

### TERCER GRADO DE ORACIÓN: LA ORACIÓN AFECTIVA

Santa Teresa no emplea esta expresión en ningún lugar de sus obras, pero habla claramente de ella (*Vida* 13, 11) y ha sido unánimemente aceptada por todas las escuelas de espiritualidad cristiana. Uno de los primeros en emplearla fue Alvarez de Paz en su obra *De inquisitione pacis* (1617), inspirándose en el jesuita catalán Antonio Cordeses (1518-1601).

**[503] 1. Naturaleza.** — La oración afectiva. *es aquella en la que predominan los afectos de la voluntad sobre el discurso del entendimiento.* Es como una meditación simplificada en la que cada vez va tomando mayor preponderancia el corazón por encima del previo trabajo discursivo. Creemos, por lo mismo, que no hay diferencia específica entre ella y la meditación, como la hay entre ésta y la contemplación. Se trata, repetimos, de una meditación simplificada y orientada al corazón; nada más. Esto explica que el tránsito de la una a la otra se haga de una manera gradual e insensible, aunque con más o menos rapidez o facilidad, según el temperamento del que la ejercita, el esfuerzo que ponga, la educación recibida, el método empleado y otros factores semejantes.

“Hay espíritus – advierte con razón el P. Crisógono – que por su natural entrañable y afectuoso llegan muy pronto a poder prescindir casi completamente del discurso porque una ligera reflexión excita suficientemente los afectos. Otros, en cambio, de carácter frío y enérgico, necesitan que vaya siempre por delante el discurso reflexivo, y aun así, no son los afectos numerosos; con frecuencia cada afecto exige un nuevo discurso. Estas almas necesitarán evidentemente más tiempo y más ejercicio que las anteriores para llegar a la oración afectiva. Finalmente, hasta el método seguido en la meditación influye eficazmente en esto. Así, por ejemplo, el método de San Ignacio, que da tanta importancia a la parte intelectual, no favorece el tránsito a la oración afectiva como el método franciscano, que ya desde sus principios resta importancia al entendimiento para dársela al corazón”<sup>1</sup>.

¿Cuándo debe hacerse el tránsito? Hay que evitar dos escollos: demasiado pronto o demasiado tarde. Creemos, sin embargo, que en la práctica pueden evitarse fácilmente, si se tiene cuidado en ir simplificando la meditación de una manera lenta, insensible, sin esfuerzo ni violencia alguna. No se empeñe el alma en provocar violentamente afectos hacia los que no se siente impulsada ni con fuerzas para ello; pero entréguese a ellos dócilmente si siente el atractivo de la gracia, sin preocuparse poco ni mucho de recorrer los puntos o momentos de su acostumbrada oración discursiva. De este modo, con suavidad y sin esfuerzo, evitando toda violencia, se hará el tránsito de la meditación a la oración afectiva, que acabará por reducir

---

<sup>1</sup> *Compendio de ascética y mística* p. 2<sup>a</sup>. c. 2 a. 5.

a su mínima expresión, cuando no a suprimirlo del todo, el previo trabajo del entendimiento *discursivo*.

Lo que nunca puede darse es una oración *pura y exclusivamente afectiva* sin ningún conocimiento previo. La voluntad es potencia ciega, y sólo puede lanzarse a amar el bien que el entendimiento le presenta<sup>2</sup>. Pero acostumbrado el entendimiento por las meditaciones anteriores a encontrar fácilmente ese bien, se lo presentará cada vez con mayor prontitud a la voluntad, proporcionándole la materia de la oración afectiva.

**[504] 2. Práctica de la oración afectiva.** — Nos parecen muy acertados los siguientes consejos del P. Crisógono<sup>3</sup>:

1.º No suspender el discurso antes de que haya brotado el afecto. Sería perder el tiempo en una necia ociosidad y fomentar una ilusión peligrosísima.

2.º No forzar los afectos. Guando no broten espontáneos o se hayan extinguido, volver a excitarlos suavemente por el discurso, pero nunca querer mantenerse en uno más de lo que él dé de sí.

3.º No tener prisa por pasar de unos afectos a otros. Es el extremo contrario al anterior. Se expondría el alma a perder el fruto del primero y a no conseguir luego el segundo; como el que deja una presa segura por otra incierta.

4.º Procurar ir reduciendo y simplificando progresivamente los afectos. Al principio no importa que sean muchos, para que la falta de intensidad sea suplida por el número; pero, a medida que el alma va, adelantando, conviene irlos reduciendo hasta llegar, si es posible, a la unidad. Así la intensidad será mayor.

**[505] 3. Ventajas de esta oración.** — *Psicológicamente* hablando, esta oración representa un verdadero alivio para el alma, que viene a disminuir la ruda labor de la meditación discursiva. Pero mucho más importantes son las *ventajas espirituales* que reporta. Las principales son:

a) Una unión más íntima y profunda con Dios, efecto infalible del ejercicio del amor, que nos va acercando cada vez más al objeto amado.

b) Un desarrollo proporcionado de todas las virtudes infusas, ya que, estando en conexión con la caridad, crecen todas a la vez como los dedos de una mano<sup>4</sup>.

c) Suele producir consuelos y suavidades sensibles, que si el alma sabe explotarlos, sin apearse desordenadamente a ellos, le servirán de gran estímulo y aliento para la práctica de las virtudes cristianas.

d) Es una excelente preparación para la oración de simplicidad y primeras manifestaciones de la contemplación infusa.

---

<sup>2</sup> Cf. I-II, 9, 1

<sup>3</sup> O. c. *ibid.*

<sup>4</sup> Cf. I-II, 66, 2

**[506] 4. Obstáculos e inconvenientes.** — Pero tan preciosas ventajas pueden verse comprometidas por ciertos inconvenientes contrarios. Hay que evitar cuidadosamente sobre todo:

a) EL ESFUERZO VIOLENTO para producir los afectos. El alma debe convencerse de que el verdadero fervor reside en la voluntad, no en la sensibilidad. Hay algunos que creen hacer un acto intensísimo de amor de Dios apretando fuertemente los puños y encendiendo su rostro hasta la congestión al mismo tiempo que lanzan la exclamación amorosa. No es esto. Sin tanto aparato ni espectacularidad se puede llegar a un acto perfectísimo con sólo rectificar y elevar de plano los motivos del mismo, o sea, haciéndolo llana y simplemente por glorificar a Dios en plan de *puro amor*, aunque no nos reportara a nosotros ninguna utilidad ni ventaja. Son los motivos cada vez más puros y elevados los que dan tanto precio a los actos más insignificantes de los santos.

b) EL CREERSE MÁS ADELANTADO en la vida espiritual de lo que en realidad se está. Hay almas que, al sentir su corazón lleno de dulces emociones y al ver la facilidad y prontitud con que les brotan del alma los actos de amor de Dios, se creen poco menos que en los confines del éxtasis. Cuán falsa sea su apreciación, se comprueba sin esfuerzo pocos minutos después de terminada su oración, cuando empiezan sin escrúpulo a faltar al silencio, a criticar a fulanita, a despachar mal y de prisa las obligaciones de su estado, cuando no las omiten totalmente, etc. El verdadero adelanto en la vida espiritual consiste en la práctica cada vez más seria y perfecta de las virtudes cristianas, no en las dulzuras que se puedan experimentar en la oración, que a tantas ilusiones se prestan.

c) LA GULA ESPIRITUAL<sup>5</sup>, que impulsa a buscar en la oración afectiva la suavidad de los consuelos sensibles en vez de estímulo y aliento para la práctica austera de las virtudes cristianas. Dios suele castigar este afán egoísta del alma sensiblera retirándola sus consuelos y sumergiéndola en la aridez y sequedad más desoladoras para que aprenda a rectificar la intención y vea por experiencia lo poco que vale cuando Dios se le retira.

d) LA DEJADEZ Y PEREZA del alma, que la impulsa a una estéril ociosidad cuando faltan los afectos por no molestarse en volver a los discursos de la simple meditación. Es una ilusión muy grande pensar que, una vez llegada el alma a la oración afectiva habitual, ya nunca tendrá necesidad de volver a la meditación. Jamás ocurre esto ni siquiera a las almas que han logrado remontarse hasta la cumbre de la perfección. Hablando de las almas que han logrado escalar las séptimas moradas, Santa Teresa de Jesús escribe expresamente: “No habéis de entender, hermanas, que siempre en un ser están estos efectos que he dicho en estas almas, que por eso, adonde se me acuerda, digo lo ordinario; que *algunas veces las deja Nuestro Señor en su natural*, y no parece sino que entonces se juntan todas las cosas ponzoñosas del arrabal y moradas de este castillo para vengarse de ellas por el tiempo que no las pueden haber a las manos”<sup>6</sup>. Pues si esto sucede a veces a las almas llegadas a la plena unión con Dios, ¡cuánto más ocurrirá a las que no han logrado trascender ni siquiera las fronteras de la ascética en la oración afectiva Es menester en estos casos luchar

<sup>5</sup> Cf. SAN JUAN DE LA CRUZ, *Noche I*, 6.

<sup>6</sup> Moradas séptimas 4, 1.

contra la ociosidad y distracciones, haciendo lo que se pueda con los recursos de la simple meditación u oración discursiva. Lo contrario sería dar de bruces en una actitud perezosa y quietista que abriría la puerta a todo un mundo de ilusiones.

**[507] 5. Frutos de esta oración.** — Hay una norma infalible para juzgar de la legitimidad o bondad de la oración: examinar los frutos. Es la norma suprema del *discernimiento de los espíritus*, como dada por Nuestro Señor Jesucristo (Mt 7,16). El fruto de la oración afectiva no puede medirse por la intensidad de los consuelos sensibles en ella experimentados, sino por la mejora y perfeccionamiento manifiesto del conjunto de la vida. La práctica cada vez más intensa de las virtudes cristianas, la pureza de intención, la abnegación y desprecio de sí mismo, el espíritu de caridad, el cumplimiento exacto de los deberes del propio estado y otras cosas semejantes nos darán el índice de la legitimidad de nuestra oración. “Lo demás son lagrimillas que se evaporan, suspiros que se desvanecen en la atmósfera” (P. Crisógono).