¿Cómo hacer un devocional diario?

Cuando Sara se convirtió en cristiana, todos le dijeron que debía apartar algún tiempo cada mañana para leer la Biblia y orar. Ella sabía que era importante, pero no lograba hacerlo. A fin de llegar a tiempo al trabajo, a las 08:00, debía levantarse a las 05:30. Esa media hora extra para dormir era demasiado crucial; sin eso ella deambulaba como aturdida a lo largo del día. Trató de apartar la mitad de su hora de almuerzo para Dios. Eso resultó ser fantástico, excepto cuando tenía que ir al banco, o mandar a arreglar el reloj, o cuando el trabajo se apilaba, y cuando tenía que reunirse con gente para almorzar. Y todos decían que era antisocial, permaneciendo en su oficina con su Biblia.

Después del trabajo, por supuesto, era una carrera alocada a comprar, lidiar con el tránsito, hacer la cena, ir a las reuniones de la tarde y a las citas. Cuando terminaba con todo eso, estaba demasiado exhausta para hacer cualquier otra cosa que caer en la cama. Un día, su Pastor predicó acerca de apartar un tiempo para Dios cada día y ella se sintió tan culpable que le dieron ganas de llorar. ¿Qué podía hacer?

Seguro muchos de nosotros podemos identificarnos con Sara. El tiempo a solas con Dios es, tal vez, el aspecto más promovido y menos practicado de la vida cristiana.

¿Qué es lo más importante para nosotros?

¡Generalmente, encontramos tiempo para las cosas que son más importantes! Esta afirmación puede hacernos sentir culpables: "Si Dios fuera realmente importante para mí, me haría el tiempo para Él". Pero si podemos dejar de condenarnos a nosotros mismos, podríamos escuchar al Padre diciéndonos: "Tu vida es tan ocupada y ansiosa. Tú viniste a mí en primer lugar porque necesitabas ayuda. Enfrentémoslo, sigues necesitando mi ayuda cada día. Te amo y quiero pasar tiempo contigo. Sigo queriendo ser tu mejor amigo. Estaré allí mañana en la mañana si lo quieres."

Es posible que las muchas ocupaciones nos lleven a omitir el desayuno y a veces el almuerzo. Pero, ¿no es eso porque el trabajo y las reuniones son más importantes que tres comidas? "Generalmente encontramos el tiempo para las cosas que pensamos que son más importantes". De manera que nunca nos haremos un tiempo para Dios, hasta que estemos convencidos de que no podemos vivir sin estar con Él.

Los grandes personajes de la Biblia tuvieron una cosa en común: Pasaban tiempos a solas con Dios, tratando de conocerlo. Daniel fue el primer ministro del imperio babilónico. Sin embargo, "tres veces al día se arrodillaba y oraba, dando gracias a Dios" (Daniel 6:10). Moisés, el responsable de guiar a dos millones de

judíos en un viaje de 40 años por el desierto, ganó sabiduría y fortaleza en la presencia de Dios como con un amigo frente a frente. David, el famoso guerrero y rey, amaba pasar tiempo con Dios. Los salmos contienen su diario devocional. El profeta Isaías habló de sí mismo y de las profecías acerca de Cristo cuando escribió: "Jehová el Señor me dio lengua de sabios, para saber hablar palabras al cansado; despertará mañana tras mañana, despertará mi oído para que oiga como los sabios." (Is. 50:4).

Durante su ministerio terrenal, Jesús se levantaba temprano en la mañana, cuando estaba aún oscuro e iba a un lugar aislado para orar (Mr. 1:35). Por alguna razón, Él sentía que ese tiempo era más importante que otra hora o dos de sueño, o trabajar, incluso sanando o predicando.

¿Por qué todos estos hombres consideraban que el tiempo diario con Dios era importante? Porque el Rey del universo quiere revelarse a Sí mismo y Su amor por nosotros diariamente. Él quiere hacernos espiritualmente fuertes, sabios y gozosos. Quiere darnos la luz y la guía para cada día con el fin de que sus tiempos nos sean claros, nos satisfagan y contribuyan a Su buen propósito para nuestras vidas. Quiere armarnos por adelantado contra la tentación y enviarnos por nuestro camino con una canción en nuestro corazón y una palabra apropiada para la persona con la que nos encontremos.

Si nos dejara solos, no podríamos distinguir el camino de Dios del camino del mundo, o veríamos la diferencia, pero nos iríamos de todas maneras al del mundo. Podemos racionalizar nuestras acciones diciendo: "Después de todo, sabemos lo que está bien en estos días. ¿Existen realmente los absolutos?" Pero sin la guía de Dios estamos a la deriva en la corriente de las ideas del mundo, obedeciendo su leyes invisibles, y siguiendo nuestros propios impulsos e imaginaciones en forma muy parecida a lo que hacíamos antes de volvernos a Cristo. Este puede ser el problema de Sara. Puesto que pasa la mayor parte de su tiempo mirando la televisión, los avisos, a los colegas y amigos en vez de Dios, se está dejando llevar, sin saber, por los valores de ellos. El resultado es más trabajo, más cosas, más dolores de cabeza, y menos tiempo para pasar en el goce del Señor, recuperando su sanidad.

No es necesario vivir así. Dios ha suministrado un camino de salida. Él nos ha dado todo lo que necesitamos para tener vidas que le complacen a Él y a nosotros mismos, para ayudar a otros. Pero debemos escoger hacernos un tiempo para descubrir la voluntad de Dios y recibir su fortaleza. Lo que cuenta son las acciones, no los deseos. Como dice J. Oswald Sanders: Estamos tan cerca de Dios como escogemos estar, no como deseamos estar."

¿Cómo lograr una vida devocional?

Las tres primeras claves para aprovechar más el tiempo devocional son: Primero, empezar con una oración: "Padre, necesito tu ayuda y guía hoy. Háblame

a través de tu Palabra. Ayúdame a entender y obedecer." Eso basta para comenzar, aunque no hay problema si oramos más largo. A veces podemos leer un salmo en forma de oración. Particularmente apropiado es el Salmo 143: Hazme oír por la mañana tu misericordia, porque en ti he confiado; Hazme saber el camino por donde ande, porque a ti he elevado mi alma... En ti me refugio. Enséñame a hacer tu voluntad, porque tú eres mi Dios; Tu buen espíritu me guíe a tierra de rectitud. (Salmo 143:8-10).

Segundo, subrayar la Biblia. Eso ayuda a concentrarnos y recordar lo importante. Para mí, lo mejor es usar 2 o 3 colores máximo. Con rojo enmarco las promesas que encuentro, con azul destaco las palabras o frases que definen el hilo de pensamiento y con negro subrayo lo negativo, es decir, las advertencias de Dios o las malas decisiones de los personajes bíblicos y sus consecuencias.

Tercero, escojo el versículo favorito de cada día a partir del pasaje leído y hago un círculo alrededor del número del versículo. Cuando tres o cuatro versículos me parecen igualmente importantes, los peso en oración y escojo uno. Esta revisión y selección forzada estimula mi meditación acerca de la Palabra. Después de escoger su versículo preferido, pídale a Dios que le enseñe más acerca de él y que le ayude a aplicar esa verdad a su vida. Luego, use ese versículo para orar, tanto por Ud. como por otras personas.

Por ejemplo, un día escogí Fil. 1:9 "Y esto pido en oración, que vuestro amor abunde aun más y más en ciencia y en todo conocimiento," luego oré: Señor, ayúdame a tener más amor por otros y que tenga mayor discernimiento". Mientras oraba esto, incluí a varios conocidos en los cuales veía falta de amor o discernimiento. Cuando luego lo oré por mi esposa, se presentaron en mi mente otras necesidades. Y lo mismo sucedió cuando oré lo mismo por mis hijas, etc. En la medida que el Espíritu Santo me guiaba, incluí también otras peticiones.

Usando el versículo favorito para la oración durante el devocional, uno se ayuda a fijar esa verdad en la mente, como base para la meditación posterior y para la oración durante todo el día. Además, no tendrá que preguntarse si aprovechó su lectura matutina.

Mantener los Ojos lejos de nuestras Cargas

A veces, nuestro tiempo devocional es "seco" porque "estamos cargados con peticiones, negocios que deben hacerse, la guía que necesitamos aquí, la ayuda allá, peticiones en nombre de éste u otro, todas urgentes, todas valiosas, pero, sólo negocios después de todo". Necesitamos aprender a cultivar la alabanza. A Dios le gusta que nos acerquemos a Él con nuestras cargas y necesidades, pero también quiere escuchar palabras de amor y adoración, no sólo porque se lo merece, sino porque Su objetivo es establecer una relación de amor con nosotros, y en una relación así debe existir un ir y venir de declaraciones de cariño y admiración.

Puede ayudarle acompañar su tiempo devocional con música suave dedicada al Señor, ya sea instrumental o cantada. Para mí, los salmos son una gran inspiración de alabanza. Por ejemplo, use los Salmos 27, 34, 145:17-18, 103:1-5.

Algunos consejos prácticos

El planear su tiempo con Dios le ayuda a evitar la falta de meta y la monotonía. Sin embargo, si usted está demasiado centrado en el método, se encontrará ante un plan, en vez de estar delante de una Persona. De modo que su tiempo necesita tanto el orden como la sensibilidad a la guía del Espíritu Santo. Oriéntese primeramente a encontrarse con Dios. La gran cosa no es cuánto logra hacer, sino el aprender a compartir una amistad con Él. Los buenos hábitos contribuyen a esta amistad.

1. Escoja un lugar permanente.

Muchas personas encuentran que los entornos nuevos distraen sus pensamientos. Escoja un lugar lo más privado posible, con la menor distracción. No obstante, de vez en cuando introduzca alguna variación, como orar mientras pasea, o ir a un lugar hermoso, como un cerro o un parque, etc. En realidad, la meta es que nuestra vida sea un "devocional permanente".

2. Evite hacer su devocional en cama.

Levántese, dúchese y haga todo lo necesario como para estar despierto, y lo más rápido posible, de manera de no sentirse presionado por la falta de tiempo.

3. Encuentre una posición corporal que lo mantenga alerta.

Esto es variable de persona a persona y de momento a momento. Algunas personas prefieren estar sentadas, otras, están de pie, otros caminan al aire libre o caminan dentro de la pieza para mantenerse despierto y concentrado. El arrodillarse delante del Señor puede ayudar a rendir nuestra voluntad a Dios. El estar postrado en el piso puede ayudarnos a humillarnos y sentir nuestra desesperada necesidad de Dios. C.S. Lewis escribió: "El arrodillarse importa, pero hay otras cosas que importan más. Una mente concentrada y un cuerpo sentado puede ser apropiado para una oración, mejor que un cuerpo arrodillado y una mente medio dormida". Ud. irá adoptando las posturas que sean más apropiadas para la circunstancia. Para mí, la lectura es mejor estando sentado, pero la adoración y las peticiones me fluyen mejor de rodillas. Si me pongo a cantar, frecuentemente prefiero estar de pie.

4. Prepare su corazón antes de hacer una petición.

Enfoque su corazón en el pensamiento de que está en la presencia de una persona viviente y que su meta es estar con ella. De gracias al Señor porque Él lo ama, porque desea tener comunión con usted y que promete revelarse en la

medida que usted lo busque. Adórelo, dándole gracias por Su grandeza, santidad, amor, poder, hermosura y perfección. La acción de gracias y la alabanza le ayudan a no estar preocupado sólo por usted mismo o las cosas terrenales. Haga una pausa y humíllese ante Dios. No irrumpa rápidamente en sus peticiones. Reconozca su dependencia de Él y afirme su dedicación, presentándose reverentemente ante Él: "Padre, Tú eres mi Dios y yo soy tu siervo. Estoy aquí para aprender de Ti, a orar de acuerdo con Tu voluntad y para hacer lo que Tú dices. Por favor, ayúdame".

5. Lea y ore.

Sin importar si su devocional es de 15 minutos o de una hora, dedique la mitad de él a la lectura de la Biblia y la otra mitad a la oración. Se beneficiará mucho más si lo hace con la Biblia en vez de leer libros devocionales.
La Palabra de Dios debe ser la base de nuestras oraciones porque Dios mismo habla a través de ella. El leer la Biblia es la primera parte de "oír" de la oración. Si la parte del oído está bien, también lo estará la de la lengua, y aprenderemos a orar de acuerdo con la voluntad de Dios. A medida que Dios nos enseña a través de Su Palabra, tanto nuestra oración como nuestra vida se convertirán en una respuesta a lo que Dios dice. Mientras progresamos en la fluidez de nuestros devocionales, nos sorprenderá cómo se va revelando el Señor de maneras creativas e inesperadas. De pronto nos encontraremos dialogando con Él en nuestro espíritu.

6. Aprenda a concentrarse.

Anote las verdades mayores que aprenda. Esto agudiza sus pensamientos y le ayuda a recordarlos. Un cuaderno para su tiempo con Dios le ayuda a meditar, compartir con otros y revisar los pensamientos anteriores.
Controle los pensamientos errantes. No deje de traer de vuelta su mente con quieta firmeza y sin enojarse consigo mismo. A menudo puede orar por cualquiera cosa que lo está distrayendo y recomenzar donde quedó. Cuando se le vienen a la mente cosas que hay que hacer, escríbalas y ore acerca de ellas. Si sólo trata de empujarlas fuera de su mente, seguirán molestándole.
La oración en voz alta o susurrando puede ayudarle a estar alerta, especialmente cuando está con sueño.

7. Use una lista de oración.

Yo llevo una lista de las personas por las cuales quiero orar. Esto me mantiene alejado de una distracción mental y de olvidar las oportunidades de orar o las responsabilidades. De tiempo en tiempo reviso mi lista, agregando nombres nuevos y sus necesidades y borrando otros. Especialmente útil resulta anotar en un cuaderno las respuestas del Señor a las oraciones que hemos venido haciendo. Este cuaderno puede ser una gran fuente de inspiración y de fe para situaciones futuras.

No se convierta en esclavo de ningún método. Si su lista de oración se convierte en una rutina, vuelva a escribirla u ore por un tiempo sin la lista. Si la lista llega a ser demasiado larga, divídala en dos o tres listas, usando una para cada día. Una lista de oración debe ser una ayuda, no una obligación que restringe.
8. Incluya varios tipos de oración:

Varíe el orden de lo siguiente:

- Adore a Dios, alabándolo por quien Él es.

- Humíllese. Reconozca su dependencia y confiese todo pecado no confesado que Él ponga en su mente.

- Agradézcale por Su limpieza instantánea y completa.
- Ore por sí mismo. Pida a Dios que lo cambie como también que lo bendiga, y que le dé lo que necesita.
- Ore por otros. Interceda por su salvación, crecimiento espiritual y por sus necesidades especiales. Ore por la obra de Dios cerca y en todo el mundo.
- De gracias por las bendiciones pasadas, presentes y futuras.

9. Desarrollo de una actitud expectante.

En toda nuestra lectura y en toda nuestra oración nuestra mayor necesidad es una fe ardiente, viva y expectante, lo que Charles Finney llamó una "confianza amorosa" en Dios... El objetivo principal de nuestros devocionales debería ser eliminar todo lo que nos prive de creer en Dios. Vaya a Dios con fe, esperando encontrarlo y que Él le enseñe. Queremos que el Señor nos escuche y nos responda. Comience su día esperando que Dios esté con usted, dándole guía y poder. Dios promete obrar en nosotros en la medida que confiemos en Él. Una y otra vez lleve a Dios su deseo de cultivar buenos hábitos de oración, alimentándose de Su Palabra. Ore para que pueda experimentar a Dios de maneras diferentes.
Si usted hace esta elección, sentirá que su tiempo con Dios es algo indispensable. No echará de menos la última parte de la televisión en el noche y verá que dormirá mucho mejor y que el levantase un poco más temprano no le afecta negativamente, sino todo lo contrario. Usted le dará un tiempo a Dios porque Él es su Amigo, su Amado, su Padre.

Resumen
Por lo general, nos hacemos tiempo para las cosas que creemos que son importantes. Nunca haremos un tiempo para Dios hasta que nos demos cuenta cuán enriquecedor puede ser y que no se puede vivir sin eso. Necesitamos un tiempo diario para Dios a fin de tener la fuerza para luchar contra las pruebas y tentaciones, para tener sabiduría, para tener intimidad con El y para gozarla. Resuma en sus propias palabras las recomendaciones estudiadas para lograr un tiempo devocional provechoso.

Algunos ejemplos de planes para el tiempo con Dios

Plan A

- Ore brevemente por su devocional, pidiendo a Dios que lo ilumine y lo guíe. Recuérdele que su meta es encontrarle para llegar a conocerlo mejor.
- Pida a Dios que escudriñe su corazón y que guíe su tiempo (Sal. 119:18; 139:23-24)
- Lea una sección de las Escrituras lentamente, subrayando lo que le llame la atención, según estudiamos. Puede usar un plan para leer toda la Biblia en un año como guía para la selección de los pasajes. Medite en el pasaje, y escoja un versículo para memorizar.
- Escriba lo que Dios le ha mostrado.
- Tome tiempo para alabar a Dios por quien Él es.
- Confiese a Dios cualquier pecado con el que está luchando y pida perdón por él y que Él le dé fuerza para abandonarlo. Pregúntele qué debe hacer.
- Ore por las necesidades de su lista.
- Encomiéndese a sí mismo y su día al Señor

Plan B

- Esté en silencio un momento ante Dios (Sal. 46:10)
- Alabe al Señor usando 1 Cr. 29:11-12 como base.
- Lea una parte de un capítulo o más, y escoja un versículo favorito.
- Use los pensamientos del versículo favorito como comienzo de la oración para cada petición de la lista de oración.
- Concluya con un tiempo de acción de gracias.