

sente in ogni pagina biblica, specialmente in ogni pagina evangelica.

È un andare, ormai, di là del brano e dei valori che il brano evidenzia, saziandosi e nutrendosi della Presenza divina che opera nelle azioni descritte.

Il testo sacro, infatti, è una rivelazione che il Dio invisibile li di Sé mediante i fatti, le parole, le espressioni del popolo di Dio, di Cristo, degli apostoli.

La lectio può essere spiegata; la meditatio è più personale; la contemplazione è suscitata in noi dallo Spirito Santo.

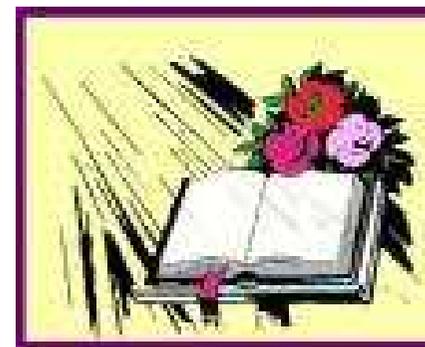
Il padre Karl Rahner, in un corso di Esercizi, ha svolto una splendida tesi che si può riassumere così: «*Ogni uomo è capace di vera esperienza di Dio*». È un'affermazione di grande importanza. È uno dei canali più ordinari di questa esperienza che l'uomo può fare del mistero di Dio è la contemplatio come l'abbiamo intesa: un uscire da sé e un entrare in quel Mistero che tiene in mano la nostra vita.

È ciò di cui abbiamo bisogno soprattutto oggi: altrimenti siamo perduti. In un mondo in cui i momenti della presenza di Dio, attraverso la fede espressa nelle [orme della civiltà e della cultura, sono sempre più carenti, l'uomo, se non ritrova questa esperienza di Dio, si sentirà isolato, sbandato, privo di appoggi. Il rimedio indicato dalla Costituzione *Dei Verbum* del Concilio Vaticano II, è proprio la riscoperta della capacità contemplativa, a partire dalla Scrittura, di ogni uomo e di ogni prete: capacità che riempie il cuore e che permette di passare anche attraverso il tunnel dell'incredulità, testimoniando il Risorto.

*Card. Carlo Maria Martini*

*Per crescere nell'amore*

## *Cosa è La lectio divina*



Esercizio ordinato  
dell'ascolto personale  
della Parola di Dio

# La lectio divina



Esercizio ordinato dell'ascolto personale della Parola di Dio

## 1. Cosa 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.

**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 l'ascolto di una predica, di una omelia, di una parola letta nella Chiesa. È 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 generico.

**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. È sempre ascolto della Parola con la maiuscola: della Parola che ha Fatto il mondo, che lo sostiene, lo guida e lo regge.

## 2. La struttura della lectio divina

La lectio divina ha una storia di almeno 2.500 anni perché si faceva già nell'Antico Testamento. La praticavano i profeti rispetto alle tradizioni precedenti, i saggi rispetto ai profeti e anche i rabbini la conoscevano bene.

Una struttura semplicissima che è stata codificata dai Padri della Chiesa e dagli scrittori medioevali. Si compone di tre tappe fondamentali che possono diventare quattro o sette, quando la si voglia esplicitare nella sua valenza profonda. Lectio, meditatio, contemplatio sono le tre tappe, da sempre recepite e vissute dalla Chiesa, che non si devono trascurare o saltare.



Maria conservava le parole meditandole nel suo cuore

**a) La Lectio** vuol dire leggere e rileggere il testo sacro per coglierne gli elementi portanti. L'operazione è facilissima: si fa attenzione ai verbi, ai soggetti, ai sentimenti, alla qualità dell'azione, ai fatti che si susseguono in maniera consecutiva o in maniera polemica. Se non do il testo per scontato, se non mi accontento di una prima lettura, mi rivelerà qualcosa di nuovo ogni volta

che lo leggo. Mi verranno alla mente passi analoghi o affini della Scrittura riattivando la memoria biblica. La lectio si allarga dal contesto immediato a quello più ampio e ai paralleli.

Il brano diventa, allora, ricco, parlante e ci accorgiamo che non è stato scritto di getto o casualmente ma è, piuttosto, il frutto di tutta la meditazione di Israele, il condensato della con-

templazione degli apostoli e della Chiesa primitiva su Gesù.

Tutti possono fare la lectio perché non è l'esegesi propriamente detta. Se non ci impegnamo a farla, il testo ci dirà quelle due o tre cose

che già sappiamo e che poi cerchiamo di applicare, in qualche modo, alla vita quotidiana, ma non potrà sprigionare tutta la potenza vitale che racchiude. È come un pezzo di ferro fuso che va ridisciolti perché la forza delle sue singole parti si

manifesti.

**b) Meditatio.** Ad un certo punto, quando lo vogliamo - dipende dalla abitudine e dal tempo che abbiamo a disposizione -, si passa alla meditatio che mette in rilievo i valori permanenti del testo. Mentre la lectio si ferma alle parole, la meditatio comincia a riflettere sui sentimenti, sulle azioni, sugli atteggiamenti. Consideriamo gli atteggiamenti di Dio verso l'uomo: la misericordia, la fedeltà, la giustizia. Oppure gli atteggiamenti dell'uomo verso Dio: quelli positivi - pentimento, lode, riconoscenza - e quelli negativi - menzogna, viltà, tradimento, paura.

I valori permanenti che emergono diventano fonte di confronto con la mia personale situazione: mi domando come li vivo, come li vedo, come mi trovo in essi ed entro in contatto con la dinamica dei sentimenti di cui il testo è veicolo.

È il meditare di Maria che paragona un evento con un altro, che si interroga sugli atteggiamenti diversi e apparentemente contraddittori di Gesù (obbedisce a Nazareth e, nel tempio, sfugge all'obbedienza), per comprendere il mistero divino che unifica quei valori opposti. Attraverso questa meditatio Maria entra nel mistero di Dio.

**c) Contemplatio.** La contemplazione avviene quando la molteplicità dei sentimenti, delle riflessioni, della preghiera si concentra nella contemplazione del mistero di Gesù che è pre-

