

LECTIO DIVINA

“La ascesis del monje consiste en la meditación de la Escritura y la realización de los preceptos de Dios. El monje que no se consagra a esto no es un asceta” (Abba Hyperechios).

“Tengan (los religiosos), ante todo, diariamente en las manos la Sagrada Escritura, a fin de adquirir, por la lectura y la meditación de los sagrados libros, ‘el sublime conocimiento de Jesucristo’ (*Flp* 3,8)” (*Perfectae Caritatis* 6).

“Esa búsqueda de Dios, por la que el hombre debe renunciar a todo lo que posee, se realiza plenamente con la lectura y meditación de las Sagradas Escrituras. La oración debe ir siempre acompañada de la lectura de la Sagrada Escritura, para que se realice el diálogo de Dios con el hombre, pues a Dios hablamos cuando oramos, a Dios escuchamos cuando leemos sus palabras. Al estudiar la Sagrada Escritura que es el espejo en que la Iglesia peregrina contempla a Dios, de quien todo lo recibe, somos todos conducidos de este amor a Dios a contemplar su belleza. De esta forma el amor y la contemplación se enriquecen mutuamente. Pues el amor a Dios es su mismo conocimiento, ya que sólo es conocido cuando es amado, y no es amado si no es conocido, de forma que tanto es conocido como amado y tanto amado como conocido” (*Venite Seorsum* 11,2-4).

Las citas que anteceden nos invitan a reflexionar sobre la *Lectio divina*. De entrada nos atrevemos a decir que sin la Escritura no hay espiritualidad cristiana genuina. Y más aún: sin la Escritura no existiría la espiritualidad monástica.

Los jóvenes que se acercan a nuestros monasterios suelen preguntarse: ¿qué hacen los monjes para unirse a Dios?, ¿cómo oran? En una nota anterior, sobre el “arte espiritual” de la tradición benedictino cisterciense, tratamos de contestar a la primera pregunta⁵⁴⁰. Encaramos ahora la segunda. Esto nos llevará a explicar: qué es la *Lectio divina* (1); en qué contexto se ubica (2); cómo es este método de oración contemplativa (3); qué esperamos alcanzar con ella (4); finalmente, trataríamos de ofrecer unos consejos prácticos que ayuden y orienten en su ejercicio (5).

Aclaremos que nuestro propósito es más bien práctico que no teórico. Mejor aún: ponemos por escrito todo aquello que habiéndolo dicho alguna vez de palabra viva, nos parece de utilidad para introducir en este privilegiado instrumento del arte espiritual monástico.

1. LA LECTIO DIVINA

Mucho se ha hablado, escrito y discutido últimamente sobre el sentido práctico de la *Lectio divina*. Simposios, Reuniones de padres maestros. Encuentros Regionales y hasta Capítulos Generales han tratado el tema y ofrecido sus orientaciones. De todo esto, ¿qué sacamos en limpio?

Ante todo nos parece necesario hablar de la *Lectio* en un sentido general. En este caso la *Lectio* se refiere a toda actividad monástica que no sea el Oficio Divino, el trabajo manual y, por supuesto, la comida y el sueño. Es decir, todo ejercicio que implique lectura.

Dejando de lado la pregunta ociosa, ¿acaso el Oficio no implica lectura?, digamos que en este sentido parecería hablar nuestro Capítulo General de 1969, en su Declaración sobre la Vida Cisterciense:

⁵⁴⁰ *Cuadernos Monásticos* X: 32 (1975), pp. 102-110.

“Esta búsqueda de Dios anima toda nuestra jornada, que se distribuye entre el *Opus Dei, Lectio divina* y trabajo manual” (*Norma 3; cf. RB XLVIII,1*).

Esta concepción general, con oportunas precisiones, la encontramos también en las Proposiciones sobre la Vida Benedictina, preparada por la Comisión Monástica, para el Congreso de la Confederación Benedictina de 1967. Su riqueza nos invita a citar íntegramente el texto:

“Como todos los bautizados, pero de modo muy especial, el monje está siempre atento a la Palabra de Dios, para recibirla, guardarla, prestarle obediencia, vivirla y entrar así en la salvación que ella ofrece. El monje hace retomar a Dios esta palabra en su oración, tanto secreta como conventual.

La Palabra de Dios llega al monje por caminos diversos, sea individuales, sea colectivos: por la Sagrada Escritura, la Iglesia y la liturgia, su abad (*RB II,5. 12*) y sus hermanos y finalmente también a través de los acontecimientos exteriores.

La meta de la ‘*lectio divina*’ la constituye la búsqueda de Dios en su Palabra escrita. De allí que la *lectio divina* es considerada por toda la tradición monástica como uno de los medios más adecuados y necesarios para la vida de los monjes (*RB IV,55; XLVIII*).

Su objeto primordial es la Sagrada Escritura. Con todo, también abarca el estudio de los Padres, de la Tradición, de los ejemplos y la doctrina de los santos, de la reflexión viva de la Iglesia a lo largo de los siglos (*RB LXXIII,2-6*) En otras palabras: la *lectio divina* va más allá de la simple noticia o investigación de las cosas humanas y del trabajo ordenado a la ciencia, la teología o la cura de almas, aunque no prescinda de estas noticias y disciplinas en forma oportuna.

Esto exige una formación idónea y la creación de un ambiente favorable, para que pueda desenvolverse una lectura verdaderamente orante, tranquila, asidua, que se manifieste y dilate en fe y caridad.

De este modo la *lectio divina* ayuda poderosamente al monje a convertirse cada vez más en un ‘hombre de Dios’, sensible a su presencia y a las inspiraciones de su voluntad, lleno de su Espíritu de sabiduría, solícito a la santa alabanza, dispuesto a servir a Dios en todas las circunstancias de la vida de comunidad y ser testigo del Señor por medio de su vida” (*Proposición 19*).

Pero esta concepción general no quita que la *Lectio* pueda también considerarse desde una perspectiva y un sentido más particular. El texto que acabamos de citar parece hasta insinuarlo. Este énfasis particularizante, que se apoyaría en la necesidad de volver a las fuentes, pareciera distinguir entre *Lectio divina*, lectura espiritual y estudio.

A este respecto nos parece interesante citar un texto de la Congregación General XXXI de la Compañía de Jesús:

“Habiendo placido al Padre hablarnos a los hombres tanto en su Hijo, el Verbo encarnado, como también muchas veces en las Escrituras, este tesoro de las Escrituras, entregado por el Esposo a su Iglesia para que rija y nutra la vida cristiana, constituye la fuente pura y perenne de la vida espiritual, de la oración y de la renovación de la vida religiosa.

Pero además, toda la tradición de la Iglesia nos recuerda a este propósito que la Escritura no se hace para nosotros palabra de salvación a no ser que se la oiga en la oración, y nos lleve a la obediencia de la fe.

La *'lectio divina'* requiere, según un uso antiquísimo en la vida religiosa, una total disponibilidad para con el Dios que en ella nos habla, así como también una compunción de corazón bajo la 'espada de doble filo' de la Escritura que de continuo nos invita a la conversión.

También se puede esperar con todo derecho, de esta lectura meditada de la Escritura, la renovación del ministerio de la Palabra y el de los Ejercicios Espirituales, ya que ambos a dos se nutren de nuestra familiaridad con el Evangelio.

Más como la Palabra de Dios llega a nosotros en la Tradición viva de la Iglesia, no puede separarse el mayor acceso a las Escrituras de un renovado estudio de los Padres y de los mejores autores espirituales, en especial de los escritores de la Compañía de Jesús. Séanos ejemplo San Ignacio, en cuya conversión tuvo gran parte la lectura espiritual.

De la misma manera el estudio de la teología, que conviene continuar durante la vida apostólica, debe juntarse con la oración para que así nos conduzca a una experiencia cada vez más profunda de Dios" (D. 14, n. 6).

Aceptamos la distinción ofrecida por el texto que precede, pero deseamos encuadrarla en la concepción general de la *Lectio*. Diremos, entonces, que habría como diferentes modos o grados de *Lectio divina*, según graviten más o menos directamente en nuestra relación con Dios. Podemos así hablar de *una Lectio*:

- *Formativa: cuyo propósito inmediato es entender y adquirir conocimiento vital. Se identificaría con el estudio teológico, siempre y cuando tengamos en cuenta que: "Por razón de su misma naturaleza, la teología lleva al encuentro personal con Dios, suscitando en quien la enseña o estudia un estímulo a la plegaria y a la contemplación... La vitalidad de la teología en relación con la oración y la contemplación, según la doctrina del Vaticano II, se obtiene mediante el recurso a la Palabra de Dios manifestada y operante en la historia de la salvación que encuentra su centro vivificador y sintetizante en el misterio de Cristo". Porque, "poseyendo la teología por objeto verdades que son principios de vida y de compromiso personal, ya para cada creyente, ya para la comunidad de que forma parte, tiene una dimensión espiritual, merced a la cual el teólogo en la investigación y en el estudio no procede en la línea de un puro intelectualismo, sino que obedece a las exigencias de la fe efectuando cada vez más su unión existencial con Dios y su inserción vital en la Iglesia"* (Sda. Cong. para la Educación Católica, *La formación teológica de los futuros sacerdotes*, 73,2-3; 22,5; cf. 25,2; y 38,4).
- *Espiritual*: que si bien tiene como objeto inmediato la adquisición de nuevos conocimientos, no obstante enfatiza explícitamente lo referente a la vida espiritual y a nuestra búsqueda de Dios. Se trata, pues, de un conocimiento para fundamentar nuestras motivaciones.
- *Pura*: se basa en la Sagrada Escritura. Su fin es la contemplación de la misma realidad divina, la unión con Dios mediante la fe y el amor.

Concluyendo este apartado, tratemos de dar una respuesta básica a la pregunta sobre el sentido de la *Lectio divina*. Por *Lectio divina*, sobre todo la que hemos denominado "Pura", entendemos ese ejercicio que nos permite integrarnos en el diálogo de la revelación, mediante la Palabra de Dios consignada en la Sagrada Escritura y la Tradición. Implica, pues, una asimilación de la verdad salvífica y una comunión con el Salvador.

En los puntos que siguen a continuación nos referiremos especialmente a *la Lectio Pura*, pero mucho de lo que expresemos será también válido para la *Lectio* Espiritual y Formativa.

2. CONTEXTO VITAL EN QUE SE UBICA NUESTRA LECTIO DIVINA PURA

Nuestra *Lectio Pura* se ubica ante todo, en el contexto de la Iglesia y su Magisterio. Recordemos que “el oficio de interpretar auténticamente la Palabra de Dios, oral o escrita, ha sido encomendado únicamente al Magisterio de la Iglesia, el cual lo ejercita en nombre de Jesucristo”. Por lo tanto, “la Escritura se ha de leer con el mismo Espíritu con que fue escrita, por eso, para descubrir el verdadero sentido del texto sagrado hay que tener muy en cuenta el contenido y la unidad de toda la Escritura, la Tradición viva de toda la Iglesia y la analogía de la Fe” (*Dei Verbum* 10. 12).

“En la celebración litúrgica, la importancia de la Sagrada Escritura es muy grande. Pues de ella se toman las lecturas que luego se explican en la homilía, y los salmos que se cantan, las peticiones, oraciones e himnos litúrgicos están penetrados de su espíritu, y de ella reciben su significado las acciones y los signos” (*Sacrosanctum Concilium* 24) Por eso podemos decir que nuestra *Lectio* es la prolongación de la Palabra “más allá” de la Liturgia. Es una celebración solitaria de la Palabra, una “liturgia interior”, espiritual o del corazón. En la práctica diaria de la *Lectio* puede ser muy conveniente usar los mismos textos de la Misa del día.

Además, siendo la *Lectio* el método monástico de oración contemplativa, ha de estar vitalmente relacionada con todos los otros “instrumentos del arte espiritual”, que se practican en el “recinto del monasterio” guardando “estabilidad en la familia monástica” (cf. *RB IV, 75-78*) Casi diríamos que la *conversatio morum* o “modo de vida monástico” tiene por objetivo próximo la creación de un medio ambiente o clima bíblico, en el cual la Palabra de Dios fructifique al ciento por uno.

Por último, no podemos olvidar las circunstancias espacio-temporales, ni las características personales y temperamentales. El hoy y aquí del lector condiciona selectiva e interpretativamente el mensaje de la Palabra de Dios. Asimismo, recordemos que no hay acceso a la Palabra que no pase por las “pre-comprensiones” (condicionamientos abiertos) o “pre-juicios” (condicionamientos cerrados) del lector.

3. COMO ES ESTE MÉTODO DE ORACIÓN CONTEMPLATIVA

Digamos ante todo que un “método espiritual”, en la vida de la gracia, no tiene sino una función cooperativa, dispositiva o preparatoria, pero nunca substituyente: nadie llega a participar en la vida divina por el mero recurso a una técnica o método. Es de notar que, con frecuencia, no se llega a la contemplación por el método sino al método por la contemplación, es decir: se acude a un método a fin de facilitar el desarrollo de la gracia ya recibida y entrar más fácilmente en el ritmo de la misma; de hecho, una vez que se ha crecido en ella, se vuelve a abandonar el método. Los métodos son siempre como un traje o vestido ya confeccionado: no está hecho a medida; es importante recordar que el método ha de adaptarse al hombre y no el hombre al método.

Esbozemos ahora brevemente lo que podríamos llamar el “proceso” de la *Lectio Pura*. Podemos distinguir en él: un prólogo o introducción y una sucesión compenetrada, natural y espontánea de momentos espirituales. Inclusive podemos decir que estos momentos pueden coexistir simultáneamente. El fruto que cada momento reporta determina su propia duración. Recordemos a éste propósito las palabras de un gran maestro espiritual: “no el mucho saber harta y satisface al ánima, más el sentir y gustar de las cosas internamente” (san Ignacio, *Ejercicios Espirituales*, 2).

El prólogo o introducción consiste en una preparación a la lectura, implica, ante todo, la determinación del pasaje bíblico a confrontar, el cual puede estar sugerido por el ciclo litúrgico (por ejemplo: las lecturas de la Misa del día) o necesidades personales. Se trata, además, de un recogimiento unitivo en vista a lo que vamos a hacer: al acto de fe en ese Dios que nos habla con presencia y palabra actual, debemos añadir nuestra propia, total y despojada presencia ante El. Es una toma de conciencia del misterio de la cita con Dios, toma de conciencia que ha de implicar una profunda percepción de la infinita Trascendencia e Inmanencia de Dios.

La sucesión de momentos está en íntima relación con el doble movimiento del misterio de la encarnación: “Salí del Padre y he venido al mundo; ahora dejo el mundo y voy al Padre” (*Jn* 6,28). En

más detalle: “La Palabra se hizo carne y puso su morada entre nosotros” (*Jn 1,14*), y hemos de recibirla para que pueda ser nuestra vida y luz, y esto lo hacemos mediante la *lectura y meditación*. Y esta Palabra salida del Padre no volverá a El sin haber cumplido su misión salvífica (cf. *Is 55,11*), la cual se efectúa, en este caso particular, mediante nuestra *oración y contemplación*.

En forma más analítica podemos entender así el sentido de cada uno de los cuatro momentos de la *Lectio*, distinguibles en la unidad del conjunto:

- *Lectura*: confrontamos la Palabra escrita, que formula la experiencia del Amor Salvador de Dios en la historia, como así también la reflexión sobre la misma.
- *Meditación*: comprendemos el hoy y aquí de la Palabra, al igual que el Pueblo de Dios reflexionó y encontró el sentido de los acontecimientos salvíficos vividos.
- *Oración*: pedimos la vida y la verdad salvífica con la misma Palabra leída y entendida.
- *Contemplación*: mediante nuestra lectura meditada y orante. Dios desata el poder dinámico del misterio, éste se hace acontecimiento para mí, anticipando lo esperado.

La siguiente síntesis gráfica muestra cómo la *Lectio* está en íntima relación con el doble movimiento de la encarnación, y reproduce inversamente los pasos dialécticos que llevaron a la formación de la Biblia.

<p>A. La Palabra, que era y estaba con Dios, saltó del Cielo (<i>Sb 18,15</i>)</p> <p>1. El Pueblo <i>experimenta</i> y acepta en la fe el misterio de Dios que se revela salvando en la historia</p> <p>(alabanza y súplica)</p> <p>2. <i>Reflexión</i> de fe en búsqueda del sentido de los acontecimientos vividos</p> <p>3. Formulación <i>escrita</i> de la experiencia y la reflexión</p>	<p>A'. El Hijo, que está en el seno del Padre, nos lo ha revelado (<i>Jn 1,18</i>)</p> <p>1'. CONTEMPLACIÓN</p> <p>ORACIÓN</p> <p>2'. MEDITACIÓN</p> <p>3'. LECTURA</p>
<p>B. Y la Palabra se hizo carne y habitó entre nosotros</p>	<p>B'. La Palabra, habiendo cumplido su misión, vuelve a quien la envió</p>

Este método espontáneo de oración contemplativa gozó en el siglo XII de su máximo esplendor. He aquí como lo describe un monje cisterciense, el Abad Adam de Perseigne: “La lectura te propone, como en un espejo, qué es lo que has de hacer; en el trabajo de la meditación buscas y hallas el modo práctico de obrar. Con la asiduidad en la oración alcanzas del cielo el auxilio necesario para obrar. Cooperando tú con tu trabajo, mas confiando en la ayuda divina, es cómo realizas las buenas obras. Cuando estas cuatro cosas, por su ejercicio, han llegado a ser habituales, conducen al alma va purificada a la contemplación de las cosas del cielo” (*Epístola XXX*).

Otros textos de un clásico sobre la materia, Guigo II el Cartujo, nos ayudarán a seguir profundizando en el sentido y dinámica o proceso de la *Lectio*:

“La lectura busca la dulzura de la vida bienaventurada. La meditación la descubre. La oración la pide. La contemplación la saborea.
 La lectura pone como un sólido alimento en la boca. La meditación lo mastica y desmenuza. La oración percibe el gusto. La contemplación es la dulzura misma que alegra y alimenta.
 La lectura es como la corteza. La meditación como la médula. La oración, la petición de lo deseado. La contemplación, el gozo de la dulzura ya alcanzada.

La lectura aparece en primer lugar, como el fundamento; ella proporciona la materia y nos lleva a la meditación. La meditación busca atentamente qué es aquello que debe ser deseado; cavando, descubre un tesoro, y lo muestra, pero no puede alcanzarlo por sí misma, y nos remite a la oración. La oración, alzándose con todas sus fuerzas hacia Dios, le pide el deseado tesoro: la suavidad de la contemplación. Esta, cuando llega, recompensa el esfuerzo de las tres anteriores, embriagando al alma sedienta con la dulzura del rocío celestial.

La lectura es un ejercicio exterior. La meditación, un acto de la inteligencia interior. La oración, un deseo. La contemplación, algo por encima de los sentidos. El primero es el grado de los que comienzan. El segundo, de los que progresan. El tercero, de los devotos. El cuarto, de los bienaventurados.

Estos grados, de tal modo están conectados entre sí, y de tal modo se ayudan recíprocamente, que de poco o nada sirven los precedentes sin los subsiguientes, y nunca o casi nunca se pueden adquirir lo subsiguientes, sin los precedentes.

De todo esto podemos concluir que la lectura sin la meditación es árida; la meditación sin la lectura es engañosa; la oración sin la meditación es tibia; la meditación sin la oración es infructuosa. La oración devota alcanza la contemplación, pero la contemplación sin la oración es un hecho raro o milagroso” (*Escala de los monjes*, III, XII-XIV).

Para terminar este apartado, quizás sea interesante considerar brevemente la relación entre el proceso de la *Lectio* y los “sentidos de la Escritura”

Por sentidos bíblicos entendemos, sencillamente, las verdades que Dios quiere decirnos por medio del autor sagrado. Sabemos que los sentidos de la Escritura son fundamentalmente dos: el *literal* (llamado también histórico, lógico, gramatical o directo) y el *espiritual* (real o “más allá del literal”) Ahora bien, éste último presenta tres aspectos, a cada uno de ellos corresponde un sentido específico, denominado de varias formas, a saber:

- Aspecto místico o misterioso: sentido alegórico o dogmático.
- Aspecto moral: sentido tropológico, práctico o propiamente espiritual.
- Aspecto escatológico: sentido anagógico.

Toda esta doctrina se plasmó didácticamente, en la edad media, en el siguiente verso que tiene por autor a Agustín de Docia:

LITTERA GESTA DOCET,
La letra enseña los hechos,
(la historia es el fundamento)
QUID CREDAS ALLEGORIA,
la alegoría lo que has de creer,
(la alegoría edifica la fe)
MORALIS QUID AGAS
la moral cómo has de obrar,
(la tropología edifica la fe que obra por el amor)
QUO TENDAS ANAGOGIA.
la anagogía lo que has de esperar
(la anagogía edifica la esperanza).

Tratemos, finalmente, de ejemplificar estos cuatro sentidos y de relacionarlos con el proceso de la *Lectio*. Nos valdremos del libro de Josué:

- Sentido literal: Dios salva por medio de Josué a fin de hacer descansar al pueblo en la tierra prometida. Esto es lo que aprendemos por la lectura del texto.
- Sentido alegórico: el Padre nos salva por medio de su Hijo Jesús a fin de introducirnos en el descanso final. Este sentido es fruto de la meditación.

- Sentido tropológico: hay que escuchar la palabra y ponerla en práctica a fin de no caer en la desobediencia y quedar en el camino. Este sentido es también fruto de la meditación, abre asimismo a la oración.
- Sentido anagógico: el descanso escatológico preparado por y Dios para todos los hombres. Este sentido se actualiza por medio de la contemplación, la cual anticipa lo pedido en la oración.

4. QUÉ ESPERAMOS ALCANZAR CON LA LECTIO DIVINA PURA

Nada más y nada menos que alcanzar la oración pura y continua, entendida básicamente como: ascenso al Padre, en el Espíritu, por el Camino del que Él se valió para descender y salvarnos, la Palabra hecha carne y libro.

Tenemos por cierto que todo aquel que persevere pacientemente en el ejercicio diario de la *Lectio*, podrá testimoniar que: “En los Libros Sagrados, el Padre, que está en el cielo, sale amorosamente al encuentro de sus hijos para conversar con ellos. Y es tan grande el poder y la fuerza de la Palabra de Dios, que constituye sustento y vigor de la Iglesia, firmeza de fe para sus hijos, alimento del alma, fuente límpida y perenne de vida espiritual” (*Dei Verbum* 21).

Con un lenguaje más simbólico, pero no por eso menos real, digamos que por medio de la *Lectio* esperamos hacer propio el misterio de la maternidad virginal de María. He aquí cómo lo expresa un autor cisterciense del siglo XII:

“Conoce aún más plenamente que la concepción de la Virgen... es un misterio de redención y también un modelo para tu imitación, de manera que frustras manifiestamente la gracia del misterio si no imitas la virtud del modelo. Pues, quien concibió a Dios por la fe te promete lo mismo si tienes fe, es decir: si quieres recibir fielmente la Palabra de la boca del celestial mensajero, podrás tú también concebir a Dios a quien el universo no puede contener, lo podrás concebir, sin embargo, en tu corazón, no en tu cuerpo... El que te creó es creado por ti, y como si fuera poco que le tuvieras por Padre, quiere también que seas su madre: ‘quienquiera que cumpla la voluntad de mi Padre celestial, éste es mi hermano, mi hermana y mi madre’ (*Mt* 12,50). Oh alma fiel, expande tu seno, dilata tu afecto, no estreches tu corazón, concibe a quien el universo no puede contener. Abre a la Palabra de Dios un oído que escuche. Este es el camino hacia el útero del corazón para el Espíritu que lleva a cabo la concepción...” (Guerrico de Igny, *In Annuntiatione* II,4).

5. ALGUNOS CONSEJOS PRÁCTICOS

- Si bien la *Lectio* “Pura” se basa especialmente en la Sagrada Escritura, puede también aplicarse a otros escritos eclesiales, como ser: las obras de los Padres de la Iglesia, documentos del Magisterio, obras serias de teología y vidas de santos. No debemos, pues, hacer divisiones demasiado tajantes entre la *Lectio* Pura, Espiritual y Formativa.
- La *Lectio* ha de emprenderse con espíritu de aventura. Es conveniente que la lectura contenga algún elemento de sorpresa.
- Si bien hemos considerado el esquema medieval “*lectio-meditatio-oratio-contemplatio*” como un método de oración contemplativa; también podemos decir que se trata de una descripción de lo que naturalmente sucede si somos libres y tenemos tiempo para que suceda. Más que peldaños de una escalera serían los ingredientes de una dieta bien equilibrada.
- La *Lectio* pura se caracteriza por una cierta gratuidad y la carencia de fines utilitarios. Las “interrupciones” en la lectura, ocasionados por el Señor, son los momentos más importantes. Más que una actitud de lector, debemos asumir una actitud de “oír” del Señor que nos habla y sale al encuentro.

- El cuerpo está también invitado a participar: ya sea mediante una postura apropiada, gestos determinados (empezar de rodillas, hacer la señal de la cruz al empezar y terminar, etc.) o una lectura audible.
- El respeto que tengamos al Libro Santo será una muestra del amor que profesamos a la Palabra de Dios y de la captación de la presencia que la Biblia evoca. Este respeto se expresará: en el cuidado material con que tratemos nuestra Biblia y en la actitud exterior que asumimos durante la *Lectio*.
- Cuando el momento de meditación discursiva resulta difícil o imposible, se puede substituir por una repetición constante, lenta, rumiante de alguna palabra o frase que nos haya impactado.
- En la *Lectio* diaria se ha de procurar que quede siempre algo en el fondo de la memoria, para que asimilado, sea, a la mera evocación de su recuerdo, frecuentemente rumiado en otras horas del día.
- A algunos los puede ayudar, durante y terminada la *Lectio*, tomar nota de lo sucedido. Pero ¿qué anotar? Las siguientes pautas pueden ser de ayuda:

- 1) qué dice el texto en sí mismo; 2) qué me dice a mí habiéndolo leído;
- 3) qué le digo yo a Dios motivado por la lectura y meditación; 4) qué más sucedió.

- Aunque la *Lectio Pura* no es siempre inmediatamente gratificante es, no obstante, diariamente obligatoria. Se trata de una actividad de largo aliento que rinde sus frutos con el tiempo. Oigamos al Abad Poimén: “El agua es suave por naturaleza y la piedra dura... Si el agua cae gota a gota, perfora la piedra. Igualmente, la Palabra de Dios es suave y nuestro corazón es duro; no obstante, si el hombre escucha frecuentemente la Palabra de Dios, su corazón se abre al temor de Dios.”
- La experiencia de la *Lectio divina* nos enseñará prontamente que precisamos ayuda del cielo para poder escuchar a Dios.

Azul, Argentina