



Dio parla a me

La Lectio divina

Occorre che il primato della Parola sia vissuto. Ora non lo è. La nostra vita è lontana dal potersi dire nutrita e regolata dalla Parola. Ci regoliamo, anche nel bene, sulla base di alcune buone abitudini, di alcuni principi del buon senso. Speriamo ben poco come la Parola di Dio possa divenire il nostro vero sostegno e conforto. Perché non scuoterci, darci da fare perché i tesori che abbiamo tra le mani siano resi fruttuosi? (Card. Martini)

La fede viene dall'ascolto e l'ascolto riguarda la parola di Cristo (Rm 10,17)

*Comprendere significa
comprendersi davanti al testo,
vale a dire non imporre al testo
la propria limitata capacità di capire,
bensì esporsi al testo
per ricavare una più ampia dimensione di sé. (P. Ricoeur)*

Apparentemente Dio è qualcuno di cui non puoi fare esperienza e quindi è facile costruirsi una propria immagine di Dio. Ma per conoscere qualcosa o qualcun occorre fare esperienza di quel qualcosa o di quel qualcuno. Forse non abbiamo mai fatto esperienza del Dio reale oppure quella esperienza forte nella nostra vita non si è stabilizzata. La comunità cristiana, la Chiesa esiste per questo, permetterci di incontrare Gesù, ma noi il Signore lo incontriamo? Abbiamo un rapporto reale con Lui?

Generalmente noi cerchiamo il Signore nella nostra testa, nei nostri ragionamenti o nel nostro cuore, nelle nostre emozioni. Dio non è nei nostri ragionamenti e non è nemmeno nelle nostre emozioni, i luoghi in cui solitamente andiamo a cercarlo. Quando tu vuoi sapere che cosa pensa il/la tuo/a amico/a, il/la tuo/a fidanzato/a devi ascoltare il/la tuo/a amico/a. Anche se il nostro amico è prevedibile le cose che dice e che fa valgono più delle cose che noi pensiamo con la nostra testa. Se tu vuoi sapere che cosa una persona pensa tu devi domandarglielo. C'è allora un luogo dove Dio parla? Sì, è la Parola di Dio, la Bibbia. Noi come cristiani spesso non funzioniamo perché siamo ignoranti di Parola di Dio. Per noi la Passione di Cristo è quella di Mel Gibson e non quella dei Vangeli. Non abbiamo mai letto la fonte perché forse pensavamo di non avere gli strumenti adatti per poter leggere, ma di fronte a quel testo tu ti devi mettere in ascolto perché lì c'è Uno che ti vuole parlare. Se vuoi cominciare a dare una concretezza alla tua fede il primo piede che devi mettere per terra è la Parola di Dio. Non potete

accontentarvi della digestione di qualcun altro, Gesù ci vuole testimoni oculari, vuole parlare a ciascuno di noi, non al prete perché poi lo dica a noi. Sta parlando a te, alla tua storia. Occorre esercitarsi ad ascoltare oggettivamente qualcuno che ci sta parlando.

La Parola di Dio possiede due caratteristiche, è viva e vivificante. È viva perché è contemporanea a te, ha a che fare con te adesso, ti sta dicendo qualcosa di particolare ora. È vivificante perché porta frutto. Anche se a te non sta dicendo niente, quella Parola produce frutto, produce un cambiamento reale. Non serve una Parola generale se non diventa dettaglio nella tua vita. È a te che parla.

*Perché i miei pensieri non sono i vostri pensieri,
le vostre vie non sono le mie vie. Oracolo del Signore.
Quanto il cielo sovrasta la terra,
tanto le mie vie sovrastano le vostre vie,
i miei pensieri sovrastano i vostri pensieri.
Come infatti la pioggia e la neve scendono dal cielo
e non vi ritornano senza avere irrigato la terra,
senza averla fecondata e fatta germogliare,
perché dia il seme a chi semina
e il pane a chi mangia,
così sarà della mia parola uscita dalla mia bocca:
non ritornerà a me senza effetto,
senza aver operato ciò che desidero
e senza aver compiuto ciò per cui l'ho mandata. (Is 55,8-11)*

C'è allora un metodo, una tecnica che ci può aiutare?

Sì, ci sono diversi metodi, diverse tecniche ma occorre prima ricordarci che la vita spirituale non è innanzitutto tecnica ma è Spirito Santo. Io posso sapere la tecnica di come si suona il flauto in modo perfetto, ma se non c'è il soffio, il fiato, il suono non si produce. Ecco perché prima di accostarsi alla Parola bisogna chiedere il dono dello Spirito Santo, attraverso delle semplici invocazioni come "Donami Signore il tuo Spirito", "Vieni Spirito Santo, vieni attraverso Maria", ecc.

Occorrono poi due atteggiamenti fondamentali. Il primo è l'umiltà. Dio ci oltrepassa, quindi non dobbiamo impaurirci se non comprendiamo subito tutto ciò che ci vuole dire. Dobbiamo essere umili e tornare a guardare Dio con lo stesso innamoramento con cui un bambino guarda le labbra della madre e ascolta la sua voce anche se non capisce tutto subito. Perché se non ascoltiamo Lui significa che stiamo ascoltando noi stessi.

Il secondo è la fedeltà. La cosa più pericolosa nella vita spirituale è l'intermittenza. Poco, spesso e continuamente. La fedeltà è una lotta perché noi per natura siamo infedeli. Lotta continua con la fedeltà. Ogni giorno dai un tempo a Lui. Questa fedeltà diventa poi una forza.

Non sapete che, nelle corse allo stadio, tutti corrono, ma uno solo conquista il premio? Correte anche voi in modo da conquistarlo! Però ogni atleta è disciplinato

in tutto; essi lo fanno per ottenere una corona che appassisce, noi invece una che dura per sempre. Io dunque corro, ma non come chi è senza mèta; faccio pugilato, ma non come chi batte l'aria; anzi tratto duramente il mio corpo e lo riduco in schiavitù, perché non succeda che, dopo avere predicato agli altri, io stesso venga squalificato. (1Cor 9,24-27)

La vita spirituale è come uno sport se perdi l'allenamento perdi le partite, se sei in allenamento hai la possibilità di vincere. Ogni cambiamento avviene se c'è l'allenamento. Chi ci assicura che quello che ascoltiamo e capiamo non ce lo siamo inventati noi? Chi ce lo dice che non facciamo dire a Dio quello che noi vogliamo che Egli dica?

Per creare un antibiotico servono due cose. Frequentare la Parola di Dio con stupore senza dare mai per scontato niente, dobbiamo entrare dentro, osservare i protagonisti del Vangelo. Nell'entrare dentro quella scena lo Spirito Santo ci rende contemporanei di quella scena e ci fa fare esperienza. Quando tu esci da quella scena non sei più la stessa persona di prima. Si è impressa la stessa esperienza di quelle persone presenti in quella scena. Mai accostarsi alla Parola di Dio come filosofi, ma come bambini, con stupore. La lotta è che quella Parola ti accompagni durante la giornata. Ad un certo punto la Parola ti cambia il giudizio sulle cose, lo sguardo sulla realtà. Ti dona una visione della realtà a colori. Questo avviene un passo alla volta, sui tempi lunghi. Una settimana vissuta così già dà effetti, si allarga il tuo modo di vivere. Ascoltare questa Parola.

Secondo antidoto, condividere la Parola. In mezzo ad un popolo di affamati la cosa peggiore è che ti viene donato un panino e tu te lo mangi per conto tuo. Fare qualcosa di personalissimo ma farlo insieme perché è insieme che si cambia, i cammini in solitaria non sono cammini cristiani, i cristiani camminano in cordata.

Metodo della Lectio Divina

Ingresso in preghiera: se si vuole che l'ascolto dedicato al Signore e alla sua Parola sia il più possibile consapevole e pieno, occorre una fase di passaggio e preparazione. Innanzitutto occorre scegliere il luogo e prepararlo. È bene scegliere un luogo che favorisca il raccoglimento, facendo ordine davanti e attorno a sé, creando le condizioni per non essere disturbato (spegnendo il cellulare, la televisione, la musica, ecc.), disponendo un segno che aiuti a volgersi al Signore (un'icona, un crocifisso, una lampada, la Bibbia aperta...). Creato il luogo occorre entrarvi, scegliendo una posizione comoda, tale da non facilitare il sonno, e poi fare silenzio per attivare l'ascolto. Si fa poi il segno di croce e si invoca lo Spirito Santo perché ci guidi nel colloquio con il Signore, la finalità della preghiera.

Lectio: si legge il brano lentamente e con calma, come fosse la prima volta che lo si fa. In questa prima lettura si raccolgono i particolari che colpiscono e che magari non si erano mai notati. Si rilegge una seconda volta il testo e ci

si concentra sulle reazioni interiori che esso ci suscita. Nel corso della lettura possiamo farci accompagnare dalle seguenti domande: dove avviene la scena? Quando si svolge? Chi sono i personaggi? In che rapporti sono tra loro? Che cosa fanno e dicono i personaggi? Ci sono parole ricorrenti? Ci sono altri brani della Scrittura che sono richiamati? Che cosa dice in sé questo brano? Quale è il cuore del brano?

Meditatio: in questa fase si stabilisce una connessione tra ciò che il testo dice e la propria vita personale. Ci si può far accompagnare dalle seguenti domande: che cosa dice a me? Come risuona la Parola rispetto ad una situazione che sto vivendo, ad una scelta che devo fare, rispetto alle emozioni e ai sentimenti che ho nel cuore? Rispetto al mio lavoro, al mio rapporto con Dio?

Oratio: la Parola diventa preghiera. Come? Tre indicazioni: riparazione, chiedo perdono per la Parola non vissuta; ringraziamento per le cose belle e per i doni che la Parola mi ricorda di aver ricevuto o che sto ricevendo; richiesta dello Spirito per poter vivere e prendere le decisioni che la Parola mi ha fatto intravedere.

Contemplatio: quando il Signore ritiene di farcene dono, può giungere un dialogo intimo in cui si percepisce e si gusta la Sua Presenza senza nulla dire, senza nulla fare, senza nulla percepire se non il Suo esserci e il nostro rimanere.

Actio: è buona cosa chiedersi, volgendo al termine della preghiera, se non vi sia qualche ispirazione interiore che concretizzi l'ascolto in un'azione precisa. Quale passo posso fare subito? Cosa mi impedisce di farlo? Cosa può aiutarmi?

Uscita dalla preghiera: così come l'avvio della preghiera ha richiesto una certa cura, così occorre creare le condizioni perché quel che è stato ricevuto in dono durante la Lectio non venga rapidamente disperso lasciando che si confonda tra mille altri stimoli della giornata. Quando è il momento di concludere sospendi le parole, rallenta i pensieri, cambia fisicamente posizione, ringrazia per il dono della preghiera, chiedi allo Spirito di custodire in te la presenza della Parola ascoltata e meditata e recita lentamente un Padre nostro. Concludi con il segno di croce.

N.B. Il metodo, come ogni metodo, serve per aiutarti a vivere ed alimentare la tua relazione con il Signore. Potrebbe capitarti di non vivere tutte le fasi indicate, non ti preoccupare è normale. Un taccuino su cui scrivere ciò che emerge nel corso della preghiera potrebbe rivelarsi utile. Buona preghiera!