

LA LECTIO DIVINA

REZAR CON LA PALABRA DE DIOS

La palabra está muy cerca de ti, en tu boca y en tu corazón, para que la practiques. (Dt 30,14)

Toda la Escritura está inspirada por Dios, y es útil para enseñar y para argüir, para corregir y para educar en la justicia, a fin de que el hombre de Dios sea perfecto y esté preparado para hacer siempre el bien. (II Tm 3,16-17)

La fe nace de la predicación y la predicación se realiza en virtud de la Palabra de Cristo. (Rm 10,17)

La Iglesia no se hace a sí misma y no vive de sí misma sino que se hace y vive de la Palabra creadora que viene de la boca de Dios. (Benedicto XVI, 5 de mayo 2007)

Junto a la Liturgia de las horas y a las celebraciones comunitarias de la Palabra, la tradición ha introducido la práctica de la lectio divina, lectura orante en el Espíritu Santo, capaz de abrir al fiel no sólo el tesoro de la Palabra de Dios sino también de crear el encuentro con Cristo, Palabra divina y viviente. (Mensaje final del Sínodo de los Obispos, 2008, nro. 9)

Ofrecemos aquí una herramienta que puede ser de ayuda para todo aquel que quiera hacer una lectura orante de la Palabra de Dios. Lo hacemos poniendo al alcance de muchos un auténtico tesoro de la tradición cristiana, la *lectio divina*.

¿Qué es la *Lectio Divina*?

Desde hace muchos siglos que los cristianos rezan con la Palabra de Dios. Quizás uno de los modos más difundidos ha sido el practicado por los monjes. Ellos llamaron *lectio divina* a esta escucha silenciosa y humilde del Señor Resucitado presente en su Palabra. La *lectio divina* es un ejercicio que dispone a escuchar a Dios que nos habla en su Palabra. Supone dedicar un poco de tiempo a la lectura y por medio de la lectura a la oración con la Palabra de Dios.

La práctica de la *lectio divina* ha superado los muros de los monasterios ya desde hace muchos siglos y ha sido y es practicada por todo tipo de cristianos. Nos ayuda a comprender, poco a poco, que no nos bastamos a nosotros mismos, que tenemos necesidad de abrírnos a Aquel cuya Palabra es “lámpara para mis pasos y luz en nuestro sendero” (Salmo 110,105).

¿Cómo se hace la *lectio divina*?

Ordinariamente se desarrolla en cuatro momentos. Inicia con la lectura (*lectio*) de un texto bíblico, sigue la meditación (*meditatio*), se pasa a la oración (*oratio*) a partir del texto y se concluye con la contemplación (*contemplatio*). El desarrollo no es tan rígido. Los distintos momentos, si bien son sucesivos pueden repetirse

enriqueciéndose y permitiendo un dinamismo interior capaz de animar la propia vida a partir, en definitiva, de la escucha.

Pasamos ahora a describir cada momento con más detenimiento.

La lectura (*lectio*) del texto. Los ojos.

Se elige un texto bíblico, bien definido y delimitado, que será la materia de la oración. Después de dedicar un poco de tiempo para hacer silencio y para crear una actitud de recogimiento, es oportuno invocar al Espíritu Santo para que se haga presente y sea Él quien hable durante la oración. Puede hacerse con una oración, con una jaculatoria, con un canto, o espontáneamente.

Se pasa entonces a leer el texto elegido de modo pausado, sereno y tranquilo. Una vez terminada la lectura, con la misma actitud de escucha puede uno preguntarse: **¿qué dice el texto?** Se trata de entrar en el texto en sí mismo, lo que dice realmente, prescindiendo, por ahora, de la propia subjetividad.

Es la actitud de escucha, la misma que se tiene ante una persona que nos habla, escuchando con atención lo que me dice, buscando entender el mensaje.

Puede enriquecerse la comprensión con otras herramientas, tales como otros textos bíblicos que sean relevantes o pertinentes, o con comentarios o explicaciones de los Santos o de los Padres de la Iglesia, o de estudiosos de la Biblia, o del Magisterio, o la interpretación de los artistas, etc..

No conviene atorarse de información sino de buscar la que se considere necesaria y suficiente para una buena comprensión del texto. No se trata de estudiar sino de disponer a la oración.

Podría decirse que hasta aquí se ha usado principalmente la facultad del conocimiento.

Si la *lectio divina* se hace de modo grupal se puede elaborar entre todos este momento de enriquecer el texto. Cada uno puede hacer un aporte donde no interviene el propio parecer sino la propia ciencia que enriquezca la comprensión del texto.

Meditación (*meditatio*) del texto. La mente.

Este segundo momento tiene la finalidad de favorecer una apropiación más personal de la Palabra (del texto) acercándolo a la propia vida. Así, la pregunta que nos hacemos es: **¿qué me dice el texto?**

No se lee el texto simplemente para conocerlo, para informarse o por una sed de erudición bíblica, sino para que ilumine la propia vida. Detenerse delante de un texto

de la Palabra de Dios, abre la mente a muchos buenos pensamientos. No es difícil entender que el texto leído me esté dirigido personalmente, que tenga algo para decirme, algo que, al menos en parte, pueda incidir en la propia vida. La voz de Dios es inconfundible. Llama a la conversión, conduce a una mayor conformidad con Cristo. Por esto mismo la meditación supone un ejercicio personal de discernimiento espiritual permitiendo que la luz del texto ilumine la propia vida. No se trata de examinar “toda la vida” sino aquello que el texto me está “reclamando” para un seguimiento de Jesús más estrecho y más comprometido. Es aconsejable tener presente esta línea de pensamiento durante la meditación.

Puede terminarse el momento de la *meditatio* eligiendo una frase o palabra sobre la que se pueda volver más adelante para prolongar la oración o para llevarla a la acción.

Podría decirse que en este momento uno se afecta, se siente protagonista, e involucra su mundo interior, deja tocar sus deseos y pone en juego la propia voluntad. Es el momento de las decisiones, si es que el Espíritu las ha suscitado.

Si la *lectio divina* se hace de modo grupal se puede compartir este momento poniendo en común estas resonancias interiores, personales que el texto ha producido en el propio corazón. No se trata de generar debates ni diálogos sino de escuchar al otro con un corazón abierto, ya que nos está compartiendo lo que Dios ha suscitado en él.

El tiempo de la oración (*oratio*). La boca.

De este modo se ha dispuesto todo para la oración que no es sino la respuesta a Dios que me ha hablado por medio de su Palabra. La pregunta que me hago en este momento es **¿qué le digo yo a Dios?**

La lectura meditada, sabrosa, del texto, seguramente ha hecho nacer la necesidad de hablar a Dios. Quizás para agradecerle alguna luz que me ha mostrado; quizás para expresarle mi adhesión, darle un “sí” más definitivo, profundo a su voluntad; quizás para pedir fuerza para tomar una decisión o recorrer un camino; quizás para interceder por otros hermanos que sufren; etc..

Puede hacerse tanto espontáneamente como con oraciones que ya pertenecen a la tradición cristiana o con otras oraciones que sean de ayuda. Lo importante es que se establezca un diálogo con Aquel que me ha hablado primero.

En este momento se juega toda nuestra capacidad de relacionarnos con el Otro, por eso se activa el Amor, uno se percibe como hijo amado, como hermano de todos.

Si la *lectio divina* se hace de modo grupal se pueden poner en común algunas de estas oraciones personales. No es un momento para compartir con los demás sino para rezar juntos a Dios.

El gozo de la contemplación (*contemplatio*). El corazón.

Llegados a este momento se entra más profundamente en la lógica del don, del regalo. Ya no es tan importante entender el mensaje del texto ni siquiera responderle a Dios adecuadamente. Ahora se tiene consciencia amorosa de estar en su presencia. Es claro que mientras somos peregrinos, esta percepción - lo dice San Pablo - es "como en un espejo, borrosa". Sin embargo se la percibe. Este es el momento de pensar menos y disfrutar más, como dos enamorados, que han superado las palabras y han pasado al lenguaje de las miradas. "Ver al que me ve", como dice la misma Biblia (Gn 16,13-14). Es importante que la percepción de esta presencia amorosa de Dios no se limite al momento de la oración sino que se extienda a la propia vida, es decir, ser consciente que el Dios que está presente en el momento de la oración también está presente en mi vida y en cada cosa puedo gozar de su compañía.

Los antiguos autores espirituales llamaban *contemplatio* a este momento de la *lectio divina* porque la Palabra ha echado raíces en el propio corazón y dará fruto en la propia vida. El objetivo de la *lectio divina*, efectivamente, es la conversión del corazón para que guiados por el Espíritu Santo demos fruto.

Si la *lectio divina* se hace de modo grupal se puede terminar con una oración común de acción de gracias.

Dos consejos finales

La verdad de la oración se verificará en la verdad de la vida, en un camino que se asume más seriamente, más comprometidamente, más profundamente, si toca mis decisiones, el modo de relacionarme con Dios, con el prójimo, conmigo mismo y con toda la creación. Si el texto con el que he leído me ha parecido particularmente sabroso puedo volver sobre él más adelante para una nueva *lectio divina*. Sin duda continuará a producir nuevos frutos.