

Perché pregare così tanto



Intervista di Julija Kominko al vescovo Iona (Cherepanov) di Obukhov

[Pravmir](#)

23 giugno 2017

"Quando le persone sono innamorate, vogliono costantemente trascorrere il tempo insieme, e parlare tra di loro. Finché sono insieme, sono anche felici di rimanere in silenzio. È lo stesso con Dio..." Il vescovo Iona (Cherepanov) trova parole sorprendenti in risposta al comune dilemma, "perché tutto nella Chiesa ortodossa prende così tanto tempo". Perché abbiamo bisogno di lunghe regole di preghiera e di lunghe funzioni; ci sono progetti per abbreviarle a causa del programma intensivo di vita degli uomini moderni? Siamo autorizzati a non pregare quando siamo stanchi dopo il lavoro? Leggete tutto nell'intervista.

Come facevano gli apostoli

Julija Kominko: Vostra Grazia, può rispondere alla domanda "perché tutto dura così a lungo tra gli ortodossi?" Le preghiere prima della comunione, le funzioni, gli acatisti, i canoni... Dopo tutto, il Signore non ha mai detto in nessuna parte del Vangelo: "Pregate più a lungo possibile". Al contrario, il "Padre nostro", la preghiera da lui data ai fedeli, è estremamente breve e concisa (Mt 6,9-13). Allo stesso tempo, Cristo ha rimproverato i farisei che pregavano a lungo per pretesa

(Mt 23,14) e ha avvertito gli apostoli: "E quando pregate, non usate ripetizioni vane come fanno i pagani. Infatti essi pensano che saranno ascoltati per le loro molte parole. Pertanto, non siate come loro. Il vostro Padre conosce le cose di cui avete bisogno prima di chiederle" (Mt 6,7-8).

Quindi, questo significa che noi siamo come i farisei e i pagani?

Vescovo Iona (Cherepanov): Di fatto, le ultime parole che ha citato sono fondamentali. Come vediamo dal testo, i pagani pregano per cose banali, e per questo motivo il Signore avverte che il Padre celeste conosce le nostre esigenze anche prima di chiedergliele. Continua a dire: "Perché di tutte queste cose si preoccupano i pagani. Ma il vostro Padre celeste sa che avete bisogno di tutte queste cose. Cercate prima il regno di Dio e la sua giustizia e tutte queste cose vi saranno date in aggiunta" (Mt 6,32-33).

Perché di fatto è consigliabile, soprattutto durante il nostro primo periodo nella chiesa, dire le proprie preghiere dal libro di preghiera, cioè usare i testi scritti da santi? Perché in essi tutte le petizioni riguardano il Regno dei cieli. Immaginate per cosa avremmo pregato al momento in cui abbiamo iniziato a credere nel Signore, quando non ci eravamo ancora immersi nelle profondità del Vangelo né avevamo sperimentato l'altezza delle parole di Cristo. Ovviamente avremmo chiesto ciò che ci sembrava importante, quello che di solito vorremmo per noi stessi e per gli altri: salute, benessere, felicità personale. Eppure, questo è fondamentalmente quello che il Signore ci ha avvertiti di non chiedere.

Qui però abbiamo le parole della meravigliosa preghiera di san Giovanni Crisostomo che si legge ogni sera: "Signore, non rimuovere da me i tuoi beni celesti. Signore, liberami dalle pene eterne. Signore, se ho peccato con la mente o con il pensiero, con la parola o con l'azione, perdonami. Signore, liberami da ogni inconsapevolezza e dimenticanza, e meschinità d'animo, e pietrificata insensibilità..."

Tutte le petizioni si riferiscono al miglioramento dell'anima, al nostro rapporto con Dio, a cui veramente ci rivolgiamo come al nostro Padre celeste, che conosce i nostri problemi privati e non ha nemmeno bisogno che glie li ricordiamo, e noi gli chiediamo solo le cose di cui abbiamo bisogno per stare con lui per l'eternità.

Quanto a denunciare i farisei che pregavano molto, ecco ciò che significa. A quel tempo, i farisei aspiravano al più alto livello di giustizia e attiravano l'attenzione su questa aspirazione in ogni modo possibile. C'erano alcune preghiere e tradizioni speciali per adorare Dio. Per esempio, come i credenti musulmani contemporanei, che all'orario appropriato, stendono senza difficoltà il loro tappeto anche se si trovano in un aeroporto, in un ufficio, in un'istituzione o in qualche altro luogo, e dicono le preghiere appropriate. Noi cristiani, che per la maggior parte siamo troppo imbarazzati a farci il segno prima di un pasto o quando passano davanti a una chiesa, che abbiamo paura di mettere in imbarazzo quelli che ci circondano rifiutando i cibi non quaresimali in un giorno di digiuno, dovremmo emulare questa confessione di fede. Tutte queste cose non hanno niente a che fare con l'umiltà, non c'è alcuna umiltà, semplicemente ci vergogniamo di dichiarare che siamo cristiani. Eppure Cristo ha detto: "Chi si vergognerà di me e delle mie parole in questa generazione adultera e peccaminosa, di lui anche il Figlio dell'Uomo si vergognerà quando verrà nella gloria del Padre suo con gli angeli santi" (Mc 8,38). E nessuno ha revocato le

parole di Cristo.



il vescovo Iona (Cherepanov). Foto di Julja Makovejchuk

Tuttavia, ritorniamo ai farisei. Questi vedevano le preghiere in tempi specifici come relazioni con rituali specifici, non come segno della fede, ma come modo di fare mostra della loro pietà. Questo è in realtà ciò per cui il Signore li rimproverava.

Ora, perché tutto dura così a lungo tra gli ortodossi? Le nostre preghiere non sono uscite dal nulla - il nostro culto moderno si basa sul culto dell'Antico Testamento. Negli Atti dei Santi Apostoli leggiamo che i primi cristiani si radunavano nel tempio di Gerusalemme, nelle sinagoghe, cioè partecipavano alle funzioni: "Ogni giorno, nel tempio e in ogni casa, non cessavano di insegnare e predicare Gesù come il Cristo "(At 5,42).

Vi si dice anche che quando discese lo Spirito Santo "continuavano quotidianamente di comune accordo nel tempio" e spezzavano il pane da casa a casa (At 2,46). Ciò significa che innanzitutto pregavano e poi celebravano l'Eucaristia, spezzando il pane in memoria di Cristo. Il ciclo quotidiano del culto ortodosso è costituito dalle Ore, dal Vespro e dal Mattutino. La Liturgia non ne fa parte; è al di fuori di tutto, perché è la Cena Mistica, durante la quale comunichiamo al corpo e al sangue del Signore Gesù Cristo. Il ciclo quotidiano può essere paragonato alla preghiera che gli apostoli eseguivano quotidianamente continuando di comune accordo nel tempio, mentre la Liturgia può essere paragonata alla funzione speciale che svolgevano separatamente da casa a casa.

Inoltre, è scritto che continuavano ogni giorno nel tempio. Non si fermavano solo per leggere il "Padre nostro ...". Al contrario, partecipavano all'intero ciclo di culto, che consisteva in letture delle Sacre Scritture e altre preghiere. Si ricorda perché furono ordinati i diaconi? Perché gli apostoli non fossero distratti da questioni familiari, ma restassero "continuamente nella preghiera e nel ministero della parola" (At 6,4). Tutto

questo dimostra anche che le funzioni non erano brevi.

Sì, il "Padre nostro" - la preghiera del Signore - ci mostra ciò per cui dobbiamo pregare. E, in verità, tutti gli altri testi che apparvero nella comunità cristiana sembrano essere la sua versione estesa. L'essenziale rimane immutato - preghiamo il nostro Signore per rimanere con lui nel suo regno e tutto il resto ci sarà dato in aggiunta.



Cosa possiamo dare in cambio della bellezza del culto?

Nelle città, nei villaggi la gente ha tanto da fare, mentre le lunghe funzioni del sabato e della domenica non lasciano praticamente tempo per nulla. Perché non possiamo renderle più corte in base al ritmo della vita della gente moderna?

Se guardiamo alla comunità dei primi cristiani, le Scritture sottolineano che si riunivano quotidianamente, trascorrendo del tempo a pregare.

Tuttavia, in questi giorni anche le persone con molto tempo libero, con un programma flessibile di lavoro, non frequentano la chiesa ogni giorno. Nella migliore delle ipotesi, vengono il sabato e la domenica. Non possiamo dire se questo è buono o cattivo, è così e

basta. La necessità di partecipare al culto è stata ridotta alla Liturgia della domenica o di feste particolari. I cristiani sostanzialmente non festeggiano più i giorni di festa dei santi, né ascoltano i loro inni meravigliosi, né imparano dai testi che esaltano mentalmente i martiri, i venerabili e i giusti. L'interazione quotidiana con Dio è stata ridotta alle preghiere del mattino e della sera. Quindi, credo, la Chiesa ha già riorganizzato tutto il più possibile per soddisfare le esigenze moderne.

La gente spesso dice: "È crudele, lavoriamo tutta la settimana, e al sabato, invece di riposare, dobbiamo assistere alle funzioni..." Sa, mi dispiace per le persone che freddamente e consapevolmente si privano la bellezza degli inni dedicati al Cristo risorto. Poiché c'è poco che distingue una Liturgia di un giorno settimanale dalla Liturgia della domenica, ma tutte le ragioni per cui quel giorno si chiama "la piccola Pasqua" sono concentrate nel Vespro e nel Mattutino, serviti secondo la tradizione consolidata, alla vigilia della domenica. E se una persona prende seriamente tutto ciò che è letto e cantato in chiesa, cercando di trarne un senso, di viverlo, non penserebbe mai di scambiare la bellezza del culto per qualsiasi altra attività.

Le funzioni e le regole di preghiera lunghe non sono forse quei "fardelli difficili da portare" che sono posati sulle spalle dei fedeli, e di cui il Signore ha parlato nel Vangelo?

Se la preghiera è un peso per una persona, significa che questa persona semplicemente non ama Dio. Non importa quanto crudele ciò possa sembrare.

Ho già menzionato in un'altra intervista che quando le persone sono innamorate, vogliono costantemente trascorrere il tempo insieme, e interagire tra loro. Trovano gioia anche solo nello stare seduti vicini, nel guardarsi a vicenda.

Quindi, se una persona non sente alcun bisogno di parlare con Dio, significa che non ama Dio. È una condizione orribile.

Pensi a ciascuno di noi al momento in cui siamo neofiti, quando corriamo in chiesa, preghiamo la mattina e la sera, quanto ci sentiamo tristi di concludere questa preghiera, quanto vorremmo parlare con Dio ancora e ancora. Sì, sappiamo, che era la chiamata della grazia, quando durante i nostri primi passi il Signore ci mostrava l'atteggiamento corretto dell'anima umana verso Dio - come pregare, come vivere, come organizzare la comunione con Dio. All'epoca, era come se avessimo visto l'ideale questo è come tutto dovrebbe essere; cerchiamo di aspirare a questo.

Alla fine, il Signore ritira questa grazia, perché la possiamo acquisire noi stessi, in modo da poter imparare a lavorare, a sforzarci in quella direzione. Ovviamente, non ci riusciremo tutto il tempo, ma, tenendo presente la gioia di essere con Dio, aspiriamo a riconquistare quello che abbiamo perso. E vedendo il nostro desiderio cosciente, grazie ai nostri sforzi il Signore ci darà sicuramente la grazia, ma ciò accadrà solo quando la realizzazione della gioia di comunione con Dio non ci farà alcun male, e non nutrirà la nostra vanità.



lo ieromartire Onufrij (Gagaljuk)

Voglio anche dire qualcosa per quanto riguarda la verbosità. C'era un meraviglioso asceta all'inizio del XX secolo, il futuro ieromartire Onufrij (Gagaliuk). Come vescovo della sede di Kharkov fu fucilato nel 1937.

Ho la sua foto firmata indirizzata a una figlia spirituale. Sua Grazia scrisse: "Alla serva di Dio Elena per il rafforzamento della sua fede e lealtà alla volontà di Dio". E poi: "Ogni persona che chiede l'aiuto di Dio lo riceverà, ma non sempre come lo si aspetta. Il Signore sa meglio di noi ciò che è buono per noi. Se chiediamo a Dio qualcosa, dobbiamo affidarci in tutto alla sua santissima volontà. Quello che dobbiamo fare è pregare e pregare".

Infatti, il Signore ascolta sempre quelli che pregano. Oltre a pregare per le cose celesti, dobbiamo pregare per un aiuto in questioni terrene, anche per la salute dei nostri cari, la nostra salute, per un aiuto in diverse esigenze. Ma Dio vede ogni situazione globalmente, nel suo complesso, e le cose che ci possono sembrare utili, importanti, pressanti possono essere per noi negative e completamente inutili, mentre abbiamo bisogno di qualcosa di completamente diverso. Allo stesso modo, cose che sembrano terribili e orribili alla fine possono rivelarsi le migliori.

Ecco perché quel che dobbiamo fare è "pregare e pregare".



parole di guida a una figlia spirituale. Iscrizione dietro una foto dello ieromartire Onufrij

Pregare senza compromettere la capacità lavorativa di una persona

Quando siamo esausti, potremmo alzarci la mattina o andare a letto la notte e semplicemente dire sinceramente e dal cuore: "Signore, abbi misericordia!"? O è necessario leggere sempre le preghiere del mattino e della sera, anche quando si fatica a finire?

Prima di tutto, vediamo per chi è "necessario".

Noi siamo quelli che hanno bisogno di queste preghiere, Dio non ne ha bisogno. Sappiamo che il Signore sa cosa c'è nei nostri cuori e non possiamo ingannarlo. Ci sono davvero momenti in cui una persona torna a casa dal lavoro stanca e davvero non ha alcuna energia per fare niente, ma dice: "Nelle tue mani, o Signore, rimetto il mio spirito". Tuttavia, se cominciamo a sederci di fronte al computer, poi a controllare tutti gli aggiornamenti di Facebook, come lo stato dei nostri amici, seguire tutti i link interessanti, unirci a qualche discussione sui forum e poi, con difficoltà, strapparci via dal monitor, farci il segno della croce e cadere sul letto con le parole: "Signore, abbi misericordia!", questo, bisogna

ammetterlo, è già un inganno.

È sempre necessario agire secondo la propria coscienza. Ovviamente, a volte, una persona si stanca e ha bisogno di riposarsi a casa. Se il tuo lavoro è emotivamente drenante, specialmente nelle grandi città, è comprensibile che tu ti senta alla sera in qualche modo come spento, alla ricerca di uno scarico emotivo e di un sostegno. In questi casi, di solito consiglio di leggere le preghiere sino fino a "O Signore, amico degli uomini", poi prima di andare a dormire di finire di leggere le restanti preghiere, che sono proprio poche.

Se al mattino ti alzi di fretta per iniziare il lavoro del tuo giorno, dovresti ancora leggere le tue preghiere del mattino in seguito durante il giorno, quando hai il tempo?

Penso che sia meglio pregare dopo, piuttosto che non pregare affatto. Tuttavia, non importa quanto presto dobbiamo alzarci, alzarci quindici minuti prima per chiedere la benedizione di Dio per il giorno successivo non avrà alcun effetto negativo sulla nostra capacità di lavorare.

Poi, ancora, il Signore dice: "Figlio mio, dammi il tuo cuore". Quindi, se, per ragioni obiettive, non siamo riusciti a leggere qualcosa, è bene che la nostra coscienza ci rimproveri di questo. Tuttavia, non c'è alcun motivo di cedere alla disperazione, come quando pensiamo, "oh, no, non ho finito queste preghiere, e il Signore non avrà misericordia di me". "Sacrificio a Dio è uno spirito contrito: un cuore contrito e spezzato, o Dio, non lo disprezzerai" (Salmo 50,17), il che significa che se solo abbiamo questa contrizione del cuore e riconosciamo sinceramente: "O Signore, perdonami. Invece di pregare ho passato il tempo a guardare questo nuovo programma alla TV o a leggere un articolo su Internet", credo che il Signore ci perdonerà. Tuttavia, è importante costringerci a organizzarci, a pianificare il nostro programma in modo da avere il tempo per tutto.

Talvolta accade che le preghiere del mattino e della sera si perdano nel nostro cervello e che le leggiamo meccanicamente, senza immergerci nel senso meraviglioso e profondo delle petizioni in esse accumulate. In questa situazione, di solito consiglio due cose. Innanzitutto provate a pregare parlando. Lasciate che le parole siano quiete, a bassa voce, ma quando di fatto proferisci a voce le parole che sei abituato a guardare con i tuoi occhi, le percepisci in modo completamente diverso, e queste cominciano a risuonare nella mente e nel cuore.

In secondo luogo, con la benedizione del tuo padre spirituale, ogni tanto, puoi sostituire le preghiere del mattino e della sera con i Salmi e le Ore. So che alcuni padri spirituali consigliano di leggere l'Ora prima al mattino e l'Ora nona la sera. O le Ore prima e terza al mattino, e le Ore sesta e nona alla sera. Ci vuole all'incirca lo stesso tempo, ma le preghiere sono diverse, e una persona fa un cambiamento e prega più consapevolmente.

Tutto è variabile, non esiste un quadro rigido. La cosa importante è avere una conversazione con Dio in casa, avere tempo per l'interazione personale con il nostro Signore.



il vescovo Iona (Cherepanov). Foto di Julja Makovejchuk

Basta dire le cose come stanno: "Signore, sono troppo pigro".

Cosa consiglierebbe a coloro che non hanno mai l'energia per le preghiere del mattino e della sera e hanno sempre qualche tipo di lavoro che interferisce con la normale preparazione alla comunione?

La cosa più importante è non cercare scuse per se stessi. Ci sono nel Salterio parole meravigliose che spesso sentiamo durante le funzioni: "Non inclinare il mio cuore a opere malvagie, per trovare scuse nei peccati..." (Sal 14,4). "Inclinare il cuore a opere malvagie..." significa cercare scuse. Preghiamo che il Signore non inclini i nostri cuori alle parole ingannatrici che scusano i nostri peccati.

Quando non c'è tempo né energia, o talvolta neanche il desiderio o la volontà di organizzarsi, non cercare di ricoprire il tutto con qualche forma di scusa, come per esempio "è una tradizione successiva", "gli apostoli non hanno mai pregato in questo modo", "è una cosa per monaci, Dio non ne ha bisogno". Chiedo perdono, ma prima della rivoluzione i nostri antenati non avevano problemi a pregare, anche se dovevano lavorare molto più a lungo di noi, ma questo non impediva loro di frequentare le funzioni, anche quelle notturne. Oggi, usare scuse come "sono troppo stanco per avere lavorato in ufficio, è troppo difficile per me fare prosternazioni, quindi non posso andare in chiesa", è un aperto inganno.

Sii onesto con te stesso e con il Signore. Se non riesci a fare qualcosa, basta dire: "Signore, ti amo. Signore, voglio servirti. Signore, voglio parlare con te. Aiutami nella mia debolezza".

Abbi un giudizio umile su te stesso e chiedi aiuto al Signore: "Signore, voglio pregare, ma non ho volontà, sono ancora troppo pigro. Dammi la forza di stare con te, dammi la forza per

essere tuo e per vivere come hanno vissuto i tuoi discepoli e gli apostoli che pregavano sempre".

E vedendo i nostri cuori contriti, certamente il Signore non ci priverà dei suoi doni celesti, sicuramente ci darà il suo aiuto, la forza per vivere, lavorare e pregare nel modo in cui dovrebbe comportarsi un cristiano.