

LECTIO DIVINA

A.-PEQUEÑA PEDAGOGÍA PARA VIVIR LA PALABRA DE DIOS

Hacer una lectura lenta, muy lenta, de la Palabra de Dios, con pausas muy frecuentes.

Mantener el alma vacía, abierta y serenamente expectante.

Lectura desinteresada; no buscar algo como doctrina, verdades, frases bonitas, soluciones a mis problemas, consuelos...

Leer "escuchando" (al Señor) de alma a alma, de persona a persona, atentamente, pero con una atención "pasiva", sin ansiedad...

No esforzarse por entender intelectualmente, ni literalmente: no preocuparse de lo que 'quiere decir esto', sino preguntarse ¿qué me está diciendo Dios con esto?". No estancarse en frases sueltas que, acaso no se entienden, sino dejarlas sin preocuparse de entender literalmente todo.

Las expresiones que más me han conmovido, subrayarlas con un lápiz y colocar al margen una palabra que sintetice aquella impresión fuerte...

Retirar el nombre propio que aparece (por ejemplo Israel, Jacob, Samuel, Moisés, Timoteo...) y sustituirlo por tu propio nombre personal. Sentir que Dios te llama por tu propio nombre.

Si la lectura no te "dice" nada, quédate tranquilo y en paz; podría ser que la misma lectura otro día te "diga" mucho; por detrás de nuestro trabajo está, o no está, la gracia; la "hora" de Dios no es nuestra hora; hay que tener siempre paciencia en las cosas de Dios.

No luchar por atrapar y poseer exactamente el significado doctrinal de la palabra, sino más bien meditarla como hacía María en su Corazón: darle vueltas en la mente y en el corazón, dejándose llenar e impregnar de las vibraciones y resonancias del corazón de Dios, y "conservar" la Palabra, es decir, que esas resonancias sigan resonando a lo largo del día.

En los salmos, "imaginar" qué sentiría Jesús (o María) al pronunciar las mismas palabras, colocarse mentalmente en el corazón de Jesucristo y desde ahí dirigir a Dios esas palabras, "en lugar de Jesús", rezarlas en su espíritu, con su disposición interior, con sus sentimientos...

Ocuparse con frecuencia en aplicar a la vida la Palabra meditada; reflexionar en qué sentido y

circunstancias los criterios en la Palabra (la mente de Dios) deben influir y alterar nuestro modo de pensar y de actuar, porque la Palabra debe interpelar y cuestionar la vida del creyente; de esta manera, los criterios de Dios llegarán a ser nuestros criterios hasta transformarnos en verdaderos discípulos del Señor.

Determinarse por un propósito para el día, que sea concreto, ligeramente difícil, escuchado del Señor...

En suma: Leer, saborear, rumiar, meditar, aplicar.

B.- VIVIFICAR LOS SALMOS

Los Salmos son la flor y fruto de un largo romance mantenido entre Dios y el hombre. Urge ir al interior de los salmos, navegar en sus mares, sondear las riquezas de sus abismos, llenarse los ojos de luz, contagiarse de vida y después, salir a la superficie con las manos llenas de toda su riqueza y novedad.

1. Se toma el Salmo. Se lee muy despacio.

2. Trato de entender algo de su significado, de las palabras leídas.

. Después hay que dar paso al corazón:

. Decir "CON TODA EL ALMA" las expresiones más evocadoras, asumiendo vitalmente lo que pronuncian mis labios, identificando mi atención con el contenido de la frase.

4. Mientras repito la frase varias veces, me dejo contagiar, ABRO MI ALMA, a aquellos sentimientos y vivencias profundas (=reales) que experimenta el Salmista y los Profetas: Asombro, contradicción, adoración...lamentación, súplica,...

5. Trato de experimentar lo que ellos sentirán con esas mismas palabras, dejándome ARREBATAR POR LA PRESENCIA VIVA DE DIOS.

6. Si hay frase que me impresiona, me quedo ahí, repito incansablemente el versículo sin preocuparme de seguir adelante.

7. Me dejo llenar por el contenido de la frase.

CON ESTE MÉTODO SE CONSIGUE: ABRIR Y VIVIFICAR EL CORAZÓN ESTABLECER UN "PUENTE" CON DIOS CRECER EN LA AMISTAD DIVINA.

C.- PELIGROS A EVITAR EN LA ORACIÓN CON LA PALABRA

Cuando has puesto tu interés en otras cosas y te sientes atrapado por ellas, te hallas "enredado". Te puedo citar algunas de estas redes y tú podrás ver si son éstas u otras:

. No determinarse a perseverar con la Palabra y con la utilización de un método que nos ayude a "entrar

bien"en la oración.

. Las preocupaciones excesivas y angustiosas por los estudios, por los deberes en los que te empeñas~tú mismo y que no te dejan tiempo más que para estudiar, para autorrealizarte.

. Las ganas de quedar bien en cada momento, aunque tengas que aparentar...

. El deseo desaforado de dinero (bienes, posesiones, fama, prestigio...) o de los medios para conseguirlo, como es el trabajo.

. Deseo de pasarlo bien por encima de todo, hasta caer en el vértigo de ir buscando entretenimiento tras entretenimiento... Y hacerlo con las "cosas del Padre".

. La vida sensual y desenfrenada, siempre a la caza del placer... sin encajar el esfuerzo, la fidelidad...

. Las relaciones personales y sociales múltiples y superficiales, que te hacen llevar una vida sin profundidad.

. La multiplicidad e indiscriminación de las imágenes que te tragas constantemente (música, TV, cine, revistas...) que saturan tu imaginación.

. El cansancio y el sueño que te vence antes de empezar a orar...

¿Cómo vas a entregar tu corazón a Cristo si constantemente te atraen y seducen otros intereses? ¿Cómo pensar en Cristo, si tu memoria constantemente te está trayendo otras fantasías que llenan tu imaginación?¿Cómo volcar tu emotividad en él si tu corazón ama precipitadamente tddo lo que pasa y te entretiene.

Publicado en Ciudad Redonda

www.ciudadredonda.org/articulo/lectio-divina