



Lente Católico: Guía de Actividades

Episodio: Orando con la Biblia - Método Ignaciano

Profundizando

- ▶ ¿Qué tipo de distracciones te impiden meditar en la Palabra de Dios? ¿Qué puedes hacer para poder lograr más concentración que te lleve a la meditación y cercanía profunda con Dios?
- ▶ Elige una historia bíblica que conozcas bien. ¿Quién eres tú en esta historia? ¿Cómo reaccionarías en esta escena en particular? ¿Intentarías cambiar algo de lo que ocurrió? ¿Por qué?
- ▶ ¿De qué forma puedes llegar a tener un diálogo más profundo con la Santísima Trinidad, Dios Padre, Dios Hijo y Dios Espíritu Santo, de tal forma que le preguntes lo que estás llamado a hacer y la escuches?

Sigue Adelante

Actividad en el aula de clases

- ▶ El líder del grupo invita a los participantes a leer y conocer las 8 reglas de san Ignacio de Loyola para el discernimiento. Pueden leerlas juntos y después compartir sus impresiones. Al final rezan juntos el acto de entrega de sí, (ambas cosas están disponibles en la sección de recursos).

Actividad en la vida cotidiana

- ▶ Lee el Evangelio del próximo domingo y reza con él utilizando la Meditación Ignaciana antes de ir a Misa.



Recursos

- ▶ [8 reglas de San Ignacio de Loyola para el Discernimiento](#)
- ▶ [Rezar con los Cinco Sentidos: El Método de San Ignacio](#)
- ▶ [Acto de Entrega de Sí \(Suscipe\)](#)