



# La práctica de la meditación - 1

de nuestro ser. Hoy y mañana vamos a trabajar sobre los aspectos prácticos de la meditación bíblica.

Lee con mucha atención los siguientes textos: “Llegaron a la aldea adonde iba, y él hizo como que iba más lejos. Mas ellos le obligaron a quedarse diciendo. Quédate con nosotros, porque se hace tarde y el día ya ha declinado. Entró, pues, a quedarse con ellos. Y aconteció que estando sentado con ellos a la mesa, tomó el pan y lo bendijo, lo partió, y les dio. Entonces les fueron abiertos los ojos, y le reconocieron; más él se desapareció de su vista. [...] “Y les dijo: Estas son las palabras que os hablé, estando aún con vosotros: Que era necesario que se cumpliese todo lo que está escrito de mí en la ley de Moisés, en los profetas y en los salmos. Entonces les abrió el entendimiento, para que comprendiesen las Escrituras” (Luc. 24:28-31, 44, 45).

Lee nuevamente el pasaje bíblico escrito en los párrafos anteriores. Piensa en los detalles que no percibiste en la primera lectura. ¿Conseguiste detectar en el texto algo que “toque” algún aspecto de tu vida?

Ahora, habla con Dios en oración en relación con las observaciones que tienes acerca del texto y con las lecciones prácticas que conseguiste extraer para tu vida hoy.

Complementando tus consideraciones sobre el pasaje, vamos a analizar algunas lecciones que podemos extraer del pasaje bíblico y que necesitamos aprender al meditar en la Palabra de Dios.

## 1. Meditar en la presencia del Señor

Vamos a pensar en esta frase: “...estando sentados con ellos a la mesa”. Recuerda: Cuando abro la Biblia, me estoy ubicando ante la presencia del Señor, pues la Palabra no se aparta de aquel que habla. Cuando te diriges a tu lugar de comunión, durante las primeras horas del día, el Señor está yendo contigo y va a sentarse a tu lado o frente a ti para conversar y oírte. Este es el primer requisito para la práctica productiva de la meditación.

Ese es un momento solemne, en el que la criatura y el Dios Creador y Redentor están juntos en comunión. En ese momento, el Espíritu Santo dirige y orienta la mente del creyente para que, por medio de la oración y del estudio, pueda conocer la voluntad de Dios para ese día.

Siempre que nos dispongamos a estar con él, él se dispondrá a estar con nosotros. Entonces, la meditación debe iniciarse con la actitud de esperar en el Señor, abriendo el corazón y la mente al Espíritu Santo que que nos dirija hacia él y hacia la Palabra.

Ese es el momento de mi encuentro con Dios, y nada debe interferir en ese sagrado instante. Mi alma necesita diariamente de él para tener vida. Necesito estar a la sombra del Padre. Salomón escribió lo siguiente: “[...] Bajo la sombra del deseado me senté, y su fruto fue dulce a mi paladar” (Cant. 2:3).

Al lado del Padre podemos conversar, leer algunos textos, cantar un himno de adoración, o simplemente permanecer ante su presencia en silencio.

Es solamente aquí, durante la comunión con Dios, que las fuerzas del mal pueden ser quebradas en mi vida. No existe otra manera. “Hay solo un poder que puede sustraer los corazones de los hombres al imperio del mal: El poder de Dios en Cristo Jesús. Solo por la sangre del Crucificado podemos purificarnos. Solo su gracia puede hacernos capaces de resistir las tendencias de una naturaleza caída y subyugarlas” (El evangelismo, p. 437).

Es importante recordar que, para meditar en la Palabra de Dios, no existe una fórmula lista que se adapte a cada persona. Lo que realmente importa es la disposición que se tiene para conocer la voluntad del Padre. El Espíritu Santo va a proveer la manera ideal para que cada persona pueda conocer a Dios. En la jornada de hoy estamos dando solamente algunas sugerencias. Si ellas facilitan tu comunión, úsalas; si no, pide al Espíritu Santo que te muestre el modelo que se identifica más contigo.

## 2. Oír la voz del Señor

Ya aprendimos que meditar es oír la voz de Dios por medio de su Palabra y hablar con él por medio de la oración. Para poder oír claramente su voz, es indispensable considerar lo siguiente:

- El señorío de Cristo ¿es una realidad en mi vida? Una pregunta clave sería: ¿Existe algún área de mi vida que está fuera del control del Espíritu Santo? El corazón dividido me impedirá tener una comprensión profunda de la Palabra de Dios.
- El pecado no confesado me impide reconocer totalmente la voz del Señor.
- No me sentiré cómodo ante la presencia de Jesús abrigando pecados en mi vida. La desobediencia





abierta y específica a las orientaciones de la Biblia interferirá directamente en la calidad de mi relación con Dios.

En Salmo 66:18, David dice lo siguiente: “Si en mi corazón hubiese yo mirado a la iniquidad, el Señor no me habría escuchado”. Pero, como su corazón era recto delante de él, en el versículo siguiente afirma: “Mas ciertamente me escuchó Dios; atendió a la voz de mi súplica”.

### 3. Recibir el alimento de Cristo

En la Biblia, Jesús se presenta como aquel que es el Pan y como el que ofrece el Pan. En ocasión de la multiplicación de los panes, él dio el pan para ser distribuido, y en el texto que leemos sobre los discípulos de Emaús vemos que Jesús se sentó a la mesa con ellos, y “tomó el pan”. Siempre que vamos a la Biblia para conocer a Dios, descubrimos que aquel que da el pan siempre estará a nuestro lado. Por medio del Espíritu Santo, él nos dará a conocer toda la voluntad del Padre. Cuando decidimos recibir ese pan, de preferencia durante las primeras horas del día, seremos plenamente saciados. La experiencia de los discípulos de Emaús confirma el hecho de que, sentados a la mesa con el Señor, seremos alimentados abundantemente con su palabra. Él se deleita en alimentarnos. En el texto que leímos, notamos que cuando los discípulos estaban sentados a la mesa, él tomó el pan, lo bendijo, lo partió y lo entregó a ellos.

Lo mismo ocurrirá con nosotros a lo largo de esta jornada y cada día de nuestra vida. En presencia del Señor, y buscando humildemente conocer su voluntad, recibiremos entendimiento. Por medio de la comunión, Dios se revelará a cada hijo.

¿No fue eso lo que ocurrió con los discípulos de Emaús? La Biblia dice: “[...] les fueron abiertos los ojos, y le reconocieron”. Conocemos el mensaje de que, por medio de la contemplación, somos transformados; y creemos que, cuando vamos ante la presencia de Dios en las primeras horas del día, recibimos no solamente la revelación de la verdad, sino también la revelación del propio Cristo.

A pesar de que en ese momento Jesús había desaparecido de la vista de sus discípulos, una cosa se muestra claramente en el texto: El gozo, la alegría y el deslumbramiento de su presencia permaneció con ellos. Y, con el corazón en llamas, salieron corriendo para anunciarlo a los discípulos que estaban en Jerusalén.

Cuando al inicio de cada día meditamos ante la presencia del Señor, los resultados se ven claramente en nues-

tra vida: Vivimos con alegría en presencia de Dios, somos testigos y mensajeros de Cristo, y obedecemos el plan que presenta para nuestra vida en ese día.

Antes de terminar, consideremos otras tres joyas del Cielo destinadas a nosotros:

- a) Éxodo 33:15: *“Si tu presencia no ha de ir conmigo, no nos saques de aquí”.*
- b) *“No hay nada al parecer tan débil, y no obstante tan invencible, como el alma que siente su insignificancia y confía por completo en los méritos del Salvador. Mediante la oración, el estudio de su Palabra y el creer que su presencia mora en el corazón, el más débil ser humano puede vincularse con el Cristo vivo, quien lo tendrá de la mano y nunca lo soltará”* (El Ministerio de Curación, pp. 136, 137).
- c) *“Haga del querido Salvador su compañero diario y su amigo familiar. Dedique algo de tiempo al estudio de la Palabra de Dios”* (El Hogar Cristiano, p. 95).

¿Cómo te sientes espiritualmente? ¿Sientes que está mejorando? Si decides continuar buscando a Dios todos los días, serás más feliz en Cristo.

#### Fuiste creado para relacionarte con Dios

Hoy y mañana trabajaremos sobre aspectos prácticos de la meditación bíblica.

Cuando te diriges a tu lugar de comunión, durante las primeras horas del día, el Señor está yendo contigo y va a sentarse a tu lado o frente a ti para conversar y oírte. El Espíritu Santo dirige y orienta la mente del creyente para que, por medio de la oración y del estudio, pueda conocer la voluntad de Dios para ese día. Lo que realmente importa es la disposición que se tiene para conocer la voluntad del Padre. El Espíritu Santo va a proveer la manera ideal para que cada persona pueda conocer a Dios. La desobediencia abierta y específica a las orientaciones de la Biblia interferirá directamente en la calidad de mi relación con Dios. En presencia del Señor, y buscando humildemente conocer su voluntad, recibiremos entendimiento. Por medio de la comunión, Dios se revelará a cada hijo.

