

La Meditazione Cristiana nel C.C.C.

La meditazione Cristiana nel Catechismo della Chiesa Cattolica.

Nel Catechismo della Chiesa Cattolica la meditazione viene trattata con una buona ampiezza.

Riprendiamo a grandi linee l'insegnamento: scopriamo nel testo la conferma dei vari momenti della Lectio divina o lettura sapienziale della Parola.

1. «La meditazione è soprattutto una ricerca orante» (2705 e 2723), che si svolge nel cuore, «il nostro centro nascosto» (2563). Infatti «è il cuore che prega» (2562) e che viene restituito alla sua vocazione originaria di sede della "memoria di Dio".
2. Gli apporti esterni (il libro della creazione e della storia, la pagina dell'oggi di Dio, le Scritture sacre, le opere di spiritualità, la liturgia, le icone ... [2705]) sono finalizzati ad aprire il «libro della vita», per scoprire e discernere «i moti che agitano il cuore», così da «fare la verità in noi stessi» (2706).
3. «La meditazione mette in azione il pensiero, l'immaginazione, l'emozione, il desiderio ... Questa mobilitazione è necessaria per suscitare la conversione del cuore, e per condurre alla conoscenza d'amore del Signore Gesù, all'unione con lui» (2708). Si noti il carattere intellettuale-volitivo della meditazione.
4. La meditazione esige regolarità «un cristiano deve meditare regolarmente» e metodicità «un metodo non è che una guida» (2707). In terzo luogo la meditazione comporta «un'attenzione difficile da disciplinare» (2705). «Quest'attenzione [a Dio] è rinuncia all'io» (2715). E infatti «la difficoltà abituale della nostra preghiera è la distrazione ... Una distrazione ci rivela ciò a cui siamo attaccati ... Qui si situa il combattimento: nella scelta del Padrone da seguire». Per venire a capo della distrazione «basta tornare al cuore» (2729). Distrarsi è come sottrarsi all'azione che Dio dispiega in chi attende all'orazione.
5. La meditazione è finalizzata al raggiungimento dello stato di orazione: «non si può meditare sempre; sempre si può entrare in orazione ... E' il cuore il luogo della ricerca, della decisione e dell'incontro» (2710 e 2563).
6. Quando la meditazione e l'orazione sfociano nella contemplazione, si raggiunge il "silenzioso amore" (Giovanni della Croce): «È in questo silenzio, insopportabile all'uomo esteriore, che il Padre ci dice il suo Verbo incarnato, sofferente, morto e risorto, e che lo Spirito filiale ci fa partecipare alla preghiera di Gesù» (2717). In altri termini, è nel "silenzioso amore" che avviene l'abbraccio del Padre che ci accoglie tra le sue Mani: il Verbo e lo Spirito.