

Cómo realizar el ejercicio diario de “lectio divina”

- La *lectio divina* es el dinamismo más importante del proyecto *La Fragua en la vida cotidiana*. Solo la Palabra de Dios penetra hasta lo más íntimo de nosotros (cf. *Hb* 4,12) y tiene el poder de encender de nuevo un corazón que se ha enfriado (cf. *Lc* 24,32). No olvides que “la palabra de Dios está muy cerca de ti: en tu boca y en tu corazón, para que la pongas en práctica” (*Dt* 30,14).
- La *lectio divina* es un ejercicio de lectura de la Biblia que se convierte en escucha de la Palabra de Dios. Su objetivo último es llegar a conocer a Jesucristo, Palabra de Dios encarnada, para amarlo y seguirlo. Lo importante, pues, es acercarse a la Escritura con un corazón humilde, dispuesto a acoger con gratitud el paso de Dios por la propia vida.
- Nuestro *Padre Fundador* encontró en la Sagrada Escritura el principal estímulo para su vocación misionera (cf. *Aut* 113). Tenía el hábito de la lectura diaria de la Biblia (cf. *Aut* 151) y recomendó esta práctica a todo tipo de personas, especialmente a los misioneros.
- Las *Constituciones* nos dicen: “La Palabra de Dios que debemos proclamar, escuchémosla antes en asidua contemplación y compartámosla con los hermanos, para que nosotros mismos nos convirtamos al Evangelio, nos configuremos con Cristo y seamos inflamados por su caridad que nos ha de apremiar” (*CC* 34). El Concilio Vaticano II (cf. *DV* 25) y los últimos Capítulos Generales (cf. *SP* 13.1; *EMP* 42; *PTV* 70.1; *HAC* 54.1) nos exhortan a la práctica de la *lectio divina* personal y comunitaria
- Para llevar a cabo estas orientaciones, el proyecto *La fragua en la vida cotidiana* te propone:
 - Reservar cada día un *tiempo especial* para el ejercicio de la *lectio divina*. Procura que sea un tiempo *noble* (en el que no estés muy cansado o pendiente de otras ocupaciones) y suficientemente *amplio* (entre media hora y una hora). No digas nunca: «No tengo tiempo», porque es como si te declararas idólatra: el tiempo de tu jornada está a tu servicio, no eres tú el que tiene que ser esclavo del tiempo.
 - Escoger un *lugar* en el que puedas leer y orar con calma, preferiblemente tu habitación (cf. *Mt* 6,5-6) o la capilla de tu comunidad. Puedes servirtte de algunos símbolos (un icono, una foto, una vela, etc.) que te ayuden a crear un ambiente de fe, belleza y contemplación.
 - Disponer el *corazón*, ya que el corazón es el órgano principal de la *lectio divina* porque es el centro en el que cada hombre vive y expresa su personalidad propia.
 - Centrar la *lectio divina* en los textos de la liturgia de la Palabra de cada día (sobre todo, del Evangelio) para seguir el camino del Pueblo de Dios.
- Desde el siglo XII, el método de la *lectio divina* se articula en cuatro momentos (*lectio, meditatio, oratio y contemplatio*), a los que se pueden añadir otros (*collatio, discretio, actio, etc.*).

| LECTIO | MEDITATIO | ORATIO | CONTEMPLATIO |
|---|---|--|---|
| <i>Lo que el texto dice</i> | <i>Lo que el texto me dice</i> | <i>Lo que yo le digo a Dios a partir del texto</i> | <i>Lo que Dios realiza en mí a través del texto</i> |
| <ul style="list-style-type: none"> • Precedido por la invocación al Espíritu Santo, el primer paso es la lectura serena del texto del evangelio del día. • Lee el texto varias veces, incluso en voz alta, para | <ul style="list-style-type: none"> • La meditación no es un autoanálisis, sino un esfuerzo de profundización para superar la distancia que nos separa del texto. • Para ello te pueden ayudar las notas de la | <ul style="list-style-type: none"> • Con la oración, la palabra que viene de Dios retorna a Él en forma de agradecimiento, alabanza, súplica, etc. • Déjate llevar con libertad por el Espíritu a partir de la Palabra que has | <ul style="list-style-type: none"> • La contemplación no se refiere a visiones o experiencias místicas particulares sino a la progresiva conformación de mi mirada a la de Dios. • La contemplación te convierte en una persona |

| | | | |
|---|---|------------------|---|
| <p>captarlo mejor.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Si te ayuda, puedes incluso copiarlo en tu cuaderno. | <p>Biblia, algunos textos paralelos o incluso algunos comentarios bíblicos.</p> | <p>meditado.</p> | <p>eucarística: te ayuda a hacer carne la Palabra meditada y a hacer de tu vida una ofrenda.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Puedes terminar haciendo en tu cuaderno un pequeño balance de lo ocurrido. |
|---|---|------------------|---|

Para profundizar

- CMF-PREFECTURA GENERAL DE FORMACIÓN, *Iniciación en el ministerio de la Palabra*, Roma 1997 (especialmente el apéndice 5).
- F. CONTRERAS, *Leer la Biblia como Palabra de Dios. Claves teológico-pastorales de la lectio divina en la Iglesia*, Ed. Verbo divino, Estella 2007.
- E. HUERTA, *Lectio divina para comunidades cristianas*, ECCLA, Santiago de Chile 2009.
- A. SOMOZA, *Qué es la lectio divina*, Ed. Paulinas, Madrid 2001.