

Cómo orar con la Biblia

Los cuatro pasos de Lectio Divina

El domingo de la Palabra de Dios -- 24 Enero, 2021

“Orar diariamente con la Sagrada Escritura, especialmente mediante la práctica de la *lectio divina*.”

Cuando el papa Francisco instituyó el domingo de la Palabra de Dios, desafió a los católicos a “orar diariamente con la Sagrada Escritura, especialmente mediante la práctica de la *lectio divina*” (AI 3). *Lectio divina* quiere decir en latín “lectura divina”. Pero, ¿qué implica? ¿Cómo oramos con la Biblia?

En su exortación sobre la Palabra de Dios, el papa Benedicto XVI enumera cinco “pasos básicos para la práctica de la *lectio divina* (VD 86-87): lectura, meditación, oración, contemplación, y acción.

1 Lectura

El primer paso es escoger un pasaje de la Biblia y leerlo cuidadosamente. Si eres principiante, es buena idea empezar por uno de los Evangelios. Al leer, preguntamos: “¿Qué está diciendo la Biblia en sí misma?”

2 Meditación

El segundo paso es pensar en lo que hemos leído y dejarnos ser “movidos y desafiados”. Esto significa tomarse un tiempo para reflexionar. Mientras meditamos, preguntamos: “¿Qué me dice este pasaje?”

3 Oración

El tercer paso es hablar con Dios desde el corazón sobre lo que has escuchado. Durante este paso, nos preguntamos: “¿Qué le digo a Dios en respuesta a su Palabra?” Al tomar tiempo para hablar con Dios, nuestra lectura de la Escritura se transforma en un diálogo entre el alma y el Señor. Como enseña el Catecismo: *Le hablamos cuando oramos, lo escuchamos cuando leemos los oráculos divinos. -S t. Ambrosio (CIC 2653)*

4 Contemplación

El cuarto paso implica simplemente quedarse en silencio y “mirar” a Cristo con los “ojos” del corazón. Según las bellas palabras del Catecismo:

La oración contemplativa es una mirada de fe, fija en Jesús “Yo lo miro y él me mira”. (CIC 2715)

Durante la oración contemplativa, nuestros corazones se centran en el Señor mientras descansamos en su presencia. En último término la contemplación es “un don, una gracia”. (CIC 2713).

El monje cartujo del siglo XII, Guigo II, usó la analogía de comer para describir esta oración:

Leer es como llevarse la comida a la boca;
La meditación lo mastica y lo descompone;
La oración es saborear su sabor y
La contemplación es la dulzura que deleita y renueva. ¹

Y, como señaló el Papa Benedicto XVI, esta oración nunca está del todo completa a menos que esa dulzura no solo refresque y alegra nuestro corazón, sino que “mueva al creyente a hacer de su vida un regalo para los demás en la caridad” (VD 87).

Las citas del Catecismo de la Iglesia Católica, segunda edición, © 2001, Libreria Editrice Vaticana–United States Conference of Catholic Bishops, Washington, D.C. Utilizados con permiso. Todos los derechos reservados.

Las citas del *Aperuit illis* © 2019 Libreria Editrice Vaticana; las citas del *Verbum Domini* © 2010 LEV. Utilizados con permiso. Todos los derechos reservados.
Copyright © 2021, United States Conference of Catholic Bishops, Washington, D.C. Se reservan todos los derechos.

1. *Scala Paradisi*, II (*Patrologia Latina* 40:997), original translation.

