

LOS PASOS DE LA LECTIO DIVINA

Lectio Divina significa "Lectura Divina", se refiere específicamente a un enfoque de la oración y la lectura de las Escrituras practicado por los monásticos desde la Iglesia primitiva. La idea de rezar con las sagradas escrituras llega a la Iglesia a través de la antigua tradición judía. Los cristianos de la Iglesia primitiva continuaron con esta tradición y desarrollaron aún más la práctica de la oración y la meditación utilizando principalmente los salmos como una rica fuente de compromiso sincero con Dios. Este desarrollo es evidente en la Historia de la Iglesia primitiva en el capítulo 48 de la Regla de San Benito (480-453 d.C.).

Comienza tu tiempo de oración invocando al Espíritu Santo. Puedes hacerlo con tus propias palabras o rezando la oración tradicional, Ven, Espíritu Santo: :

"Ven Espíritu Santo, llena los corazones de tus fieles. Y enciende en ellos el fuego de tu amor. Envía tu Espíritu y serán creadas todas las cosas. Y renovarás la faz de la tierra. Oh Dios, que llenaste los corazones de tus fieles con la luz del Espíritu Santo; concédenos que, guiados por el mismo Espíritu, sintamos con rectitud y gocemos siempre de tu consuelo. Por Jesucristo Nuestro Señor. Amén."

1. LECTIO (LECTURA)

Una recitación atenta, lenta y repetitiva de un breve pasaje de las Escrituras.

En este primer paso, lea lentamente el pasaje de la Escritura seleccionado. Deja que las palabras te invadan. En el silencio que sigue, toma nota de una palabra o frase que te haya llamado especialmente la atención. Puede escribirla o subrayarla. *(Pausa para un momento de silencio).*

2. MEDITATIO (MEDITACIÓN)

Un esfuerzo por comprender la Palabra de Dios y aplicarla a mi propia vida

Vuelve a leer el pasaje despacio. Centra tu atención en la palabra o frase que más te haya llamado la atención. En el silencio que sigue, pregúntale a Dios qué quiere decirte a través de esa palabra o frase. Reflexiona sobre las ideas que te surjan. Puedes escribir tus pensamientos. *(Pausa para un momento de silencio).*

3. ORATIO (ORACIÓN)

Dialogar con Dios sobre el pasaje

Vuelve a leer el pasaje despacio. En el silencio que sigue, escribe tu propia oración al Padre en respuesta a lo que Él te ha estado diciendo durante tu tiempo de oración. *(Pausa para un momento de silencio).*

4. CONTEMPLATIO (CONTEMPLACIÓN)

Descansa en Dios

Lee despacio el pasaje por última vez. En el silencio que sigue, descansa tranquilamente en el amor que Dios te tiene y en las intuiciones o gracias recibidas durante tu tiempo de oración. *(Pausa para un momento de silencio).*

Puedes terminar tu Lectio Divina con tu propia oración de alabanza y acción de gracias o con un Gloria.

(10 minutos)

LIDERANDO A OTROS EN LECTIO DIVINA

Comienza tu tiempo de oración invocando al Espíritu Santo. Puedes hacerlo con tus propias palabras o puedes rezar la oración tradicional, Ven, Espíritu Santo:

“Ven Espíritu Santo, llena los corazones de tus fieles. Y enciende en ellos el fuego de tu amor. Envía tu Espíritu y serán creadas todas las cosas. Y renovarás la faz de la tierra. Oh Dios, que llenaste los corazones de tus fieles con la luz del Espíritu Santo; concédenos que, guiados por el mismo Espíritu, sintamos con rectitud y gocemos siempre de tu consuelo. Por Jesucristo Nuestro Señor. Amén.”

PASO 1: LECTIO (LECTURA)

Líder diga: “Lectio: En este primer paso, mientras leo el pasaje de la Escritura, deja que las palabras te inunden. En el silencio que sigue, toma nota de una palabra o frase que te haya llamado especialmente la atención. Puedes escribirla o subrayarla”

[**Líder**, lea el pasaje en voz alta lentamente,
luego haga una pausa en silencio durante 1-2 minutos]

PASO 2: MEDITATIO (MEDITACIÓN)

Líder diga: “Meditatio: Mientras vuelvo a leer el pasaje, centra tu atención en la palabra o frase que más te haya llamado la atención. En el silencio que sigue, pregúntale a Dios qué quiere decirte a través de esa palabra o frase. Reflexiona sobre las ideas que te surjan. Tal vez quieras escribir tus pensamientos”.

[**Líder**, lea el pasaje en voz alta lentamente,
luego haga una pausa en silencio durante 1-2 minutos]

PASO 3: ORATIO (ORACIÓN)

Líder diga: Oratio: En los próximos dos minutos de silencio, da tu respuesta personal al Padre a la luz de lo que Él te ha estado diciendo.

[**Líder**, haga una pausa en silencio durante 1-2 minutos]

PASO 4: CONTEMPLATIO (CONTEMPLACIÓN)

Líder diga: Contemplatio: En estos últimos momentos de silencio, descansa simplemente en el amor que Dios te tiene y en las intuiciones o gracias recibidas durante este tiempo de oración”

[**Líder**, haga una pausa en silencio durante 1-2 minutos]

Finalice el tiempo de Lectio Divina dirigiendo al grupo en su propia oración de alabanza y acción de gracias y/o un Padre Nuestro, Ave María y Gloria.

Siéntase libre de ajustar los tiempos de silencio según sea necesario para acortar o alargar la oración. Si el tiempo lo permite, también puede invitar al grupo a compartir en voz alta la palabra o frase que les haya llamado la atención y las ideas o luces que hayan recibido del Señor.

(15 minutos)

LIDERANDO A OTROS EN LECTIO DIVINA

Comienza tu tiempo de oración invocando al Espíritu Santo. Puedes hacerlo con tus propias palabras o puedes rezar la oración tradicional, Ven, Espíritu Santo:

“Ven Espíritu Santo, llena los corazones de tus fieles. Y enciende en ellos el fuego de tu amor. Envía tu Espíritu y serán creadas todas las cosas. Y renovarás la faz de la tierra. Oh Dios, que llenaste los corazones de tus fieles con la luz del Espíritu Santo; concédenos que, guiados por el mismo Espíritu, sintamos con rectitud y gocemos siempre de tu consuelo. Por Jesucristo Nuestro Señor. Amén.”

PASO 1: LECTIO (LECTURA)

Líder diga: “Lectio: En este primer paso, mientras leo el pasaje de la Escritura, deja que las palabras te inunden. En el silencio que sigue, toma nota de una palabra o frase que te haya llamado especialmente la atención. Puedes escribirla o subrayarla”

[**Líder**, lea el pasaje en voz alta lentamente,
luego haga una pausa en silencio durante 1-2 minutos]

PASO 2: MEDITATIO (MEDITACIÓN)

Líder diga: “Meditatio: Mientras vuelvo a leer el pasaje, centra tu atención en la palabra o frase que más te haya llamado la atención. En el silencio que sigue, pregúntale a Dios qué quiere decirte a través de esa palabra o frase. Reflexiona sobre las ideas que te surjan. Tal vez quieras escribir tus pensamientos”.

[**Líder**, lea el pasaje en voz alta lentamente,
luego haga una pausa en silencio durante 1-2 minutos]

PASO 3: ORATIO (ORACIÓN)

Líder diga: Oratio: Al leer el pasaje nuevamente, deja que las palabras calen más hondo. En el silencio que sigue, formula tu propia respuesta personal al Padre a la luz de lo que Él te ha estado diciendo.

[**Líder**, lea el pasaje en voz alta lentamente,
luego haga una pausa en silencio durante 1-2 minutos]

PASO 4: CONTEMPLATIO (CONTEMPLACIÓN)

Líder diga: Contemplatio: Tras leer el pasaje por última vez, en el silencio que sigue, simplemente descansa en el amor que Dios te tiene y en las luces o gracias recibidas durante este tiempo de oración.

[**Líder**, lea el pasaje en voz alta lentamente,
luego haga una pausa en silencio durante 1-2 minutos]

Finalice el tiempo de Lectio Divina dirigiendo al grupo en su propia oración de alabanza y acción de gracias y/o un Padre Nuestro, Ave María y Gloria.