

filhos de Adão, para ver se há um sensato, alguém que busque a Deus" (Sl 52/53,2). Contemplação é também deixar Deus contemplar a melhor obra que criou: o ser humano. E nós a Ele. Contemplar significa estar no templo, e o templo é o lugar onde se adora e invoca a divindade, é mais que um lugar, pode ser uma pessoa viva. Não somos templos de seu Espírito? (Cf. 1Cor 6,19-20).

Enfim, a Bíblia não é somente letra, mas "um livro perigoso. Eu dou o dedo, ela quer a mão; eu dou a mão, ela me quer inteiro" (Sören Kierkegaard).

**Dica:** talvez seja a parte mais difícil, pois nossa sociedade e cultura atuais não nos deixam quietos. Contemplação requer silêncio (interior e exterior) e escuta de Deus. Não dê atenção a pensamentos vãos, desordenados e estranhos, prossiga se esforçando e sabendo que oração também é combate, e que a resposta do que procuramos pode residir aqui.

O próprio Jesus nos ensina a fazer Lectio Divina! Seja em um momento específico ou de forma itinerante. Por várias vezes ele é flagrado em oração, em lugares solitários (Mc 6,30), em outras lendo, meditando, ensinando a Lei (Lc 4,15) e pregando a Boa Nova (Lc 4,44). É uma prática que requer certo esforço mental e espiritual, mas que com o tempo vai se tornando algo que já integra nossa vida espiritual e nossa forma de ler e compreender a Bíblia.

Visite nosso site e siga-nos nas redes sociais!

[www.rapadurateologica.com](http://www.rapadurateologica.com)

  [rapadurateologica](#)

Texto: Narcélio Ferreira de Lima



 [pnsi.gyn](#)  [pns Lourdes](#)

MAIORES INFORMAÇÕES

 62. 9 9805-4107  62. 3203-4368

Arquidiocese de Goiânia  
Congregação do Santíssimo Redentor  
Paróquia Nossa Senhora de Lourdes



  
ESCOLA DE  
FORMAÇÃO  
PAROQUIAL  
SANTO AFONSO

# O que é “LECTIO DIVINA”?

Esse termo em latim pode ser traduzido ao pé da letra por “leitura divina” ou ainda “leitura orante”, aplicado à palavra de Deus. Sua origem não está necessariamente no cristianismo, podemos apontar para uns 2.500 anos a.C., pois a Palavra divina sempre ocupou o centro da fé de nossos irmãos judeus, que nos trouxeram o Antigo Testamento.

Por exemplo, o profeta, sacerdote e escriba Esdras leu o livro da Lei de Deus (Toráh) na praça de Jerusalém desde a aurora até o meio dia diante de uma multidão, onde “todo o povo ouvia atentamente” (Nee 8,3) e todos choravam ao ouvir a leitura. Em Josué 1,8 encontramos a exortação para meditá-la dia e noite.

O uso da Bíblia como fonte de espiritualidade foi bem propagado no cristianismo, especialmente através dos monges: Antão, Pacômio, Basílio e Bento. A sistematização que conhecemos foi realizada por Guido (ou Guigo), um monge que viveu no século XII, apresentando os quatro degraus mais conhecidos, que também são os mais importantes: LECTIO (leitura), MEDITATIO (meditação), ORATIO (oração) e CONTEMPLATIO (contemplação). Vale lembrar que esse não é o único método existente, alguns sugerem outros degraus como COLLATIO (“colação”, confronto, partilha espiritual e comunitária), ERUCTATIO (transbordamento, impactos), ACTIO (ação, aplicação na própria vida).

Mas o que importa são os frutos que essa prática espiritual e mental pode gerar. “Com efeito, nos livros sagrados, o Pai que está nos céus vem amorosamente ao encontro de Seus filhos, a conversar com eles; e é tão grande a força e a virtude da palavra de Deus que se torna o apoio vigoroso da Igreja, solidez da fé para os filhos da Igreja, alimento da alma, fonte pura e perene de vida espiritual” (Constituição Dogmática Dei Verbum, 21).

A seguir, apresentaremos os principais degraus e dicas de como bem realizá-los.

## OS QUATRO DEGRAUS

**1. LECTIO (leitura):** deve ser paciente, calma e perseverante. Nessa primeira etapa se pergunta: “O que o texto diz?”, respeitando a mensagem do autor. Por isso é sempre bom um estudo à parte, não se preocupando com trechos difíceis (lembre-se que não é momento para estudo). Santo Isidoro (560-636 d.C.) dizia que “quando rezamos, falamos com Deus. Quando lemos a Sagrada Escritura, Deus fala conosco”, então o fato de entender ou não, não é elemento essencial neste momento. Lembremos da exortação de São Jerônimo em seu comentário ao livro do Eclesiastes: “cavemos cada sílaba”.

*Dica: observe atentamente as palavras-chave, palavras que se repetem, lugares, personagens e os verbos. São esses últimos que dão vida e dinamismo ao texto. Uma leitura rápida e desatenta deixa passar muita coisa, por isso é recomendável que se leia o trecho mais de uma vez.*

**2. MEDITATIO (meditação) ou reflexão:** onde pergunta-se “o que o texto diz para mim?”, ou seja, nós nos apropriamos daquela palavra, atualizando-a e tornando-a viva e eficaz (Hb 4,12), é o momento de se confrontar com o texto. Reflexão é reflexo, é o momento em que a Palavra se defronta conosco, onde vai deixando de ser apenas texto e transformando-se numa relação. É admirável o exemplo que temos de sábios(as) e santos(as) com relação à sua intimidade com a Palavra. Conta-se que, quando Santo Antão (251-356 d.C.) lia ou ouvia a Escritura, comportava-se e entendia como se a leitura tivesse sido feita para ele, estava tão atento que nada lhe escapava, retinha tudo, e assim sua memória lhe servia de livro.

*Dica: reze preferencialmente com a liturgia diária. Quando eu me detenho a ficar apenas no que gosto ou quero, posso estar “manipulando” a mensagem. É bonito se alimentar do que nos oferece a Igreja ou deixar que a Palavra venha até nós. Somos servos Dela, não “donos”.*

**3. ORATIO (oração):** a palavra é transformada em diálogo. Perguntamos “o que o texto me faz dizer a Deus?”, pois a Bíblia é a principal e melhor fonte de oração e espiritualidade segundo o Documento Dei Verbum (DV), que tratou sobre a revelação divina. O que temos nós e a Bíblia em comum são as ansiedades, os prazeres da vida, o sentido da beleza, a consciência de ter se afastado de Deus ou o desejo de reencontrá-lo, são situações que nos fazem se aproximar Dele e nos dirigir com confiança a nosso Senhor e Pai. Assim, a partir do que lemos, é possível falar, mas também ouvir. A oração é tudo o que dispomos para Deus, e é tudo o que Ele precisa para nos fazer divinos nesta relação. Rezar não é somente pedir, mas antes permitir que Ele penetre em nós. É falando e ouvindo a Deus que vamos percebendo que o mesmo não é tão austero ou distante o quanto parece ser.

*Dica: Não reze qualquer coisa. Reze a partir do que leu. Não é necessariamente o momento para expormos nossas dificuldades da vida (faça isso em um momento de oração pessoal à parte), deixe-se conduzir pela Palavra. Se prestarmos atenção nas orações bíblicas, elas se caracterizam por ação de graças, louvor e agradecimento, mais do que por pedidos. Mas se pedir, não esqueça de suplicar a Deus sabedoria e entendimento em primeiro lugar.*

Por fim, temos a **4. CONTEMPLATIO (contemplação)**, que dá no mesmo que adorar a Deus, deixar ser amado e envolvido por esta presença real. É um tipo de oração passiva onde eu me disponho a ouvi-lo ou simplesmente permanecer em sua presença. Eu poderia perguntar “o que Deus faz em mim?”, “Do Céu Deus se inclina sobre os