarov y muchos otros.

**Salmo 14- El verdadero hombre de Dios.**

Dice San Hilario: «Guárdese este Salmo en el seno; escríbase en el corazón, imprímase en la memoria, y de día y de noche cave el pensamiento en este tesoro de riquezas condensadas, para que, poseída esa opulencia en los días de nuestra peregrinación y mientras vivimos en la Iglesia, lleguemos al descanso de la gloria del cuerpo de Cristo»<sup>7</sup>.

«Los Santos Padres no saben ensalzar y recomendar bastantemente sus himnos y sus plegarias. Aun prescindiendo de las magníficas profecías acerca de la divinidad, nacimiento, vida, muerte y resurrección del Señor, **el libro de [Los Salmos] es para los Santos Padres el manantial más completo de verdades divinas**, la suma de toda doctrina oral, el tesoro común e inagotable de vida, la medicina de dulce elocuencia, la poesía sazónada de divina unción, muy

---

<sup>6</sup> JUAN PABLO II, *Cruzando el umbral de la Esperanza*, PLAZA & JANES, Chile (1994<sup>2</sup>), p. 38-40.

<sup>7</sup> MONS. STRAUBINGER, véase la síntesis en Sant 1,27.

apropiada para aliviar las penas del alma, por grandes que sean; libro en que compiten la doctrina y la belleza, y cuya lectura es más provechosa que la de ningún otro; libro para todo aquel que desee alabar la majestad, omnipotencia, sabiduría y providencia divinas, invocar la clemencia del supremo Juez o implorar auxilio de Dios en toda clase de tribulaciones, darle gracias por su mercedes, instruirse y moverse a piedad y virtud. De la Sinagoga tomó la Iglesia estos hermosísimos cantos, y con ellos ha entretendido las solemnidades del santo Sacrificio; [Los Salmos] forman la parte principal de todos los libros litúrgicos, especialmente del Breviario. Para los primeros cristianos fueron [los Salmos] el libro de la oración cotidiana»<sup>8</sup> (Schuster-Holzammer).

Oficio de lectura del día 21 de agosto, san Pío X<sup>9</sup>:

#### LA VOZ DE LA IGLESIA QUE RESUENA DULCEMENTE

Es un hecho demostrado que los salmos, compuestos por inspiración divina, cuya colección forma parte de las Sagradas Escrituras, ya desde los orígenes de la Iglesia sirvieron admirablemente para fomentar la piedad de los fieles, que ofrecían continuamente a Dios un sacrificio de alabanza, es decir, el tributo de los labios que van bendiciendo su nombre, y que además, por una costumbre heredada del antiguo Testamento, alcanzaron un lugar importante en la sagrada liturgia y en el Oficio divino. De ahí nació lo que san Basilio llama «la voz de la Iglesia», y la salmodia, calificada por nuestro antecesor Urbano Octavo como «hija de la himnodia que se canta asiduamente ante el trono de Dios y del Cordero», y que, según el dicho de san Atanasio, enseña, sobre todo a las personas dedicadas al culto divino, «cómo hay que alabar a Dios y cuáles son las palabras más adecuadas» para ensalzarlo. Con relación a este tema, dice bellamente san Agustín: «Para que el hombre alabara dignamente a Dios, Dios se alabó a sí mismo; y, porque se dignó alabarse, por esto el hombre halló el modo de alabarlo».

Los salmos tienen, además, una eficacia especial para suscitar en las almas el deseo de todas las virtudes. En efecto, «si bien es verdad que todas las partes de la Escritura, tanto del antiguo como del nuevo Testamento, están inspiradas por Dios y son útiles para instruir, según está escrito, sin embargo, el libro de los salmos, como el paraíso en el que se hallan (los frutos) de todos los demás (libros sagrados), prorrumpe en cánticos y, al salmodiar, pone de manifiesto sus propios frutos junto con aquellos otros».

Estas palabras son también de san Atanasio, quien añade asimismo: «A mi modo de ver, los salmos vienen a ser como un espejo, en el que quienes salmodian se contemplan a sí mismos y sus diversos sentimientos, y con esta sensación los recitan».

San Agustín dice en el libro de sus Confesiones: «¡Cuánto lloré con tus himnos y cánticos, conmovido intensamente por las voces de tu Iglesia que resonaba dulcemente! A medida que aquellas voces se infiltraban en mis oídos, la verdad se iba haciendo más clara en mi interior y me sentía inflamado en sentimientos de piedad, y corrían las lágrimas, que me hacían mucho bien».

En efecto, ¿quién dejará de conmoverse ante aquellas frecuentes expresiones de los salmos en las que se ensalza de un modo tan elevado la inmensa majestad de Dios, su omnipotencia, su inefable justicia, su bondad o clemencia y todos sus demás infinitos atributos, dignos de

---

<sup>8</sup> SCHUSTER-HOLZAMMER. Mons. Straubinger: introducción al libro de los salmos.

<sup>9</sup> De la Constitución apostólica *Divino afflátu*, del papa SAN PÍO X (AAS 3 [1911], 633-635).

alabanza? ¿En quién no encontrarán eco aquellos sentimientos de acción de gracias por los beneficios recibidos de Dios, o aquellas humildes y confiadas súplicas por los que se espera recibir, o aquellos lamentos del alma que llora sus pecados? ¿Quién no se sentirá inflamado de amor al descubrir la imagen esbozada de Cristo redentor, de quien san Agustín «oía la voz en todos los salmos, ora salmodiando, ora gimiendo, ora alegre por la esperanza, ora suspirando por la realidad?»

## ESTRUCTURA

La oración está distribuída a lo largo del día y me recuerda que estoy consagrado a Dios. Se ha hecho para “molestar” el día profano. Dice San Basilio: «Al comenzar el día, oremos para que los primeros impulsos de la mente y del corazón sean para Dios y no nos preocupemos de cosa alguna antes de habernos llenado de gozo con el pensamiento de Dios». **Salmo 66, 4:** *«Me acordé del Señor y me llené de gozo».*

Antes del trabajo se implora el auxilio divino: **Salmo 5, 4:** *«A ti te suplico, Señor, por la mañana escucharás mi voz; por la mañana te expongo mi causa y me quedo aguardando».*

**Oficio de Lectura** (son las “vigilias” tradicionales, antiguamente las Maitines).

De noche cuando todos duermen, la Iglesia alaba al Señor. La noche no es únicamente para el descanso sino también para la plegaria. En la actualidad se puede rezar en cualquier momento del día, incluso la noche del día precedente, después de las Vísperas.

## Laudes

Se entonan cuando la naturaleza se despierta. Toda la creación entona alabanzas a Dios Creador. El sol que sale, e ilumina todas las cosas, (esto se nota incluso en la gradación de los salmos, que es ascendente). Esta resurrección de la naturaleza es figura de la gran resurrección de Nuestro Señor, que salió triunfal del sepulcro a esta hora. Ambas resurrecciones son a la vez, símbolo de nuestra resurrección espiritual.

## Tercia

Se reza Entre las 9 y las 12 de la mañana. Es una suerte de Confirmación espiritual. Recuerda lo sucedido con los apóstoles en Pentecostés. Sus himnos son, generalmente al Espíritu Santo.

## Sexta

Se reza de 12 a 15 horas. Es el momento más alejado de Laudés y de Completas, cuando el sol está en lo más alto, en lo más ardiente del día, momento del ardor de las pasiones, donde el combate de la jornada llega a su máxima intensidad, lo que muchos monjes denominan “el demonio del mediodía”, generalmente no tenemos actividades espirituales, y se siente hambre, cansancio, etc. Al mediodía, cuando todo el poder de las tinieblas se desata contra Cristo, clavado en la cruz, nosotros nos asociamos a Él para crucificar con Cristo nuestros vicios y pasiones.

## Nona

Se reza de 15 a 18: la tarde empieza a declinar y esta imagen del sol que muere trae a nosotros pensamientos sobre la caducidad de la vida, que pende de Dios, quien, permaneciendo inmutable, ordena los acontecimientos. La idea rectora de esta hora es la perseverancia, sobre todo la final. Nos recuerda la muerte de Cristo en la cruz, quien llegó a hacer la Voluntad del Padre hasta el fin.

## Vísperas

Son la plegaria de la tarde, cuando se va el día y brilla el lucero vespertino (*vesper*, es el nombre de la estrella vespertina, que brilla en el cielo a poco de la puesta del sol). A esa hora se encienden las lámparas, de ahí que se la llame también “Lucernario”.

Es una **hora de acción de gracias a Dios por los beneficios de la jornada**. Plegaria de agradecimiento que culmina con el canto del Magnificat.

Las Vísperas, si se consideran dentro de su perspectiva histórica y enmarcadas en el plano de la redención, van perfumadas con el recuerdo de la última cena y la institución de la Eucaristía. También los discípulos de Emaús pidieron a Jesús que se quedara con ellos cuando la tarde ya declinaba. Los mismos salmos vesperales se relacionan con la Eucaristía. San Basilio llama a esta hora “Hora Eucarística”, de hecho era la hora elegida por los primeros cristianos para orar y para celebrar la “fracción del pan”. Por eso viene como anillo al dedo la Bendición Eucarística con el rezo de Vísperas. De allí también que se incense el Altar durante el canto del Magnificat.

## Completas

Segunda plegaria vespertina con la que el alma pecadora, antes de entregarse al descanso corporal, quiere hallar la paz con Dios.

Son modelo de oración nocturna. Comienza directamente, yendo al examen de conciencia y al acto de contrición.

La noche es la hora de las tinieblas, del pecado; el sueño es **símbolo de la muerte**, por eso las Completas son plegarias para obtener la protección contra las asechanzas del enemigo y **la gracia de una buena muerte**. (“...nos conceda una noche tranquila y una santa muerte”) En el plan de la redención, corresponde a la oración de Cristo en el **Huerto de Getsemaní**.

¡Ave María y adelante!