

«Quando celebriamo la liturgia – scrive J. Corbon – noi entriamo in contatto intenso e unico con la totalità della nostra vita, con colui che ne è il Signore degno di essere adorato, con tutti gli uomini ritrovati nella comunione del Padre, con il mondo riconciliato e con il tempo liberato: noi viviamo, in verità, e ciò che saremo eternamente è già manifestato e pregustato nello Spirito. Ognuno di noi non è mai tanto se stesso, né la chiesa tanto se stessa, e neppure l'universo e la storia vengono ma tanto sostenuti nella speranza della gloria, come quando viene celebrata la liturgia. Ma questi sono momenti di pienezza e di grazia: resta il tempo, nella sua durata di gestazione e di tensione. È allora che la liturgia continua, con l'altro volto della temporalità, nella tribolazione e nella miseria...Nei momenti di celebrazione l'intensità del dono dello Spirito santo ci fa vivere la chiesa, la manifesta, la fa crescere e la trasforma nel corpo di Cristo. Nel tempo della vita questo dono di comunione non è meno intenso e fedele, ma ciascuno si ritrova vincolato da altri tipi di appartenenza alla comunità umana. È il momento di testimoniare nei fatti e con la nostra persona il mistero della comunione di Dio con gli omini: ora che siamo diventati corpo di Cristo, riusciremo a viverlo?»

Dalla liturgia alla vita. La liturgia, la preghiera non è un episodio di fede nella nostra vita per cui terminata una celebrazione, si ritorna in un modo diverso, in un modo di vivere 'profano'. L'incontro di una comunità che celebra con il suo Signore, l'incontro con il Signore nella preghiera deve essere poi condotto nella vita di ogni giorno, la quale a sua volta diventa celebrazione, eucaristia, luogo di salvezza e di incontro con Dio. Se la liturgia ci ha permesso di salire in alto e guardare la nostra storia con gli occhi di Dio, questo sguardo 'trasfigurato' deve esser custodito e portato nelle pieghe più quotidiane della nostra esistenza; deve diventare lo sguardo del cristiano sul mondo.

«'E così che la liturgia eterna penetra nel nostro mondo...come fermento di immortalità che fa lievitare gli ultimi tempi verso la loro consumazione. La gloria di Cristo che ascende al cielo non attraversa il nostro tempo in modo sporadico, ma lo penetra incessantemente con la sua potenza di trasfigurazione. Ecco come la meraviglia che abbiamo celebrato diventa vita per tutti gli uomini. Se la celebrazione ci insegna a vivere questo mistero la nostra vita affonda le sue radici e fiorisce nella celebrazione. Quando alla fine verrà il regno, coincideranno per sempre la vita del mistero e la sua celebrazione. Allora vivere il mistero equivarrà a celebrarlo, dato che già fin d'ora celebrarlo significa entrare nel 'giorno di luce, lungo, eterno, della vita'» (J. Corbon).

Incontro per Animatori Liturgici – primo incontro
Kyrie, Alleluia, Amen "Signore insegnaci a pregare"
ABBIATE GUAZZONE TRADATE – 4 febbraio 2023

“NELLE PAROLE DELLA CELEBRAZIONE LA RIVELAZIONE DI IRRINUNCIABILI FORME DI PREGHIERA”

Padre Adalberto Piovano

1. Introduzione: la liturgia forma della preghiera cristiana

La qualità della preghiera è data dalla sintonia tra cuore, interiorità e verità dell'uomo, e corpo, cioè parole, forme, gesti, tutto ciò che da carne e rende visibile ciò che abita nel nostro intimo.

A questa armonia ci educa proprio la liturgia attraverso il suo linguaggio simbolico che unifica la totalità dell'uomo e lo mette in relazione con Dio.

La preghiera liturgica orienta la preghiera di un credente dando ad essa un respiro ecclesiale e una qualità teologica insostituibile.

L'importanza insostituibile che la preghiera liturgica occupa nella crescita e nella qualità della preghiera personale. Cfr. la *Proposta pastorale per l'anno 2022-2023*: «Trovo nelle parole della celebrazione la rivelazione di irrinunciabili forme di preghiera che nella celebrazione sono costantemente presenti e insegnano a pregare nella vita delle comunità e nella preghiera personale».

Come esemplificazione di questa capacità pedagogica della liturgia in relazione alla preghiera personale e alla vita del credente, l'arcivescovo sottolinea tre parole che spesso ritornano nella celebrazione liturgica, dando ad essa un ritmo e una particolare tonalità: *Kyrie, Alleluia, Amen*. Queste tre espressioni liturgiche essenziali sottolineate dall'arcivescovo ci orientano ad allargare lo sguardo per cogliere come la preghiera liturgica possa veramente diventare la forma della nostra preghiera, orientarla, educarla, renderla vera e viva (in rapporto con la vita).

2. Il linguaggio della liturgia e della preghiera

Il linguaggio della liturgia è certamente un linguaggio complesso, a volte lontano dal nostro modo di comunicare, dal senso che noi diamo alle parole e ai gesti. Richiede uno sforzo, una sorta di esodo dal nostro modo di relazionarci con la realtà. Ma allo stesso tempo il linguaggio della liturgia è anche semplice perché coinvolge la totalità della persona, corpo, cuore, sensi, un linguaggio che si deve fare proprio, assimilare e decifrare per compiere qual passaggio dal 'visibile all'invisibile'. Nella sua *Proposta pastorale*, l'arcivescovo evidenzia bene questa varietà di linguaggio proprio della preghiera liturgica: «La partecipazione al celebrare coinvolge tutte le dimensioni della persona: le sensazioni, le emozioni, il pensiero, la memoria, tutti i sensi: vista, udito, tatto, la voce, il movimento. L'umanità intera è trasfigurata».

2.a. Il linguaggio verbale e le dinamiche della preghiera

Nella liturgia esiste dunque **un linguaggio verbale, orale e sonoro**. Il linguaggio verbale nella liturgia rivela sia il contenuto della preghiera, ma anche la sua dinamica. E questo si nota soprattutto quando il **linguaggio liturgico è messo in relazione con la struttura delle preghiere**.

Possiamo vedere questo attraverso tre forme della preghiera liturgica e comprendere come esse orientano correttamente la nostra preghiera.

- Che cosa celebra una comunità quando si raduna ‘nel nome del Padre e de Figlio e dello Spirito santo’? Quale è il contenuto di una celebrazione liturgica, l’oggetto della fede celebrata? La risposta a questo interrogativo la possiamo trovare a partire da quel segno e da quella formula che apre la liturgia eucaristica e che in varie forme ritma tutta la preghiera liturgica: **al Padre...per mezzo del Figlio...nello Spirito.**
- Una seconda forma presente nella struttura della preghiera liturgica è quella legata alla **liturgia della Parola**, la cui dinamica è si ritrova non solo nella liturgia eucaristica, ma anche nella liturgia delle ore. Essa ci offre alcuni passaggi irrinunciabili affinché la preghiera sia veramente un dialogo e una relazione che coinvolge la nostra vita
 - Ascolto – Interiorizzazione – Interpretazione
- Un’ultima forma che la liturgia ci è quella contenuta nella **preghiera dei salmi**. I salmi sono parte integrante della preghiera liturgica, soprattutto della liturgia delle ore. Immettendo la vita del credente con tutte le sue situazioni all’interno della relazione con Dio, i salmi diventano espressione di tutte le forme della preghiera: lode, rendimento di grazie, giubilo, domanda di perdono, supplica, grido ecc. Tutta la complessità della nostra vita è come raccolta nei salmi e diventa preghiera.
 - Una esemplificazione: rapporto tra domanda/supplica e lode/ringraziamento

2.b. Il linguaggio dello spazio

La sintonia tra cuore e corpo è una delle qualità fondamentali della preghiera perché il cuore e il corpo sono gli spazi in cui la nostra preghiera è chiamata ad abitare e a prendere forma. Se il cuore è certamente il luogo simbolico in cui la preghiera assume la sua verità nella relazione con Dio, di fatto è tutto l’uomo ad essere lo spazio della preghiera.

Il legame tra preghiera e corpo è evidente soprattutto nella liturgia. Essa obbedisce ad una ritualità che coinvolge il corpo in tutte le sue manifestazioni (compresi i sensi). È il **linguaggio gestuale** attraverso il quale il corpo entra nella dinamica della preghiera e diventa simbolo della preghiera stessa.

«Ogni gesto e ogni parola contiene un’azione precisa che è sempre nuova perché incontra un istante sempre nuovo della nostra vita. Mi spiego con un solo semplice esempio. Ci inginocchiando per chiedere perdono; per piegare il nostro orgoglio; per consegnare a Dio il nostro pianto; per supplicare un suo intervento; per ringraziarlo di un dono ricevuto: è sempre lo stesso gesto che dice essenzialmente il nostro essere piccoli dinanzi a Dio. Tuttavia, compiuto in momenti diversi del nostro vivere, plasma la nostra interiorità profonda per poi manifestarsi all’esterno nella nostra relazione con Dio e con i fratelli» (Desiderio desideravi, 53).

Possiamo fare qui anche un accenno all’importanza di uno spazio materiale, fisico che ci aiuta a metterci in relazione con la preghiera. Anche questo è evidente nella liturgia. Una comunità per riunirsi e celebrare ha bisogno di **uno spazio**, un spazio ‘pronto’ per questo scopo, uno spazio che richiama il carattere assembleare di ciò che in esso si svolge. Lo spazio in cui una comunità celebra arricchisce la preghiera attraverso **un linguaggio visivo** fatto di simboli, di immagini, di particolari strutture spaziali, ecc...

La preghiera personale viene educata dalla liturgia anche a questo linguaggio. E dall’esperienza sappiamo bene quanto lo spazio materiale influisca, crei condizioni o limiti la preghiera. Ognuno dovrà creare un “angolo” della preghiera secondo le sue possibilità (l’angolo bello della tradizione russa), ma ricordandosi che questo spazio deve aiutare e condurre alla preghiera vera.

2.c. Il linguaggio del tempo

Faremo infine un breve accenno al linguaggio con cui la liturgia ci comunica **il senso del tempo**. Il problema del tempo in rapporto alla preghiera è fondamentale. La preghiera è inevitabilmente sottoposta al divenire della storia e deve continuamente confrontarsi con il tempo. Scelta di tempi, continuità nel tempo, superamento del livello cronologico del tempo, ingresso in un tempo ‘altro’, ecc...sono ripetute

sfide per il credente che prega. Ma le varie tipologie di tempo ‘secolarizzato’ che quotidianamente ci troviamo ad affrontare, rendono più pesante questo confronto e minacciano la preghiera.

La preghiera del credente d’oggi, per riacquistare la sua qualità, la sua profondità e solidità, deve entrare nuovamente nello spazio biblico del tempo come occasione e attesa di salvezza, come occasione ed attesa di incontro con il Signore che viene. Per recuperare questo stile di preghiera è necessario lasciarsi educare **dal ritmo liturgico del tempo.**

«Nella meditazione c’è un ‘movimento’ che esprime il ritmo essenzialmente ‘pasquale’ della vita cristiana, il passaggio dalla morte alla vita in Cristo. Talvolta la preghiera, la meditazione e la contemplazione sono come una ‘morte’: una specie di discesa nella nostra nullità, un riconoscimento di impotenza, frustrazione, infedeltà, confusione, ignoranza. Si noti che questo tema ricorre frequentemente nei Salmi. Se abbiamo bisogno di aiuto nella meditazione possiamo ricorrere ai testi delle Scritture che esprimono questo profondo turbamento dell’uomo nella sua nullità e il suo assoluto bisogno di Dio. Poi quando ci decidiamo a guardare in faccia la dura realtà della nostra vita interiore, quando riconosciamo ancora una volta che abbiamo bisogno di pregare intensamente e umilmente per la fede, egli ci porta dall’oscurità alla luce: ci ascolta, risponde alla nostra preghiera, riconosce il nostro bisogno, e ci concede l’aiuto che chiediamo, se non altro dandoci una fede maggiore per credere che egli può e vuole aiutarci in grazia sua. Questa è già una risposta sufficiente.

L’alternarsi dell’oscurità e della luce può costituire una specie di dialogo tra il cristiano e Dio, una dialettica che ci convince sempre più profondamente della identità di Dio con tutti noi. Grazie a questa alternanza noi viviamo nel distacco e nella speranza. Dobbiamo comprendere quale gran bene si guadagna solo con questa fedeltà alla meditazione. Si schiude a noi un nuovo regno che non si scoprirebbe diversamente: il ‘regno di Dio’. Bisogna fare ogni sforzo e sacrificio per entrarvi» (Thomas Merton)

3. Conclusione: preghiera, fede, vita.

Al termine di questo percorso in cui abbiamo cercato di riscoprire lo stretto legame tra la liturgia e l’esperienza personale della preghiera, vorremmo ora sottolineare una qualità, anzi una verità fondamentale che emerge da questo legame: la preghiera è l’espressione più profonda della nostra fede e lo sguardo più vero sulla nostra vita e sulla nostra storia.

Preghiera e fede sono indissociabili. Anzi la preghiera è «il barometro che misura l’intensità della nostra fede», è lo spazio della fede.

Ma la preghiera è anche lo specchio della **vita**. Così scrive Isacco il Siro:

«Quando tu desideri conoscere la tua misura, quale tu sei, se la tua anima è sulla strada o ne è fuori; (o desideri conoscere) la tua saldezza o la tua pochezza, metti alla prova la tua anima nella preghiera. Questa è infatti lo specchio dell’anima, e il saggia delle sue macchie e della sua bellezza. Lì si rivelano la falsità e le bellezze del pensiero...Nel tempo della preghiera si vede, in modo luminoso, da cosa è mosso o in quali moti si affatica il pensiero»

Questo legame tra preghiera, fede e vita noi lo impariamo dalla liturgia. Il rapporto tra liturgia, fede e vita può essere compreso a partire da due movimenti attraverso i quali queste realtà si compenetrano e si fondono: dalla vita alla liturgia e dalla liturgia alla vita.

Dalla vita alla liturgia. Il primo movimento è quello che permette alla vita di entrare in una prospettiva nuova, un punto di vista, una angolatura attraverso il quel rileggere la storia, il mondo, il tempo. Questo sguardo ‘nuovo’ è lo sguardo stesso di Dio. È una sorta di ascesa verso l’alto; la liturgia è un po’ come quella *porta aperta nel cielo* di Ap 4, 1 che deve essere varcata *per vedere le cose che devono accadere*, cioè per veder il progetto di Dio sulla storia, come Dio vede la nostra storia e verso quale meta la fa camminare.