Lectio Divina

Cómo orar con la Palabra de Dios

La lectura orante de la Palabra, más que una reflexión, es una experiencia de encuentro personal e íntimo con Dios, que te ama y sale a tu encuentro. Estos pasos te van llevando al mismo interior de la Palabra.

1. Invoca… al Espíritu Santo. Pídele que te ilumine y te abra a la comprensión de la Palabra y que te anime a la respuesta con tu vida.

2. Lee… muy despacio el texto bíblico. Vuelve a leerlo. Lee también algún comentario que te ayude a conocer mejor el sentido del texto. Dale tiempo al Señor y escucha el mensaje que Él quiere darte en esta Palabra.

3. Medita… qué te dice la Palabra que has leído lentamente. Una vez que hayas captado el sentido del texto, entonces puedes hacerte esta pregunta: qué me dice esta Palabra.

4. Ora… respóndele al Señor que te ha dado su mensaje en la Palabra meditada. Tu actitud sea la de la Virgen María: Hágase en mí según tu Palabra.

5. Contempla… quédate impresionado, fascinado, en silencio, en calma. Déjate animar por el ardor de la Palabra, como quien recibe el calor del sol.

6. Actúa…. Haciendo un compromiso que brote de este encuentro con el Señor. Es el salto a la vida. Animado e invadido por la Palabra, regresa a la vida con otra actitud.

Practica la Lectio Divina con el siguiente texto:
Realizando al final un breve escrito de los pasos con este texto

Evangelio según San Mateo 11,28-30.

Jesús tomó la palabra y dijo:
"Vengan a mí todos los que están afligidos y agobiados, y yo los aliviaré.
Carguen sobre ustedes mi yugo y aprendan de mí, porque soy paciente y humilde de corazón, y así encontrarán alivio.
Porque mi yugo es suave y mi carga liviana."