

RICARDO SADA

# Práctica de oración contemplativa



**PATMOS**  
LIBROS DE ESPIRITUALIDAD

RICARDO SADA FERNÁNDEZ  
PRÁCTICA DE ORACIÓN  
CONTEMPLATIVA

EDICIONES RIALP  
MADRID

© 2022 *by* RICARDO SADA FERNÁNDEZ  
© 2022 *by* EDICIONES RIALP, S.A.,  
Manuel Uribe 13-15, 28033 Madrid  
([www.rialp.com](http://www.rialp.com))

No está permitida la reproducción total o parcial de este libro, ni su tratamiento informático, ni la transmisión de ninguna forma o por cualquier medio, ya sea electrónico, mecánico, por fotocopias, por registro u otros métodos, sin el permiso previo y por escrito de los titulares del copyright. Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos, [www.cedro.org](http://www.cedro.org)) si necesita reproducir, fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra.

Preimpresión y realización eBook: [produccioneditorial.com](http://produccioneditorial.com)

ISBN (edición impresa): 978-84-321-6208-4

ISBN (edición digital): 978-84-321-6209-1

“En este esfuerzo por identificarse con Cristo, he distinguido como cuatro escalones: buscarle, encontrarle, tratarle, amarle... Buscadlo con hambre, buscadlo en vosotros mismos con todas vuestras fuerzas. Si obráis con este empeño, me atrevo a garantizar que ya lo habéis encontrado, y que habéis comenzado a tratarlo y a amarlo...”

(SAN JOSEMARÍA ESCRIVÁ,  
*Amigos de Dios*, n. 299)

# ÍNDICE

PORTADA

PORTADA INTERIOR

CRÉDITOS

CITA

PRÓLOGO

1. BUSCAR

2. ENCONTRAR

3. VER

4. COMUNICAR

5. AMAR

EPÍLOGO EL MEJOR DE LOS ORATORIOS POSIBLES

AUTOR

## PRÓLOGO

ESTE ESCRITO OFRECE una práctica de oración contemplativa. Hay muchos modos de abordar esta forma de orar y, por eso, si no te inspira la que aquí se ofrece, no tienes por qué seguirla. Busca otra, pero no te quedes sin intentarlo. La contemplación es la meta de la vida de oración, experiencia insoslayable en el proceso de identificación y transformación en Cristo por el amor.

Antes de continuar, recordemos brevemente en qué consiste la oración contemplativa. Nos lo facilita el *Catecismo de la Iglesia Católica*, sintetizando en tres grandes bloques los modos de orar:

1. La oración vocal (nn. 2700 a 2704).
2. La meditación (nn. 2705 a 2708).
3. La oración de contemplación (nn. 2709 a 2719).

En estas páginas ofrecemos recorridos por el *tercer modo*, es decir, prácticas de oración contemplativa. No agotaremos —ni mucho menos— este tercer modo, sino que mostraremos tan solo *maneras posibles de introducirnos en él*. Repito: si no te inspira, intenta alguna otra forma —en este modo de oración, o en alguno de los otros dos—. Puedes hacerlo con provecho apoyándote en los números del *Catecismo* antes citados.

De los tres modos de orar, el primero —oración vocal— consiste en emplear palabras fijas, fórmulas hechas. Podemos decirlas en voz alta, o solo por dentro. Este modo de orar incluye el Padrenuestro, el Avemaría, el Rosario, el *Via crucis*, y también la Misa, que es primordialmente una oración vocal. En todas esas prácticas nos dirigimos a Dios