



Em um mundo que parece avançar em um ritmo frenético, onde o tempo escapa entre compromissos, telas e distrações, a Igreja Católica nos oferece um presente inestimável: a *Liturgia das Horas*. Esta oração, também conhecida como Ofício Divino, é uma forma de nos unirmos ao louvor eterno que a Igreja eleva a Deus em todos os momentos e em todos os lugares. Dentro dessa bela tradição, encontramos as *Horas Menores*: Tércia, Sexta e Noa. Essas orações, embora menos conhecidas que Laudes ou Vésperas, são um tesouro espiritual que nos convida a parar, respirar fundo e nos reconectar com o sagrado no meio do cotidiano.

Neste artigo, exploraremos a origem, a história, o significado teológico e a relevância atual de Tércia, Sexta e Noa. Esta jornada não apenas nos levará através dos séculos, mas também nos ajudará a descobrir como essas orações podem transformar nossa vida diária, santificando cada momento e nos aproximando de Deus.

---

## **A origem das Horas Menores: Raízes na tradição judaica e cristã**

As Horas Menores têm suas raízes na tradição judaica, onde a oração era estruturada em momentos específicos do dia. Os salmos, que são o coração da Liturgia das Horas, eram recitados pelo povo de Israel em diferentes horas, como uma forma de santificar o tempo e manter uma conexão constante com Deus. Os primeiros cristãos, muitos deles judeus convertidos, adotaram essa prática, mas a enriqueceram com o novo significado que Cristo lhes havia dado.

Nos Atos dos Apóstolos, vemos como os discípulos oravam em horas específicas, como a terceira hora (9 horas), a sexta hora (12 horas) e a nona hora (15 horas). Essas horas estavam associadas a eventos significativos na vida de Jesus: a terceira hora, com a vinda do Espírito Santo em Pentecostes; a sexta hora, com a crucificação de Cristo; e a nona hora, com sua morte na cruz. Assim, as Horas Menores tornaram-se uma forma de nos unirmos aos mistérios da salvação.

---

## **A história das Horas Menores: Dos mosteiros aos leigos**

Durante os primeiros séculos do cristianismo, as Horas Menores eram principalmente recitadas por monges e clérigos, que dedicavam suas vidas à oração contínua. Nos mosteiros, o dia era estruturado em torno da Liturgia das Horas, e as Horas Menores (Tércia,



Sexta e Noa) serviam como pausas sagradas em meio ao trabalho manual e ao estudo.

Com o tempo, a Igreja reconheceu a importância de estender essa prática a todos os fiéis. O Concílio Vaticano II (1962-1965) marcou um marco ao simplificar a Liturgia das Horas e torná-la mais acessível aos leigos. Embora algumas comunidades religiosas ainda recitem as três Horas Menores, na prática comum consolidou-se uma única “Hora Intermediária”, que pode ser Tércia, Sexta ou Noa, dependendo do momento do dia.

---

## O significado teológico das Horas Menores: Santificar o tempo

As Horas Menores não são simplesmente uma série de orações; são uma forma de santificar o tempo. Cada hora tem um significado profundo que nos convida a lembrar da presença de Deus em nossa vida cotidiana.

### **Tércia (9 horas): A Hora do Espírito Santo**

Tércia nos lembra da vinda do Espírito Santo em Pentecostes. É um momento para pedir a orientação do Espírito em nossas decisões e ações ao longo do dia. Em um mundo cheio de ruído e distrações, Tércia nos chama a ouvir a voz suave e pacífica de Deus.

### **Sexta (12 horas): A Hora da Cruz**

Sexta nos leva ao Calvário, onde Jesus foi crucificado por nossa salvação. É uma hora para meditar sobre o amor sacrificial de Cristo e oferecer nossos sofrimentos e trabalhos em união com Ele. No meio da jornada de trabalho, Sexta nos lembra que nosso trabalho tem um valor eterno quando o oferecemos a Deus.

### **Noa (15 horas): A Hora da Misericórdia**

Noa nos coloca aos pés da cruz, no momento em que Jesus entregou seu espírito ao Pai. É uma hora de profunda gratidão e confiança na misericórdia divina. Em um mundo que muitas vezes parece carecer de esperança, Noa nos lembra que a morte não tem a última palavra.



## A estrutura das Horas Menores: Um diálogo com Deus

Cada uma das Horas Menores segue uma estrutura semelhante, que inclui:

1. **Invitatório:** Um versículo introdutório que nos convida a louvar a Deus.
2. **Hino:** Um canto que prepara nosso coração para a oração.
3. **Salmos e Cânticos:** O núcleo da Hora, onde meditamos na Palavra de Deus.
4. **Leitura Breve:** Uma passagem das Escrituras que ilumina o momento do dia.
5. **Responsório:** Uma resposta meditativa à leitura.
6. **Oração Final:** Uma petição que resume a intenção da Hora.

Essa estrutura não é um mero formalismo; é um diálogo amoroso entre Deus e seu povo. Através dos salmos, Deus nos fala, e através de nossas orações, respondemos com fé e confiança.

---

## As Horas Menores no contexto atual: Uma resposta à ansiedade moderna

Em um mundo marcado pela ansiedade, pressa e desconexão, as Horas Menores oferecem um poderoso antídoto. Elas nos ensinam a viver no presente, a encontrar Deus no ordinário e a cultivar uma atitude de gratidão e esperança. Não se trata de adicionar mais tarefas à nossa agenda, mas de transformar cada momento em uma oportunidade de encontrar Deus.

Para os leigos, as Horas Menores podem ser uma forma simples, mas profunda, de integrar a oração na vida diária. Seja durante uma pausa no trabalho, no transporte público ou na tranquilidade do lar, essas orações nos ajudam a permanecer centrados no essencial.

---

## Conclusão: Um chamado à santidade no cotidiano

Tércia, Sexta e Noa são um tesouro espiritual que a Igreja nos oferece. Elas nos lembram que cada hora do dia é sagrada, que cada momento é uma oportunidade de nos aproximarmos de Deus e que nossa vida, por mais comum que pareça, é chamada a ser uma oferta agradável ao Senhor.

Convido você a explorar essa prática, a torná-la sua e a descobrir como ela pode transformar



Tércia, Sexta e Noa: As Horas Menores da Liturgia das Horas.  
Santificando o dia, momento a momento | 4

sua vida. Não importa se você é novo na fé ou se caminha com Cristo há anos; as Horas Menores são para todos. Elas são uma ponte entre o céu e a terra, uma lembrança de que, em cada momento, Deus está conosco.

Que a Santíssima Virgem Maria, que meditava todas essas coisas em seu coração, nos guie neste caminho de oração. E que o Espírito Santo, que desceu na hora de Tércia, nos inspire a viver cada dia como um canto de louvor ao Pai, por Cristo, nosso Senhor. Amém.