



**A LECTIO DIVINA É O MÉTODO DA LEITURA ORANTE DA PALAVRA DO SENHOR.**

**PARA FAZER UMA BOA LECTIO DIVINA, SIGA AS SEGUINTESS ORIENTAÇÕES:**

- 1) Separe um horário para a oração, de preferência o mesmo todos os dias.
- 2) Coloque-se em um lugar que lhe proporcione o recolhimento.
- 3) Coloque-se em uma posição que favoreça a sua oração. Mantenha uma disciplina corporal, de preferência faça a lectio de joelhos diante de um ícone, crucifixo, imagem sacra ou sentado com a coluna ereta.



- 4) Se prepare para a oração, com a própria oração: peça a graça a Maria de lhe acompanhar durante o período de oração, e inicie um diálogo com o Senhor, entregando-lhe tudo o que está em seu coração: os pensamentos que lhe fazem sofrer, as dores físicas e morais, as preocupações, o nervosismo que passou durante o dia, a impaciência, etc.

5) Após consagrar ao Senhor tudo o que está passando na sua mente e no seu coração, separe aproximadamente 15 minutos para invocar o espírito santo sobre você, e peça que ele seja o seu mestre e o seu guia na oração. Se ainda houver algum pensamento ou sentimento que está lhe incomodando, neste momento, reze sobre isto.

6) Após a invocação do Espírito Santo, tome em suas mãos a passagem bíblica sugerida para aquele dia, leia e releia esta passagem, pedindo que o Senhor fale ao seu coração e lhe dê a luz para compreendê-la.

7) Suplique ao Senhor: “Fala, Senhor, que o teu servo escuta!”



8) Faça uma primeira leitura para se familiarizar com o texto, após lê-lo, faça um momento de silêncio.

9) Faça uma segunda leitura do texto, buscando entrar na cena, ver a situação, ver a movimentação, escutar as palavras, mergulhar na cena do texto, e depois faça um momento de silêncio.

10) Após ler e reler a palavra, desejando escutar a voz de deus, faça um momento de silêncio diante dela, e pergunte-se: como estou vivendo esta palavra? O que o Senhor deseja de mim? O que o ele quer me dizer hoje? Qual é a resposta que o Senhor quer me dar? Tente extrair da palavra uma mensagem de vida, um ensinamento, uma resposta de amor.

