

La mujer de hoy

Nancy DeMoss Wolgemuth

Pautas para iniciar esta práctica

Una de las ayudas más valiosas para la meditación es la memorización de Las Escrituras. De hecho, cuando me encuentro con alguien que está batallando con el desánimo o la depresión, suelo hacerle dos preguntas: “¿Estás alabando al Señor?” y “¿Estás memorizando las Escrituras?” Estos dos ejercicios no son una fórmula mágica que hace que todos los problemas desaparezcan, pero esto tiene un increíble poder para cambiar nuestra perspectiva y actitud hacia las situaciones que estemos enfrentando en determinando momento de nuestras vidas.

“Pero no puedo memorizar,” responderán algunos inmediatamente. Don Whitney señala que el problema no es tanto nuestra habilidad para memorizar sino nuestra motivación:

“Que pasaría si le ofrezco mil dólares por cada versículo que usted pueda memorizarse en los próximos siete días? Piensa usted que su actitud hacia la memorización de Las Escrituras y su habilidad de memorizar mejorarían? Cualquier compensación financiera que reciba será mínima en comparación con el valor acumulado del tesoro de La Palabra de Dios depositada dentro de su mente.”¹

El hecho es que podemos y debemos aprender a memorizar todo el tiempo. Memorizamos los nombres de las personas, los comerciales de televisión, direcciones de lugares que visitamos frecuentemente, números de tarjetas de crédito, números telefónicos, etc. ¿Cómo lo hacemos? Nosotros recordamos la información que es importante para nosotros o que frecuentemente usamos o repetimos. La memorización de las Escrituras no es nada diferente. Requiere motivación y revisión regular y sistemática.

Si no has memorizado Las Escrituras antes, comienza con pequeños versículos, tal vez uno o dos a la semana. Selecciona versículos que se relacionen con necesidades o preocupaciones específicas de tu vida. Es posible que quieras escribir los versículos en una tarjeta que puedas llevar consigo y revisarla varias veces al día. El repasar las Escrituras antes de ir a dormir es uno de los mejores métodos para reforzar el texto en tu memoria.

Una vez hayas dominado un versículo o un párrafo, ve al siguiente, pero revisa diariamente los versículos que ya te has memorizado recientemente. Puede que te resulte de mucha ayuda memorizar los textos junto a otras personas, de forma tal que se puedan animar los unos a los otros y revisar lo aprendido de forma regular.

La memorización y meditación de las Escrituras traerá muchos beneficios a tu vida, incluyendo:

- Limpieza y renovación de tu mente;

- Te mantendrá alejada del pecado;
- Orientación y dirección en medio de las situaciones de tu vida diaria;
 - Fortalecerá tu espíritu;
 - Te ayudará a combatir los ataques del enemigo en tu mente y en tus emociones;
 - Estimulará tus deseos espirituales;
 - Disminuirá las demandas de tu carne;
 - Te protegerá de patrones equivocados de pensamiento, y;
 - Fijará tu mente y tus afectos “en las cosas de arriba” (*Colosenses 43:2*).

“Evidencia que no se ve” (Evidence Not Seen), es la conmovedora historia de Darlene Deibler Rose, una joven misionera norteamericana que permaneció cuatro años en prisión en Japón durante la Segunda Guerra Mundial. Ella recuerda la forma como Dios usó las Escrituras que ella había memorizado cuando niña para sostenerla en medio de su terrible experiencia:

Cuando niña y cuando era una joven adulta, me había sentido movida a memorizar La Palabra escrita. Mientras estuve en la celda, agradecía aquellos días de la Escuela Bíblica de Verano cuando memoricé todos aquellos versos, capítulos completos, y los Salmos, así como libros completos de la Biblia. En los años que siguieron, repasaba a menudo las Escrituras. El Señor me alimentó con el Pan de Vida que había sido almacenado en mi memoria cuando se cortó el abastecimiento fresco, cuando perdí mi Biblia. El trajo consuelo y aliento diario a mi vida y a mi corazón—y sí, y gozo—por el conocimiento de La Palabra... Nunca necesité más las Escrituras que durante esos meses cuando me encontraba sentenciada a muerte, pero como tanta de Su Palabra se encontraba en mi corazón, el que los Kempeitai (policía militar del ejército imperial japonés) me quitaran mi Biblia no fue para mí el castigo que ellos habían anticipado²