



# LECTIO DIVINA

LECTURA ORANTE DE LA BIBLIA



Sociedades  
Bíblicas Unidas

# INTRODUCCIÓN

**Lectio Divina es una expresión latina que literalmente significa «lectura de Dios».**

**Es una frase muy antigua que busca expresar lo que el subtítulo que aquí la acompaña nos señala: «lectura orante de la Biblia».**

**Se trata de acercarnos a la Biblia, a la Palabra de Dios, no por simple curiosidad o por mero estudio, sino para orar con ella, rezar con sus textos, en definitiva, dialogar y crecer en intimidad con el mismo Dios que habla hoy en la Sagrada Escritura.**

**Desde épocas antiguas, los maestros judíos enseñaban a los demás a reflexionar con el texto sagrado, para escuchar a Dios y poder así responder religiosamente a las distintas circunstancias de la vida.**

**Jesús mismo, cuando presenta su ministerio en el Evangelio según san Lucas, utiliza un texto del libro de Isaías aplicándolo a su propia vida: «Hoy mismo se ha cumplido la Escritura que ustedes acaban de oír» (Lc 4.21). En tiempos posteriores, con el desarrollo de la novedad de la Encarnación del Hijo de Dios, Jesucristo Señor y Salvador, la primitiva comunidad cristiana profundizó esta lectura espiritual de la Biblia. Fue más tarde, en el marco de la vida de los monjes, cuando esta práctica de «lectura orante» recibió el título «oficial» de Lectio Divina.**

**Desde allí, se fue extendiendo a la vida de todos los creyentes en las diversas comunidades cristianas, no sin marchas y contramarchas. En la actualidad se ha convertido, gracias a Dios, en una práctica recomendada, estimulada y enseñada por los pastores, coordinadores, catequistas y dirigentes de la Iglesia.**

# DEFINICIÓN DE LA LECTIO DIVINA

Muchos autores de espiritualidad, antiguos y actuales, dan diversas definiciones de Lectio Divina. Algunas son más concisas y sucintas, otras más amplias y desarrolladas.

Todas son útiles y se complementan. El Papa Benedicto XVI, en su mensaje anual a los jóvenes, en febrero de 2006, les dijo: «Una vía muy probada para profundizar y gustar la Palabra de Dios es la Lectio Divina, que constituye un verdadero y apropiado itinerario espiritual en etapas». Es una frase escueta pero clara y precisa. Parte de lo que es el objetivo de la Lectio Divina: «profundizar y gustar la Palabra de Dios», para luego señalar lo que sería la definición en sí: «un verdadero y apropiado itinerario espiritual en etapas».

Es importante tener presente estas reflexiones de Benedicto XVI. Para los creyentes representa un gran desafío. En primer lugar se nos invita a profundizar y gustar la oración con la Escritura, sabiendo que la Escritura es nada más y nada menos que la misma Palabra de Dios que nos interpela, nos corrige, nos anima, nos desafía, nos consuela y nos lleva al encuentro íntimo con el mismo Señor Jesús. Recordemos el viejo adagio de san Jerónimo: «El desconocimiento de las Escrituras es desconocimiento de Cristo».

En segundo lugar, sabemos que la oración con la Sagrada Escritura es el más apropiado itinerario de crecimiento espiritual. Es fundamental tener presente que en clave cristiana, la base de una auténtica y verdadera espiritualidad, está marcada por oración con los Textos Sagrados. La Biblia es la Palabra de Dios y esto le da un lugar absolutamente destacado e incomparable. En la Escritura nos habla de manera clara y privilegiada, hoy y siempre, el mismo Dios.

# LOS PASOS DE LA LECTIO DIVINA

Se nos dice que la Lectio Divina es un «itinerario espiritual en etapas». Estas etapas tienen que ver con la metodología propia de la lectura orante de la Biblia, que se sintetiza en una serie de diversos pasos o peldaños. Los distintos autores de espiritualidad reconocen de tres a ocho escalones según clasifiquen, sinteticen, recorten o amplíen cada uno de los momentos. Esto no significa que los planteos se contrapongan, simplemente son distintas maneras de agrupar los pasos.

Aquí presentamos la Lectio Divina en cinco peldaños: lectura, meditación, oración, contemplación y acción.



## 1 LECTURA

La lectura es el primer escalón de la Lectio Divina y exige que elijamos de antemano el texto con el cual queremos orar. Es necesario serenarnos internamente para leer la Biblia como lo que realmente es: Palabra de Dios. No es ni un periódico, ni una revista, ni una simple novela... Por eso, es absolutamente necesario, invocar al Espíritu Santo antes de comenzar nuestra lectura. La acción del Espíritu en el corazón del creyente hace que la Palabra, escrita muchos siglos atrás, sea realmente viva y eficaz hoy para su vida. La lectura debe ser suamemente reposada. Hay que mirar y examinar todos los elementos que aparecen en el texto: los personajes con sus actitudes, los lugares y tiempos que se mencionen, el género literario (parábola, milagro, discurso, controversia, etc.). Todos estos aspectos están al servicio de la lectura como primer paso de la Lectio Divina.

Todo el proceso del primer peldaño apunta a responder a una única pregunta: **¿qué dice el texto?** Con sus personajes, tiempos, lugares y con todos los elementos que el texto me brinde debo descubrir qué valores, desvalores o situaciones pone a consideración: verdad, infidelidad, justicia, miedo, esperanza, pecado, alegría, fracaso, amor, desaliento, compromiso...

## 2 MEDITACIÓN

En este segundo paso somos nosotros los que «ingresamos» en el texto. Por eso la pregunta que guiará este momento será **¿qué me dice el texto?** Puede ser una respuesta personal cuando se reza de manera individual (¿qué me dice a mí?), o comunitaria cuando se ora en grupos (¿qué nos dice a nosotros?).

En este peldaño «entramos» en la escena del texto. Ya no lo miramos como se mira un cuadro, «desde

fuera» (lectura), ahora somos parte del relato, estamos en él. La tarea de este paso consiste en responder con sinceridad: **¿qué me dicen a mí, qué nos dicen a nosotros los valores y desvalores encontrados en el texto?** Cómo vivo yo o cómo vivimos nosotros los aspectos y situaciones presentados en el relato. Es decir, qué hay o puede haber de verdad, infidelidad, justicia, miedo, esperanza, pecado, alegría, fracaso, amor, desaliento, compromiso... en nuestra vida.

## 3 ORACIÓN

El tercer paso está marcado por la pregunta: **¿qué le digo al texto?** Se trata de dar una primera «respuesta» al texto bíblico leído y meditado. Respuesta al «texto» que en realidad es Dios mismo presente en su Palabra. La Biblia me dio pistas para mi reflexión personal y comunitaria en determinados aspectos: qué respondo, qué respondemos... en definitiva: *¿cómo reacciono ante la Palabra de Dios?*

La respuesta de la oración no es única, ni matemática, ni igual para todos. Tiene que ver con la sensibilidad del creyente y con lo que Dios haya suscitado en su corazón.

Puede adquirir un matiz de alabanza interior y exterior, puede estar marcada por un profundo silencio de agradecimiento, puede explotar en llanto de dolor y de cruz por las dificultades o por el mismo pecado de nuestras vidas, puede ser una actitud de ofrecimiento sereno y generoso de intenciones y súplicas por la realidad orada, puede ser la recitación de un Salmo o de alguna oración vocal conocida. No hay una única expresión. Dependerá del texto leído y meditado cada vez, y de la situación particular de los creyentes que oran.

## 4 CONTEMPLACIÓN

Los tres pasos anteriores estuvieron claramente marcados por el esfuerzo de nuestra inteligencia y nuestra voluntad al servicio de leer, meditar y orar la misma Palabra de Dios que nos habla hoy. Ahora, en el momento de la contemplación, se trata de unificar todo lo trabajado ante la presencia misma de Dios, que si bien está siempre en el corazón del creyente en todo el proceso de la Lectio Divina, en este paso se toma conciencia de una manera más intensa y particular.

La contemplación, más que un paso es un estado. Estado que no depende directamente de nuestro esfuerzo sino fundamentalmente del don de Dios. La contemplación nos permite experimentar de manera clara la presencia en nuestra vida de un Dios que nos ama, nos orienta, nos consuela, nos cuida y nos contiene más allá de las dificultades que podamos tener en el camino de nuestra existencia. La contemplación de Dios, en el marco de la Lectio Divina, nos ilumina para discernir en nuestra vida según la voluntad del mismo Dios y nos da las fuerzas necesarias para decidirnos siempre por el bien, la verdad, la auténtica religiosidad, el perdón, la compasión, la justicia y por todos los valores del Reino de Dios.

Por eso, luego de haber leído, meditado y orado, debemos poner todo lo reflexionado ante la presencia sanadora, gratuita y misteriosa de Dios. Para aprender a «gustar», desde nuestra propia interioridad, la intimidad y diálogo, que podemos establecer con él. De este encuentro gratuito en intimidad y diálogo, brotarán las decisiones firmes de vivir los valores del Reino de Dios en las realidades de cada día.

## S ACCIÓN

La Lectio Divina debe ser un ejercicio gratuito de encuentro con el Señor a través de su Palabra. Este encuentro con Dios, si es auténtico y sostenido, llevará a un necesario cuestionamiento en el modo de actuar para que cada día sea más conforme el querer divino. Toda oración cristiana que sea verdadera debe llevar inexorablemente a un compromiso concreto en el actuar cotidiano. La Lectio Divina participa de esta dinámica: lo leído, meditado y orado con la Palabra puesto con humildad ante el mismo Dios a través de la contemplación, nos interpela y urge para que actuemos en la vida conforme a esa experiencia.

Es interesante poner este último paso como «parte» de la Lectio Divina. Bien entendido, este peldaño, nos ayuda a superar una cierta ambivalencia que suele darse a veces en el ámbito cristiano: separar y poner por un lado la oración y por otro la acción, por un lado la espiritualidad y por otro el compromiso, por un lado a Dios y por otro al prójimo. La Lectio Divina conecta de manera clara ambos polos de una misma realidad que no puede separarse: el compromiso, el amor a Dios y al prójimo (cf. Mc 12.28-34).

La dinámica de la Lectio Divina nos invita a ser responsables y cuidadosos con el método, para sacar el mayor provecho del ejercicio de reflexión con la Palabra. Pero no debemos olvidar que el método está al servicio del diálogo con Dios y no al revés.

De nada servirá hacer muy bien los pasos si pierdo de vista el objetivo que es rezar con el Señor, entrar en intimidad y diálogo con el Salvador.

Por otra parte, no hay que considerar los pasos como compartimentos cerrados. Cuando se está haciendo la lectura pueden aparecer elementos de otros peldaños.



En caso de ser así habrá que retener lo que ha surgido para plasmarlo en el momento que corresponda.

No es fácil tampoco delimitar el paso de la lectura a la meditación y, aún menos, de la meditación a la oración y de esta a la contemplación. No hay que perder de vista que lo importante es orar con la Biblia para descubrir a Dios, que hoy también me habla y nos habla.

Para describir la Lectio Divina algunos autores suelen utilizar la imagen de la trasfiguración del Señor (cf. Mc 9.2-10). Se trata de subir al cerro, a través de la lectura, la meditación y la oración, para contemplar en la cima la gloria de Dios. Nutridos por esta presencia gloriosa, se baja del cerro al llano de la acción cotidiana.

## SÍNTESIS

Para facilitar el ejercicio de la Lectio Divina hemos presentado un cuadro esquemático que sintetiza sus pasos principales y proporciona algunos consejos prácticos.

## UN EJEMPLO "PRÁCTICO" DE LECTIO DIVINA

Para ayudar más en la apasionante tarea de hacer la Lectio Divina, sabiendo que Dios nos habla también hoy, ofrecemos ahora un ejemplo práctico. Tomamos un texto del Evangelio según san Marcos, desarrollando sobre todo el primer paso, y dando algunas pistas posibles para los siguientes.

(Evangelio según san Marcos 7.31-37)

<sup>31</sup> Jesús volvió a salir de la región de Tiro y, pasando por Sidón, llegó al Lago de Galilea, en pleno territorio de la Decápolis. <sup>32</sup> Allí le llevaron un sordo y tartamudo, y le pidieron que pusiera su mano sobre él. <sup>33</sup> Jesús se

lo llevó a un lado, aparte de la gente, le metió los dedos en los oídos y con saliva le tocó la lengua. <sup>34</sup> Luego, mirando al cielo, suspiró y dijo al hombre: «¡Efatá!» (es decir: “¡Ábrete!”). <sup>35</sup> Al momento, los oídos del sordo se abrieron, y se le desató la lengua y pudo hablar bien. <sup>36</sup> Jesús les mandó que no se lo dijeran a nadie; pero cuanto más se lo mandaba, tanto más lo contaban. <sup>37</sup> Llenos de admiración, decían: «Todo lo hace bien. ¡Hasta puede hacer que los sordos oigan y que los mudos hablen!».

## SUGERENCIAS PARA LA LECTURA

Luego de leer detenidamente el relato debemos comenzar con las preguntas. Por ejemplo, con relación a los personajes: *¿quiénes intervienen en el texto?; ¿qué acciones realizan?*

En primer lugar, tenemos a Jesús que anda por territorio pagano (Tiro, Sidón, la Decápolis). Cuando le llevan un sordo y tartamudo le mete los dedos en el oído y con saliva le toca la lengua (cf. también Mc 8.23; Jn 9.6). *Después mira al cielo, suspira y dice al hombre en arameo: «¡Efatá!» (¡Ábrete!).* Al final del relato manda que no digan a nadie lo que ha ocurrido con el hombre (cf. también Mc 1.34).

*¿Hay otros personajes?* Aparecen otros «innominados», tal vez incluidos en «la gente» del versículo 33. *¿Qué hacen estos personajes?* Son los que llevan al sordo y tartamudo ante Jesús y le piden que ponga su mano sobre él (cf. también Mc 5.23; 6.5; 8.23.25).

Estas personas son quienes cuentan lo que ha hecho Jesús y son los que están admirados e insisten en contar las maravillas de Dios recordando un versículo del libro de Isaías (Is 35.5-6).

*¿El sordo y tartamudo también es un perso-*

*naje del relato?* Por supuesto que sí. Se deja llevar ante Jesús con su sordera y tartamudez. Se deja llevar por Jesús a un lugar aparte, alejado de la gente. Es «tocado» por Jesús que también le dice en arameo: «¡Efatá!» (¡Ábrete!). Se abren sus oídos y se desata su lengua pudiendo hablar bien.

Luego de haber analizado los personajes del texto podemos preguntarnos: *¿qué frutos podemos sacar para la vida?, ¿qué valores y desvalores entran en juego?*

Veamos primero algunas posibles pistas positivas (valores). Desde las actitudes de Jesús, tener la apertura de andar por todas las regiones y no cerrarse a nadie; tener la delicadeza de «llevar aparte» al enfermo; acercarse a la «humanidad» del enfermo e involucrarse a tal punto de meter los dedos en sus oídos y con saliva tocale la lengua; tener la actitud espiritual de «mirar al cielo».

Desde «la gente» es imitable la actitud de llevar al «enfermo» al encuentro con Jesús; pedir que Jesús ponga su mano sobre él para sanarlo; contar las maravillas hechas por Jesús. Desde la actitud del enfermo es positivo ser dócil a las personas que lo llevan al encuentro con Jesús.

*¿Qué elementos negativos podemos descubrir?* Tal vez la enfermedad de este hombre sea el elemento más claro. Su sordera física es símbolo claro de las sorderas espirituales que impiden escuchar a Dios y al hermano; la tartamudez física es símbolo de la tartamudez espiritual que impide comunicarnos con el Señor y con los demás.

Podrían tomarse otros puntos de partida para realizar la lectura, pero consideramos que estos elementos son suficientes para dar un ejemplo.

# SUGERENCIAS PARA LA MEDITACIÓN

Para la meditación se presentan algunas preguntas que pueden orientar nuestra Lectio Divina con Mc 7.31-37:

- ¿Tengo apertura a otras personas?; ¿ando por los territorios «paganos» de la actualidad, es decir por los lugares donde el Dios verdadero no está presente?
- ¿Soy «delicado», cuidadoso y respetuoso con las personas que están enfermas en su cuerpo, alma y/o espíritu?
- ¿Me involucro con la realidad del sufrimiento del hermano?, ¿soy capaz de ponerme en su lugar en su vida, humanidad y aún en la misma enfermedad de los otros?
- ¿Tengo la adecuada actitud religiosa para pedir la intercesión de Jesús ante las personas que están mal: enfermos, pecadores, alejados de la fe, etc.?
- ¿Soy capaz de «curar» con mi presencia, mi cariño, mi capacidad de escuchar y aconsejar al hermano solo, triste y desamparado?
- ¿Acerco a las personas a Jesús?, ¿me preocupo para que los que están con dificultades pueden encontrar en Jesús la respuesta a sus problemas?, ¿sirvo de «puente» para facilitar que los hombres se acerquen a Jesús? ¿permito que el poder sanador del Señor llegue a los más atribulados?
- ¿Cuento las maravillas de Dios a mis hermanos?, ¿doy testimonio de un Dios que libera y sana?, ¿soy capaz de gritar a los “cuatro vientos” que Dios nos ama y que quiere que seamos felices?

- ¿Soy dócil a los consejos de las personas que quieren acercarme a Jesús?, ¿me relaciono con hermanos que me orientan en el camino de la fe, la esperanza y el amor?
- ¿Me acerco a Jesús para que me sane?, ¿le ofrezco al Señor mi sordera y tartamudez espiritual para que él las cure con su poder soberano?
- ¿Me dejo «curar» por Jesús o me resisto a su presencia?, ¿busco a otros «salvadores» en medio del mundo o me postro ante el único Salvador?

## SUGERENCIAS PARA LA ORACIÓN

La «**respuesta**» de la oración puede ser muy diversa según las características y la situación particular del orante. Sin embargo, se puede orar repitiendo lenta y rítmicamente algunas frases del mismo texto sagrado: «*Efatá...*»; «*todo lo hace bien...*»; se podría leer todo el texto del pasaje de Isaías 35.1-10 al cual hace mención la frase final del relato de Marcos. Podrían utilizarse también versículos de algunos Salmos más conocidos: «*El Señor es mi pastor nada me falta*» (23[22].1); «*¡Lávame de mi maldad! ¡Límpieme de mi pecado!*» (51[50].2); «*Desde el fondo del abismo clamo a ti, Señor: ¡escucha, Señor, mi voz!, ¡atiendan tus oídos mi grito suplicante!*» (130[129].1-2).



# PARA LA CONTEMPLACIÓN Y LA ACCIÓN

Para los pasos de la contemplación y la acción no se pueden dar «**sugerencias prácticas**» porque son peldaños muy personales.

Dependerá mucho de los signos que Dios quiera revelar y de la actitud del orante.

Pbro. Lic. Gabriel A. Mestre