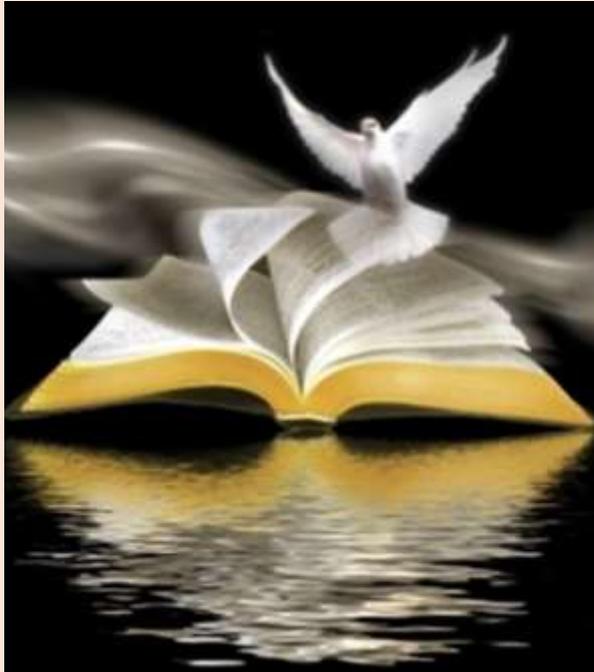


# ¿Me recomienda un buen libro de meditación?

por:

P. Evaristo Sada LC .



## ¿Me recomienda un buen libro de meditación? 2

### ¿Me recomienda un buen libro de meditación?

Una persona que toma su vida de oración en serio, dedica todos los días un tiempo a la meditación. La meditación cristiana no es un estado de concentración en el momento presente donde toda tensión se libera y todo pensamiento se purifica. Es, como toda forma de oración, un encuentro con un Dios personal, donde se establece una relación personal de fe y amor con Él.

La meditación cristiana implica una actividad mental donde consideramos con atención las obras de Dios y las verdades de nuestra fe en actitud de escucha al Espíritu Santo. Si queremos escuchar la voz de Dios lo mejor es acudir a la fuente: la Sagrada Escritura. "El pecho de Jesús es la Sagrada Escritura" dijo Godfredo de Admond. Hay que acudir a la meditación con los sentimientos de Juan que se recostó en el pecho de Jesús para escuchar en los latidos de Su Corazón sus más íntimos secretos, y con los sentimientos de la Samaritana cuando encontró a Jesús en el pozo y le dijo: dame de esa agua para que no tenga más sed. En este sentido podemos también decir: "El pozo de Jesús es la Sagrada Escritura". Pecho y pozo: la herida de Su costado traspasado.

Lo que buscamos en la oración no son nuevas ideas, reflexiones interesantes o lecturas apasionantes; le buscamos a Él. Por eso lo mejor que podemos hacer al meditar es tomar la Biblia, para escuchar en vivo y en directo la voz de Dios, entender su Palabra con la ayuda del Espíritu Santo, responderle, disfrutar de su compañía.

Meditar con la Biblia es como salir a pasear con Dios por el jardín del Edén como lo hacía con Adán y Eva. Así lo explicaba San Ambrosio: "Cuando tomamos con fe la Sagrada Escritura en nuestras manos, y la leemos con la Iglesia, volvemos a pasear con Dios en el Paraíso."

La meditación de la Sagrada Escritura, además de abrirnos el tesoro de la Palabra de Dios, propicia el encuentro con Cristo (cfr Verbum Domini n. 87) Y cada día que la meditemos será un encuentro nuevo, pues el Espíritu Santo se encarga de actualizar la Palabra, de que sea men-

## ¿Me recomienda un buen libro de meditación? 3

saje personal de Dios para mí hoy. Es como una revelación continua, como hemos experimentado tantas veces: "La Palabra de Dios no está encadenada" (2 Tim 2,9)

Hay muchos libros buenos que nos pueden servir para la meditación, excelentes comentarios de la Palabra de Dios; hay que aprovecharlos, pero recordando siempre que: "el fundamento de toda espiritualidad cristiana auténtica y viva es la Palabra de Dios anunciada, acogida, celebrada y meditada en la Iglesia." (Verbum Domini, 87)

Además, el Espíritu Santo siempre puede revelarnos algo nuevo y especial, por más que no seamos ni teólogos ni expertos en Sagrada Escritura: "Por más misterios y maravillas que han descubierto los santos doctores en este estado de vida, les quedó todo lo más por decir y aun por entender, y así mucho que ahondar en Cristo." (San Juan de la Cruz) Cuando Dios nos habla, nos mira a los ojos, con una mirada y una palabra personal.

Hay que tener confianza en que el Espíritu Santo se hace presente cuando lo invocamos y que Él "viene en ayuda de nuestra flaqueza" (Rom 8,26) Cada meditación con la Biblia en las manos y en el corazón está llamada a convertirse en un nuevo camino de Emaús donde Cristo nos salga al encuentro y nos explique lo que allí está escrito sobre él.

Es verdad, hay tiempos de silencio, donde Dios calla. El silencio es una de las formas en que Dios nos habla. "Dios habla por medio de su silencio" (...) "El silencio de Dios prolonga sus palabras precedentes" (VD 21) También así se nos revela como misterio de amor infinito, a Su manera.