Imagen que contiene Escala de tiempo

El contenido generado por IA puede ser incorrecto.

En un pasaje sobre la oración,  **Casaldáliga**  enfatiza que todos hemos sido muy mal educados en la oración. Esto, quizás, se deba a la imposición de una oración demasiado sistemática, que no involucraba a la persona de cada uno, ni su vida ni su historia.

El artículo es de [Faustino Teixera](https://www.ihu.unisinos.br/categorias/650113-vozes-de-emaus-artigo-de-faustino-teixeira) , teólogo, profesor emérito de la **Universidad Federal de Juiz de Fora – UFJF**  y colaborador del  **Instituto Humanitas Unisinos – IHU** .

**Aquí está el artículo.**

***“Todos los paisajes están dentro de mí” — Etty Hyllesum***

Siempre me ha conmovido profundamente una reflexión sobre la oración de mi gran amigo  [Pedro Casaldáliga](https://ihu.unisinos.br/categorias/611780-pedro-casaldaliga-o-santo-bispo-do-araguaia) . La publicó en un hermoso libro: ***El vuelo del quetzal***(Panamá: Maíz Nuestro, 1988). Posteriormente, el libro fue publicado *en línea* por **Amerindia** .

En un pasaje sobre la oración, **Casaldáliga** enfatiza que todos hemos sido muy mal educados en la oración. Esto quizás se deba a la imposición de una oración demasiado sistemática, que no involucraba al individuo, ni su vida ni su historia.

El entonces obispo de la prelatura de **São Félix** , en **Araguaia** , señala que en casos específicos, esta resistencia a la oración se debía a una visión frágil que entendía que “todo es oración”.

[Casaldáliga](https://ihu.unisinos.br/categorias/642264-pedro-casaldaliga-16-02-1928-08-08-2020-um-bispo-contra-todas-as-cercas) siempre dedicó un lugar muy especial a la oración, y yo mismo he sido testigo de este particular amor por el retiro espiritual en varias ocasiones. Nada es más fundamental, en mi opinión, que asegurar un espacio especial para la oración en la vida diaria. En su libro, **Casaldáliga** afirmó: «Un agente pastoral que no ora individualmente al menos media hora al día no tiene el perfil necesario de agente pastoral» (p. 56).

La joven mística holandesa [Etty Hillesum](https://www.ihu.unisinos.br/categorias/43-oracoes-inter-religiosas-ilustradas/628247-toma-me-pela-mao-etty-hillesum-na-oracao-inter-religiosa-desta-semana) , que murió en [Auschwitz](https://ihu.unisinos.br/627680-cara-rai-auschwitz-nao-e-a-polonia-artigo-de-elena-loewenthal) , anotó en su diario el 8 de junio de 1941:

Creo que esto es lo que haré: por la mañana, antes de empezar a trabajar, pasar media hora «en mi interior», escuchando lo que hay en mí. «Sumergirme». También podría llamarse meditación (...). Media hora de silencio interior.

(Diario – Assírio y Alvim, 1986, p. 89)

Siguiendo el camino abierto por nuestro profeta de **Araguaia** , así como la querida **Etty** , siempre he dedicado este tiempo especial en mi vida diaria.

En los últimos años, he desarrollado un formato único para la oración diaria que me gustaría compartir con ustedes. Aquí les dejo algunos consejos clave, así como el ritmo que he establecido en mis mañanas antes de empezar mis estudios.

Primero, necesitas reservar un lugar especial en tu casa, un rincón apartado, para tus ejercicios de oración matutinos. Encontrar este espacio para la introspección es esencial.

En mi caso, dediqué un espacio junto a mi oficina a las oraciones diarias. Me dediqué con cariño a organizar el espacio con imágenes de mi devoción personal: hay un hermoso Buda de bronce, así como un hermoso crucifijo diseñado por [Claudio Pastro](https://www.ihu.unisinos.br/sobre-o-ihu/188-noticias/noticias-2018/577783-representacao-do-sagrado-na-arte-indica-abjuracao-da-fe) . También hay muchos ángeles, incluyendo **a Nuestra Señora de la Sertaneja da Abadia** , y deidades del **hinduismo** (como el encantador **Krishna** ) y de religiones afrobrasileñas (especialmente Iansã, por quien siento un cariño especial). También adquirí un reclinatorio de madera, sin respaldo, para arrodillarme en momentos privados.

Siempre he considerado muy significativo el acto de arrodillarme. En casa de mis padres, donde nacieron y crecieron todos nuestros hijos, había un sencillo reclinatorio que mi padre usaba para sus oraciones. Al leer el diario de [Etty Hillesum](https://www.ihu.unisinos.br/categorias/188-noticias-2018/584987-etty-hillesum-a-jovem-que-encontrou-deus-durante-o-shoah) , nos conmueve su experiencia al aprender a arrodillarse. En una página fechada el 12 de octubre de 1942, señala que le gustaría ser "una gran oración" y relata su costumbre de arrodillarse siempre en un rincón especial de su habitación. En su autobiografía, [Simone Weil](https://ihu.unisinos.br/categorias/598888-simone-weil-na-danca-do-amor-a-distancia-e-a-separacao) también relata este aprendizaje, algo que ocurrió maravillosamente en su vida durante un viaje a Asís, **Italia** .

Volviendo a mi experiencia personal, además de cuidar el **ambiente de oración** , también presto atención a la **atmósfera de oración** . En mi caso, siempre tengo la costumbre de encender incienso durante cada momento de oración. Considero que esto es importante para enriquecer el ambiente. Y, por supuesto, también enciendo una vela de cera de abeja, con su aroma único.

También recurro al sonido. Siempre empiezo con la maraca, este fantástico acelerador de **energías espirituales** . Es la maraca lo que da inicio a todo. Luego viene la campana tibetana y, finalmente, el maravilloso sonido de un gran cuenco tibetano que adquirí en **Nepal** . Los sonidos que emite son como *upaya* , es decir, medios hábiles para apoyar la práctica de la oración.

Rodeado por el aroma del incienso y el sonido continuo del cuenco tibetano, me arrodillo en silencio. Es el momento de silencio de la gran oración. Permanezco allí unos minutos.

Luego me levanto y me siento en mi taburete para empezar a leer algunas oraciones. Comienzo con la apertura del ***Oficio de las Comunidades***(la apertura del día propicio). Después, leo el libro que organicé con mi amigo [Volney Berkenbrock](https://www.ihu.unisinos.br/categorias/43-oracoes-inter-religiosas-ilustradas/618561-busco-teu-nome-faustino-teixeira-volney-berkenbrock-na-oracao-inter-religiosa-desta-semana" \t "_blank) : ***Las Oraciones de la Humanidad*** . Leo una oración al día. Después, hago las lecturas bíblicas asignadas para el día.

A continuación, busco dar un paso importante en la *ecúmene* abrahámica . Comienzo leyendo, de pie, un pasaje del inicio del **Corán** (Fatiha – Corán 1:1-7), seguido de un extracto del **Shemá de Israel** (Dt 6:4-5). Concluyo con el **Padrenuestro y la Oración de Abandono** (Charles de Foucault – disponible en el libro *Oraciones de la Humanidad* (n.º 29, pág. 34).

Después de una breve pausa, digo la oración final, que es la **Bendición Irlandesa** ( *Oraciones de la Humanidad* – nº 20, pág. 28).

Después de un breve momento de silencio, repito el mismo circuito que antes, con el **Maracá** sonando y el sonido de las campanas.

Me arrodillo de nuevo hasta que la sala vuelve a quedar en silencio. Entonces me levanto, me acerco al gran **Buda** de bronce y, con las manos sobre su cabeza, recito mi mantra, tomado de las **Elegías de Duino** (n.º 7): «Estar aquí es esplendor». Dirijo entonces la mirada al crucifijo de **Claudio Pastro** , apago la vela y el incienso, y concluyo la oración.

<https://www.ihu.unisinos.br/655925-dicas-para-a-vida-de-oracao-artigo-de-faustino-teixera?utm_medium=email&utm_campaign=newsletter_ihu__18-08-2025&utm_source=RD+Station>