INSTITUTO DE PASTORAL Y EVANGELIZACIÓN

Diario de Integración: Lectio Divina

C05 Autoestima

Escribir en los espacios en blanco de cada área. Al hacer esta reflexión enfócate en el corazón y en cómo Jesús Palabra habla a tu corazón, invitándote al entendimiento y a la transformación.

Nombre:

Apellido:

Fecha:

PREPARATIVO - ¿Cómo me siento en estos momentos?

¿Qué hora es?

PAUSAR Y CENTRARSE - *Respirar profundamente, detener el aire por unos segundos, exhalar lentamente por la boca. Hacer este ejercicio de 2 a 4 veces, con respiraciones profundas.*

TEXTO DE LA PALABRA - Lee lentamente y con atención desde el corazón -
MARCOS 12: 28-34 "Al ver que Jesús les había contestado bien, uno de los maestros de la ley, que los había oído discutir, se acercó a él y le preguntó:—¿Cuál es el primero de todos los mandamientos? Jesús le contestó:—El primer mandamiento de todos es: "Oye, Israel: el Señor nuestro Dios es el único Señor. Ama al Señor tu Dios con todo tu corazón, con toda tu alma, con toda tu mente y con todas tus fuerzas." Pero hay un segundo: "Ama a tu prójimo como a ti mismo." Ningún mandamiento es más importante que éstos. El maestro de la ley le dijo:—Muy bien, Maestro. Es verdad lo que dices: hay un solo Dios, y no hay otro fuera de él. Y amar a Dios con todo el corazón, con todo el entendimiento y con todas las fuerzas, y amar al prójimo como a uno mismo, vale más que todos los holocaustos y todos los sacrificios que se queman en el altar. Al ver Jesús que el maestro de la ley había contestado con buen sentido, le dijo:—No estás lejos del reino de Dios. Y ya nadie se atrevía a hacerle más preguntas."

LECTIO - ¿Qué dice el texto bíblico, de que se trata?

MEDITATIO - ¿Qué me dice el Señor a través de esta Palabra?

ORATIO - ¿Qué le respondo al Señor movido/a por su Palabra?

CONTEMPLATIVO - ¿A qué conversión personal de mente y corazón me invita el Señor con esta Palabra?

ACTIO - ¿A qué me comprometo a actuar en mi vida en base a lo que ahora entiendo de su Palabra?