APÉNDICE NÚM. 1.°

TRATADO DE TEOLOGÍA MÍSTICA

Y PRACTICA DE LA ORACIÓN (1).

TÍTULO PRIMERO

ESENCIA, FIN Y MEDIOS DE LA TEOLOGÍA MÍSTICA.

¿Qué es Teología mística?

Una sabiduría práctica que tiene á Dios por objeto como Padre y Señor nuestro, bueno y amable, y á El conduce al alma por la práctica de las virtudes ó vida espiritual.

¿Qué es vida espiritual?

Es un ejercicio constante y frecuente de la voluntad de Dios por las virtudes propias del respectivo estado.

¿Cuál es el fin último de la vida espiritual?

La unión del alma con Dios por el perfecto amor.

¿Cuáles son los medios ó fin próximo para conseguir esta unión?

La perfecta observancia de las obligaciones de cada uno, porque en esto consiste la perfección.

¿Por qué medios se consiguen ambos fines en la vida espiritual?

Los principales son *la oración, la mortificación interior y exterior, el examen diario de la conciencia, la frecuencia de la Confesión y Comunión, la continua presencia de Dios, la guarda de los sentidos, la devoción á la Santísima Virgen María, y tomar por guía un discreto confesor.* De algunos de estos medios se tratará más adelante.

¿Cuándo debe principiar la vida espiritual?

Desde que llegamos al uso de la razón.

¡Pues qué! ¿Todos los cristianos están obligados á la vida espiritual?

Todos están obligados á esta vida, ó sea á la perfección *substancial,* que consiste en el amor de Dios sobre todo, y del prójimo por Dios, y por tanto, á valerse de aquellos medios por los cuales se conserve y aumente este amor; esto es, de la observancia de la divina ley, y á evitar todo lo que se oponga á él, que es el pecado y su ocasión.

Apenas llegamos al uso de la razón, enciende Dios en el alma una luz y dictamen que la estimula y encamina á la virtud y la desvía del pecado, enseñándola á distinguir entre el bien y el mal....

Contra esto procede la concupiscencia de la parte inferior y sensitiva, que el *fomes peccati* inclina á los objetos sensibles...., y el demonio, con fascinaciones falsas é inícuas fabulaciones, obscurece el sentido interior y oculta el mortal veneno de lo deleitable y transitorio. Mas no luego desampara el Altísimo á sus criaturas, antes renue-

---

(1) El conocimiento de la Teología y práctica de la oración mental me parece tan necesario á todo confesor, no sólo para sí mismo, sino para enseñarlo á los penitentes, que me he decidido á añadir á la presente obra el siguiente Tratado de Teología.

va sus misericordias y auxilios....; y si responden á las primeras vocaciones, añade otras mayores....; y en premio de que el alma se venció, se le van atenuando las fuerzas de sus pasiones y el fomes, y se aligera más el espíritu para que pueda levantarse á lo alto, y hacerse muy superior á sus inclinaciones y al demonio.

Pero si dejándose llevar del deleite y del olvido, da la mano el hombre al enemigo de Dios y suyo, cuanto se va alejando de la bondad divina, tanto menos digno se hace de sus llamamientos, siente menos los auxilios, aunque sean grandes.... «En esta doctrina (hija y amiga mía) consiste lo principal de la salvación ó condenación de las almas; en comenzar á resistir, ó admitir los auxilios del Señor. Esta doctrina quiero que no la olvides.» —*(V. Madre de Agreda.)*

¿De cuántos modos es la vida espiritual?

De tres: *activa, contemplativa* y *mixta:* la activa se ocupa principalmente en obras de caridad para con el prójimo; la contemplativa en las virtudes que más miran á Dios, y la mixta, más perfecta que ambas, atiende á unas y otras.

TÍTULO II

ORACIÓN Y SUS DIVISIONES.

¿Cuál es ordinariamente el primero y más necesario medio para conseguir la perfección, ó sea el perfecto amor de Dios y del prójimo?

La oración.

¿Qué es oración?

Es una elevación de la mente y coloquio familiar del alma con Dios.

¿De cuántas maneras es la oración?

De dos, *vocal* y *mental:* la vocal se hace con palabras dirigidas por la mente; la mental, con el espíritu sin palabras exteriores.

Para que se llame oración, ¿es necesario se hagan siempre súplicas ó peticiones?

No, que también se llaman y son perfecta oración las alabanzas y acciones de gracias, actos de amor, de contrición, de adoración, fe y esperanza.

¿Es necesario á todo cristiano la oración para salvarse?

Hablando de la oración en general, en cuanto es una súplica que hacemos á Dios, sea mental ó vocalmente, para alcanzar el auxilio de su gracia, es *general y ordinariamente necesaria* para salvarse al que ha llegado al uso de la razón.

¿De cuántos modos podemos considerar la oración, así mental como vocal?

De dos: en cuanto á la substancia, y en cuanto á sus accidentes.

¿Qué es oración en general y substancialmente tomada?

La que hacemos sin más reglas que nuestro afecto ó nuestra necesidad, en cualquier tiempo y lugar.

¿Qué es la oración mirados sus accidentes?

La que se hace guardando ciertas reglas y método para mejor asegurar su fin; v. gr.: las del Oficio divino, de la Corona de la Virgen Santísima, etc.

La oración vocal, para que sea fructuosa, ¿ha de ir de algún modo acompañada de la mental?

Sí, porque sin ésta sólo sería un sonido vacío, faltando la atención del alma.

La oración vocal así entendida y practicada, ¿podrá ser para algunas almas medio de la perfección?

Sí; y esto se podrá creer así cuando en ella encuentran recogimiento y fervor, y fuera de ella no, aunque procuren la mental.

¿Qué es oración mental *substancialmente* considerada?

Es un ejercicio práctico de las tres potencias del alma en la consideración de los misterios divinos, en que la memoria recuerda, el entendimiento conoce, y ambos presentan á la voluntad los poderosos motivos de amar á Dios, aborrecer el vicio y seguir la virtud, para que se mueva á estos santos deseos y los ejecute con la gracia del Señor.

¿Cómo se practicará con facilidad y fruto esta oración substancial?

Entre otros medios, valiéndose de la presencia de Dios, oraciones jaculatorias y súplicas fervientes, como se dirá después.

División de la oración mental.

¿De cuántos modos es la oración mental?

De dos: meditativa y contemplativa.

¿Cuál es la meditativa?

La que ya se ha dicho ser *un ejercicio práctico de las tres potencias,* etc.

¿Cuál es la contemplativa?

La en que el alma ha recibido el don de la contemplación, en el que con una simple mirada entiende las cosas divinas, y es arrebatada hacia ellas con afectos de admiración y de amor.

La oración mental *substancialmente considerada,* ¿es absolutamente necesaria al religioso (idem Presbítero)?

Sí, porque está estrechamente obligado á caminar á la perfección, y todos los Santos y Doctores enseñan que sin el ejercicio de la oración es de ordinario *moralmente imposible* el conseguirla: así dicen *no merecer el nombre de religioso el que no la practica con frecuencia.*

«No he arribado á este estado (de altísima contemplación) sin prolongados martirios, decía Santa Catalina de Bolonia; pero la perseverancia en la oración ha sido mi vida, mi alma, mi maestra, mi consuelo, mi refrigerio, mi bien, mi reposo y todas mis riquezas. Ella me ha defendido de los golpes mortales del enemigo, por ella vivo, y como madre me ha alimentado, desterrando del alma toda instabilidad y tentación: me ha inflamado en el amor divino, induciéndome olvido del mundo; *y me parece que por otro medio no se consigue.*»

¿Qué es oración mental *accidentalmente considerada,* ó, como otros dicen, *formada?*

Es una meditación hecha por algunas reglas para facilitar su uso; mas en su esencia, es, como la substancial, *un ejercicio práctico de las tres potencias del alma,* etc.

Subdivisión.

¿Cuántes partes tiene?

Suelen asignarse seis: *lección, preparación, meditación ó contemplacion, acción de gracias, ofrecimiento* y *petición.*

Estas seis partes, ¿son todas de esencia de la oración mental?

Es, porque las dos primeras son como preámbulo, y la meditación, con alguna de las otras, y aun cada una de por sí, es ya perfecta oración; pero al principio especialmente, y cuando no se halla fácilmente recogimiento, es necesario valerse de todas; sobre todo y siempre de la *petición.*

¿Para qué sirve la previa lección?

Para dar al entendimiento materia provechosa que considerar.

¿Cómo se ha de leer?

Despacio y no mucho; y si se padece distracción, tal vez convendrá volver á la lección.

¿Qué es la preparación?

Una disposición del alma para principiar á meditar y hablar con Dios.

¿De cuántos modos es?

Una *remota,* que consiste en la guarda continua de los sentidos y corazón, ó sea pureza de conciencia con rectitud de intención; otra *próxima,* que inmediatamente precede á la meditación.

«Sobre esto, dice á las religiosas San Leonardo (*Manual Sagrado),* hay dos clases de preparación: una remota y otra próxima; la remota consiste en el tener corazón despegado de todas las criaturas, y el

alma bien dispuesta para las cosas del servicio de Dios, huyendo todas las ocasiones en que se pueda disipar el espíritu, caminando en la presencia de Dios con un porte y recogimiento devoto, conforme está obligada á hacer toda religiosa que atiende ó hace profesión de atender á su aprovechamiento espiritual.

»La preparación próxima dispone al alma para tratar familiarmente con Dios; y para llevarlo á efecto, habéis de atender al lugar, tiempo, postura y materia de la oración. En cuanto al lugar, os aconsejo que sea siempre el coro ó la celda; en cuanto al tiempo, además del que tengáis de regla ó de comunidad; me atrevo á señalaros media hora más. Respecto á la postura, si vuestra delicada disposición no pide otra cosa, hacedla de rodillas; y cuando no podáis así, estad al menos con tal modestia y compostura, que se conozca que estáis hablando con Dios; y debo advertiros que si atendéis á ciertos accidentillos, como dolorcillos de cabeza, de rodillas, sueño, debilidad y semejantes, no la tendréis bien en la vida. Porque vuestro cuerpo siempre tendrá que aparentar, y os hallaréis en la oración con grande languidez, y no alcanzaréis aquellas bendiciones que Dios suele conceder á las fervorosas que están en la oración con tal compostura y devoción, que á quien las ve le parece que de aquella sola acción depende su salvación. Estando de rodillas, sin apoyarse en parte alguna, con las manos juntas y con el rostro un poco vuelto hacia el cielo; unidas así y recogidas con Dios, alcanzan bienes altísimos y méritos inefables de la oración. Basta una de estas almas para enfervorizar á una comunidad, y hacer que las otras estén también con reverencia y fervor.

»La materia sea generalmente el amor de Dios, la Pasión del Redentor, la malicia del pecado, tanto mortal como venial, y los novísimos. Leed siempre antes el punto, y no vayáis desprevenida, queriendo tentar á Dios. A Santa Teresa le parecía que cuando no tenía el libro de las meditaciones, era un soldado sin armas; y confiesa que por espacio de catorce años continuos no pudo hacer de otro modo la oración mental, sino leyendo un poco y meditando otro poco. Haced vos lo mismo; leed un libro, y si no podéis meditar fijándoos en Dios como se fijan las águilas en el sol, meditad como hacen las gallinas, que, bebiendo, á cada sorbo levantan la cabeza hacia el cielo; así vos fijad un poco los ojos en el libro, y otro poco el corazón en Dios. Leído el punto y puesta con modesta compostura, santiguaos con la señal de la cruz, y comenzad vuesta oración con un acto de viva fe; la Majestad de un Dios está allí presente y os está observando. Así cerrados generalmente los ojos del cuerpo, y abiertos los de la fe, mirad atentamente á Dios dentro de vos; adoradle profundamente, é inclinada algún tanto la cabeza, decid al menos mentalmente: *Os adoro, Santísima Trinidad, Padre, Hijo y Espíritu Santo; os reconozco por mi Dios, Señor y dueño de mi alma.* (O la oración de la página 601: *Señor....*)

»Después, haced un breve examen, por si en vuestra alma hay algo que pueda desagradar á la Majestad de Dios, y uniendo los defectos presentes con los de la vida pasada, haced un acto de contrición, diciendo mentalmente con el corazón: *Amado Jesús mío, me arrepiento, de corazón me arrepiento, bien mío, de haberos ofendido, y estoy dispuesta á morir antes que ofenderos.*

»Del dolor, pasad á un acto de verdadera humildad, reconociéndoos como una pobre ciega, incapaz é inhábil para hacer oración, y por tanto, haced un acto de petición é invocad el divino auxilio, repitiendo muchas veces en lo íntimo del corazón: *Veni Sancte Spiritus, et emitte cœlitus lucis tuæ radium. Luz, amado Dios mío, luz de conocimiento os suplico, para hacer bien esta mi oración.*

»Hecho esto, con un ánimo tranquilo, discurrid dentro de vos misma, empleando las tres potencias, memoria, entendimiento y voluntad; con la memoria, representaos el misterio ó verdad que habéis leído; si, v. gr., hubiéseis de meditar en Jesús azotado á la columna, figuraos que le véis, ó dentro de vos misma, si así os resulta bien, ó en vuestra presencia. Y no es necesario avivar la imaginación, ó fijar la mente de tal modo, que os ofenda la cabeza, sino suavemente y de aquella manera que acostumbráis representaros en la mente aquellas personas con quienes deseáis tratar algún negocio de importancia; y en esto deteneos poco.

»Deteneos mucho más en el discurso del entendimiento, que consiste en hacer algunas consideraciones sobre el punto que os habéis propuesto meditar, procurando ponderar muy bien todo lo que puede ayudar á persuadirse de aquella verdad; porque no basta meditar superficialmente, sino profundamente, pues las piedras preciosas no se encuentran sobre la tierra, sino debajo y en el fondo. Esta ponderación se hace hablando interiormente consigo misma y como preguntando: *¿Es verdad lo que medito? Y si es verdad, como lo es en efecto, ¿cómo no me resuelvo? ¿En qué pienso?* Y he aquí que la voluntad se pondrá luego en movimiento.

»Algunos comparan la meditación al acto de bordar: el que borda pasa la aguja por la tela, pero es preciso que detrás de la aguja pase el hilo; de lo contrario, el que bordase todo el día sin pasar el hilo, no formaría ni una flor siquiera. La aguja es el pensamiento, el hilo es el afecto; por tanto, después de haber meditado, por ejemplo, en la flagelación del Señor, *cuán vergonzosa, cuán dolorosa, cuán sangrienta fué,* es necesario que la voluntad prorrumpa en afectos, doliéndose de los goces ilícitos que hemos dado á nuestro cuerpo, resolviéndonos á amar á quien tanto nos ha amado; á dar gracias á quien tanto bien nos ha hecho, y afectos semejantes; y estos afectos son lo mejor y lo más precioso de la oración.

»Entre todos los afectos, dos son los más importantes, y quisiera que los ejercitaseis con gran fervor siempre que hacéis oración. El primero es que hagáis siempre algún propósito particular acerca de vuestras acciones, como sería, v. gr., de mortificar aquella pasioncilla que os domina; de no proferir aquella palabra picante; de bajar la cabeza en ciertas ocasiones; de humillaros y amar el propio desprecio en todas las cosas, y otros semejantes. Santa Teresa, hablando de la oración, dice (Fundac., cap. x.): *El aprovechamiento del alma no consiste en pensar mucho en Dios, sino en amarle mucho, y este amor se consigue resolviéndose á obrar por El.* Y después concluye: *Yo no desearía otra oración, que aquella que me hiciese crecer en las virtudes.*

»El segundo afecto es el de encomendarse á Dios, y en esto consiste la parte más principal de la oración; ó, por mejor decir, el encomendarse á Dios de corazón es la misma esencial oración, que se llama *oración de súplica ó petición.* Con ésta, dice Casiano, se hicieron santos aquellos Santos padres del yermo, los cuales tenían siempre en la boca aquellas santas palabras de que se sirve la Iglesia al principiar el Oficio divino: *Deus in adjutorium meum intende.* Dios mío, ayudadme; Dios mío, socorredme. Vos me diréis que no tenéis la cabeza para discurrir interiormente, por tener el entendimiento ofuscado, y que por el antiguo mal hábito y la poca capacidad no encontráis camino para recogeros. Pues bien; servíos de esta *oración de súplicas,* para la que ciertamente no tenéis excusa, y es, por otra parte, la más importante, la más fácil y la más necesaria.

»El P. Séñeri, de feliz memoria, misionero de gran fama, dijo un día llorando á un religioso de su confianza: «No hagas lo que hice yo, que hasta que estudié Teología pasaba el tiempo de mi oración en hacer varias consideraciones para excitar los afectos, y muy poco encomendarme á Dios; finalmente, el Señor se dignó abrirme los ojos, y desde entonces he precurado lo más que he podido pasar aquel tiempo en encomendarme á El; y si he hecho algún bien en mí ó en los otros, me parece deberlo todo á este santo ejercicio de suplicar á Dios».

»Heos, pues, con la boca cerrada para no quejaros jamás, diciendo: «No sé hacer oración», de lo cual me admiro. Leed el punto de la meditación, y haced la preparación del modo arriba dicho, y cuando no consigáis discurrir interiormente con Dios, leed el libro como se dijo antes, y haced la pobre delante de su tribunal; pedid como una pobrecilla que tiene necesidad hasta del aire para respirar; y para mover á Dios á escucharos, presentadle su misma bondad y vuestras miserias; ofrecedle los méritos de su Hijo, y recordadle sus promesas....

»Y cuando no sepáis hacer otra cosa, cuando hacéis oración, decid cien mil veces, al menos con el corazón: *Jesús mío, misericordia; Jesús mío, misericordia.* Con esta cifra amorosa pedís á Dios todo cuanto se puede pedir; y continuando así, no sólo durante la oración, sino también en el resto del día, pidiendo con esta afectuosa jaculatoria, será en vos una verdad que todo el día hacéis oración, y que cumplís exactamente la palabra de Cristo Nuestro Señor: *Opportet semper orare, et non deficere.* (Luc., XVIII.) Conviene orar siempre y no desfallecer.

»Ved, pues, cuán fácil es hacer oración: sed humilde, decía San Felipe Neri, y el Espíritu Santo os enseñará á hacer oración; y se puede añadir: *Haced el pobre delante de Dios*, y haréis perfecta oración. Terminada ésta, dad gracias á Dios por las luces que os habrá comunicado, y al salir de ella llevad siempre con vos alguna hermosa flor, que será aquel santo propósito de no cometer aquel día aquel defecto que os es más habitual, ó de ejercitar aquella virtud que os es más necesaria; concluyéndolo todo con un *Pater noster* y *Ave María.*»

¿Qué actos tiene la preparación próxima?

Primero de *adoración* y presencia de Dios, considerándose en ella con viva fe, cual si le viera con los ojos del cuerpo; segundo, de *humillación*, confesándose indigno de comparecer en la divina presencia el que es polvo, ceniza y pecador, y haciendo algún acto de perfecta contrición; tercero, de *invocación*, pidiendo humillado el divino favor, confiando en la divina bondad que le concederá luz á su entendimiento y fervor á su voluntad. Para esto podrá decir el *Deus in adjutorium*, etc., el *Veni, Sancte Spiritus:* y también invocará á la Santísima Virgen, al ángel de su guarda, etc., y la siguiente ó semejante oración: *Señor y Dios eterno,* como se dirá más abajo.

¿Qué sigue á la invocación?

Lo que se llama *composición de lugar*, y es imaginarse del modo posible que aquel hecho que va á meditar está sucediendo allí mismo delante de sus ojos; lo que se puede hacer fácilmente en la meditación de la vida, Pasión y muerte de nuestro Salvador, y de los novísimos; mas no así en otras, v. gr.: en las meditaciones de los beneficios de Dios, de su grandeza y demás atributos.

Practicado todo esto, ¿qué haré?

Fijaré el entendimiento ó vista del alma para conocer bien el misterio ó materia de meditación, con sus circunstancias; y de lo pasado, si la memoria trae alguna especie conveniente; de lo presente que considero, y del porvenir que tal vez preveo, moveré la voluntad á actos, ya de amor, ya de contrición, ya de confianza, agradecimiento, etc., y formará resoluciones, no sólo generales, sino aun particulares, sobre lo que, v. gr., deberé hacer en *tal* y *tal caso*, que tal vez aquel mismo día ocurrirá; de conseguir tal virtud, de enmendarme de tal vicio, ó hacer alguna cosa determinada. *(En estos afectos y propósitos prácticos especiales hase de poner grande atención y cuidado, porque en esto está el fruto muy principal de la oración.)* Todo cuanto hace el entendimiento y la memoria, es nada más que el medio para conseguir el fin de mover la voluntad á dejar el vicio y seguir la virtud, pidiendo para ello y confiando en la ayuda del Señor.

Si pensando en un misterio, la imaginación se va á otro, y en él se encontrare recogimiento, ¿qué convendrá hacer?

Meditar en esto último.

En toda meditación, ¿deberán excitarse los afectos de amor hacia Dios?

Sí, aun meditando, v. gr., sobre el infierno, se amará su justicia; si sobre el pecado, se excitarán afectos de amor á Dios ofendido; si sobre sus maravillosas obras, hacia su poder divino, etc.

¿Qué es hacimiento de gracias?

Darlas muy afectuosas á Dios porque le ha permitido estar en su divina presencia; por las luces que entonces le ha comunicado; por los propósitos que le ha inspirado; por los afectos á que le ha movido, y aun por la misma sequedad que haya experimentado. Además, *aquí conviene recordar y dar gracias por los beneficios generales y particulares recibidos de la divina bondad*, ponderándolos y agradeciéndolos cuanto pudiere, por sí y por todos.

¿Qué es el ofrecimiento?

Es una consecuencia del corazón agradecido, y consiste en ofrecer á Dios, en compensación de tan grandes beneficios, ya su misma bondad y misericordia, ya los méritos de Nuestro Señor Jesucristo, de su Santísima Madre, del ángel de la guarda y de todos los Santos, con todos nuestros afectos, potencias y sentidos, para en todo hacer su santísima voluntad, y en especial en *tal* y *tal cosa*, que en el acto se resolverá.

¿Qué es el último acto, ó sea la petición?

El pedir á Dios (pues de nuestra parte nada podemos sin su ayuda) acepte nuestros afectos y resoluciones, y por su bondad infinita, por la sangre preciosa de su Hijo Nuestro Señor Jesucristo, por intercesión de su dulcísima Madre, etc., se digne ayudarnos para llevarlas á efecto. *(También debemos rogar por las necesidades de la Santa Iglesia, del Papa, del reino, de nuestros padres, hermanos, parientes, amigos y enemigos.... vivos y difuntos.)*

TÍTULO III

PRÁCTICA DE TODO LO DICHO.

Lección.

1.° Llevaré prevenido *el fruto que deseo sacar de la oración;* me retiraré á un sitio silencioso y siempre á una misma hora, por el tiempo de una hora, ó á lo menos más de media, sin retirarme por más seco que me halle; 2.°, leeré en un libro que me preste materia apta para la meditación, al que, si me veo distraído, podré alguna vez recurrir, para dar más cebo á la consideración; 3.°, me arrodillaré ó postraré con el rostro pegado al suelo, ó estaré en aquella postura más reverente que pueda para dar principio á la

Preparación próxima,

y para ella, arrodillado ó postrado, diré esta ó semejante oración: *Señor y Dios Eterno, Padre, Hijo y Espíritu Santo, Uno en la esencia y*