

La meditación: La clave para escuchar a Dios

Salmo 19:7-14

Salmo 19:7-14 (LBLA)

⁷ “La ley del SEÑOR es perfecta, que restaura el alma; el testimonio del SEÑOR es seguro, que hace sabio al sencillo.

⁸ Los preceptos del SEÑOR son rectos, que alegran el corazón; el mandamiento del SEÑOR es puro, que alumbra los ojos.

⁹ El temor del SEÑOR es limpio, que permanece para siempre; los juicios del SEÑOR son verdaderos, todos ellos justos;

¹⁰ deseables más que el oro; sí, *más* que mucho oro fino, más dulces que la miel y que el destilar del panal.

¹¹ Además, tu siervo es amonestado por ellos; en guardarlos hay gran recompensa.

¹² ¿Quién puede discernir *sus propios* errores? Absuélveme de los *que me son* ocultos.

¹³ Guarda también a tu siervo *de pecados* de soberbia; que no se enseñoreen de mí.

Entonces seré íntegro, y seré absuelto de gran transgresión.

¹⁴ Sean gratas las palabras de mi boca y la meditación de mi corazón delante de ti, oh SEÑOR, roca mía y redentor mío”.

La meditación significa cosas diferentes para personas diferentes. Para algunos, es un tiempo de introspección y fortalecimiento personal. Pero, para los cristianos, la meditación tiene un significado muy distinto. A pesar de las diversas formas en que el mundo utiliza la palabra, la meditación es algo que los creyentes debemos tomar en serio.

Sencillamente, la meditación es la práctica de pensar en Dios en toda su plenitud, y hacerse preguntas tales como:

- *¿Quién es Dios?*
- *¿Cómo obra Dios en mi vida?*
- *¿Qué dice la Biblia acerca de Él?*
- *¿Cómo ha demostrado su fidelidad para conmigo?*
- *¿Cómo se ha dado Dios a conocer?*

Cuando meditamos en la Palabra de Dios, su Espíritu dirige nuestro pensamiento. Muchas veces, la disciplina incluirá lucha con principios espirituales que el Señor utiliza para crear una base firme en nuestra vida. Puede, incluso, implicar un período de arrepentimiento, cuando Él nos revela la verdad y nos mueve a anhelar una forma de pensar centrada en Cristo. O bien, la meditación puede llevar a sanarnos si Dios nos muestra las áreas de nuestro corazón que necesitan su toque. Si dedicamos tiempo para poner nuestra mente en Él, el Señor dirigirá nuestros pensamientos.

Esta semana, reserve tiempo para sentarse en silencio o ir a caminar. Dedique ese tiempo para centrar su atención en Dios y dejar que Él le hable. Encontrará placentera y estimulante esta rutina mientras se entrega a su presencia.