

# Minute de la semaine

## La liturgie des Heures

La liturgie des Heures est la prière quotidienne des chrétiens, répartie en plusieurs moments, appelés offices. Il y a de 3 à 8 offices par jour selon les systèmes. Cette tradition prolonge la tradition juive des psaumes plusieurs fois par jour. La liturgie des Heures a pris de nombreuses formes au fil des siècles, suivant les diverses confessions chrétiennes, mais le principe est resté le même : prier tout au long de la journée afin de « prier sans cesse », selon ce que Jésus-Christ a demandé à ses disciples.