



# Jóvenes y Discípulos

PROGRAMA NACIONAL

Área El Joven  
y la Biblia

# Instrumento Lectio de Divina

Área El Joven  
y la Biblia

# Instrumento de Lectio Divina

Septiembre es el mes de la Sagrada Escritura, y ¿que mejor forma de celebrarlo que haciendo de la Biblia parte de nuestra vida? Desde el Área del Joven y la Biblia del Programa Nacional Jóvenes Discípulos, te ofrecemos un itinerario para que puedas enriquecerte y conocer este libro Sagrado a través de la Lectio Divina. Tendrás la oportunidad de escoger el plan de lectura con el que te identifiques para adquirir una visión general sobre temas importantes de la Biblia. Puedes utilizarla para la meditación personal o encuentros de grupo o comunidad.

Para una vivencia eficaz te recordamos en que consiste la Lectio Divina y cual es la forma correcta de realizarla.

## **LECTIO DIVINA:**

**Lectio Divina** significa “**lectura divina**”, en latín. Su meta es orar con la Palabra de Dios, es escuchar con los oídos del corazón, para hacerla nuestra a nivel espiritual, en la vida diaria y en nuestra misión evangelizadora. Existen distintos métodos y grados de profundidad al orar con la Palabra de Dios.

## **Los objetivos de la *Lectio Divina* son:**

- Leer la Sagrada Escritura (**Lectio**) para recibir la Palabra de Dios, conscientes de lo que dice y con el corazón dispuesto a acoger su mensaje.
- Meditar (**Meditatio**) sobre situaciones propias de la vida personal y del entorno en que vivimos, a la luz de la Palabra de Dios.
- Orar con la Palabra de Dios (**Oratio**) para tener un encuentro con Jesús y una relación con él cada vez más íntima y auténtica

- Contemplar (**Contemplatio**) es descansar en la presencia de Dios y dejarse transformar por su Palabra; cuando se hace en comunidad es guardar silencio por un tiempo, es estar en la presencia de Dios.
- Actuar al extender el reino de Dios (**Actio**) es el resultado de toda la *Lectio Divina* que se lleva a la vida y se realiza en la medida en que se encuentra con nuestra vocación personal.

De esta manera nos identificamos con los personajes y situaciones de la Biblia, con los patriarcas, profetas, evangelistas, primeros cristianos; así como con los pecadores, opresores, hipócritas..., todos con necesidad del amor liberador de Dios. Así tomamos conciencia, poco a poco, de que nuestra propia historia es también historia de salvación, con sus anhelos, esperanzas y frustraciones; sus éxitos, estancamientos y fracasos.

La **Lectio Divina** es fuente de vida nueva. Nos hace sentir miembros privilegiados del pueblo de Dios, con el destino más bello y la misión más apasionante que podamos haber imaginado. De esta nueva vida nace un conocimiento más profundo de la Palabra de Dios, de nosotros mismos y de nuestra vocación. De ahí es fácil exclamar desde el fondo del corazón: ¡Gracias, Padre, por tu bondad! ¡Ven, Señor Jesús, acompáñame siempre en la jornada de mi vida! ¡Espíritu Santo, lléname de tu amor, tu luz y tu fuerza! La *Lectio Divina* ha logrado su meta.

Para lograr los objetivos de la *Lectio Divina* necesitamos aprender a leer la Palabra de Dios, a meditar sobre la vida a la luz de ella y a orar con ella.

## LECTIO DIVINA PASO A PASO

- 1. Buscar un espacio que permita la concentración,** preferiblemente aislado de cualquier sonido que evite el poder vivir verdaderamente la Lectio Divina.
- 2. Invocación al Espíritu Santo:** Para disponerse a realizar la Lectio Divina, debes realizar la invocación al Espíritu Santo, pedir a través de una oración personal u otra ya elaborada por algún santo, su presencia amorosa para que te permita conocer y entender lo que Dios quiere decirte en este ejercicio.
- 3. Lectura de la Palabra de Dios (*Lectio*): *¿Qué dice el texto?*** realizar la lectura bíblica sugerida, puede realizarse con las lecturas previstas para la Misa del día o cualquier lectura que se considere conveniente. Se sugiere realizar al menos tres veces la lectura de forma lenta, marcando las palabras desconocidas para luego buscarla en el diccionario, o subrayando las frases que nos llaman la atención.
- 4. Meditación sobre la vida a la luz de la Palabra de Dios (*Meditatio*) *¿Qué me dice a mí el texto?*** Después de familiarizarte con el contenido y mensaje del pasaje bíblico, pasamos a la meditación. Consiste en descubrir ¿qué me quiere decir Dios por medio de su Palabra? En este paso, más que leer, lo que se necesita es "cerrar los ojos" y repetir el tema especial del texto hasta descubrir qué mensaje tiene para ti Dios el día de hoy.
- 5. Oración con la Palabra de Dios (*Oratio*) *¿Qué le digo yo al texto? ¿Qué nos hace decir a Dios el texto?*** Cuando tú ya sabes qué es lo que Dios te pide, entonces, por medio de la "oración" tú y los que están contigo *le hablan, le responden* a Dios teniendo en cuenta lo que él les ha dicho por medio de su Palabra. En este paso respira profundo, toma una posición adecuada, si quieres cierra los ojos y disfruta este momento de oración.

Ante todo dile al Señor lo que más admiras de Él en este pasaje. Díselo con palabras bonitas, comenzando, por ejemplo así: Tú Señor eres para mí..."

6. **Contemplación (*Contemplatio*)** *¿Cómo interiorizo el texto?* *¿Qué me hace sentir y ver el texto?* En este momento harás un repaso de todo lo que has vivido en los pasos anteriores y le dirás a Dios qué es lo que has decidido hacer como su hijo, en respuesta a su llamada. Simplemente se pone uno delante de Dios y deja que se establezca una relación amorosa con él, en cualquier dirección que se dé en forma natural.
7. **Acción (*Actio*):** *¿A que me comprometo?* Lo que he descubierto al leer, meditar y orar, lo llevas a la vida. Se trata de convertir en acción aquello que antes ha sido contemplado. La relación con Dios siempre te lleva a la vida diaria. Siempre habrá algo que transformar, algo que hacer por ti o por los demás para que la voluntad del Señor y su Reino se hagan más presentes en nuestro mundo.

Teniendo presente cada uno de estos pasos, podrás realizar tu ejercicio de meditación a través de la Lectura Orante de la palabra, recuerda que la palabra debe ser para ti:

***Lámpara que ilumine tu camino.***  
***Pan que alimente tu alma.***  
***Fuego que encienda el fervor.***  
***Ruta que conduzca a la salvación.***  
***Latido que aliente tu espíritu.***  
***Vida que nunca se acabará.***



# PLAN DE LECTURA 1

## Un recorrido por la Biblia

Treinta lecturas para apreciar en un mes el amor liberador de Dios y conocer a grandes rasgos la historia de salvación

DÍA	LECTURA	TEMA
1	Gn. 1-2	Los Orígenes.
2	Gn. 3	Pecado original y castigo.
3	Gn. 6, 9 / 9-17	Noé y la primera alianza.
4	Gn. 17, 1 /18, 15	Alianza con Abraham.
5	Gn. 22, 1 / 22, 19	Sacrificio de Isaac.
6	Gn. 37, 41-45	José y sus hermanos.
7	Ex. 2 - 4	Misión de Moisés.
8	Ex. 12 - 14	Pascua y salida de Egipto.
9	Ex. 19 - 20	Alianza y decálogo en el Sinaí.
10	Ex. 32	Ternero de Oro.
11	2 Sm. 5, 1-4 / 6-7	Promesa de Dios a David.
12	2 Cr. 1 – 2; 8 - 9	Rey Salomón.
13	2 Re. 2, 1-18	Elías es arrebatado al cielo.
14	2 Cr. 34 - 36	Del rey Josías a la caída de Jerusalén
15	Is. 7, 10-17; 11 - 12	Profecía del nuevo David.
16	Ez. 36, 22 / 37, 14	Profecía de la restauración de Israel.
17	Sal. 51 - 139	Arrepentimiento de David y presencia de Dios.
18	Sab. 7 - 9	Sabiduría de Dios.
19	Lc. 1, 26-38; 2	Nacimiento de Jesús.
20	Mt. 5 - 7	Sermón de la Montaña.
21	Mt. 11, 2-5; 12, 22-28	Signos del Reino.
22	Lc. 15 - 16	Parábolas de Jesús.
23	Lc. 22, 7-30	Última Cena, Nueva Alianza.
24	Mc. 15	Crucifixión y muerte de Jesús.
25	Jn. 20	Resurrección de Jesús.
26	Hch. 2	Pentecostés y la comunidad cristiana.
27	Gal. 2, 15 – 4, 31	Fe, salvación del pecado y la Ley.
28	Sant.	Vida Cristiana.
29	2 Tes.	Segunda venida del Señor.
30	Ap. 21 - 22	Cielo nuevo y tierra nueva.

## PLAN DE LECTURA 2

### Imágenes de Dios

Catorce lecturas para relacionarse mejor con Dios, al conocer cómo Dios se va revelando a lo largo de la historia.

DÍA	LECTURA	TEMA
1	Gn. 1, 26 – 3, 24	Creador del Universo.
2	Ex. 3, 1 – 4, 17	“Yo Soy”.
3	Lv. 11, 44 – 45; Mt. 5, 48	Perfecto en santidad
4	Dt. 20	Guerrero y defensor.
5	1 Re. 19, 9-13	Misterio que se encuentra en el silencio.
6	Is. 49, 14-15	Madre fiel.
7	Jr. 18, 1-11	Alfarero.
8	Os. 3, 1	Esposo fiel
9	Sal. 23; Jn. 10, 1-21	Buen Pastor.
10	Sab. 6, 12-20	Sabiduría, la cara femenina de Dios.
11	Mt. 7, 1-5; 25, 31-46	Juez justo.
12	Lc. 11, 1-4	Padre
13	Jn. 1, 1-18	Jesús: la Palabra se hizo carne.
14	1 Jn. 4, 7-8	Amor.

## PLAN DE LECTURA 3

### El llamado de Dios.

Catorce lecturas para escuchar el llamado que Dios hace a distintas personas y reflexionar sobre el propio llamado a servirlo al continuar la misión de Jesús.

DÍA	LECTURA	TEMA
1	Gn. 12, 1-9	Abraham.
2	Ex. 2, 1 – 4, 17	Moisés.
3	1 Sm. 3	Samuel.
4	1 Sm. 16	David.
5	Rut	Rut.
6	Est. 2, 1-20; 4, 1 – 7, 10	Ester.
7	Is. 6, 1-8	Isaías.
8	Jr. 1, 4-10	Jeremías.
9	Mt. 4, 18-22	Los primeros discípulos.
10	Mc. 10, 17-31	Un hombre rico.
11	Lc. 1, 26-38	María.
12	Hch. 9, 1-19	Saulo (Pablo)
13	Ef. 4, 17 – 5, 20	Los seguidores de Cristo.
14	1 Pe. 2, 9-17	¡Tú!



## PLAN DE LECTURA 4

### Predilección de Dios por los pobres y vulnerables

**Catorce lecturas para conocer el orden que Dios desea en la sociedad y revisar nuestras actitudes y acciones ante ella.**

DÍA	LECTURA	TEMA
1	Ex. 3, 7-10	Opresión de los Israelitas en Egipto.
2	Lv. 25	Año Jubilar.
3	Dt. 24, 10-21	Trato compasivo para el pobre.
4	1 Sm. 16, 1-13	Dios elige a David.
5	Is. 58, 6-12; 61, 1-3	Acciones agradables a Dios.
6	Am. 6, 4-8; 8, 4-10	Contra los ricos que se aprovechan de los pobres.
7	Sal. 82	Justicia para el necesitado.
8	Mt. 2, 1-18; Lc. 2, 4-20	Jesús es pobre y perseguido desde su nacimiento.
9	Mt. 25, 31-46	Jesús se identifica con los necesitados.
10	Mc. 10, 35-45	El más importante al servicio de los demás.
11	Lc. 1, 46-56; 6, 20-26	Dicha de los pobres y humildes.
12	Lc. 16, 19-31	Lázaro y el hombre rico.
13	Lc. 21, 1-4	Ofrenda de la viuda necesitada.
14	Sant. 2, 1-13	Contra la discriminación.

## PLAN DE LECTURA 5

### El Pecado y la justicia salvadora de Dios

**Catorce lecturas para reflexionar sobre el amor misericordioso de Dios que nos salva del pecado y nos da una vida nueva.**

DÍA	LECTURA	TEMA
1	Gn. 1, 26-31	Dios nos creó a su imagen y semejanza.
2	Gn. 3	El Pecado Original.
3	Gn. 6, 1-22	Maldad por todos lados.
4	Gn. 12, 1-9	Promesas de Dios a Abraham.
5	Ex. 6, 1-8	Dios libera a su pueblo de la esclavitud.
6	Lv. 4-5	Expiación del Pecado.
7	Sal. 51	El arrepentimiento complementa el sacrificio.
8	Jr. 31, 31-34	Profecía de la Nueva Alianza.
9	Mc. 8, 31-38	Camino a la salvación.
10	Jn. 3, 1-21	Dios envió a su Hijo al mundo.
11	Heb. 10, 1-18	Nuevo sacerdote y Nueva Alianza.
12	Rom. 3, 21-26	Salvación por la fe en Jesucristo.
13	Hch. 2, 22-47	Fe y vida de los primeros cristianos.
14	Mt. 26, 26-28	Eucaristía: Sacramento de la Nueva Alianza

## PLAN DE LECTURA 6

### El Sentido del Sufrimiento

Catorce lecturas para descubrir cómo Dios nos acompaña en nuestros sufrimientos, los cuales, unidos a los de Jesús, tienen valor redentor.

DÍA	LECTURA	TEMA
1	1 Gn. 3, 8-21; Sab. 2, 23-24	Muerte y dolor: efectos del pecado.
2	Tob. 2 - 3	Dios consuela a los adoloridos.
3	Is. 52, 13- 53, 12	Valor redentor del sufrimiento.
4	Sal. 6	¡Señor, escucha mi lamento!
5	Sal. 22	¡Señor, no me abandones!
6	Lam. 3, 14-33	El Señor se compadece de los afligidos.
7	Job 42	Job acepta los designios del Señor.
8	Sal. 3, 1-12	Premio de los justos "castigados".
9	Mt. 27, 24-56	Jesús también sufrió.
10	Jn. 12, 20-33	Misterio pascual.
11	2 Cor. 1, 3-11	Cristo, nuestro consuelo.
12	Col. 1, 21-29	Completamos los sufrimientos salvíficos de Cristo.
13	1 Pe. 3, 13-22; 4, 12-19	Sufrimos con Cristo.
14	Ap. 21, 1-8	Ya no habrá ni muerte ni dolor.

## PLAN DE LECTURA 7

### Las mujeres en la Biblia.

Catorce lecturas para ver cómo Dios trata a las mujeres con la misma dignidad que al varón, incluso en una sociedad patriarcal como la del pueblo de Israel.

DÍA	LECTURA	TEMA
1	Gn. 2, 18- 3, 20	Eva.
2	Gn. 17, 15-21; 21, 1-7	Sarai (Sara).
3	Jue. 4 - 5	Débora.
4	1 Sm. 1, 1- 2, 11	Ana.
5	Jdt. 8 ; 13	Judit.
6	Dn. 13	Susana.
7	Mt. 15, 21-28	La mujer pagana.
8	Lc. 1, 5-25. 39-45. 57-66	Isabel.
9	Lc. 1, 26-56; 2, 1-35; Jn. 19, 25-27.	María, Madre de Jesús.
10	Lc. 10, 38-42; Jn. 11, 1-44	Marta y María.
11	Jn. 4, 1-42.	La Samaritana.
12	Jn. 8, 1-11.	La mujer adúltera.
13	Jn. 20, 1-18.	María Magdalena.
14	Hch. 16, 11-15; 18, Rom. 16, 1-7.	Lidia y Priscila; Febe y Junias.

Ver Rut y Ester en el plan nº 3

**Material elaborado por:**

Programa Nacional "Jóvenes Discípulos" / Área El Joven y la Biblia  
Dpto. de Pastoral de Adolescencia y Juventud  
2018



**@pjvenezuela**  
Pastoral Juvenil de Venezuela