



# ORAR CON SAN AGUSTÍN

@oarecoletos

**“La oración es un grito que  
se eleva del corazón al Señor”**

*(En in ps 118, 29,1)*

**I. Situarse en la fe, la esperanza y el amor para el encuentro con Dios:**

- La fe: orar es un ejercicio de fe.
- La esperanza: orar es la actualización de esperanza.
- El amor: orar es la puesta en práctica de la capacidad de amar.

**II. Disposiciones interiores**

- Ordo amoris (orden en el amor).
- Uti et frui (amar a Dios y, en Dios, a los hermanos, y usar de las cosas para ese propósito).
- Mendigos de Dios (condición de pobreza delante del dador de todo bien).

**III. Actitudes necesarias**

- Orar en la verdad (humildad).
- Orar la vida desde el interior (Mt 6,6).
- Una vida abierta a la transformación del corazón (conversión).

**IV. Los medios para la oración**

- Dedicar tiempos regulares (método).
- El valor del silencio (para poder escuchar al que habla al corazón).
- Las facultades humanas alineadas en el empeño de la oración (toda la persona).
- La oración agustiniana pone en juego el corazón (corazón a corazón; afectividad).
- El cuerpo en la oración (usar una posición que despierte devoción).

**V. Pedir la ayuda del Espíritu Santo**

*“No sabemos pedir lo que nos conviene...” (Rm 8,26-27).*

**VI. La ruta para la oración la trazan las Sagradas Escrituras**

Las Escrituras son el objeto de la oración y, el propósito, el encuentro con Dios.

**VII. Pasos para la oración (delante del texto bíblico)**

- ✠ Regreso al corazón.
- ✠ Preparo el corazón.
- ✠ Abro el corazón.
- ✠ Elevo el corazón.
- ✠ Amo de corazón.

**VIII. Concordancia entre la oración y la vida**

- Sintonía entre las Escrituras y el corazón.
- Canta y camina.

## Para el ejercicio práctico de oración de estilo agustiniano

### I. Situarse en la fe, la esperanza y el amor para el encuentro con Dios

- La fe: “Alabarán al Señor los que le buscan, porque los que le buscan le hallan y los que le hallan le alabarán. Que yo, Señor, te busque invocándote y te invoque creyendo en ti, pues me has sido predicado”<sup>1</sup>.
- La esperanza: “Esta es mi esperanza: que te conozca a ti, Conocedor mío, que te conozca a ti como soy conocido; virtud de mi alma, entra en ella y ajústala a ti, para que la tengas y poseas sin mancha ni ruga; por eso hablo y en esta esperanza me gozo cuando me gozo”<sup>2</sup>.
- El amor: “¿Qué cosa mejor que Dios se me ha de dar? Dios me ama. Te ama ciertamente Dios [...] Y diciéndote Dios: pide lo que quieras (Mt 7,7). ¿Qué has de pedir? [...] Dilata tu deseo hasta el cielo, puesto que desea darse a sí mismo el que todo lo hizo”<sup>3</sup>; “¡Oh amor que siempre ardes y nunca te extingués! Caridad, Dios mío, enciéndeme”<sup>4</sup>.

### II. Disposiciones interiores

- Ordo amoris: “Las cosas menos ordenadas se hallan inquietas: se ordenan y descansan. Mi peso es mi amor; él me lleva doquiera soy llevado. Tu Don nos enciende y por él somos llevados hacia arriba”<sup>5</sup>.
- Uti et frui: “Si te agradan los cuerpos, alaba a Dios en ellos y revierte tu amor sobre su Artífice, no sea que le desagrades en las mismas cosas que te agradan. Si te agradan las almas, ámalas en Dios, porque, si bien son mudables, fijas en él, permanecerán; de otro modo desfallecerían y perecerían. Ámalas, pues, en él y arrastra contigo hacia él a cuantos puedas y diles: “A éste amemos”; él es el que ha hecho estas cosas y no está lejos de aquí. Porque no las hizo y se fue, antes de él proceden y en él están. Mas he aquí que él está donde se gusta la verdad: en lo más íntimo del corazón”<sup>6</sup>.
- Mendigos de Dios: “Esto sólo sé: que me va mal lejos de ti, no solamente fuera de mí, sino aun en mí mismo; y que toda abundancia mía que no es mi Dios, es indigencia”<sup>7</sup>.

### III. Actitudes necesarias

- Orar en la verdad (humildad): “Pero yo, que no era humilde, no tenía a Jesús humilde por mi Dios, ni sabía de qué cosa pudiera ser maestra su flaqueza. Porque tu Verbo, verdad eterna, trascendiendo las partes superiores de tu creación, levanta hacia sí a las que le están ya sometidas, al mismo tiempo que en las partes inferiores se edificó para sí una casa humilde de nuestro barro, por cuyo medio abatiera en sí mismo a los que había de someterse y los atrajese a sí, sanándoles el tumor y fomentándoles el amor, no sea que, fiados en sí, se fuesen más lejos, sino, por el contrario, se hagan débiles viendo ante sus pies débil a la divinidad por haber participado de nuestra túnica de piel, y, cansados, se arrojen en ella, para que, al levantarse, ésta los eleve”<sup>8</sup>.

<sup>1</sup>Conf 1,1. <sup>2</sup>Conf 10,1. <sup>3</sup>En in ps 34,1,2. <sup>4</sup>Conf 10,40. <sup>5</sup>Conf 13,10.  
<sup>6</sup>Conf 4,18. <sup>7</sup>Conf 13,9. <sup>8</sup>Conf 7,24.

- Orar la vida desde el interior (Mt 6,6): “Y, amonestado de aquí a volver a mí mismo, entré en mi interior guiado por ti; y lo pude hacer porque tú te hiciste mi ayuda. [...] Y reverberaste en la debilidad de mi vista, dirigiendo tus rayos con fuerza sobre mí, y me estremecí de amor y de terror. Y advertí que, me hallaba lejos de ti, en la región de la desemejanza [...]. Tú me gritaste de lejos, y yo lo oí como se oye interiormente en el corazón, sin quedarme lugar a duda”<sup>9</sup>.
- Orar desde una vida abierta a la transformación del corazón (conversión): “¡Oh Verdad, lumbre de mi corazón, no me hablen mis tinieblas! Me incliné a éstas y me quedé a oscuras; pero desde ellas, sí, desde ellas te amé con pasión. Erré y me acordé de ti. Oí tu voz detrás de mí, que volviese; pero apenas la oí por el tumulto de los sin-paz. Mas he aquí que ahora, abrasado y anhelante, vuelvo a tu fuente. Nadie me lo prohíba: que beba de ella y viva de ella. No sea yo mi vida; mal viví de mí; muerte fui para mí. En ti comienzo a vivir: háblame tú, sermonéame tú. He dado fe a tus libros, pero sus palabras son arcanos profundos”<sup>10</sup>.

#### IV. Los medios para la oración

- Dedicar tiempos regulares (al principio, seguir con fidelidad un método): “Porque cuando te busco a ti, Dios mío, la vida bienaventurada busco. Te Busque yo para que viva mi alma, porque si mi cuerpo vive de mi alma, mi alma vive de ti”<sup>11</sup>. “Dedicaos a la oración en las horas y tiempos establecidos”<sup>12</sup>.
- El valor del silencio (para escuchar a Aquel que habla al corazón): “Y decíamos nosotros: Si hubiera alguien en quien callase el tumulto de la carne; callasen las imágenes de la tierra, del agua y del aire; callasen los mismos cielos y aun el alma misma callase y se remontara sobre sí, no pensando en sí; si callasen los sueños y revelaciones imaginarias, y, finalmente, si callase por completo toda lengua, todo signo y todo cuanto se hace pasando puesto que todas estas cosas dicen a quien les presta oído: No nos hemos hecho a nosotras mismas, sino que nos ha hecho el que permanece eternamente-; si, dicho esto, callasen, dirigiendo el oído hacia aquel que las ha hecho, y sólo él hablase, no por ellas, sino por sí mismo, de modo que oyesen su palabra, no por lengua de carne, ni por voz de ángel, ni por sonido de nubes, ni por enigmas de semejanza, sino que le oyéramos a él mismo, a quien amamos en estas cosas, a él mismo sin ellas, como al presente nos elevamos y tocamos rápidamente con el pensamiento la eterna Sabiduría, que permanece sobre todas las cosas [...]”<sup>13</sup>. “Y como en silencio te buscara yo fuertemente, grandes eran las voces que elevaban hacia tu misericordia las tácitas contriciones de mi alma”<sup>14</sup>.
- Las facultades humanas alineadas en el empeño de la oración (toda la persona). “Haz que me acuerde de ti, que te comprenda, que te ame”<sup>15</sup>.
- La oración agustiniana pone en juego el corazón (corazón a corazón; afectividad). “Es en mi corazón donde yo soy lo que soy”<sup>16</sup>.
- El cuerpo en la oración (tomar una posición que despierte devoción): “No hay prescrita ninguna postura corporal para la oración, con tal que el espíritu, puesto en la presencia divina, cumpla su intención. Cuando uno quiere orar, coloca su cuerpo y toma, según las circunstancias del tiempo, la posición más conveniente para despertar la devoción”<sup>17</sup>.

9Conf 7,16. 10Conf 12,10. 11Conf 10,29. 12Regula 2,1. 13Conf 9,25. 14Conf 7,11.  
15Trin 15,28,51. 16Conf 10,4. 17Sobre diversas cuestiones a Simpliciano 2,4.



## V. Pedir la ayuda del Espíritu Santo

“El Espíritu Santo nos ayuda en nuestra debilidad, porque no sabemos orar como debiéramos” (Rom 8,26). “Tú eres, Señor, el que me juzgas; porque, aunque nadie de los hombres sabe las cosas interiores del hombre, sino el espíritu del hombre que está en él, con todo hay algo en el hombre que ignora aun el mismo espíritu que habita en él; pero tú, Señor, sabes todas sus cosas, porque le has hecho. También yo, aunque en tu presencia me desprecie y tenga por tierra y ceniza, sé algo de ti que ignoro de mí”<sup>18</sup>. “He aquí, Señor, que ya arrojé en ti mi cuidado, a fin de que viva y pueda considerar las maravillas de tu ley. Tú conoces mi ignorancia y mi debilidad: enséñame y sáname”<sup>19</sup>.

## VI. La ruta para la oración: las Sagradas Escrituras

“Comprendiendo que nos es necesaria la autoridad de las Sagradas Letras, comencé a entender que de ningún modo habrías dado tan soberana autoridad a aquellas Escrituras, si no quisieras que por ellas te creyésemos y buscásemos”<sup>20</sup>. “No con conciencia dudosa, sino cierta, Señor, te amo yo. Heriste mi corazón con tu palabra y te amé”<sup>21</sup>.

## VII. Pasos para la oración

1. Regreso al corazón. “No quieras ir fuera de ti mismo, entre en tu interior...”<sup>22</sup>.
2. Preparo el corazón. “Angosta es la casa de mi corazón para que vengas a ella: sea ensanchada por ti. Ruinosa está: repárala”<sup>23</sup>.
3. Abro el corazón. “Dios está dentro; allí habita. Ruega ante Él; no intentes que te oiga de lejos. Luego dentro, en ti y ante Él derrama tu plegaria; allí están sus oídos”<sup>24</sup>.
4. Elevo el corazón. “¿Qué significa subir en el corazón? Aprovechar en lo que se refiere a Dios. Todo el que en esto progresa, sube”<sup>25</sup>.
5. Amo de corazón. “La caridad se ha difundido en nuestros corazones por el Espíritu Santo que se nos ha dado, y en orden a las cosas espirituales nos enseña y muestra la maravillosa senda de la vocación al amor”<sup>26</sup>.

## VIII. Concordancia entre la oración y la vida

- Sintonía entre las Escrituras y el corazón. “Tus Escrituras sean mis castas delicias. Atiende, Señor, y ten compasión; Señor, Dios mío, luz de los ciegos y fortaleza de los débiles y luego luz de los que ven y fortaleza de los fuertes, atiende a mi alma, que clama de lo profundo, y óyela. Dame lo que amo, porque ya amo, y esto es don tuyo”<sup>27</sup>.
- Canta y camina. “Cantar es propio del que ama. ¡Canta y camina! ¿Qué cosa quiere decir: camina? Avanza, avanza en el bien. Si progresas, camina; pero debes progresar en el bien, en la recta fe, en la buena conducta. ¡Canta y camina!”<sup>28</sup>.

Fabián Martín Gómez, agustino recoleto

<sup>18</sup>Conf 10,7. <sup>19</sup>Conf 10,70; cf. Trin 5,1,1. <sup>20</sup>Conf 6,8. <sup>21</sup>Conf 10,8; cf. Conf 12,4.  
<sup>22</sup>Sobre la verdadera religión 39,72. <sup>23</sup>Conf 1,6. <sup>24</sup>En in ps 141,4. <sup>25</sup>En in ps 122,3.  
<sup>26</sup>Conf 13,8. <sup>27</sup>Conf 11,3. <sup>28</sup>En in ps 143,16.

@oarecoletos

