



"La **Lectio Divina** è una fonte genuina della spiritualità cristiana, e ad essa ci invita la nostra Regola. La pratichiamo, quindi, ogni giorno, per acquistarne un soave e vivissimo affetto e allo scopo d'imparare la sovremenente scienza di Gesù Cristo. In tal modo metteremo in pratica il comando dell'Apostolo Paolo, riportato nella Regola: «La spada dello spirito, che è la Parola di

Dio, abiti in abbondanza nella vostra bocca e nei vostri cuori, e tutte le cose che dovete fare, fatele nel nome del Signore»." *Costituzioni Carmelitane (n. 82)*

"**Lectio Divina**" significa "**lettura divina**" e descrive il modo di leggere la Sacra Scrittura: allontanarsi gradualmente dai propri schemi e aprirsi a ciò che Dio vuole dirci. Nel secolo XII, un monaco Certosino, chiamato Guigo, descrisse le tappe più importanti della "lettura divina". La pratica individuale o in gruppo della Lectio Divina può assumere diverse forme ma la descrizione di Guigo rimane sempre fondamentale.



Guigo scrisse che il primo gradino di questa forma di preghiera è la lectio (lettura). E' il momento nel quale leggiamo la Parola di Dio lentamente e attentamente così che penetri dentro di noi. Per questa forma di preghiera può essere scelto un qualunque breve brano della Sacra Scrittura.

Il secondo gradino è la meditatio (meditazione). Durante questa tappa si riflette e si rimugina il testo biblico affinché prendiamo da esso quello che Dio vuole darci.

Il terzo gradino è la oratio (preghiera), è il momento di lasciare da parte il nostro modo di pensare e permettere al nostro cuore di parlare con Dio. La nostra preghiera è ispirata dalla nostra riflessione sulla Parola di Dio.

L'ultima tappa della Lectio è la contemplatio (contemplazione), nella quale ci abbandoniamo totalmente a parole e pensieri santi. E' il momento nel quale noi riposiamo semplicemente nella Parola di Dio e ascoltiamo, nel livello più profondo del nostro essere, la voce di Dio che parla dentro di noi. Mentre ascoltiamo, veniamo gradualmente trasformati

dal di dentro.

Evidentemente, questa trasformazione avrà un effetto profondo sul nostro comportamento e, da come viviamo, testimonieremo l'autenticità della nostra preghiera. Dobbiamo applicare alla nostra vita quotidiana ciò che leggiamo nella Parola di Dio.

Queste tappe della Lectio Divina non sono regole fisse da seguire, ma semplicemente orientamenti su come normalmente sviluppare la preghiera. Si cerca una maggiore semplicità e disposizione ad ascoltare e non a parlare. Gradualmente le parole della Sacra Scrittura incominciano a liberarsi e la Parola si rivela davanti agli occhi del

nostro cuore. Il tempo dedicato ad ogni tappa dipende da come la Lectio Divina è adoperata se individualmente oppure in gruppo. Se il metodo viene adoperato per la preghiera di gruppo, è evidente che sarà necessaria una minima struttura. Nella preghiera in gruppo la Lectio Divina può permettere la discussione nelle implicazioni della Parola di Dio nella vita quotidiana, ma non deve ridursi a questo. La preghiera tende più verso il silenzio. Se il gruppo si sente portato più al silenzio, allora si può dedicare più tempo alla contemplazione.

Per molti secoli la pratica della Lectio Divina, come modo di pregare la Sacra Scrittura, è stata fonte di crescita nella relazione con Cristo. Ai nostri giorni sono molti gli individui e i gruppi che la stanno riscoprendo. La Parola di Dio è viva e operante, e trasformerà ciascuno di noi se ci apriamo a ricevere ciò che Dio vuole darci.

