



VICARÍA DE PASTORAL
DIMENSIÓN DE BIBLIA Y
EXTENSIÓN FORMATIVA

LECTIO DIVINA 20° DOMINGO ORDINARIO CICLO B

1



1. LECTURA ORANTE

Jn 6, 51-58

En aquel tiempo, Jesús dijo a los judíos: "Yo soy el pan vivo, que ha bajado del cielo; el que coma de este pan vivirá para siempre. Y el pan que yo les voy a dar es mi carne, para que el mundo tenga vida". Entonces los judíos se pusieron a discutir entre sí: "¿Cómo puede éste darnos a comer su carne?". Jesús les dijo: "Yo les aseguro: Si no comen la carne del Hijo del hombre y no beben su sangre, no podrán tener vida en ustedes. El que come mi carne y bebe mi sangre, tiene vida eterna y yo lo resucitaré el último día. Mi carne es verdadera comida y mi sangre es verdadera bebida. El que come mi carne y bebe mi sangre, permanece en mí y yo en él. Como el Padre, que me ha enviado, posee la vida y yo vivo por él, así también el que me come vivirá por mí. Este es el pan que ha bajado del cielo; no es como el maná que comieron sus padres, pues murieron. El que come de este pan vivirá para siempre".

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

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

2. **MEDITACIÓN:**

¿QUÉ ME DICE DIOS EN ESTE TEXTO?

La fe, que es como una semilla en lo profundo del corazón, florece cuando nos dejamos "atraer" por el Padre hacia Jesús, y "vamos a Él" con ánimo abierto, con corazón abierto, sin prejuicios; entonces reconocemos en su rostro el rostro de Dios y en sus palabras la palabra de Dios, porque el Espíritu Santo nos ha hecho entrar en la relación de amor y de vida que hay entre Jesús y Dios Padre. Y ahí nosotros recibimos el don, el regalo de la fe.

Entonces, con esta actitud de fe, podemos comprender el sentido del "Pan de la vida" que Jesús nos dona, y que Él expresa así: "Yo soy el pan vivo bajado del cielo. El que coma de este pan vivirá eternamente, y el pan que yo daré es mi carne para la vida del mundo" (Jn 6,51). En Jesús, en su "carne" –es decir, en su concreta humanidad– está presente todo el amor de Dios, que es el Espíritu Santo. Quien se deja atraer por este amor va hacia Jesús, y va con fe, y recibe de Él la vida, la vida eterna.

Aquella que ha vivido esta experiencia en modo ejemplar es la Virgen de Nazaret, María: la primera persona humana que ha creído en Dios acogiendo la carne de Jesús. Aprendamos de Ella, nuestra Madre, la alegría y la gratitud por el don de la fe. Un don que no es "privado", un don que no es "propiedad privada", sino que es un don para compartir: es un don "para la vida del mundo".

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?

Señor y Dios mío, concédeme la gracia de comprender espiritualmente el significado de comer tu carne y beber tu sangre para vivir en ti, para amar desde ti a mis hermanos los hombres. Que mi historia sea tu historia y tu historia sea la mía. Amén.

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

4. **CONTEMPLACIÓN:** Lee atentamente el siguiente texto del evangelio de Juan. Después, cerrando los ojos quédate un momento en total silencio, escuchando resonar en tu interior sus palabras: “Mi carne es verdadera comida y mi sangre es verdadera bebida. El que come mi carne y bebe mi sangre, permanece en mí y yo en él”.

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

Sugerencias para la actio:

- Comer la carne y la sangre de Cristo significa asumir en la propia vida su forma de ser, sus valores y principios.
- ¿Qué falta en tu vida para que se pueda decir que, verdaderamente, comes y bebes la carne y sangre de Cristo?
- ¿Qué acciones concretas realizarás para lograrlo?