

A *Lectio Divina* e A Oração Centrante

A *Lectio Divina* e a Oração Centrante são duas formas distintas de oração. A *Lectio Divina* é uma leitura, reflexão, resposta e descanso na Palavra Divina que nos ajuda a crescer no relacionamento com Deus.

A **Oração Centrante** é um método de oração no qual consentimos repousar na presença de Deus. É uma oração que nos leva para além da conversação com Cristo em direção à comunhão com Ele. Ela nos prepara para receber o dom da contemplação.

A *Lectio Divina* é uma dádiva para a Oração Centrante. À medida que nosso relacionamento com Deus se aprofunda, nossa intenção de descansar em Deus na **Oração Centrante** é renovada.

A **Oração Centrante** é uma dádiva para a *Lectio Divina* por nos libertar de obstáculos para ouvir a palavra de Deus em nível muito mais profundo durante sua prática.

A *Lectio Divina* e o Estudo da Bíblia

O estudo da Bíblia é a leitura das escrituras para nossa informação e compreensão do contexto da passagem. Ele oferece uma base conceitual sólida para a prática da *Lectio Divina*.

A *Lectio Divina* é uma leitura reflexiva das escrituras. É um método de oração que nos leva ao significado mais profundo das escrituras e à transformação de nossas vidas. A leitura contemplativa das Escrituras é perfeitamente compatível com a interpretação bem fundada da Bíblia.

TRANSFORMANDO-SE NA PALAVRA DE DEUS

Transformar-se na Palavra de Deus é um processo que acontece quando, com fidelidade, lemos, refletimos, respondemos e descansamos na Palavra de Deus.

Uma atitude de repouso na presença de Deus torna-se parte de nossa vida diária. Passamos a ser um canal da presença de Deus para os outros.

Vivendo em união com Deus podemos transcender a nós mesmos como “centro” e experimentar tudo em Deus e Deus em tudo.

Nossa energia torna-se unida (uma) com a energia Divina. Tornamo-nos misericordiosos, compassivos e amorosos como Deus é misericordioso, compassivo e amoroso.

Livros / revista / site recomendados

1. *Lectio Divina - O que É, como se Faz*, Thelma Hall (Edições Loyola, 2001)
2. *Diálogos com Deus - Introdução à Lectio Divina*, D. Garcia M. Columbás, MB (Paulus, 1996)
3. *Lectio Divina (Palavra Divina)*, Giovanni Dutto e Christofer Hayden (Ed. Ave Maria)
4. *Lectio Divina, Ontem e Hoje*, Guigo II, o Cartuxo e outros (Edições Subiaco, Juiz de Fora)
5. *Lectio Divina - Renewing the Ancient Practice of Praying the Scriptures*, M. Basil Pennington, OCSO (Crossroads, EUA)
6. *Introdução à Lectio Divina*, Dom Roberto Lopes, OSB (Mosteiro de São Bento do RJ, apostila - 2003)
7. *Revista Beneditina no. 26-27* (março / junho 2008), artigos de diversos autores (Ed. Subiaco)
8. *Site “Oração Centrante e Lectio Divina*, <http://www.oracaocentrante.org>

Lectio Divina

Ouvindo a Palavra de Deus nas Escrituras

Por Dom Thomas Keating, OCSO

A *Lectio Divina* é um dos grandes tesouros da tradição cristã de oração. Significa Leitura Divina, isto é, ler o livro que acreditamos ter inspiração divina. Essa tradição de oração tem origem no método hebreu de estudar as Escrituras chamado *haggadah*. A *Haggadah* consistia na interpretação interativa das Escrituras pela utilização livre do texto para explorar seu significado interior. Fazia parte da prática devocional dos judeus nos dias de Jesus.

Ouvindo a Palavra de Deus nas Escrituras

Ouvir a palavra de Deus nas Escrituras (*Lectio Divina*) é um modo tradicional de cultivar a amizade com Cristo. É uma forma de escutar os textos das Escrituras como se estivéssemos conversando com Cristo e Ele estivesse sugerindo os temas da conversa. O encontro diário com Cristo e a reflexão sobre Sua palavra nos conduz para além do mero conhecimento, para uma atitude de amizade, confiança e amor. A conversação se simplifica e dá lugar à comunhão. São Gregório Magno (Século VI) ao sintetizar a tradição contemplativa cristã, definiu-a como “repouso em Deus”. Este foi o significado clássico da Oração Contemplativa na tradição cristã nos primeiros dezesseis séculos.

A Forma Monástica de *Lectio Divina*

A forma monástica da *Lectio Divina* é um método antigo que era praticado pelos Pais e Mães do Deserto e, posteriormente, em mosteiros do Oriente e Ocidente. A forma monástica não tem estrutura. Escuta-se a palavra de Deus em texto específico escolhido para a ocasião e depois segue-se a atração do Espírito. Este método pode também ser usado em grupos.

Roteiro para a *Lectio Divina* Monástica

Momento Um (Lectio): Leia a passagem da Escritura pela primeira vez. Escute-a com “o ouvido do seu coração”. Que frase, sentença ou mesmo palavra se destaca para você? Comece a repetir essa frase, sentença ou palavra vez após vez, permitindo que ela se fixe profundamente em seu coração. Simplesmente retorne à repetição da frase, sentença ou palavra, saboreando-a em seu coração.

Momento Dois (Meditatio): Reflita, saboreie as palavras. Permita que tenham eco em seu coração. Deixe que uma atitude de suave receptividade permeie o período de oração. Fique atento(a) ao que fala ao seu coração.

Momento Três (Oratio): Responda espontaneamente ao continuar a escutar a frase, sentença ou palavra. Talvez surja uma oração de louvor, agradecimento ou petição. Ofereça essa oração e depois retorne à repetição da palavra em seu coração.

Momento Quatro (Contemplatio): Descanse em Deus. Simplesmente “permaneça com” a presença de Deus, abrindo-se a uma escuta mais profunda da Palavra de Deus. Caso se sinta levado de volta às Escrituras, siga a sugestão do Espírito.

O MÉTODO DA *LECTIO DIVINA*

A *Lectio Divina* é o modo mais tradicional de cultivar a amizade com Cristo. É uma forma de escutar os textos das Escrituras como se estivéssemos conversando com Cristo e Ele estivesse sugerindo os temas da conversa. É como escutar com o “ouvido” do coração. O encontro diário com Cristo e a reflexão sobre sua palavra conduz-nos além do mero conhecimento, para uma atitude de amizade, confiança e amor. A *Lectio Divina* conduz-nos à comunhão ou, como disse São Gregório Magno (Século VI) ao sintetizar a tradição contemplativa Cristã, ao “descanso em Deus”.

Crescendo no Relacionamento

Crescer no relacionamento com Deus é um processo como qualquer outro **relacionamento**. Precisamos começar ouvindo e entrando em diálogo com a palavra de Deus. No desenrolar do diálogo descobriremos diferentes modos de **relaciononamento**, diferentes momentos de estar com Deus.

Há momentos de escutar o outro e ponderar o significado de suas palavras. Há os momentos de responder e dialogar, assim como permanecer com o outro quando palavras não precisam ser ditas.

Um **relacionamento** com Deus é também feito de muitos momentos. Estes momentos podem acontecer em qualquer ordem.

Comece percorrendo cada momento, levando o tempo que for preciso. Não existe “você precisa, você deve, você tem de”. Escute com o ouvido de seu coração e deixe o diálogo com Deus desabrochar em seu próprio tempo, permitindo que o Espírito Santo o conduza.

Precisamos ter certeza de que Deus deseja ardentemente estar conosco e compartilhar a paz interior e a liberdade que desejamos.

A Forma Escolástica da *Lectio Divina*

Essa forma de prática da *Lectio Divina* desenvolveu-se na Idade Média no início do período escolástico. Nesta época iniciou-se uma tendência de compartimentar a vida espiritual. Ao crescer esta tendência, a ênfase foi colocada mais na análise racional e menos na experiência pessoal. A forma escolástica divide o processo em estágios ou passos de feitiço hierárquico. No entanto, o método escolástico é uma boa maneira de aprender a *Lectio Divina*, em particular ou em grupo.

Roteiro para a *Lectio Divina* Escolástica

Passo Um: Leia a passagem, encorajando todos a ouvirem com “o ouvido do coração”. Qual é a frase, sentença ou mesmo palavra que se destaca para você?

Passo Dois: Leia a passagem de novo e **Reflita** sobre a palavra de Deus. Encoraje todos a perceberem o que os tocou, um pensamento ou reflexão que seja significativo. Permita um ou dois minutos de silêncio.

Passo Três: Leia a passagem de novo e **Responda** espontaneamente à palavra de Deus. Tome consciência de qualquer oração que surja interiormente exprimindo a experiência. Permita um ou dois minutos de silêncio.

Passo Quatro: Leia a passagem uma última vez e **Descanse** na palavra, reflita ou reze e permita a Deus que fale no silêncio. Permita três ou quatro minutos de silêncio.

Para Estender a Prática: Depois do descanso, inclua a frase, sentença ou palavra em sua atividade diária e escute-a, reflita sobre ela, reze e descanse com ela o tempo que puder durante o dia. Permita que ela se torne parte de você.