



UNITÀ PASTORALE  
DEL CENTRO STORICO



Informazioni settimanali per i cristiani residenti e di passaggio nella parrocchia di SANTO STEFANO in Aosta. Si pubblica il sabato.

Ufficio parrocchiale: Via Martinet, 16 - 11100 Aosta - tel. 0165 40 112  
Dal lunedì al venerdì h 9:30 - 11:30.

questo foglio è consultabile anche sul sito: [www.cattedraleaosta.it](http://www.cattedraleaosta.it)



## Celebrazioni Eucaristiche della Settimana

Il simbolo ✠ indica le feste di precetto.

### ✠ DOM 16 • SESTA DOMENICA DEL TEMPO ORDINARIO

(vigilia) h 17:30 def. Mariuccia Garino (2° ann.) | def. Lorenzo e def. fam. Crétier | def. Lino Ghinelli (20° ann.)

h 9:00 per la comunità parrocchiale



LITURGIA DELLA PAROLA

Sir 15,16-21 ■ 1 Cor 2,6-10 ■ Mt 5,17-37

lun 17 h 18:30 def. Antonio Martina (messa di 30ª)

mar 18 h 18:30 def. Maria Fernanda Angelini (messa di 30ª) | def. Luigi

mer 19 \_\_\_\_\_

gio 20 h 18:30 def. Giovanna Arnaboldi (messa di 30ª) | def. Antonio Cazzato (messa di 7ª) | def. Lucia Danieli, Salvatore Boccarella, Livia Ziggjot-  
to | def. Gianfranco Busarello, def. fam. Raspino e Busarello

ven 21 h 18:30 def. Ester Gregghi (messa di 30ª) | def. Giovanni Gorret e par.

sab 22 \_\_\_\_\_

### ✠ DOM 23 • SETTIMA DOMENICA DEL TEMPO ORDINARIO

(vigilia) h 17:30 def. Enzo | def. Beniamino Tullio Berlangieri

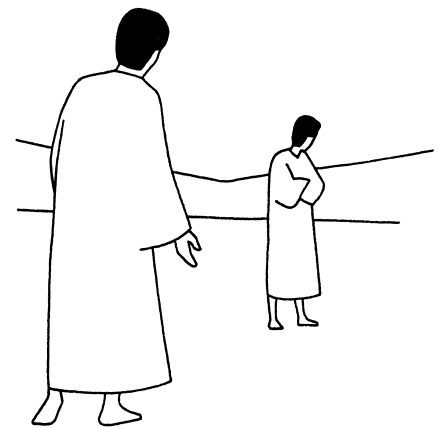
h 9:00 per la comunità parrocchiale



LITURGIA DELLA PAROLA

Lv 19,1-2.17-18 ■ 1 Cor 3,16-23 ■ Mt 5,38-48

Se tu presenti la tua offerta all'altare e lì ti ricordi che tuo fratello ha qualche cosa contro di te, lascia lì il tuo dono davanti all'altare, va' prima a riconciliarti con il tuo fratello e poi torna a offrire il tuo dono. (Mt 5,23-24)



### L'Orazione della Liturgia

(È l'orazione pronunciata all'inizio dell'eucaristia domenicale o festiva. Facendo spesso riferimento alle tre letture, lungo la settimana può servire a ricordare la Parola di Dio ascoltata).

*O Dio, che riveli la pienezza della legge nella giustizia nuova fondata sull'amore, fa' che il popolo cristiano, radunato per offrirti il sacrificio perfetto, sia coerente con le esigenze del Vangelo, e diventi per ogni uomo segno di riconciliazione e di pace.*



## Agenda Settimanale della Comunità (Parrocchiale, Zonale, Diocesana)

lun 17 ■ Parrocchia della cattedrale, h 9:30 / Riunione dei presbiteri e dei diaconi della Zona pastorale n. 3.

mar 18 ■ Salone parrocchiale di Santo Stefano, h 20:30 / Incontro di preghiera e confronto del gruppo "Verso Emmaus" (separati e divorziati riaccompagnati). Per informazioni: Marina Alliegro 347 82 34 100; Roberto Cerise 339 73 85 609.

mer 19 ■ Chiesa Santa Croce, h 18:30 - 19:00 / Adorazione Eucaristica.

gio 20 ■ Cappella del Seminario, h 15:00 - 17:00 / Adorazione Eucaristica per le vocazioni (ogni terzo giovedì del mese).

■ Salone parrocchiale di Santo Stefano, h 20:30 - 22:30 / Itinerario di Preparazione al Matrimonio, 6° incontro.

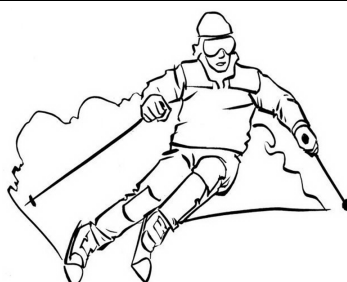
ven 21 ■ Salone parrocchiale, h 15:30 / Riunione del gruppo «Incontriamoci», per tutti coloro che vogliono passare un paio d'ore in compagnia e in amicizia.



## UN MINUTO PER PENSARE...

Quando si guarda da la verità solo di profilo, la si vede sempre male. Sono pochi quelli che sanno guardarla in faccia.

Gustave Flaubert



## Altre Notizie

■ La scorsa settimana ho pubblicato, nel box «Pochi secondi per un sorriso», una battuta, che mi era arrivata sul cellulare qualche giorno prima. In essa, con l'immagine di "un pitbull grande e grosso che scappa terrorizzato davanti ad un piccolo pechinese", volevo irridere le persone che in questo periodo fuggono da tutto ciò che è cinese, per una prudenza nei confronti del coronavirus, che rischia però di degenerare in insensata emarginazione. Una persona però mi fatto notare che forse sarebbe stato meglio evitare quella barzelletta, perché in questo periodo ci sono centinaia e centinaia di persone che, per l'infezione da coronavirus, muoiono, e questa non è una battuta.

### 13. COME CI SI COMUNICA (parte 1ª)

Da un po' di anni a questa parte nell'ambito della liturgia, e anche nei documenti ufficiali della Chiesa, si parla di *ars celebrandi*, cioè "arte del celebrare".

L'arte del celebrare non significa spettacolarità o maldestra creatività. L'arte del celebrare consiste nel fare bene, con autenticità, con verità, ciò che deve essere fatto.

Il rito tridentino, codificato nel Messale del 1570, con la sua rigidità rubricale, non richiedeva alcuna *ars celebrandi* a chi presiedeva la messa, e men che meno al popolo di Dio che, muto e passivo, assisteva. Nel Messale del 1970, l'introduzione della lingua parlata, il ritrovato dialogo con l'assemblea, la posizione frontale di chi presiede, la spontaneità dei gesti... tutto ciò ha fatto riscoprire la necessità di un'*ars celebrandi* che riguarda non soltanto il prete che presiede, ma anche l'assemblea.

Lo scopo di questa rubrica, che periodicamente appare sul nostro foglietto, è proprio quello di insegnare (che presunzione!) quest'*ars celebrandi* al popolo di Dio. Ho preferito il titolo "Galateo liturgico" un po' per ironia, un po' per riecheggiare i manuali di galateo di un tempo, che forse sarebbe bene rispolverare in questa nostra società che mi appare sempre più maleducata.

Tocchiamo allora questa volta (anche se si tratta di una seconda edizione) il tema della ricezione del pane eucaristico o comunione. Ovviamente, mi limiterò ad alcune riflessioni sulla gestualità; quindi non affronterò l'argomento più importante, e cioè le condizioni spirituali e fisiche richieste per comunicarsi (grazia di Dio e digiuno di un'ora), perché si tratta di una tematica estranea allo spirito di un galateo che, per sua natura, si occupa esclusivamente di... buone maniere.

Coloro che hanno la mia età (o più), ricordano i tempi in cui l'eucaristia si riceveva inginocchiandosi alla balaustra dell'altare (quella sorta di recinzione marmorea o lignea che delimitava il presbiterio) e si lasciava che fosse il prete a porre sulla nostra lingua l'ostia consacrata. Vietatissimo toccare l'ostia con le mani e, secondo alcuni, anche con i denti!

Che angoscia quando l'ostia si appiccicava al palato e, in una bocca improvvisamente prosciugatasi come il deserto, la lingua freneticamente cercava di "scollare" quel sottile velo, che sembrava aderire come una seconda pelle. E parlo di angoscia perché ti riecheggiava dentro il monito di qualche suora iper-devota, che ti aveva inculcato che quando succedeva il fattaccio dell'ostia appiccicata al palato voleva dire che non ti eri confessato bene, col concreto rischio del sacrilegio! E così vedevi le tue tenere carni di fanciullo già lambite dalle fiamme dell'inferno...

Questa prassi, durata secoli e secoli, del

ricevere passivamente la comunione stando inginocchiati alla balaustra, ha subito una prima modifica quando la Chiesa, poco dopo l'ultima riforma liturgica, ha permesso di ricevere l'eucaristia stando in piedi, ma sempre in bocca. È così invalso l'uso di avviarsi processionalmente in fila all'altare, come facciamo ancora oggi. E già su quest'argomento, parlando di buone maniere, non si può non notare come alcuni non abbiano ancora capito che una fila si fa ordinatamente, non "a mucchio", come ancora capita in messe un po' affollate. Inoltre, una volta ricevuta l'eucaristia, qualcuno pensa di tornare al proprio posto semplicemente ruotando di centottanta gradi, andando così a scontrarsi con chi gli sta dietro a pochi centimetri di distanza! Che fatica dare dignità anche al nostro camminare in processione!

Tornando al nostro tema, un'altra modifica alla prassi si ebbe a partire da domenica 3 dicembre 1989, data a partire dalla quale la CEI (Conferenza Episcopale Italiana) permise ai fedeli italiani di ricevere l'eucaristia in mano. A dir la verità, già da alcuni anni questa prassi si era diffusa, ad imitazione delle Chiese di altre nazioni, che permisero questo comportamento qualche anno prima della Chiesa italiana. In tutti i casi, stando alle norme attualmente in vigore, si può lecitamente ricevere l'eucaristia sia direttamente in bocca che in mano.

Il primo modo si rivela molto utile quando abbiamo una o entrambe le mani occupate (per esempio perché si tiene in braccio un bimbo o perché ci si avvicina all'altare con delle stampelle). Certamente, però, il secondo modo – che, con buona pace dei tradizionalisti, è anche il più antico – è più significativo. A parte i **vantaggi di tipo igienico** (e di questi tempi di accresciuta sensibilità non è un aspetto da trascurare), c'è la **bellezza** del gesto in se stesso: ricevere l'eucaristia in mano innanzitutto esprime il fatto che siamo persone adulte (sono gli infanti che vengono imboccati); inoltre le mani vuote protese in avanti in un muto gesto di richiesta evidenziano la nostra povertà spirituale, perché l'eucaristia non è mai meritata, ma è sempre un dono che Cristo ci fa e che noi, in un certo senso, umilmente "elemosiniamo".

Si legga il seguente testo del IV secolo, molto antico eppure così attuale: «Nell'avvicinarti alla Comunione non procedere con le palme delle mani distese e neppure con le dita disgiunte, ma ponendo la sinistra come trono alla destra che deve ricevere il Re. Quando hai ricevuto il Corpo di Cristo nel palmo della mano rispondendo "Amen", consumalo facendo attenzione che nulla ne vada perso, poiché, se ne perdessi una qualche parte, è come se tu subissi un'amputazione alle tue stesse membra. Se uno ti desse della polvere d'oro, non la custodiresti con la più grande cura, badando bene a non perderne nulla e a non subire danno? Non avrai dunque una cura molto maggiore perché non cada neppure una briciola di ciò che è più prezioso dell'oro e delle pietre preziose?» (Cirillo di Gerusalemme, 315-386).

Ringrazio di cuore questa persona che garbatamente mi ha fatto notare quanto io sia stato sciocco e superficiale. A volte, nella fretta di scrivere questo foglio, non rifletto più di tanto, scivolando così malamente su una buccia di banana.

Chiedo umilmente scusa se ho offeso la sensibilità di qualcuno: non era mia intenzione mancare di rispetto né alle tante persone che muoiono, né ai loro familiari, né ai medici e ai ricercatori che, anche mettendo a rischio la propria salute, stanno lavorando strenuamente per vincere questa malattia.



Purtroppo, a partire dal Medioevo, un'errata concezione di sacralità ha fatto nascere il gesto dell'eucaristia ricevuta direttamente

in bocca, per evidenziare che il semplice fedele non può toccare l'ostia consacrata. Ma chi l'ha detto? La nostra "consacrazione" fondamentale l'abbiamo ricevuta con il battesimo; e da quel momento tutti, preti e non, hanno il diritto di entrare in contatto con il Corpo eucaristico di Cristo, perché tutti facciamo parte del suo Corpo mistico che è la Chiesa. E poi, come ha bene evidenziato con umorismo qualche liturgista, che cos'hanno le mani di meno degno rispetto ad una lingua, per di più sbavosa di saliva?

Assodata dunque la liceità del ricevere l'eucaristia in mano, bisogna però precisare che c'è modo e modo di farlo. È triste constatare quanto numerose siano le persone che compiono questo gesto malamente. Ciò avviene senza loro colpa, perché nessuno ha mai spiegato loro niente. Allora si leggano con attenzione le norme liturgiche seguenti.

Il fedele che desidera ricevere l'eucaristia in mano **tende**, verso il ministro che la distribuisce, **entrambe le mani**, ad un'**altezza conveniente**, che agevoli anche la gestualità del ministro stesso. La **mano destra sta sotto la sinistra**, la quale sia **aperta e distesa** (i mancini faranno il contrario). Alla frase del ministro: «Il corpo di Cristo», il fedele dà il suo assenso di fede con la risposta: «Amen», e riceve il pane eucaristico sul palmo della mano. Quindi, davanti al ministro stesso, oppure spostandosi di lato per consentire, a colui che lo segue, di avanzare – ma rimanendo comunque rivolto verso l'altare –, **con la mano rimasta "di sotto"** porta l'ostia alla bocca, facendo attenzione perché non cada nessun frammento; questo gesto quindi non va fatto mentre si cammina: solo dopo, il fedele si volta e torna al suo posto.

Come si vede si tratta di gesti molto semplici e dignitosi, che però, come già detto, vengono spesso disattesi.

Per chiarire ulteriormente il messaggio, evidenzierò alcuni errori comuni; ma essendo lo spazio tipografico assai ristretto, ed essendosi anche esaurita la pazienza del lettore, rimando alla prossima puntata.