



Leggere e ascoltare Dio che si fa Parola

Lectio Divina...

un piccolo aiuto per viverla bene

COSA È LA LECTIO DIVINA?

È un incontro personale con il Signore che avviene attraverso la Bibbia, è un dialogo con Lui.

Come in tutti i dialoghi, sono necessari alcuni passaggi.

SILENZIO

- ✚ Prima di tutto cerca un luogo in cui possa avvicinarti alla Parola senza distrarti. Assumi un atteggiamento di ascolto. Ricorda: anche se, dopo questo confronto con la Parola, non tutto ci è chiaro, tutto ci è utile per crescere nella fede.*

IN ASCOLTO DELLA PAROLA

- ✚ Dopo un momento di silenzio iniziale, invoca lo Spirito Santo perché ti aiuti a comprendere cosa la Parola vuole dirti. Non servono grandi parole, basta chiedere la Sua luce, anche con queste parole: “Vieni Spirito Santo, illumina la mia mente!”.*
- ✚ Leggi il testo con calma, anche più volte, prova ad “entrare nella scena”, segna quelle parole che maggiormente parlano al tuo cuore e fermati a riflettere su di esse.*

- ✚ Cosa ti dicono quelle parole? Come le senti? Quali corde del tuo cuore e della tua vita toccano?*
- ✚ Ed io come rispondo? Rifletti su come ti senti, su cosa provi nel cuore, qual è la tua situazione e cosa è bene cambiare, su quali aspetti devi lavorare. Prendi un impegno concreto che parta dalla tua riflessione.*
- ✚ Metti tutto in preghiera. Porta a Dio le tue riflessioni, il tuo stato d'animo, il tuo desiderio di camminare alla luce di quanto ti ha detto.*

SUGGERIMENTO

- ✚ Scrivi su un quadernetto quello che la Parola ti suggerisce, in modo da poterlo rileggere e farne preghiera anche in seguito.*

Se puoi, procurati una Bibbia che sia solo tua, sulla quale meditare e pregare. Per la riflessione puoi aiutarti anche con commenti che trovi su alcuni canali Telegram. Alcuni sono:

- ❖ Giovani di Parola <https://t.me/GiovaniParola>*
- ❖ La Buona Novella - Vangelo quotidiano <https://t.me/labuonanovella>*
- ❖ GET UP and WALK https://t.me/getup_and_walk*