

LA LECTIO DIVINA Y SUS PASOS

1-. ¿QUÉ ES LA LECTIO DIVINA?

La expresión Lectio Divina procede del Latín y significa: “lectura de Dios”, “lectura divina”, y expresa una práctica usada por los monjes pero que poco a poco se va difundiendo entre muchos cristianos: la lectura orante de la Biblia. Se trata de una manera de profundizar en la Escritura, no tanto desde el estudio sino desde la oración, para llegar a un encuentro personal “de tú a tú” con Dios.

Es una forma de entrar en conversación (o diálogo) con Dios, quien nos habla a través de la Palabra, y nosotros le respondemos. Decía San Jerónimo que “desconocer las Escrituras es desconocer a Cristo”, por eso estamos invitados a conocer a Dios a través de sus palabras, de su Palabra. No es un “método de relajación” o de “evasión”. Por lo tanto, para practicarla, hemos de tener claros algunos principios fundamentales:



- Verdaderamente Dios nos habla a través de la Biblia.
- Dios habla a través de toda la Biblia, cada pasaje debe leerse dentro del conjunto de toda la Biblia, no debemos sacarlos de su contexto.
- La Lectio supone que el que lee la Biblia tiene fe, leemos la Biblia desde nuestra fe en Jesucristo, vivo en medio de nosotros.
- La lectura individual es imprescindible para hacer una lectura comunitaria. Se busca el crecimiento personal, leer juntos tiene como fin enriquecernos mutuamente.

Más que un método, la Lectio Divina es un “camino” ya que no se trata de una técnica como si habláramos de una receta. Decimos que se trata de un camino porque cada uno lo realiza vivencialmente. El camino y la meta son Cristo mismo, y por él vamos ascendiendo hasta Dios. A medida que avanzamos, pasamos por cuatro fases, que son cuatro actitudes básicas del creyente que desea seguir a Cristo conociendo su palabra (lectura), aprendiendo a vivir

como Él vivió (meditación), suplicando fuerza y luz para sus pasos (oración) y trabajando por la venida del Reino de Dios al mundo (contemplación).

2-. ¿CUÁL ES EL CAMINO QUE SIGUE LA LECTIO?

Fue un monje cartujo del S. XII, llamado Guigo, quien nos describió este proceso con estas palabras: “cierto día, durante el trabajo, al reflexionar sobre la actividad del espíritu humano, de repente se presentó a mi mente la escalera de los cuatro peldaños espirituales: **la lectura, la meditación, la oración y la contemplación**. Esa es la escalera por la cual los monjes suben hasta el cielo. Es cierto, la escalera tiene pocos peldaños, pero es de una altura tan inmensa y tan increíble que, al tiempo que su extremo inferior se apoya en la tierra, la parte superior penetra en las nubes e investiga los secretos del cielo”.



Por eso, se presenta esta lectura como una escalera de cuatro peldaños: Lectio (lectura), Meditatio (meditación), Oratio (oración) y Contemplatio (contemplación), cuatro pasos, que son la estructura del método:

CONTEMPLACIÓN

ORACIÓN

MEDITACIÓN

LECTURA

En este proceso cada paso nace del anterior. Ciertamente cuando uno está empezando a practicarlo, se sube cada peldaño de forma consciente, pero a medida que el orante se familiariza con este método, se va realizando el proceso automáticamente pasando de uno a otro como el día sucede a la noche: de forma gradual. Pero antes que nada, cuando se va a dedicar un rato a hacer Lectio Divina, hay que buscar un espacio con el adecuado silencio que facilite la oración, un



lugar donde uno pueda estar ese rato cómodo, y sabiendo que se dispone del tiempo suficiente para poder llevar a cabo todo el proceso. Es fundamental ese primer momento para que haya una “ruptura” con el ritmo de la vida ordinaria de modo que se pueda estar a la escucha de la Palabra, este esfuerzo por “desconectar” es, a veces, lo más costoso. Entre las disposiciones del lector-orante debe haber: fe y apertura al Espíritu, pureza de corazón, docilidad, espíritu de oración, conversión continua, comunión con la Iglesia. Al comienzo, pues, pedimos el Espíritu Santo, el mismo Espíritu que descendió sobre los apóstoles, haciendo posible su comprensión y aceptación de Jesús (Jn 16,13). Él viene sobre nosotros para que la Palabra sea engendradora de vida y verdad.

3-. LOS CUATRO PASOS.

Lectio – lectura: ¿qué dice el texto?



La Biblia no es un libro anticuado e insignificante para nuestra vida, sino actual y significativo. Tiene mucho que decirnos sobre nosotros mismos, sobre el mundo y sobre el momento histórico que vivimos. Pero para descubrir la unión entre esa Palabra, escrita hace siglos, y nosotros, hemos de leer de forma constante y continua, perseverante y diaria la Biblia, hasta familiarizarnos con ella.

La lectura busca la dulzura de Dios, y como es el punto de partida, debe hacerse con atención y respeto. Es mejor comenzar con pasajes de la Escritura que ya conozcamos porque existe el riesgo de dejarnos llevar por la curiosidad (que a veces puede ser una forma de pereza) y emplear la mayor parte del tiempo en leer, en vez de orar. Una vez escogido el texto, se trata de leer y releer el texto, identificando los personajes y la acción, preguntándose por el contexto y los destinatarios, para averiguar qué es lo que el autor quiso decir. Una ayuda puede ser ir marcando con lápiz las palabras o frases que quiero destacar (Por ejemplo: Interrogación: duda. Subrayado: algo importante. Exclamación: punto para la meditación. Asterisco: tema para la oración.

Palabra al margen: Compromiso. Etc.) No se trata de un estudio en profundidad, pero si es bueno hacerse alguna de las siguientes preguntas:

¿Es un relato, un poema, una enseñanza, etc.? ¿Dónde se sitúa el pasaje bíblico: época, lugar, motivo, etc.? ¿A quienes les escribió el autor? ¿Qué nos dice sobre Dios? ¿Nos habla algo acerca del mundo de entonces, o de la historia, o de las personas? Etc. Se trata de conocer lo que dice ese pasaje bíblico, no de lo que yo pienso o de lo que me han comentado. Es decir: ¿Qué dice el texto en su contexto?



No hay una norma fija para saber cuando se pasa al siguiente momento, la meditación, pero cuando ya se ha dedicado un rato suficiente para tener una idea clara del texto y sentimos el deseo de saborear el pasaje, debemos hacerlo.

Meditatio – meditación: ¿Qué me dice a mí?

Por la meditación se penetra en el fruto que la letra nos ha mostrado, nos ayuda a descubrir el sentido que el Espíritu quiere comunicar hoy al creyente, a la Iglesia, a través de los diversos pasajes de la Biblia. Lo fundamental sería llegar a comprender “¿Cuál es el mensaje que este pasaje tiene para mí? ¿O para nosotros?

Esto se realiza “rumiando”, masticando, la Palabra en nuestro interior de modo que pase de la boca al corazón. Por ello es bueno resumir lo que hemos leído en una frase para repetirla en este momento, y quizás luego durante toda nuestra jornada, como una gota de agua que cae constantemente sobre la roca hasta horadarla, así debe caer la Palabra de Dios hasta penetrar el corazón endurecido como pedernal y lograr transformar nuestra persona. En este proceso, lento pero real, es el Espíritu, presente verdaderamente en la Palabra, el que realiza esa transformación.



Es aquí donde se establece el diálogo entre lo que Dios nos dice en su Palabra y lo que sucede en nuestra vida. Se medita reflexionando, nos pueden ayudar algunas preguntas como estas: ¿Qué diferencias y parecidos hay entre lo que estoy leyendo y mi vida? ¿Qué cambio debiera haber en mi vida? ¿Qué debería crecer en mí? Etc.

Cuando se hace comunitariamente, la búsqueda en común hace surgir el sentido eclesial de la Biblia, fortaleciendo en todos la fe. Cuando ya vemos claro lo que Dios nos pide, también aparece clara nuestra propia incapacidad, nuestras debilidades para hacer lo que la Palabra nos está sugiriendo. Ese es el momento de pasar a la Oración, de pedir a Dios su ayuda para que podamos responder.



Oratio – oración: ¿qué me hace decirle a Dios?

La oración, provocada por la meditación, comienza con una actitud de admiración silenciosa y de adoración al Señor; es la segunda parte del diálogo que iniciamos con la meditación, y la pregunta que nos motiva en este momento sería algo así:

¿Qué me inspira decirle a Dios el pasaje que he meditado?

Si hasta ahora habíamos escuchado a Dios, ahora esa escucha nos mueve a dirigirnos a Él. En la oración entran en juego el corazón y los sentimientos. En este momento especialmente dedicado a la oración, el creyente responde a Dios, movido por el Espíritu. Es una respuesta profundamente nuestra, que se expresa en la súplica, la alabanza, la acción de gracias, la queja, etc. Quizás nos pueda inspirar rezar alguna oración que ya conocemos, un salmo, etc. Para pasar, por último, a la contemplación no hay un momento claro.

Contemplatio – contemplación: ¿A qué conversión me invita?



La Contemplación es el punto de llegada de la Lectio Divina; es la actitud de quien se sumerge en lo meditado para descubrir y saborear en los acontecimientos la presencia activa de Dios a través de su Palabra. Además, nos invita a comprometernos con la transformación de la

historia que la Palabra de Dios provoca. Envés de ser una evasión de la realidad, es una profundización en lo profundo de ella para descubrir cómo colaborar con Dios en su designio de Salvación para la humanidad.

Podríamos entender la contemplación como “un retorno al Paraíso perdido”, como un gusto y dulzura experimentados en el corazón de quien hace de la Palabra de Dios el único punto de referencia de su vida. Pero hay que cuidar de que esta práctica no nos lleve a una piedad aislada de la vida real.

También podemos entenderla como una nueva manera de ver, observar y analizar la vida, los acontecimientos y la historia personal y colectiva: mirar al mundo desde los ojos de Dios. De aquí brotará el compromiso por insertarnos en nuestro mundo y colaborar con Dios en su transformación.

4.- OTROS PASOS EN LA LECTIO DIVINA: STATIO – DISCRETIO – COLLATIO – ACTIO – RUMINATIO

Muchas veces se ha añadido a estos cuatro pasos clásicos algunos más: por ejemplo, a los preparativos se le ha denominado Statio (preparación) y se trataría de estar a la espera, ponerse a la escucha, disponerse interiormente haciendo silencio. Más conocido es el quinto paso: Actio – acción: se trata de recordar lo último que comentábamos anteriormente: la escucha orante de la Palabra de Dios debe llevarnos al compromiso, a que en la vida cotidiana se refleje lo que hemos orado. También se habla de una Ruminatio – acción de rumiar: se trataría de sacar una frase, o una palabra del rato de oración para ir repitiendo a lo largo del día, que nos vaya recordando lo orado y nos facilite el propósito de llevar a la acción nuestra Lectio. Algunos han intercalado otros pasos entre la Contemplación y la Acción: Discretio – discernimiento: que es tratar de distinguir cual es la voluntad de Dios. Y también la Collatio – intercomunicación: cuando se dialoga con otros la propia respuesta a la Palabra. Pero estos dos pasos de alguna manera ya estarían también incluidos en los que hemos visto; sobre todo lo que quiere darse a entender es que no se

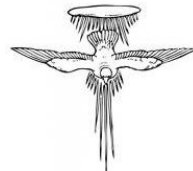


utilice la Lectio como un ejercicio de individualismo sino que nos lleve al compromiso. Por eso, para no complicarnos, como método clásico nos quedamos con los cuatro pasos ya expuestos.

5-. ACTITUDES NECESARIAS.

Son necesarias unas disposiciones interiores para que este método de fruto, podemos destacar tres:

Escucha: es necesario acercarse a la Palabra de Dios con reverencia y actitud atenta. Se suele recordar el pasaje en que Moisés, ante la zarza ardiente, contempla y Dios le dice: “descálzate porque el lugar que pisas es sagrado” (Ex 3, 1-6). La Palabra de Dios es para nosotros, como la zarza, un misterio atrayente. Pero hemos de acercarnos “descalzándonos” de todo aquello que nos impide acogerla como merece (ruidos, prisas, preocupaciones, etc.).



Compromiso de vida: La Lectio Divina requiere una armonía entre lo que oramos y lo que vivimos. Es la decisión radical y constante de vivir según el Evangelio, de seguir a Jesús como discípulos. Si esto no lo tenemos claro y queremos hacer compatible la fe con una vida desordenada, la Lectio no puede dar ningún fruto.

Perseverancia: Nosotros somos impacientes y queremos ver en seguida los resultados, pero Dios tiene una pedagogía más pausada. La Palabra leída, meditada, orada y contemplada es en nosotros como una semilla que da fruto de forma misteriosa, según los planes de Dios. Por eso la Lectio requiere que le dediquemos asiduamente un tiempo exclusivo.

La lectura comunitaria facilita este aprendizaje, nos ayuda a perseverar, nos ilumina los pasajes que nos resultan más costosos, etc. Además, el grupo de creyentes que frecuentemente escuchan juntos la Palabra de Dios es expresión de la Iglesia. Esta palabra viva y eficaz nos impulsará a vivir según las enseñanzas de Jesús y a ser presencia suya en medio del mundo.

6-. ALGUNOS RIESGOS A TENER EN CUENTA:

Asilamiento – individualismo: Ya se ha dicho que un peligro es el aislamiento. Nuestra oración no es una búsqueda artificial de paz, no se trata de un método de relajación. Nuestra oración proporciona paz porque Cristo da la paz que el mundo no puede dar, pero al mismo tiempo nos impulsa al compromiso con la transformación de nuestro mundo. El Objetivo de la Lectio Divina no es conducir al lector-orante cristiano a una piedad intimista, individualista, encerrada en “su gozo del Señor”, sino el de guiarlo a través de un itinerario espiritual que le identifica con Cristo y le abre a la misión en el mundo.

“Esoterismo”: También existe la tentación de ser tan originales que de la lectura bíblica lo que busquemos sea encontrar “mensajes ocultos” o ideas contrarias a la doctrina de la Iglesia. No nos engañemos, el contenido de la fe no va a cambiar, lo que creemos recoge la esencia de la Revelación, y por lo tanto, del mensaje de la Biblia. Lo que sí pretende conseguir este método es hacer viva en nosotros la presencia de Dios, entrar en diálogo con Él, alentarnos en nuestro compromiso cristiano, familiarizarnos con el tesoro que encierra la Biblia y, en definitiva, conseguir que el Espíritu Santo sea quien mueva nuestra vida.



Inconstancia: Por último, ya se ha apuntado que otro riesgo es la falta de perseverancia. Hay personas como los monjes, pero también muchos seglares y sacerdotes, que llevan docenas de años practicando la Lectio, seguramente no se les notará de una forma muy espectacular, seguramente pasan desapercibidos ante tanto ruido que se hace en nuestro mundo. Pero cuando uno tiene ocasión de tratar con alguno de ellos puede descubrir que ahí hay un verdadero creyente, con una fe fuerte, y con capacidad de transmitir a Dios. Esto no se logra con una semana, un mes o un año, sino con la idea de realizar esta práctica con la misma cotidianidad con que uno se asea, come o respira.

Fuente: <http://6865.blogcindario.com/2008/11/06406-que-es-la-lectio-divina-y-sus-pasos.html>

RESUMEN MÁS PRÁCTICO DE LA LECCIO DIVINA.

Antes de leer algún texto de la Biblia ora al Espíritu Santo, para que abra tu entendimiento y puedas entender y comprender lo que Dios te quiere decir.

1. LECTURA: ¿QUÉ DICE EL TEXTO?



- * Leer y releer atentamente, hasta que hayas entendido bien todo su contenido.

- * Caer en la cuenta de: las indicaciones de tiempo y lugar; los personajes y sus acciones; los verbos que más se repiten, la palabra o palabras clave; las repeticiones; los campos semánticos (sinónimos y antónimos); a qué

otros textos de la Escritura hace referencia (textos paralelos); palabras o frases "bisagra" -es decir, que sirven para conectar un texto con otro, situación del texto en el conjunto del libro. Puedes subrayar también lo que más te llame la atención.

2. MEDITACIÓN: ¿QUÉ ME DICE EL TEXTO A MÍ/A NOSOTROS?

* Cae en la cuenta de las diferencias y semejanzas existentes entre la situación del texto y la nuestra.

- ¿Qué conflictos del pasado existen todavía hoy?

- ¿Cuáles son diferentes?

- ¿Qué mensaje transmite el texto para mi situación actual?

- ¿Qué cambio de comportamiento reclama de mí?

- ¿Qué quiere hacer crecer en mí, en nosotros?

- ¿En qué sentido esta Palabra es buena noticia para mí?

* Intenta resumir el mensaje en una palabra o frase. Repítela interiormente con atención.



3. ORACIÓN: ¿QUÉ NOS HACE DECIR EL TEXTO A DIOS?



La ORACIÓN es un recurso que se propone para que a partir de la Palabra, se aplique el mensaje que ella transmite a mi realidad, buscando identificarme con el mensaje que transmite. La oración surge de modo espontáneo como súplica, acción de gracias, alabanza, petición de perdón o intercesión.

4. CONTEMPLACIÓN: ¿QUÉ ME HACE DECIRLE AL SEÑOR

La contemplación es buscar que la experiencia que ha tenido el escritor sagrado, al comunicarnos el texto revelado, se actualice mí a partir de lo que fue conocido. Es conocer vivencialmente al Señor no sólo intelectualmente, sino adentrándose en el corazón de Dios, buscando conocer aquello que se conoce y se intuye a partir del texto.

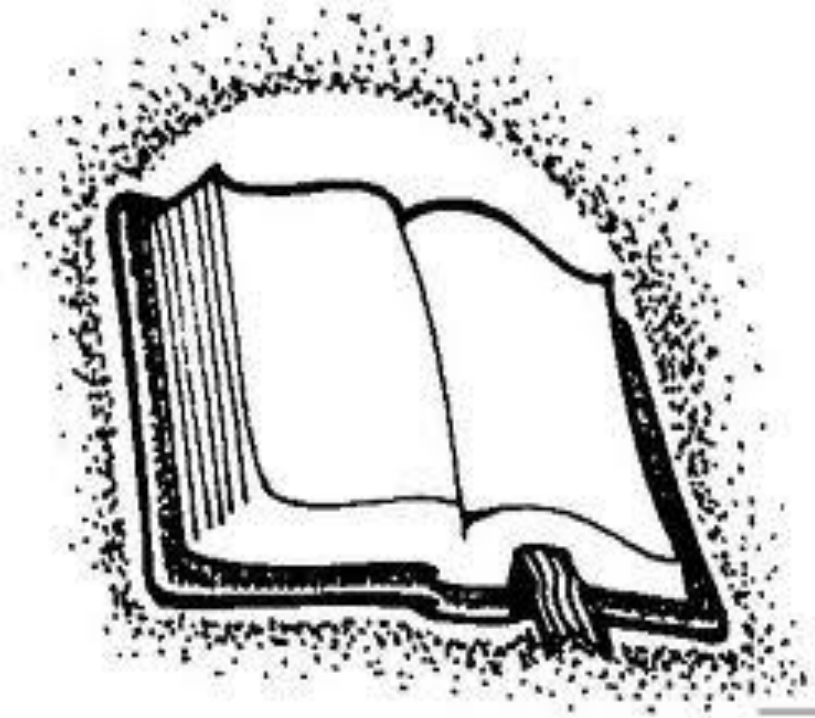
5. ACCIÓN: ¿CÓMO CAMBIA EL TEXTO MI MIRADA?



¿Qué compromisos concretos me hace adquirir para que se realice el Reino de Dios y su justicia?

Siempre es bueno recordar que la Palabra del Señor no es sólo para ser conocida, sino que ella debe ser hecha vida (Mt 7,21), y debe ser el fundamento de nuestras actitudes y de nuestros gestos (Mt 7,24-27), porque son bienaventurados: “...*los que escuchan la Palabra y la ponen en práctica...*” (Lc 11,28). Esto es el fundamento del quinto paso de la Lectio Divina, el actuar, el vivir, el hacer vida aquello que fue reflexionado y rezado.

**QUE TU PALABRA SEÑOR, SEA LUZ PARA MI
VIDA...**



Pbro. Luis Rocha.