



VICARÍA DE PASTORAL  
DIMENSIÓN DE BIBLIA Y  
EXTENSIÓN FORMATIVA

1

## LECTIO DIVINA 5º DOMINGO ORDINARIO CICLO A



### 1. LECTURA ORANTE

**Mateo 5,13-16:** En aquel tiempo, dijo Jesús a sus discípulos: «Vosotros sois la sal de la tierra. Pero si la sal se vuelve sosa, ¿con qué la salarán? No sirve más que para tirarla fuera y que la pise la gente. Vosotros sois la luz del mundo. No se puede ocultar una ciudad puesta en lo alto de un monte. Tampoco se enciende una lámpara para meterla debajo del candelero, sino para ponerla en el candelero y que alumbre a todos los de casa. Alumbre así vuestra luz a los hombres, para que vean vuestras buenas obras y den gloria a vuestro Padre que está en el cielo».

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

Director: Maestro Jorge Arévalo Nájera.  
[dimension\\_de\\_biblia@arquidiocesismexico.org](mailto:dimension_de_biblia@arquidiocesismexico.org)  
[www.arquidiocesismexico.org.mx](http://www.arquidiocesismexico.org.mx)

## 2. **MEDITACIÓN**

¿QUÉ ME DICE DIOS EN ESTE TEXTO?

«La sal sirve para condimentar los alimentos y la luz no se ilumina a sí misma. Así el simple testimonio cotidiano del cristiano sirve para los otros, no para vanagloriarse de los propios méritos. Lo recuerda el Papa esta mañana en la homilía de la Misa en la Casa Santa Marta.

Ser sal y luz para los otros, sin atribuirse méritos. Es éste el “simple testimonio habitual”, la “santidad de todos los días”, a la que está llamado el cristiano. Lo subraya el Papa esta mañana, en la homilía de la Misa en la Casa Santa Marta. El testimonio más grande del cristiano es dar la vida como lo hizo Jesús, es decir, el martirio, pero hay también otro testimonio: aquel de todos los días, que inicia por la mañana, cuando nos despertamos, y termina por la noche, cuando nos vamos a dormir.

### **Sal y luz sirven para los otros**

“Parece poca cosa” pero el Señor “con pocas cosas nuestras hace milagros, hace maravillas”, nota el Santo Padre. Por lo tanto, es necesario tener esta actitud de “humildad” que consiste en buscar solamente ser sal y luz:

Sal para los otros, luz para los otros, porque la sal no se sazona a sí misma, siempre al servicio. La luz no se ilumina a sí misma, siempre al servicio. Sal para los otros, pequeña sal que ayuda en las comidas, pero pequeña. ¿En el supermercado la sal se vende por toneladas? No... En pequeñas bolsitas, es suficiente. Y después, la sal no se vanagloria de sí misma, porque no se sirve a sí misma. Siempre está allí para ayudar a los demás: ayudar a conservar las cosas, a condimentar las cosas. Siempre está el testimonio.

### **Ningún mérito**

Ser cristiano de cada día significa - reitera el Papa - ser como la luz que “es para la gente, es para ayudarnos en las horas de oscuridad”:

El Señor nos dice así: “Tú eres sal, tú eres luz” – “Ah, es verdad, Señor, es así. Atraeré a tanta gente y haré”. “No, así harás que los demás vean y glorifiquen al Padre. Ni siquiera te será reconocido algún mérito. Nosotros cuando comemos no decimos: “¡Ah, qué rica la sal! ¡No!: “Rica la pasta, rica la carne, rica...” No decimos: “Qué rica la sal”. De noche

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

Director: Maestro Jorge Arévalo Nájera.  
[dimensión\\_de\\_biblia@arquidiocesismexico.org](mailto:dimensión_de_biblia@arquidiocesismexico.org)  
[www.arquidiocesismexico.org.mx](http://www.arquidiocesismexico.org.mx)

cuando vamos para casa, no decimos: “Qué buena la luz”, no. Ignoramos la luz, pero vivimos con aquella luz que ilumina. Ésta es una dimensión que hace que nosotros cristianos seamos como anónimos en la vida.

### **La santidad de todos los días**

“No somos protagonistas de nuestros méritos”, subraya nuevamente el Papa al concluir. Por lo tanto, no se debe hacer como el fariseo que agradece al Señor pensando que es santo:

Y una linda oración para todos nosotros, al final del día, sería preguntarse: “¿He sido sal hoy?” “¿He sido luz hoy?” Ésta es la santidad de todos los días. Que el Señor nos ayude a entender esto».

Papa Francisco.

### **¿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?**

Te invitamos a orar con este bello canto: “Luz y sal” (Salomé Arricibita).

[https://www.youtube.com/watch?v=n\\_m5U2to6Vk](https://www.youtube.com/watch?v=n_m5U2to6Vk)

#### **4. CONTEMPLACIÓN**

Te invitamos a cerrar los ojos y, simplemente, dejar que el texto te hable al corazón. No busques explicaciones ni significados. Haz silencio en tu mente y deja que todos los detalles de la escena vengan a tu imaginación: Mira a Jesús y escucha sus palabras. ¿Cómo es su rostro? ¿Cómo es el tono de su voz? ¿Qué te provocan las palabras de Jesús? Tú eres uno entre la multitud a la que el Maestro se dirige. ¿Cómo es su mirada? ¿Qué sientes ante la posibilidad de ser sal de la tierra y luz del mundo? Guarda todo esto en tu corazón y ponlo ante el Señor en actitud de agradecimiento y adoración.

## 5. **ACTIO**

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

Sugerencias para la actio:

1. Jesús nos llama y empodera para ser sal de la tierra y luz del mundo.

- La sal da sabor a los alimentos, los hace disfrutables, agradables, deseables. ¿Cómo darás sabor al mundo que te rodea? ¿Qué harás para hacer la vida más agradable a los demás?
- La sal también sirve para evitar la corrupción de los alimentos. ¿Qué harás para ayudar a que el tejido social y familiar no se corrompa?
- La luz disipa las tinieblas, da calor y permite descubrir lo que nos rodea. ¿Con tu manera de vivir eres luz para que los demás puedan ver la belleza de la vida? ¿Encuentran en ti el calor del amor, la tolerancia, el respeto y la aceptación?