

# Lectio Divina



La tua Parola,  
Signore,  
è Luce alla mia strada

**Che cos'è la "Lectio divina"**

*La Lectio Divina è l'esercizio ordinato dell'ascolto personale della Parola.*

ESERCIZIO: è qualcosa di attivo e, per questo, è importante.

Nella nostra esperienza religiosa ci sono parecchie cose passive, che facciamo condotti da altri o per abitudine. La Lectio è un momento in cui uno si mette, si decide, cammina.

Gli esercizi spirituali non sono, primariamente, l'ascolto della predicazione: sono movimento, attività personale di preghiera e di contemplazione. La Lectio Divina è una di queste attività.

ORDINATO: è un esercizio con una sua dinamica interna, semplicissima e che noi, spesso, dimentichiamo. Di conseguenza troviamo la Scrittura arida e concludiamo che non ci serve per pregare.

DELL'ASCOLTO: la Lectio è un ascolto, un ricevere la Parola come dono: le caratteristiche di questo ascolto sono quelle di Maria che, dopo aver ascoltato, obbedisce e dice: "Si faccia di me secondo la tua parola". Un ascolto, quindi, fatto in atteggiamento di adorazione e di sottomissione. Nella Scrittura non dobbiamo cercare qualcosa da dire ad altri o qualcosa che ci interessi: dobbiamo lasciare che Dio ci parli.

PERSONALE: non è ascolto di una predica, di una omelia, di una parola letta nella Chiesa. E' il momento personale dell'ascolto che fa da corrispondente necessario al momento comunitario. C'è una relazione strettissima tra la parola letta nella liturgia e la lectio: la lectio è come il prolungamento e la preparazione personale dell'ascolto comunitario. Senza l'ascolto comunitario la lectio divina diventa individualismo; senza la lectio divina l'ascolto comunitario cade nel genericismo.

DELLA PAROLA: è Dio che parla, Cristo che parla, lo Spirito che parla. Mi parla la Parola che mi ha creato, che ha il segreto della mia vita, la chiave delle mie situazioni

presenti, che ha il segreto del cammino della Chiesa, la chiave delle situazioni storiche presenti. Mi parla lo Spirito che penetra ogni realtà economica, sociale, politica, culturale del mondo. E' sempre ascolto della Parola con la maiuscola: della Parola che ha fatto il mondo, che lo sostiene, lo guida e lo regge.

PREPARAZIONE: altra premessa indispensabile per vivere bene la Lectio Divina è che va preparata. Scopo della Lectio Divina è fare esperienza di Dio attraverso la Parola. Questa esperienza non viene da me, è Lui, il Signore, che si rivela e si rivela a chi lo desidera.

Prima di dedicarci alla Lectio Divina siamo invitate a creare in noi il terreno favorevole per accogliere il seme, in un atteggiamento di fede, di apertura, di invocazione umile allo Spirito perché crei in noi le disposizioni all'ascolto, ad una lettura: attenta, amorosa, umile.

### 1° momento: LECTIO = Lettura

La Lettura o Lectio è il punto di partenza, non quello di arrivo. Aiuta a rimanere con i piedi per terra: se si vuole infatti che la meditazione non sia frutto di una fantasia astratta, ma abbia il fondamento nel testo, è necessario che la lettura sia fatta con criterio ed attenzione.

Il testo della Parola di Dio va "ascoltato", "scavato" in se stesso, in modo che non sia manipolato o ridotto alle nostre idee. Il protagonista qui è solo il testo, non le nostre idee, i nostri sentimenti, le nostre situazioni.



Il termine "lectio" indica che occorre leggere e rileggere il passo biblico, così da mettere in evidenza:

I diversi momenti;

- ✓ I temi;
- ✓ I simboli;
- ✓ Le opposizioni di concetti;
- ✓ I personaggi;
- ✓ Che cosa fanno i singoli personaggi;
- ✓ Che cosa dicono;
- ✓ Le parole che si ripetono;
- ✓ I verbi;
- ✓ Gli aggettivi;
- ✓ In che luogo si svolge l'episodio;
- ✓ Quando;
- ✓ Perché;
- ✓ Ecc...

Scopo di questo primo grado della Lectio Divina è cominciare a far parlare il brano biblico, conoscerlo, entrarvi dentro. Il grado della Lectio risponde a questa domanda: **"Che cosa dice il testo"?**

Anche se si tratta di un passo notissimo, quando è sottoposto a questo lavoro, ci presenta degli aspetti che non avevamo mai osservato prima.

E' bene durante la Lectio avere una matita in mano per sottolineare, appuntare, evidenziare.



2° momento:

MEDITATIO = Meditazione

La meditazione è l'attualizzazione del testo entro l'orizzonte della nostra vita e realtà, sia personale che di comunità.

Il brano è stato scritto per noi, perciò deve parlare a noi.

Con la lettura abbiamo colto il significato del testo che è ambientato in un tempo e in situazioni diverse dalle nostre, ma la fede ci dice che ha qualcosa da dire a noi oggi.

Nella Parola esiste un valore permanente che produce oggi la medesima conversione che operò in quel tempo.

Come fare allora la meditazione?

Un modo può essere quello di entrare in dialogo con il testo ponendo delle domande che lo inseriscono nell'orizzonte della mia, della nostra vita.

- ✓ Che cosa c'è di uguale e di diverso tra la situazione descritta dal testo e la mia, la nostra oggi?
- ✓ Che cosa dice il messaggio di questo testo per la mia, nostra situazione?
- ✓ Che cambiamento suggerisce a me, a noi, che vivo, viviamo questa realtà?
- ✓ In che punto mi, ci "condanna"?
- ✓ Che cosa intende far crescere in me, in noi?
- ✓ Ecc...

Un altro modo di fare meditazione è quello di rileggere il brano, ripetere alcune parole o espressioni, "ruminarlo", masticarlo, fino a scoprire quello che vuole dirci. E' quanto faceva Maria custodendo le cose udite nel suo cuore.

Nella meditatio, la vita illumina il testo e il testo illumina la vita.

Il grado della meditatio risponde alle domande:

- ✓ Che cosa dice il testo a me, a noi, oggi?
- ✓ Quale mistero di se mi rivela?
- ✓ Cosa svela di me?

Dopo aver scoperto quanto quel brano dice a me, a noi oggi, è bene cercare di riassumere tutto in una frase, preferibilmente dello stesso testo biblico per tenerla a memoria, ripeterla e masticarla durante il giorno, fino a che diventi una cosa sola col nostro essere. Lasciamo così che la Parola piano piano ci penetri come una spada a due tagli.

3° momento:  
ORATIO = Preghiera



Nella meditatio si chiarisce sempre più ciò che Dio, presente nella Parola, chiede a me, a noi. E quando questo è ben evidente appaiono anche chiaramente la nostra incapacità e la nostra povertà. E' il momento dell'invocazione, della preghiera.

Fino a questo grado era Dio che parlava attraverso la lettura e la meditazione. E' giunto il momento di dare la nostra risposta e di esprimere davanti a Dio la reazione che la Parola ascoltata e meditata suscita in noi. Anche se tutto deve essere permeato di preghiera, all'interno della dinamica della Lectio Divina c'è un momento speciale proprio per la preghiera.

L'Oratio risponde alla domanda: "Che cosa mi fa dire il testo, che cosa ci fa dire, a Dio?".

L'atteggiamento di preghiera di fronte alla Parola di Dio deve essere come quello di Maria che risponde: "Si faccia di me secondo la tua Parola".

La preghiera suscitata dalla meditazione può essere spontanea. La risposta, poiché dipende da ciò che si è ascoltato da parte di Dio nella lettura e nella meditazione, può essere di lode o di rendimento di grazie, di supplica o di imprecazione, come quella di Giobbe, di Geremia e di tanti salmi.

Come nella meditazione, è importante che questa preghiera spontanea non sia solo personale, ma abbia anche la sua espressione comunitaria sotto forma di condivisione.

La preghiera suscitata dalla meditazione può anche essere recitata, cioè recitata di preghiere già esistenti. A questo proposito è di grande aiuto l'ufficio divino e sarebbe anche molto bello conoscere a memoria qualche salmo o brano biblico.

4° momento:  
CONTEMPLATIO = Contemplazione



La contemplazione è l'ultimo grado della Lectio Divina.

Ne costituisce il punto di arrivo. Tuttavia, ogni volta che si giunge all'ultimo grado, questo diventa la base per un nuovo inizio. E così, attraverso un processo sempre rinnovato di lettura, meditazione, preghiera e contemplazione, cresciamo nella comprensione del senso e della forza della Parola di Dio.

La contemplazione riassume in sé tutto il cammino percorso nella Lectio Divina: "finora vi siete poste davanti a Dio, avete letto la Parola, studiandone e scoprendone il significato, avete cercato di meditarla affinché entrasse nella vostra vita, avete trasformato tutto in preghiera davanti a Dio.

Ora, tenendo tutto questo nella mente e nel cuore, voi cominciate ad avere uno nuovo sguardo per osservare e valorizzare la vita, gli avvenimenti, la storia. E' lo sguardo di Dio sul mondo che in questo modo si comunica e si diffonde. Questo nuovo sguardo è la contemplazione".

S. Agostino diceva che attraverso la lettura della Bibbia, Dio ci dona uno sguardo di contemplazione e ci aiuta a decifrare il mondo e a trasformarlo affinché sia nuovamente una sua rivelazione e manifestazione.

La contemplazione, così intesa, è il contrario dell'atteggiamento di chi si ritira dal mondo per poter fissare solo Dio. La contemplazione come risultato della Lectio Divina è l'atteggiamento di chi si immerge negli avvenimenti propri, della comunità e del mondo per scoprire e gustare in essi la presenza attiva e creativa della Parola di Dio, e oltre a ciò, si sforza di impegnarsi nel processo di trasformazione che questa Parola sta provocando all'interno della storia.

La contemplazione non solo medita il messaggio, ma anche lo realizza, non solo ascolta, ma mette in pratica.

La Lectio Divina, in tal modo "mette il collirio, apre gli occhi ai ciechi, permette di vedere, di essere e di agire".