

La *Lectio Divina*: lectura orante de la Palabra de Dios

P. Carlos Avellaneda

La *lectio divina* es la lectura orante de la Palabra que permite dar a Dios una respuesta creyente y comprometida. Se practica leyendo de modo individual o comunitario un pasaje más o menos largo de la Escritura acogida como Palabra de Dios y que se desarrolla bajo el impulso del Espíritu en meditación, oración y contemplación.

El apóstol Pablo exhortaba vivamente a los cristianos de la pequeña comunidad de Colosas a la familiaridad con la Palabra, y la edificación mutua alimentada por la sabiduría de las Escrituras: “Que la Palabra de Cristo resida en ustedes con toda su riqueza. Instrúyanse en la verdadera sabiduría, corrigiéndose los unos a los otros. Canten a Dios con gratitud y de todo corazón salmos, himnos y cantos inspirados” (Col 3,16). El apóstol no hacía una nueva propuesta, sólo retomaba, adaptándola, la tradición judía de la meditación diaria de la ley (Salmo 1,2). En todos los escritos principales del Nuevo Testamento se encuentra esta insistencia en la centralidad de la Palabra oída, orada, vivida, anunciada y testimoniada.

Jesús mismo dijo reconocer como miembro de su familia a quien oye la Palabra y la pone en práctica con un corazón dócil y generoso (cf. Lc 8,15.21). En otro contexto, advierte que el verdadero discípulo es alguien que escucha y pone en práctica la Palabra oída, y construye todo el edificio espiritual de su vida de fe sobre esta base sólida (cf. Mt 7,24-27).

El apóstol Pedro, a su vez, define la Palabra como una semilla inmortal, que nos engendra a una vida nueva y eterna (cf. 1 P 1,23), y Santiago habla de la ley escrita en la Palabra como fuente de libertad y de felicidad (cf. Santiago 1,25).

El mismo Jesús, frente a la crisis que siguió a la crucifixión, condujo a los discípulos de Emaús a descubrir el nuevo sentido de su presencia y de su seguimiento, precisamente en un itinerario de escucha interpretada de las Escrituras (cf. Lc 24,13-35.44-49).

Actitudes fundamentales para practicar la *Lectio Divina*

Existen disposiciones espirituales necesarias para que la *lectio divina* sea de verdad una experiencia de amor efectiva y constante de la Palabra, y alimente la vida interior arrojando luz sobre la propia vida, a fin de orientar decisiones y apoyar la fidelidad creativa y generosa de cada cristiano. Se trata de cultivar algunas actitudes espirituales que son condiciones necesarias para una práctica fructífera de la *lectio divina*.

- **Escuchar en silencio:** crear un clima de silencio, exterior e interior. Necesitamos alcanzar la paz interior, una concentración serena, un silencio vivo.
- **Actitud de fe:** creer que la Escritura está inspirada, que en un cierto sentido, es una realidad viviente, y que la Biblia es el libro por excelencia, no un libro más entre otros.
- **La comunión con la Iglesia:** la Escritura es dada a través de la comunidad, es un tesoro de vida que se pone en manos de una comunidad viva. La Escritura se lee en la Iglesia y resuena como palabra viva en comunión eclesial.
- **Un corazón grande y bueno:** Dios nos llama a un diálogo íntimo para hablarnos al corazón. El corazón es el órgano principal de la *lectio divina*, porque allí es donde está nuestra singularidad personal. Antes de la *Lectio* es necesario pedir al Señor un corazón grande, un corazón que escuche, abierto y dócil, obediente y leal.

- **Escucha comprometida:** la Palabra debe convertirse en vida. Para hacer esto es necesario estar dispuesto a ser iluminado e interpelado por la Palabra y a conformar la propia vida a las exigencias que ella propone.
- **La invocación del Espíritu Santo:** si falta el don del Espíritu, el libro permanece cerrado delante de nosotros. Dictadas por el Espíritu Santo, sólo el Espíritu hará de nuevo comprensible las Escrituras, y vivir así la emoción personal o comunitaria del encuentro con el Dios vivo.

El ejercicio de la *Lectio Divina*: los cinco pasos

La *lectio divina* es mucho más que un método. Es un camino que incluye varios pasos a dar para tomar contacto con el Señor en su Palabra y poder responderle. Hay diferentes autores que indican sólo tres pasos y otros hasta ocho. Son diferentes modos de agrupar las acciones que se cumplen en la *Lectio*. En nuestra propuesta consideramos cinco pasos que explicaremos a continuación: lectura, meditación, oración, contemplación y acción.

1. Lectura (*lectio*)

a. Espacio, tiempo y texto elegido:

Es necesario elegir un lugar y un tiempo para practicar la *lectio divina*. Debe ser un lugar recogido y motivante para la oración, destinando un tiempo ni demasiado largo ni tan breve. En cuanto a la elección del texto puede hacerse con varios criterios: lectura continua de un libro sagrado (p.e. un evangelio); lectura temática (elijo un texto con un tema que necesito orar en ese momento de mi vida); lectura espontánea (elegir un pasaje de la Escritura al azar); lectura litúrgica (se lee el evangelio que se proclama cada domingo). En todos los casos se debe leer el texto en un ejemplar del libro sagrado: la Biblia.

b. Invocación al Espíritu Santo:

Es el preámbulo indispensable para la *Lectio*. Hacemos la señal de la cruz poniéndonos en la presencia del Señor y pedimos que su Espíritu inspire nuestra oración, abra nuestro corazón para ver y comprender qué es lo que el Señor quiere decirnos en ese momento (véanse las palabras de san Pablo en Rom 8,14-16; 26-27).

c. Lectura propiamente dicha:

Es conveniente leer y releer el texto dos o tres veces. Poner atención en las frases más importantes. Evitar apuros y ansiedades. La Palabra contiene un mensaje para mí y debo predisponerme a escucharlo. La clave de este momento es preguntarme: ¿qué dice el texto?, es decir: ¿qué afirma, qué niega, qué rechaza, qué cuestiona, qué alienta, qué desarrolla? Es un momento todavía “objetivo”. El orante todavía no se involucró en el texto. Es bueno darse cuenta del género literario empleado: ¿es un discurso?, ¿una parábola?, ¿el relato de un milagro? ¿un acontecimiento salvador? También es útil determinar los personajes intervinientes en la escena bíblica, sus acciones, reacciones y

sentimientos (mirar, oír, entrar, salir, admirarse, etc.); imaginar los lugares (un camino, la barca, la montaña, el llano, etc.); subdividir el texto en las dos o tres partes más importantes, sobre todo si es un relato largo; captar el nudo del relato y los elementos esenciales, diferenciándolos de los accesorios (para no distraerse en aspectos que dan colorido al relato pero no aportan contenido).

d. Contexto bíblico del texto sagrado:

Para comprender mejor un texto puede ser necesario ubicarlo en el contexto, es decir, ver qué se relata inmediatamente antes y después del relato en cuestión. Es muy útil leer las notas a pie de página de la Biblia que utilizemos ya que nos explica mejor nuestro relato.

e. Valores, desvalores y otros elementos permanentes:

Se trata ahora de descubrir los valores presentes en el texto: en primer lugar de Dios hacia el hombre: la misericordia y compasión de Dios, el respeto a la libertad, el consuelo y la protección, el perdón sin reservas, el amor incondicional... Luego del ser humano hacia Dios: la respuesta de fe, la alabanza, la confianza, la alegría y gratitud, la escucha y obediencia, la búsqueda de su Voluntad... También del ser humano a otro ser humano: la justicia, el respeto, el cuidado y protección a los pobres, el diálogo, la amistad, la hospitalidad...

f. El paso al siguiente peldaño

Una vez que leí con atención el texto y puedo claramente responder “qué dice”, entonces puedo pasar al siguiente momento.

2. Meditación (*meditatio*)

Mientras la lectura pudo responder a la pregunta: ¿qué dice el texto?, la meditación intentará descubrir ¿qué me dice a mí? ¿Qué me dice hoy Dios a través del texto? Quizás en otro momento de mi vida el mismo texto me hubiera dicho algo distinto, pero la Palabra de Dios es viva y eficaz cuando la escucho “desde” la situación y momento en la que me encuentro. No se trata de una reflexión intelectual del texto sino una escucha abierta y sincera de lo que Dios me dice hoy. La meditación implica concretamente dialogar con el texto: ¿Qué me dice este texto en mi situación actual? ¿Qué me cuestiona? ¿Qué cambio me propone? ¿A qué desafíos me invita? ¿Cómo estoy viviendo los valores que me propone este relato? ¿Qué desvalores del texto encuentro en mí?

Cuando siento que mi corazón ha escuchado y comprendido, entonces estoy preparado para pasar el siguiente paso: la oración.

3. Oración (*oratio*)

Ahora la meditación se transforma en oración de un modo más explícito. ¿Qué le respondo al Señor después de haberlo escuchado? Puedo hacerlo con mis propias palabras, con alguna oración

conocida que leo cordialmente, con un salmo, una poesía, un canto litúrgico... Puedo preguntar a Dios lo que quiero, pedir perdón, dar gracias, alabarlo, suplicar, ofrecer, interceder...

Una vez que siento la necesidad de silenciarme y simplemente guardar en mi corazón lo que vi y comprendí, paso al siguiente momento.

4. Contemplación (*contemplatio*)

Este momento reduce al mínimo toda actividad de la inteligencia, memoria o voluntad. Ya no es necesario preguntar, decir algo o pensar un tema. Basta reposar en el Señor. Lo primero que hay que decir es que la contemplación es un don de Dios. A diferencia de los pasos anteriores, éste no es fruto de mi voluntad y empeño. Es la gracia de ver y comprender lo que Dios quiera revelarme en esta *lectio divina*. Quizás ayude el pasar interiormente de “lo que” me dice el texto a “quién” me lo dice, y posar la mirada del alma en el Señor: en su amor por mí y por todos los hombres. Disponerme sin apuro a su consuelo y liberar mis sentimientos hacia él. Santa Teresa definía la oración como “pensar en Dios amándolo”. La contemplación es un momento afectivo más que reflexivo. Es imprescindible ya que la oración es un encuentro amistoso y cálido con el Señor.

5. Acción: llevar la Palabra a la vida

El que escucha la Palabra de Dios y la pone en práctica es el que da fruto, dice la parábola del sembrador. La lectura orante o *lectio divina* es un tiempo destinado a dejarse sembrar por Dios, a dejarse fecundar por su Palabra. La resultante de una *Lectio* bien practicada es llegar a una respuesta de vida al Señor, generosa y sincera. Será necesario hacer algún propósito, pero no exagerado, idealista o voluntarista. Un compromiso vivible, sencillo y pequeño. Al hacerlo será necesario invocar la gracia de Dios. Ella nos hace generosos y nos liberar de miedos y comodidades. Si al comienzo de la oración invocamos al Espíritu Santo para disponernos a la escucha, ahora culminamos la *Lectio* pidiendo la gracia del mismo Espíritu para poder vivir lo que el Señor nos inspiró.

Será oportuno cerrar el tiempo de oración con un saludo afectuoso y sincero a Dios en cuya presencia estuvimos, y signarnos con la señal de la cruz.

Esquema resumido de los pasos de la Lectio Divina

LECTURA	<ul style="list-style-type: none">• Leo el texto bíblico con la pregunta de fondo: ¿Qué dice el texto?• Hago la composición de lugar notando lo más significativo• Dios habla en su Palabra
MEDITACIÓN	<ul style="list-style-type: none">• Nos apropiamos del texto bíblico: ¿Qué me dice?• Confronto el texto con mi vida• Dios me habla aquí y ahora
ORACIÓN	<ul style="list-style-type: none">• Primera respuesta a Dios: ¿Qué le digo?
CONTEMPLACIÓN	<ul style="list-style-type: none">• Se unifican todos los pasos: Silencio para interiorizar la Palabra• Nos dejamos inundar por la presencia de Dios, esperando gozar del don de su luz.
ACCIÓN	<ul style="list-style-type: none">• Desafío: Llevar la Palabra a la vida• Segunda respuesta al Señor. Asumimos un compromiso de obrar según la voluntad de Dios que he discernido en su Palabra, en el contexto de mi propia realidad actual

Para resolver algunas dificultades en la Lectio Divina

PASO	POSIBLE DIFICULTAD	POSIBLE SOLUCIÓN
Introducción a la Lectio Divina	<ul style="list-style-type: none"> • Estado de preocupación y agitación • Perder tiempo buscando el texto bíblico • Querer dar un fin utilitario al momento de oración 	<ul style="list-style-type: none"> • Serenarse respirando pausadamente sin apurarse a comenzar y tomar conciencia de la presencia del Señor • Determinar el texto con antelación • Pedir a Dios desinterés y gratuidad para orar.
Lectura	<ul style="list-style-type: none"> • Aburrirse o distraerse porque el texto es muy conocido • No comprender el texto 	<ul style="list-style-type: none"> • Priorizar la realidad espiritual de este nuevo encuentro con el Señor por más que el texto sea conocido • Atender al contexto del texto: ¿qué hay antes del mismo? ¿y después? Mirar las notas de la Biblia y las introducciones. Atender a las palabras claves.
Meditación	<ul style="list-style-type: none"> • El texto no nos dice nada a nosotros o se lo aplicamos al vecino • Desconcentración, distracción 	<ul style="list-style-type: none"> • Releerlo en primera persona: Dios me habla a mí. • Volver a leerlo atendiendo a las palabras claves
Oración	<ul style="list-style-type: none"> • Silencio árido, sequedad • Excesiva abundancia de palabras 	<ul style="list-style-type: none"> • Mantenerse en calma y en paz. Rumiar lentamente una sola palabra o frase. • Convertir en oración el mensaje central, la palabra clave y rumiarlo lentamente
Contemplación	<ul style="list-style-type: none"> • Temor al subjetivismo o a la ilusión • Sueño, letargo o modorra 	<ul style="list-style-type: none"> • Confianza filial con Dios y transparencia para confrontar después con mi acompañante espiritual • Ponerse de pie y caminar un rato • Elegir la hora más conveniente según mi biorritmo