



UNIVERSITÄTS-
BIBLIOTHEK
PADERBORN

Universitätsbibliothek Paderborn

Methodus Clara Et Facilis Vacandi Orationi mentali Atque Exercendi se cum fructu in præsentia Dei

Coloniæ Agrippinæ, 1687

Caput XX.

[urn:nbn:de:hbz:466:1-46004](https://nbn-resolving.org/urn:nbn:de:hbz:466:1-46004)

pro hocce exercitio industria adhibenda, sic tamen, ut amplius quis auxilio divino innitatur, plurisque æstimet unicam bonam cogitationem, quæ ab ipso cum gustu & sapore promanat, quàm cunctos conceptus politissimos, quos habere potest ex seipso.

CAPUT XX.

De Distractionibus, & modis eas repellendi.

*Ordo huius
capituli.*

Ubi nunc sigillatim quamlibet ex prædictis tribus viis exponere cogitamus, in prima statim, quæ communis est, occurrit nobis necessitas exponendi, quomodo quis gerere se debeat, ubi patitur distractiones, de his enim magis ordinariè conqueruntur, qui per viam istam incedunt. Primò igitur dicemus, quæ sint causæ, ex quibus nascuntur distractiones. Secundò quomodo decipiant, ex improvise occupent, atque aliò avocent animum. Tertio quomodo illas debeamus abigere. Quarto exponemus remedia antecedentia, quæ oportet adhibere, ac denique defectus, quos quis hac in re posset committere, ut, illos ubi cognoverimus, evitare possimus.

*Quid sit
distrahitio.*

Necesse non videtur exponere, quid sit esse distractum, nimium enim quantum experimur, atque animadvertimus esse, ubi quis manere difficulter potest recollectus, atque interior occupatus, ob multiplicem copiam extravagantium cogitationum, quas nobis suggerit inaginatior, pro eo, quod nos quietè ac tranquillè

quillè in meditationem subjectæ materiæ incumbere sinat. Verùm exponendum nunc est

Undenam proveniant distractiones ?

I. **N**ascuntur, uti insinuavimus, ex nimia Prima libertate, quam indulgemus sensibus causa nimia sensuum effusio. nostris videndi, legendi, indagandi, & curiose loquendi de pluribus rebus supervacaneis ut imaginatio omnigenis speciebus & impressionibus instructa atque impedita animo quietem relinquere non possit.

Secundò nascuntur ex eo, quod in cordibus nostris fovemus nimiam multitudinem vano 2. Multitudo vanorum desideriorum, aut affectus inordinati affectu vehementiori rem quampiam, etiam bonam, prosequimur, quia juxta Salvatoris nostri sententiam: *De corde exeunt cogitationes*: quod si desideria sint nimis multiplicata, Matth. 15, 10. fieri non poterit, quin etiam nimietate diversarum conturbemur cogitationum, ac tamen vel ad unicam creaturam affectu ferremur inordinato, ille ad impediendam nostram in orando tranquillitatem sufficeret.

Tertiò proveniunt ex levitate & vivacitate 3. Levitas animi. humani animi & intellectus, qui considerationi alicujus materiæ intendere nequit, quin statim ab una in alteram quasi saltitet, atque ex hac tertiam effingat, adeoque cum ex omnibus ratiocinari velit, sensim sine sensu à materia proposita avellitur, tandemque perit, ac sui ipsius immemor effectus ignorat quò devenit.

De
oratione

*A. Defo-
ctus præ-
parata
materia.*

Quartò nascuntur sæpius ex eo, quod quis non præparaverit ac præconceperit materiam meditationis, neque puncta, quæ considerare intendebat, bene digesserit, ut proinde mirum non sit, si animus, qui ex seipso vagus est & inconstans, hinc inde agitur, quin immobiliter uni insistere queat argumento.

*s. Insidia
Diaboli.*

Demum ordinariè causantur à malicia & arte atque insidiis Diaboli, qui, commotis in phantasia speciebus, multas illic excitat cogitationes stolidas & chimericas. Odio enim ardet implacabili adversus orationem, minorque cum oppositione sinit quempiam vestiri cilicio, cibo potuque abstinere, nullâ verò ratione perferre potest ab aliquo fieri orationem, eò quòd illius beneficio ascendamus in cælum, unde miser ille deturbatus est.

*In prato
spirituali.
6. 52.*

Complura istius rei exempla suppetunt in vitis sanctorum Patrum Eremitarum, ubi legimus Abbatem Marcellum aliquando orationi vacantem audisse clangorem buccinæ seu tubæ, quasi classicum canentis, atque ad irruptionem inflammantis. Cumque secum ipse perpenderet, undenam hoc provenire posset, cum in Eremito illa neque milites, neque bellicus apparatus adesset. Mox ponè assistens Cacodæmon ei ait: quin imò, vos enim nosque inter bellum est, sique tu à nobis oppugnari nolis, orationem relinque, & rursus cubitum concede.

Alius in visione intuitus est Cacodæmonem motitantem ligones, rastra aliaque instrumenta labori Religiosorum subservientia,

cum

eumque illum interrogasset quid hoc sibi vellet, respondit Diabolus, distractiones esse, quas fratribus præpararet.

Alius ex malignis hisce spiritibus nostræ salutis inimicis quadam nocte pulsabat fores cellulæ S. Macharii, eique dixit, esse tempus vacandi orationi. Sanctus Eremita cœlesti luce illustratus agnovit esse Angelum tenebrarum, eumque sciscitatus est, quid ejus referret tam sanctam actionem fieri? Respondit ei Dæmon, se in illa semper esse priorem unâ cum pluribus sodalibus suis, atque ipsum, ut parumper, quid illic agerent, ubi adesset, adverteret, monuit. Vidit ergo sanctus homo cohortem Cacodæmonum in forma parvorum Æthiopum per Ecclesiam circumeuntium, atque ab uno ad alium Religiosum cursitantium, ubi uni formam alicujus castri, alii suorum parentum, alii suorum instrumentorum manualium aliarumque rerum diversarum effingebant ac repræsentabant. Digtos quorundam oculis superimponebant, ut illis conciliarent somnum, aliorum ori eos immittebant, ut oscitare ipsos facerent, aliorum denique negligentiorum minusque devotorum humeris insidentes mille ridiculas efformabant gesticulationes. Sanctus Abbas postero manè singulorum Religiosorum suorum cellulas obivit, eosque omnes deprehendit in oratione infestatos fuisse distractionibus ad eum modum quo ipse viderat. E quo clarè patet, distractiones, quibus inter orandum agitamus, maximâ ex parte provenire à Dæmonibus.

De
oratione

Quomodo distractiones nos occupent ac decipiant.

QUoad modum, quo nos infestant, experientia docet, ab iis ex improvise nos occupari, & sensim à nostro proposito diverti. Quandoque advertenter illis cedimus, et quasi inviti ob nimiam illarum importunitatem. Quandoque verò magna ex parte nostra intercedit ignavia, quæ facit, ut illis locum demus, id quod non potest fieri sine peccato veniali plus aut minus notabili: Verùm necessariò advertendum est, una ex parte interiorem recollectionem esse rem adeo teneram, ut nisi nobis probè prospiciamus, minimâ re turbati possit; ex alia parte, si quando incauté alicui distractionum occasione locum dedimus, fideliter valde eis resistendum esse, ubi animo nostro obversabuntur.

Duo puncta notari digna.

Quomodo distractiones sint rejicienda.

UBi primum ergò quis distractum se esse animadvertit, subito ad se redeat, humiliter à Deo veniam petat, cœptamq; orationem necesse est prosequatur meliori, quàm ante, resolutione absque eo quod multum consideret, undenam diversæ cogitationes istæ nasci potuerint: multò enim satius est citius eas relinquere, absque alio conflictu & cor fortiter atque affectuosè ad Deum convertere. Corde enim ad officium suum restituto, ac voluntate novo desiderio vacandi propositæ orationi instructâ, cæteræ potentæ facillimè reducen-

reducentur ; cùm enim evidentissimum sit, cogitationes nostras ordinariè nasci ex affectibus , mox ubi hi ad Deum reversi fuerint, illicò illæ sequentur.

Quod si verò difficulter quis possit distractionem relinquere, eo quod cum aliqua voluptate illi immoretur, ille generosè semetipsum superare debet, cogitando : 1. se esse coram Deo & loqui divinæ Majestati. 2. magnum esse contemptum, relinquere ipsum ob nugæ & quisquilias tractandas. 3. si ille tantæ est erga nos bonitatis, ut ne ad momentum quidem divinos oculos suos à nobis avertat : æquissimum sanè esse, ut nostros quoque ab ipso minimè avertamus, saltem pro illa hora, quâ ipsum oramus. Actus istâ ratione formari poterunt.

Praxis.

1. **Q**uonam feror, mi Deus ? anima mea ubi sumus ? Attende nos esse coram Deo, coram quo Angeli præ reverentia contremiscunt, & tu illum contemnis ?

2. Coram quo & cum quo loquimur ? ubi est honor, reverentia ac sensus Majestatis Dei, quæ hic præsens est ?

3. Vellesne facere, non dico Regi, sed homini mediocris conditionis, quod fecisti Deo tuo ? Qualis foret irreverentia, illum relinquere &, interrupto sermone cæpto, ad servos ipsius fortè præsentis se convertere, cumque iis aliis de rebus longè diversis sermones miscere ?

4. Quid

De
oratione

4. Quid igitur anima mea? nunquid ignoras tractandum tibi hic esse de negotiis maximi momenti pro tua perfectione ac salute: hoc cunctis tam parum tibi cordi est, ut etiam contempnas?

5. Age, ad nosmet redeamus. Vide, anima mea, qua ratione tota cœlestis curia præ reverentia coram tanta Majestate se demittat, atque omnes sancti oculos in illam continuò defigant? Quid enim? hoc cunctis quod omnes beatos ita abripit, ut animum tuum contineat satis dignum non est? prò! quantus Dei tui contemptus? quanta tua inconstantia & ignavia? In loco tam sancto, in tam sancta societate, coram tanta Majestate, in negotio tanti momenti a seò facile ac leviter à proposita te abripi finis materia, ut cum tuis cogitationibus ita impertinentibus, vanis atque inutilibus nugeris? Quod si Angelus nobiscum locuturus accederet, vel illum intueri minimè deberemus, quia cum longè majore Angelis agimus, ut quid igitur rebus adeo vilibus atque extravagantibus occupamur?

6. Mi Deus, quantæ mihi confusio est, non posse me ad modicum tempus captivari, ut loquar divinæ Majestati tuæ absque distractione? quàm misera est conditio mea? verùm noli me etiam modò à divino conspectu tuo, mi Deus, repellere.

7. Heu Domine! tu tanto zelo bonum meum prosequeris, ut mihi orationem ad me illius ope ditandum concesseris, & ego illam negligo?

8. Sine intermissione me respicis, Domine, meis omnibus necessitatibus ut prospicias. Quod si vel ad momentum tuos à me oculos deflecteres, protinus in nihilum meum relaberer. Quâ ergo ratione fieri potest, ut mei tantoperè immemor evadam, ut à te cogitationes avertam, neque toto corde meo cum divina Majestate tua loqui contendam?

9. Ad te revertor, Domine, detestor atque improbo cunctas cogitationes istas, quæ me à te abducunt, protestans illas contra meam exurgere voluntatem. Dic, Domine, ut fiat pax in corde meo & ad verbum tuum fieri.

10. Redeamus ad intentum, anima mea, atque opus interruptum resumamus, nobis ipsis amplius, quàm hactenus factum fuerit, attendentes. Adjuva me Domine per gratiam tuam, atque istam mentis evagationem pro peccato mihi ne repute.

Præxer istæ attentè atque ex intimo corde exercitæ permagno haud carebunt emolumento. Quoties verò distractio recurrerit, ad eandem similiter praxin recurrendum erit: Quod si etiam usque adeò illa sit importuna, ut ne momentum quietis indulgeat, semper exercitium istud continuandum erit, toties distractionem repellendo, quoties aditum illa tentârit. Tempus etenim huic impensum certamini fructu suo minimè carebit, tamen si etiam toto orationis tempore aliud non faceres, quam quod ad versus distractiones decertares.

De
oratione

Quin imò fieri poterit, ut hicce conflictus Deo longè sit acceptior, quàm si quis perfectà potiretur recollectione.

*Distractionibus obviandi
media.*

UT verò radicitùs malo obvietur, ipsumque eminùs prospiciatur, remedia aliquot anteriora ad obviandum distractionibus efficacissima adducemus.

*Cassian.
collat. 1.
c. 8.*

Antiqui Patres crediderunt, Religiosum Dei gratià mediante eousque pertingere posse, ut absolutè suis cogitationibus dominaretur, sive per jugem atque indefinentem ad res bonas ac sanctas attentionem, vanarum atque impertinentium obliviscendo, sive acquirendo habitum sibiipsi invigilandi adeò firmum, ut ne unica quidem subeat mentem cogitatio, quam statim animus non advertat.

*Quomodo
fieriqueat,
ut cogita-
tionibus
nostris do-
minemur.*

Præalta profectò ea perfectio est, quam nisi post diutinum exercitium polliceri sibi nemo potest: quoniam tamen id impossibile non est, illuc connitendum erit, nobis præcipuè, qui vi Regulæ ac Professionis nostræ omnibus aliis Religiosis amplius Deo vacare tenemur.

Eximius quidam veteres nostros inter Anachoretas Religiosus plurimis in deserto exactis annis ab alio interrogatus, quem fructum ex adeo diutinis solitudinis annis, internisque exercitiis reportasset, respondit, id ei pro tunc sese minimè dicturum, sed solùm post decem dies, si tunc ei reverti luberet. Recessit igitur ille, ac decimo post die reversus ipsum mortuum reperit, simulque juxta ipsum responsum

his

his verbis conscriptum : *Ignosce Pater, quia nunquam, dum opus Dei agerem (id est orationi vacarem) mentem meam dimisi in terram.*

Ut verò ad eximiam adeò perfectionem pertingere quis valeat, aliqua hic dabimus præcepta, quorum usus totidem nobis suppeditabit remedia, quæ præcipuos distractionum fontes jam antea explicatos exiccabunt.

Primum erit, amare solitudinem, parùm loqui, parùm de rebus inquirere curiosis, otium ac jacturam temporis fugere, atque uno verbo nil videre, nil loqui, nil facere, nil cogitare, nil, nisi absolutè necessaria, desiderare, cæteris tanquam inutilibus, verissimisque tranquillitatis ac puritatis cordis ad orationem per-

Qui minoratur actu sapiens erit.
Eccl. 38.

necessariæ impedimentis relictis. Alterum erit assuefacere se ad cogitationes nostras toto die bene regulandas, animum tenendo serium, fabulasque, nugas & jocos, atque alia devotionis sinceræ venena fugiendo, quia duæ similitudines ea de re in medium productæ à S. Bonaventura verissimæ sunt; *Qua De Pro-*

23.
fect. Relig.
l. 2. c. 58.

lis, inquit, liquor vasi infunditur, taliter redolebit, & quales herbas in horto cordis tui plantaveris, talia semina germinabunt, sic etiam quales ordinariè in corde tuo foveris cogitationes, tales quoque fructus orationis tempore tibi progignent.

Tertium aliis duobus haud minus utile erit, nihil penitus vehementer nimis desiderare. Quia si desiderio cujusvis rei vehementiori atque inquieto locum damus in corde nostro, infallibiliter in illo producet permultas diversas cogi-

cogi-

De
oratione

cogitationes, quibus turbemur necesse erit; impossibile siquidem est rem quampiam vehementius amare, neque tamen de illa cogitare frequentius. Eapropter nos monet Sapiens, ut cor nostrum quam diligentissime custodiamus, si divinæ sapientiæ, cujus schola est oratio, participes esse cupiamus.

Quod si non obstantibus his omnibus monitis, remediis, ac præceptis, distractiones nos pertinaciter laceffant, quin eas valeamus rejicere, non abs re erit recitare vocaliter aliquot Psalmorum versiculos, si hoc expedire advertamus v. g. istos:

Pf. 26. 8. Tibi dixit cor meum: exquisivit te facies mea: faciem tuam, Domine, requiram.

Pf. 54. 7. Quis dabit mihi pennas sicut columba; & volabo & requiescam?

Pf. 118. Declinate à me maligni & scrutabor mandata Dei mei.

Isa. 38. 14. Domine vim patior: responde pro me.

Non desunt alii, qui hac in re utiliter & non sine emolumento proferunt ore id quod ruminant in corde, vocem sociando meditationi. Hoc in præxin deducere cuivis licebit, modò id fiat voce sic depresso, ut à nemine audiatur. Demum cuilibet liberum erit, ut illis mediis, quæ sibi expedire ipse comprobaverit, sive recurrendo ad B. Virginem aut Angelum Custodem, sive profundissime sese coram Deo humiliando, sive meditationem lectione miscendo, aliisque familiis utatur.

Defec

*Defectus, quos in materia distractionum
cavere debemus.*

Superest, ut observemus quatuor non exiguae
considerationis defectus, in quos hoc in
genere quis potest incidere.

Primus est quorundam, qui naturæ sunt
adeò æstuantis, animi vivacis adeoque inquieti,
ut ne ad momentum quidem quiescere possint,
ubi quidquam ipsis occurrit agendum,
adeò, ut (si possint,) orationem deserturi sint,
vel certè in ea magno cum tædio remansuri,
nihil interea aliud quam de re agenda cogitan-
tes. Isti semetiplos superare debent, oratio-
nemque protrahere potius, quàm abbreviare,
imò & actionem, cujus cogitatione inquietantur,
quantum obedientia ac recta ratio per-
mittere poterit, differre; ut ita paulatim hunc
ingentem ardorem atque animi vivacitatem
mortificent.

Alter defectus est quorundam *ignavorum*
ac *negligentium*, qui, cum satis constanter non
constituerint divinæ de se expectationi penitus
respondere, post modicam renitentiam, distra-
ctionibus cedunt, existimantes frustra se am-
plius laboraturos in distractionibus repellen-
dis, cum illæ mox denudò recurrant. Conside-
rate debent isti, hanc ignaviam, cum causa sit,
cur distractiones istæ illis voluntariæ sint, pec-
cato ipsis verti, pro eo quod ansam inde ca-
ptare poterant majoris meriti. Idcirco decer-
nere debent, fortiter se pugnatorios, etsi to-
to orationis tempore nihil aliud facere debe-
rent etiam pro tota vitâ sua.



Ter-

De
oratione

Tertius defectus est aliorum quorundam æquo *timidiorum* nimisque pusillanimum, qui continuò distrahuntur, ob metum distractionum. Ille enim inordinatus distractionum metus distractioni longè molestiori, quæ est animi inquietudo, aditum præbet. Illi timorem hunc nimium corrigere, Deo confidere, suaviterque inter orandum recollecti in illius præsentia consistere debent: Oratio etenim ex eo mala non est, quod quis sub illa sentiat distractiones, sed quod illis voluntariè inhaereat. Illas igitur animadvertentes rejiciant, & nihil ipsis nocebunt.

Denique quartus defectus est quorundam, qui impatientiâ correpti *desperant*, se unquam in oratione proficere posse ob suæ imaginationis levitatem & inconstantiam, ac frequentes quas hæc eis ingerit distractiones. Malè equidem illi faciunt, multoque facerent melius, si molestiam istam patienter tolerarent, renovando subinde bona suâ proposita, atque abdicando coram Domino nostro cogitationes istas extravagantes, suamque semper materiam resumendo. Fructus enim orationis in eo præcipuè situs est, quod quis in ea ad finem usque perducenda fidelis existat, neque ipsam interrumpat, aut tædio victus derelinquat.

Poterunt se etiam coram Deo humiliare, deque suâ infirmitate ac miseria erubescere, indignos se, qui cum divina Majestate loquantur, reputare, mirari, quomodo ipsos coram se perferat, cum adeo inconstantes atque erga ipsum irreverentes existant, producere aliquot actus doloris, quod adeo sint imbecil-

becilles, ipsi in earundem distractionum reparationem offerre vivam atque amoris plenam animi applicationem, quam habuere Saluator noster, illiusque sanctissima Mater in suis divinis contemplationibus, ac denique consolatione afficientur, ubi fecerint quidquid potuerint.

CAPUT XXI.

De quibusdam aliis molestiis in ordinariâ & communi orationis viâ occurrentibus.

Illæ molestiæ quandoque afficiunt animum, quandoque verò corpus. Quoad animum infestamur molestis tentationibus, magnis passionibus, murmuratione, tristitia aut fastidio. Quoad corpus deijcitur infirmitatibus, quandoque veris, quandoque falsò à Diabolo nobis persuasis. Sentimus nescio quas gravedines, quæ animæ cujuslibet rei cogitandæ adimunt facultatem. Afficimur dolore cordis aut capitis, membrorum lassitudine, totius corporis languore, vel somnolentiâ opprimimur. Demùm pauperculi animi orationi intendere proponentis situs toties mutabitur, quot in corpore humorum alterationes fient, sive operâ Cæcodæmonis, sive ex effectu ipsius naturæ, aut temporum mutatione. Quanam ratione in his omnibus occasionibus gerere nos debeamus, porrò exposituri sumus: ac primò

De
oratione