LA LECTIO DIVINA

dentro la tradizione della Chiesa

La figura di Stefano nel libro degli Atti degli Apostoli

Mons. Giovanni Paolo Benotto

PRIMA DI INIZIARE

- √ **Scegli un posto adatto per la tua preghiera. Un luogo che possa garantirti il silenzio e l'attenzione necessari.**
- √ **Trova una posizione del corpo comoda, che sappia agevolare la preghiera. Se il corpo non prega, non pregherai neanche tu.**
- √ **Scegli il tempo che vuoi dedicare alla tua preghiera e rimani fedele alla tua scelta.**
- √ **Scegli il brano biblico sul quale vuoi pregare.**

ENTRA IN PREGHIERA

- √ **Fa Silenzio, respira lentamente, fa' calare il rumore dei pensieri, sii presente a te stesso, qui ed ora.**
- √ **Invoca lo Spirito Santo con una breve preghiera o anche con un gesto.**

Il metodo della lectio divina prevede vari grandi gradini o momenti. Nella pratica i momenti non sono rigorosamente distinti, però la suddivisione è utile per chi ha bisogno di incominciare o di riprendere questo esercizio.

LECTIO: lettura del testo, più volte, adagio. Alla lettura si aggiunge la ricerca del contesto, dell'ambiente in cui si svolge il fatto narrato o vengono pronunciate le parole, l'ambiente in cui il testo è stato scritto, la cultura dell'autore umano, il genere letterario usato, il confronto con testi paralleli o passi cui si riferisce. È una fase quasi intellettuale, dove io non sono ancora chiamato in causa. È da far attenzione a non cedere alla curiosità di cavilli letterari o storici, per non perdere di vista la Persona divina che mi vuole incontrare!

Prova a leggere con la penna in mano, sottolineando le parole che colpiscono, oppure richiamando con segni grafici i verbi, le azioni, i soggetti, i sentimenti espressi o la parola-chiave. In tal modo la nostra attenzione viene stimolata, l'intelligenza, la fantasia e la sensibilità si muovono facendo sì che un brano, considerato magari arcinoto, appaia nuovo.

MEDITATIO: rilettura del testo allo scopo di ascoltare cosa il Signore dice a me in questo periodo o situazione della vita e della mia attività. Cosa

dice allo sviluppo della mia vocazione? Cosa suggerisce per le mie relazioni? Mi consola? Mi esorta? Mi orienta? Mi rallegra? A cosa mi porta a pensare della mia vita questa Parola? Cosa "tocca" di me e di quello che sto vivendo?

ORATIO: preghiera che sgorghi dalla Parola letta e disponga all'ubbidienza ad essa, secondo quanto il testo ha suggerito. E' la prima preghiera che nasce dalla meditazione: Signore, fammi comprendere i valori permanenti del testo, che mi mancano, donami di capire qual è il tuo messaggio per la mia vita.
L'oratio si può esprimere anche in richiesta di perdono e di luce, in offerta, in intercessione.

CONTEMPLATIO: "contemplare", guardare con amore! È la parte più importante, il terreno buono che fa maturare il frutto della Parola ascoltata. Richiede silenzio, non più parole, nè intelligenza, nè memoria, ma sguardo a Colui che ha parlato e si è manifestato. Non mi metto come davanti ad uno specchio, ma come davanti alla finestra: non guardo me stesso per far esami di coscienza, ma osservo l'agire di Dio, il volto di Gesù Cristo, il movimento dello Spirito! Si può dare spazio a sentimenti di adorazione, ringraziamento, lode, benedizione, gioia!
È la parte più intensa e più lunga: lasciare che lo Spirito della Parola mi permei, mi compenetri, lavori in me: è il tempo del cambiamento di sentimenti e pensieri.
Mediante il gusto del Vangelo, mediante una sorta di fiuto spirituale per le cose di Cristo (accresciuto stando con Lui), diventiamo sensibili a tutto quello che è evangelico e a ciò che non lo è.
Noi non siamo chiamati solo a osservare i comandamenti all'ingrosso, ma a seguire Cristo Gesù. E la sequela non ha un'evidenza immediata nelle scelte quotidiane se non siamo per così dire entrati nella mente e nel cuore di Gesù, se non abbiamo gustato la sua povertà, la sua croce, l'umiltà del suo presepio, il suo perdono, i suoi sentimenti.
Questa capacità di discernere, nelle ordinarie emozioni e nei movimenti del cuore, il marchio evangelico è un dono così grande che san Paolo lo chiedeva per tutti i fedeli: "Vi sia data abbondanza di sensibilità – páse aistései, nel testo greco – perché possiate discernere sempre il meglio, ciò che piace a Dio e ciò che è perfetto" (cf Fil 1, 9-10, Rm 12, 2).

prolungamenti:

RUMINATIO: (melet, raccogliere il miele): scegliere una frase per ripeterla durante la giornata, come richiamo e aiuto a continuare la contemplatio. La Parola opera il suo effetto nel nostro animo: come la spugna bagnata passa e ripassa sul

tavolo sporco e lo lascia pulito e umido, così la Parola, imbevuta di Spirito Santo, purifica e lascia Spirito Santo nella nostra mente e nel cuore!

ACTIO: è il frutto maturo di tutto il cammino. La lectio e l'actio, perciò, la lezione biblica e l'agire, non sono affatto due binari paralleli.
Non leggiamo la Scrittura per avere la forza di compiere quello che abbiamo deciso! Invece, leggiamo e meditiamo affinché nascano le giuste decisioni e la forza consolatrice dello Spirito ci aiuti a metterle in pratica. Non si tratta, come spesso pensiamo, di pregare di più per agire meglio; ma di pregare di più per capire ciò che devo fare e per poterlo fare a partire dalla scelta interiore."

COLLATIO: condividere con altri il frutto dei passi precedenti.
«*Invocando il tuo nome, raccontiamo le tue meraviglie*» Sal 75,1

IN USCITA DALLA PREGHIERA

- √ Appunta su un diario o un quaderno "come è andata la preghiera", quali fatiche o distrazioni, quali movimenti interiori, quali pensieri o sentimenti ha suscitato, quali scelte…Ti aiuterà a vedere il filo rosso della Parola di Dio nella tua vita

QUADRI DI UN'ESPOSIZIONE

At. 6, 1-6; 54-60:

6:1 In quei giorni, aumentando il numero dei discepoli, quelli di lingua greca mormorarono contro
quelli di lingua ebraica perché, nell'assistenza quotidiana, venivano trascurate le loro vedove. [2]
Allora i Dodici convocarono il gruppo dei discepoli e dissero: «Non è giusto che noi lasciamo da
parte la parola di Dio per servire alle mense. [3] Dunque, fratelli, cercate fra voi sette uomini di
buona reputazione, pieni di Spirito e di sapienza, ai quali affideremo questo incarico. [4] Noi, invece,
ci dedicheremo alla preghiera e al servizio della Parola». [5] Piacque questa proposta a tutto il
gruppo e scelsero Stefano, uomo pieno di fede e di Spirito Santo, Filippo, Pròcoro, Nicànore,
Timone, Parmenàs e Nicola, un prosèlito di Antiòchia. [6] Li presentarono agli apostoli e, dopo aver
pregato, imposero loro le mani. [7] E la parola di Dio si diffondeva e il numero dei discepoli a
Gerusalemme si moltiplicava grandemente; anche una grande moltitudine di sacerdoti aderiva alla
fede…

All'udire queste cose, erano furibondi in cuor loro e digrignavano i denti contro Stefano. [55] Ma egli,
pieno di Spirito Santo, fissando il cielo, vide la gloria di Dio e Gesù che stava alla destra di Dio [56] e
disse: «Ecco, contemplo i cieli aperti e il Figlio dell'uomo che sta alla destra di Dio». [57] Allora,
gridando a gran voce, si turarono gli orecchi e si scagliarono tutti insieme contro di lui, [58] lo
trascinarono fuori della città e si misero a lapidarlo. E i testimoni deposero i loro mantelli ai piedi
di un giovane, chiamato Saulo. [59] E lapidavano Stefano, che pregava e diceva: «Signore Gesù,
accogli il mio spirito». [60] Poi piegò le ginocchia e gridò a gran voce: «Signore, non imputare loro
questo peccato». Detto questo, morì.

www.pigipisa.it