

¿Qué es la *lectio divina*?

¿Qué es la *lectio divina*?

El acto de fe: Dios me habla en su Palabra

Dios habla en la Sagrada Escritura

Dios está en su Palabra

La *lectio* es una forma de comulgar a Dios

La Palabra de Dios es eficaz

Dios me habla a mí y ahora

Los pasos de la *lectio*

Invocación inicial al Espíritu Santo

Lectura

Meditación

Oración

Contemplación

Características de la *lectio*

Gratuita

Íntima y amorosa

Orante

Asidua

Exacta y espiritual

Activa y pasiva

Privada y eclesial

Requisitos de la *lectio*

Pureza de corazón

Docilidad y entrega

Silencio

¿Qué leer?

La *lectio* en la vida contemplativa secular

Bibliografía

La lectura orante de la Palabra de Dios es un alimento indispensable para la vida cristiana y es, además, un modo especialmente contemplativo de orar y de acercarse a la Palabra de Dios.

El contemplativo en el mundo necesita especialmente de la Palabra de Dios porque el progreso espiritual de su vida requiere absolutamente que se encuentre a fondo con Dios y con su voluntad; y, además, porque necesita aprender a verse a sí mismo, ver la historia y ver a los demás con los ojos de Dios.

La *lectio* es la forma más auténtica y adecuada de leer la Palabra; especialmente para el contemplativo porque le ayuda a gustar y a «ver» la Palabra, a orar con ella —no a analizarla, criticarla o reflexionar sobre ella—.

¿Qué es la *lectio divina*?

Hay muchas formas de orar y muchas formas de leer la Palabra de Dios. Nosotros nos vamos a acercar a una forma específica de orar con la Palabra de Dios, que es especialmente necesaria para alimentar la vida contemplativa. Se trata de la *lectio divina* o la lectura de Dios.

La lectura de la Palabra es una necesidad y una obligación de todo cristiano. La Palabra de Dios tiene que ocupar un lugar central en nuestra oración. Porque, si en la oración no prestamos atención a la Palabra de Dios, podemos caer en el subjetivismo, y quedar encerrados dentro de nosotros mismos, en una oración que no nos pone en contacto con Dios. La oración cristiana está marcada de una forma especial por la Palabra como lugar de encuentro con Dios. Cuando no hay una referencia consciente a

la Biblia, cuando se desconoce la *lectio*, es muy fácil caer en los extremos de una piedad puramente sentimental o en la aridez de la meditación de ideas abstractas.

Cuando hablamos de *lectio divina* nos referimos a un método concreto de orar con la Palabra que tiene sus raíces en el Pueblo de Israel, en los padres de la Iglesia y en la experiencia multiseccular de los contemplativos. Un método de oración que recomienda el mismo Concilio Vaticano II:

De igual forma el Santo Concilio exhorta con vehemencia a todos los cristianos en particular a los religiosos, a que aprendan «el sublime conocimiento de Jesucristo», con la lectura frecuente de las divinas Escrituras. «Porque el desconocimiento de las Escrituras es desconocimiento de Cristo». Lléguese, pues, gustosamente, al mismo sagrado texto, ya por la Sagrada Liturgia, llena del lenguaje de Dios, ya por la lectura espiritual... pero no olviden que debe acompañar la oración a la lectura de la Sagrada Escritura para que se entable diálogo entre Dios y el hombre; porque «a él hablamos cuando oramos, y a él oímos cuando leemos las palabras divinas» (*Dei Verbum* 25).

Hay otras formas de leer y orar la Palabra de Dios, pero que ofrecen frutos muy distintos a los de la *lectio*. Podemos empezar diciendo lo que no es la lectura de Dios.

- La *lectio* queda muy lejos de las técnicas orientales que buscan el vacío interior, el silencio de las potencias o el mero autocontrol (yoga, zen, meditación trascendental) que intentan llevarnos a la fusión con un absoluto impersonal e incognoscible. La *lectio* me pone en contacto con un Dios concreto y cercano, Alguien que me habla de forma humana y al que puedo escuchar y responder.

- La *lectio* no es lectura espiritual, entendida como la lectura de cualquier libro más o menos espiritual y que -frecuentemente- no tiene nada que ver con la oración, sino con llenarnos la cabeza de ideas más o menos espirituales y edificantes. La *lectio*, como veremos, es sólo lectura de la Palabra de Dios que lleva necesariamente a la oración.

•La *lectio* se distingue de una oración mental hecha al margen de la Escritura y que busque fomentar los propios sentimientos. Con la *lectio* no buscamos la introspección, sino la escucha y la entrega al Dios que se manifiesta en la historia.

•La *lectio* no es una lectura curiosa o intelectual de la Sagrada escritura, hecha con nuestras propias capacidades, sino una lectura orante, un diálogo personal con Dios vivo que implica toda nuestra existencia. En la *lectio*, la Palabra de Dios no es un objeto de especulación, sino el mensaje de Dios que sólo puedo oír y entender con su ayuda, en un ambiente de oración, y que me pone en el disparadero de responder con la fe y con la entrega de la vida.

•La *lectio* no es un ejercicio ascético autoimpuesto: leer cada día un trozo de la Biblia, como un sacrificio, sino la oración propia del contemplativo que tiene puestos sus ojos y sus oídos clavados en el Señor, y que por medio de la Escritura entra en un contacto personal y amoroso con Dios que le ilumina y le transforma. La vida contemplativa es la Escritura leída, meditada, comprendida y vivida. Y esto es así porque la Escritura (como la Encarnación, la Iglesia y los Sacramentos) es la manifestación concreta, real y sensible de Cristo en nuestra historia humana.

¿Por qué es necesaria la *lectio* para el cristiano y para el contemplativo? Porque busca la presencia viva de Dios y ha de buscarle allá donde se le encuentra. Como nos ha dicho el Concilio, recogiendo unas palabras de san Jerónimo: «Desconocer las Escrituras es desconocer a Cristo». La *lectio* es la forma propia de orar y de leer la Palabra de Dios de la vida contemplativa, sea o no monástica.

Vamos a intentar introducirnos en la *lectio divina* en tres pasos: 1) primero vamos a hacer un acto de fe imprescindible para la *lectio*; 2) luego nos introduciremos en el método concreto de leer y orar con la Palabra de Dios; 3) por último describiremos las

características propias de la lectura divina y los requisitos necesarios para realizarla con fruto.

El acto de fe: Dios me habla en su Palabra

Cuando tenemos la imagen de un Dios que está lejos del mundo o que no se interesa por los hombres, la oración se convierte en un absurdo o en una tarea imposible. Como si Dios nos dijera «buscadme en el vacío» (cf. Is 45,19). Cuando buscamos a un Dios que se esconde o queremos hablar con un Dios que no nos escucha, nuestra oración consiste esencialmente en nuestro esfuerzo para llamar la atención de este Dios huidizo o distraído. Pero nada más lejos de la realidad de Dios.

Toda oración -y especialmente la *lectio*- parte de una verdad de fe que no podemos olvidar: Dios habla y nos escucha, Dios se interesa por nosotros, Dios nos busca y sale a nuestro encuentro. Y, en especial, una verdad muy concreta, sin la cual es imposible la lectura de Dios: «Dios me habla en su Palabra». Este acto de fe es el punto de partida imprescindible para la *lectio*, por eso vamos a intentar empaparnos de esta realidad de nuestra fe.

Toda la Escritura nos muestra que Dios busca el diálogo con el hombre. El diálogo es el lugar privilegiado del encuentro entre el «verdadero Dios» y el «verdadero hombre». El Dios verdadero es el Dios que habla y al que se puede hablar, que quiere comunicarse con nosotros y para ello se abaja a nuestro nivel. El verdadero hombre es el hombre creado por Dios y para Dios, que está llamado a encontrar su plenitud en la comunión con Dios, que está invitado a entrar en un diálogo personal con él.

Todo diálogo tiene dos elementos imprescindibles: escuchar y hablar; sin ellos no hay verdadero diálogo entre personas. También el diálogo con Dios tiene esos dos momentos, dos elementos imprescindibles, que son la lectura y la oración. Nosotros podemos escuchar a Dios gracias a que nos habla por

medio de su Palabra. Y una vez que le escuchamos podemos hablarle por medio de la oración. Esos dos elementos del diálogo con Dios están contenidos en la *lectio* y ese diálogo es posible porque Dios nos habla por medio de su Palabra. La Sagrada Escritura, en la que Dios se dirige a nosotros para entablar un diálogo personal y amoroso, hace posible oír y hablar a Dios. Ése convencimiento es lo que tiene que movernos a buscar el diálogo con Dios por medio de la lectura creyente y orante de su Palabra. Ese convencimiento está expresado con contundencia en los maestros espirituales de los primeros siglos cristianos:

¿Por qué no dedicar el tiempo libre a la lectura de las Escrituras? ¿Por qué no escucháis a Cristo, habláis con él y le visitáis? Cuando leemos la Escritura escuchamos a Cristo (San Ambrosio, *Los deberes de los ministros sagrados*, PL 16,50A).

Tu oración es una locución con Dios. Cuando lees, te habla Dios; cuando oras, tú hablas a Dios (San Agustín, *Enarratio in psalmis*, 85,7).

Sea tu custodia lo secreto de tu aposento y allá dentro recréese contigo tu Esposo. Cuando oras, hablas a tu Esposo; cuando lees, él te habla a ti (San Jerónimo, *Cartas*, 22,25).

La Escritura es el mensaje de Dios al hombre, pero si esa Palabra no provoca un diálogo personal, queda infecunda. Si leo la Escritura como un libro lleno de información sobre Dios, Dios no es un «tú» sino un «él» o un «ello» que yo estudio, sobre el que aprendo cosas. Cuando leo la escritura con la fe de que Dios me habla por medio de ella, Dios se convierte en un «tú» para mí y yo me convierto en un «tú» para Dios.

Lo que es proclamación sobre Dios se transforma en mensaje para mí, y en la oración sobre este mensaje yo le hablo a él. Cuando escuchamos la palabra de Dios le escuchamos a él, cuando oramos hablamos con él (E. Bianchi, *Orar la Palabra*, 45).

Podemos desglosar esta fe necesaria para la *lectio* en varias verdades fundamentales:

Dios habla en la Sagrada Escritura

La Biblia, junto con la Encarnación y la Iglesia, es la manifestación sensible de la presencia del Verbo en la historia, es la voz misma de Cristo que se dirige a sus fieles (Colombás, *La Lectura de Dios*, 26).

En la vida espiritual, la Palabra de Dios, es decir, la Escritura, jamás puede ser comprendida como una exposición ideológica; y tampoco puede ser reducida por más tiempo a un libro donde únicamente se inspirarían la teología y la catequesis. La Palabra de Dios es un mensaje de Dios al hombre, a todo hombre, una llamada dirigida a la persona a fin de que ésta conozca personalmente a Dios, encuentre a Cristo y viva para él y no más para sí misma (E. Bianchi, *Orar la Palabra*, 25).

Dios es el autor de un libro (o si se quiere de un conjunto de libros). La Biblia, a través de distintos autores humanos, son los escritos de Dios; como afirmaba san Gregorio Magno, es como una carta que Dios nos ha enviado. Dios personalmente habla y se manifiesta en la Biblia. Dios mismo ha escogido ese medio para comunicarse con el hombre. San Benito, en el prólogo de su Regla, insiste en que «es el mismísimo Señor quien nos habla en la Escritura» y Orígenes decía que las palabras de la Biblia son las palabras de amor que el Esposo (Jesús) intercambia con su esposa (la Iglesia). Ser destinatarios de estas palabras de amor de Dios-Esposo tiene que tocar lo más profundo de nuestro corazón y hacer que nos volquemos con amor a la lectura de la Palabra de Dios.

Por medio de la *lectio* conversamos con los profetas o con los apóstoles, pero por medio de ellos y más allá de ellos «escuchamos a Dios que habla con nosotros» (San Juan Crisóstomo, *In Gen*, 21,1; PG 53,341). Por medio de la Escritura Dios nos abre su corazón y nos invita a penetrar en él, a escudriñarlo. La Biblia es la Palabra de Dios dirigida al corazón de los hombres y, por medio de la *lectio*, podemos escrutar el corazón de Dios, por eso la llamamos lectura de Dios, porque es a Dios mismo al que escuchamos y leemos.

Por eso sólo se puede hacer *lectio divina* con la Escritura, porque sólo ella es en sentido estricto «Palabra de Dios». Por eso hay una diferencia infinita entre la lectura de Dios y cualquier otra lectura espiritual, por buena que sea.

Dios está en su Palabra

Podemos expresar el acto de fe necesario para la lectura de Dios de otra manera: «Dios está en la Biblia». Por eso «abrir la Biblia es encontrar a Dios» (A. de Vogué). Esta verdad fundamental la expresa con toda claridad el concilio Vaticano II:

En los libros sagrados, el Padre que está en el cielo sale amorosamente al encuentro de sus hijos para conversar con ellos (*Dei Verbum* 21).

(Cristo) está presente en su Palabra, pues cuando se lee en la Iglesia la Sagrada Escritura, es él quien habla (*Sacrosantum Concilium* 7).

La *lectio* no es dedicar parte de nuestro tiempo a leer un libro, ni siquiera un libro sagrado, ni tampoco un libro sobre Dios: es buscar a Dios mismo en su Palabra escrita, porque la Biblia es el libro de los buscadores de Dios. Del deseo de encontrar a Dios nace la necesidad y la pasión por leer la Escritura; y eso mismo nos lleva a leerla de un modo determinado: con un método que nos ayude a llegar hasta Dios y nos permita no quedar atrapados por palabras, ideas o conceptos. La *lectio* divina es buscar a Cristo, «Aquel que yo busco en los libros», como dice san Agustín en las Confesiones (XI,2,3-4).

Es necesario pedir el hambre de la Palabra de Dios que tenía Jeremías, que no es otra cosa que hambre del mismo Dios:

Cuando encontraba palabras tuyas las devoraba; tus palabras eran mi gozo y la alegría de mi corazón, porque tu nombre fue pronunciado sobre mí, Señor, Dios de los ejércitos (Jr 15,16).

La *lectio* es una forma de comulgar a Dios

Hasta tal punto Cristo está presente en la Escritura que la Iglesia no ha dudado en establecer un paralelismo radical entre la

Palabra de Dios y la Eucaristía, entre la *lectio* y la comunión eucarística. Las dos son necesarias para la vida cristiana, y especialmente para la vida contemplativa.

Debemos acercarnos al Evangelio como a la carne de Jesucristo (San Ignacio de Antioquía, *Filad.* 5,1).

Yo creo que el Evangelio es el Cuerpo de Cristo... Y aunque las palabras «quien no come mi carne y bebe mi sangre no tiene vida en él» (Jn 6,53) pueden entenderse del misterio [de la Eucaristía], con todo, las Escrituras, la doctrina divina, son verdaderamente el cuerpo y la sangre de Cristo (San Jerónimo, *Tract. de ps.* 131).

Vosotros que tenéis la costumbre de asistir a los divinos misterios, sabéis bien que es necesario conservar con sumo cuidado y respeto el cuerpo de nuestro Señor que recibís, para no perder de él ninguna partícula, a fin de que nada de lo que ha sido consagrado caiga en tierra. ¿Pensáis vosotros acaso que sea un delito menor tratar con negligencia la Palabra de Dios que es su cuerpo? (San Gregorio Magno, *Hom. in Ez.* 13,3).

La Iglesia siempre ha venerado la Sagrada Escritura, como lo ha hecho con el cuerpo de Cristo, pues sobre todo en la sagrada liturgia nunca ha cesado de tomar y repartir a sus fieles el pan de vida que ofrece la mesa de la Palabra de Dios y del cuerpo de Cristo (*Dei Verbum* 21).

Si en la Escritura recibimos a Cristo como lo recibimos en la Eucaristía, el que busca el encuentro personal con el Señor, no puede dejar de alimentarse diaria y diligentemente del pan de su Palabra como lo hace del pan de la Eucaristía. La *lectio* es la forma adecuada para comulgar la Palabra de Dios que contiene al mismo Cristo.

Conviene recordar lo que dice el Señor en el episodio de las tentaciones: «No sólo de pan vive el hombre, sino de toda palabra que sale de la boca de Dios» (Mt 4,4). Sin la comunión con su Palabra no tenemos vida.

La Palabra de Dios es eficaz

Parte del acto de fe necesario para la *lectio* es caer en la cuenta de la eficacia que tiene la Palabra. Lo expresó el mismo

Señor en la parábola del sembrador (Mc 4,3-8): cuando la Palabra cae en una tierra que la acoge da un fruto superabundante. La Palabra tiene fuerza para producir fruto en nosotros, porque el Señor actúa por medio de ella. Basta con recibir en nosotros esa Palabra y dejarla actuar para que nuestra vida cambie. Ya lo había anunciado el profeta Isaías:

Como descienden la lluvia y la nieve de los cielos y no vuelven allá, sino que empapan la tierra, la fecundan y la hacen germinar, para que dé simiente al sembrador y pan para comer, así será mi palabra, la que salga de mi boca, que no tornará a mí de vacío, sin que haya realizado lo que me place y haya cumplido aquello a que la envié (Is 55,10-11).

Nos lo confirma san Pablo en la primera carta a los tesalonicenses:

No cesamos de dar gracias a Dios porque, al recibir la Palabra de Dios que os predicamos, la acogisteis, no como palabra de hombre, sino cual es en verdad, como Palabra de Dios, que permanece operante en vosotros, los creyentes (1Ts 2,13).

La Palabra es esa agua de Dios que hace germinar nuestra vida con eficacia. La Palabra de Dios actúa en el hombre y, por medio de ella, Dios realiza su voluntad en nosotros. Por eso, la *lectio* no es simplemente un ejercicio intelectual, sino algo que cambia nuestra vida.

Un ejemplo de esta eficacia de la Palabra de Dios oída con fe es el comienzo de la vida eremítica de san Antonio, abad. Cuando era un joven de unos 18 años, poco después de la muerte de sus padres, se dirigía a la iglesia pensando cómo los apóstoles lo habían dejado todo por el Señor. Y al llegar al templo se estaba leyendo el evangelio de san Mateo: «Si quieres ser perfecto, vende todo lo que tienes, dáselo a los pobres; luego ven y sígueme» (Mt 19,21). El joven escuchó aquellas palabras como si fueran dirigidas especialmente a él. Y entonces vendió lo que tenía, y lo entregó a los pobres y comenzó a vivir como eremita.

La Palabra de Dios escrita, tiene la misma eficacia que encontramos en las palabras de Jesús en los milagros o en la vocación de Mateo:

Al pasar, vio a Leví, el de Alfeo, sentado en el despacho de impuestos, y le dice: «Sígueme». Él se levantó y le siguió (Mc 2,14).

La Palabra tiene otra eficacia añadida, la de juzgar nuestra vida. Nos lo dice la carta a los Hebreos:

La Palabra de Dios es viva y eficaz, y más cortante que espada alguna de dos filos. Penetra hasta las fronteras entre el alma y el espíritu, hasta las junturas y médulas; y escruta los sentimientos y pensamientos del corazón. No hay para ella criatura invisible: todo está desnudo y patente a los ojos de Aquel a quien hemos de dar cuenta (Hb 4,12-13).

Por eso hace falta valentía para leer la Palabra de Dios. La Biblia no es como los demás libros en los que nosotros juzgamos como verdadero o falso lo que leemos, sino que es ella la que nos juzga nuestra vida como acorde o disonante con la voluntad de Dios.

Dios me habla a mí y ahora

El último elemento del acto de fe en la Palabra no es el menos importante. Se trata de creer no sólo que Dios habla en su Palabra, sino que Dios me habla personalmente a mí y ahora. La *lectio* está en el extremo opuesto de una lectura fría y despersonalizada de la Escritura; se opone a un interés meramente histórico o arqueológico que intenta descifrar que decía Dios en aquel tiempo a aquellos hombres. Si la Palabra de Dios es viva y eficaz, entonces tiene la capacidad de dirigirse a mí, en mi situación concreta. Como le sucedió al joven Antonio, la Palabra de Dios empieza a ser eficaz cuando me doy cuenta de que va dirigida personal y directamente a mí.

De ese mismo modo leía la Escritura el Pueblo de Dios, y de ese modo leía san Pablo el Antiguo Testamento:

No tentemos al Señor como algunos de ellos le tentaron y perecieron víctimas de las serpientes. Ni murmuréis como algunos de

ellos murmuraron y perecieron bajo el Exterminador. Todo esto les acontecía en figura, y fue escrito para aviso de los que hemos llegado a la plenitud de los tiempos (1Co 10,9-11).

Así leía la Escritura el mismo Jesús, cuando lee el libro del profeta Isaías en la sinagoga de Cafarnaún: «Hoy se cumple esta escritura que acabáis de oír» (Lc 4,21).

Eso mismo es lo que debe sucedernos a nosotros en la *lectio divina*. Hay que creer sin la menor vacilación que la Escritura tiene un valor personal y actual para mi vida. Que por medio de la lectura divina yo puedo encontrar el hoy de esa Palabra en mi vida.

La Palabra de Dios es tan libre y atenta, tan versátil, que según los padres se hace niña con los niños, joven con los jóvenes, adulta con los adultos, y hace que todos comprendan lo propio de la etapa del camino en que se encuentran (I. Gargano, *Iniciación a la «lectio divina»*, 27).

No es necesario buscar las resonancias que tuvo la Palabra cuando fue escrita, sino que hay que escucharla como si hubiera sido escrita y pronunciada hoy día por vez primera. Solamente así puede resultar viva la lectura, portadora de un mensaje, fuente de creatividad; solamente así tomaremos conciencia de que Dios nos habla hoy día por Cristo y seremos capaces de unirnos a esa voz de acogerla y retenerla (E. Bianchi, *Orar la Palabra*, 69).

Los pasos de la *lectio*

El método de la lectura de Dios consta de cuatro pasos que son tradicionales: lectura, meditación, oración y contemplación. Estos cuatro elementos fueron sistematizados desde la Edad Media a partir de Mt 7,7: «Buscad y encontraréis, llamad y os abrirán», diciendo respecto de la *lectio*: «Buscad en la lectura, encontraréis en la meditación; llamad en la oración, se os abrirá en la contemplación» (Guigo, el cartujo, *Scala Claustralium*, II) .

Así, la lectura es un examen detenido de la Escritura realizado con espíritu atento. La meditación es una operación reflexiva de la mente que investiga, con ayuda de la razón, el conocimiento de la verdad oculta. La oración es una ferviente elevación del corazón hacia Dios para alejar los males y recibir los bienes. La contemplación es una

elevación por encima de sí misma de la mente suspendida en Dios, que degusta las alegrías de la eterna dulzura (Guigo, el cartujo, *Scala Claustralium*, II) .

La lectura busca la dulzura de la vida bienaventurada, la meditación la obtiene, la oración la pide, y la contemplación la experimenta (Guigo, el cartujo, *Scala Claustralium*, III) .

La lectura, si así se puede decir, lleva a la boca alimento sólido, la meditación lo mastica y tritura, la oración es el gusto, y la contemplación es el sabor mismo que produce alegría (Guigo, el cartujo, *Scala Claustralium*, III) .

La lectura es como la cáscara, la meditación el fruto, la oración es el apetito y el deseo, y la contemplación es el paladeo de la exquisita dulzura del fruto (Guigo, el cartujo, *Scala Claustralium*, III) .

Vamos a describir estos cuatro peldaños añadiendo una introducción que nos parece imprescindible.

Invocación inicial al Espíritu Santo

Antes de empezar a leer la Escritura hay que comenzar invocando el don del Espíritu Santo, porque sólo con su ayuda se puede captar el sentido profundo de la Escritura. El Espíritu es el que ha inspirado las Escrituras, el que conoce -a la vez- las profundidades de Dios y de nuestro corazón. Sólo con su ayuda podemos entrar en el corazón de Dios por medio de la lectura de su Palabra, sólo con su intervención la Palabra de Dios penetra en lo más hondo de nuestra alma. El Espíritu Santo no ha inspirado sólo una vez a los hagiógrafos, dando origen así a los textos sagrados, sino que obra siempre sobre quien lee la Escritura, y sólo su presencia asegura que la letra se transforme en espíritu, asegurando así una juventud perenne al texto. La Palabra se hace fecunda si el Espíritu de Dios anima a quien la lee.

El mismo Espíritu que ha tocado el alma del profeta, toca el espíritu del lector (Gregorio Magno, *Sobre Ezequiel* 7, PL 76,834).

Sólo en la medida en que estemos llenos del Espíritu podemos beber a Cristo (San Efrén).

Por grandes que sean nuestros saberes o capacidades, por grandes propósitos que tengamos de hacer vida la Palabra de Dios, sin el Espíritu Santo, la Biblia será un libro cerrado para nosotros.

Ante la Escritura, nuestra actitud debe ser como la del ciego: «Señor, haz que vea» (Mc 10,51). La oración de Juan Crisóstomo ante la Escritura era ésta: «Abre, Señor, los ojos de mi corazón a fin de que yo comprenda y cumpla tu voluntad [...] ilumina mis ojos con tu luz». San Efrén, el sirio, aconseja: «Antes de leer pide y suplica a Dios que se te revele».

Se pide el Espíritu con el convencimiento de que nos será concedido, es ésta la única petición que sabemos que será siempre escuchada, pues es el Espíritu la «cosa buena» por excelencia que el Dios Padre jamás puede negar a sus hijos (cf. Lc 11,13).

Podemos emplear esta oración u otra semejante:

Ven, Espíritu Santo,
y haz que resuene en mi alma
la Palabra de Dios,
que se encarnó en las entrañas de María virgen
y se nos entrega en la Escritura, inspirada por ti.
Purifícame de todo pensamiento malo o inútil,
así como de intereses y apegos contrarios a tu voluntad,
a fin de que busque sólo la Verdad y la Vida.
Concédeme la fe y la humildad necesarias
para que acoja dócilmente a Aquél que,
siendo la Palabra divina y eterna,
se hizo Palabra humana y temporal.
Ilumina mi entendimiento e inflama mi corazón
para que, meditando con devoción la Palabra,
la reciba con amorosa docilidad
y haga posible que habite en mi alma
y fructifique en mi vida para gloria Dios.
Amén.

Lectura

Una vez que nos hemos preparado invocando al Espíritu Santo, podemos ponernos ya a leer. Mas no basta leer el texto. Hay que leerlo y contemplarlo, detenerse y dejar en suspenso todas las facultades excepto la atención. Teniendo siempre en cuenta que es Dios mismo el que nos habla.

Se trata de escuchar y acoger antes de reflexionar. Pero escuchar la Palabra de un modo vital. La lectura ha de hacerse con todo el ser: con el cuerpo, porque a veces se pronuncian las palabras con los labios; con la memoria, que graba; con la inteligencia, que comprende el sentido.

Hay que leer el texto como es, a fin de captarlo realmente en su forma y en su intención propia, sin preocuparse excesivamente de aplicarse el texto demasiado deprisa, ni tampoco de tratar de escucharlo en función de nuestra situación o de las ideas del momento. Hay que evitar todo subjetivismo, pues la Palabra debe ser escuchada en su objetividad, tratando de comprender qué es lo que el texto quiere decir realmente. Tampoco hay que buscar el pragmatismo o eficacia espiritual, ni la emoción sensible a nivel psicológico. No se trata de llegar a objetivos preestablecidos de antemano, pues de ese modo nos buscaríamos a nosotros mismos.

Lo que hace falta es mirarnos con los ojos mismos de Dios, y con esta mirada acercarse a ver y leer el mundo como Dios lo ha visto y leído. ¿No es acaso la Escritura lo que Dios ha visto y leído del mundo, entonces y ahora?

Hay que comprender y escuchar la Escritura y la Palabra que viene a nosotros siempre en un hoy. Esta Palabra siempre aparece vinculada a un acontecimiento pasado, a una historia lejana, pero ya que la Palabra de Dios es fuerza y poder de Dios, recrea para nosotros un nuevo hoy cada vez que la escuchamos. No es necesario buscar las resonancias que tuvo la Palabra cuando fue escrita, sino que hay que escucharla como si hubiera sido escrita y pronunciada hoy día por vez primera. Solamente

así puede resultar viva la lectura, portadora de un mensaje para nosotros, fuente de un cambio interior.

Para esta primera lectura podemos acudir a los instrumentos necesarios para entender el sentido del texto (diccionarios, comentarios, introducciones). Lo que buscamos es lo que dice la Palabra de Dios, su sentido literal; que es el que está contenido en la letra de la Escritura, el que Dios transmite por medio del autor humano, no el que nosotros añadimos, interpretamos o aplicamos. Lo que buscamos es lo que Dios dice en su Palabra:

Quando se está convencido de que el sentido literal es en sí mismo alimento del alma y que el cansancio que produce alcanzarlo es ascesis, se siente uno movido a utilizar todos los medios necesarios para entenderlo... Ser fieles a la búsqueda del sentido literal es uno de los requisitos necesarios para la *lectio divina* (I. Gargano, *Iniciación a la «lectio divina»*, 32-33).

Pero buscamos el sentido literal sabiendo que todos los instrumentos son sólo ayudas. No queremos hacernos técnicos en la Palabra de Dios, ni podemos sustituir la Palabra de Dios por los comentarios. Lo que nos importa es entender la Palabra misma de Dios y dejar que nos hable a nosotros. Leer significa entender lo que se lee. No sea que le suceda a la Palabra de Dios en nosotros lo que a lo sembrado al borde del camino: «Sucede a todo el que oye la Palabra del Reino y no la comprende, que viene el Maligno y arrebató lo sembrado en su corazón: éste es el que fue sembrado a lo largo del camino» (Mt 13,19).

Meditación

La meditación de la *lectio* no consiste en una reflexión intelectual sobre lo que se ha leído para extraer de la Escritura verdades de fe o conclusiones morales; no es dar vueltas y vueltas a una idea como un filósofo hasta agotar todos los matices y consecuencias de lo que estamos leyendo. Para la tradición cristiana y para la lectura de Dios meditar tiene dos sentidos fundamentales: aprender un texto de memoria a base de

repetirlo en voz alta o recitar un texto ya sea leyéndolo o de memoria. Esa forma de meditar viene del mundo judío en el que se aprendía de memoria la enseñanza de los maestros. Para un israelita meditar la Ley es musitarla, repetirla constantemente.

Meditar se parece al rumiar de algunos herbívoros. La Palabra se asimila volviéndola a traer otra vez a los labios y al corazón por medio de la repetición. Rumiar la Palabra es comer espiritualmente la Escritura, y así la Escritura se transforma en alimento y bebida en ese modo de reflexión que nos lleva a gustar la Palabra contemplativamente: gustándola después de haberla meditado.

No se trata de analizar la Palabra con la cabeza, sino de dejar que vaya calando en el corazón como la lluvia fina. Tampoco es una simple cuestión de memoria, ya que se trata de la memoria del corazón, el cual va acogiendo en sí mismo la Palabra. Pero la memoria ayuda a poder recurrir en cualquier ocasión a la Palabra meditada y asimilada; a poder encontrar la luz de una Palabra de Dios por medio de otra y es un fundamento necesario de la oración continua.

Esa «rumia» tiene un proceso: primero se repite con frecuencia e incluso continuamente un texto, luego una frase o una palabra y, al fin, se saborea y asimila interiormente esa palabra.

Se puede decir que -para todo libro de la Escritura- la *lectio* hecha con aplicación (rumia) y la simple lectura difieren una de la otra como difieren la amistad y la hospitalidad pasajera, el cariño fraterno y un saludo ocasional. Hay que tomar cada día un buen bocado de lectura y confiarlo al estómago de la memoria. Un pasaje de la Escritura se asimila mejor si se confía a la memoria y es objeto de una rumia incesante (Guillermo de Saint-Thierry, *Carta de Oro*, SC 223, 239-241).

Oración

De la meditación se pasa a la oración. Ciertamente que, desde el principio de la *lectio*, estamos orando. Pero en esta etapa de la lectura de Dios, la que llamamos oración, lo que predomina es

nuestra respuesta a la Palabra. Se trata de la segunda parte del diálogo con el Señor, en la que somos nosotros los que hablamos a Dios. Es la misma Palabra la que provoca en nosotros esa respuesta. A veces será la súplica o el agradecimiento, la petición de perdón o la acción de gracias. Aquí la oración de la *lectio* puede tomar diversos caminos.

Si el texto es oración, orad; si gime, gemid; si alaba, alabad y alegraos; si es un texto de esperanza, esperad; si expresa temor de Dios, temed (San Agustín, *Sobre el Salmo 29,16*, PL 36,224).

Muchas veces nuestra oración se expresará con las mismas palabras que Dios ha puesto en nuestro corazón (especialmente con los salmos). Ése es uno de los frutos de la *lectio*. «La Palabra viene a nosotros y ahora vuelve a Dios en forma de oración» (E. Bianchi, *Orar la Palabra*, 79).

Puede suceder que la Palabra nos interroge, nos empuje o nos corrija, de ahí nace necesariamente un diálogo con Dios, una respuesta, una súplica. Esta oración nace de la iniciativa de la Palabra. A partir de este punto, las normas se hacen menos rígidas. Se trata de que dejemos la iniciativa a la Palabra de Dios y entremos en la forma de oración que Dios quiere para nosotros en ese momento determinado.

La oración a la que lleva la *lectio* es especialmente contemplativa; y, entonces, la respuesta necesaria es el silencio elocuente del contemplativo; silencio de acogida o de entrega, silencio que expresa adecuadamente la respuesta fundamental a la Palabra: la docilidad a la acción de Dios. La *lectio* (a diferencia de otros tipos de meditación) permite pasar fácilmente de la meditación al silencio contemplativo que gusta, ya sin palabras, lo que se ha asimilado en la rumia de la Palabra. Se da un tránsito suave de la meditación de la *lectio* a la oración contemplativa, especialmente cuando la repetición se va centrando en una frase o en una palabra que se repite interiormente y que lleva al contemplativo a gustar esa Palabra en silencio. De ahí se pasa fácilmente a gustar a Dios mismo, ya sin necesidad de ideas o

palabras. Pero eso nos introduce en el paso siguiente de la *lectio*, el de la contemplación.

Contemplación

De las últimas fases de la oración se pasa fácilmente a la contemplación: del diálogo personal e íntimo con el Señor se pasa al silencio amoroso en el que se gusta a Dios directamente; se pasa de la Palabra de Dios al mismo Dios. Así lo manifiesta uno de los maestros antiguos de la *lectio*:

Cuanto más te conozco, más profundamente deseo conocerte; no en la corteza de la letra, sino en el conocimiento que viene de la experiencia (Guigo, el cartujo, *Scala Claustralium*, VI).

Este paso, más que los otros, es especialmente gratuito por parte de Dios. No podemos llegar a él por medio de nuestras propias fuerzas. Es el fruto maduro de la *lectio*. Se trata de llamar a las puertas de la contemplación por medio de la *lectio*, de modo que Dios las abra cuando desee. O si se quiere decir de otro modo, dejar que Dios llame a la puerta de nuestra vida por medio de su Palabra para que le dejemos entrar en ella y se dé el encuentro personal y la entrega mutua que el libro del Apocalipsis representa con la cena:

Mira que estoy a la puerta y llamo; si alguno oye mi voz y me abre la puerta, entraré en su casa y cenaré con él y él conmigo (Ap 3,20).

Entonces, ¿qué debemos hacer para llegar a la contemplación? Después de haber recorrido fielmente todos los pasos de la *lectio*, sólo cabe esperar, mirar y contemplar lo que hemos meditado, y dejar que Dios conceda el encuentro personal y amoroso; en definitiva se trata de mirarlo sólo a él.

Hay que tener mucho cuidado, de no confundir la contemplación con los fenómenos extraordinarios de la mística. Estamos hablando de mirarlo sólo a él en fe, pero una fe que permite encontrarnos a Cristo directamente sin el velo de la Escritura. Se trata de un conocimiento contemplativo como el que pide san Pablo en la carta a los Efesios:

Que (Dios) os conceda, según la riqueza de su gloria, que seáis fortalecidos por la acción de su Espíritu en el hombre interior, que Cristo habite por la fe en vuestros corazones, para que, arraigados y cimentados en el amor, podáis comprender con todos los santos cuál es la anchura y la longitud, la altura y la profundidad, y conocer el amor de Cristo, que excede a todo conocimiento, para que os vayáis llenando hasta la total plenitud de Dios (Ef 3,16-20).

Se trata de que Cristo habite en nuestro interior y nos conceda el don que ilumina los ojos de nuestro corazón. Es un salir de nosotros mismos a Dios, pero que no se realiza con la sensibilidad, sino con la fe.

Lo esencial de esta etapa, en la que ya no se pueden dar muchas normas, es la fe y el amor. En el fondo lo único que se puede hacer es «dejarse hacer».

Dicho esto, también es necesario que en nuestro avance en la *lectio* vayamos leyendo la Biblia entera, sin desperdiciar nada de ella. En toda ella habla Dios. Hay que terminar por leer la Biblia por entero, incluso los libros que nos parece menos útiles para la vida espiritual, porque también ellos son Palabra de Dios, y en ellos nos habla él.

Características de la *lectio*

Gratuita

Una de las características esenciales de la *lectio* es que se trata de una lectura gratuita de la Palabra de Dios. Al empezar la lectura de Dios, no debemos tener un objetivo intelectual o un interés predeterminado para nuestra vida moral o para obtener un fruto espiritual preestablecido. Leemos por leer, no por aumentar nuestros conocimientos o por satisfacer nuestra curiosidad. La lectura divina es, en este sentido, desinteresada y gratuita. Se busca a Dios por sí mismo; el Dios que se encuentra en su Palabra. El único objetivo válido de la *lectio* es el amor a Dios; no se busca otra cosa. Se lee a Dios simplemente para estar con él, para escuchar su voz. Es leer por leer, como los enamorados hablan por estar juntos, no para sacar ningún provecho. Por eso

la *lectio* es pausada y está ajena a toda prisa o a todo agobio marcado por unas metas establecidas previamente.

Íntima y amorosa

La lectura de Dios, en consecuencia, no busca un conocimiento exhaustivo de la verdad (como el teólogo o el exegeta), sino llegar a un contacto directo con Dios, estar con él, escuchar a un Dios que me habla personalmente en ese momento. Se trata de un contacto personal en el que Dios nos abre su corazón para que penetremos en él. De la primera abadesa de Santa Cecilia de Solesmes, Cecilia Bruyère, se decía que «sabía leer la Palabra de Dios, bajo la mirada de Dios, con ojos de esposa». El amor es el gran protagonista de la *lectio*. Dios, que se hace fácilmente accesible para el que sabe amar, se esconde para el que sólo quiere comprender.

Orante

Se trata de una lectura orante. La oración debe interrumpir y empapar la lectura. Por eso no se trata de leer mucho, sino de pasar de la lectura a la oración. Cuando la *lectio* es atención a Dios y contacto íntimo y personal a Dios por medio de su Palabra, la oración brota espontáneamente, ya sea para pedir a Dios que nos enseñe el sentido de su Palabra, ya sea para pasar de la escucha a la petición, al diálogo con Dios. El objetivo específico de la *lectio* es llevarnos a la oración y a la contemplación. Sin oración no hay lectura de Dios.

Asidua

Una cuarta característica de la *lectio* es que tiene que ser asidua. No se trata de un esfuerzo momentáneo que vaya a dar fruto inmediatamente. Se trata de una relectura constante, de una tarea que no tiene fin. Es una lectura perseverante. Y la razón de esta constancia es que la Palabra de Dios es inagotable, siempre se puede profundizar más, siempre queda algo por descubrir; Dios tiene siempre algo nuevo que decirnos por medio de su

Palabra. Se puede volver una y otra vez sobre el mismo pasaje y siempre encierra nuevos tesoros; y, cada vez, tiene la capacidad de ponernos en contacto directo con el Dios que nos habla y que nos escucha. La *lectio* no admite vacaciones; la constancia es lo que hace que la lectura de Dios dé su fruto. Y como se basa en el amor, la *lectio* no puede dejar de escuchar al Amado que nos habla en su Palabra, de mirar su rostro que se refleja en la Escritura.

Eso hace que nos tengamos que deshacer de la tendencia moderna a lo rápido e instantáneo. Hay que perseverar mucho en la *lectio* para llegar a hacerla de verdad. Como decía un teólogo protestante: «Aplicáte tú todo al texto, y todo lo que éste dice aplicatelo a ti mismo» (Bengel). Esa disciplina requiere orar en tiempos y momentos determinados, hacer renunciaciones concretas para poder dedicarnos a la lectura de Dios. Cada día hay que tener un momento holgado para la lectura atenta y desinteresada, dedicada exclusivamente a buscar a Dios, a estudiar su corazón.

Exacta y espiritual

Una de las paradojas de la *lectio* es que tiene que ser, a la vez, una lectura exacta que parte del sentido literal de la Palabra y, sin embargo, una lectura que busca una comprensión espiritual de lo que Dios nos dice por medio de ella. De nada sirve leer la Biblia si no se la entiende o si se la entiende mal o si ponemos en ella lo que Dios no dice. No podemos evitar el esfuerzo para entender la Escritura lo más exactamente posible. Pero el sentido literal sólo es el punto de partida para encontrar en la Escritura el significado que tiene para la propia vida espiritual. Es una lectura para alimentar la relación con Dios. Por eso necesita partir del sentido literal, buscar el sentido espiritual, para llegar a una relación personal a través de la lectura de la Palabra.

Activa y pasiva

Otra paradoja de la *lectio* es que se trata de una lectura activa y pasiva a la vez. La lectura de Dios tiene una parte que es nuestra

tarea: hay que leer y meditar, buscar el sentido de lo que leemos, intentar adaptarnos a la Palabra de Dios que hemos meditado. No hay verdadera *lectio* si no se revive de alguna manera la Palabra de Dios que vamos rumiando. Pero, a la vez que activa, la *lectio* es eminentemente pasiva: es Dios el que actúa en la *lectio*, él es el que está presente en su Palabra y actúa por medio de ella transformándonos. Eso hace que nosotros tengamos que fomentar en la *lectio* las llamadas virtudes pasivas que consisten fundamentalmente en «dejarse hacer»: dejar resonar en nosotros la voz de Dios que nos habla, dejar que la Palabra nos juzgue y nos transforme, abandonarnos a Dios.

Privada y eclesial

Una tercera paradoja de la lectura de Dios es que tiene que ser simultáneamente privada y eclesial. Como acto de oración, de diálogo con Dios, la *lectio* es necesariamente una actividad privada y personal. Nadie puede hacerla por nosotros, se tiene que implicar nuestro yo más profundo. Dios habla a cada uno de una forma personal e irrepetible y la respuesta ha de ser también plenamente personal.

Sin embargo, cuando leo la Palabra, sigo siendo un miembro vivo del Cuerpo de Cristo que es la Iglesia. Y cuando leo es la misma Iglesia la que busca y se une un poco más a su cabeza. Hay que leer la Escritura con los ojos de la Iglesia, en comunión con la Iglesia. Es preciso buscar, ante todo, lo que dice la Palabra de Dios e interpretarla a la luz de la tradición de la Iglesia, en comunión con el sentido que le da la Iglesia. Decían los antiguos que «la Iglesia es quien posee y lee el libro de las Escrituras». La Escritura es un tesoro escondido en el campo de la Iglesia.

La *lectio* está muy lejos del «libre examen» que interpreta la Palabra de Dios a su antojo. La unión con la Iglesia elimina de la *lectio* el riesgo del subjetivismo o de la fantasía al acercarse personalmente a la Palabra.

La necesidad de que la *lectio* sea una lectura eclesial hace que la lectura de la Palabra que han hecho los santos Padres y los

santos sea una ayuda para la lectura de Dios. Nos interesa la Palabra de Dios, pero nos ayuda el encontrar los ecos de la Palabra en la Esposa de Cristo que es la Iglesia, para leerla en comunión con ella.

Requisitos de la *lectio*

Para que la lectura de la Palabra de Dios sea realmente lectura de Dios son necesarios algunos requisitos por parte del que ora. No se trata de capacidades intelectuales, sino de disposiciones interiores y de actitudes que no podemos olvidar si queremos hacer *lectio*.

Pureza de corazón

Hace falta pureza de corazón para acercarse a la Palabra de Dios y escuchar su voz en las letras de la Escritura. Se trata de ir purificando el corazón de pecados y de falsas motivaciones, sabiendo que, según la bienaventuranza, los limpios de corazón son los que ven a Dios (Mt 5,8). Hay una ascesis que debe acompañar a la lectura de la Palabra, pero sobre todo hay que buscar a Dios con un corazón sincero.

Docilidad y entrega

Como la *lectio* no es una búsqueda meramente intelectual del sentido de la Palabra de Dios, sino un encuentro personal con Dios a través de la Escritura que conlleva la conversión de la vida a la Palabra leída, es necesaria una actitud de conversión continua. El que no está dispuesto a cambiar no tiene la docilidad necesaria para dejar hablar a Dios y permitir ser juzgado por su Palabra. El que no está dispuesto a renunciar a sus puntos de vista y a sus ataduras no puede entender el libro de la Escritura. Dios se revela en su Palabra sólo en la medida en que estamos dispuestos a acogerlo. La parábola del sembrador nos ayuda a entender la necesidad de nuestra actitud para que la Palabra de Dios dé fruto abundante (cf. Mc 4,3-8.14-20 y par.). La entrega al Dios que nos habla es una disposición necesaria para la *lectio*.

Esa entrega es la actitud de María cuando escucha la Palabra de Dios que le dirige el ángel: «Hágase en mí según tu Palabra» (Lc 1,38); o la actitud de Abrahán antes de que Dios le comunique su voluntad: «Aquí me tienes» (Gn 22,1.12).

La Palabra de Dios exige obediencia. Es necesario poner en práctica la Palabra de Dios que se lee. Sólo así puede ser el fundamento de nuestra vida (cf. Mt 7,24ss, la casa edificada sobre roca), y darnos la verdadera alegría («Dichosos los que escuchan la Palabra de Dios y la cumplen», Lc 11,28). La *lectio* divina no es sólo una escuela de oración, sino una escuela de vida. La lectura de Dios nos impulsa a la acción, nos empuja a obrar, pero según la voluntad de Dios que hemos descubierto en la oración.

Silencio

Un requisito imprescindible para la escucha de la Palabra de Dios, un signo de docilidad y de entrega, es el silencio. La *lectio* necesita el silencio, y no sólo el silencio mientras se lee, sino un silencio que empape la vida. El silencio permite que en el momento de la *lectio* podamos escuchar a Dios sin los ruidos que llenan nuestra vida y además el silencio hace posible que luego resuene en la vida la Palabra de Dios que hemos introducido en nuestro corazón. La *lectio* sólo puede florecer en un clima de paz y de recogimiento. No podemos prestar atención a la Palabra de Dios si no hacemos callar los ruidos que vienen de fuera y de dentro de nosotros. Hacer silencio interior significa dejar de escuchar a nuestro yo y empezar a escucharle a él.

¿Qué leer?

Nos queda una última pregunta que resolver. ¿Qué leer? ¿Por dónde empezar?

Lo primero que debe quedar claro es que el objeto de la *lectio* es exclusivamente la Escritura, porque sólo ella es Palabra de Dios, sólo Dios está presente en ella y solo ella tiene la eficacia de la Palabra de Dios.

Además es necesario leer la Palabra de Dios de forma continuada. Hay que evitar leer a saltos o elegir lo que vamos a leer según nuestros intereses. Hay que evitar manipular la Palabra de Dios buscando en ella lo que de antemano queremos escuchar. No se debe leer la Escritura al azar ni elegir según nuestros gustos o preferencias. Hay que dejar que Dios nos salga al encuentro a través de la Palabra, que sea él el que nos plantee lo que quiera y nos diga lo que quiera.

Una forma de dejarnos llevar por el ritmo de la Palabra es hacer la *lectio* según el ritmo de la liturgia. Eso tiene la ventaja de adecuar la lectura de Dios con los tiempos litúrgicos. Otra forma es ir leyendo algunos libros de la Escritura de forma continuada. No es recomendable leer la Biblia de principio a fin. Es mejor empezar por los libros que nos resulten más accesibles. Los antiguos recomendaban empezar por los Salmos, y tenían como libros fundamentales para la meditación -hasta aprenderlos de memoria- los evangelios, las cartas de san Pablo, los profetas.

No se trata de leer mucho. Más bien de tomar cada día de la Escritura el alimento necesario que podamos ir asimilando con la rumia de la meditación.

La *lectio* en la vida contemplativa secular

Al final de esta introducción a la lectura de Dios, podemos caer en la cuenta de que la *lectio* forma parte de la aportación que el contemplativo hace a la Iglesia y de su misión específica: revivir en nuestra vida la Palabra de Dios. Por medio de la *lectio* hemos de permitir que, al menos en nosotros, se realice el fin que tiene la Escritura: ser acogida como Palabra amorosa de Dios que conduce a la entrega mutua, al verdadero conocimiento de Dios, a la unión esponsal con Cristo.

Una necesidad que experimenta de forma apremiante el contemplativo -si vive en el mundo- es aprender a mirarnos como Dios nos mira y ver al mundo y a los demás con la mirada de Dios. Esa mirada de Dios la aprendemos en la Escritura y la conseguimos con la *lectio*. Como dice Orígenes: «La Escritura es

mucho más necesaria para vosotros que estáis en medio del mundo».

Forma parte de la vocación contemplativa el «permanecer» en Dios, unidos a Cristo. Y eso se realiza necesariamente «permaneciendo» también en su Palabra (cf. Jn 8,31; 15,7).

La Palabra que se ilumina en la *lectio*, la Palabra viva que Dios me dirige y que guardo en la memoria de mi corazón me abre el paso a la oración continua, y me permite poder acudir a ella en cualquier ocasión. El contemplativo lleva la Palabra de Dios en su corazón.

Bibliografía

García M. Colombás, *La lectura de Dios. Aproximación a la lectio divina*, Ediciones Monte Casino, Zamora 1992.

Innocenzo Gargano, *Iniciación a la lectio divina. Un itinerario para acercarse a la Palabra de Dios*, Sociedad de educación Atenas, Madrid 1996.

E. Bianchi, *Orar la Palabra*.

Guigo el Cartujo, *Scala Claustralium* (PL 184,475-484).

VV. AA., *La lectio divina: aportaciones y sugerencias* (material recogido de *Sources Vives*, nº 57 (1994), revista de las Fraternidades Monásticas de Jerusalén).