

# LA IMPORTANCIA DE LA ORACIÓN, LA MEDITACIÓN Y LA ACTITUD DEVOCIONAL

Exported from Holy-Writings.com on 2026-06-18 — 1 clipping

## LA IMPORTANCIA DE LA ORACIÓN, LA MEDITACIÓN Y LA ACTITUD DEVOCIONAL

Extractos de los Escritos de Bahá'u'lláh, el Báb, 'Abdu'l-Bahá y Shoghi Effendi

Título original en inglés:

Prayer, Meditation and the Devotional Attitude

### ÍNDICE

Extractos de los Escritos de Bahá'u'lláh

Extractos de los Escritos del Báb

Extractos de los Escritos y declaraciones de 'Abdu'l-Bahá

Cita de una carta del Guardián y de cartas escritas en su nombre

### EXTRACTOS DE LOS ESCRITOS DE BAHÁ'U'LLÁH

"Sumergíos en el océano de Mis palabras para que descifréis sus secretos y descubráis todas las perlas de sabiduría que yacen ocultas en sus profundidades. Cuidaos de no vacilar en vuestra determinación de abrazar la verdad de esta Causa, Causa mediante la cual se han revelado las potencialidades del poder de Dios y se ha establecido Su soberanía. Apresuraos hacia Él con rostros radiantes de gozo. Ésta es la Fe inmutable de Dios, eterna en el pasado, eterna en el futuro. Que aquel que busca, la alcance; y en cuanto a aquel que ha rehusado buscarla, ciertamente Dios es autosuficiente y está por encima de cualquier necesidad de Sus criaturas."1

"Entonad los versos de Dios cada mañana y cada tarde. Aquel que no los recite, en verdad no cumple su compromiso para con el Convenio de Dios y Su Testamento, y aquél que en este día se aparta de ellos, de hecho se ha apartado de Dios desde tiempo inmemorial. Temed a Dios, ¡oh concurso de Mis siervos! Prestad atención, no sea que la lectura excesiva y la realización de demasiadas obras de piedad de día y de noche os vuelvan presuntuosos. Si una persona recitara un solo verso de las Sagradas Escrituras, esto sería mejor para ella que leer fatigosamente todas las Escrituras de Dios, el que ayuda en el peligro, el que subsiste por Sí mismo. Recitad los versos en la medida en que no os sorprendan ni la fatiga ni el aburrimiento. No agobiéis vuestras almas hasta dejarlas exhaustas y hastiadas, sino más bien procurad aliviarlas, a fin de que puedan remontarse en las alas de los Versos revelados hacia el lugar del amanecer de Sus signos. Esto conduce a un mayor acercamiento a Dios, si lo comprendierais."2

"Necesariamente se ha de beber el vino de la renuncia, necesariamente hay que alcanzar las sublimes alturas del desprendimiento, y necesariamente debe llevarse a cabo la meditación a que se refieren las palabras: 'Una hora de reflexión es preferible a setenta años de adoración piadosa', para que pueda

descubrirse el secreto del vil comportamiento de la gente, esa gente que, a pesar del amor y anhelo que profesan por la verdad, maldicen a los seguidores de la Verdad una vez que Él se ha manifestado."3

"De igual manera, las palabras que han brotado de la fuente del poder y han descendido del cielo de la gloria son innumerables y se encuentran más allá de la comprensión común del hombre. A quienes poseen verdadera comprensión y perspicacia, el sura de Húd de seguro les bastará. Medita un momento en tu corazón esas santas palabras y, con total desprendimiento, esfuérzate por comprender su significado."4

"¡Oh hermano! Debemos abrir nuestros ojos, meditar Su Palabra y buscar la sombra protectora de las Manifestaciones de Dios, para que acaso seamos advertidos por los inequívocos consejos del Libro y prestemos atención a las admoniciones registradas en las Tablas sagradas, para que no pongamos reparos al Revelador de los versos, nos entreguemos totalmente a Su Causa y abracemos Su ley incondicionalmente, para que quizás así entremos en la corte de Su misericordia y habitemos en la ribera de Su gracia. Él, en verdad, es misericordioso y perdonador para con Sus siervos."5

"¡OH HIJO DE LA GLORIA!

Sé diligente en el sendero de santidad y entra en el cielo de comunión conmigo. Limpia tu corazón con el bruñidor del espíritu y apresúrate hacia la corte del Altísimo."6

"Di: Oh gentes, liberad vuestras almas de la esclavitud del yo y purificadlas de todo apego a cualquier cosa fuera de Mí. El recuerdo de Mí elimina la corrupción de todas las cosas, si pudierais comprenderlo. Di: Si a todas las cosas creadas se les despojase por completo del velo de la vanidad y el deseo mundanos, a todas y cada una de ellas las vestiría la Mano de Dios en este Día con la vestidura de: 'Él hace lo que desea en el reino de la creación', para que de este modo se manifieste en todas las cosas el signo de Su soberanía. Exaltado, pues, sea Él, el Soberano Señor de todo, el Todopoderoso, el Protector Supremo, el Todoglorioso, el Más Poderoso. Entona, oh Mí siervo, los versos de Dios que tú has recibido, tal como fueron entonados por aquéllos que se han acercado a Él, para que la dulzura de tu melodía encienda tu propia alma y atraiga los corazones de todos los hombres. Quienquiera recite los versos revelados por Dios en la intimidad de su aposento, los ángeles esparcidos del Todopoderoso difundirán por doquier la fragancia de las palabras pronunciadas por su boca y harán que palpite el corazón de todo hombre íntegro. Aunque al principio permanezca inconsciente de su efecto, sin embargo la virtud de la gracia a él conferida debe necesariamente ejercer su influencia sobre su alma, tarde o temprano. Así han sido decretados los misterios de la Revelación de Dios, en virtud de la Voluntad de Aquél que es la Fuente del poder y la sabiduría."7

"¡Oh Salmán! Todo lo que han dicho o escrito los sabios y los místicos nunca ha superado las limitaciones a que está estrictamente sometida la mente finita del hombre, ni podrá jamás esperar superarlas. A cualesquiera alturas se remonte la mente del más exaltado de los hombres, por muy grandes que sean las

profundidades en que penetre el corazón comprensivo y desprendido, tal mente y tal corazón no podrán nunca trascender aquello que es creación de sus propias ideas y producto de sus propios pensamientos. Las meditaciones del pensador más profundo, las devociones del más santo de los santos, las más elevadas expresiones de alabanza de lengua o pluma humanas, no son sino un reflejo de aquello que ha sido creado dentro de ellos mismos mediante la revelación del Señor, su Dios. Quienquiera medite esta verdad en su corazón, fácilmente admitirá que hay ciertos límites que ningún hombre puede traspasar. Todo intento que, desde el principio que no tiene principio, se ha hecho para visualizar a Dios y conocerle está limitado por las exigencias de Su propia creación, una creación que Él ha llamado a la existencia por obra de Su propia Voluntad y para los propósitos de ningún otro salvo los de Su propio Ser. Inmensamente exaltado está Él sobre los esfuerzos de la mente humana por concebir Su Esencia, o los de la lengua humana por describir Su misterio."8

"... Medita sobre lo que te hemos revelado, para que descubras el propósito de Dios, tu Señor y el Señor de todos los mundos. En estas palabras han sido atesorados los misterios de la Sabiduría Divina."9

"... Si algún hombre meditase en su corazón lo que la Pluma del Altísimo ha revelado y gustase de su dulzura, ciertamente se hallaría vaciado y liberado de sus propios deseos y estaría completamente subordinado a la Voluntad del Todopoderoso. Feliz el hombre que alcanza tan elevada posición y no se priva de tan munífica gracia."10

"Por la mañana temprano, entrégate al recuerdo de la Belleza de Aquél que es el Irrestringido, y busca comunión con Él a la hora del alba. ¡Oh 'Alí! El recuerdo de Mí es un remedio curativo para las almas y una luz para los corazones de los hombres."

#### EXTRACTOS DE LOS ESCRITOS DEL BÁB

"Es adecuado que, después de cada oración, el siervo suplique a Dios que tenga misericordia y piedad de sus padres. Como consecuencia de ello se levantará el llamado de Dios: '¡Mil veces mil de lo que has pedido para tus padres será tu recompensa!' Bendito aquel que recuerda a sus padres cuando está en comunión con Dios. En verdad, no existe otro Dios más que Él, el Poderoso, el Bienamado."11

"El motivo por el cual se ordena que haya intimidad en los momentos de devoción es éste: que puedas prestar la mayor atención al recuerdo de Dios, que tu corazón se vivifique en todo momento con Su Espíritu y que no se encuentre separado como por un velo de tu Bienamado. No permitas que tu lengua alabe a Dios con la boca pequeña, en tanto que tu corazón no está en sintonía con la exaltada Cima de gloria y con el Punto Focal de comunión. De este modo, si casualmente vives en el Día de la Resurrección, el espejo de tu corazón se dirigirá hacia Aquel que es la Estrella Diurna de la Verdad; y tan pronto como Su luz resplandezca, en el acto se reflejará Su esplendor en tu corazón. Pues Él es la fuente de toda bondad, y a Él regresan todas las

cosas. Mas si Él aparece mientras te has vuelto hacia ti mismo en meditación, esto no te será de ningún provecho, a menos que menciones Su Nombre mediante las palabras que Él ha revelado. Pues en la Revelación venidera Él es Quien es el Recuerdo de Dios, mientras que los rezos que estás ofreciendo ahora han sido prescritos por el Punto del Bayán, en tanto que Aquél que brillará resplandeciente en el Día de la Resurrección es la Revelación de la realidad interior contenida en el Punto del Bayán, una Revelación más potente, inconmensurablemente más potente que aquella que le precedió."12

"Adora a Dios de tal modo que si tu adoración te condujera al fuego no se produciría alteración alguna en la misma, e igualmente si tu recompensa fuera el paraíso. Así y sólo así debe ser la adoración que corresponde al Dios único y verdadero. Si Le adoras por temor, esto no sería digno en la santificada Corte de Su presencia y no se podría considerar como un acto tuyo dedicado a la Unidad de Su Ser. O bien, si tu mirada se fijara en el paraíso y Le adoraras abrigando tal esperanza, convertirías a la creación en compañera de Dios, a pesar del hecho de que el paraíso es deseado por los hombres. Tanto el fuego como el paraíso se inclinan y se postran ante Dios. Lo que es digno de Su Esencia es adorarle por Él mismo, sin temor al fuego ni esperanza de paraíso.

Aunque cuando se ofrece verdadera adoración el adorador se libra del fuego y entra en el paraíso del beneplácito de Dios, aun así esto no debiera ser el motivo de su actuación. Sin embargo, el favor y la gracia de Dios fluyen siempre de acuerdo con las exigencias de Su inescrutable sabiduría.

La oración más aceptable es aquella que se ofrece con la mayor espiritualidad y esplendor; prolongarla no ha sido ni es querido por Dios. Cuanto más desprendida y pura sea la oración, tanto más aceptable será en presencia de Dios."13

#### EXTRACTOS DE LOS ESCRITOS Y DECLARACIONES DE 'ABDU'L-BAHÁ

"¡Oh tú que te has inclinado en oración ante el Reino de Dios! Bendita seas, puesto que la belleza del Semblante divino ha cautivado tu corazón y la luz de la sabiduría interior lo ha llenado por completo, y dentro de él brilla el resplandor del Reino. Sabe que Dios está contigo en todas las situaciones, que te resguarda de los cambios y azares de este mundo y que ha hecho de ti una sierva de Su enorme viña..."14

"Alabado sea Dios. Tu corazón está ocupado en la conmemoración de Dios, tu alma se regocija con las buenas nuevas de Dios y tú estás absorto en la oración. El estado de oración es la mejor de las situaciones, pues entonces el hombre se relaciona con Dios. La oración, en verdad, confiere vida, especialmente cuando se ofrece a solas y en momentos, como a medianoche, en que uno está libre de las preocupaciones cotidianas."15

"Tú has preguntado acerca de los lugares de adoración y de la razón de su existencia. La sabiduría que hay en construir tales edificios es para que a una hora determinada la gente sepa que es el momento de reunirse y todos deben encontrarse y, en armoniosa sintonía los unos con los otros, dedicarse a la

oración; esto dará como resultado que de esta reunión crezca y florezca la unidad y el afecto en el corazón humano." 16

"Alabado sea Dios, vosotros dos habéis demostrado la verdad de vuestras palabras con vuestros hechos y habéis conseguido las confirmaciones del Señor Dios. Cada día, con las primeras luces reunís a los niños bahá'ís y les enseñáis las devociones colectivas y las oraciones. Éste es un acto muy loable y trae júbilo a los corazones de los niños: el de que todas las mañanas vuelvan su rostro hacia el Reino, hagan mención del Señor y alaben Su Nombre, y con la más dulce de las voces canten y reciten.

Estos niños son como plantas jóvenes, y enseñarles las oraciones es como permitir que la lluvia se derrame sobre ellos, para que crezcan tiernos y frescos y para que las suaves brisas del amor de Dios soplen sobre ellos, haciéndoles estremecerse de gozo." 17

"¡Oh sierva de Dios! Las oraciones se conceden mediante las Manifestaciones universales de Dios. Sin embargo, cuando el deseo es el de obtener cosas materiales, aun tratándose de los desatentos, si suplican implorando con humildad la ayuda de Dios, incluso su oración da resultado...

¡Oh sierva de Dios! Las oraciones que fueron reveladas para pedir la curación son de aplicación tanto a la curación física como a la espiritual.

Recítalas, pues, para curar tanto el alma como el cuerpo. Si la curación es lo apropiado para el paciente, de cierto le será concedida; pero para algunas personas enfermas la curación sólo sería causa de otros males, y por lo tanto la sabiduría no permite dar una respuesta afirmativa a la oración.

¡Oh sierva de Dios! El poder del Espíritu Santo cura tanto las dolencias físicas como las espirituales." 18

"Suplica de la gracia infinita de Dios todo cuanto desees. Mas si tuvieras en cuenta mi consejo, no desearías nada salvo la entrada en el Reino de Abhá, y no buscarías nada salvo los dones de la Belleza del Todoglorioso, ¡que mi vida sea sacrificada por Sus bienamados! Ésta es mi exhortación para ti."

"Tú has preguntado acerca de los medios materiales y de la oración. La oración es como el espíritu y los medios materiales son como la mano humana. El espíritu actúa por intermedio de la mano. Aunque el Dios Único y Verdadero es el que lo suministra todo, la tierra es la que constituye el medio que proporciona el sustento. 'El cielo tiene sustento para ti',<sup>19</sup> pero cuando el sustento se decreta, pasa a estar disponible cualesquiera que sean los medios para ello. Cuando el hombre se niega a utilizar medios materiales, es como una persona sedienta que trata de apagar la sed por medios que no son ni el agua ni ningún otro líquido. El Señor Todopoderoso es el que proporciona el agua y el que la ha creado, y ha decretado que se utilice para apagar la sed del hombre, mas su uso está subordinado a Su Voluntad. Si no fuera conforme a Su Voluntad, el hombre se vería acosado por una sed que los océanos no podrían apagar."

"Las oraciones obligatorias hay que recitarlas forzosamente, ya que conducen a la humildad y a la sumisión, nos llevan a dirigir nuestra mirada hacia Dios y

a expresar nuestra devoción hacia Él. Mediante la oración el hombre se mantiene en comunión con Dios, trata de acercarse a Él, conversa con el verdadero Bienamado de su corazón y alcanza posiciones espirituales."

"El recuerdo de Dios es como la lluvia y el rocío, que otorgan gracia y frescor a las flores y a los jacintos, reanimándolos y haciendo que adquieran aroma, fragancia y un renovado encanto. 'Y tú has visto la tierra reseca y estéril: mas cuando Nosotros derramamos la lluvia sobre ella, se vivifica y se hincha, produciendo toda clase de plantas exuberantes.'<sup>20</sup> Esforzaos, pues, por alabar y glorificar a Dios día y noche, para que logréis frescor y belleza infinitas."

"Incumbe al siervo orar y buscar la ayuda de Dios, así como suplicar e implorar Su auxilio. Esto es lo que corresponde al rango de la servidumbre, y el Señor decretará todo lo que Él desee, de acuerdo con Su suma sabiduría."

"... ¡Oh Señor! En esta grandísima Dispensación Tú aceptas que los hijos intercedan por sus padres. Ésta es una de las infinitas dádivas especiales de esta Dispensación. Por tanto, oh Tú, bondadoso Señor, acepta el ruego de este Tu siervo en el umbral de Tu unicidad y sumerge a su padre en el océano de Tu gracia, puesto que este hijo se ha levantado para prestarte sus servicios y en todo momento está esforzándose en el sendero de Tu amor. ¡En verdad, Tú eres el Donador, el Perdonador y el Bondadoso!"

"Sabe que en cada palabra y en cada movimiento de la oración obligatoria hay alusiones, misterios y una sabiduría que el hombre es incapaz de comprender, y que ni las letras ni los pergaminos pueden contener."

"¡Oh sierva de Dios! Recita las Palabras de Dios y, meditando sobre su significado, transfórmalas en acciones. Pido a Dios que haga que por siempre alcances una elevada posición en el Reino de la Vida."<sup>21</sup>

"Por tanto, sabe que el Verdadero posee mundos invisibles que la meditación humana es incapaz de comprender y que el intelecto del hombre no tiene posibilidades de imaginar. Cuando tú hayas purificado y limpiado las ventanas de tu nariz espiritual de todo vaho mundano, entonces inhalarás las santas fragancias que se desprenden de los jardines compasivos de estos mundos."<sup>22</sup>

"Cuando el hombre permite que su espíritu ilumine su entendimiento por medio de su alma, entonces contiene a toda la creación... Pero, por otra parte, si el hombre no abre su mente y su corazón a la bendición del Espíritu, sino que vuelve su alma hacia el lado material, hacia la parte corporal de su naturaleza, entonces cae de su alta posición y pasa a ser inferior a los habitantes del reino animal que se encuentra por debajo."<sup>23</sup>

"Bahá'u'lláh dice que hay un signo [de Dios] en cada fenómeno: el signo del intelecto es la contemplación, y el signo de la contemplación es el silencio, por cuanto es imposible que un hombre haga dos cosas a la vez; no puede hablar y meditar al mismo tiempo.

Es un hecho evidente que mientras meditáis estáis hablando con vuestro propio espíritu. En ese estado mental le hacéis ciertas preguntas a vuestro

espíritu y éste os contesta: se hace la luz y se revela la realidad.

No podéis llamar 'hombre' a cualquier ser carente de la facultad de la meditación; sin ella sería un simple animal, inferior a las bestias.

Por medio de la facultad de la meditación el hombre alcanza la vida eterna; a través de ella recibe el hálito del Espíritu Santo. Los dones del Espíritu son otorgados en la reflexión y la meditación.

El espíritu del hombre es informado y fortalecido durante la meditación; a través de ella se despliegan ante su vista asuntos de los que el hombre nada sabía. Por medio de ella recibe inspiración divina; mediante ella recibe alimento celestial.

La meditación es la llave que abre la puerta de los misterios. En ese estado el hombre se abstrae; en ese estado el hombre se aparta de todos los objetos exteriores; en esa condición subjetiva está inmerso en el océano de la vida espiritual y puede descubrir los secretos de las cosas en-cuanto-tales. Para ilustrar esto pensemos en el hombre como si estuviera dotado de dos clases de vista; cuando se usa la facultad de la intuición, la facultad externa de la visión no ve.

La facultad de la meditación libera al hombre de la naturaleza animal, percibe la realidad de las cosas y pone al hombre en contacto con Dios.

Esta facultad trae las ciencias y las artes desde los planos invisibles. A través de la facultad de la meditación se hacen posibles las invenciones y se llevan a cabo grandes empresas; a través de ella los Gobiernos pueden funcionar sin problemas. Mediante esta facultad el hombre entra en el propio Reino de Dios.

No obstante, algunos pensamientos no son de utilidad para el hombre; son como olas que se mueven en el mar sin dar resultado alguno. Pero si la facultad de la meditación se baña en la luz interna y está dotada de los atributos Divinos, los resultados se verán confirmados.

La facultad de la meditación es semejante a un espejo; si la ponéis ante objetos terrenales, los reflejará. Por consiguiente, si el espíritu del hombre está contemplando cosas terrenales, será informado de ellas. Pero si volvéis el espejo de vuestro espíritu hacia el cielo, las constelaciones celestiales y los rayos del Sol de la Realidad se reflejarán en vuestros corazones y se alcanzarán las virtudes del Reino.

Por lo tanto, mantengamos esta facultad dirigida en la dirección correcta, volviéndola hacia el Sol celestial y no hacia los objetos terrenales, para que descubramos los secretos del Reino y comprendamos las alegorías de la Biblia y los misterios del espíritu.

Que efectivamente nos convirtamos en espejos que reflejen las realidades celestiales, y que nos volvamos tan puros que reflejemos las estrellas del cielo."<sup>24</sup>

"Sabe, en verdad, que es apropiado que el débil suplique al Fuerte, y que al que busca munificencia le incumbe suplicar al glorioso Bondadoso. Cuando uno suplica a su Señor, se vuelve hacia Él y busca la generosidad de Su Océano, esa súplica trae luz a su corazón, iluminación a su vista, vida a su alma y júbilo a su ser.

Durante tus súplicas a Dios, y mientras recitas 'Tu nombre es mi curación', piensa en cómo tu corazón se alegra y tu alma se deleita con el espíritu del amor de Dios, y tu mente se siente atraída hacia el Reino de Dios. Por estas atracciones aumentan nuestras aptitudes y nuestra capacidad. Cuando la vasija se agranda aumenta el agua, y cuando la sed se intensifica se hace agradable al gusto del hombre la generosidad de la nube. Éste es el misterio de la súplica y la sabiduría de manifestar nuestras necesidades."25

"Debemos esforzarnos por alcanzar esa condición separándonos de todas las cosas y de las gentes del mundo y volviéndonos únicamente hacia Dios. Para alcanzar esa posición será necesario algún esfuerzo por parte del hombre, pero éste debe trabajar y luchar por ella. Podemos alcanzarla pensando y preocupándonos menos de las cosas materiales y más de las espirituales. Cuanto más nos alejemos de las unas, más nos acercaremos a las otras. La elección es nuestra.

Nuestra percepción espiritual, nuestra vista interior tiene que abrirse para que podamos percibir las señales y las huellas del espíritu de Dios en todas las cosas. Todas las cosas pueden reflejar hacia nosotros la luz del espíritu."26

"Si un amigo siente amor por otro, deseará decírselo. Aunque sabe que su amigo es consciente de que él le ama, aun así desea decírselo... Dios conoce los deseos de todos los corazones, pero el impulso de orar es natural y brota del amor del hombre por Dios...

No es necesario que la oración se haga con palabras, sino más bien con el pensamiento y con la disposición del ánimo. Pero si faltan este amor y este deseo, es inútil tratar de imponerlos. Las palabras sin amor no significan nada. Si una persona te habla como si hacerlo fuera una obligación desagradable, sin sentir amor y agrado por estar contigo, ¿deseas conversar con ella?"27

"En la más elevada oración el hombre ora sólo por amor a Dios, no porque Le tema a Él o al infierno, o porque espere obtener Su generosidad o lograr el cielo... Cuando el hombre se enamora de un ser humano, le resulta imposible dejar de mencionar el nombre del ser amado. Cuánto más difícil es dejar de mencionar el Nombre de Dios cuando uno ha llegado a amarle. El hombre espiritual no encuentra gozo en nada que no sea el recuerdo de Dios."28

#### CITA DE UNA CARTA ESCRITA POR EL GUARDIÁN Y DE CARTAS ESCRITAS EN SU NOMBRE

"Debe mantenerse la sencillez que es propia del ofrecimiento de las oraciones bahá'ís, ya sean las obligatorias u otras. Se deben evitar rigurosamente la rigidez y los ritos."29

"Por lo tanto, el Guardián desea que Vd. ore y suplique al Todopoderoso que le otorgue una porción mayor de Su gracia, para que mediante ella se vivifiquen sus energías espirituales, y que se impregne más de aquel espíritu que necesariamente debe animar, sostener y fortalecer a todo sincero y verdadero seguidor de la Fe."30

"En lo que se refiere a las instrucciones que dio Bahá'u'lláh para recitar ciertas oraciones, Shoghi Effendi desea que le informe que estas reglas (que, por cierto, son muy pocas y muy sencillas) son de gran ayuda espiritual para el creyente, en tanto que le ayudan a concentrarse plenamente cuando está orando y meditando. Su significado es, por lo tanto, puramente espiritual."31

"Al orar, los creyentes pueden dirigir su conciencia hacia el Santuario de Bahá'u'lláh, a condición de que al hacerlo tengan una comprensión clara y correcta de Su posición como Manifestación de Dios."32

"Con respecto a sus experiencias espirituales, el Guardián ha mostrado mucho interés por ellas. Sin embargo, le exhorta a hacer uso siempre de las palabras reveladas por Bahá'u'lláh y el Maestro y a leerlas durante sus horas de meditación y oración."33

"El problema a que se enfrenta es un problema que afecta y desconcierta gravemente a muchos jóvenes de hoy. Cómo alcanzar la espiritualidad es, efectivamente, una cuestión a la que cada joven, ya sea hombre o mujer, tendrá, tarde o temprano, que buscar una respuesta satisfactoria. Es precisamente debido a que no se ha dado ni se ha hallado tal respuesta satisfactoria por lo que la juventud moderna se encuentra perpleja y, en consecuencia, se ve arrastrada por las fuerzas del materialismo, que con tanta fuerza están socavando las bases de la vida moral y espiritual del hombre. En efecto, la razón principal de los males que actualmente son endémicos en la sociedad es la falta de espiritualidad. La civilización materialista de nuestra época ha absorbido la energía y el interés de la humanidad de tal manera que la gente en general ya no siente la necesidad de elevarse por encima de las fuerzas y condiciones de su existencia material diaria. No existe la suficiente demanda de aquellas cosas que debiéramos calificar de espirituales como para diferenciarlas de las necesidades y exigencias de nuestra existencia física.

Las causas de la crisis universal que aflige a la humanidad son, por lo tanto, fundamentalmente espirituales. El espíritu de la época, en general, es irreligioso. La actitud del hombre hacia la vida es demasiado grosera y materialista como para permitirle elevarse hacia los reinos más altos del espíritu.

Es esta situación tan tristemente morbosa en que ha caído la sociedad la que la religión trata de mejorar y transformar; pues el núcleo de la fe religiosa es aquel sentimiento místico que une al hombre con Dios. Este estado de comunión espiritual puede darse y preservarse mediante la meditación y la oración. Ésta es la razón por la cual Bahá'u'lláh ha hecho tanto hincapié en la importancia de la adoración. No basta con que el creyente simplemente acepte y observe las enseñanzas. Debe, además, cultivar el sentido de la espiritualidad, que puede conseguir principalmente mediante la oración. La Fe Bahá'í, como todas las demás Religiones divinas, es de índole esencialmente mística. Su objetivo principal es el desarrollo de la persona y de la sociedad, mediante la adquisición de virtudes y poderes espirituales. El alma del hombre es lo que ha de alimentarse en primer lugar. Y lo que mejor puede

proporcionarle este alimento espiritual es la oración. Las leyes y las instituciones, según las concibe Bahá'u'lláh, sólo pueden llegar a ser realmente efectivas cuando nuestra vida espiritual interior haya sido perfeccionada y transformada. De otro modo, la religión degenerará, se convertirá en una simple organización y pasará a ser algo muerto. Los creyentes, especialmente los jóvenes, deberían darse cuenta perfectamente de la necesidad de la oración. Pues la oración es absolutamente indispensable para su desarrollo espiritual interior, y esto, como ya se ha dicho, es la propia base y el propósito de la Religión de Dios."34

"... las oraciones obligatorias son, por su propia naturaleza, más eficaces que las no obligatorias, están dotadas de mayor poder que ellas y, en cuanto tales, son esenciales..."35

"Cuando oramos, es mejor dirigir nuestros pensamientos hacia la Manifestación, puesto que Él sigue siendo, en el otro mundo, nuestro medio de contacto con el Todopoderoso. Sin embargo, podemos orar directamente a Dios mismo."36

"Has preguntado si nuestras oraciones van más allá de Bahá'u'lláh; todo depende de si Le rezamos a Él directamente o a través de Él a Dios. Podemos hacer ambas cosas, y también podemos orar directamente a Dios, pero sin duda nuestras oraciones serían más eficaces e iluminadoras si las dirigiéramos a Dios mediante Su Manifestación, Bahá'u'lláh."37

"El Guardián desea que le asegure que no ve ningún impedimento en que los amigos se reúnan para meditar y orar. Tal comunión ayuda a fomentar la camaradería entre los creyentes, y como tal es altamente recomendable."38

"... Para el Guardián fue motivo de profunda... recibir la noticia de la formación de una clase matinal de oración y meditación en Honolulu, dirigida por la buena señora... en su casa, pues él considera absolutamente necesario que los amigos hagan ahora un esfuerzo especial por cultivar el aspecto devocional de su vida bahá'í, como preparación para un servicio más intenso y con más éxito, sobre todo en el campo de la enseñanza."39

"Aunque usted parece pensar que hasta ahora sus oraciones no han sido contestadas, y ya no tiene esperanzas de que mejore su situación en lo material, el Guardián desea que a pesar de todo usted no permita que tales desilusiones minen su fe en el poder de la oración, sino más bien que siga suplicando al Todopoderoso que le permita descubrir la inmensa sabiduría que puede estar oculta tras todos estos sufrimientos. Pues, ¿no son nuestros sufrimientos, con frecuencia, bendiciones disfrazadas, mediante las cuales Dios desea probar la sinceridad y la profundidad de nuestra fe, y de este modo hacernos más firmes en Su Causa?"

El verdadero creyente, cuando está orando, debe procurar por todos los medios no tanto pedir a Dios que colme sus deseos y anhelos, sino más bien adaptarlos y ajustarlos a la Voluntad Divina. Solamente mediante una actitud de este tipo se puede lograr aquel sentimiento de paz interior y de satisfacción que sólo el poder de la oración puede conferir."40

"Tened la seguridad de que la estricta observancia por vuestra parte de las leyes y prácticas ordenadas por Bahá'u'lláh es el único poder que puede guiaros eficazmente y permitir os superar las pruebas y dificultades de vuestra vida, así como ayudar os a crecer y desarrollar os espiritualmente de manera continuada.

El Guardián valora especialmente el hecho de que venís cumpliendo fielmente el mandato de Bahá'u'lláh en lo que se refiere a recitar las oraciones obligatorias diarias, y de este modo habéis dado un gran ejemplo a vuestros compañeros jóvenes bahá'ís. Estas oraciones diarias están dotadas de una potencia especial, que únicamente aquéllos que las recitan con regularidad pueden apreciar adecuadamente. Los amigos deben, por lo tanto, esforzarse por hacer uso de estas oraciones a diario, cualesquiera sean las circunstancias o condiciones de su vida."<sup>41</sup>

"Él desea asegurarle una vez más que orará por su progreso espiritual en los Santuarios Sagrados. El poder de Dios puede transformar nuestro carácter por completo y convertirnos en unos seres totalmente diferentes de lo que éramos antes. Mediante la oración y la súplica, a través de la obediencia a las leyes divinas reveladas por Bahá'u'lláh, y por medio de un servicio cada vez mayor a Su Fe, podemos cambiarnos a nosotros mismos."<sup>42</sup>

"... En las Enseñanzas no se prescriben formas fijas de meditación, ni plan alguno, como tal, de desarrollo interno. A los amigos se les exhorta a orar (mejor dicho, se les ordena), y también deben meditar; pero la forma de hacer esto último se deja enteramente al criterio de cada persona...

La inspiración que se recibe mediante la meditación es de una naturaleza imposible de medir ni de concretar. Dios puede inspirar en nuestra mente cosas de las que no teníamos ningún conocimiento previo, si Él desea hacerlo así."<sup>43</sup>

"La oración y la meditación son factores muy importantes para la profundización de la vida espiritual de cada persona, pero han de ir acompañadas también de la acción y del ejemplo, puesto que éstos son los resultados palpables de aquéllas. Todas ellas son esenciales."<sup>44</sup>

"Como todos sabemos, los creyentes deben esforzarse por dar tal ejemplo en su vida personal y en su conducta, que otras personas se sientan impulsadas a abrazar una Fe que transforma el carácter humano. Sin embargo, por desgracia, no todo el mundo logra fácil y rápidamente la victoria sobre el yo. Lo que todo creyente, ya sea nuevo o antiguo, debe comprender es que la Causa tiene poder espiritual para volver a crearnos de nuevo, si hacemos el esfuerzo de dejar que este poder nos influya, y la mayor ayuda en este sentido es la oración. Tenemos que suplicarle a Bahá'u'lláh que nos ayude a superar los defectos de nuestro carácter, y también hacer uso de nuestra propia fuerza de voluntad para dominarnos a nosotros mismos."<sup>45</sup>

"Mediante la meditación pueden abrirse las puertas de un conocimiento más profundo y de la inspiración. Naturalmente, si uno medita como bahá'í, se pone en contacto con la Fuente; si un hombre que cree en Dios medita, se pondrá en sintonía con el poder y la misericordia de Dios; pero no podemos

decir que cualquier inspiración que reciba una persona que no conoce a Bahá'u'lláh o que no cree en Dios provenga tan sólo de su propio yo. La meditación es muy importante, y el Guardián no ve ninguna razón para que no se enseñe a meditar a los amigos; sin embargo, deben evitar que en ella se deslicen ideas supersticiosas o necias."46

"[El Guardián] considera que se debe poner más énfasis en la importancia y el poder de la oración, incluido el uso del Más Grande Nombre, pero no exagerarlos. Lo que es realmente importante es el espíritu que se encuentra detrás de las palabras."47

"En relación con su pregunta: no podemos ser rígidos respecto a la oración; no hay un conjunto de reglas que la rijan; lo primordial es que debemos comenzar con un concepto correcto de Dios, de la Manifestación, del Maestro y del Guardián. Podemos volvernos, con el pensamiento, hacia cualquiera de ellos cuando oramos. Por ejemplo, usted puede pedirle algo a Bahá'u'lláh, o bien, pensando en Él, se lo pide a Dios. Lo mismo vale para el Maestro o el Guardián. Puede volverse hacia cualquiera de ellos con el pensamiento y luego pedir su intercesión, o bien orar directamente a Dios. No importa hacia dónde oriente sus pensamientos, siempre que no confunda la posición de cada uno y los haga a todos iguales."48

"Él está encantado de saber que ahora se encuentra usted completamente restablecido y ha podido reanudar su importante labor en pro de la Causa. Sin embargo, no debe descuidar su salud, sino considerarla como el medio que le permite servir. El cuerpo es como un caballo que transporta la personalidad y el espíritu, y como tal ha de cuidársele bien para que pueda desempeñar su labor. Por cierto que debe cuidar sus nervios y obligarse a sí mismo a tomarse su tiempo, y esto no solamente para orar y meditar, sino también para conseguir un descanso y una relajación reales. Para ser espirituales no tenemos que orar y meditar durante horas."49

"Añadiría que él no cree que ninguna irradiación de pensamiento o curación, por parte de ningún grupo, vaya a traer la paz. Sin duda alguna, la oración ayudará al mundo, pero lo que éste necesita es aceptar el sistema de Bahá'u'lláh para construir el Orden Mundial sobre unos cimientos nuevos, ¡unos cimientos divinos!"50

"Si le resulta necesario visualizar a alguien mientras ora, piense en el Maestro. A través de Él, usted puede dirigirse a Bahá'u'lláh. Paulatinamente, intente pensar en las cualidades de la Manifestación, y de este modo desaparecerá la figura mental, pues, al fin y al cabo, el cuerpo no es lo importante, Su Espíritu está allí, y éste es el elemento esencial e imperecedero."51

"Él le aconsejaría que utilizara únicamente la oración obligatoria corta del mediodía. Ésta no tiene genuflexiones y solamente requiere que, cuando dice esta oración, el creyente vuelva su rostro hacia 'Akká, donde está enterrado Bahá'u'lláh. Esto es un símbolo físico de una realidad interna; igual que una planta se estira hacia la luz del sol, del que recibe la vida y

el crecimiento, del mismo modo cuando oramos dirigimos nuestro corazón hacia la Manifestación de Dios, Bahá'u'lláh, y volvemos nuestro rostro, durante esta oración corta, hacia el lugar donde yacen Sus restos en esta tierra, como símbolo del acto interior.

En Su Fe, Bahá'u'lláh ha reducido al mínimo absoluto toda clase de ritos y fórmulas. Las pocas fórmulas que existen, como las que van unidas a las dos oraciones diarias obligatorias más largas, no son más que símbolos de una actitud interior. En ellas hay una sabiduría y una gran bendición, pero no podemos obligarnos a nosotros mismos a comprender o a sentir estas cosas; por esto es por lo que Él nos dio también la oración muy corta y sencilla, para aquellos que no sienten el deseo de llevar a cabo las prácticas vinculadas a las otras dos oraciones."52

"Él sugiere que todos los días ore a Bahá'u'lláh para que le permita encontrar un alma que sea receptiva a Su Mensaje. El poder de la oración es muy grande y atrae las confirmaciones divinas. Él orará también por su labor de enseñanza en ese lugar."53

"Él piensa que sería más sensato que los bahá'ís utilizaran las Meditaciones que nos ha dado Bahá'u'lláh, y no ninguna forma establecida de meditación recomendada por otra persona; pero en relación con estos pormenores hay que dejar en libertad a los creyentes, y se les debe permitir cierto grado de flexibilidad personal a la hora de encontrar su propio nivel de comunión con Dios."54

Notas:

- 1 Kitáb-i-Aqdas, citado en Sinopsis y codificación de las leyes y ordenanzas del Kitáb-i-Aqdas, pág. 26.
- 2 Kitáb-i-Aqdas.
- 3 Kitáb-i-Íqán, págs. 146-147.
- 4 Kitáb-i-Íqán, pág. 10.
- 5 Kitáb-i-Íqán, pág. 134.
- 6 Palabras Ocultas, n° 8 del persa.
- 7 Pasajes de los Escritos de Bahá'u'lláh, CXXXVI.
- 8 Pasajes de los Escritos de Bahá'u'lláh, CXLVIII.
- 9 Pasajes de los Escritos de Bahá'u'lláh, LXXIX.
- 10 Pasajes de los Escritos de Bahá'u'lláh, CLXIII.
- 11 Selections from the Writings of the Báb, pág. 94.
- 12 Selections from the Writings of the Báb, págs. 93-94.
- 13 Selections from the Writings of the Báb, págs. 77-78.
- 14 Selections from the Writings of 'Abdu'l-Bahá, n° 91, pág. 122.
- 15 Selections from the Writings of 'Abdu'l-Bahá, n° 172, pág. 202.
- 16 Selections from the Writings of 'Abdu'l-Bahá, n° 58, págs. 94-95.
- 17 Selections from the Writings of 'Abdu'l-Bahá, n° 115, pág. 139.
- 18 Selections from the Writings of 'Abdu'l-Bahá, n° 139, págs. 161-162.
- 19 Corán, 51-52.
- 20 Corán, 107:5
- 21 Tablets of 'Abdu'l-Bahá, vol. I, pág. 85.

- 22 Bahá'í World Faith, pág. 393.
- 23 La Sabiduría de 'Abdu'l-Bahá, pág. 100.
- 24 La Sabiduría de 'Abdu'l-Bahá, págs. 186-188.
- 25 De una tablilla a un creyente americano, traducida por 'Alí Kulí Khán, octubre de 1908. En Bahá'u'lláh y la Nueva Era, pág. 112.
- 26 De una charla a la que hizo referencia la Srta. Ethel J. Rosenberg. En Bahá'u'lláh y la Nueva Era, pág. 109.
- 27 Artículo en Fortnightly Review, junio de 1911, por la Srta. E. S. Stevens. En Bahá'u'lláh y la Nueva Era, pág. 114.
- 28 Notas de la Srta. Alma Robertson y otros peregrinos, noviembre y diciembre de 1900. En Bahá'u'lláh y la Nueva Era, pág. 114.
- 29 De puño y letra de Shoghi Effendi, añadido a una carta escrita en nombre del Guardián a un creyente, de fecha 30 de octubre de 1936.
- 30 De una carta escrita de parte del Guardián a un creyente, de fecha 13 de marzo de 1934.
- 31 De una carta escrita de parte del Guardián a un creyente, de fecha 5 de noviembre de 1934.
- 32 De una carta escrita de parte del Guardián a un creyente, de fecha 15 de noviembre de 1935.
- 33 De una carta escrita de parte del Guardián a un creyente, de fecha 6 de diciembre de 1935.
- 34 De una carta escrita de parte del Guardián a un creyente, de fecha 8 de diciembre de 1935, publicada en Bahá'í News, de agosto de 1936, n° 102, pág. 3.
- 35 De una carta escrita de parte del Guardián a un creyente, de fecha 4 de enero de 1936.
- 36 De una carta escrita de parte del Guardián a un creyente, de fecha 27 de abril de 1937, a la Asamblea Espiritual Nacional de la India y Birmania.
- 37 De una carta escrita de parte del Guardián a un creyente, de fecha 14 de octubre de 1937.
- 38 De una carta escrita de parte del Guardián a un creyente, de fecha 20 de noviembre de 1937.
- 39 De una carta escrita de parte del Guardián a un creyente, de fecha 1 de mayo de 1938.
- 40 De una carta escrita de parte del Guardián a un creyente, de fecha 26 de octubre de 1938.
- 41 De una carta escrita de parte del Guardián a dos creyentes, de fecha 23 de febrero de 1939.
- 42 De una carta escrita de parte del Guardián a un creyente, de fecha 22 de noviembre de 1941.
- 43 De una carta escrita de parte del Guardián a dos creyentes, de fecha 25 de enero de 1943.
- 44 De una carta escrita de parte del Guardián a un creyente, de fecha 15 de mayo de 1944.
- 45 De una carta escrita de parte del Guardián a un creyente, de fecha 27 de enero de 1945.
- 46 19 de noviembre de 1945.

47 De una carta escrita de parte del Guardián a un creyente, de fecha 16 de marzo de 1946.

48 De una carta escrita de parte del Guardián a un creyente, de fecha 24 de julio de 1946.

49 De una carta escrita de parte del Guardián a un creyente, de fecha 23 de noviembre de 1947.

50 De una carta escrita de parte del Guardián a un creyente, de fecha 8 de junio de 1948.

51 De una carta escrita de parte del Guardián a un creyente, de fecha 31 de enero de 1949.

52 De una carta escrita de parte del Guardián a un creyente, de fecha 24 de junio de 1949.

53 De una carta escrita de parte del Guardián a un creyente, de fecha 30 de septiembre de 1951.

54 De una carta escrita de parte del Guardián a un creyente, de fecha 27 de enero de 1952.

— LA IMPORTANCIA DE LA ORACIÓN, LA MEDITACIÓN