

SPUNTI PER ALCUNI SEGNI LITURGICI NEL TEMPO DI QUARESIMA

INTRODUZIONE:

Questi testi che proponiamo nascono dal desiderio di suggerire una forma di correlazione tra la proposta quaresimale che richiama il valore 'spirituale' dei cinque sensi e alcuni gesti liturgici, per vivere la liturgia "dalla testa ai piedi".

Nello strumento/sussidio proposto alle comunità per il cammino quaresimale nel contesto delle riflessioni proposte insieme alle testimonianze missionarie e alla riflessione sulle prime letture, abbiamo preso in considerazione di domenica in domenica ciascuno dei cinque sensi. Infatti, già nel titolo di ogni domenica viene messo in evidenza a quale dei cinque sensi ci si riferisce e le seguenti note di approfondimento possono aiutare a comprendere come accanto alle azioni rituali c'è tutto l'uomo ad essere soggetto e oggetto del culto gradito a Dio.

Tutto questo non dimenticando i tre "segni" liturgici che sono già stati offerti come indicazione durante il Sinodo Diocesano:

- Il **Libro dei Vangeli** che con la processione d'ingresso fa irrompere nella storia la Parola di Gesù, la sua umanità e la sua carica di Vita.
- La **colletta dell'offertorio** per le esigenze delle realtà più fragili e povere, dedicata in questo tempo liturgico alle proposte della Quaresima di Fraternità.
- La **comunione agli infermi**, segno dell'Eucaristia che diventa comunione concreta con le membra fragili e sofferenti del popolo di Dio.

1ª domenica di Quaresima: IL TATTO

Segno liturgico: IL SEGNO DI CROCE

Abbiamo chiaramente l'impressione che, anche quando stiamo parlando di argomenti religiosi, si inizi a pregare quando si traccia su di noi un **segno di croce**. Ovviamente non è sempre così, si può pregare anche senza esordire con un segno di croce, ma grazie a tale gesto ci disponiamo nitidamente a pregare. Si instilla dentro di noi, da quando siamo bambini, una sorta di cesura tra tutto ciò che è parlare di Dio e invece ciò che è parlare con Dio. Nel momento in cui si inizia a rivolgersi a Dio tuttavia è necessario tracciare su di noi la croce. Sembra quasi che il nostro corpo venga "investito" della croce, si assuma su di noi il senso della croce, nel nostro corpo (e così nella nostra identità, nella nostra personalità) entriamo a far parte della croce e della risurrezione. Nel battesimo si è tracciata su di noi la croce, siamo stati immersi nell'evento della croce e della conseguente risurrezione. Gesù sulla croce, privato di tutto, si è ritrovato rivestito soltanto dell'amore del Padre. Per questo motivo noi tracciamo su di noi la croce: desideriamo associarci alla stessa esperienza di Cristo. Avviene nel nostro corpo, dalla testa in giù, e non ci sarebbe altro modo di sentire che ci stiamo connettendo a Dio se non nel nostro corpo. Per questo motivo molte chiese hanno la pianta a forma di croce, per questo il segno di croce è l'entrata e l'uscita di ogni nostra preghiera. Proprio perché la salvezza della risurrezione avviene nella fiducia che Gesù ha riposto nel Padre in quel momento. Affinché avvenga anche per noi, tracciamo sul nostro corpo il segno della croce.

SUGGERIMENTI:

- Entrando in chiesa ci possono essere delle persone che accolgono i fedeli (come sperimentato durante il periodo di pandemia covid) le quali invitano a ricordarsi che il segno della croce immette nel dialogo con Dio.
- Una breve nota di un commentatore o del celebrante prima del segno della croce iniziale può evidenziare il significato di questo gesto.

2ª Domenica di Quaresima: L'UDITO

Azione liturgica, l'ascolto: **LA PAROLA DI DIO**

Chi studia le lingue ha una certezza: ogni parola non si limita a trasmettere un'idea, ogni parola è un'azione, un fatto. Il solo formulare le parole implica l'impegno di muovere i muscoli che compiono la comunicazione. Il semplice dire qualcosa comporta l'azione di dire e la volontà di comunicare. In modo reciproco, l'ascolto non è affatto passivo: richiede una molteplicità complessa di fattori corporei perché avvenga effettivamente, basti pensare a quanti non riescono a udire a causa di limiti fisici quanto disagio provano nella propria vita. La Parola di Dio è un evento che Dio sta compiendo con il suo popolo.

L'aspetto tipicamente umano di parlare semplicemente per raccontarsi qualcosa o sentirsi accolti e considerati mentre si dice qualcosa supera di molto la mera consegna di qualche informazione. Nel voler raccontare si intreccia una relazione tra chi esprime e chi accoglie. Non si tratta solamente di comprendere qualche notizia: parlare e raccontare generano una relazione. Per avere delle informazioni basta google, per avere delle relazioni bisogna parlare con qualcuno e ascoltare qualcuno. Nessun papà direbbe mai al proprio bambino che una cosa gliel'ha già detta, perché dire una cosa al proprio papà significa stringere un legame con lui. E attorno al raccontarsi ci sono decine di gesti umani che esprimono la qualità della relazione in modo da accoglierla nel nostro corpo oltre che nella nostra mente.

Per questo motivo in ebraico "parola" e "fatto" si dicono allo stesso modo. Nella liturgia **l'ascolto della Parola di Dio** avviene considerando queste premesse. Non ci si limita all'acquisizione di un concetto, ma di sentire che Dio è in relazione con il suo popolo. Conosciamo tutti le vicende del Vangelo: desideriamo però ascoltare ancora una volta Dio che si racconta. Il nostro corpo si siede, si alza, traccia su di sé la croce con il pollice, perché pur conoscendo cosa accadrà in una pagina di Scrittura desideriamo ancora una volta dalla testa ai piedi accogliere la presenza del Signore. Allo stesso modo allora accoglieremo la Parola non solo nelle parole, ma in tutto ciò che sa di presenza divina e di relazione con Cristo. Allora non ci limiteremo ai concetti della Scrittura ma desidereremo il legame che si intravede nel Vangelo. E allora ci accorgeremo che la Scrittura e l'Eucaristia sono due modi diversi per generare la stessa relazione tra Dio e noi, nel nostro corpo.

SUGGERIMENTO:

- *Concediamo un po' di tempo prima dell'ascolto delle letture e del vangelo, tra "dal vangelo secondo..." e "in quel tempo...". Il silenzio permette di rompere la linearità della celebrazione per rendere più denso l'ascolto.*

3ª Domenica di Quaresima: LA VISTA

Segno liturgico: **I COLORI LITURGICI**

La vista funziona attraverso delle frequenze della luce che ogni oggetto rimanda ai nostri occhi e in tal modo il cervello riceve degli impulsi. Il colore nella percezione umana ha un'incidenza fortissima, non è semplicemente un mezzo di comunicazione: ha la capacità di generare le emozioni e il clima dell'ambiente in cui ci si trova. Non è possibile per una persona non accorgersi dei colori, perché sono elementi immediati. Nei primi mesi di vita dei neonati si genera la distinzione tra colori (bianco, nero e rosso) e man mano che nel primo anno di vita si crea una associazione sinestetica tra emotività e colori primari.

Dal punto di vista biologico, quindi, alcuni impulsi hanno effetti distensivi (come il verde) e alcuni più eccitanti (come il rosso), che la liturgia ha assunto per identificare i martiri o il tempo ordinario. Oltre ai colori di matrice biologica ci sono anche alcuni colori attribuiti per motivi culturali: nel nostro contesto il bianco è il colore della luminosità, dell'eleganza, della festa. Il rosa (che può essere usato nella quarta domenica di Quaresima) era l'immagine della rosa che nasce a primavera, anticipazione dell'arrivo della Pasqua, per cui la domenica della rosa è divenuta poi la domenica del rosa. Per analogia questo colore è stato attribuito (seppur non obbligatoriamente) anche alla terza domenica di Avvento. **La Quaresima**, come l'Avvento (e anche le esequie) però **ha il colore viola**: è il colore del cielo al primo chiarore dell'alba. Non c'è la luce, ma si attende la luce. Percepriamo che non c'è il buio, ma siamo in attesa della pienezza della luce. Il cammino dei colori del corso della Quaresima permette che dalla testa ai piedi entriamo alla pienezza della luce.

SUGGERIMENTO:

- *All'inizio della messa accennare al motivo dei colori, in particolare evidenziando l'uso del colore viola per questo tempo liturgico.*

4ª Domenica di Quaresima: L'OLFATTO

Segno liturgico: **L'INCENSO**

La percezione dei profumi si colloca nel sistema limbico del cervello, dentro la nostra testa, nella zona primitiva del cervello rettile. Il radicamento profondo della sede della percezione del profumo rende la memoria associata a questo senso quasi indimenticabile. L'associazione dei profumi assieme al gusto genera l'infinita casistica dei sapori. L'odore ha la funzione di "salvavita": fa riconoscere ciò che è buono da ciò che è nocivo. Fa riconoscere l'odore di una persona sui suoi vestiti, che solo quella persona lascia. Fa percepire la presenza di una persona in una stanza e ci fa sentire che la casa di qualcuno che conosciamo bene ha un odore che si trova solo lì. L'odore quindi è il sistema di salvataggio dell'uomo e soprattutto è legato all'identità, a relazioni primordiali della nostra esistenza.

Nel nostro mondo occidentale non siamo più abituati a strade maleodoranti e a case che si combinavano con stalle puzzolenti e immondizia in putrefazione. In molta parte del mondo il fetore e il conseguente bisogno di profumi sono ancora molto marcati. In un contesto di questo tipo è **nato l'uso dell'incenso**, perché i credenti percepissero che il momento della preghiera era un luogo buono. Un luogo sano e salubre, pulito e addirittura profumato. E soprattutto un luogo con una presenza che lascia la sua traccia, o meglio, la sua scia di profumo. Sentiamo dalla testa ai piedi che Dio c'è e la sua presenza rende tutto migliore. Ovviamente, senza esagerare, altrimenti ciò che dovrebbe profumare diventa soffocante. Il profumo non può essere invadente: è la discreta impronta della divinità.

SUGGERIMENTI:

- *Aggiungere in questa domenica il gesto dell'incensazione, con l'attenzione a non esagerare con il fumo e allo stesso tempo non limitandosi al minimo indispensabile. Possibilmente usare un profumo buono; a volte vale la pena usare materiale per cui basta poco ed è di valore.*
- *Se invece si preferisce un altro gesto, si può collocare accanto alla lampada del santissimo sacramento il turibolo e bruciare un po' di incenso all'inizio della celebrazione.*

5ª Domenica di Quaresima: IL GUSTO

Segno liturgico: **LA COMUNIONE**

Niente come il mangiare ha una forza dirompente tra i riti religiosi, di tutte le religioni. Mangiare significa che qualcosa viene preso, assunto per mezzo della bocca (la nostra via di comunicazione tra interiorità ed esteriorità), masticato (e quindi in un certo senso manipolato, rotto, smembrato), e assimilato. Assimilando un cibo, esso diventa parte di me, costituisce il mio corpo, dalla testa ai piedi.

Per questo motivo siamo in una società estremamente attenta alla dieta. Si moltiplicano i cibi gourmet per assimilare soltanto ingredienti di prima scelta in modo da vivere sani ed equilibrati. Quando Gesù ha istituito l'Eucaristia non era così: non si mangiava tutti i giorni, il cibo era il discrimine tra vivere o non vivere. In molte zone del mondo è ancora così, la giornata ruota attorno alla sopravvivenza o il timore di non riuscire a mangiare. Dio che si dona nel mangiare entra con forza nel nostro corpo: dalla testa ai piedi tutto è sostenuto grazie al nostro stomaco pieno o vuoto, la testa non ragiona se l'intestino non ha qualcosa da metabolizzare, i piedi non camminano se la pancia non dà loro un po' di energia. Tutto della nostra vita è sostenuto da Dio e di lui abbiamo bisogno come chi si sente che vive o muore, che sopravvive o rischia di soccombere. Far la comunione non si riduce a pii pensieri, è l'intensa irruenza del percepire che con Dio viviamo e il mio corpo sta in piedi e cammina oppure il nostro stesso corpo non lo accoglierà e io conseguentemente non sentirò la sua mancanza e vivrò come se nulla fosse. Mangiare Dio fa diventare la mia carne parte della sua vita, sostiene la mia carne perché io possa vivere. E perché io viva non posso stare nelle tenebre, nel male, nel peccato, dovrò stare alla luce della sua presenza. La Quaresima ci fa camminare nel digiuno per sentire il bisogno profondo di sostenere il nostro corpo e la nostra vita con ciò che ci mantiene in vita, Dio. La Quaresima ci fa allontanare dal peccato per vivere nella pienezza della vita e saziarci di Cristo e così vivere nella sua luce.

SUGGERIMENTO:

- *Nel corso della settimana si invitino i fedeli a fare un digiuno serio, grazie al quale si apprezza di più il cibo che si trova in tavola.*
- *Proporre l'esperienza di una 'cena solidale' comunitaria (spesso meglio conosciuta come "cena povera") abbinandola a uno scopo caritativo-missionario.*