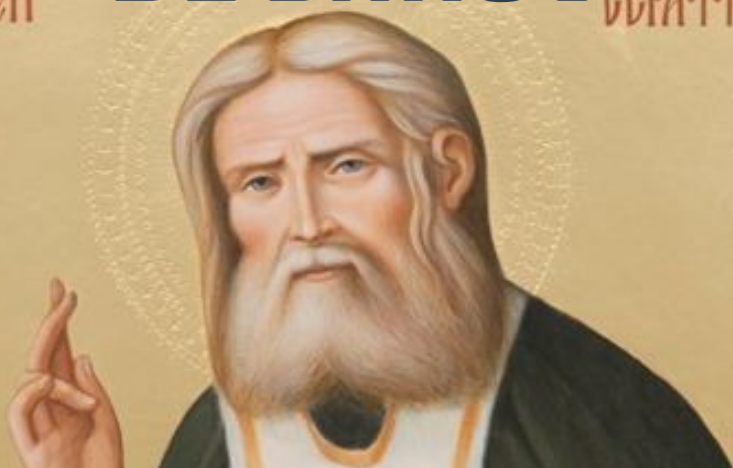


SAN SERAFÍN DE SAROV

ПРП

СЕРАФІМЪ



San Seraphim de Sarov.
Su vida y enseñanzas

San Seraphim de Sarov. Su vida y enseñanzas

San Serafín de Sarov su vida y enseñanzas

Obispo Alejandro (Mileant).

Traducido por Dra. Elena Ancibor

Contenido: La vida de san Serafín. Sus enseñanzas sobre distintos temas, extraídos de sus sermones.

La vida del Santo

San Seraphim de Sarov. Su vida y enseñanzas

San Serafín nació en el año 1759, con el nombre de Prójor Moshnin en la ciudad Kursk en una familia de comerciantes. Cuando tenía 10 años se enfermó gravemente y en un sueño se le apareció la Madre de Dios, que prometió sanarlo. Pocos días después en Kursk se hizo una procesión con el icono milagroso de Nuestra Señora de Kursk. Debido al mal tiempo la procesión tomó un camino más corto que pasaba cerca de la casa de los Moshnin. Después de que la madre de Prójor haya apoyado el icono sobre la cabeza de su hijo enfermo, éste se empezó a curar rápidamente. Durante su adolescencia, el muchacho tenía que ayudar a sus padres en el negocio, pero el comercio no lo atraía. El joven gustaba leer vidas de santos, ir a la iglesia y orar en soledad.

A 18 años Prójor decidió hacerse monje. Su madre lo bendijo con un gran crucifijo de bronce, que el santo empezó a llevar siempre sobre su hábito. San Serafín entró en el convento de Sarov como novicio.

San Seraphim de Sarov. Su vida y enseñanzas



San Seraphim de Sarov. Su vida y enseñanzas

Desde su primer día en el convento, su vida se destacó por una extraordinaria moderación en la comida y en el sueño. Esto constituyó una característica de toda su vida. Comía poco y sólo una vez por día. Los miércoles y los viernes directamente se abstenía de comer. Después de pedirle la bendición a su starez, empezó a irse a menudo al bosque para orar y pensar en Dios. Poco después se enfermó gravemente de nuevo y por tres años tuvo que permanecer acostado la mayor parte del tiempo.

Y de nuevo lo sanó la Santísima Virgen María, Quien se le apareció, acompañada de algunos santos. Luego Ella señaló al enfermo y le dijo al apóstol Juan el Teólogo: "Este es de nuestra especie." Luego tocó con Su cetro el costado del enfermo y lo sanó.

San Seraphim de Sarov. Su vida y enseñanzas

Su consagración monástica, con el nombre de Serafín, tuvo lugar en el año 1786 (a los 27 años). El nombre Serafín en hebreo significa "ardiente, lleno de fuego." Poco después fue consagrado como hierodiácono (diácono monje). Él justificaba su nombre con sus ardientes oraciones y pasaba todo el tiempo (salvo mínimos descansos) en el templo. Durante estos esfuerzos de oraciones y servicios religiosos, san Serafín fue honrado de ver a ángeles, que cantaban y cooficiaban en el templo. Un Jueves Santo, durante la Liturgia él contempló al Mismo Señor Jesucristo en la forma de Hijo de Hombre, Quien entraba en el templo junto con huestes celestiales y bendecía a los fieles que oraban. Paralizado por esta visión el santo no pudo hablar por mucho tiempo.

San Seraphim de Sarov. Su vida y enseñanzas

En el año 1793, san Serafín fue consagrado hieromonje (monje sacerdote) y por el transcurso de un año ofició Misa y tomó la Comunión todos los días. Luego san Serafín comenzó a alejarse a su "lejano desierto," en la profundidad del bosque, a 5 kilómetros del monasterio de Sarov. Llegó ahí a un gran perfeccionamiento espiritual. Animales salvajes como osos, liebres, lobos, zorros y otros venían a la morada del ermitaño. Una monja anciana, Matrona Pleshcheev del monasterio de Diveevo, vio personalmente como san Serafín alimentaba con sus manos a un oso que se le acercó. "El rostro del starez en aquel momento era luminoso y radiante como el de un Ángel" - contaba ella. Mientras vivía en su ermita del bosque, san Serafín fue duramente atacado por unos ladrones. Siendo físicamente fuerte y con un hacha en las manos, san Serafín no se defendió. Ellos reclamaban dinero, pero él puso su hacha en la tierra, cruzó los brazos sobre su pecho y se entregó mansamente. Ellos lo empezaron a golpear en la cabeza con la madera de su propia hacha hasta que la sangre empezó a correr de su boca y oídos y cayó desmayado

San Seraphim de Sarov. Su vida y enseñanzas

Ellos continuaron golpeándolo con un tronco, lo pisaban y lo arrastraban por el suelo. Recién al creerlo muerto lo dejaron. El único tesoro que los bandidos encontraron en su celda era el icono de Nuestra Señora del Enternecimiento (Umilenie), ante el cual él siempre oraba. Cuando estos malhechores fueron prendidos y juzgados, el santo intercedió por ellos ante el juez. Después de los golpes recibidos, san Serafín quedó encorvado para toda su vida.

Poco después san Serafín comenzó un periodo en el que empezó a pasar los días rezando sobre una piedra cerca de su ermita y las noches en lo espeso del bosque. Él rezaba casi sin interrupción con los brazos levantados hacia el cielo. Esta hazaña espiritual la llevó a cabo por mil días.

San Seraphim de Sarov. Su vida y enseñanzas

Al final de su vida, tras una visión especial de la Madre de Dios, san Serafín asumió la tarea de ser starez y empezó a atender a todos los que venían buscando su consejo y dirección espiritual. Miles de visitantes de diferentes clases sociales venían a verlo y él los enriquecía con sus tesoros espirituales adquiridos durante muchos años de trabajo. Todos lo veían alegre, manso, cordial, meditabundo y con el alma abierta. A la gente le decía, a modo de saludo, "Alegría mía." A muchos aconsejaba: "Busca lograr tener el espíritu en paz y miles se salvaran a tu alrededor." Saludaba a todos sus visitantes, inclinándose hasta el suelo, los bendecía y les besaba las manos. No hacía falta contarle las preocupaciones pues el starez sabía lo que cada persona tenía en su alma. También decía: "Ser alegre no es un pecado, pues la alegría aleja el cansancio, que causa el desaliento, y esto es lo peor."

San Seraphim de Sarov. Su vida y enseñanzas

A un monje le decía una vez: "Si tú supieras que alegría, que dulzura espera al alma del justo en el cielo, aceptarías todas las penas, las persecuciones y las calumnias agradecido. Hasta si esta misma celda estuviera llena de gusanos y estos comieran nuestro cuerpo durante toda la vida, uno debería aceptar todo esto con ganas, para no ser privado de la alegría celestial que preparó Dios para los que Lo aman."

Motovilov, un discípulo cercano y venerador de san Serafín, fue testigo de la milagrosa transfiguración de su rostro. Esto paso en el bosque durante el sombrío invierno. Era un día nublado, Motovilov estaba sentado sobre un tronco y san Serafín se encontraba frente a él en cucullas y hablaba sobre el sentido de la vida cristiana y explicaba para que vivimos nosotros, los cristianos, en la tierra:

"Es necesario, que el Espíritu Santo entre en el corazón. Todo lo bueno que hacemos por Cristo nos da al Espíritu Santo, pero sobre todo la oración, que está siempre a nuestro alcance."

San Seraphim de Sarov. Su vida y enseñanzas

"Padre - le contestó Motovilov - ¿cómo puedo ver yo la Gracia del Espíritu Santo y saber si esta conmigo o no?" San Serafín le dio ejemplos de la vida de santos y apóstoles, pero Motovilov seguía sin entender. Entonces el starez lo tomó fuerte del hombro y le dijo: "Ambos estamos ahora en el Espíritu de Dios." Motovilov sintió como que se le abrieron los ojos y vio que el rostro del santo era más luminoso que el sol. En su corazón Motovilov sentía alegría y la silencio, su cuerpo percibía un calor como si fuera verano y alrededor de ambos se sentía un perfume agradable. Motovilov se asustó por este cambio milagroso, principalmente por la luminosidad del rostro del Santo Pero san Serafín le dijo: "No tema, padre, Usted no podría ni siquiera verme, de no estar también en la plenitud del Espíritu Santo. Agradézcale al Señor por Su benevolencia hacia nosotros."

Así Motovilov entendió con su mente y corazón lo que significa el descenso del Espíritu Santo y como transforma Él a un hombre.

San Seraphim de Sarov. Su vida y enseñanzas

La Iglesia recuerda a San Serafín el primero de agosto y el 15 de enero (19 de julio y 2 de enero según el calendario eclesiástico, el juliano).

Las enseñanzas

de San Serafín

Contenido: Sobre Dios. Las causas de la venida de Cristo. La fe. La esperanza. El amor a Dios. El amor al prójimo. La misericordia. No juzgar, perdonar las ofensas. La penitencia. El ayuno. La paciencia y la humildad. Las enfermedades. La paz del alma. Las hazañas espirituales. La pureza del corazón. Como reconocer los movimientos del corazón. La excesiva preocupación por lo mundano. La tristeza. La vida activa y la contemplativa. La luz de Cristo. La adquisición del Espíritu Santo.

Sobre Dios

San Seraphim de Sarov. Su vida y enseñanzas

Dios es el fuego que calienta e inflama a los corazones y las entrañas. Por eso si sentimos frío en nuestros corazones, éste proviene del diablo (porque él es frío); llamemos al Señor y Él vendrá y calentará nuestro corazón con un amor perfecto, no solo hacia Él, sino también hacia nuestros prójimos. Y por el calor de Su rostro huirá el frío del que odia el bien.

Donde está Dios no hay mal. Todo lo que proviene de Dios es útil, trae paz y lleva al hombre a condenar sus defectos y a ser humilde.

Dios demuestra Su amor a los hombres no solo cuando hacemos el bien, sino también cuando Lo ofendemos con nuestros pecados. ¡Con qué enorme paciencia soporta Él nuestras faltas! Y cuando nos castiga, ¡con qué misericordia lo hace! El beato Isaac dice: "No llames Justo a Dios, porque en tus hechos no se ve Su justicia. Es verdad que David Lo llamaba justo y derecho, pero el Hijo de Dios nos hizo ver que Dios es aún más benigno y misericordioso. ¿Dónde esta Su justicia? Fuimos pecadores y Cristo murió por nosotros" (san Isaac el Sirio, discurso 90).

Las causas de la venida de Cristo:

San Seraphim de Sarov. Su vida y enseñanzas

- el amor de Dios al género humano "*De tal manera amó Dios al mundo, que ha dado a Su Hijo Unigénito*" (Jn. 3:16).
- Restablecimiento en el hombre caído de la imagen y semejanza Divinas.
- La salvación de las almas humanas: "*Porque no envió Dios a Su Hijo al mundo para condenar al mundo, sino para que el mundo sea salvado por Él*" (Jn. 3:17).

Nosotros, en concordancia con los objetivos de Nuestro Salvador, debemos vivir de acuerdo a Su Divina enseñanza, para salvar con esto nuestras almas.

La fe

Según dice San Antíoco, la fe es el comienzo de nuestra unión con Dios: el creyente verdadero es una piedra del templo Divino, preparado para el edificio de Dios Padre, elevado a la altura con la fuerza de Jesucristo, o sea, con Su cruz y con la ayuda de la Gracia del Espíritu Santo.

San Seraphim de Sarov. Su vida y enseñanzas

"La fe sin obras es muerta" (Jac. 2:26). Obras de la fe son: el amor, la paz, la paciencia, la benevolencia, la humildad, llevar la cruz y vivir espiritualmente. La fe verdadera no puede quedar sin obras buenas. Quien cree sinceramente, invariablemente hace también obras de bien.

La Esperanza

Todos, los que tienen una firme esperanza en Dios, se elevan a Él y se iluminan con el resplandor de la luz eterna.

San Seraphim de Sarov. Su vida y enseñanzas

Si el hombre no se ocupa demasiado de sí mismo por el amor a Dios y para las obras de virtud sabiendo que Dios se ocupa de él, entonces su esperanza es verdadera y sabia. En cambio, si el hombre confía solamente en sí mismo y sus actos y se dirige a Dios solo cuando tiene grandes e inesperadas dificultades y solo cuando ve la insuficiencia de sus medios empieza a confiar en la ayuda de Dios, entonces tal esperanza es vana y falsa. La verdadera esperanza busca sólo al Reino de Dios y está segura de que todo lo necesario para la vida temporal le será dado siempre. El corazón no puede tener paz hasta que logre tal esperanza. Ella es la que lo apacigua totalmente y le da alegría. Sobre este tipo de esperanza dijo nuestro Salvador: *"Venid a Mí todos los que estáis trabajados y cargados, y Yo os haré descansar"* (Mt. 11:28).

El amor a Dios

Aquel que logra un perfecto amor a Dios vive esta existencia como si no perteneciera a este mundo. Ya que él se siente extraño para lo visible y espera con paciencia lo invisible. El se cambió por entero en el amor a Dios y dejó todos sus vínculos mundanos.

San Seraphim de Sarov. Su vida y enseñanzas

El que ama realmente a Dios con todo su ser, se considera como peregrino y extranjero en esta tierra ya que ve sólo a Dios debido a su tendencia a buscarlo.

La preocupación por el alma. El cuerpo del hombre se parece a una vela prendida. La vela debe quemarse y el hombre debe morir. Pero su alma es inmortal y por esto nuestra preocupación debe ser mayor por el alma que por el cuerpo: *"¿Qué aprovechara al hombre, si ganare todo el mundo, y perdiera su alma? O ¿qué recompensa dará el hombre por su alma?"* (Mt. 16:26), por la cual nada en el mundo puede servir de recompensa. Si un alma, por sí sola, es más preciosa que todo el mundo y el reino terrenal, entonces, es sin duda más precioso el Reino de los Cielos. Consideramos el alma como lo más valioso porque - como dice san Macario el Grande - Dios no se dignó a comunicarse ni a unirse con Su naturaleza espiritual a ninguna criatura visible, a excepción del hombre, al cual ama más que a todas Sus criaturas.

Amor al prójimo

San Seraphim de Sarov. Su vida y enseñanzas

A los prójimos hay que tratarlos amablemente, no hay que mostrar nunca ni siquiera disgusto, aún si nos ofenden. Si nos alejamos de alguien o lo ofendemos, sentimos como una piedra sobre nuestro corazón. Hay que animar el espíritu de un hombre triste o abatido con palabras de amor. Cuando vez a tu hermano pecando - cúbrelo, como aconseja san Isaac el sirio: "Extiende tu capa sobre el pecador y cúbrelo."

Con respecto a nuestros prójimos, debemos ser puros de palabra y pensamiento y tratarlos a todos por igual; si no convertiremos nuestra vida en algo inútil. Hay que saber amar al prójimo no menos, que a nosotros mismos, según el mandamiento del Señor: *"Amarás a tu prójimo como a ti mismo"* (Lc. 10:27). Pero no de manera tal que el amor al prójimo exceda los límites y nos aleje del cumplimiento del primer y más importante mandamiento: el de amar a Dios. El mismo Señor nos enseña: *"El que ama a padre o madre mas que a mí, no es digno de Mí; el que ama a hijo o hija mas que a mí, no es digno de Mí"* (Mt. 10:37).

La misericordia

San Seraphim de Sarov. Su vida y enseñanzas

Hay que ser misericordioso hacia los pobres y los peregrinos; sobre esto se preocupaban mucho los Padres y las grandes luminarias de la Iglesia. Con respecto a esta virtud tenemos tratar, por todos los medios, de cumplir los siguientes mandamientos de Dios: *"Sed misericordiosos, como también vuestro Padre es misericordioso"* y *"Misericordia quiero, y no sacrificio"* (Lc. 6:36; Mt. 9:13). Los sabios escuchan estas palabras salvadoras y los necios no las escuchan; por eso la recompensa no será igual, como fue dicho: *"El que siembra escasamente, también segara escasamente; y el que siembra generosamente, generosamente también segara"* (2 Cor. 9:6).

Que el ejemplo de Pedro Dador de pan, quien por un pedazo de pan ofrecido a un mendigo, recibió el perdón de todos sus pecados (lo que le fue mostrado en una visión), nos inspire a ser misericordiosos con los prójimos, ya que incluso una pequeña limosna ayuda mucho a obtener el Reino de Dios.

San Seraphim de Sarov. Su vida y enseñanzas

Hay que ofrecer la limosna con buena disposición del alma; como dice san Isaac el Sirio: "Si das algo a quien te lo pide, que la alegría de tu rostro preceda a tu dádiva y con palabras benignas consuela su pena."

No juzgar y perdonar las ofensas

No se debe juzgar a nadie, incluso aunque hayas visto con tus propios ojos sus pecados y sus transgresiones a los mandamientos de Dios. Como dice la palabra Divina: *"No juzguéis, para que no seáis juzgados"* (Mt. 7:1). *"¿Tu quién eres, que juzgas al criado ajeno? Para su propio Señor esta en pie, o cae; pero estará firme, porque poderoso es el Señor para hacerle estar firme"* (Rom. 14:4). Es mucho mejor recordar las palabras del Apóstol: *"El que piensa estar firme, mire que no caiga"* (1 Cor. 10:12).

San Seraphim de Sarov. Su vida y enseñanzas

No hay que sentir ni odio ni ira a una persona que está enemistada con nosotros, por el contrario hay que amarlo y tratar de hacerle tanto bien como nos sea posible, como Dios nos enseña: *"Amad a vuestros enemigos... haced bien a los que os aborrecen"* (Mt. 5:44). Si tratamos con todas nuestras fuerzas de cumplir este mandamiento podemos tener la esperanza de que la luz Divina brille en nuestros corazones, que nos ilumine el camino hacia el Jerusalén Celestial.

San Seraphim de Sarov. Su vida y enseñanzas

¿Por qué acusamos a nuestros prójimos? Es porque no tratamos de conocernos a nosotros mismos. Quien esta ocupado en conocerse a sí mismo no tiene tiempo para criticar las faltas de los demás.

Júzgate a ti mismo - y dejaras a juzgar a los demás. Condena la mala acción, pero no a aquel que la comete. Asimismo hay que considerarse como el peor de los pecadores y perdonar cualquier acción mala del prójimo. Hay que odiar únicamente al diablo pues éste fue quien lo sedujo. Además una acción del prójimo puede parecernos mala pero ser en realidad una buena obra por sus buenas intenciones. Por otro lado la puerta de la penitencia está abierta para todos y no se puede saber quien entrará primero por ella: si tú, quien acusa o el juzgado por ti.

La penitencia

San Seraphim de Sarov. Su vida y enseñanzas

El que desea salvarse, debe tener su corazón siempre dispuesto al arrepentimiento y la contrición: *"Los sacrificios de Dios son el espíritu quebrantado; al corazón contrito y humillado no despreciaras tu, oh Dios"* (Sal. 51:17). Con el espíritu humilde, el hombre puede evitar con facilidad todas las trampas astutas del diablo, quien se esfuerza a alterar el espíritu del hombre y sembrar sus cizañas, según las palabras Evangélicas: *"¿Señor, no sembraste buena semilla en tu campo? ¿De dónde, pues, tiene cizaña? Él les dijo: Un enemigo ha hecho esto"* (Mt. 13:27-28). Cuando el hombre trata de tener el corazón humilde y guarda paz en sus pensamientos, todas las maquinaciones del enemigo son vanas. Ya que donde hay paz en los pensamientos reposa el mismo Dios; se dijo: en la paz esta Su lugar (Sal.76:2).

Nosotros, durante toda la vida, ofendemos la grandeza Divina con nuestras caídas en pecado; por eso debemos pedirle con humildad perdón al Señor por nuestros pecados.

El ayuno

San Seraphim de Sarov. Su vida y enseñanzas

Nuestro Señor Jesucristo, Jefe de las hazañas espirituales y Salvador Nuestro, antes de empezar la hazaña de la redención del genero humano, se fortificó con un prolongado ayuno. Todos los ascetas antes de comenzar a trabajar para el Señor, se armaban con ayunos y sólo en ayuno empezaban el camino de la cruz. Sus progresos en el ascetismo medían con sus éxitos en el ayuno.

Con todo esto, los santos ascetas sorprendían a todos al no conocer la debilidad, siempre permanecían briosos, fuertes y listos para la acción. Las enfermedades entre ellos eran muy raras y sus vidas eran muy prolongadas.

San Seraphim de Sarov. Su vida y enseñanzas

Mientras el cuerpo del ayunante se vuelve ligero y más delgado, la vida espiritual se perfecciona y se muestra en fenómenos sobrenaturales. Entonces el espíritu actúa como en un cuerpo incorpóreo. Los sentidos externos se cierran y la mente, apartándose de lo terrenal, se eleva hacia el cielo y se sumerge completamente en la contemplación del mundo espiritual. Pero no todos pueden seguir esta regla muy severa de contención en todo y de privación de todo lo que puede servir para aliviar las dolencias. *"El que sea capaz de recibir esto, que lo reciba"* (Mt. 19:12).

Se debe ingerir una cantidad de comida para que el cuerpo se fortifique y sea un ayudante y amigo del alma en hacer el bien; en caso contrario un cuerpo debilitado puede debilitar el alma. Los días miércoles y viernes, especialmente durante las cuatro abstinencias anuales, sigue el ejemplo de los Padres y come una sola vez por día y el Ángel del Señor estará siempre contigo.

La paciencia y la humildad

San Seraphim de Sarov. Su vida y enseñanzas

Siempre hay que soportar todo lo que pasa y recibirlo como enviado por Dios y con agradecimiento. Nuestra vida es un minuto en comparación con la eternidad. Por esto, como dice el apóstol: *"las aflicciones del tiempo presente no son comparables con la gloria venidera que en nosotros ha de manifestarse"* (Rom. 8:18).

Soporta en silencio cuando te ofende un enemigo y sólo al Señor abre en ese caso tu corazón. Al que te humilla o denigra tu honor, trata por todos los medios de perdonarlo con todo tu corazón, según la palabra Evangélica: *"Al que tome lo que es tuyo, no pidas que te lo devuelva"* (Luc. 6:30).

Cuando la gente nos insulta, debemos considerarnos indignos de halagos y debemos pensar que si fuéramos dignos, todos nos respetarían. Debemos siempre portarnos humildemente con todos los hombres, como nos dice san Isaac el Sirio: " Sé humilde y veras la Gloria de Dios en ti."

Las enfermedades

San Seraphim de Sarov. Su vida y enseñanzas

El cuerpo es el esclavo del alma, que es la reina. Por eso, ocurre a menudo que por la misericordia Divina nuestro cuerpo se debilita con enfermedades y con ellas nuestros vicios pierden fuerza y el hombre vuelve en sí. Además la misma enfermedad corporal puede ser consecuencia de nuestras pasiones y nuestros vicios. A quien soporta la enfermedad con paciencia y agradecimiento la enfermedad se le computa como una hazaña espiritual o incluso más que esto.

Un monje anciano, que sufría de hidropesía, decía a los hermanos, que lo venían a curar: "Padres oren para que mi alma no sufra de semejante enfermedad. Ruego a Dios que no me libere de mi actual dolencia de repente ya que mientras mi persona externa se consume, el hombre interno se renueva" (2Cor 4:16).

La paz del alma

San Seraphim de Sarov. Su vida y enseñanzas

La paz del alma se logra sufriendo penas. Las Escrituras dicen:

"Pasamos por el fuego y por el agua, y nos sacaste a abundancia"

(Sal. 66:12). Para los que desean complacer a Dios, el camino transcurre a través de muchas penas. ¿Cómo podemos alabar a los santos mártires por sus sufrimientos que pasaron por Dios si no sabemos siquiera aguantar una fiebre?

Para lograr la paz interna nada es mejor a permanecer en silencio, preferentemente conversando consigo mismo y muy poco con los demás. Es señal de vida espiritual cuando una persona penetra en su mundo interior y trabaja secretamente en su corazón.

Esta paz, como un tesoro invaluable, dejó nuestro Señor Jesucristo a sus discípulos antes de Su muerte, diciendo: *"La paz os dejo, Mi paz os doy"* (Jn. 14:27). También el apóstol lo dice: *"La paz de Dios, que sobrepasa todo entendimiento, guardará vuestros corazones y vuestros pensamientos en Cristo Jesús"* (Filip. 4:7). *"Seguid la paz con todos, y la santidad, sin la cual nadie verá al Señor"* (Heb. 12:14).

San Seraphim de Sarov. Su vida y enseñanzas

Por ello debemos dirigir todos nuestros pensamientos, deseos y actos para el recibimiento de la paz Divina y siempre clamar con la Iglesia:

"Señor Dios nuestro, Tu nos darás paz" (Is. 26:12).

Es necesario, por todos los medios, tratar de conservar la paz del alma y no indignarse por las ofensas de otra gente. Para eso es menester evitar la ira y con atención proteger la mente y el corazón de vacilaciones incorrectas.

Las ofensas hay que soportarlas con indulgencia y aprender a tomarlas como si no nos afectaran. Este ejercicio puede darle la calma a nuestro corazón y hacerlo morada del Mismo Dios.

Vemos un ejemplo de tal ausencia de ira en la vida de san Gregorio el Milagroso. Una ramera le exigía públicamente que le pagara por un supuesto pecado cometido con ella. Él no se enojó con ella y le dijo mansamente a su amigo: " Dale enseguida el precio que ella exige." La mujer, tan pronto recibió el pago injusto, se tornó poseída por un demonio. Entonces el Santo, con oraciones, expulsó al demonio de ella.

San Seraphim de Sarov. Su vida y enseñanzas

Si es imposible evitar indignarse, como mínimo hay que detener la lengua, según la palabra del rey David: *"Estaba yo quebrantado, y no hablaba"* (Sal. 77:4).

Podemos seguir en este caso los ejemplos de san Spiridón de Trimifun y de san Efremo el Sirio. El primero soportó una ofensa así: una vez, tras ser llamado por el rey de Grecia, quería entrar en el palacio y uno de los servidores, tomándolo por un mendigo, no lo dejaba entrar, se reía de él y hasta lo abofeteó. San Spiridón que era manso, le presentó la otra mejilla, como indica el Evangelio (Mt. 5:39). San Efremo, que vivía en el desierto, se quedó sin comida una vez cuando su discípulo rompió sin querer por el camino la vasija que la contenía. El santo, viéndolo muy triste, le dijo: "No te aflijas, hermano, si la comida no quiso llegar a nosotros, iremos hacia ella." Y el santo fue, se sentó al lado de la vasija rota y comió lo que se había caído. ¡Hasta tal punto era su mansedumbre y su falta de ira!

San Seraphim de Sarov. Su vida y enseñanzas

Para mantener la paz del alma, hay que apartar de uno la tristeza y tratar de tener el espíritu alegre, según la palabra del sabio Sirah: *"La tristeza mató a muchos y no hay utilidad en ella"* (Sir. 30:25).

Para conservar la paz del alma hay que evitar también criticar a la gente. Con el silencio y la condescendencia hacia el hermano se conserva la paz del alma. Encontrándose en este estado es posible recibir revelaciones Divinas.

Para no caer en la condenación de los prójimos, no hay que aceptar malos comentarios de nadie, estar como muerto para esos dichos y escuchar nuestro interior.

Para la paz espiritual hay que entrar en sí mismo más a menudo y preguntarse: ¿Dónde estoy? Además hay que estar atento para que los sentidos corporales, sobre todo la vista, sirvan al hombre interno y no lo distraigan con objetos sensuales o sensoriales. Hay que recordar que los dones de gracia lo reciben solamente aquellos que trabajan internamente y cuidan sus almas.

Las hazañas espirituales

San Seraphim de Sarov. Su vida y enseñanzas

A los discípulos que trataban de hacer hazañas excesivas, san Serafín les decía, que soportar mansamente y sin quejas las ofensas son nuestras pesadas cadenas y pesas y nuestra vestimenta pesada hecha de áspero material (que algunos monjes usaban para dominar su cuerpo).

No hay que emprender hazañas desmedidas y hay que tratar de que nuestro cuerpo nos sea fiel y nos ayude en ser virtuosos. No hay que desviarse ni a la derecha, ni a la izquierda, tomando el camino del medio (Sabid. 4:27), dándole al espíritu lo espiritual y al cuerpo lo corporal, lo necesario para mantener nuestra vida temporal. Tampoco hay que negarle a la vida social lo que ella exige, como dicen las Sagradas Escrituras: *"Dad al Cesar lo que es de Cesar, y a Dios lo que es de Dios"* (Mt. 22:21).

Hay que ser condescendiente con nuestra alma por sus debilidades e imperfecciones y soportar sus fallas, así como las de nuestros prójimos; pero no podemos tornarnos perezosos y debemos obligarnos permanentemente a mejorar.

San Seraphim de Sarov. Su vida y enseñanzas

Si comiste de más o hiciste otra cosa por debilidad humana, no te turbes y no le agregues mal al mal, sino con empeño trata de corregirte y guardar la paz del alma, como dijo el apóstol:

"Bienaventurada el que no se condena a sí mismo en lo que aprueba"
(Rom. 14:22). El mismo sentido tienen las palabras del Salvador: *"Si no os volvéis y os hacéis como niños, no entrareis en el Reino de los Cielos"* (Mt. 18:3).

Cualquier éxito lo debemos atribuir al Señor y decir con el profeta: *"No a nosotros, no a nosotros Señor, si no a Tu nombre de la Gloria"* (Sal. 115).

La pureza del corazón

Tenemos que proteger siempre nuestro corazón de pensamientos e impresiones indecentes, como dice el autor de las Parábolas: *"Sobre toda cosa guardada, guarda tu corazón; porque de él mana la vida"* (Prov. 4:23).

San Seraphim de Sarov. Su vida y enseñanzas

De una larga protección del corazón, nace en éste la pureza, para la cual es accesible ver al Señor, según la afirmación de la Verdad eterna: *"Bienaventurados los de limpio corazón, porque ellos verán a Dios"* (Mt. 5:8).

Lo mejor que tenemos en el corazón no lo debemos mostrar sin necesidad, ya que lo obtenido sólo está a salvo de los enemigos visibles e invisibles cuando es conservado como tesoro en el fondo del corazón. No le descubras a todos los secretos de tu corazón.

Como reconocer los movimientos del corazón

Cuando el hombre recibe algo Divino se alegra en su corazón; en cambio cuando recibe algo diabólico, se siente confundido y turbado.

San Seraphim de Sarov. Su vida y enseñanzas

Cuando el corazón del cristiano recibe algo Divino no necesita confirmar por otro medio que esto proviene del Señor; se convence solo de que proviene del Señor ya que siente en sí los frutos espirituales: *"amor, gozo, paz, paciencia, benignidad, bondad, fe, mansedumbre, templanza"* (Gal. 5:22-23). En cambio el corazón por el diablo, aunque se disfrace de Ángel de luz (2 Cor. 11:14) o presente pensamientos de la mejor apariencia, siempre sentirá algo incierto, inquietud en los pensamientos y confusión de los sentidos.

El diablo, que *"como un león, se esconde en su cueva"* (Sal. 10:9), en secreto pone sus redes de pensamientos sucios e indecentes. Apenas los notamos, debemos destruirlos con la oración y pensamientos piadosos.

Necesitamos una gran atención y esfuerzos para que durante el canto de los salmos, nuestra mente este de acuerdo con el corazón y la boca y para que en nuestra oración no se mezclen malos olores con el incienso. Dios rechaza al corazón con pensamientos impuros.

San Seraphim de Sarov. Su vida y enseñanzas

Durante día y noche, siempre, con lagrimas, acudamos a la misericordia Divina, para que Él purifique nuestros corazones de cualquier pensamiento malo, para poder ofrecerle dignamente los dones de nuestro servicio. Hacemos bien cuando no aceptamos pensamientos malos inducidos por el diablo.

El espíritu impuro tiene influencia fuerte solo sobre los apasionados, a los purificados de pasiones los toca solo en forma parcial o externa. Una persona joven no puede no turbarse por pensamientos corporales. Pero él debe rezar al Señor Dios para que se apague el fuego de pasiones viciosas desde el principio. Entonces la llama no se fortalecerá.

La excesiva preocupación por lo mundano

San Seraphim de Sarov. Su vida y enseñanzas

La preocupación excesiva por las cosas de la vida es característica para un hombre no creyente y pusilánime. ¡Y pobre de nosotros, si pensando en nosotros mismos, no depositamos la esperanza en Dios, que se preocupa de nosotros! Si los bienes visibles que usamos en el presente no se lo atribuimos a Él, ¿cómo podemos esperar de Él los bienes prometidos para el futuro? No seamos así poco creyentes y busquemos mejor en primer término al Reino de Dios y todas estas cosas nos serán añadidas, según la palabra del Salvador (Mt. 6:33).

La tristeza

San Seraphim de Sarov. Su vida y enseñanzas

Cuando el espíritu malo de la tristeza se apodera del alma, la llena de amargura y desagrado, no le deja orar con la dedicación necesaria, dificulta la lectura de escritos espirituales, la priva de bondad, mansedumbre y buen humor en las relaciones con la gente y rechaza toda conversación. Porque el alma, llena de tristeza, se vuelve como alienada y exaltada, no puede recibir con tranquilidad ningún consejo bueno, ni contestar mansamente a las preguntas. Ella huye de la gente, como si fueron ellos los causantes de su estado y no entiende que su enfermedad es interna. La tristeza es un gusano en el corazón, que roe a su propia madre.

Quien venció a sus pasiones también venció a la tristeza. En cambio, el vencido por las pasiones no evitara la tristeza. Como un enfermo se distingue por el color de su rostro, el poseído por una pasión se manifiesta por la tristeza. Quien ama al mundo no puede evitar la tristeza. El que desprecia el mundo está alegre siempre. Así como el fuego purifica al oro, la tristeza por Dios (el arrepentimiento) purifica al corazón pecador.

La vida activa y la contemplativa

San Seraphim de Sarov. Su vida y enseñanzas

El hombre consta de alma y cuerpo y por eso su camino de vida debe comprender las acciones corporales y las del alma, de vidas activa y contemplativa.

La vida activa está compuesta por el ayuno, la contención, la vigilia, la oración, el arrodillamiento y otros esfuerzos corporales, que constituyen un camino estrecho y penoso de sacrificios, que lleva a la vida eterna, según el Evangelio (Mt. 7:14).

La vida contemplativa incluye el direccionamiento de la mente hacia Dios, el corazón atento, la oración concentrada, con lo que se llega a la contemplación de objetos espirituales.

El que desea tener una vida espiritual, debe empezar por la vida activa, porque sin la vida activa no podrá entrar en la vida contemplativa.

San Seraphim de Sarov. Su vida y enseñanzas

La vida activa sirve para purificarnos de las pasiones viciosas y nos eleva a un escalón de una perfección de acción, que nos abre el camino a la vida contemplativa. Solamente los purificados de pasiones y perfectos pueden acercarse a esta otra vida (la contemplativa), como se ve de la Sagrada Escritura:

"Bienaventurados los de limpio corazón, porque ellos verán a Dios"

(Mt. 5:8) y de las palabras de san Gregorio el Teólogo: "Hacia la contemplación pueden acercarse, sin peligro, solo los perfectos, por su experiencia."

Si no tenemos un maestro para dirigirnos a la vida contemplativa, hay que guiarse por las Sagradas Escrituras, ya que el mismo Señor Jesucristo nos ordena aprender de Ellas: *"Escudriñad las Escrituras; porque a vosotros les parece que en ellas tenéis la vida eterna"* (Jn. 5:39).

No se debe dejar la vida activa ni siquiera después de haber tenido tanto éxito y haber llegado a la contemplativa porque ésta es ayudada y enaltecida por la vida activa.

La luz de Cristo

San Seraphim de Sarov. Su vida y enseñanzas

Para recibir y sentir en el corazón la luz de Cristo, hay que alejarse lo más posible de las acciones visibles. Luego de purificar el alma con la penitencia y obras de bien, y con una fe sincera en el Crucificado, cerrando los ojos, hay que sumergir la mente en el interior del corazón, clamar y llamar, sin cesar, el nombre de nuestro Señor Jesucristo. Entonces, en la medida del esfuerzo y del ardor del espíritu hacia el Bienamado (Luc. 3:22), el hombre encuentra en el nombre invocado una dulzura que provoca sed de conocimiento superior.

Cuando el hombre internamente ve la luz eterna su mente se torna limpia y libre de imágenes sensoriales. Estando todo concentrado en la admiración de la belleza no creada, olvida todo lo sensorial, no se quiere ver tampoco a sí mismo, quiere esconderse en el núcleo de la tierra, solo para no perder a este verdadero Bien: a Dios.

La adquisición del Espíritu Santo

(Extraído de las conversaciones con Motovilov).

San Seraphim de Sarov. Su vida y enseñanzas

La verdadera finalidad de nuestra vida cristiana consiste en la adquisición del Espíritu Santo de Dios. El ayuno, la vigilia, la oración, la limosna y toda obra de bien, hecha en nombre de Cristo, son medios para recibir el Divino Espíritu Santo. Sólo las obras de bien hechas por Cristo nos traen los frutos del Espíritu Santo.

San Seraphim de Sarov. Su vida y enseñanzas

Algunos dicen que la escasez de aceite en las lámparas de las vírgenes insensatas hace referencia a la escasez de virtudes (parábola de las diez vírgenes, Mt. 25:1-12). Esta interpretación no es del todo correcta. ¿Tienen ellas falta de virtudes si, a pesar de ser nominadas insensatas, son llamadas vírgenes ? La virginidad es una virtud altísima, como un estado similar al angelical y podría por sí sola suplir a otras virtudes Yo pienso humildemente que les faltaba precisamente gracia del Santísimo Espíritu Santo. Ellas obraban bien pero creían, por errores espirituales, que en eso solo consiste el cristianismo. Cuando hicieron una obra de bien creyeron que hicieron también una obra Divina y no se preocuparon si recibieron la Gracia de Dios o si la alcanzaron. Justamente era la gracia del Espíritu Santo, simbolizada por el aceite, la que hacía falta a las Vírgenes necias

San Seraphim de Sarov. Su vida y enseñanzas

Ellas son llamadas "necias" porque se olvidaron del fruto necesario de la virtud, que es la gracia del Espíritu Santo, sin la cual nadie puede ni podrá salvarse ya que "toda alma es vivificada por el Espíritu Santo y elevada por la pureza y es iluminada por la Unidad de la Trinidad de manera sagrada y misteriosa" (Antífona antes del Evangelio en el servicio matutino). El Espíritu Santo Mismo viene a habitar en nuestras almas; y esta residencia y la coexistencia en nosotros del Todopoderoso, de su Unidad Trinitaria con nuestro espíritu, no nos son dadas más que a condición de trabajar, por todos los medios en nuestro poder, para la obtención del Espíritu Santo y esto prepara en nuestro cuerpo y nuestra alma una morada digna de este encuentro, un trono para la coexistencia del Dios que todo creó con nuestro espíritu. Como dice la palabra inmutable de Dios: "Habitaré y caminaré en medio de ellos; seré su Dios y ellos serán mi pueblo" (2 Cor. 6:16; Lv. 26:11-12; Ez. 37:27).

San Seraphim de Sarov. Su vida y enseñanzas

Este es el aceite que las prudentes tenían en sus lámparas, que fue capaz de alumbrar por muchas horas y que les permitió a éstas vírgenes recibir la llegada del Esposo a medianoche y entrar con Él al castillo del goce eterno. Las Vírgenes necias, al ver que la luz de sus lámparas estaba por extinguirse, fueron al mercado en busca de aceite, pero no tuvieron tiempo de regresar pues la puerta se había cerrado. El mercado es nuestra vida. La puerta del palacio, cerrada e impidiendo el acceso al Esposo es nuestra muerte humana; las vírgenes prudentes y necias son las almas cristianas. El aceite no simboliza nuestras acciones buenas sino **la gracia** del Espíritu Santo que obtenemos por ellas, gracia que transforma lo perecedero en imperecedero, la muerte del alma en vida espiritual, las tinieblas en luz, el establo donde están encadenadas como bestias y animales nuestras pasiones, en templo de Dios, en un radiante castillo de alegría eterna por Jesucristo, Nuestro Señor, Creador y Salvador.

San Seraphim de Sarov. Su vida y enseñanzas

Grande es la compasión que Dios tiene por nuestra desgracia, es decir por nuestra negligencia hacia Su solicitud cuando dijo: *"Mira que estoy de pie junto a la puerta y llamo. Si alguno oye mi voz y abre la puerta, entraré en su casa y cenaré con él y él conmigo"* (Ap. 3:20); por "puerta" debemos entender el curso de nuestra vida aún no detenido por la muerte.

Panfleto Misionero # SA8

Ortodoxa Rusa de la Santa Protección

**2049 Argyle Ave. Los Angeles, California
90068**

Editor: Obispo Alejandro (Mileant).

Edited by	Date
Vorobiev Nicolas	1/1/2001