



¿Cómo practicar la Lectio Divina?

Guía para la oración personal con la Palabra de Dios

MES DE LA BIBLIA 2024

La Lectio Divina se describe en cuatro fases principales:

- 1. Lectio:** Lee y Escucha
- 2. Meditatio:** Medita. Explórala. Ninguna pregunta está fuera de lugar. ¿Qué quería decir el autor? ¿Cómo me hace sentir? ¿Qué significa para mí?
- 3. Oratio:** Ora y responde. Habla con Dios a partir de lo que te ha dicho en su Palabra.
- 4. Contemplatio:** Descansa en la palabra de Dios. Un espacio de silencio, descansando en la presencia de Dios.

Ahora, manos a la obra. Te dejamos 7 pasos sencillos para tu oración personal:

1. Lee: Escoge un pasaje bíblico. Para comenzar, escoge alguna de las lecturas de la liturgia del día, que puedes encontrar fácilmente por internet, o bien, un evangelio de tu preferencia. Después de invitar al Espíritu Santo a venir y guiarte, lee el pasaje lentamente, y si puedes, en voz alta. Léelo un par de veces con un minuto de silencio entre una lectura y otra.

2. Medita: También podemos utilizar la palabra “disfrutar”. Meditando en el pasaje que has leído, saborea una palabra o frase que te haya llamado más la atención que otras durante la lectura. Anótalo y comienza a reflexionar sobre lo que Dios puede estar diciéndote a través de esto. ¿Cómo está hablando a tu vida esta palabra?

3. Vuelve a leerlo: Lee el pasaje una vez más.

4. Responde: Habla en oración lo que sientes que Dios te está diciendo. Cuéntale cómo te sientes con lo que Él te está diciendo y pide que la semilla de su palabra en tu corazón desarrolle una verdad profundamente arraigada, que lleve a la fecundidad en tu vida.

5. Descansa: Sencillamente toma un tiempo para permitir que Dios te envuelva en su amor, y deja que la palabra que Él te ha dado descansa en ti. Míralo y déjate mirar por Él.

6. Actúa: Termina articulando una forma en la que podrías ser capaz de vivir la Palabra que ha penetrado en tu corazón en tu vida diaria.

7. Cierra: con una oración o canto, finaliza este momento de encuentro con Cristo mediante su Palabra, sabiendo que, más allá de este tiempo de oración, Él permanece contigo a lo largo de toda tu jornada.