

LE POSIZIONI DEL CORPO DURANTE LA PREGHIERA

PREGHIAMO...



... CON LE NOSTRE LABBRA

le nostre labbra sono invitate ad aprirsi alla preghiera e al canto. Insieme alla voce degli altri fratelli e sorelle qui con noi, anche la nostra voce deve partecipare alla preghiera e al canto per essere la Comunità riunita nella lode al Signore.

A proposito della preghiera vocale penso il Catechismo della Chiesa Cattolica dice: "La preghiera vocale è una componente indispensabile della vita cristiana. Ai discepoli attratti dalla preghiera silenziosa del Maestro, questi insegna una preghiera vocale: il "Padre nostro". Gesù non ha pregato soltanto con le preghiere liturgiche della sinagoga; i Vangeli ce lo presentano mentre esprime ad alta voce la sua preghiera personale, dalla esultante benedizione del Padre fino all'angoscia del Getsemani" (CCC 2701).

La lettera agli Ebrei, capitolo 13 versetto 15 così dice:

«Per mezzo di Gesù dunque offriamo a Dio continuamente un sacrificio di lode, cioè il frutto di labbra che confessano il suo nome».

...CON MENTE LABBRA CUORE La "Signatio" prima del Vangelo



▪ Il segno sulla fronte.

Il primo delle tre croci che tracciamo col pollice tocca la fronte, luogo del corpo che rinvia all'intelligenza, memoria del comprendere la Parola ascoltata. Predisponendosi proprio a questo ascolto, ogni fedele è così invitato ad attivare al meglio le sue facoltà intellettive, affinché nulla del buon seme della Parola vada perduto.

▪ Il segno sulle labbra.

"Allora io dissi: «Guai a me, sono perduto! Perché io sono un uomo dalle labbra impure e abito in mezzo a un popolo dalle labbra impure; e i miei occhi hanno visto il Re, il Signore degli eserciti!». Ma uno dei serafini volò verso di me, tenendo in mano un carbone ardente, tolto con le molle dall'altare. Mi toccò con esso la bocca, e disse: «Ecco, questo ti ha toccato le labbra, la tua iniquità è tolta e il tuo peccato è espulso». Così, il libro di Isaia, al capitolo 6. Il profeta viene purificato, attraverso il tocco delle labbra, da parte di un serafino inviato da Dio. E così, anche, noi, attraverso quel gesto sulle labbra, che ci riconduce all'opera salvifica della Croce di Cristo, veniamo purificati. La bocca, luogo del corpo che rinvia al cibo che nutre. Luogo che esprime una stretta relazione d'amore con l'amato.

Luogo della parola che comunica, che trasmette, che emette voce. L'impegno di ogni cristiano di annunciare il Vangelo, poiché l'evangelizzazione – bisogna ricordarlo – è un impegno per tutti i battezzati.

▪ Il segno sul cuore.

Il terzo segno di croce tocca il petto, luogo del corpo che rinvia alla ricchezza e alla forza dei sentimenti dell'animo umano. È il battito del nostro cuore che viene invitato a essere un "unicum" col respiro di Gesù. Come scrive l'apostolo Paolo, siamo invitati ad avere "gli stessi sentimenti di Cristo Gesù" (Fil 2, 5). È il sigillo da porre sul cuore, nel momento dell'ascolto della Parola, della nostra amicizia con Cristo.

Non basta semplicemente pensare alla Parola, non basta solo evangelizzare con la nostra parola, ma è necessario vivere nel cuore, nel nostro intimo, gli insegnamenti del Vangelo. Questo, deve essere amato e custodito nell'intimo, nel cuore per diventare poi vita, da donare ai fratelli.

Una sintesi efficace dei tre segni, forse, ce la può offrire il libro del Deuteronomio, al capitolo sesto: "Questi comandamenti, che oggi ti do, ti staranno nel cuore; li inculcherai ai tuoi figli, ne parlerai quando te ne starai seduto in casa tua, quando sarai per via, quando ti coricherai e quando ti alzerai. Te li legherai alla mano come un segno, te li metterai sulla fronte in mezzo agli occhi e li scriverai sugli stipiti della tua casa e sulle porte della tua città".



... CON I NOSTRI OCCHI

Lo sguardo ha importanza nella celebrazione liturgica:

la vista aiuta molto a captare la dinamica del mistero celebrato e a mettersi in sintonia con esso. Prima che con le parole o i canti, è con gli occhi che c'accorgiamo della celebrazione: vediamo l'aula celebrativa, la comunità ivi riunita, l'altare e gli altri spazi celebrativi, le immagini sacre, i gesti simbolici, ecc.

Possiamo affermare che lo sguardo di fede viene aiutato e sostenuto dallo sguardo umano: volgere gli occhi verso l'altare, verso colui che presiede, verso colui che proclama la parola di Dio..., ci pone in situazione di prossimità e attenzione.

In particolare, dobbiamo imparare a "guardare" il pane e il vino al momento dell'elevazione durante la consacrazione. Perché la maggior parte dei fedeli abbassa lo sguardo in quel momento? Il sacerdote alza il pane e il calice del vino proprio perché tutti lo possano guardare coi loro occhi!

Possiamo semplicemente ricordare alcuni passi del vangelo riguardanti gli occhi:

- «E, rivolto ai discepoli, in disparte, disse: "Beati gli occhi che vedono ciò che voi vedete"» (Lc 10,23).

- Dei discepoli di Emmaus si dice: «Quando fu a tavola con loro, prese il pane, recitò la benedizione, lo spezzò e lo diede loro. Allora si aprirono loro gli occhi e lo riconobbero» (Lc 24,30-31).

- «Gesù riavvolse il rotolo, lo riconsegnò all'inserviente e sedette. Nella sinagoga, gli occhi di tutti erano fissi su di lui. Allora cominciò a dire loro: "Oggi si è compiuta questa Scrittura che voi avete ascoltato"» (Lc 4,21).