

# Pasos de 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.).

## **1. LECTIO** (Lectura) - **Una recitación atenta, lenta y repetitiva de un breve pasaje de las Escrituras**

En este primer paso, lee el pasaje bíblico seleccionado lenta e intencionalmente. Usa tu imaginación para ubicarte en la historia. Finge que estás en la historia. ¿Qué ves y sientes? ¿Qué estás experimentando? Tómame un tiempo para hacer una pausa y reflexionar sobre la experiencia. Es posible que desee escribir tus reflexiones.

## **2. MEDITATIO** (Meditación) - **Un esfuerzo por entender el pasaje y aplicarlo a tu propia vida**

Lee el pasaje lentamente nuevamente. Presta atención a la palabra o frase que te llame la atención. Es posible que desees subrayarla o encerrarla en un círculo. ¿Cómo te está hablando Dios a través de esta palabra o frase? Tómame un tiempo nuevamente para reflexionar y escribir tus pensamientos.

## **3. ORATIO** (Oración) - **Dialogar o hablar con Dios sobre el pasaje**

Lee el pasaje lentamente una vez más y permite que las palabras sean tu oración a Dios. Después, escribe tu propia oración al Padre en respuesta a lo que te ha ido diciendo durante este tiempo de oración

## **4. CONTEMPLATIO** (Contemplación) – **Descansa en Dios**

Lee el pasaje lentamente por última vez. Escucha las palabras y descansa en el amor de Dios. Es posible que desee finalizar la experiencia de oración de la Lectio Divina con su propia oración de alabanza y acción de gracias, seguida de un Padre Nuestro, un Ave María y un Gloria.

# 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 las Escrituras, permite que las palabras te inunden. Usa tu imaginación para ubicarte en la historia. ¿Qué ves y sientes? ¿Qué estás experimentando? Ahora, en los próximos minutos de silencio que vamos a tener, tómate el tiempo para reflexionar sobre esa experiencia. Es posible que desees escribir tus reflexiones.”

[Líder, lea el pasaje en voz alta lentamente,  
luego haga una pausa en silencio durante 2-3 minutos]

## PASO 2: MEDITATIO (MEDITACIÓN)

**Líder diga:** “Meditatio: Mientras leo el pasaje nuevamente, preste atención a la palabra o frase que sobresale, que llama tu atención. Es posible que desees anotarla. Ahora, en los próximos minutos de silencio que vamos a tener, pregúntale a Dios qué te está diciendo a través de esta palabra o frase. Tómate el tiempo para reflexionar y escribir tus pensamientos.”

[Líder, lea el pasaje en voz alta lentamente,  
luego haga una pausa en silencio durante 2-3 minutos]

## PASO 3: ORATIO (ORACIÓN)

**Líder diga:** “Oratio: Esta vez mientras leo el pasaje una vez más permite que las palabras se conviertan en tu propia oración a Dios. En los próximos minutos de silencio que vamos a tener, haz 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 2-3 minutos]

## PASO 4: CONTEMPLATIO (CONTEMPLACIÓN)

**Líder diga:** “Contemplatio: Mientras leo el pasaje esta última vez, deja que las palabras te inunden una vez más. En el silencio que sigue, simplemente descansa en las palabras y en el amor que Dios tiene por ti.”

[Líder, lea el pasaje en voz alta lentamente,  
luego haga una pausa en silencio durante 2-3 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.