

LA PREGHIERA CRISTIANA NELLO SPIRITO SANTO

Riflessioni di
don Claudio DOGLIO

Incontro n° 12 del 19 febbraio 1998

Preghiera di introduzione

“È lo Spirito che prega in noi” e, nel nostro cammino alla ricerca dello Spirito nella nostra preghiera e dopo il “Padre nostro”, ci siamo soffermati la volta scorsa sulla lettura dei Salmi.

Questa sera vorremmo concentrare l’attenzione sul metodo chiamato “Lectio divina”.

Iniziamo con un momento di preghiera: potremmo ascoltare il “Padre nostro” nella versione di Dante. Nell’undicesimo canto del Purgatorio (vv. 1÷21), i superbi recitano questa preghiera.

È un modo con cui il grande poeta ci mostra la reinterpretazione del “Padre nostro” e ci fa capire che ... l’ha capito bene!

Nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo.

O Padre nostro, che ne’ cieli stai,
non circoscritto, ma per più amore
ch’ ai primi effetti di là su tu hai,
laudato sia ‘l tuo nome e ‘l tuo valore
da ogni creatura, com’è degno
di render grazie al tuo dolce vapore.
Vegna ver noi la pace del tuo regno,
ché noi ad essa non potem da noi,
s’ ella non vien, con tutto nostro ingegno.
Come del suo voler li angeli tuoi
Fan sacrificio a te, cantando osanna,
così facciano li uomini de’ suoi.
Dà oggi a noi la cotidiana manna,
senza la qual per questo aspro deserto
a retro va chi più di gir s’ affanna.
E come noi lo mal ch’ avem sofferto
perdoniamo a ciascuno, e tu perdona
benigno, e non guardar lo nostro merto.
Nostra virtù che di leggier s’ adona,
non spermentar con l’ antico avversaro,
ma libera da lui che sì la sprona

Gloria al Padre e al Figlio e allo Spirito Santo,
com’ era nel principio e ora e sempre, nei secoli dei secoli. Amen!

Maria, sede della sapienza, prega per noi!

LA “LECTIO DIVINA”

LO SPIRITO SANTO CI FA CAPIRE E GUSTARE LA PAROLA DI DIO

Lo Spirito Santo, che prega in noi, ci fa capire, ci fa gustare la parola di Dio. Il principio è questo: per leggere seriamente la parola di Dio, il testo biblico, dobbiamo essere guidati dallo Spirito Santo. Con “seriamente” intendo il gusto, la profondità, la ricchezza, che il testo biblico ci presenta.

I monaci hanno, da sempre, adoperato questo metodo di lettura che è rimasto un po’ prigioniero dei monasteri per lunghi secoli e forse si era anche andato perdendo, ma, nel nostro tempo, è riemerso e, grazie ad alcuni maestri di spiritualità, è stato ripresentato come metodo a tutta la comunità cristiana. Sto parlando, appunto, della “Lectio divina”, termine latino che indica semplicemente la lettura, fatta però in modo “divino”. È importante quell’aggettivo: com’è una lettura “divina”? Sono io che leggo il testo, quindi è una lettura “umana”. Come posso chiamare “divina” la lettura? Perché non sono da solo a leggere il testo, ma è lo spirito di Dio che in me illumina l’intelligenza e la volontà perché io possa cogliere il senso profondo, perché possa gustare il testo.

Infatti la Bibbia, Antico e Nuovo Testamento, non è semplicemente un testo di informazione, non lo leggiamo come un libro di storia che ci racconta episodi antichi in modo che sappiamo che cosa è successo. Abbiamo detto tante altre volte che la Bibbia è un testo di formazione, cioè aiuta la persona a diventare come Dio la vuole, quindi è educativa, formativa, fa crescere il lettore, lo fa maturare, lo trasforma. Oggi dobbiamo dire ancora qualcosa di più: la Bibbia non solo è formativa, ma è anche la base della preghiera dell’uomo, è il mezzo – forse sarebbe meglio dire il modo – migliore per la preghiera cristiana, è un punto di partenza, uno stimolo per l’orazione.

La preghiera cristiana, infatti, è innanzitutto risposta: non siamo mai noi a prendere l’iniziativa, l’autentica preghiera è risposta a Dio che si è rivelato, ci ha parlato e ci ha interpellato.

La parola rivolta a noi non è solo informativa, ma ci interpella, cioè chiede una risposta: se io ti rivolgo la parola posso comunicarti una notizia, ma posso anche comunicarti un mio sentimento nei tuoi confronti, positivo o negativo, e tu hai una reazione.

La reazione implica una risposta: tu rivolgi a me la parola perché io l’ho rivolta a te. Io ti posso fare una domanda, ti provo, e tu “re-agisci”, agisci in reazione.

La parola di Dio ha questo scopo: ci interpella, ci provoca, fa sì che noi re-aggiamo, cioè agiamo in risposta. Abbiamo già detto che la morale cristiana è una morale di conseguenza, cioè il nostro agire morale, il comportamento deriva da ciò che siamo: e siamo, per grazia, figli di Dio, lo Spirito ci ha resi figli, ci ha messo in comunione con il Padre e con Gesù Cristo, ci ha trasformato, ci ha reso capaci di una vita nuova. Da questo “essere” deriva, come conseguenza, un “agire”, quindi è un re-agire.

Lo stesso vale per la preghiera: la nostra relazione con Dio non parte da una nostra iniziativa, ma è re-azione. Per questo, i padri della preghiera antica e medievale dicono che bisogna parlare meno e ascoltare di più: la preghiera deve essere fatta di meno parole e di più ascolto. Ricordate che proprio Gesù, introducendo il “Padre nostro”, dice: “Non siate come i pagani, che credono di essere esauditi a forza di parole. Il Padre vostro sa ciò di cui avete bisogno, e allora non dovete stancarlo con le parole, quando pregate dite così (....)”. Dunque, la radice della nostra preghiera non è la quantità delle parole, non è dire tante cose a Dio, convincerlo a forza di parole, ma l’autentico stile del cristiano, dell’umiltà che dipende da Dio, chiede proprio un nostro atteggiamento di ascolto: “Dio ci ha dato due orecchie e una bocca sola – diceva un autore mistico – il che significa che dobbiamo ascoltare il doppio di quanto parliamo,

altrimenti ci avrebbe dato due bocche e un orecchio, ma, dato che è saggio, ha fatto le cose bene, e il rapporto due a uno, orecchi e bocca, dice l'importanza dell'ascolto". A parte la battuta, l'ascolto è un elemento fondamentale della preghiera e, io penso, non lo consideriamo tale, nel senso che, ad esempio, se un altro legge qualcosa ed io sto a sentirlo, non mi sembra di pregare, ma penso di "cominciare a pregare" quando poi dico qualcosa anch'io: se dico anch'io delle formule, allora ho pregato, ma finché ho ascoltato semplicemente non ho pregato. Invece è preghiera anche la fase dell'ascolto, non solo, ma perché esista un *di-alogo*, ci sia un *logos* che passa da te a me, ci vuole il momento dell'ascolto e il momento della parola: io parlo e tu ascolti, poi parli tu e ascolto io, altrimenti è un *mono-logo*. Se parla una persona sola e l'altra ascolta semplicemente, non si può parlare di dialogo e neanche di comunicazione. Avete forse esperienza di qualche persona un po' invadente che quando attacca a parlare non la smette più, magari tu disperatamente tenti di dire qualcosa, intervieni, ti lascia dire una parola, ma poi ti risommerge con la valanga delle sue parole. Di fronte ad un atteggiamento del genere, lo riconosciamo, non siamo ben disposti, ci sentiamo oppressi, non riteniamo che sia una gran comunicazione, con un grande affetto nei nostri confronti. Allora, mettiamoci nei panni di Dio, o meglio, mettiamo Dio nei nostri panni quando siamo sommersi da un parlatore a valanga: non è la massima soddisfazione per il Signore sentire che noi parliamo e parliamo in continuazione, dopo di che smettiamo e ce ne andiamo, prima che lui abbia potuto "ribattere".

Il dialogo richiede che si parli in due e quando parla l'altro si richiede che io ascolti, perché è anche possibile che io ogni tanto stia zitto ma che non ascolti quello che mi dice l'altro, e quando riattacco a parlare io, riprendo da dove ero rimasto io e è come se l'altro non avesse detto niente e quindi ribadisco la stessa cosa. Se invece io ho ascoltato sul serio l'altro, non sono più quello di prima, qualcosa in me è cambiato, e allora reagisco tenendo però conto di quello che mi è stato detto.

Da sempre abbiamo imparato che pregare è parlare con Dio: parlare con Dio significa dialogare, non imbottirlo di parole.

Il metodo migliore per pregare è proprio quello della "Lectio divina", cioè di una lettura divina del testo biblico, in questo senso: quando io leggo una pagina della Scrittura, è Dio che mi parla.

Dove trovo Dio che mi parla? Non posso aspettare di sentirne proprio la voce fisica, di avere una rivelazione trascendente in un qualche modo straordinario – può anche darsi che mi capiti, ma non posso aspettarmelo, non è il modo abituale. Dove mi parla Dio? Attenzione! Talvolta si dice che Dio ti parla dentro, ti parla nella coscienza, ti parla attraverso gli avvenimenti, ti parla attraverso la natura, ti parla attraverso tante cose, e così via; ed è vero, è tutto vero. Però c'è il rischio formidabile che tutto questo sia nient'altro che la proiezione delle mie idee. Il dialogo con Dio in modo interiore può essere validissimo, ma può anche essere, credo che me lo riconosciate, un soliloquio, cioè un parlare con se stessi e un darsi ragione, nel senso che io dico quello che già so, gli dico quello che mi interessa e, in genere "mi dà ragione". Questo tipo di soliloquio intimo rischia di essere falso, di non essere preghiera, di non essere relazione con Dio ma chiusura in se stessi. Non solo, ma con dei pericoli di aumento dell'egoismo anziché di cura e di crescita: può essere un modo di involuzione.

Perché sia oggettivamente un dialogo, io ho bisogno di un termine fisso esterno a me e oggettivo: non posso far dire a Dio quello che voglio, ho bisogno di un punto di riferimento, e questo punto di riferimento c'è: è la Sacra Scrittura, è la Bibbia. È esterna a me, non l'ho scritta io. Non corrisponde magari ai miei schemi e ai miei gusti, al mio stile: proprio per questo è una realtà oggettiva, esterna a me, c'è, è quella, ed è il registro della parola di Dio. È lo strumento che annota, un po' come uno spartito musicale che tiene conto di tutti quei segni strani che sono chiamati "note" e che, per chi le sa leggere, si trasformano in musica. È un documento antico, magari un autografo

di Beethoven che contiene proprio le note di una sinfonia e che contiene già tutta quella musica; però non è sufficiente che ci siano quelle macchie nere su quelle righe: sono solo macchie nere su delle righe. Perché diventi la sinfonia ci vuole lo studio, l'interpretazione e l'esecuzione, ci vogliono tanti orchestrali, il direttore d'orchestra, ci vogliono le prove, l'accordo, bisogna rispettare il tempo, le note e, alla fine, dopo tanto lavoro, c'è l'esecuzione e si ascolta la sinfonia. Se non ci fosse stato il registro materiale con le note, oggi non potremmo riprodurre o eseguire quella sinfonia; ma il semplice registro non è sufficiente.

La Bibbia è il registro della parola di Dio, non è la parola di Dio tout court.

Ecco, facendo un inciso, perché è sbagliato, alla fine delle Letture della Messa, dire “È parola di Dio”: non c'è scritto il verbo “è”; allora chi lo aggiunge fa un abuso, immotivato, perché si identificano materialmente quei suoni con la parola di Dio (è invece, ad esempio, è un'affermazione di identità: “Questo è il mio corpo”), perché quelle parole che si sono lette sono una traduzione tanto per cominciare, non sono il testo originale, e poi anche il testo originale non è propriamente quello. Allora, l'affermazione liturgica “Parola di Dio” è una solenne affermazione di fiducia, che equivale a dire “Lo dice Dio”, ma non è corretta l'identificazione materiale del testo con la parola di Dio; quindi, con un briciolo di umiltà, accettiamo quello che c'è scritto, c'è scritto “Parola di Dio” e diciamo solo così.

Il testo biblico è il registro della parola di Dio, permette l'esecuzione, attraverso il lavoro dello studio, della prova, dell'esecuzione orchestrale della Chiesa, noi abbiamo poi la sinfonia.

La “Lectio divina” ci insegna a fare questi passaggi in modo tale da avere un'esecuzione sinfonica, per non tenere semplicemente un elenco di note.

Quando leggiamo un brano della Bibbia, ad esempio a Messa la domenica quando si ascolta una lettura dall'Antico Testamento, un Salmo, un'altra lettura dal Nuovo, un brano di Vangelo, e poi avanti, perché bisogna andare avanti! Eppure queste parole che abbiamo ascoltato sono la base della nostra preghiera – ne ripareremo la volta prossima – ma questo ascolto deve essere interiorizzato, deve essere assimilato, deve diventare “suono sinfonico”. Non avrebbe senso infatti eseguire una sinfonia limitandosi a mettere uno sul palco a solfeggiare e a leggere pedissequamente, una ad una, le note musicali contenute nello spartito: questo non sarebbe “ascoltare” la sinfonia, ci vuole invece molto di più. Così, di fronte alle Letture, ci vuole un lavoro personale di ascolto.

Allora, la “Lectio divina” secondo lo schema classico, prevede quattro momenti, noti con nomi latini facilmente traducibili in italiano: “*lectio*”, “*meditatio*”, “*oratio*”, “*contemplatio*”, cioè “lettura”, “meditazione”, “orazione” e “contemplazione”.

Quattro momenti che adesso analizziamo uno ad uno.

Primo momento: “lettura”. Non è semplicemente leggere il testo per arrivare in fondo, si tratta di capirlo in sé: questo comporta lo studio del testo, comprendere che cosa dice e, soprattutto quando si tratta di un racconto, analizzare la narrazione, i personaggi.

Il cardinale Martini, che è un maestro di “Lectio divina” – è lui uno dei grandi diffusori del metodo in Italia, in questi anni – dice che per leggere bene un testo bisogna usare la matita, nel senso che è necessario leggere e rileggere, e sottolineare, sottolineare ad esempio i verbi, e poi leggerli tutti; o sottolineare gli aggettivi e vedere come vengono qualificate le persone; o sottolineare gli avverbi, o certe caratteristiche particolari, notare ciò che ritorna, notare i cambiamenti, notare i sentimenti, le azioni; notare la differenza della fine rispetto all'inizio.

Si tratta, in altre parole, di analizzare il testo in sé. Ad esempio, c'è una parola che non capisco, perché è strana: filattèri”, cosa saranno mai? La “Lectio” implica una

conoscenza, per cui, nel caso citato come esempio, devo cercare da qualche parte, o in qualche dizionario, o chiedere a qualcuno che se ne intende: qui sta il minimo di informazione per spiegare cosa sono i filattèri. Precisamente, sono degli oggetti di scaramanzia, lo dice il nome stesso che deriva dal greco “*filasso*”, che vuol dire “difendo, proteggero”, e servono per difendere: sono delle scatolette che mettevano intorno alla testa o intorno ad un braccio, cioè degli amuleti; sono degli oggetti liturgici ebraici e, per capire un po’ il senso, dovrei sapere che cosa sono.

Oppure, viene citato un luogo geografico che non si conosce e quindi non si sa se è in pianura o in montagna o che altro, per cui sarebbe bene contestualizzare un po’. Così facendo, nasce un po’ alla volta una certa competenza e si comprende l’esigenza di uno studio e di un approfondimento biblico, quando si comincia a prendere coscienza che, nel testo, ci sono delle cose che al primo impatto non si capiscono. Questo modo di procedere rappresenta il superamento della superficialità di base, secondo la quale si seguirebbe la tentazione di leggere e di andare avanti comunque, anche senza capire ciò che si sta leggendo e senza porsi alcun problema. Invece, se la cosa ci interessa veramente, ci fermiamo e cerchiamo di prestare la massima attenzione e di approfondire fino a capire il significato.

Se ci chiama il notaio per leggerci un testamento nel quale siamo nominati, e ci vengono lette delle parole che non comprendiamo, ci preoccupiamo immediatamente di arrestare la lettura e di chiedere spiegazioni fino alla comprensione totale, per non rischiare di essere turlupinati. In tal caso ci preoccupiamo in quanto ci sono di mezzo dei soldi e quindi consideriamo la cosa importante, per cui è importante capire bene tutto; se infatti non comprendiamo cosa ci è stato letto, possiamo non renderci conto che stiamo subendo un danno o una perdita: la cosa è importante.

La parola di Dio non è forse più importante? In teoria diciamo senz’altro di sì, ma in pratica la consideriamo così importante come i soldi? Rispondiamo certamente che è di più, molto di più! Interessa davvero? Se è veramente così, quando troviamo delle cose che non comprendiamo non lasciamo correre: se ci interessa ed è importante, quando non comprendiamo ci diamo da fare fino a capire, questo è proprio il livello di base, il minimo.

Quindi, il primo momento è la lettura come comprensione del testo in sé. Allora, significa studiare il genere letterario per non rischiare di prendere fischi per fiaschi, per capire che cosa vuol dire il testo. Siamo nell’Antico Testamento? Certamente è più complicato, e allora cerchiamo di capire bene che cosa vuol dire il testo in sé, che cosa intendeva dire l’autore, come il tutto rientri in quel sistema narrativo: è importante almeno un briciolo di comprensione di questo tipo!

Secondo momento: “meditazione”. Ritorno sul testo, dopo che l’ho capito in sé, e mi domando: “Che cosa dice, a me, il testo?”. Fino a questo momento io non c’entravo con il testo, lo studiavo in modo oggettivo per capirlo bene, in sé. Quando l’ho capito, mi pongo di fronte al testo partendo da questo principio di base: quella parola di Dio è rivolta a me, proprio a me, Dio mi sta parlando. Sono sempre in fase di ascolto, ma sto già pregando: mentre scorro il dizionario per sapere il significato di “filattèrio”, io sto già pregando, perché mi interessa capire ciò che mi vuol dire Dio, è un atteggiamento di relazione.

Nel secondo momento io continuo la preghiera, senza dire nulla ancora, ascoltando, cercando cioè di attualizzare e personalizzare il testo: questo è il lavoro della meditazione, ciò che classicamente si chiama “meditare un brano di Vangelo”, cercare di capire che cosa ha da dire a me. Allora, io mi immedesimo nei personaggi, cerco di capire qual è il senso generale di quel racconto o dei particolari, e lo applico alla mia vita, alla mia situazione. Ed è Dio che sta parlando a me, mentre io ragiono, mentre io rifletto, è lo Spirito di Dio che prega in me, è lo Spirito che mi fa capire ciò che Dio ha

da dire a me: dovrebbe essere il momento toccante, durante il quale mi sento “provocato”.

Abbiamo già detto all’inizio e lo ripeto: l’atteggiamento fondamentale della preghiera cristiana è quello di colui che si mette di fronte a Dio, disposto a lasciarsi cambiare.

Leggere la Bibbia significa lasciare che Dio ci “legga la vita”: è un’espressione che noi usiamo in gergo dialettale e che, in questo caso, si adatta bene. Quando io leggo la Bibbia, il Signore legge la mia vita: significa che mi rimprovera, mi mette di fronte il libro della mia vita, quasi mi mostra allo specchio, mi fa vedere quello che sono e quello che dovrei essere, mi provoca. Una lettura biblica seria comporta una revisione di vita: io rivedo la mia vita, la vedo in controluce, la vedo nella luce di Dio, che mi mostra un esempio di pazienza e mi dice che quella è la strada; mi punge perché mi dice che io non sono paziente come lui quando mi fa pensare a come avrei agito io in una certa determinata occasione. Mentre io penso tutto questo, è lo Spirito che me lo sta dicendo, è una “Lectio divina” perché è Dio che mi sta parlando, potrebbe “avere ragione” – anzi, sicuramente ha ragione – e di fronte a quel testo mi sento interpellato, provocato, magari può anche farmi i complimenti e dirmi che sto facendo bene, che sto seguendo ciò che egli mi ha indicato e quindi devo andare avanti nella stessa direzione. Dunque, nella meditazione io cerco di capire quello che Dio dice a me: in realtà mi metto nell’atteggiamento docile di chi si lascia provocare dallo Spirito di Dio.

Il lavoro di comprensione è molto umano, nel senso che se trovo una parola difficile oppure non so dove si trova il monte Hermon non posso aspettare che lo Spirito mi illumini, è tempo perso, è bene che consulti un dizionario, che legga le note o che mi dia un po’ da fare: questo è un lavoro “umano”, lo posso fare e Dio me lo lascia fare; se non ho voglia di farlo non mi sostituisce, peggio per me.

La seconda fase invece, la meditazione, è azione più sua, perché può darsi che io, da solo, non riesca a cavarci niente. Lo Spirito però viene in aiuto alla nostra debolezza perché noi “non sappiamo neppure ciò che dobbiamo chiedere”, ma è lo stesso Spirito che, “con gemiti inesprimibili”, si muove dentro e ci fa capire. Se però non abbiamo un termine di confronto, cosa può farci capire? L’evangelista Luca dice che “Gesù aprì la mente dei discepoli alla comprensione delle Scritture”; a questo punto tutto è chiaro: il Cristo risorto, con il suo Spirito, ci apre la mente per farci capire il senso delle Scritture. Dobbiamo però avere prima letto le Scritture. Nella Messa, le Scritture non sono state collocate come elemento coreografico o di riempimento del tempo, sono invece un elemento essenziale, fondamentale, insostituibile. Non possiamo semplicemente lasciar passare queste parole: quello è il momento in cui dobbiamo meditarle e l’omelia, nella Messa, dovrebbe avere il compito della meditazione, dovrebbe essere l’atteggiamento del prete che aiuta la comunità a meditare il testo e a riflettere su questa parola che è rivolta proprio a noi. Cosa dice a noi questa parola? Ognuno, infatti, aggiunge la sua propria meditazione.

Terzo momento: “orazione”. Solo a questo punto iniziamo a “parlare”, ma non adesso iniziamo a pregare perché abbiamo già pregato prima, nei due momenti precedenti, adesso però re-agiamo: dopo avere sentito ciò che Dio dice a me, io adesso parlo a lui. E parlo a lui partendo dalle parole che mi ha detto: io posso parlargli perché mi ha aperto il cuore e la mente, perché mi ha fatto capire, mi ha messo di fronte alla realtà, alla mia verità, e io reagisco a seconda di quello che ho meditato. Quindi, chiederò perdono perché ho capito di sbagliare, ringrazierò perché ho capito di avere ricevuto un dono, chiederò aiuto per riuscire a fare quello che mi ha proposto, farò una preghiera di intercessione perché, mentre meditavo, mi è venuta in mente quella determinata persona che rientra in quella certa situazione.

Questa, che è la preghiera classica a cui siamo abituati, deve essere collocata in questo momento, come terza fase di risposta, dopo la lettura e la meditazione.

Quarto momento: “contemplazione”. È quello più grande e più difficile, è quello tipico del monaco, là dove terminano le parole e forse anche i pensieri e resta solo la relazione di amicizia; per cui, dopo avere ascoltato ed avere risposto a Dio, io non sono più quello di prima, la preghiera mi ha cambiato, è stata una preghiera cristiana: in comunione con il Padre, il Figlio e lo Spirito, io sono stato trasformato e, a questo punto, mi godo quella realtà, senza dovere aggiungere altro, senza dover ricercare, senza dover dire, senza dover pensare. È la bellezza della compagnia divina, dello “stare con l’amato”, è il lasciare che l’anima aderisca allo sposo. Forse è un sogno questo, è un desiderio: però è un ideale, ed è un obiettivo a cui non dobbiamo facilmente rinunciare come se fosse una cosa strana.

Forse occorre dire che questo è proprio un discorso da monaci, è un lavoro che possono fare i monaci: lo facevano loro e possono continuare a farlo. Adesso dicono che dobbiamo farlo anche noi, ma non è possibile. “Dove troviamo noi il tempo per fare queste cose?” direte voi: avete anche ragione. Con una vita di impegno, di lavoro, di studio, di famiglia, non è vostro compito passare delle giornate a studiare la Bibbia, e questo è logico. Però, proprio come cristiani, abbiamo il nutrimento della parola di Dio che viene letta la domenica a Messa. Questo è già un patrimonio sufficiente e di grande ricchezza, per cui la domenica, primo giorno della settimana, mi offre un bagaglio di meditazione per tutta la settimana e io posso soffermarmi su poche parole, su qualche frase, che dovrebbero diventare alimento della mia preghiera. Forse abbiamo difficoltà a ricordare il Vangelo letto domenica, ma può anche darsi che con il Vangelo ce la caviamo ancora perché ci viene fatta la predica sopra, ma se fosse la prima lettura? Oppure la seconda? O il Salmo? E dire che c’eravamo quando è stata letta, ma poi ci è uscita completamente dalla testa. Magari in settimana ho anche pregato, ma quella parola che ho ascoltato domenica all’Eucaristia è poi entrata nella mia vita? Dio “mi” ha detto qualcosa domenica mentre ero a Messa? Non c’è bisogno che io, durante la settimana, faccia lo studio della Genesi, dell’Esodo e del Levitico; sarebbe sufficiente che mi “portassi a casa” il Salmo responsoriale, oppure, tenendo conto che in questo periodo si legge la prima lettera di San Paolo ai Corinzi, al capitolo 15° - per quattro o cinque domeniche si legge un capitolo della lettera - e a casa abbiamo una Bibbia, per più di un mese posso stare su quella e, dopo averne ascoltato un brano la domenica in chiesa, posso cominciare a ripensarci, a rileggermelo a casa, poi a meditarci su e a chiedermi che cosa mi vuole dire il Signore con quelle parole.

E lasciate che lo Spirito parli! Quando vi resta in mente una frase, non siete stati voi a sceglierla, ma vi ha trovato, e a questo punto prendete pure l’autobus o andate in macchina e fate un po’ di coda meditando quella frase, a quella parola: magari lo Spirito vi parla mentre siete in coda, o mentre siete sull’autobus.

Portate dentro questa parola, coltivatela e conservatela, ritornandoci magari alla sera, oppure quando avete un po’ di tempo libero in qualsiasi momento della giornata, senza vincolarvi a schemi mentali rigidi, senza cioè legarvi a tutti i costi alle “preghiere del mattino”. In alcuni casi infatti, con tutto il da fare mattutino di una famiglia in cui più persone se ne vanno allo studio o al lavoro, è più che comprensibile che risulti difficile seguire tali schemi, però, nel corso della giornata, c’è sicuramente un momento in cui riusciamo a trovare la calma necessaria a questo scopo, ad un’ora qualsiasi, altrimenti non si potrebbe resistere più di tanto.

Se anche quel momento risultasse di pochi minuti, facciamo diventare questi pochi minuti il momento dell’intimità con Dio, non riduciamoci alla preghiera recitata a pappagallo tanto per concludere che “abbiamo detto le preghiere”, e ascoltiamo invece che cosa Dio vuole dirci. Non occorre che apriamo a caso la Bibbia – ne riparleremo la prossima volta a proposito della prima parte della Messa – ma credo che sia una strada buona e feconda quella di portare nella vita di tutti i giorni le letture della domenica.

Dato che queste letture ritornano una volta ogni tre anni, se il primo anno prendiamo in considerazione la prima lettura di un ciclo, il secondo anno la prima lettura del secondo ciclo, il terzo anno la prima lettura del terzo ciclo e così continuiamo l'operazione con le seconde letture, poi con i Salmi ed infine con i brani del Vangelo, abbiamo materiale di meditazione per ben dodici anni! Se alla fine di questo periodo vogliamo ricominciare da capo, va benissimo! Resta il fatto che abbiamo passato dodici anni di ascolto tutte le settimane con testi diversi, in comunione con tutta la Chiesa. Quest'ultimo, infatti, è un altro aspetto molto importante: mentre io sto pregando da solo, so che in tutto il mondo i miei fratelli e le mie sorelle di fede stanno ascoltando quella parola di Dio, e lo Spirito sta aiutando me e tutti loro a capire che cosa il Signore vuole da ciascuno di noi; ed è lo stesso Spirito che fa capire un'infinità di cose diverse, e ci sta guidando.

Bisognerebbe, a questo punto, fare degli esempi, cioè prendere un testo e provare a fare i quattro momenti, ma non ne abbiamo più il tempo. Se volete, esistono dei libretti – ce ne sono parecchi – che applicano proprio il metodo della “Lectio divina”, e sono individuabili perché citano questo metodo nel titolo insieme all'argomento. Esistono in materia delle guide, dei manualetti che aiutano e danno dei consigli, ci sono dei testi anche molto semplici e così via.

Fra i testi che si possono trovare, c'è quello del cardinale Martini “Pregare in famiglia” in cui fa questi esempi concreti, oppure qualunque raccolta di corsi o di esercizi spirituali fatti dallo stesso cardinale Martini costituisce un esempio di “Lectio divina” fatta su determinati brani.

Poi, come si usa dire, l'appetito viene mangiando. E si può partire anche dal piccolo e dal poco: importante è ascoltare, meditare e quindi pregare, cioè parlare noi, e poi goderci la bellezza di essere figli dello Spirito.