

Come comportarsi con rispetto in una chiesa ortodossa

L'interno di un tempio ortodosso, accuratamente predisposto per riflettere il cielo sulla terra, richiama tutti coloro che vi entrano (siano essi fedeli assidui o semplici visitatori) a un comportamento riverente e adeguato alla santità del luogo.

Quelle che seguono non sono norme fisse e vincolanti, ma una guida per promuovere l'ordine e il decoro nella chiesa. Poiché i suggerimenti provengono per la maggior parte da chiese di tradizione russa, è opportuno notare come in altre tradizioni locali vi siano usanze leggermente differenti.

I consigli sono rivolti a una persona che entra in una chiesa ortodossa alla ricerca di un punto di rifugio dalle intemperie della vita: idealmente, si tratta di ciascuno di noi.

Atteggiamento interiore ed esteriore

Entra nel tempio con un senso di gioia spirituale. Sei di fronte a Colui che promise di dare conforto agli afflitti: "Venite a me, voi tutti, che siete affaticati e oppressi, e io vi ristorerò." (Matteo 11:28). Entra con mitezza, nello spirito del pubblicano del Vangelo, che uscì dal tempio giustificato. Mentre contempli il Volto del Signore e dei santi nelle icone, ricorda come allo stesso tempo essi ti stanno guardando.

Partecipazione

Anche se sei solo in visita occasionale, prega nel tempio come un pieno partecipante, e non come un mero spettatore. Così le preghiere che vengono lette e cantate proverranno anche dal tuo cuore. Segui con attenzione le funzioni, e la tua preghiera non sarà solo personale, ma si unirà alla grande preghiera dell'intera Chiesa di Cristo. Ricorda che le funzioni non sono un tempo per la preghiera privata, ma per la condivisione della grande preghiera della Chiesa.

Orario di arrivo

Cerca di arrivare sempre in tempo, prima dell'inizio delle funzioni. Arrivare in ritardo può capitare e talvolta capita, ma non è certo qualcosa di cui andare fieri. Se, per qualche ragione di forza maggiore, sei in ritardo, abbi cura di non interferire con le preghiere di chi è entrato prima di te. Se arrivi proprio durante la lettura dell'Epistola o del Vangelo, è bene attendere fino alla fine della lettura per entrare o muoverti.

Se arrivi prima della funzione, puoi passare il tempo a prepararti interiormente per la

funzione: a un certo punto della Divina Liturgia, durante l'Inno dei Cherubini, ti verrà chiesto di "deporre ogni affanno della vita."

Entrando nel tempio

All'ingresso nel tempio, fatti il segno della croce per tre volte, accompagnando ogni volta il segno di croce con un inchino fino alla cintola. Esistono diverse formule che accompagnano i tre segni di croce, basate sulla preghiera del pubblicano del Vangelo, accompagnate da richieste di intercessione alla Madre di Dio e ai Santi: queste ti ricordano che ti stai preparando essenzialmente a un incontro.

Dopo l'ingresso

Non fermarti di fronte all'entrata, per non bloccare la strada degli altri che entrano per pregare. Muoviti con tranquillità e naturalezza: in un tempio ortodosso puoi andare a occupare il posto che desideri, e se lo vuoi puoi anche cambiare posto nel corso della funzione. Ricorda soltanto che, se passi di fronte alle Porte Sante dell'iconostasi, è bene fermarti un attimo e fare il segno della croce.

Incontri e conversazioni

Quando arrivi, saluta gli amici in silenzio, con un sorriso, un cenno del capo o un inchino. Nella chiesa, evita le strette di mano o gesti simili, anche con amici o parenti stretti, e non metterti a conversare con loro. Vi sono alcuni gesti permissibili in società, che in chiesa diventano quanto mai equivoci: un esempio è baciare la mano alle donne, che si confonde con i gesti di venerazione degli oggetti sacri, e che si dovrebbe assolutamente evitare. Se è necessario parlare (per esempio per chiedere informazioni o assistenza), cerca di farlo con il minimo di disturbo.

Uomini e donne

Secondo un antico costume, uomini e donne occupano nel tempio posti separati. A seconda della disposizione architettonica del tempio, e di usi locali, potrai trovare le donne sulla sinistra e gli uomini sulla destra, oppure le donne sul retro e gli uomini di fronte. Cerca di adeguarti anche tu a questa disposizione.

Vestiti

La Chiesa ortodossa è solitamente piuttosto severa in tema di abbigliamento dei fedeli. Oltre alle comprensibili raccomandazioni sulla modestia e decenza del vestiario (in chiesa non si va per suscitare curiosità e attrattiva fisica), ci sono due importanti regole bibliche da seguire:

-Le donne non dovrebbero vestirsi con indumenti maschili, e viceversa (Deuteronomio 22,5): questa è una ragione per cui in molte chiese ortodosse, anche in Occidente, una donna che porta i calzoni si considera vestita in modo sconveniente.

- Le donne dovrebbero coprirsi il capo in chiesa, e gli uomini dovrebbero restare a capo scoperto (I Corinzi 11,5). Fanno eccezione i copricapi dei monaci e del clero: questi hanno

significati simbolici, e quanti li indossano devono ricevere speciali benedizioni.

Postura

Nel tempio dovresti di norma stare in piedi. In caso di malattia o di stanchezza, ti è permesso sedere. I posti per le persone malate o anziane sono talvolta limitati, per cui abbi cura che ne possa usufruire anche chi ne ha più bisogno di te. Se ti siedi, abbi cura di rimanere in una posizione composta, ed evita di incrociare le gambe.

Non passare il tempo a osservare o scrutare cosa fanno gli altri. Oltre che a evitare di farti esprimere giudizi, questa disciplina ti aiuterà a concentrarti sulle funzioni, e con tutta la complessità dei riti e dell'iconografia non avrai certo tempo di annoiarti.

Bambini

Se porti bambini alle funzioni, assicurati che si comportino con tranquillità, e senza fare rumore (il miglior modo è offrire loro un buon esempio: ricorda che i bambini imitano istintivamente l'atteggiamento degli adulti che li accompagnano). Se i bambini si mettono a piangere o non riescono a stare in silenzio, accompagnali tranquillamente fuori. Insegna loro a rispettare il tempio, segnandosi all'ingresso e all'uscita, e istruiscili nella pratica della preghiera.

Non permettere ai bambini di mangiare o bere qualcosa all'interno del tempio: l'eccezione è costituita ovviamente dalla Santa Comunione e dal pane benedetto distribuito dopo la Liturgia. Questa regola non vale solo per i bambini, e va rispettata per sottolineare l'importanza del nutrimento dello spirito.

Icone

Dopo i segni della croce all'ingresso, puoi andare a venerare le icone. Tipicamente l'icona viene venerata con un bacio, anche se tra alcuni popoli è consuetudine anche appoggiare la fronte all'icona dopo averla baciata. Per ovvie ragioni, è opportuno che nel tempio le donne non portino rossetto sulle labbra! Il punto preciso del bacio dipende dal tipo di icona, ma preferibilmente dovrebbe coincidere con il luogo dove ci si aspetta un bacio rituale (la mano di Cristo, un libro dei Vangeli, l'orlo di una veste); per questa ragione, nelle icone non si baciano di solito i volti.

Di solito, si venera l'icona del Santo patrono o della festa del giorno, posta su di un analoghio (leggiò) nel mezzo del tempio, e quindi le icone di Cristo e della Madre di Dio. Nulla ti vieta, comunque, di andare a venerare icone di tua scelta. Se al momento del tuo arrivo la funzione è già iniziata, può essere meglio che tu ti astenga dall'andare a venerare le icone, perché a questo punto il tuo passaggio in mezzo agli altri fedeli può disturbare la loro preghiera.

Dopo aver venerato le icone, puoi seguire l'antico costume di chiedere perdono ai presenti, inclusi gli angeli che sono già tra loro. Anche senza chiedere esplicitamente perdono, è sufficiente fare un inchino fino alla cintola, portando la mano destra a terra. Se sei nella congregazione mentre qualcuno si inchina a chiederti perdono, inchinati a tua volta, ripetendo il suo gesto: è il modo in cui i fedeli accolgono la richiesta di perdono,

rivolgendosi a Dio come alla fonte di ogni perdono.

Candele

Prepara prima di arrivare alla funzione il denaro che offrirai per le candele: eviterai di fare rumore e di causare distrazioni. Dopo avere lasciato l'offerta, prendi le candele, che potrai accendere di fronte all'icona che desideri. Abbi cura, se vedi tante candele già accese in un certo punto, di non accumularne troppe una vicino all'altra (il calore le farebbe fondere e piegare tutte assieme, con scarso effetto estetico e un reale pericolo di incendio).

Offerte

Come per le candele, è bene preparare in anticipo il denaro per tutto quanto è d'uso offrire nella chiesa (per le liste dei viventi e dei defunti da commemorare, per le piccole prosfore che si accompagnano alle liste dei nomi nell'uso russo, per la questua, etc.). Mettersi a contrattare per cambiare denaro nel tempio del Signore non è proprio un comportamento adatto ai cristiani...

Se hai altre questioni monetarie in sospeso con la chiesa (pagamento di quote parrocchiali, offerte per speciali intenzioni, e così via), cerca di non risolverle in alcun modo durante le funzioni.

Gesti rituali

Segui le funzioni con il tuo corpo non meno che con la tua mente. La pietà ortodossa è ricca di azioni che coinvolgono nel culto tutta la persona. Segnati ogni volta che senti il nome della Santa Trinità o qualche preghiera che ti coinvolge in modo personale. Agli incensamenti e nelle benedizioni che il prete fa con la mano, la risposta appropriata è inchinarsi al prete: in questi casi, segnarsi non è necessario. Ci si segna invece quando il prete benedice con qualche oggetto (la croce, il libro dei Vangeli, il calice con i Santi Doni, etc.). Se servi come lettore o corista, non hai l'obbligo di segnarti se tale azione ti può causare disturbo alla lettura o al canto.

Errori

Non condannare gli errori fatti dai celebranti o dagli altri fedeli, anche se ti capita di notare un atteggiamento sconveniente (se entriamo nel tempio per chiedere a Dio di perdonare i nostri peccati, non è salutare fissarci su quelli altrui). Se proprio devi cercare di porre rimedio a una situazione di grande inadempienza, cerca di farlo dopo la fine delle funzioni, e in modo quanto più riservato possibile.

Momenti di particolare riverenza

Vi sono alcune parti delle funzioni in cui è bene evitare del tutto i movimenti che possono creare intralcio o distrazione: bisogna cercare di non entrare o uscire dal tempio, muoversi, accendere o spegnere candele o venerare icone durante i seguenti momenti:

Grande Veglia

1. Piccolo ingresso (con il turibolo)

2. Lettura dell'Esapsalmo
3. Ingresso con il Vangelo e lettura del Vangelo Aurorale
4. Canto del Magnificat ("Più insigne dei Cherubini...") e della Grande Dossologia

Divina Liturgia

1. Piccolo Ingresso (con il Vangelo)
2. Lettura dell'Apostolo e del Vangelo
3. Canto dei Cherubini e Grande Ingresso (con i Santi Doni)
4. Canto del Credo e Canone Eucaristico (che inizia con Misericordia di Pace..." e termina con la benedizione del prete "E siano le misericordie...").
5. Canto del Padre Nostro.
6. Lettura della preghiera prima della comunione: "Credo, Signore, e confesso..."

La Santa Comunione

Accostati con grande rispetto alla Santa Comunione, nell'atteggiamento richiesto nella chiesa dove ti comunichi (nelle chiese di tradizione russa, tieni le mani incrociate sul petto). Se, dopo aver ricevuto la comunione, ti viene chiesto di baciare il calice, fallo senza segnarti, per non rischiare di capovolgerlo incidentalmente. Coloro che si comunicano dovrebbero rimanere nel tempio mentre vengono lette le preghiere di ringraziamento per la comunione, dopo la Liturgia. Se per ragioni di forza maggiore non possono restare, sono comunque tenuti a recitare in privato le preghiere di ringraziamento.

L'antidoro

Quando ricevi l'antidoro (il pane benedetto) dopo la Liturgia, abbi cura di non spargerne a terra delle briciole, e se accompagni dei bambini a ricevere l'antidoro, presta particolare attenzione a che non lo facciano cadere. Puoi chiedere di portare a casa uno o più pezzi di antidoro, per dividerli con la tua famiglia: in tal caso cerca di avere un fazzoletto pulito o un altro recipiente adatto a contenere l'antidoro, e se puoi aspetta che tutti abbiano ricevuto il proprio pezzo (soprattutto quando i fedeli sono tanti), in modo da non privare qualcuno della propria parte.

Dopo la funzione

Se non c'è una necessità estrema, non lasciare il tempio prima della fine della funzione.

Il silenzio che dovrebbe accompagnare lo svolgimento di una funzione dovrebbe essere mantenuto anche dopo la conclusione, per lo meno finché i fedeli vanno in fila a venerare la croce e, nel caso della Liturgia, a ricevere l'antidoro. Durante questo momento, è stabilito che un lettore legga le preghiere di ringraziamento dopo la comunione: siccome queste preghiere sono recitate e non cantate, il rumore di una conversazione è in tale occasione ancora più fastidioso.

Spesso le funzioni ortodosse prevedono, dopo il termine della preghiera, un momento di aggregazione sociale: rimanda a tale momento tutte le tue necessità di incontri e conversazioni mondane.