

LA LECTIO DIVINA

INTRODUCCIÓN A LA LECTIO

La lectio divina es según la tradición recibida, la Biblia, la lectura–escucha orante la palabra de Dios. Sería: un ejercicio ordenado y metódico de escucha personal de la palabra de Dios.

Ejercicio quiere decir algo activo, no pasivo. Exige esfuerzo. Movimiento. Implica. Compromete.

Supone un entretenimiento constante .

Ordenado y metódico: con su propia dinámica interna. Con una metodología sencilla, experimentada. Avalada por una rica tradición de orantes. El método se aprende con constancia, entrenándose, con repetición de actos. Supone atención, disponibilidad para recibir el Don de la Palabra.

Escuchar supone atención, disponibilidad, apertura, silencio personal. Es esta una actividad del individuo, de cada creyente, aunque sin excluir una escucha de la palabra grupal o comunitaria.

De la palabra de Dios. No se trata de palabras sobre Dios, de discursos o ideas sobre Dios. Sino de Palabra de Dios. Dios puede hablarnos de muchas maneras. Es el mismo Dios quien se pronuncia en nuestra historia personal. Éste método es una herramienta, un instrumento para penetrar la Palabra de Dios. Se trata de ir adquiriendo las disposiciones interiores y exteriores que nos permitan descubrir la Voluntad de Dios para nuestra vida, dicha por el mismo Dios.

Como ejemplo tenemos a María , la vida fiel a la Palabra. Ella escuchó atentamente, en profundo silencio, con entera disponibilidad. Por eso pudo hacer suya la expresión de los amigos de Dios : *Hágase en mi según tu palabra.*

ITINERARIO. ESQUEMA

- STATIO (preparación)
- LECTIO (lectura)
- MEDITATIUM (meditación)
- ORATIUM (oración)
- COMTEMPLATIO (contemplación)
- DISCRETIO (contemplación)
- COLLATIO (intercomunicación)
- ACTIO (respuesta)

La palabra esperada.

Estoy a la espera. Me pongo a la escucha. Disposición interior. Silencio.

En este momento hay que liberar la mente y el corazón, la cabeza de las manos, de todo lo que molesta y distrae.

Hay que dejar las cosas que nos traemos entre manos, dejar las preocupaciones para ocuparse en la escucha de la palabra.

- Pedir luz y fuerza : Luz para ver lo que la palabra nos trae. Luz para ver la vida con ojos nuevos. Luz

y fuerza para que la vida se integre armoniosamente con la fe. Pedid fuerza y luz para que la palabra resuene en el cotidiano vivir.

- Cerrar la puerta: Entrar dentro de si. Silencio, paz, sosiego. Es el encuentro en intimidad.
- Hacer silencio: Silencio interior y exterior. Silencio de las cosas, de uno mismo, del propio corazón para llegar al día vivo con Dios. Busca un sitio tranquilo. Respira profundamente, sin prisas, con profundidad. Siente la calma y cuando todo esté callado espera con fe.

Leer bien es escuchar en profundidad.

Hablamos de lectura propiamente dicha, este paso tienen mucha importancia. Hay que leer bien. Hay que aprender a leer la escritura. Se nos pide una lectura repasada, sin prisas. Que las palabras no resbalen superficialmente como el agua sobre la piedra. Dar tiempo para que vayan calando hasta lo hondo.



María es testigo en este tercer paso, es un ejemplo luminoso de actitud meditativa. Guardaba todas esas cosas en su corazón

No se trata de pensar sobre Dios, no se trata de tener ideas sobre Dios. Se trata de ir descubriendo los efectos (tristeza, alegría, sorpresa, desconcierto, llamadas al perdón, a las conversión...) que la palabra genera en mi corazón, porque está de honor no consiste en pensar mucho, sino en amar mucho.

COMO HACER LA MEDITACIÓN

Interioriza, medio las palabras leídas, reflexionadas. Desde la mente pasan al corazón.

No se trata de generar ideas, ni imágenes. Repite el texto muy despacio, haz oración de eco con la expresión que más te ha llamado la atención .

Si te distraes, no importa. Es normal al principio. Pero es muy importante que rompas la distracción con la palabra. Vuelve a leer el texto. Repite tu frase. Llega hasta casi memorizarla. Que todo su ser se centre en ella.

No fuerces ningún sentimiento, no tengas prisa... Dios te responderá. Dios hablará. Hay tiempo para todo.

PARA MEDITAR BIEN CONSIDERA LA PALABRA COMO:

& **Agua:** déjala que penetre en tu tierra, dale tiempo como si lluvia o rocío; si profundizas llegarás allí , donde nace el manantial.

/i> amasa la palabra con el pan de cada día, con las preocupaciones, problemas, angustias, esperanzas cotidianas.

> en el que tenemos que mirarnos. Nos ponemos delante con lo que somos, lo que tenemos y lo que queremos.

&Espada: si te hieres o te duele por dentro es buena señal, significa que no te andas por las ramas.

ALGUNAS PREGUNTAS

- ¿Qué significa para mí? ¿Por qué me importan? ¿qué siento yo? ¿cómo me siento yo? ¿qué me sugiere? ¿qué me pide? ¿Qué me exige?

La esencia de la oración es la acción de Dios que trabaja en nosotros y eleva todo nuestro ser hacia ello.

Es Dios, ahora, el protagonista, hay que estar atentos, hay que vigilar para descubrir lo que él pone en nuestro corazón.

La palabra del Señor, engendra la luz y el fuego, enciende nuestras palabras.

La oración no es funcional, comercial o utilitarista. Es gratuita, tiene sentido en si, en si se justifica. No es para alcanzar nada, es amistad gratuita.



Estamos en la cima de la montaña. Es el punto más alto. O quizá en el más profundo y hondo de la existencia. La mirada de la contemplación penetra y traspasa la superficie de las cosas y de la historia. Descubre su sentido profundo y último.

Delante de Dios en un instante, pierde la noción del tiempo. Percibe la unidad entre pasado, presente y futuro. Vislumbra el proyecto de Dios, toca el misterio de Dios, descubre el amor de Dios que te inunda de alegría. Y cae de rodillas. Es un Don de Gracias concedido a la actitud humilde del hombre que espera Guido de Catojo en una frase que dice:

Llamad orando y se os abrirán por la contemplación Por lo tanto la contemplación es un juego de mirar y sentirse mirado

La complejidad de las situaciones en que está llamado a vivir y a obrar el creyente le impone una auténtica consideración de los impulsos, emociones que le induce a determinadas opciones.

Dios a creado a cada ser humano como ser único, irrepetible, original. Cada seguidor de Cristo vive su vida en unas coordenadas distintas en el mundo y en la Iglesia. Dios respeta esta originalidad y respeta la libertad humana. La respuesta es personal y madura y se construye libremente en el discernimiento personal.

La decisión pende de nuestra libertad. La pregunta de discernimiento es: ¿Qué tengo que hacer con mi vida para responder a lo que voy sintiendo en mi corazón? ¿ Y éste hacer decidido desde mi libertad me conduce a amar más y mejor en mi vida cotidiana?

Debemos llegar a distinguir a cuál es la voluntad de Dios lo bueno, lo agradable, lo perfecto (Rm 12,2).

Volvemos al trabajo reflexivo, al análisis de la realidad de mi situación personal, sin prisas, sin crispaciones... Concluyendo no en lista de compromisos sino en procesos largos, caminos por recorrer. Discernimiento sería el interpretar o reinterpretar, leer, o releer la palabra de Dios en la situación concreta en que uno se encuentra. Es Dios que me habla aquí y ahora.

A la hora de responder a la palabra sé que no estoy sólo . Puedo y debo compartir con otros las palabras.

Discernir es dialogar, dejarme acompañar por mis hermanos y la primera exigencia del amor es la escucha atenta.

Se trata de un acompañamiento personal o maduro que se abre a:

&Al hermano que tiene más experiencia de Dios y que por sus palabras y estilo de vida expresa un buen saber sobre las cosas de Dios.

A los hermanos, a la comunidad con los que se comparte lo encontrado, con los que se encarna la palabra en la vida cotidiana. Ellos conocen mi quehacer diario, mis diversiones, mis gastos y salidas... Ellos pueden descubrir mis engaños... Ellos me enseñan a amar.

A los hombres, a sus necesidades, sobre todo los más pobres que me necesitan, que me invitan a responder, que quieren mi presencia... Ello me enseña a desplegar mis necesidades de amar.

Llegamos al puente o paso desde la lectio a la vida cotidiana. La palabra de Dios escuchada desde la fe y con fe hace que poco a poco Cristo mismo que es la palabra viva de Dios nos configure a su imagen y semejanza.

Si la lectio hemos aprendido a estar con Dios, ahora vamos a saber si nuestro amor a los hermanos en la vida cotidiana es efectivo. No se trata de cosas grandes. La grandeza del amor consiste en el pequeño detalle, en la atención delicada, en la escucha silenciosa, en dar lo que yo no pienso, no lo que creo compromiso para mí, sino lo que la otra persona requiere para crecer.

Una lectura de la palabra sin compromiso se convierte en lectura alienante y alineadora.

El Culmen de la contemplación es la evangelización. Es decir; la capacidad de brindar a otros el tesoro descubierto; la decisión y empeño de ofrecer a otros la misma agua viva que ha transformado nuestra vida.

- Habla Señor que yo te escucho
- Escucha, Señor, que yo te hablo
- A Ti levanto mis ojos
- ¿ Qué quieres Señor, qué haga?
- Hágase en mí, según tu Palabra

La lectura lleva alimento sólido a la boca,

la meditación lo parte y lo mastica,

la oración lo saborea,

la contemplación es la misma dulzura,

que da gozo y recrea.

GUIDO DE CARTUJO

Aprende a conocer el corazón de Dios y las palabras

en las palabras de Dios

SAN GREGORIO MAGNO

El orante se apropia de la palabra leída. La palabra de Dios se hace palabra mía, que vuelve a Dios en forma de oración.

No os pido ahora que penséis en él, ni que saquéis muchos conceptos

ni que hagáis grandes y delicadas consideraciones con vuestro entendimiento

no os pido más que le miréis

STA TERESA DE JESÚS

No os fiéis de todo espíritu, sino, examinad los espíritus, a ver si son de Dios

I Jn 4,1

Escuchad la voz de Dios es imposible sin escuchar a los demás particularmente el grito de los oprimidos, de los marginados, de los pobres despreciados, de los enfermos, de los ancianos...

B. HÄRING

La respuesta es:

Acción, compromiso, testimonio.

-