

DIALOGO

ó

CONVERSACION

SOBRE

LA ORACION MENTAL.

*Escrita por un Religioso á dos personas que le
suplicaron las enseñase à meditar.*

Continuacion de las estaciones de Jeru-
salem.

TRADUCIDO

*De la segunda edicion del Francés que està cor-
regida y aumentada.*

AGUASCALIENTES:—1858.

TIPOGRAFIA DE CHAVEZ.

Con las licencias necesarias.

ORACION

À JESUCRISTO.

Amable Jesus mio, Dios de las ciencias y luz del mundo; dignaos ser ahora mi luz, para que pueda expresar y hacer comprender á los que quieren aprender á meditar, los conocimientos y sentimientos que vos me habeis dado sobre la oracion mental. Yo os confieso, Divino Maestro y Salvador mio, y lo confieso delante del cielo y de la tierra, que siendo el mas indigno é infiel de todos vuestros discipulos y servidores, soy el mas incapáz de recibir y desempeñar esta honrosa comision. Espero no obstante, que habiéndomela dado vos, concederéis vuestra gracia y derramaréis vuestras bendiciones sobre esta pequeña obra, y sobre todos los que la recibiesen como venida de vos; para que aprendiendo á hacerse vuestros imitadores, os den á vos toda la gloria. Recibid, Dios mio, todos estos nuevos deseos; los que junto al que vos me habeis dado de vivir siempre sumiso á vuestras divinas voluntades, siendo enteramente vuestro, PSALM. 118. y perteciéndos todo lo que tengo. San Juan c. 17.

A LOS QUE GUSTAN

DE LA ORACION MENTAL.

Viéndome obligado, para satisfacer á vuestros justos ruegos, á daros este *Diálogo*, ó pequeño tratado sobre la *Oracion mental*, como un medio muy corto y muy fácil para enseñaros á meditar; creó deberos decir en pocas palabras, que si deseais aprovecharos de las instrucciones que contiene, lo debeis recibir de la mano de Dios mismo que os lo presenta por la del mas miserable de todos sus siervos. Leedlo, pues, en su presencia, y volvedlo á leer muchas veces pausadamente, con atención y despacio; y sacaréis de él, todo el fruto que podeis y debeis esperar. No os olvideis de pedir á Dios en estos santos ejercicios, que aumente en mí su santo amor, y el zelo que me ha dado de vuestra perfeccion; para que continúe en comunicarme sus divinas luces, las cuales hacen ver el verdadero camino de la oracion; al cual no quiero yo ir, ni conducir, sino por Jesucristo mi Maestro, que dice: *Yo soy el camino, la verdad y la vida: nadie viene á mi Padre sino por mí.* San Juan c. 14.



DIÁLOGO

SOBRE LA ORACION MENTAL.

PREGUNTA.

¿Qué cosa es oracion mental?

R. Si se considera segun su naturaleza, y lo que es en sí misma, es una Conversacion interior del alma con Dios, en que le tributa sus obsequios, medita sus verdades; y no contenta con meditarlas, propone practicarlas con la ayuda de su gracia.

Si se considera segun sus efectos, es:

I. La comida y el sustento del alma santa.

II. El medio mas seguro:

Para vencer las pasiones.

Para romper los lazos de nuestras aficiones, y deshacernos de nuestros malos hábitos.

Para resistir á las tentaciones.

Para adquirir y practicar las virtudes cristianas.

Para obtener gracias en abundancia.

Para consolarnos en nuestras aficciones.

Para llevar con paciencia las penas de esta vida.

Para hacernos conformes á Jesucristo.

Para informarnos del espíritu de Jesucristo.

Pero si se considera segun su fin y su término, es:

I. Una perfecta union del alma con Dios.

II. Una entera desuñion ò separacion entre el alma y su amor propio, y todo lo que no es Dios.

P. ¿Qué partes contiene la oracion mental?

R. Tiene tres, que son:

I. La preparacion.

II. El cuerpo de la oracion.

III. La conclusion.

PRIMERA PARTE.

P. ¿En que consiste la preparacion?

R. Antes de la oracion es menester hacer varias cosas, las cuales disponen el alma á hacerla.

P. ¿Con qué hay muchos modos de prepararnos para la oracion?

R. Los hay; pues hay tres suertes de preparacion; á saber:

I. Preparacion remota.

II. Preparacion próxima.

III. Preparacion muy próxima.

P. ¿En que consiste la preparacion remota?

R. En guardarnos en todo tiempo de las cosas que se sabe son los principales obstáculos á la oracion.

P. ¿Cuáles son estos obstáculos, y de cuantos géneros?

R. De tres, que son:

I. El cometer voluntariamente faltas, que serian causa de que Dios en castigo de ellas no nos diese la gracia de la devocion.

II. El dejarnos llevar de la disipacion de los sentidos; la cual sería motivo de que despues no los pudiéramos recoger.

III. El tener alguna aficcion desordenada, ò algun deseo vivo y fuerte de alguna cosa, cuya memoria turbaría la quietud del corazon y del espíritu, tan necesario para la oracion.

P. ¿En qué consiste la preparacion próxima?

R. Consiste:

I. De parte de la *voluntad*, en ir á ella con un deseo sincero de aprovechar.

II. De parte de la *memoria y del entendimiento*, en preparar distintamente dos ó tres puntos de meditacion por medio de alguna leccion:

Mas afectuosa que curiosa.

Atenta y no precipitada.

Ni demasiado larga, ni demasiado corta, sino

suficiente á proveer de asunto y materia á la meditacion.

Con una casi prevision del fruto que se quiere ò se pedrá sacar.

P. ¿En qué consiste la preparacion muy próxima?

R. Consiste en hacer, al entrar en la oracion, tres cosas:

I. Ponernos en la presencia de Dios.

II. Humillarnos delante de su Majestad.

III. Invocar la ayuda de su gracia.

P. ¿Cómo deberémos ponernos en la presencia de Dios?

R. Por un acto de fé de su inmensidad, representándonos que está en todas partes, que lo vé todo, que lo oye todo, y que penetra hasta nuestros mas secretos pensamientos.

P. ¿Cómo deberémos humillarnos delante de Dios?

R. Reconociéndonos indignos de comparecer en su presencia, sobre todo, á vista de nuestros pecados, de los que es menester hacer un acto de contricion.

P. ¿Cómo se debe invocar la ayuda de Dios?

R. Pidiéndole con alguna breve, pero ferviente oracion, su gracia, para tener bien la oracion, y

no buscar en ella otra cosa que su gloria y su servicio, juntamente con la reforma de nuestra alma; pero no placer alguno vano, ni otro contento ó satisfaccion de espíritu.

P. ¿No hay que hacer otra cosa antes de entrar en la oracion?

R. Es menester tambien:

I. Pedir á la Santísima Virgen, al Santo Angel de nuestra guarda, á nuestros patronos, y á todos los santos de nuestra devocion, que nos ayuden, intercediendo por nosotros con Dios.

II. Detestar todas las distracciones que nos pudieren sobrevenir en la oracion.

III. Renunciar todos los intereses que el amor propio pudiera buscar en el tiempo de la oracion.

IV. Resignarnos en la voluntad de Dios, para hacer y padecer en ella todo lo que le pluguiere.

V. Antes de aplicarnos á la materia que hemos preparado, quedarnos por un poco de tiempo en una entera suspension de toda suerte de actos que no tengan relacion con la materia de la meditacion.

Para detener y fijar la agitacion de los sentidos.

Para poner el espíritu en calma.

Para establecer el alma en una paz interior,

que la disponga á recibir la operacion de Dios, y á obrar con el Señor.

P. ¿En qué postura deberémos estar mientras la oracion?

R. La postura mas aprobada de los santos, es:

I. Ponernos de rodillas, ajustando nuestra ropa de tal modo que no tengamos la pena de andar meneándonos despues, ni aun por un instante.

II. No descansar sobre cosa alguna, ni apoyarnos, sino estar con las manos juntas, ó cruzadas delante del pecho, y con la cara hácia algun altar, si estamos en la iglesia; ó hácia algun crucifijo, ó alguna otra imágen, si estamos en otra parte.

P. Cuando se hace oracion privadamente, ¿se podrá buscar una postura algo mas acomodada?

R. Se puede, pero no se debe, á no ser que una verdadera enfermedad no obligue á ello, y no esos dolores de cabeza ó de rodillas, ese sueño, ese cansancio etc. que nacen de nuestra tibieza, de nuestra flojedad, y de tentacion del diablo.

P. ¿En qué postura podrá estar un enfermo en la oracion?

R. En la mas á propósito para conservar la atencion y el fervor necesarios.

P. ¿Qué tiempo es el mas apropiado para te-

ner la oracion?

R. La mañana es el mas propio para este ejercicio, antes que el espíritu se haya llenado de otra alguna ocupacion; y la noche, cuando se ha dado de mano á los negocios.

P. ¿Cuánto tiempo es menester emplear en la oracion?

R. Media hora, ó una hora, ó mas ó menos, segun el tiempo, la libertad, ó la licencia que se tenga para ello.

P. ¿Qué se debe hacer cuando nos hallamos acometidos de distracciones?

R. No quererlas, cuando se advierten; y aunque vuelvan otra vez, no debemos cansarnos en desecharlas con enfado, con impaciencia, ni con inquietud, sino con una suavidad, humildad y confianza en Dios, contentándonos regularmente con no hacer caso de ellas, y sacar del fondo de nuestra miseria, y sin que nadie lo oiga, un gemido que dé á entender bastantemente que se aborrecen, y estar ciertos que Dios oirá este gemido, y sosegarlos.

P. Cuando estamos abrumados de inquietudes, de disgustos, de sequedades de caimiento &c. ¿qué deberémos hacer?

R. Es menester ver:

I. Si las hemos atraído por nuestras infidelidades; y en este caso humillarnos delante de Dios, confesando nuestra culpa.

II. Si vienen de Dios, que quiere algunas veces enseñarnos á no pegarnos á sus favores, sino á él mismo, y someternos humildemente á su voluntad.

III. Si vienen de parte del demonio: detestarlas, no haciendo caso, y volviéndonos á Dios por medio de alguna oracion jaculatoria.

P. ¿Qué se debe hacer cuando el espíritu se encuentra tan árido, que no puede meditar ni producir afectos.

R. Es menester sufrir esta sequedad, conservarnos apaciblemente en la presencia de Dios, y reconocer que nada podemos de nuestra parte, que no somos sino ignorancia, é incapaces de hablar un solo instante á su Magestad Divina.

P. ¿Cuál oracion es la mejor?

R. No es aquella en que se tiene mas gusto, mas consuelo, mas facilidad, sino aquella en que somos mas fieles, mas constantes, y mas sumisos á las disposiciones de la voluntad de Dios, y en que llevamos el peso de nuestras penas y miserias, sin desalentarnos ni acobardarnos jamás.

SEGUNDA PARTE.

P. ¿Cuál es el cuerpo de la oracion mental?

R. Son las cosas que se hacen efectivamente en la oracion, y que la componen.

P. ¿De qué se compone el cuerpo de la oracion?

R. De tres cosas principalmente, que son:

I. Meditacion.

II. Afectos.

III. Propósitos.

P. ¿Qué es la meditacion?

R. Es una consideracion atenta del asunto que se ha preparado, y una como penetracion de la materia de la oracion; á fin de ser movidos á algun buen afecto.

P. ¿Qué se debe hacer para conducirnos bien en este particular?

R. Es menester tener respeto:

I. A la aplicacion de espíritu, la cual debe ser moderada; es decir,

Suave y tranquila, sin tibieza ni flojedad.

Despierta, sin precipitacion ni apresuramiento.

Parada, sin pasar ligeramente de un asunto á otro.

P. 9.

II. A la consideracion de los puntos, para sacar de ellos pensamientos

Sencillos y comunes, no curiosos y estraños al asunto.

Devotos y de práctica, no sutiles, ni artificialmente especulativos.

Seguidos con algun orden, no con confusion.

III. A la dilatacion ó estension de la materia, que es una investigacion, ó una invencion de muchas razones y verdades, por las cuales el entendimiento pueda ser ilustrado y persuadido; considerando:

El asunto en sí mismo.

Sus circunstancias.

El provecho que se debe sacar de él.

P. ¿Hay muchos asuntos sobre que se pueda tener oracion?

R. Los hay:

I. Materiales y sensibles, como los cuatro Notísimos.

La vida y pasion de nuestro Señor Jesucristo.

Los ejemplos de los santos.

II. Intelectuales, como:

Las virtudes.

Los beneficios de Dios.

P. ¿Qué se debe hacer cuando el asunto es ma-

terial y sensible?

R. Es menester considerar:

I. La historia en general, como si estuviéramos presentes á ella.

II. Las circunstancias
De las personas.

Del tiempo.

Del lugar.

III. Las palabras

Que se dijeron allí.

Que se pudieron haber dicho.

IV. Los sentimientos interiores, que podía tener el que hizo la cosa.

V. El fin por qué la hizo.

VI. Los efectos que de ella se han seguido.

VII. La conformidad ó desemejanza que tenemos con nuestros sentimientos y nuestra práctica.

VIII. El provecho que debemos sacar de ella.

P. ¿Generalmente se deben siempre pasar todos estos puntos, y detenernos igualmente en cada uno de ellos?

R. No, porque debe advertirse:

I. Que mientras uno de estos puntos ocupa suficientemente el espíritu, es menester detenerse en él.

II. Que cuando no se halla entrada para for-

mar algunos pensamientos sobre algun punto, es menester pasar á otro.

P. ¿Qué se debe hacer cuando el asunto no es sensible sino intelectual?

R. Es menester considerar:

I. La naturaleza de la cosa, es decir, lo que la cosa es en sí misma.

II. El nombre que se la dá, si acaso tiene algo de particular.

III. Las causas que la producen.

IV. Sus propiedades y sus efectos.

V. El fin á que se dirige.

VI. Lo que nuestro Señor hizo ó dijo en este asunto.

VII. Se debe reflexionar:

Sobre los sentimientos que se han tenido de ella hasta entonces.

Sobre la estimacion en que debe tenerse en adelante.

Sobre los medios de aprovecharnos de ella.

PRIMER EJEMPLO.

P. Sírvase vd. darme un ejemplo de un asunto sensible.

R. Si yo tomára por asunto de meditacion estas palabras del capítulo segundo del Evangelio

de S. Lucas: "Y estaba sujeto á ellos;" que nos prueban la sujecion de nuestro Señor Jesucristo á la Santísima Virgen su madre y San José:

Considerarìa

I. La Historia;

La cual me enseña que el Santo niño Jesus era pronto, sencillo y muy exacto en obedecer, hasta anticiparse á los mismos mandatos.

II. Las circunstancias

De las personas.

Representándome un Hombre-Dios obedeciendo á unas criaturas.

Del tiempo

No solamente mientras durò su niñez, sino hasta los treinta años.

Del lugar

En casa, en público y delante de todos.

III. Las palabras

De este amable niño.

Las cuales estaban llenas de dulzura y sumision.

De la Santísima Virgen y de San José.

Estando uno y otro poseidos de admiracion y de pasmo, al ver una tan grande y tan total sumision.

IV. Los sentimientos interiores de este Divi-

no Maestro, como si hubiera dicho: El hombre no quiere obedecer á Dios. Para vencer su orgullo, es menester que un Dios obedezca á unos hombres.

V. El fin por qué se sujetó, que fué para enseñarnos con su ejemplo á tener una obediencia voluntaria, y no forzada, á nuestros padres y superiores.

VI. Los efectos que produjo su sumision, que son:

Una gran gloria á Dios su padre, nacida de esta sujecion.

La imitacion de su obediencia por muchos grandes santos.

El ánimo á cada uno de nosotros para seguir su ejemplo.

VII. Reflexionaré sobre mí mismo, para conocer Las faltas que he cometido, cuando no he obedecido, ó debido obedecer.

La obligacion que tengo de aprovecharme de este ejemplo.

VIII. Haré cuánto pueda para copiar y seguir fielmente un tan perfecto original y ejemplar de todas las virtudes.

SEGUNDO EJEMPLO.

P. Sírvase vd. si gusta, darme tambien un ejem-

plo de un asunto intelectual.

R. Si yo tomára por asunto de meditacion estas palabras del capítulo 12 de S. Pablo á los romanos: "Conservad el fervor del espíritu."

Consideraría

I. La naturaleza del fervor del espíritu:

Que es la disposicion de una alma, con grandes deseos de cumplir bien todo lo que es de su obligacion, para agradar perfectamente á Dios.

II. El nombre de fervor:

Que quiere decir, no solo un calor mediano que es opuesto á la frialdad, ó flojedad interior; sino un ardor, que la estermina enteramente, y al cual nada le parece imposible.

III. Las causas que producen el fervor que son:

Una alta estimacion de Dios.

Sus grandes beneficios.

La esperanza de la gloria eterna.

En lugar que por razon de los contrarios la frialdad viene:

De no hacer una muy alta estimacion de Dios.

De haber echado en olvido sus gracias y beneficios.

De no tener una fé bastante viva de las cosas eternas.

IV. Las propiedades y efectos del fervor, que