

LE POSIZIONI DEL CORPO DURANTE LA PREGHIERA

Nella liturgia eucaristica è sinteticamente espressa l'azione della Chiesa. E' il luogo del corpo donato, della vita offerta e del comune progetto da realizzare, nel quale i cristiani si arricchiscono e si affermano. La liturgia dà loro l'occasione di esprimere calorosamente la loro fede e di offrire a Dio in sacrificio di lode la propria vita e l'intera creazione.

Nella liturgia si ascolta e si guarda; ci s'inchina o si alzano le mani; si è bagnati con l'acqua e unti con l'olio; si mangia e si beve... E' chiaro che durante la liturgia, l'uomo si rivolge, con gli altri, a Dio non solo con le parole, ma anche con i gesti, gli atteggiamenti e i movimenti. Del resto la celebrazione liturgica, come dice il termine "liturgia", è essenzialmente "azione", grazie alla quale la salvezza non viene semplicemente detta, ma soprattutto attuata con movimenti, gesti, portamento, posizione del corpo. **Proprio essi sono un segno dell'unità dell'assemblea ed esprimono e favoriscono l'atteggiamento interno dei partecipanti.** Spesso avviene che quando la parola si arresta impotente, il gesto è ancora, a volte, una presenza espressiva, fatta magari di silenzio.

A
P
P
R
O
F
O
N
D
I
A
M
O



LE MANI...

... ALZATE PER LODARE

Mani e braccia aperte ed elevate - mani verso l'alto: molte volte nell'antichità i cristiani venivano dipinti mentre

pregavano con le mani verso l'alto; mani aperte al dono di Dio, mani povere che implorano.

Dice il Salmo 62, 5: "Così ti benedirò finché io viva, nel tuo nome alzerò le mie mani".

Questo gesto è il segno di preghiera, di supplica, d'intercessione, d'apertura al dono che si chiede, di disponibilità... e anche di lode e di rendimento di grazie. Con questo gesto si riceve anche la comunione sulle mani: chiedendo umilmente il pane di Cristo, con gratitudine ed emozione. E' il gesto sacerdotale per eccellenza per le orazioni del presidente dell'assemblea e per la preghiera eucaristica.

Ai fedeli questo gesto è richiesto durante la preghiera che ci ha insegnati Gesù: il "Padre nostro".

Al Padre nostro ci è chiesto di "alzare le mani". Il "prendersi per mano", per quanto posa essere più bello e fraterno, non è richiesto in questo momento perché il suo significato è altro.



... ALZATE PER OFFRIRE

All'offertorio le mani si alzano per offrire il pane e il vino frutto della terra e del lavoro dell'uomo: mani cariche della fatica della settimana e del desiderio di condividere i propri beni con i fratelli.

Potrebbe sembrare che questo gesto sia

chiesto solo da coloro che portano il pane e il vino all'altare. In realtà anche il gesto dell'offerta che mettiamo nel cestino partecipa a questo momento: le mani di tutti si tendono verso i bisogni della Comunità intera soprattutto nella forma della carità.

Abituiamoci, appena entriamo in Chiesa per la Messa, a mettere la nostra offerta nel cestino alle porte della Chiesa, così che all'offertorio possa essere portato all'altare insieme al pane e al vino e offerto come dono gradito al Signore che "ama chi dona con gioia".

Il nostro dono per i bisogni della comunità e l'aiuto ai poveri sarà così segno del nostro donare, come Gesù si è donato a noi per la nostra salvezza.



... ALZATE PER ACCOGLIERE

Al momento della Comunione proprio con le mani si riceve il Corpo del Signore, Pane per la nostra Vita.

Questo è il gesto che la liturgia ci chiede di compiere: gesto molto più antico che non il riceverla direttamente in bocca.

Le mani devono esprimere bene l'umiltà, la gratitudine e il rispetto.

Evitiamo di "prendere" con le dita il Pane dalle mani del ministro: "accogliamo" con riverenza e rispetto il Corpo di Cristo disponendo entrambe le mani protese verso il ministro (la sinistra sopra la destra). Ricevuto il Corpo di Cristo, lo si porterà alla bocca davanti al ministro o spostandosi appena di lato per consentire al fedele che segue di avanzare.

Potrebbe sembrare inutile dirlo, ma si raccomanda vivamente (in particolare ai bambini) che le mani siano ben pulite.



Comunione sulle mani - alcune attenzioni

1. La Comunione sulla mano dovrebbe manifestare, al pari della comunione sulla lingua, il dovuto rispetto verso la Presenza Reale di Cristo nell'Eucaristia. Per questo motivo, enfasi andrebbe posta - come facevano i Padri della Chiesa - sulla dignità del gesto del comunicare. Così, i neobattezzati della fine del IV secolo ricevevano la consegna di porgere le due mani facendo 'della mano destra un trono per la mano sinistra, che riceve il Re' (quinta catechesi mistagogica di Cirillo di Gerusalemme).

2. Seguendo nuovamente l'insegnamento dei Padri, si insisterà sull'Amen che il fedele dice in risposta alla formula del ministro: questo Amen è un'affermazione di fede: 'Perciò, quando ti accosti per farne richiesta, il sacerdote ti dice: "Il Corpo di Cristo", e tu rispondi: "Amen", cioè: "È vero". L'intima persuasione custodisce quello che la lingua confessa'. (Sant'Ambrogio).

3. Il comunicando che ha ricevuto l'Eucaristia nella mano la deve consumare prima di ritornare al suo posto, facendo un passo di lato pur rimanendo rivolto verso l'altare per permettere alla persona che lo segue di avvicinarsi al ministro.

Congregazione per il culto divino (1985)