



VICARÍA DE PASTORAL
DIMENSIÓN DE BIBLIA Y
EXTENSIÓN FORMATIVA

1

LECTIO DIVINA 12° DOMINGO ORDINARIO CICLO B



Me dispongo a hablaros, con la gracia de Dios, sobre la lectura del santo evangelio que acabamos apenas de escuchar, para exhortaros en él a que, frente a las tempestades y marejadas de este mundo, no duerma la fe en vuestros corazones. (San Agustín)

1. LECTURA ORANTE

Mc 4, 35-41

Aquel día, al atardecer, les dice Jesús: «Vamos a la otra orilla». Dejando a la gente, se lo llevaron en barca, como estaba; otras barcas lo acompañaban. Se levantó una fuerte tempestad y las olas rompían contra la barca hasta casi llenarla de agua. Él estaba en la popa, dormido sobre un cabezal. Lo despertaron, diciéndole: «Maestro, ¿no te importa que perezcamos?». Se puso en pie, increpó al viento y dijo al mar: «¡Silencio, enmudece!». El viento cesó y vino una gran calma. Él les dijo: «¿Por qué tenéis miedo? ¿Aún no tenéis fe?». Se llenaron de miedo y se decían unos a otros: «¿Pero ¿quién es este? ¡Hasta el viento y el mar lo obedecen!».

Durango 90 | Col. Roma | Del. Cuauhtémoc | CDMX
5208 3200 ext. 1954

Director: Maestro Jorge Arévalo Nájera.
dimensión_de_biblia@arquidiocesismexico.org
www.arquidiocesismexico.org.mx

2. **MEDITACIÓN:**

¿QUÉ ME DICE DIOS EN ESTE TEXTO?

¿Has escuchado un insulto? Es el viento. ¿Te has irritado? Es el oleaje. Cuando el viento sopla y se encrespa el oleaje, zozobra la nave, zozobra tu corazón, fluctúa tu corazón. Nada más escuchar el insulto, te vienen ganas de vengarte: si te vengas, cediendo al mal ajeno, padeciste naufragio. Y esto, ¿por qué? Porque Cristo duerme en ti. ¿Qué quiere decir que Cristo duerme en ti? Que te has olvidado de Cristo. Despierta, pues, a Cristo, acuérdate de Cristo, vele en ti Cristo; piensa en él. ¿Qué es lo que pretendías? Vengarte. Se apartó de ti, pues él mientras era crucificado, dijo: Padre, perdónalos, porque no saben lo que hacen.

El que dormía en tu corazón, no quiso vengarse. Despiértale, piensa en él. Su recuerdo es su palabra; su recuerdo es su voz de mando. Y si en ti vela Cristo, te dirás a ti mismo: ¿Qué clase de hombre soy yo, que quiero vengarme? ¿Quién soy yo para permitirme amenazar a otro hombre? Prefiero morir antes que vengarme. Si cuando estoy jadeante, rojo de ira y sediento de venganza abandonare este cuerpo, no me recibirá aquel que no quiso vengarse no me recibirá aquel que dijo: Dad y se os dará, perdonad y seréis perdonados. Por tanto, refrenaré mi ira, y retornaré a la paz de mi corazón. Increpó Cristo al mar y se hizo la calma.

Y lo que acabo de decir de la iracundia, tomadlo como norma en todas vuestras tentaciones. Nace la tentación: es el viento; te alteras: es el oleaje. Despierta a Cristo, que hable contigo. Pero, ¿quién es éste? ¡Hasta el viento y las aguas le obedecen! Que ¿quién es éste a quien el mar obedece? Suyo es el mar, porque él lo hizo. Por medio de la Palabra se hizo todo. Imita más bien a los vientos y al mar: obedece al Creador. A una orden de Cristo el mar oye, ¿y tú te haces el sordo? Oye el mar, cesa el viento, ¿y tú estás que bufas? ¿Qué? Lo digo, lo hago, lo realizo: ¿qué otra cosa es eso sino bufar y negarse a recobrar la calma a una palabra de Cristo?

En los momentos de perturbación, no os dejéis vencer por el oleaje. No obstante, y puesto que al fin y al cabo somos hombres, si soplar el viento, si se alborotan las pasiones de nuestra alma, no desesperemos: despertemos a Cristo, para que podamos navegar con bonanza y arribar al puerto de la patria. (San Agustín)

Durango 90 | Col. Roma | Del. Cuauhtémoc | CDMX
5208 3200 ext. 1954

Director: Maestro Jorge Arévalo Nájera.
dimensión_de_biblia@arquidiocesismexico.org
www.arquidiocesismexico.org.mx

¿QUÉ ME PIDE DIOS EN ESTE TEXTO?

- ¿Qué sentimientos tocó Dios con su Palabra?
- ¿A qué me invita Dios?

3. **ORACIÓN:** ¿QUÉ LE DIGO A DIOS A PROPÓSITO DEL TEXTO?

Padre, fuente de la vida y fin último de toda criatura, manifiéstanos tu rostro de bondad y libéranos de nuestros miedos. Concédenos una fe sólida incluso en los momentos de tempestad, a fin de que seamos capaces de poner nuestra confianza no en los medios del poder humano, sino en ti, que estás presente junto a nosotros. Haznos verdaderos discípulos de Jesucristo, que nos ha revelado tu rostro de padre, y haz que estemos atentos a los signos de su camino continuo en nuestra historia. Amén.

4. **CONTEMPLACIÓN:** *Por unos minutos cierra tus ojos, respira tranquilamente y hazte consciente de tu respiración. Ahora, por unos minutos imagina que el viento y las olas del mar te golpean. Siente el miedo que te embarga. Después, clama en tu interior con fuerte voz y dile al Señor (que parece dormir a tu lado): ¿Señor, levántate, ven en mi ayuda! Míralo (siempre con los ojos cerrados) increpar al viento y al mar. Observa cómo tu interior se pacifica y reina una gran bonanza. Permanece experimentando esa paz por unos minutos.*

5. **ACTIO:** ¿Qué acciones concretas haré para responder a lo que Dios me pide hoy con este momento de oración?

Sugerencias para la actio:

- Te proponemos un momento de diálogo con el Señor sobre lo que te ha dicho con su palabra. Cuéntale cómo te sientes cuando hay tempestad en tu vida. Pídele que te ayude a estar alerta y confiar en él cuando sobrevengan las dificultades.
- A lo largo del día repite con frecuencia estas palabras: ¡Señor mío y Dios mío, en ti confío!

Durango 90 | Col. Roma | Del. Cuauhtémoc | CDMX
5208 3200 ext. 1954

Director: Maestro Jorge Arévalo Nájera.
dimensión_de_biblia@arquidiocesismexico.org
www.arquidiocesismexico.org.mx

- Elabora una lista de tres cosas que harás para incrementar tu confianza en Jesús; orar con mayor frecuencia, meditar su Palabra, compartir tus bienes con alguien necesitado (el desprenderte de lo que consideras necesario fortalece la confianza en la providencia de Dios).