



# Suggerimenti per vivere la **Lectio**

A cura della Comunità monastica  
di S. Maria in Colle – Montebelluna (TV)

## Introduzione

La Lectio divina non è da considerarsi una pratica devozionale da aggiungere alle altre; essa si colloca come pedagogia del cammino del discepolo e di risposta agli appelli di Dio.

La Tradizione dei Padri ci ha tramandato il modo con cui essi leggevano la Scrittura. Quattro le tappe (o scalini) dell'itinerario spirituale praticato anche da Gesù e dalla Chiesa primitiva:

1. **la lettura**
2. **la meditazione**  
*(la ricerca del senso nascosto delle parole)*
3. **la preghiera**
4. **la contemplazione.**

Criteri per iniziare la pratica della Lectio divina sono il tempo, il silenzio, il luogo, il Libro.

- ◆ **Cercare il tempo:** volere che ci sia un tempo riparato dall'affanno, dalla fretta, dalla corsa di ogni giorno.
- ◆ **Cercare il silenzio,** prendendo congedo dall'“io penso”, “io voglio”... Ascoltare e tacere.
- ◆ **Cercare un luogo.** Un chiostro del cuore, salvaguardato, da noi stessi, dai nostri stessi pensieri. Un tempio senza mura, abitato dallo Spirito che mi insegna ad amare la Parola, per stare come in “famiglia”.

## 1. LEGGERE

Dalla lettura fiorisce l'ascolto, presupposto indispensabile per agire secondo il progetto di Dio. Il mistero avvolto per secoli, nel silenzio, si manifesta mediante le Scritture, perché giungiamo all'obbedienza della fede.

Non si tratta di una lettura inerte, ma reattiva nei confronti di quello che Dio ci dona attraverso la testimonianza delle Scritture.

Leggere-ascoltare è il primo passo per entrare “nel cuore di Dio”, con la forza dello Spirito, non episodicamente, senza una “logica”. Può essere il testo delle letture quotidiane offerte dal Lezionario, oppure l'avvio della lettura continua di uno dei Libri della Bibbia.

◆ **Un metodo semplice.**

*Leggi, rileggi il testo, fissa le azioni dei protagonisti, sottolinea le parole-chiave, i verbi. Annota i vari particolari, come le reazioni, i sentimenti delle persone che girano intorno all'evento narrato.*

## 2. MEDITARE

Fra la lettura, l'ascolto e la traduzione in scelte di vita si richiede un tempo intermedio che consiste nel meditare. La seconda tappa approfondisce e assimila le caratteristiche, i valori e lo stile di Dio.

La presunta familiarità con i testi, soprattutto dei Vangeli, può indurci a letture superficiali, a non “scoprire nulla di nuovo”. Eppure ogni lettura della Parola è come un nuovo inizio.

L'immagine evangelica del campo su cui viene seminata la Parola (Mt 13,18-23) ci avverte che si tratta di un'accoglienza laboriosa, prolungata e paziente. Il disimpegno, l'episodicità impediscono alla Parola di fruttificare, e la superficialità nelle scelte di vita la soffoca.

C'è da “rimanere” sulla Parola, con perseveranza, evitando una lettura affrettata o spendendo troppo tempo nella lettura di commentari, quasi per rifuggire la fatica di questo incontro diretto. Gradualmente la Parola rischiarava avvenimenti e figure bibliche, e giunge fino a noi, qui, oggi.

Meditare la pagina biblica che abbiamo tra le mani altro non è che riconoscerne la novità che essa scrive nella mia vita qui, oggi.

- ◆ Quali **passaggi vitali** di questa Parola permangono qui, oggi?
- ◆ Quale **significato** assumono per me?
- ◆ Signore, nel mio dialogo con la Parola, **cosa mi stai svelando?**

### 3. PREGARE

Il terzo gradino è la preghiera. Dio ci parla perché impariamo a dirci davanti a Lui con la sua Parola; così si apprende la sublime arte del dialogare. È necessario pregare, perché siamo poveri e non abbiamo in noi le energie per “fare” la Parola.

La preghiera liturgica è nata dalla Bibbia, che ci insegna a dialogare con Dio, a perseverare e imitare gli atteggiamenti non solo di tutti i testimoni, ma soprattutto rivivere l'umanesimo che Gesù ci ha insegnato.

Possiamo sentirci condotti a confessare la misericordia di Dio, ma anche a svelare noi a noi stessi, senza false indulgenze, ma nella benevolenza.

*«La metafora migliore per descrivere la preghiera è l'atto di **immersione**. Immersione nelle acque! Ci si sente circondati, abbracciati dalle acque, sprofondati nelle acque della misericordia. [...] La preghiera è il momento in cui l'umiltà diventa realtà. L'umiltà non è una virtù. L'umiltà è verità» (A. J. Heschel).*

## 4. CONTEMPLARE

È il punto di arrivo della Parola stessa. Ogni discepolo di Gesù per sua natura è contemplativo.

Il contemplativo è colui che riceve la Parola per attuarla. Vedere l'agire del Padre e del Figlio suo è la radice del nostro operare. Al di fuori di questa prospettiva non si danno percorsi cristiani.

Il dono della Parola rivela l'amore del Padre; il nostro agire contemplativo, come risposta, si giustifica solo amando.

È la fedeltà di Dio che ci accompagna, a suo tempo e a suo modo, a contemplare. Qui lo stupore, la gratitudine, la meraviglia si risolvono in un grande e fecondo silenzio... che però non trattiene, ma suscita in noi l'impegno di risposta come figli del Padre.

- ◆ Quali **appuntamento di grazia** il Signore ha donato nelle stagioni della mia vita?
- ◆ Che significa, a partire dall'esperienza personale dell'incontro vivo con la Parola fatta carne in Gesù, **confessare** che egli è il Signore della vita, della mia vita, e della storia?