

L'Eglise recommande la liturgie des heures. (<https://liturgie.catholique.fr/celebrer-en-toutes-occasions-sacramentaux/liturgie-des-heures/histoire-et-spiritualite/16914-leglise-recommande-la-liturgie-des-heures/>) « Tous les observateurs de la société occidentale, chrétiens ou non, s'accordent à reconnaître la soif de spiritualité des hommes d'aujourd'hui...Or, la Liturgie des Heures, parole de Dieu largement déployée, s'offre comme une source d'aliment spirituelle propre à nourrir cette faim de Dieu ressentie par nos contemporains, y compris les jeunes...La Liturgie des Heures, par sa structure et son contenu, est une excellente école de prière apte à répondre aux attentes d'hommes et de femmes engagés dans le monde. »

CEC (Catéchisme de l'Eglise Catholique) 1175 La Liturgie des Heures est destinée à devenir la prière de tout le Peuple de Dieu. En elle, le Christ lui-même "continue à exercer sa fonction sacerdotale par son Eglise" (SC 83) ; chacun y participe selon sa place propre dans l'Eglise et les circonstances de sa vie... On recommande aux laïcs eux-mêmes la récitation de l'office divin, soit avec les prêtres, soit lorsqu'ils sont réunis entre eux, voire individuellement" (SC 100).

La Liturgie des Heures est un trésor de Vie spirituelle : elle éduque la foi, construit la mémoire, élargit la prière aux dimensions du monde, forme à la prière, procure les mots de la prière, ouvre notre prière jusqu'à l'intercession, ouvre notre prière au chant, nous offre le silence et les gestes de la prière. (Bénédicte Ducatel, Voix nouvelles n°72).

PGLH (Présentation Générale de la Liturgie des Heures) n° 18 « Ceux qui participent à la Liturgie des Heures, contribuent donc par une mystérieuse fécondité apostolique à accroître le peuple du Seigneur, car tout labeur apostolique vise «à ce que tous devenus enfants de Dieu par la foi et le baptême, se rassemblent, louent Dieu au milieu de l'Église, participent au sacrifice et mangent la Cène du Seigneur».... Dans un autre sens, les lectures et les prières de la Liturgie des heures constituent une source de vie chrétienne. ... »

PGLH (Présentation Générale de la Liturgie des Heures) n°270 « La louange de l'Église, ni par son origine, ni par sa nature, ne doit être réservée aux moines et aux clercs : elle appartient à toute la communauté chrétienne »

Paul VI, Laudis Canticum, 1970 « Il est très souhaitable que [la prière des Heures] imprègne, vivifie, pénètre profondément toute la prière chrétienne, qu'elle l'exprime et qu'elle alimente efficacement la vie spirituelle du Peuple de Dieu...C'est pourquoi nous avons grande confiance que se ravivera le sens de la prière inlassable que notre Seigneur Jésus Christ a demandée à son Église. Effectivement, le livre de la Liturgie des heures, bien réparti dans le temps, est destiné à soutenir continuellement et à aider cette prière qui manifeste la vraie nature de l'Église priante et en est le signe merveilleux, spécialement lorsqu'une communauté se réunit à cet effet. La prière chrétienne est avant tout la prière de toute la communauté humaine que le Christ rassemble (cf. SC 83). »

SC (Sacrosanctum Concilium) n° 7 « ...Enfin il (le Christ) est présent lorsque l'Eglise prie et chante les psaumes, lui qui a promis : « Là où deux ou trois sont rassemblés en mon nom, je suis là au milieu d'eux » (Mt 18,20) ...La liturgie est considérée comme l'exercice de la fonction sacerdotale de Jésus-Christ...dans lequel le culte public intégral est exercé par le Corps mystique de Jésus-Christ, c'est-à-dire par le Chef et par ses membres. », **SC 83 et 88** Jésus-Christ « continue à exercer sa fonction sacerdotale par l'Église », non seulement à travers la célébration de l'Eucharistie, mais aussi « par d'autres moyens et surtout par l'accomplissement de l'Office divin » qui a pour finalité « la sanctification de la journée ».

Pape François, Lettre apostolique *Desiderio Desideravi*, n° 30 et n° 35. « La Liturgie est la première source de communion divine dans laquelle Dieu partage sa vie avec nous...»**n°16** « Nous devons au Concile, et au mouvement liturgique qui l'a précédé, la redécouverte d'une compréhension théologique de la Liturgie et de son importance dans la vie de l'Eglise...la Liturgie étant la source première et indispensable à laquelle les fidèles peuvent puiser l'authentique esprit chrétien. » **n° 41** « La liturgie est plutôt une louange, une action de grâce pour la Pâque du Fils dont la puissance atteint nos vies. La célébration concerne la réalité de notre docilité à l'action de l'Esprit qui opère par elle jusqu'à ce que le Christ soit formé en nous. »

(<https://liturgie.catholique.fr/celebrer-en-toutes-occasions-sacramentaux/liturgie-des-heures/histoire-et-spiritualite/16914-leglise-recommande-la-liturgie-des-heures/>) : Lorsqu'une communauté, même petite, est rassemblée pour célébrer un office, elle expérimente la présence du Christ, se livre à l'action de l'Esprit Saint, et exerce ce ministère de prière dont le Christ lui a confié l'accomplissement pour la gloire de Dieu et le salut du monde.