

Silencio y quietud

Místicos bizantinos entre los siglos XIII y XV

Edición de Antonio Rigo

Siruela





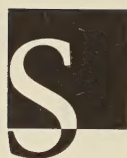
El Árbol del Paraíso

Últimos títulos

- 30 Orfeo y la religión griega
W. K. C. Guthrie
- 31 La presencia de Śiva
Stella Kramrisch
- 32 El diagrama del Primer Evangelio
Ignacio Gómez de Liaño
- 33 El templo del cosmos
Jeremy Naydler
- 34 Fundamentos de la vía media
Nāgārjuna
- 35 El legado secreto de los cátaros
- 36 Eleusis
Karl Kerényi
- 37 Mitos hindúes
- 38 El mito de la diosa
Anne Baring y Jules Cashford
- 39 Las Musas
Walter F. Otto



Digitized by the Internet Archive
in 2022 with funding from
Kahle/Austin Foundation



Silencio y silencio
Música y silencio
entre los siglos XIII y XV

Historia de la Música y del Silencio

Historia de la Música y del Silencio
de Antonio López y García, 1999

El libro de la Música y del Silencio

Silencio y quietud
Místicos bizantinos
entre los siglos XIII y XV

Edición de Antonio Rigo

Traducción del italiano y del griego
de Antonio Rigo y Amador Vega

El Árbol del Paraíso Ediciones Siruela

Todos los derechos reservados. Ninguna parte de esta publicación puede ser reproducida, almacenada o transmitida en manera alguna ni por ningún medio, ya sea eléctrico, químico, mecánico, óptico, de grabación o de fotocopia, sin permiso previo del editor.

Título original: *L'amore della quiete (ho tes hesychias eros)*
L'esicasmismo bizantino tra il XIII e il XV secolo

En cubierta: *Transfiguración*, miniatura del manuscrito de las obras teológicas del emperador Juan VI Cantacuceno, París, BNF, gr. 1242, f. 92v.

Colección dirigida por Victoria Cirlot y Amador Vega

Diseño gráfico: Gloria Gauger

© Edizioni Qiqajon, Comunità di Bose, 1993

© De la edición, Antonio Rigo

© De la traducción, Antonio Rigo y Amador Vega

© Ediciones Siruela, S. A., 2007

c/ Almagro 25, ppal. dcha.

28010 Madrid Tel.: + 34 91 355 57 20

Fax: + 34 91 355 22 01

siruela@siruela.com www.siruela.com

Printed and made in Spain

Índice

Prólogo

Antonio Rigo	11
--------------	----

Introducción

15

Abreviaturas

39

Silencio y quietud Místicos bizantinos entre los siglos XIII y XV

Pseudo-Simeón

43

Versos de la santa y divina oración

43

Método de la santa oración y atención

43

Nicéforo el Athonita

51

Tratado de gran utilidad sobre la custodia del corazón

51

Teolepto de Filadelfia

63

Sobre la *hesiquía* y la oración

63

Discurso sobre la práctica secreta en Cristo

65

Atanasio I

73

Testamento espiritual

73

Gregorio el Sinaíta	77
Noticia exacta en 10 capítulos sobre la <i>hesiquía</i>	
y sobre la oración	77
Sobre la <i>hesiquía</i> y los dos modos de oración	
en 15 capítulos	81
Testamento	93
Del fundador del <i>monydrion</i> athonita del Prodromos	93
Máximo el Kausokalyba	97
Vida escrita de Teófanos metropolitano de Peritheorion	97
Nifón el Athonita	115
Vida	115
Gregorio Palamás	119
Tríadas en defensa de los santos hesicastas	119
Tomos Synodikos	145
Documento sinodal de julio de 1341	145
Synodikon de la Ortodoxia	153
Filoteo Kokkinos	159
A un monje celante	159
Calixto e Ignacio Xanthopoulos	165
Método y canon exacto	165
Carta a Josafat recluso y hesicasta	183
Sobre los efectos de la oración de la mente	
y del corazón	184

Simeón arzobispo de Tesalónica	187
Sobre la oración	187
Notas	193
Glosario	199
Bibliografía de los textos	201
Bibliografía general	207

Prólogo

Hacia 1270 Abraham Abulafia, procedente de España, alcanzaba San Juan de Acre, entonces en manos de los cruzados. Sin duda la figura más destacada de la Cábala extática, Abulafia se había dirigido a Oriente en busca del río Sambatión y de las tribus perdidas de Israel. Pocos años después, el monje Nicéforo, reconocido maestro espiritual del Monte Athos y autor de un manual para la oración y la contemplación, llegaba a la misma San Juan de Acre ante el legado pontificio. Un cuarto de siglo más tarde, a comienzos del siglo XIV, el monje Gregorio, que había llegado al Sinaí desde el Monte Athos daba comienzo a su obra de guía y de autor espiritual que en los próximos decenios lo convertirían en una celebridad en Bizancio y entre los eslavos meridionales (Bulgaria y Serbia). Precisamente en el mismo periodo, en Egipto, el maestro de la cofradía sufi Shadilyya, Ibn'Ata' Allâh de Alejandría ponía en circulación cuartetos místicos y manuales para las técnicas del éxtasis y para la recitación interior del Nombre divino. Y, entonces, en Egipto, las prácticas de oración propugnadas por los místicos y su devoción hacia el maestro suscitaron la violenta reacción y denuncia del jurista Ibn Taymyya, del mismo modo en que había de suceder enseguida durante los años treinta entre Tesalónica y Constantinopla, con los ataques a los monjes por parte de Barlaam de Seminara.

Estos episodios y estas figuras, tramas de una sola y única urdimbre, dan testimonio de la extraordinaria estación de la mística entre finales del siglo XIII e inicio del XIV en toda la cuenca mediterránea. El fenómeno, que conoció las formas, las realidades y manifestaciones más diversas (desde las cofradías y los monasterios urbanos a los eremitorios en las montañas, a los *baba* y a los cabalistas itinerantes), no es cosa de espirituales aislados e «iluminados», sino que está enraizado profundamente en las diferentes tradiciones religiosas. Como toda mística, nace y se desarrolla en el interior de la tradición y de la comunidad, porque «el místico quiere entrar a poseer la realidad absoluta que ya existe y de la que le habla la doctrina» (Hans Jonas). En concreto, el enraizamiento en la tradición hizo que mu-

chos de estos personajes desempeñaran, tanto en Constantinopla como entre los eslavos, un papel de primer orden en la Iglesia de su tiempo, como patriarcas, metropolitans, abades, etc.

En Bizancio la nueva estación vuelve a unir los hilos con una «historia» espiritual ahora ya milenaria, que era principalmente, aunque no exclusivamente, una vivencia monástica, un recorrido emprendido por los monjes del desierto egipcio y después continuado en el Sinaí y en otros lugares. Una recomposición posible del cuadro, más allá de la consciencia de tal continuidad y al mismo tiempo del conocimiento de la originalidad y del aspecto poliédrico de la nueva fase, exige sin embargo la lectura no sólo de los manuales y los opúsculos de los místicos dedicados a la oración, a la contemplación y a sus técnicas, sino también de otros textos y documentos: las hagiografías, las reglas, los testamentos, los decretos oficiales del patriarcado y del Sínodo de Constantinopla, etc.

El presente volumen, concebido y nacido con este fin, se publica ahora en español (puesto al día y con añadidos allí donde era necesario) gracias a la iniciativa del fraternal amigo Amador Vega, tesela de un mosaico iniciado juntos ahora hace ya tantos años entre Nápoles y el Panteón...

Antonio Rigo
Syvros, abril 2006

Nota editorial

La introducción, las notas y el glosario del volumen han sido traducidos del italiano al castellano por Antonio Rigo y Amador Vega, mientras que los textos bizantinos han sido traducidos de nuevo del original griego al castellano.

Introducción

Han pasado ya más de treinta años desde que un calabrés llamado Barlaam, educado en la sabiduría helénica, vino a nuestro encuentro y, tras una larga estancia, empezó a acusar a los hesicastas que se hallaban ahí y a vomitar por su cuenta dogmas nefastos. Como quiera que el santísimo metropolitano de Tesalónica, Gregorio Palamás, que entonces era hieromonje, le respondió, aquél, actuando en este caso sin vergüenza, tuvo la audacia de escribir un libro en el cual se contenían sus blasfemias y opiniones perversas e, impúdicamente, lo remitió al patriarca, el ahora difunto Juan. Habiendo tenido noticia de estas cosas el muy sublime emperador de los romanos de beata memoria, Andrónico Paleólogo, hermano de mi persona imperial, reunió el Sínodo en el venerado y divino templo de la Sabiduría del Verbo de Dios. Convocó a muchos de los que viven en la *hesiquía*, a quienes Barlaam había acusado de herejía y, en particular, al muy honorable hieromonje Gregorio Palamás, que más tarde llegó a ser metropolitano de Tesalónica. La instrucción minuciosa del caso se llevó a cabo en presencia del emperador en persona. Participaron también el patriarca, todo el senado y el Sínodo: los obispos eran treinta y seis. La sentencia del mismo emperador, del patriarca y del senado y, con seguridad, de todos los presentes, una verdadera multitud, fue al unísono que las palabras y los escritos de Barlaam estaban llenos de blasfemias y de doctrinas perversas y extrañas a la condición de los cristianos. Éste, incapaz de soportar la vergüenza de la condena, se marchó y partió hacia Francia¹.

Con estas palabras, unas décadas más tarde de los hechos narrados, el ex emperador Juan Cantacuceno resumía brevemente al obispo Juan de Carpasia los sucesos que habían culminado en el Sínodo que tuvo lugar en las tribunas de Santa Sofía, el 10 de junio de 1341.

El caso había comenzado algunos años antes en Tesalónica. En aquella ciudad, en efecto, Barlaam —un monje italogriego, que poco después se convertiría en el profesor de griego de Petrarca—, fingiendo querer ser in-

¹ J. Darrouzès, «Lettre inédite», pág. 15.

troducido en los secretos de la contemplación y de la oración, había acudido con la vestimenta de discípulo junto a monjes insignes como José Kalothetos, David Disípatos e Ignacio el Hesicasta. Una vez hubo obtenido las informaciones deseadas, y después de un tiempo, explicó en una carta que había sido iniciado en doctrinas monstruosas y absurdas, muy próximas a la herejía de los mesalianos. Así, con ironía, mencionaba «las separaciones maravillosas y las conjunciones de la mente y del alma, las diferencias entre la luz divina blanca y la luz roja demoníaca, las entradas y las salidas inteligibles que se producen con la respiración por la nariz, las vibraciones que se verifican en torno al ombligo y la unión que se produce en su interior entre nuestro Señor y el alma». A las tomas de posición contenidas también en otras cartas suyas de aquellos meses, siguió una denuncia oficial del método de oración dirigida al Sínodo (1337), que provocó la intervención de Palamás en defensa de los monjes hesicastas. La cosa no terminó aquí: Barlaam subió el tono, replicando y precisando las acusaciones en una segunda obra en la cual, además de hablar de la oración, trató difusamente de la luz divina, objeto de contemplación por parte del orante, y, más precisamente, de aquella que se apareció a los Apóstoles sobre el monte Tabor en el momento de la transfiguración. Mientras que para los hesicastas esta luz era la inaccesible gloria de Dios que puede llegar a ser accesible y experienciable, Barlaam sostenía que «la luz de la divinidad que resplandeció sobre el Tabor ni era inaccesible, ni tampoco era realmente la luz de la divinidad, ni era más sagrada ni divina que los ángeles, sino incluso inferior a nuestro mismo pensamiento [...] material y provista de forma, desde el momento en que apareció en un lugar y un tiempo determinados, coloreando el aire, ahora produciéndose y apareciendo, ahora desvaneciéndose en la nada»². Además tachó a los monjes de mesalianismo, sosteniendo que afirmaban contemplar la esencia divina con los ojos del cuerpo. A las precisiones de Palamás, que quiso distinguir entre la esencia divina incognoscible y las operaciones cognoscibles, de las que se puede participar, Barlaam respondió acusándolo de «diteísmo».

La asamblea sinodal de 10 de junio de 1341 fue convocada enseguida tras la presentación al Sínodo del nuevo libro (otoño de 1340). Cuando se procedió a la lectura de este escrito y tras la intervención de Gregorio Palamás, que había presentado un documento firmado por monjes e igúme-

² Documento sinodal de 1341, cf. *infra*, págs. 146-147.

nos del monte Athos en su apoyo (*Haghioreitikos Tomos*), el Sínodo condenó a Barlaam. Pocos días después, el patriarca Juan XIV Kalekas ordenó que sus obras antihesicastas fuesen destruidas.

La muerte del emperador Andrónico III (14 de junio) y la toma de posición de Gregorio Akíndinos contra Palamás, en las semanas sucesivas, dieron una nueva dimensión a la controversia. En efecto, la desaparición del *basileus* marcó el inicio de una larga guerra civil que dividió a la regenta Anna de Saboya y al patriarca opuesto al *megas domestikos* Juan Cantacuceno, álgter ego del difunto, hasta el final de la guerra civil de los años veinte. Esta división política tuvo repercusiones evidentes sobre la disputa teológica: en los años inmediatamente sucesivos, junto al patriarca, enemigo acérrimo de Cantacuceno, encontramos a Gregorio Akíndinos, mientras Gregorio Palamás y otros notables del hesicasmo no escondían sus simpatías por el Cantacuceno. La intervención de Akíndinos debe entenderse con relación al hecho de que la atención se estaba dirigiendo hacia una temática que hasta el momento, en conjunto, había tenido un peso marginal: la distinción destacada por Palamás entre la esencia y las operaciones divinas.

Los años de la guerra civil y de la lejanía forzosa de Cantacuceno de la capital fueron testigos de una progresiva marginación de Palamás y de sus seguidores en Constantinopla, que culminó con la prisión de Palamás (1342) y con la condena de éste y de Isidoro Boucheir en 1344.

La entrada de Cantacuceno en Constantinopla (8 de febrero de 1347), su definitiva toma de poder, la deposición de Juan Kalekas y la subida al trono patriarcal de un ferviente palamita como Isidoro, marcaron un primer triunfo del partido hesicasta, sancionado en julio del mismo año por un concilio presidido por Cantacuceno en la tradicional vestimenta imperial de «guardián de la ortodoxia».

La persistencia de los ataques de los opositores, que tras la muerte de Akíndinos habían encontrado en el filósofo Nicéforo Gregoras a un insigne representante, condujo a la definitiva codificación de la doctrina con el *Tòmos* de 1351.

Los artículos de «esta columna de la ortodoxia, canon infalible de la exactitud de los dogmas de nuestra santa fe, explicación e interpretación de los santos Evangelios y del divino símbolo de la fe»³, fueron recogidos

³ *Tomos* de 1368 contra Prócoro Cidón, A. Rigo, «Il Monte Athos e le controversia palamitica», págs. 130-131.

literalmente en el *Synodikon* de la Ortodoxia, del cual en 1352 se instituyó la lectura en la iglesia, cada primer domingo de Cuaresma, lectura que todavía hoy se observa. La canonización de Gregorio Palamás en 1368 por parte del patriarca Filoteo Kokkinos, discípulo y amigo de Palamás, puede ser considerada como la conclusión definitiva de aquel suceso, más allá de algunos episodios posteriores, que tuvieron en los hermanos Prócoro y Demetrio Cidón, así como en Manuel Kalekas, representantes de un tipo de tomismo griego, a los últimos opositores de la doctrina oficial.

Pero ¿quiénes eran estos monjes que, aunque de forma indirecta, habían suscitado disputas tan largas y fogosas que señalan profundamente el último siglo de historia bizantina? El término «hesicasmo» y los demás derivados de la palabra *hesiquía* tienen múltiples significados⁴. En primer lugar, en un sentido más general, hasta finales del siglo VI, la palabra «hesicasmo» fue utilizada como sinónimo de eremitismo y por tanto contrapuesta a cenobitismo, la vida monástica en comunidad, considerada sólo como una preparación para la vida solitaria. La vida eremítica había producido ya una literatura y un sistema espiritual, basado en nociones como la lucha contra los pensamientos, la oración pura, la sobriedad, la atención, etc., que habían tenido diversas y sucesivas fases de sistematización. La estructura básica la había forjado Evagrio Pónico (s. IV). Enseguida, vieron la luz elaboraciones de notable importancia y popularidad en los monasterios del monte Sinaí con Juan Clímaco (s. VII) y Esiquio de Batos. El hesicasmo medieval bizantino, al heredar lo que ya había quedado fijado anteriormente, insistía de forma prevaleciente en ciertos aspectos, al tiempo que dejaba de lado otros, asumiendo así connotaciones particulares. Sin duda, sería un error tomarlo en consideración sin tener en cuenta presupuestos y antecedentes más antiguos, pero se falsearía de todos modos la perspectiva si ésta se redujera sólo al hesicasmo más antiguo, privándolo de sus características específicas. Ante todo, el hesicasmo medieval había llegado a una indudable simplificación: toda la vida espiritual había sido reconducida a un par de nociones clave (*hesiquía*, *nepsis*, *prosoché*), prácticamente idénticas, llevando a las extremas consecuencias lo que ya habían sospechado en el Sinaí Esiquio y Filoteo. Una práctica an-

⁴ Cf. J. Meyendorff, «L'hésychasme, problèmes de sémantique»; íd., *Byzantium and the Rise of Russia*, págs. 96-ss.; P. Adnès, «Hésycasme», col. 381-382; F. von Lilienfeld, «Hesychasmus».

tiquísima como la Oración de Jesús, consistente en la repetición incesante del Nombre divino y de fórmulas que lo contienen, se había ido reafirmando llegando a conocer una notable difusión y una extraordinaria popularidad. Pero hesicasmo, en el Bizancio de los Paleólogos no significaba sólo un sistema y un movimiento reducido a limitados ámbitos monásticos. Por el contrario, el término, más allá de la denominación teológico-doctrinal surgida de la controversia entre Barlaam y Palamás, que lo convirtió evidentemente en sinónimo de palamismo, se ha enriquecido también con connotaciones referentes a poderosas influencias que acabaron teniendo su rastro en la vida institucional de la iglesia bizantina, en ciertas formas del arte de la época y, según algunos estudiosos, incluso en la misma política del siglo XIV.

Los inicios del movimiento, en la segunda mitad del siglo XIII, son oscuros: las noticias que poseemos son fragmentarias e insuficientes, reduciéndose la mayor parte de las veces a obras anónimas o de dudosa atribución.

Algunos indicios importantes se pueden descubrir en dos florilegios y en un canon ascético escritos entre 1259 y 1267 por un monje llamado Marcos para la monja Eulogia, hermana del emperador Miguel VIII Paleólogo, que en poco tiempo sería uno de los notables de la facción contraria a la unión con Roma. Marcos recoge continuamente una carta pseudocrisostómica sobre la Oración de Jesús que recomendaba al monje repetir incesantemente, «ya sea comiendo, ya bebiendo, sentado o sirviendo, sea de camino o haciendo cualquier otra cosa»: «Señor Jesucristo, Hijo de Dios, ten piedad de mí». Otro elemento de cierto interés es la presencia masiva en los florilegios de escritos de Simeón el Nuevo Teólogo, autor que evidentemente gozaba en aquellos años de una renovada fama, hasta el punto que algunas obritas hesicastas, por ejemplo el famoso *Método de la santa oración y atención*, fueron puestas bajo su nombre⁵.

Gran parte de las informaciones sobre el hesicasmo de la segunda mitad del siglo XIII nos llegan de una fuente de la mitad del siglo siguiente, las *Tríadas* de Gregorio Palamás.

Gracias a ellas, en efecto, sabemos que el monje Nicéforo, autor del *Tratado de gran utilidad sobre la custodia del corazón*, «era de origen italiano, pero habiendo reconocido la herejía de aquéllos, se acogió a nuestra iglesia ortodoxa: junto a las costumbres de sus padres, también rechazó su he-

⁵ Cf. M. Richard, «Florilèges spirituels grecs», col. 506-507.

rencia y prefirió nuestro país al suyo» (*Tk* II, 2, 2). Llegado al imperio, «adoptó el tipo de vida más riguroso, es decir, el monástico, y escogió como habitáculo [...] el Athos». Tras muchos años de aprendizaje ascético, y habiendo recibido la experiencia de la *hesiquía*, «llegó a ser un cabecilla de los que se preparan para el combate contra los espíritus malignos». En la época de la Unión de Lyon se contaba entre los monjes más intransigentes en la oposición a la política unionista del emperador y, por esta razón, fue expulsado del Athos en 1276.

Junto a Nicéforo, Palamás mencionaba a Teolepto de Filadelfia (1250/51-1322). Conocemos a Teolepto como autor de muchas obras gracias a las cuales sabemos de su acción de reforma del monacato de la época y de su actividad de dirección espiritual en la Bizancio de los inicios del siglo XIV. Precisamente en sus escritos de consejos espirituales recogemos indicios de las prácticas hesicastas, carentes sin embargo de cualquier detalle «técnico». No podemos olvidar, sin embargo, el modo en que Teolepto intervino repetidamente en las discusiones teológicas de la época: en el momento de la Unión de Lyon (había estado en prisión por su firme oposición), frente al cisma arsenita y con ocasión de la destitución del patriarca Gregorio de Chipre.

Palamás recordaba, también, «a este Atanasio que adornó durante muchos años el trono patriarcal» (*Tk* I, 2, 12). Atanasio I (1230/35 *ca.*-1323 *ca.*), después de haber sido monje en Esphigmenou en el Monte Athos y en el monte San Ausencio, se había distinguido por sus tendencias rigoristas en la disciplina de la vida monástica, que se concretaban en las reiteradas invitaciones a la observancia de las reglas ascéticas y de modo particular a los ayunos y, siendo patriarca, por su acción reformadora de la iglesia y moralizadora de la sociedad bizantina de finales del siglo XIII e inicios del XIV.

Los otros personajes enumerados por Palamás (Nilo, Atanasio Lipentinos, Elías, Seliotes, Gabriel), para nosotros son poco más que simples nombres. Éstos nos conducen a los círculos monásticos más refractarios a la unión con Roma, entre quienes destacaba la figura de Melesio Gale-siotes, pero sobre todo nos muestran cómo en los albores de la gran estación del hesicasmo tardo-bizantino el centro hesicasta más importante no fue tanto la península athonita como el grupo de monasterios de la región del Bósforo en el monte San Ausencio. Es verdad, por otro lado, que los vínculos y los intercambios entre las dos «santas montañas» fueron continuos, como dan testimonio los casos de un archimandrita de nom-

bre Atanasio y el hecho de que Nicodemo, primer maestro athonita de Gregorio Palamás, justamente provenía del monte Ausencio⁶.

El verdadero inicio del hesicasmo athonita se puede hacer coincidir con la aparición de una figura de primer orden, Gregorio el Sinaíta († 1347 *ca.*). Tras una estancia de algunos años en el Sinaí, llegó al Athos durante el primer decenio del siglo XIV. En poco tiempo reunió a su alrededor a un grupo de discípulos, entre ellos Calixto, futuro patriarca constantinopolitano. El Athos conocía entonces un verdadero florecimiento del eremitismo, si bien es cierto que la difícil coyuntura política, con las continuas correrías e incursiones de catalanes y piratas turcos, hacía la vida muy difícil a los monjes de la Santa Montaña. Antiguos eremitorios, arruinados con el tiempo, fueron restaurados, y se fundaron nuevos *skitai* y hesicasterios. Son los años en los que vivían en el Athos Gregorio Palamás, Máximo el Kausokalyba, Germano Maroules, Atanasio, quien en poco tiempo fundará el monasterio de Meteora en Tesalia, así como muchos otros. Los escritos hagiográficos (*Vidas* de Gregorio el Sinaíta, Máximo el Kausokalyba, Nifón, Palamás, etc.) nos proporcionan preciosas informaciones sobre la difusión de la vida hesicasta en la península athonita.

Hacia el 1330, Gregorio el Sinaíta dejó definitivamente el Athos por Paroria, localidad situada en los montes entre Tracia y Bulgaria, en donde, gracias a la ayuda del zar búlgaro Juan Alejandro Assen, fundó un monasterio. Si ya en el Athos la fama de Gregorio había alcanzado grandes proporciones, en Paroria llegó a su clímax: entonces, como nos recuerda un contemporáneo, «Constantinopla, toda la Tracia y Macedonia, Bulgaria, las regiones del Danubio y Serbia»⁷, oyeron hablar de Gregorio. Se llegó a formar una verdadera escuela del Sinaíta, compuesta no sólo por monjes griegos, sino también de muchos monjes de diversos países eslavos que acudían a Paroria (Teodosio, Romylos, etc.). El influjo de Gregorio el Sinaíta en el ambiente eslavo fue notable: sus obras se tradujeron al eslavo ya en torno a la mitad del siglo XIV. Algunos de sus discípulos llegaron a ser figuras de primer orden en las iglesias de sus países de origen: baste aquí sólo recordar el nombre de Eutimio de Trnovo y de Cipriano de Kiev. Tal influjo perduró hasta el siglo XV: así, por ejemplo, las obras del «padre» del hesicasmo ruso, Nilo Sorski (1433-1508), están profundamente marcadas por las enseñanzas de Gregorio.

⁶ Cf. R. Janin, *Les églises et les monastères*, pág. 45.

⁷ *Vida* de Máximo el Kausokalyba, cf. *infra*, pág. 109.

El estallido de la polémica palamítica —de la cual el Sinaíta quedó al margen, quizás por estar en Paroria— y las disputas teológicas que siguieron, condujeron a algunos de sus discípulos y a otros de Palamás a intervenir contra Barlaam, Akíndinos y sus secuaces: es el caso, entre otros, de David Disípatos, José Kalothetos, Filoteo Kokkinos y Calixto. Esta producción teológico-polémica no debe hacernos creer que los escritos ascético-espirituales fuesen abandonados. El mismo Kokkinos escribió un *Canon* ascético para un monje que deseaba vivir en la *hesiquía* y Calixto dedicó muchas obras a temáticas plenamente espirituales.

La segunda mitad del siglo XIV, caracterizada por la persistencia y nuevo florecer de la vida hesicasta en el Athos, y en particular en los entornos de Lavra, fue testigo de la aparición de algunos personajes de los que, en realidad, sabríamos muy poco si no fuera por el testimonio de sus escritos.

Sabemos que en 1371 Calixto Angelikoudes era padre espiritual de un monasterio de Melenikon, fundado por él mismo. De este polemista anti-latino nos ha quedado una gruesa obra ascético-espiritual, de la cual la *Filocalia* ha editado breves *excerpta*⁸.

En línea con este autor figuran Calixto e Ignacio Xanthopoulos. El primero fue durante algunos meses patriarca en 1397. De origen constantinopolitano, fundaron en la capital un monasterio que tomó su nombre⁹. Verosímilmente los 100 capítulos del *Método y canon*, uno de los escritos más importantes, si bien es cierto que no de los más originales del hesicasmo tardo-bizantino, están dirigidos a los monjes del mismo monasterio. Finalmente, parece que entre sus muros inició su propio *iter* monástico el último representante del hesicasmo bizantino, el arzobispo de Tesalónica Simeón († 1429).

Sin duda, el elemento más característico del hesicasmo tardo-bizantino —y seguramente también aquel sobre el cual más se sostienen los autores espirituales de los siglos XIII-XIV— está constituido por la técnica psicofísica de oración. Estos métodos, que presentan interesantes analogías con prácticas similares conocidas en los ambientes musulmán e hindú¹⁰,

⁸ Cf. A. Rigo, «Callisto Angelicide Catafugiota Meleniceota».

⁹ Sobre el monasterio de los Xanthopoulos, cf. D. Balfour, *Politico-Historical Works*, págs. 281-ss.

¹⁰ Toda la cuestión merece una reconsideración y un estudio más detenido; cf. M. Eliade, *El yoga*; G. C. Anawati y L. Gardet, *Mystique musulmane*; A. Rigo, «Le origini delle tecniche psicofisiche d'orazione del Cristianesimo bizantino».

aparecían también en la época como algo nuevo o por lo menos desconocido.

Así, por ejemplo, el autor del *Método de la santa oración y atención* advertía que «esta actividad no se da en muchos». También se tiene la misma impresión en el tratado de Nicéforo: sus interlocutores afirmaban, de hecho, haber conocido dicha práctica en su escrito. Cuando Gregorio el Sinaíta llegó al Athos (1310 *ca.*) consiguió encontrar en toda la Santa Montaña tan sólo a tres monjes iniciados recientemente en la técnica que él había aprendido en Creta con el anciano monje Arsenio.

El texto aparentemente más antiguo (segunda mitad del siglo XIII) dedicado a tales prácticas es el *Método* atribuido a Simeón el Nuevo Teólogo. El pasaje propiamente más «técnico», que ocupa una mínima parte del texto, dice así: «De esta manera, sentado en una celda tranquila, en un rincón apartado, haz lo que te digo: cierra la puerta y eleva tu mente por encima de todo objeto vano y temporal. Entonces apoya tu barba sobre el pecho». La particular postura de la cabeza se acompañaba en primer lugar de una «retención» de la respiración indudablemente favorecida por la compresión de la tráquea con el mentón: «Comprime la inspiración que pasa por la nariz de modo que respires con dificultad». A tal disciplina de la respiración se unía una práctica de visualización interior que era descrita con estas palabras: «Girando el ojo corporal junto con toda la mente hacia el centro del vientre, es decir, en el ombligo [...] explora mentalmente el interior de las vísceras para encontrar el lugar del corazón, en donde residen todas las potencias del alma. Al comienzo hallarás tinieblas y una dureza invencible, pero después, perseverando y practicando esta obra noche y día, encontrarás, ¡oh maravilla! una felicidad infinita. En efecto, cuando la mente encuentra el lugar del corazón, ve inmediatamente lo que nunca antes habría creído, ve en efecto el aire que está en el centro del corazón y se ve a sí misma toda iluminada y llena de discernimiento. A partir de entonces, cuando un pensamiento se eleva, antes de que se realice y tome forma, lo expulsa y lo aniquila por medio de la invocación de Jesucristo»¹¹.

Esta técnica, ridiculizada por Barlaam, que llamaba a sus practicantes «onfalopsíquicos», es decir, «personas que tienen el alma en el ombligo», y sobre la que también ironizaba Demetrio Cidón, cuando escribía que los hesicastas «extraen teúrgias del ombligo»¹², tenía un sentido y un sig-

¹¹ Cf. *infra*, pág. 48.

¹² G. Mercati, *Notizie*, pág. 348.

nificado bien preciso. El ombligo, según el anónimo —que seguía una antiquísima concepción, ya atestiguada en el *Timeo* y común en la cultura médica bizantina¹³—, era la sede de la concupiscencia. La transmutación que se opera con este método, el enderezamiento de las potencias del alma, no es entendida como aniquilamiento de una parte determinada, sino como una transformación de las diversas componentes psíquicas. De ahí la necesidad de un descenso a la zona umbilical, para posteriormente volver a subir al «lugar del corazón». El mismo Gregorio Palamás recuerda que «las abominables pasiones se deben al mal uso de las potencias del alma. [...] Pero si se usan en modo apropiado [...] con el apetito concupiscible se abrazará la caridad y con el apetito irascible se amará la perseverancia. No es pues quien da muerte a la parte pasional de su alma quien camina y se dirige hacia Dios, sino aquel que la ha sometido»¹⁴.

El segundo escrito dedicado a la técnica de la oración que recordamos aquí es obra del monje Nicéforo. La sección consagrada al método está precedida de una serie de observaciones de tipo fisiológico basadas en la antigua concepción médica, según la cual la respiración pulmonar tiene una función refrigerante sobre el calor del corazón¹⁵. A diferencia del anónimo, Nicéforo no recomienda retardar ni mucho menos «retener» la respiración: «Recoge tu mente, introdúcela en la nariz: es la vía por la cual la respiración desciende al corazón. Empújala, fuérzala a descender al corazón junto al aire inspirado. Cuando penetre allí, lo que sucederá no será precisamente ausencia de alegría. Sino que, así como un hombre que retorna a casa no retiene su alegría al ver a los hijos y a la mujer, del mismo modo la mente, cuando se halla completamente unida al alma, está colmada de un placer y de una alegría inefables. [...] Debes saber también que cuando la mente se encuentra allí, no debe callar o estar ociosa, sino tener el “Señor Jesucristo, Hijo de Dios, ten piedad de mí” como actividad y meditación continua y sin descanso»¹⁶.

La idea clave que subyace a estas indicaciones es que normalmente el hombre es presa de las cosas exteriores, de las «vanas cosas terrenales», ol-

¹³ Entre otros, por ejemplo, el monje Melecio, *De natura hominis*, PG 64,1217C. Véase también cuanto escribe sobre el ombligo Gregorio el Sinaíta, *Philokalia* IV, pág. 55 (cap. 122).

¹⁴ *Tr.* II, 2, 19.

¹⁵ Cf. A. Rigo, «Le techniche», págs. 106-ss.

¹⁶ Cf. *infra*, págs. 60-61.

vidado de Dios y también «descentrado» respecto al propio centro, el corazón. El método propuesto tiene como fin «retornar a sí», mirando reconducir la mente al corazón haciendo que abandone los «circuitos exteriores». Tras haber descrito esta técnica, Nicéforo expone otra para aquellos que no consigan con la primera alcanzar el objeto deseado, consistente en la simple repetición de la fórmula de oración.

Estos opúsculos, como los de Gregorio el Sinaíta y los capítulos dedicados a las técnicas de los Xanthopoulos, se proponían ofrecer las instrucciones necesarias para la reconversión de las potencias psíquicas y para alcanzar la dimensión más íntima del ser: el corazón. Se situaban así en la línea de una «mística del corazón»¹⁷ que caracteriza gran parte de la espiritualidad cristiano-oriental.

Un motivo común es la necesidad proclamada de «hacer descender la mente al corazón», en donde las potencias del alma se reconvierten. Algunos autores hacían referencia a esta transformación en otros términos, insistiendo sobre el estado en el cual la mente debe hallarse durante la oración. Esta lectura, de ascendencia evagriana, puede advertirse de modo particular en los capítulos de Gregorio el Sinaíta: con la oración la mente se libera de formas inmatrimales de luz, queda privada de fantasía, estable, sin color, imagen, ni figura, etc.

Los autores hesicastas se referían sólo a los efectos inmediatos de la técnica, o mejor dicho, a los fenómenos psicofísicos concomitantes. Gregorio el Sinaíta escribía: «Son éstas las señales del inicio para quienes la buscan de verdad. [...] En algunos se ve como una luz que surge, en otros una exultación tremebunda, en otros incluso alegría. [...] En otros incluso un susto, que con frecuencia los Padres han llamado sobresalto, potencia del Espíritu y movimiento del corazón vivo. Se le llama también vibración y suspiro inefable del Espíritu»¹⁸. En el siguiente capítulo replicaba estas informaciones: «En otros se verifica un terremoto o susto de las vísceras totalmente inmaterial y esencial, que los Padres han llamado sobresalto»¹⁹. Tales indicaciones son confirmadas por algunos textos conectados a la controversia palamítica. Hemos recordado antes cómo Barlaam hablaba de las «vibraciones que se verifican en torno al ombligo». Gregorio Akíndinos señalaba en una carta suya dirigida a Barlaam cómo

¹⁷ Cf. A. Guillaumont, «Cor et cordis affectus».

¹⁸ *Noticia exacta en 10 capítulos*, 4, cf. *infra*, pág. 79.

¹⁹ *Philokalia* IV, pág. 87, ll. 31-s.

este último se había burlado de «la agitación de las vísceras y la turbación»²⁰.

Estas agitaciones interiores estaban acompañadas de una alegría inefable, de la cual hablaban el *Método*, Nicéforo y Gregorio el Sinaíta, así como de manifestaciones de calor, perceptibles a nivel corpóreo. Gregorio el Sinaíta, tras haber señalado el «calor del corazón producido por la oración», retomando a Marcos el monje, distinguía un «triple calor de la operación [que] arde en los hombres, uno de la gracia, otro del error, o del pecado, el tercero derivado del exceso de sangre. [...] La obra de la gracia es la potencia del fuego en el Espíritu que actúa en el corazón con alegría, fortifica, calienta y purifica el alma. [...] La obra del error es el fuego del pecado que calienta el alma con el placer»²¹. A Barlaam, que en el curso de la polémica había hablado de «inefable dulzura y calor» experimentado por los hesicastas durante la oración, Palamás respondía con un pasaje que merece ser expuesto aquí: «Así en la oración continua, cuando aparece el fuego inteligible, cuando se enciende la lámpara inteligible [...] también el cuerpo extrañamente se hace ligero y se calienta. [...] Sostengo que el calor de Cristo durante la oración (cf. Lc 22, 44) indica el calor sensible comunicado al cuerpo por la sola oración continua a Dios»²².

El anónimo autor del *Método* mostraba cómo el fin de la técnica es que la mente se vea a sí misma toda iluminada, expresión que volvemos a encontrar en muchos otros escritos de la época. La luz de la mente se asociaba a diversas teofanías. Así, por ejemplo, Nicéforo daba comienzo a su escrito: «Vosotros, que deseáis ardientemente obtener la grandiosa y divina manifestación de luz de nuestro Salvador Jesucristo, vosotros que queréis recibir sensiblemente en el corazón el fuego supracelstial»²³. Gregorio el Sinaíta, por su parte, asimilaba la luminosidad de la mente a la luz de la transfiguración²⁴, que ya antes de las controversias teológicas había sido objeto de los intereses de algunos autores hesicastas (Teolepto y el mismo Gregorio el Sinaíta). Pero de algunos pasajes de Gregorio el Sinaíta parece desprenderse que la contemplación de la luz no habría sido algo meramente intelectual, sino accesible a los mismos sentidos corporales.

²⁰ A. C. Hero, *Letters of Gregory Akindynos*, nr. 9, ll. 53-s.

²¹ *Noticia exacta en 10 capítulos*, 8, cf. *infra*, pág. 81.

²² Tr. 1, 3, 32.

²³ *Tratado de gran utilidad sobre la custodia del corazón*, cf. *infra*, pág. 51.

²⁴ Cf. D. Balfour, *Saint Gregory the Sinaïte*, pág. 32, ll. 179-s.

En efecto, escribía: «Casi igual a los ángeles e incorpóreo, como incorruptible, llega a ser aquel que purifica la mente por medio de las lágrimas y en quien resucita, desde ahora, el alma en el Espíritu, haciendo que la carne en la razón [...] sea de un resplandor luminoso y flamígero, divinamente bello. Si, por tanto, hay una incorruptibilidad de los cuerpos ésta es la extinción de sus errores y de su materialidad»²⁵. Tal impresión se puede recoger también de otra centuria: «Según los teólogos, la sabiduría movida por el Espíritu es la potencia de la oración mental, pura y angelical cuya señal, en la oración, es la mente completamente liberada de formas, no viéndose ni a sí misma ni cualquier otra cosa materialmente, siendo a menudo cubiertos los sentidos por aquella luz»²⁶. Estas líneas no pueden dejar de recordarnos, además de muchos pasajes de las *Tríadas* de Gregorio Palamás, la descripción hecha por Simeón de Tesalónica de Calixto e Ignacio Xanthopoulos, los cuales aparecían flamígeros: «Se ha visto cómo resplandecían en el rostro como Esteban, porque la gracia se difundía no sólo en el corazón, sino también en sus rostros. Por eso aparecían como el gran Moisés, según testimonio de quienes le vieron: su figura resplandecía como el sol»²⁷.

Queda por señalar en qué manera se puede advertir, en los textos hesicastas, la preocupación por distinguir estos fotismos de las alucinaciones demoníacas. Mientras Gregorio el Sinaíta sostenía que «de los efectos puedes comprender si la luz que brilla en tu alma es Dios o Satanás»²⁸, puede también encontrarse un tipo de diferencia «objetiva» entre los dos tipos diversos de fenómenos luminosos. Los fotismos de provenienciencia divina son caracterizados como «fuego de alegría», «luz perfumada», «soplo sutil y pacífico de luz». Esta luz es inmaterial, sin forma ni figura, mientras que la primera característica de la ilusión diabólica es que los demonios dan vida a formas e imágenes, cambiando de vestidura y semblanza.

Veamos finalmente algunas palabras sobre la oración propiamente dicha, es decir, sobre la invocación incesante del Nombre de Jesús. Esta forma de plegaria, la Oración de Jesús²⁹, conoció en aquel tiempo una enor-

²⁵ *Philokalia* IV, pág. 38 (cap. 45).

²⁶ *Philokalia* IV, pág. 52 (cap. 116).

²⁷ *Sobre la oración* 295, cf. *infra*, pág. 187.

²⁸ *Philokalia* IV, pág. 88, ll. 12-13.

²⁹ Sobre la Oración de Jesús, cf. I. Hausherr, *Noms du Christ*; P. Adnès, «Jésus (Prière à)»; A. Rigo, «La Preghiera di Gesù».

me difusión y popularidad. Por un lado se le atribuía un origen apostólico³⁰, por el otro la capacidad de vencer todas las herejías, al ser una síntesis de la fe ortodoxa³¹. Las formulaciones utilizadas proceden de una larga tradición. Si en alguna obra se prescribe simplemente la repetición del «Señor Jesucristo, Hijo de Dios, ten piedad de mí», en otras se divide en dos partes y se establece una especie de jerarquía de fórmulas de oración. Gregorio el Sinaíta se mueve en primer lugar por una motivación de orden práctico cuando, tras haber prescrito la recitación de «Señor Jesucristo, ten piedad de mí», añade: «Después, a causa de la angustia, de la fatiga y quizás del fastidio derivado de la continuidad [...] llevando tu mente hacia la segunda mitad, di: “Hijo de Dios, ten piedad de mí”»³². Calixto e Ignacio dividen la oración de otro modo: una primera parte contiene los nombres y títulos de Jesús, y una segunda es la petición de misericordia: «La oración [...] mediante el “Señor Jesucristo, Hijo de Dios” dirige de manera inmaterial e inefable toda la mente hacia el Señor Jesucristo mencionado. Mediante el “ten piedad de mí”, la mente retorna y se mueve hacia sí misma, como si no soportara orar por ella»³³. A continuación añaden palabras muy interesantes: «Cuando se haya progresado en el amor, gracias a la experiencia, se dirigirá totalmente hacia el “Señor Jesucristo”, al tener la certeza evidente de la segunda parte». Todo se explica mejor todavía en las centurias siguientes en donde Calixto e Ignacio escriben que la primera parte es de origen apostólico, mientras que la segunda fue añadida por los Padres, para aquellos «que todavía son niños en la virtud, es decir, los principiantes y los imperfectos. Los avanzados y los perfectos en Cristo pueden limitarse a la primera, es decir, “Señor Jesucristo, Hijo de Dios”, y, a veces, incluso a la sola repetición del Nombre de Jesús»³⁴. Esta diversidad de oraciones, según el estado espiritual del orante, se describe en un modo sin duda más eficaz en un opúsculo, editado como obra sólo de Calixto, pero que en los manuscritos encontramos a continuación de las *Centurias*, bajo el nombre de Calixto e Ignacio. En él se lee que, cuando en el corazón se pone en movimiento la santa operación, «la mente clama sólo: “Jesús mío”. No puede, en efecto, decir todo: “Señor

³⁰ Cf. Calixto e Ignacio Xanthopoulos, *Método y canon* 50, cf. *infra*, págs. 180-181.

³¹ Cf. el texto editado por R. E. Sinkewicz, «An Early Byzantine Commentary».

³² *Sobre la hesiquía y los dos modos de oración* 2, cf. *infra*, pág. 82.

³³ *Método y canon* 48, cf. *infra*, pág. 177.

³⁴ *Método y canon* 50, cf. *infra*, págs. 180-181.

Jesucristo, Hijo de Dios, ten piedad de mí”, a causa de la rápida apertura del corazón, sino sólo: “Jesús mío”»³⁵.

La práctica de la técnica de oración, para la cual se utilizan indiferentemente términos tradicionales como «sobriedad», «atención», *hesiquía*, etc., se entendía a menudo como *theoria* opuesta radicalmente a la *praktiké*. La dialéctica *theoria-praktiké* a menudo se entiende en términos «desequilibrados», totalmente a favor de la primera, en los textos hesicastas, si bien es cierto que más tarde, en la práctica concreta, gran parte del tiempo se dedicaba propiamente a los esfuerzos de la *praktiké*: ayuno, vigilia, salmodia, lectura, metanías, etc.

Podemos reconstruir la actividad cotidiana del monje hesicasta gracias a las indicaciones contenidas en los capítulos de Gregorio el Sinaíta y en los de Calixto e Ignacio Xanthopoulos (caps. 25–37). Gregorio, tras haber recordado que «el hesicasta debe poseer [...] estas tres [*sic*] obras gratas a Dios: la salmodia, la oración, la lectura y un trabajo manual»³⁶, alternaba las diversas actividades según el ritmo de las horas: «Desde el alba fijarse en la memoria de Dios mediante la oración y la *hesiquía* del corazón y orar con perseverancia, en la I hora. Después, II hora: leer, III hora: salmodiar, IV hora: orar, V hora: leer, VI hora: salmodiar, VII hora: orar, VIII hora: leer, IX hora: salmodiar, X hora: comer, XI hora: dormir, si es necesario, XII hora: salmodiar las vísperas»³⁷.

A este régimen diurno sigue la descripción del nocturno que se distinguía, para Gregorio, según los grados de la vida espiritual: «La vigilia nocturna es de tres tipos: para los principiantes, para los proficientes y para los perfectos. El primero es: dormir la mitad de la noche y la otra mitad quedar en vela (del anochecer a medianoche o de medianoche al alba). El segundo, en cambio: al anochecer estar en vela durante una o dos horas, después dormir cuatro horas, levantarse para el *orthros*, luego salmodiar y orar seis horas hasta el alba. Después salmodiar la primera hora y sentarse en *hesiquía*, como te he dicho. Luego, seguir el orden de las prácticas establecidas durante las horas, o guardar la oración incesante. [...] El tercero: velar y estar vigilante toda la noche»³⁸. De todo ello pare-

³⁵ Sobre los efectos de la oración de la mente y del corazón, cf. *infra*, págs. 184–185.

³⁶ *Philokalia* IV, págs. 47–48 (cap. 99).

³⁷ *Philokalia* IV, págs. 47–48 (cap. 99).

³⁸ *Philokalia* IV, pág. 48 (cap. 101).

ce evidente cómo la práctica de la técnica de oración se inserta en aquella tradicional del oficio monástico de las horas.

Otras obras ascéticas medían la vida del hesicasta, en primer lugar la de las postraciones (metanías). Los Xanthopoulos fijaban en trescientos el número de metanías al día. En los textos monásticos más antiguos comúnmente se indicaba la cifra de doscientos.

Gran parte de la jornada del monje hesicasta se dedicaba a la lectura: ante todo la lectura-recitación del salterio. El archimandrita Doroteo de la lavra de Pečersk, que estuvo en el Athos en los años veinte del siglo XIII, explicaba que los hesicastas de las *kellia* athonitas leían la mitad del Salterio cada día³⁹. En el *typikon* de San Sava para los hesicastas del *kellion* de Kareai (1195 *ca.*) está escrito, sin embargo, que se debe leer cada día todo el Salterio⁴⁰.

Se leían, obviamente, también otros libros en los que detendremos ahora brevemente nuestra atención. En primer lugar hay que señalar el gran peso y valor atribuido a tal actividad y a los libros mismos. Así, junto a la Escritura, las obras de los Padres están presentes por todas partes, incluso en los hesicasterios, en donde se copian una y otra vez con esmero. El mismo Gregorio el Sinaíta, como un ilustre contemporáneo suyo, Germano Maroules, se dedicaba a la actividad de copista de manuscritos. A los libros de las enseñanzas de los Padres se les aplicaba también un rol de primera importancia en la vida espiritual: Gregorio el Sinaíta es instruido por Arsenio a partir de un «libro sagrado». Pero ¿cuáles eran las lecturas espirituales y cuándo tenían lugar? Nuestras fuentes siguen siendo Gregorio el Sinaíta y los Xanthopoulos. El primero escribe: «Dice Clímaco: “Eres un trabajador, ten pues lecturas prácticas. Esta actividad, en efecto, hace superfluas las otras”. Lee siempre los escritos sobre la *hesiquía* y la oración como si fueran la *Escala*, san Isaac, san Máximo, el Nuevo Teólogo, su discípulo Stethatos, Esiquio, Filoteo el Sinaíta y otros parecidos»⁴¹. La lectura tiene que ser, añade Gregorio, no en voz alta y complaciéndose en una adecuada pronunciación y dicción, sino solo, en silencio, con atención, es decir, meditando cuanto se lee. Los autores aconsejados por Gregorio son sustancialmente los mismos que el autor del *Método* y Nicéforo. La selección podía ser más o menos «personalizada»; así, por

³⁹ A. E. Tachiaos, «Le monachisme serbe», pág. 85.

⁴⁰ Ph. Meyer, *Die Haupturkunden*, pág. 186.

⁴¹ *Sobre la hesiquía y los dos modos de oración* 11, cf. *infra*, pág. 88.

ejemplo, un cierto abba Isaías de finales del siglo XIV recomendaba hacer la lectura de la Escritura y de sus escritos de dirección espiritual mentalmente y en la *hesiquía*. Los Xanthopoulos, aun cuando no añaden nada nuevo, nos permiten conocer los tiempos de las diversas lecturas. Éstos escribían que por la mañana se haga la lectura del Salterio, del Apóstol y del Evangelio, mientras que por la tarde, tras la comida, durante una hora, «sentado, lee suficientemente los escritos népticos de los Padres»⁴².

Gregorio el Sinaíta y los Xanthopoulos daban también indicaciones detalladas acerca de las comidas y la dieta de los monjes hesicastas. Los segundos se distinguían por la prolijidad de sus descripciones y también por una mayor moderación en el régimen ascético. Gregorio hablaba de una única comida al día (*monophaghia*) a la hora nona: «Una libra (319 gr.) de pan es suficiente para todo el que practique la *hesiquía*; beber dos medidas de vino no diluido y tres de agua. Del resto de alimentos comer no lo que la naturaleza exige con deseo, sino cuanto concede la providencia»⁴³.

Las centurias de Calixto e Ignacio Xanthopoulos retoman casi literalmente las indicaciones del *typikon* palestino de san Saba que, justamente en la baja Edad Media bizantina, gozaba en los ambientes monásticos de una popularidad creciente, acompañada de un deseo renovado de vida espiritual más austera, que se traducía también en un régimen alimenticio más severo. La dieta prescrita era propia de los ambientes eremíticos. Así san Cristodulo (1091) había prescrito a los hesicastas alimentarse, durante cinco días a la semana, una única vez al día, a la hora nona, de alimentos secos (*xerophaghia*)⁴⁴, y en el siglo XIV el abba Isaías había hablado de una única comida al día⁴⁵. De forma repetida Atanasio I había recomendado a los monjes una única comida al día y la *xerophaghia*⁴⁶.

Clímaco había codificado tres tipos diversos de vida monástica: «vivir en el anacoretismo y en la soledad, practicar la *hesiquía* con uno o máximo dos compañeros, o estar en los cenobios en la obediencia»⁴⁷. A los he-

⁴² *Método y canon* 37, cf. *infra*, pág. 173.

⁴³ *Philokalia* IV, pág. 48 (cap. 102).

⁴⁴ Cf. F. Miklosich e I. Müller, *Acta et diplomata graeca Medii Aevi* VI, Viena 1890, pág. 76.

⁴⁵ Cf. J. Gouillard, «Une compilation spirituelle», pág. 87.

⁴⁶ *Testamento espiritual*, cf. *infra*, págs. 74-75, y V. Laurent, *Les regestes*, 1651, 1749, 1756, 1762.

⁴⁷ *Escala*, gr. 1, PG 88, 641B.

sicastas de época bizantina les eran conocidas las dos primeras formas recordadas por el autor de la *Escala*. Por lo que podemos observar, el cenobitismo se menciona una única vez en las obras de los autores del hesicasmo de los siglos XIII-XIV. Lapidariamente, Gregorio el Sinaíta había afirmado que «la obra de la *hesiquía* es diferente de la del cenobio»⁴⁸. A este adagio totalmente obvio en su austeridad, podemos añadir sin embargo las noticias más detalladas procedentes de los escritos hagiográficos. Gregorio el Sinaíta comenzó su *iter* monástico en un cenobio sobre el Sinaí, en donde estuvo tres años. Lo mismo hacen, entre otros, Gregorio Palamás, Máximo el Kausokalyba y Romylos. El comienzo de la vida monástica era frecuentemente en un monasterio cenobítico, en donde se vivía en la obediencia, dedicándose a las prácticas ascéticas que, según Gregorio el Sinaíta, eran propias de la *praktiké*. La inspiración de fondo estaba en plena conformidad con la tradición monástica oriental que, casi con unanimidad, no atribuía al cenobio un valor autónomo, sino que lo consideraba sólo una preparación para la vida hesicasta. En este sentido sonaba ya el canon 41 del Concilio en Trullo (692) que fijaba en tres años la duración de este período preparatorio.

En la historia del hesicasmo athonita del siglo XIV se pueden también encontrar interacciones conflictivas entre monjes cenobitas y hesicastas. Ante todo, los intentos de Gregorio el Sinaíta de mostrarse como maestro de la sobriedad y de oración, no sólo de los monjes anacoretas sino también de cenobitas, suscitaban ásperas reacciones por parte de estos últimos. El caso de Nifón es muy instructivo al particular. Igualmente Gregorio Palamás, habiendo llegado a ser igúmeno de Esphigmenou, intentó proponer la vida hesicasta a un gran monasterio, pero no lo consiguió, como tampoco años antes Job en un proyecto análogo emprendido en Lavra.

Las otras dos formas de vida monástica expuestas por Clímaco, una que podríamos definir como semi-eremítica y la otra eremítica, eran en cambio típicas de los hesicastas. De modo particular hay suficiente información sobre la primera: la vida en la *skiti*.

En la *skiti*⁴⁹, constituida por una pequeña cantidad de cabañas, vivía un grupito de monjes sometidos a un maestro. Así, por ejemplo, las *skitai* athonitas: de Glossia, con Gregorio Drimys, maestro de Palamás, de Ma-

⁴⁸ *Philokalia* IV, pág. 82, ll. 33-34.

⁴⁹ Sobre la *skiti* cf. P. de Meester, *De monachico statu*, págs. 299-308.

gula con Gregorio el Sinaíta, y aquella que estaba sobre el monte de Verria con Gregorio Palamás. La cantidad de monjes que vivían allí no tenía que ser muy grande; así, en la *skiti* de Verria junto a Palamás había otros diez monjes, «el número perfecto y más completo»⁵⁰, añadía Filoteo Kokinos. También Calixto, cuando hacía la lista de los discípulos athonitas de Gregorio el Sinaíta, contaba los nombres de una decena de monjes. Por algunas fuentes se sabe que durante cinco días a la semana los hesicastas vivían aislados, cada uno en su cabaña. Así, en la *Vida* de Romylos leemos que «cada uno comía y salmodiaba solo y por cuenta propia, excepto algunos días, como es costumbre de los monjes»⁵¹, y en el *Encomio* de Gregorio Palamás que él «permanecía aislado durante cinco días».

Acerca de la vida propiamente eremítica tenemos sin duda menos informaciones. El mismo Gregorio Palamás transcurrió un cierto tiempo en el eremitorio de San Saba, vecino de Lavra. Las *Vidas* de Máximo el Kausokalyba y de Nifón nos ofrecen interesantes datos sobre la difusión del eremitismo en el Athos en el siglo XIV, pero pocos detalles sobre su organización.

Desde hacía siglos la tradición había fijado un régimen semanal bien preciso para los monjes hesicastas. Debían vivir en soledad durante cinco días a la semana, mientras el sábado y el domingo se acercaban al monasterio del que dependían para tomar parte en las celebraciones litúrgicas. Estas últimas no tienen ciertamente un gran peso en los textos del hesicasmo tardobizantino: sólo los Xanthopoulos dedican dos centurias (caps. 91-92) a la comunión y Gregorio el Sinaíta hace sólo un par de aproximaciones a la liturgia⁵². Concluir de este silencio un indicio de indiferencia, o incluso de oposición de los hesicastas frente a formas tradicionales de culto nos parece un poco atrevido. No se habla de la liturgia porque se presupone, no por hostilidad o indiferencia hacia ella. En efecto, algunos textos nos confirman inequívocamente la persistencia de los antiguos modelos. Gregorio Palamás en la *skiti* de Verria, tras haber transcurrido cinco días en la *hesiquía*, el sábado y el domingo tomaba parte en la celebración eucarística y conversaba con los hermanos. Igual conducta de vida siguió Gregorio poco tiempo después en el desierto athonita de San Saba. Junto a estos testimonios claros y explícitos podemos hallar algunas indi-

⁵⁰ Ed. de D. G. Tsamis, Tesalónica 1985, pág. 454.

⁵¹ F. Halkin, «Un ermite des Balkans», pág. 134.

⁵² Cf. ahora A. Rigo, *Il monaco, la Chiesa e la liturgia*.

caciones a esta rutina también en las *Vidas* de Germano y de Nifón. La misma presencia de libros litúrgicos en la biblioteca del eremitorio del Prodomos confirma lo que hemos dicho.

Sería un error, finalmente, no mencionar otra característica de la vida de los monjes hesicastas de la época. No hay que pensar que sus vivencias biográficas se limitan al paso de un monasterio cenobítico a las *skitai* o a los eremitorios. De hecho las fuentes hagiográficas muestran con claridad cómo muchos de ellos habrían emprendido largos viajes que, a menudo, dieron a sus vidas el aspecto de una larga peregrinación. Sólo desde fuera podemos distinguir entre lo que era, en un cierto sentido, el *iter* común de los monjes, es decir, el transferirse de un centro monástico a otro en el imperio, y los verdaderos viajes, propiamente de una búsqueda más estrecha de personajes. Al primer grupo pertenece sin duda Máximo el Kausokalyba que cumplió el itinerario monte Ganos-monte Papikion-monte Athos. Gregorio Palamás, por su parte, fue del Papikion al Athos, Tesalónica, Verria y luego de nuevo al Athos. Parecidos son los viajes de un Romylos y de un Teodosio. De otras características, sin embargo, son los de Melesio Galesiotes, Gregorio el Sinaíta y Saba Tziskos de Vatopedi, maestro de Filoteo Kokkinos. En los largos viajes del primero encontramos como etapas principales el Sinaí, Jerusalén, Siria, el monte Latros, el Galesio, Constantinopla y el monte San Ausencio. Gregorio el Sinaíta había hecho el recorrido: Chipre, Sinaí, Jerusalén, Creta, Athos, Tesalónica, Quíos, Lesbos, Constantinopla, Paroria, Athos y de nuevo Paroria. Los lugares en donde tocó Saba eran todavía muchos más: Athos, Tesalónica, Lemnos, Lesbos, Quíos, Patmos, Chipre, Jerusalén, valle del Jordán, Sinaí, Damasco, Antioquía, Constantinopla, etc. En el interior de los grupos respectivos se volvían a encontrar sustancialmente las mismas etapas. Si por un lado se puede destacar un cambio continuo entre los principales centros monásticos del imperio, por el otro los largos viajes tocan siempre lugares bien precisos: sobre todo Jerusalén, con el Santo Sepulcro y los otros lugares sagrados, visto como mitad de la peregrinación, luego los monasterios del Sinaí, cuya fama permanece inalterable.

¿Cuáles eran los motivos que conducían a estos monjes a una vida errante? Causas externas, entre las que recordamos las numerosas incursiones de los piratas turcos, tuvieron sin duda un gran peso: Gregorio el Sinaíta abandonó el Athos dos veces justo por esta razón. Pero los desplazamientos incesantes se debían sobre todo a la búsqueda continua de un

lugar adecuado para practicar la *hesiquía* y el anacoretismo: en Creta, Gregorio el Sinaíta y su compañero Gerasimo quisieron encontrar un lugar para la «preciosa *hesiquía*»⁵³. Paroria era para Romylos el lugar propicio para el eremitorio y el anacoretismo. Llegó allí movido por amor al anacoretismo⁵⁴. Palabras semejantes a éstas usó Filoteo Kokkinos en el *Encomio* de Gregorio Palamás⁵⁵. No menos importancia tenía el deseo de establecerse cerca de un maestro de elevada estatura espiritual. Así, tanto Romylos como Teodosio, sabiendo de Gregorio el Sinaíta, abandonaron sus monasterios y fueron hasta Paroria a su escuela.

Anteriormente hemos aclarado cómo el hesicasmo bizantino, aun siendo primariamente un movimiento monástico, no se había encerrado en círculos pequeños de monjes y eremitas. Este hecho tuvo una enorme influencia sobre la iglesia de la época, concretándose en una vigorosa acción reformadora y vivificadora de la institución eclesiástica. Ya a finales del siglo XIII y comienzos del XIV las figuras de Teolepto de Filadelfia y de Atanasio I son emblemáticas en este sentido. Con la victoria del palamismo y los patriarcados de Isidoro Boucheir, Filoteo Kokkinos y Calixto —que marcaron, entre otras cosas, la afirmación de un estrecho control monástico sobre el patriarcado— esta obra prosiguió ulteriormente, traduciendo también en una renovación litúrgica y sacramental, con repercusiones que fueron más allá de los mismos confines del imperio, alcanzando los países eslavos meridionales y Rusia. El influjo hesicasta no estuvo, sin embargo, limitado al ámbito exclusivamente eclesiástico y religioso. Además de haber sido señaladas las interacciones entre el hesicasmo y el arte de la época, hace tiempo que también se conocen las implicaciones políticas y sociales de este movimiento espiritual.

Sin duda se ha exagerado frecuentemente al subrayar el estrecho vínculo entre hesicasmo y la posición de la aristocracia latifundista representada por Juan Cantacuceno, como también estaría fuera de lugar ver en el hesicasmo la ideología de las clases feudales⁵⁶, pero hay que recordar

⁵³ *Vida* de Gregorio el Sinaíta, I. Pomjalowski (ed.), San Petersburgo 1894, pág. 7, rr. 28-ss.

⁵⁴ Cf. F. Halkin, «Un ermite des Balkans», págs. 126, ll. 32-ss., 130, ll. 22-s.

⁵⁵ Cf. D. G. Tsamis (ed.), Tesalónica 1985, pág. 452.

⁵⁶ Es de particular importancia el análisis de G. Weiss, *Johannes Kantakuzenos*, págs. 125-ss.

las relaciones directas que tenían lugar entre muchos de los *leaders* hesicas-tas —frecuentemente de extracción noble—, Cantacuceno y el resto de se-ñores y soberanos del siglo XIV. El mismo Cantacuceno en una nota au-tobiográfica recordaba con veneración, viendo en ellos a sus padres espirituales, a Atanasio I, Hilarión de Didimotica y Gabriel⁵⁷. Por otro lado, los sentimientos filocantacucenísticos, en el momento de la guerra civil, de un Isidoro, de un Saba, de un Filoteo Kokkinos, de un Germa-no Maroules, etc., son conocidos. De las *Vidas* de Gregorio el Sinaíta y Máximo el Kausokalyba llegamos a saber cómo el primero, tras haber fre-cuentado a su tiempo la corte de Andrónico II, «hizo discípulos suyos, mediante maravillosas enseñanzas espirituales»⁵⁸, a Andrónico III, Esteban Dušsan rey de Serbia y al zar búlgaro Juan Alejandro Asen. Por su parte, Máximo tuvo trato con los emperadores Andrónico II, Juan Cantacuce-no y Juan Paleólogo.

Sin embargo, al concluir estas breves anotaciones introductorias, se puede decir que fue característico de la naturaleza del hesicasmo tardobi-zantino no haberse limitado al mundo de los monjes, sino dirigirse tam-bién a los laicos, a cuantos vivían en el siglo. Y en esto no hacía sino se-guir la enseñanza de los Padres más antiguos, los cuales habían puesto la caridad en la cúspide de las virtudes. Si se huía del mundo por amor a Dios, había que practicar también la otra parte del mandamiento, el amor al prójimo. Esto se transparenta de una manera clara de los años de ma-gisterio episcopal de Gregorio Palamás y de las enseñanzas de Gregorio el Sinaíta. Es él quien prescribe a Máximo el Kausokalyba: «Establécete en un lugar para dar mayor fruto y, como asceta experimentado, serás de ayuda a muchos. [...] Haz partícipe al pueblo de Dios del talento y de la simiente divina. [...] El Señor, en efecto, no llamó a los Apóstoles para enviarles a estar siempre en las montañas, sino junto a los hombres, de modo que, gracias a la comunión en la santidad, los impíos se hagan san-tos y se salven por medio de la santidad»⁵⁹. Consejo que Máximo recoge-rá y adoptará celosamente hasta la muerte, como nos dice la *Vida*. Tam-bién fue el Sinaíta, en 1325 *ca.*, quien envió al mundo a Isidoro Boucheir, que había venido al Athos para vivir junto a él, al decirle: «No es en los

⁵⁷ Cf. J. Meyendorff, *Introduction*, pág. 34, n. 33; D. M. Nicol, «Hilarion of Didymo-teichon», págs. 191-ss.

⁵⁸ *Vida* de Máximo el Kausokalyba, cf. *infra*, pág. 109.

⁵⁹ *Vida* de Máximo el Kausokalyba, cf. *infra*, pág. 108.

eremitorios y en esas montañas en donde quiero que te entretengas, querido mío, sino en el mundo y junto a quienes viven allí, monjes y laicos, para que mezclado con ellos seas ejemplo de la buena conducta de vida según Cristo y de las virtudes de toda especie»⁶⁰. Precisamente el caso de Isidoro nos permite ver cómo en aquellos años llegaron a conformarse tipos de fraternidades, círculos (*hetareiai*), «no sólo de monjes, sino también de laicos, no sólo de hombres, sino también de mujeres». Dos grupos de este género estuvieron dirigidos por el mismo Isidoro, uno en Tesalónica en los años treinta y el otro en Constantinopla en los cuarenta. La predicación a los seglares asumía a menudo formas características, basadas en la consideración de determinados pasajes neotestamentarios que invitan a la penitencia y a la conversión. Así Isidoro decía, haciéndose eco de ciertas páginas de Atanasio I: «“El tiempo es corto. Por tanto, los que tienen mujer vivan como si no la tuviesen. Los que compren, como si no poseyesen. Los que disfrutan del mundo, como si no disfrutasen. Porque la apariencia de este mundo pasa” (1Cor 7, 29-ss) [...] huyamos de Sodoma y Gomorra, entrad por la puerta estrecha: estrecha y angosta es en efecto la puerta que conduce a la vida y pocos son quienes la encuentran (cf. Mt 7, 13-s.)»⁶¹. Y Máximo el Kausokalyba se encontraba en la misma línea cuando en sus enseñanzas a los laicos decía: «¿Qué utilidad podéis obtener de las cosas vanas y malvadas que se desvanecen antes que la muerte, que os arruinan y os causan castigo? Mirad las tumbas de los hombres, considerad la vanidad del mundo, la precariedad y la pobreza de la riqueza y de la gloria. [...] Recordad las penas eternas [...] el juez venidero. [...] Llorad antes del llanto que seguirá a la sentencia. [...] Apresuraos en la penitencia [...] para conseguir el perdón antes de morir»⁶².

A. R.

⁶⁰ *Vida de Isidoro* 22, D. G. Tsamis (ed.), Tesalónica 1985, pág. 353, ll. 33-37.

⁶¹ *Vida de Isidoro* 23, D. G. Tsamis (ed.), pág. 355, ll. 31-ss.

⁶² *Vida de Máximo el Kausokalyba*, cf. *infra*, pág. 111.

Abreviaturas

<i>AnBoll</i>	<i>Analecta Bollandiana</i> , Bruselas 1882–ss.
<i>BHG</i>	F. Halkin, <i>Bibliotheca Hagiographica Graeca</i> , I–III, Bruselas 1957 (Subsidia Hagiographica 8a); íd., <i>Novum Auctarium</i> , Bruselas 1984 (Subsidia Hagiographica 65).
<i>Byz</i>	<i>Byzantion</i> , Bruselas 1924–ss.
<i>DIP</i>	<i>Dizionario degli Istituti di Perfezione</i> , Roma 1974–ss.
<i>DS</i>	<i>Dictionnaire de Spiritualité</i> , París 1932–1995.
<i>JÖB</i>	<i>Jahrbuch der Österreichischen Byzantinistik</i> , Viena 1951–ss.
<i>OCP</i>	<i>Orientalia Christiana Periodica</i> , Roma 1935–ss.
<i>PG</i>	J.-P. Migne, <i>Patrologiae cursus completus. Series graeca</i> , París 1857–1866.
<i>Philokalia</i>	<i>Filocalia de los santos népticos</i> (en griego), I–V, Atenas 1976 ³ .
<i>PLP</i>	<i>Prosopographisches Lexikon der Palaiologenzeit</i> , Viena 1976–1996.
<i>REB</i>	<i>Revue des Études Byzantines</i> , París 1946–ss.
<i>SC</i>	<i>Sources Chrétiennes</i> , París 1942–ss.
<i>TM</i>	<i>Travaux et Mémoires</i> , París 1965–ss.
<i>Tr.</i>	Gregorio Palamás, <i>Tríadas</i> .

Para las citas completas de las otras obras y de los artículos, cf. la «Bibliografía general», págs. 207–216.

Silencio y quietud
Místicos bizantinos
entre los siglos XIII y XV

Pseudo-Simeón
(segunda mitad siglo XIII)

**Versos de la santa y divina
oración de nuestro santo Padre,
presbítero e igúmeno del monasterio
de San Mamas de Xerokerkos,
Simeón el Nuevo Teólogo**

Quien quiera ver esta luz
debe custodiar su corazón
de las pasiones carnales y de las suciedades inútiles,
de todo juramento, de la ira y de la turbación,
de la distracción y del rencor
y no juzgar absolutamente a ningún hombre.
Su pensamiento y su ánimo,
purificado de las suciedades de la carne,
ha de ser apacible, humilde, quieto,
expresivo, hijo de la paz,
continente en las comidas y en las bebidas,
y debe dedicarse firmemente a la oración.
En todo esto ha de tener como inicio y fin,
el principio de todas las virtudes, la caridad.

Método de la santa oración y atención

Tres son los tipos de la oración y de la atención por medio de los cuales el alma se eleva o cae. Se eleva si los utiliza en el tiempo oportuno, cae si los emplea en el momento equivocado y de modo irracional. La sobriedad (*nepsis*) y la oración están conectadas como el alma y el cuerpo: si falta una, la otra siquiera subsiste. Se combinan de dos modos. Primero la sobriedad se opone al pecado, anticipando la oración como un explorador y una vanguardia. Ésta, después, extermina y aniquila rápidamente los

malos pensamientos encadenados por la custodia. La atención, por sí sola, no puede conseguirlo. Las puertas de la vida y de la muerte son la atención y la oración. Si las purificamos por medio de la sobriedad, avanzamos; si las descuidamos, con negligencia, nos volvemos malos. Ya que hemos dicho que la atención y la oración se dividen en tres partes, es necesario exponer las propiedades de cada una de éstas, con el fin de que quien quiera adquirir la vida y desee poner manos a la obra pueda sin duda escoger el mejor de estos tres estados y no, por ignorancia, el peor, cerrándose el paso a la mejor parte.

Sobre la primera oración

Las características de la primera oración son las siguientes: cuando uno se dedica a la oración, eleva las manos y la mirada al cielo, junto con la mente; la mente forja pensamientos divinos e imagina bellezas celestiales, las jerarquías de los ángeles, las moradas de los justos: en pocas palabras, durante el tiempo de oración recoge en su mente todo lo que ha oído de las Escrituras. Despierta su alma al amor divino, mirando asiduamente el cielo, sus ojos vierten lágrimas, dulcemente arde, por decirlo así, y se eleva en su corazón, cree que cuanto le sucede es una consolación divina y desea dedicarse siempre a esta ocupación. Éstos son los signos del error, porque el bien no es bien si no se practica bien. Si por tanto este hombre practica la *hesiquía* sin tener relaciones con el exterior es imposible que no se vuelva loco. Aunque no caiga en este mal, es imposible que llegue a poseer las virtudes y la impasibilidad. Por esta atención han sido engañados los que ven en modo sensible luces, que perciben ciertos perfumes y oyen voces y otros fenómenos similares. Los unos han llegado a estar completamente poseídos por los demonios y vagan de lugar en lugar y de país en país; los otros, al no haber reconocido a aquel que se transforma en ángel de luz y al permanecer en la soberbia, han sido engañados y han quedado totalmente incorregibles hasta el final, porque no admiten ninguna indicación por parte de los hombres. Otros incluso se han suicidado, empujados por aquel que los ha reducido a ruinas: algunos se han lanzado desde lugares elevados, otros han usado la cuerda. ¿Quién podrá dar cuenta de los muchos modos de engaño del diablo? Es posible al hombre sensato, de cuanto ha sido dicho, aprender qué provechos se derivan de la primera atención. Si todavía hay alguno que no acaba de este modo, por-

que vive en comunidad —lo cual pasa a los anacoretas—, a causa de esto no hará ningún progreso en toda su vida.

Sobre la segunda oración

La segunda oración es ésta: la mente se recoge de los sentidos; custodiándose de los sentidos exteriores y recogiendo todos los pensamientos avanza, olvida las vanidades y, algunas veces, examina los pensamientos, otras presta atención a las súplicas dirigidas a Dios con los labios, otras, dominada ella misma por las pasiones, se violenta para volver a sí misma. Para quien combate de este modo no es posible alcanzar la paz y la victoria. Este individuo es semejante a un hombre que combate de noche, el cual oye las voces de los enemigos y recibe sus golpes, pero a quien le es imposible ver claramente quiénes son, de dónde vienen, cómo y por qué combaten. Causa de este daño son las tinieblas de su mente. Quien así combate no podrá evitar ser destruido por los invasores espirituales y soportará los esfuerzos, pero no tendrá recompensa alguna. Sorprendido por la vanagloria, se considera atento y, dominado y engañado por ésta, critica a los otros como inferiores a él, se eleva y se pone como pastor de la grey, semejante a un ciego que quiera conducir a los ciegos. Éstas son las características de la segunda oración. De ellas es posible, para quien ama las fatigas, aprender los inconvenientes. La segunda es superior a la primera como una noche de luna llena es más clara que una noche sin estrellas y sin luz alguna.

Sobre la tercera oración

Empezamos a hablar de la tercera oración. Cosa extraña y difícil de explicar, no sólo difícil de comprender, sino también incluso increíble para quienes no la conocen: actividad que no se da en muchos. Pienso que este gran bien ha desaparecido junto a la obediencia. La obediencia, de hecho, libera a su amante del presente siglo malvado y lo priva de preocupaciones y de pasiones, y lo hace ser constante y decidido en la vía escogida previamente, en caso de haber encontrado también un maestro infalible. ¿Qué objetos materiales, de hecho, podrán distraer a una mente muerta, por medio de la obediencia, en relación con cualquier debilidad

por el mundo y por el cuerpo? ¿Qué preocupación podrá turbar a quien ha remitido toda preocupación del alma y del cuerpo a Dios y al propio padre espiritual, y que ya no vive para sí ni desea juicio de hombre? Así llegan a cortarse los lazos invisibles de las facultades en rebeldía que, semejantes a cuerdas, arrastran la mente a las mil distracciones de los pensamientos; ésta aparece libre y, guerreando con habilidad y escrutando los pensamientos de los enemigos, los ahuyenta con pericia y, con un corazón puro, eleva las oraciones. Los que, por el contrario, no procedan así serán destruidos sin ningún provecho.

El principio de la tercera oración no consiste en comenzar a mirar a lo alto o en levantar las manos y recoger los pensamientos invocando la ayuda divina. Éstas son, como hemos dicho, las características del primer error. Pero ni siquiera comienza con el segundo, en el cual la mente, prestando atención a los sentidos exteriores, no distingue a los enemigos interiores. Este individuo, lo hemos dicho, es golpeado y no golpea, es herido y no lo sabe, es hecho prisionero y no puede rechazar a los agresores. Continuamente éstos le arañan el dorso (cf. Sal 128, 3), o mejor el rostro, y lo convierten en un vanidoso y en un presuntuoso. Si quieres dedicarte a esta actividad generadora de luz y colmada de atractivos, comienza así.

Tras la exacta obediencia que este escrito ha tratado más arriba, es necesario que hagas cada cosa con conciencia; en efecto, fuera de la obediencia no hay conciencia pura. Debes ante todo conservar una conciencia pura para con Dios, después para con tu padre espiritual y, en tercer lugar, para con los hombres y las cosas. Para con Dios debes conservar la conciencia, no haciendo nada contrario a su servicio. Para con tu padre espiritual, haciendo todo lo que te dice, según su intención, sin añadir nada ni omitir nada. Para con los hombres debes conservar la conciencia en modo de no hacer a otro lo que no desees para ti. En las cosas debes guardarte del abuso en cada obra, alimento, bebida o vestido. En pocas palabras: haz todo como si estuvieras delante de Dios y al abrigo de todo reproche de la conciencia. Ya que hemos delimitado y definido la verdadera atención, si os place, hablaremos netamente y concisamente de sus cualidades. He aquí la atención y oración verdaderas y sin error: la mente, orando, custodia el corazón y retorna siempre a su interior y de su profundidad hace surgir sus súplicas hacia el Señor. Entonces la mente, habiendo gustado cuán bueno es el Señor (cf. Sal 33, 9), ya no será expulsada de la estancia del corazón; de hecho dice junto al Apóstol: «Es bello para nosotros permanecer aquí» (Lc 9, 33) e, inspeccionando ince-

santemente estos lugares interiores, expulsa, golpeándolos, los pensamientos sembrados por el enemigo. Esta conducta parece dura y ardua para quienes la ignoran, y verdaderamente esta obra es sofocante y laboriosa no sólo para los no iniciados, sino también para quienes han tenido la experiencia, pero todavía no han gustado el placer y no lo han llevado al fondo del corazón. Quienes, en cambio, han saboreado el placer y han llevado la dulzura al paladar del corazón también ellos pueden gritar junto a Pablo: «¿Quién nos separará de la caridad de Cristo?, etc.» (Rm 8, 35). De hecho nuestros santos Padres, habiendo oído al Señor decir: «De vuestros corazones salen los malos pensamientos, asesinatos, adulterios, fornicaciones, robos, falsos testimonios y es esto lo que contamina al hombre» (Mt 15, 19-20) y habiendo también [el Señor] invitado a purificar el interior de la copa a fin de que también lo externo llegue a ser puro (cf. Mt 23, 26), han abandonado la preocupación de cualquier otra práctica de las virtudes para esforzarse en la custodia del corazón, sabiendo exactamente que mediante ella habrían adquirido sin fatiga cualquier otra práctica, mientras que fuera de ésta la virtud no puede permanecer. Es lo que algunos de los Padres han llamado *hesiquía* del corazón, otros atención, otros custodia del corazón, otros sobriedad y contradicción, otros aun examen de los pensamientos y custodia de la mente. Todos al unísono han trabajado la tierra de los propios corazones y gracias a ella han podido alimentarse del maná divino. A este propósito dice el Eclesiastés: «Alégrate, mozo, en tu juventud, vete por donde te lleve el corazón y expulsa la melancolía de tu corazón» (Qo 11, 9); «Si el espíritu del que manda se levanta contra ti, no abandones tu puesto» (Qo 10, 4). Diciendo «puesto» ha indicado el corazón, según lo que dice el Señor: «Porque del corazón salen los pensamientos malos» (Mt 15, 19), y aún: «No estéis inquietos» (Lc 12, 29), y de nuevo: «¡Qué estrecha la entrada y qué angosto el camino que lleva a la vida!» (Mt 7, 14), y: «Bienaventurados los pobres de espíritu» (Mt 5, 3), es decir, los que no poseen en sí ningún razonamiento de este mundo. Dice el apóstol Pedro: «Sed sobrios y velad. Vuestro adversario, el Diablo, ronda como león rugiente, buscando a quién devorar» (1P 5, 8). Y Pablo escribe a los Efesios cosas muy claras sobre la custodia del corazón: «Porque nuestra lucha no es contra la carne y la sangre, etc.» (Ef 6, 12), cosas de las que han hablado nuestros divinos Padres en sus obras sobre la custodia del corazón. Quien quiera se dirija a sus escritos encontrará exactamente en las palabras utilizadas por mí lo que han elaborado Marcos el Asceta, Juan Clímaco, Esiquio y Filoteo el Sinaíta,

Isaías y Barsanufio y todo el libro de los Padres llamado *Paraíso*¹. Y ¿por qué digo todas estas palabras? Nadie puede, sin custodiar la mente, alcanzar la pureza de corazón y así hacerse digno de ver a Dios. Sin ella no hay ni pobres de espíritu, ni afligidos, ni hambre ni sed de justicia. Nadie sin la sobriedad será verdaderamente misericordioso, puro de corazón, pacificador, ni será perseguido a causa de la justicia (cf. Mt 5, 3-10). En pocas palabras, es imposible sin la sobriedad adquirir las virtudes inspiradas por Dios. Por ello abrázala antes que nada para aprender de la experiencia cuanto te digo que es desconocido a todos los hombres. Si también quieres aprender el modo de la oración, te lo expondré con la ayuda de Dios y según mis posibilidades. Antes que nada debes adquirir tres cosas y así te dirigirás hacia lo que buscas: la ausencia de preocupaciones (*amerimnia*) por las cosas irracionales y las racionales, es decir, la muerte a todo; una conciencia pura, custodiándote de modo irreprochable respecto a tu conciencia, la libertad de toda pasión que te devolvería a este mundo y a tu cuerpo.

De esta manera, sentado en una celda tranquila, en un rincón apartado, haz lo que te digo: cierra la puerta y eleva tu mente por encima de todo objeto vano y temporal. Entonces, apoya la barba sobre el pecho, dirige tu ojo corporal, junto a tu mente, al centro de tu vientre, es decir, al ombligo. Comprime la inspiración que pasa por la nariz, de modo que respire con dificultad y explora mentalmente en el interior de las vísceras, para hallar el lugar del corazón en donde suelen morar todas las potencias del alma. Al comienzo hallarás tinieblas y una dureza obstinada, pero, perseverando en esta actividad día y noche, encontrarás, ¡oh maravilla!, una felicidad infinita. En efecto, cuando la mente encuentra el lugar del corazón, ve inmediatamente lo que nunca antes habrías creído: ve, en efecto, el aire en el interior del corazón y a sí misma toda luminosa y llena de discernimiento; apenas despunta un pensamiento, antes de que se complete y tome forma, lo expulsa y lo aniquila con la invocación de Jesucristo. Entonces, la mente, llena de resentimiento con los demonios despierta la cólera según la naturaleza y golpea, expulsándolos, a los enemigos espirituales. El resto lo aprenderás con la ayuda de Dios, con la custodia de la mente y manteniendo a Jesús en el corazón; con razón se ha dicho: «Siéntate en la celda y ésta te lo enseñará todo»².

Pregunta: Y ¿por qué la primera y segunda custodias no pueden conducir al monje a la perfección?

Respuesta: Porque no proceden según el orden. Juan Clímaco ha comparado estas cosas a una escala, diciendo así: «Los unos disminuyen las pasiones, los otros se dan a la salmodia, dedicándole la mayor parte del tiempo, otros se dedican a la oración, otros incluso se fijan en la contemplación de los abismos. Según la figura de la escala —dice— hay que afrontar la cuestión»³. Entonces, aquellos que quieren subir una escala no van de lo alto a lo bajo, sino de lo bajo a lo alto y primero suben el primer escalón, después el siguiente y poco a poco los otros. Y así es posible elevarse del suelo y subir al cielo. Si por tanto queremos llegar al hombre perfecto de la plenitud de Cristo (cf. Ef 4, 13), como los lactantes según los pasos de edad de los niños, empezamos a subir la escala establecida, para alcanzar, avanzando lentamente, la grandeza del adulto y del anciano. La primera edad del estado monástico es la disminución de las pasiones, propia de los principiantes. Segundo escalón y paso de edad es la asiduidad en la salmodia que hace del ser espiritual adolescente un mozo. De hecho, tras el sopor y la disminución de las pasiones, la salmodia es dulce a la lengua y es tenida en cuenta por Dios, porque no es posible cantar al Señor en tierra extranjera, es decir con un corazón colmado de pasiones. Ésta es la señal de los proficientes. Tercer escalón y paso de la edad de mozo a la adulta, desde el punto de vista espiritual, es la asiduidad en la oración, propia de los adelantados. De hecho, la oración difiere de la salmodia como un hombre adulto del mozo y del adolescente, según el escalón que ocupemos. A éstos se añade un cuarto escalón y paso de edad espiritual, el del anciano de cabellos blancos: es la mirada fija de la contemplación, propia de los perfectos.

He ahí que el camino ha terminado y se ha alcanzado la cima de la escala. Estando todo así dispuesto y ordenado por el Espíritu, no es posible al niño llegar a ser adulto y conseguir la condición de anciano si no empieza, como hemos dicho, con el primer escalón y no llega, subiendo los cuatro, a la perfección. Para quien quiera renacer espiritualmente, inicio del avance hacia la luz es la disminución de las pasiones, es decir la custodia del corazón. De hecho no es posible disminuir de otro modo las pasiones. Después de esto, en segundo lugar, viene la intensidad de la salmodia. Amodorradas y disminuidas las pasiones gracias a la resistencia del corazón a las mismas, el deseo de la unión con Dios inflama la mente. Entonces, la mente llena de fuerza, expulsa, golpeándolos, los pensamientos que soplan sobre la superficie del corazón y de nuevo se aplica, como es habitual, a la segunda atención y oración. Entonces se desenca-

denan los espíritus. A menudo los espíritus de las pasiones agitan terriblemente el abismo del corazón. Se disuelven y aniquilan como cera mediante la invocación del Señor Jesucristo. Expulsados de allí, agitan la superficie de la mente mediante los sentidos, pero muy pronto se experimentará la paz, aun cuando es imposible evitarlos completamente sin combate. Esto es propio sólo del hombre perfecto, del completo anacoreta, incesantemente dedicado a la atención del corazón. A partir de aquí, quien haya adquirido la atención se elevará lentamente a la sabiduría de los cabellos blancos, es decir a la ascensión de la contemplación, propia de los perfectos. Por tanto, quien practica convenientemente en el tiempo oportuno todo esto, puede, tras la expulsión de las pasiones del corazón, aplicarse a la salmodia y defenderse bien de los pensamientos despertados por los sentidos y del trastorno de la superficie de la mente y, cuando hay necesidad, dirigir hacia el cielo el ojo corporal junto a aquel mental y orar verdaderamente con pureza. Esto se consigue a intervalos y raramente, a causa de quienes están al acecho en el aire. De hecho sólo se precisa esto: que tengamos el corazón purificado por la custodia. «Si la raíz es santa», según el Apóstol, está claro que «lo serán también las ramas» (Rm 11, 16) y el fruto. Pero, independientemente de esto que hemos dicho, elevar el ojo y la mente al cielo, queriendo representarse mentalmente imágenes, es ver un vano reflejo de imágenes más que la verdad, porque, siendo el corazón impuro, la primera y segunda atenciones no hacen progresar. Así como para construir una casa no ponemos primero el techo y después los fundamentos —cosa imposible—, sino al contrario, primero los fundamentos, después el edificio y sobre éste el techo, del mismo modo debes razonar sobre estos hechos. Primero, en efecto, custodiando el corazón y disminuyendo las pasiones, ponemos los fundamentos espirituales de la casa; después, rechazando con la segunda atención la tempestad de los espíritus malvados y poniendo fin rápidamente a su guerra, elevamos por encima de los fundamentos los muros de la casa espiritual. Finalmente, por medio de la perfecta inclinación hacia Dios o por la anacoresis ponemos sobre la casa el techo y así terminamos la casa espiritual en Cristo nuestro Señor; a él sea la gloria por los siglos. Amén.

Nicéforo el Athonita
(segunda mitad del siglo XIII)

**Tratado de gran utilidad
sobre la custodia del corazón**

Vosotros que deseáis ardientemente obtener la grandiosa y divina manifestación de luz de nuestro Salvador Jesucristo, vosotros que queréis recibir sensiblemente en el corazón el fuego supracelestial, vosotros que os esforzáis por obtener en la experiencia y en el sentimiento el perdón de Dios, vosotros que habéis dejado todos los bienes del mundo (cf. Mt 13, 44) para encontrar y adueñaros del tesoro oculto en el campo de vuestros corazones, vosotros que queréis hasta ahora iluminar espléndidamente las lámparas de vuestra alma y habéis renunciado a todas las cosas presentes, vosotros que queréis conocer y experimentar en el conocimiento y en la experiencia el reino de los cielos, que está dentro de nosotros (cf. Lc 17, 21), venid, y os explicaré la ciencia de la vida eterna, o mejor celestial —o mejor todavía el método—, que introduce sin fatiga ni sudor en el porte de la impasibilidad a quien la practica. Ésta no tiene que temer ni la seducción ni el terror que vienen de los demonios. Éstos amenazan sólo a quien es conducido por la desobediencia fuera de la vida que expongo, como sucedió antiguamente a Adán. Éste, abandonado el mandamiento de Dios, hizo amistad con la serpiente, se fió de ella y, empujado por ella, se alimentó del fruto engañoso. Se precipitó miserablemente a sí mismo y a su posteridad en el abismo de la muerte, de las tinieblas y de la corrupción.

Así pues retornad; o para hablar más exactamente: volvamos a nosotros mismos, hermanos, rechazando el consejo de la serpiente y todo comercio con quien se arrastra por el suelo. No podemos, en efecto, acceder de otro modo al perdón y a la familiaridad con Dios si no regresamos —o entramos— en nosotros mismos, en la medida de lo posible. ¡Qué cosa extraordinaria!: separarse de los vínculos con el mundo y de las vanas preocupaciones y adueñarse indefectiblemente del reino de los cielos, que está dentro de nosotros (cf. Lc 17, 21), nuestra mente. Por esta razón,

en efecto, la vida monástica ha sido llamada arte de las artes y ciencia de las ciencias. Ella no procura las ventajas corruptibles de aquí abajo —de modo que sepultemos nuestra mente en la oscuridad, disminuyendo la mejor parte—, pero nos anuncia bienes maravillosos e inefables, «cosas que el ojo no vio, ni la oreja oyó, ni jamás entraron en el corazón del hombre» (1Cor 2, 9). Así «nuestra batalla no es contra sangre y carne, sino contra los principados y las potestades, contra los espíritus del mal» (Ef 6, 12). Si, por tanto, el siglo presente es tiniebla, huyamos de él, huyamos con el pensamiento, huyamos con la mente, huyamos de él con el espíritu, de modo que no haya nada en común entre nosotros y el enemigo de Dios: «Quien pretenda tener amistad con él se hace enemigo de Dios» (St 4, 4), y ¿quién podrá venir en ayuda de quien se ha hecho enemigo de Dios? Por eso imitamos a nuestros Padres, buscamos, como han hecho ellos, el tesoro escondido en nuestros corazones y, al descubrirlo, mantengámoslo con fuerza, haciéndolo fructificar y custodiándolo. Hemos sido destinados a esto desde los orígenes. Si un nuevo Nicodemo quisiera poner objeciones al respecto y dijese: «¿Cómo se puede entrar en el corazón y allí obrar y vivir?», como el viejo pidió al Salvador: «¿Cómo puede uno entrar una segunda vez en el vientre de su madre y nacer de nuevo, siendo viejo? (Jn 3, 4), escuche pues lo que se le respondió: «El espíritu sopla donde quiere» (Jn 3, 8). Y si, incrédulos, alimentamos tales dudas respecto a las obras de la *praktiké*, ¿qué sucederá con aquellas de la *theoria*? La *praktiké* es, en efecto, sustento de la *theoria*. Puesto que es imposible convencer a un tal incrédulo sin pruebas escritas, presentaremos ahora, para utilidad de todos, las *Vidas* de los santos y sus escritos, de modo que, convencido por éstos, rechace toda duda. Comenzaremos con nuestro Padre Antonio el Grande, para continuar con sus sucesores. En la medida de mis posibilidades hemos recogido las obras de estos alegándolas como confirmación.

De la *Vida* de nuestro santo Padre Antonio

Un día dos hermanos se pusieron en camino para encontrarse con abba Antonio. De camino les faltó el agua. Uno murió y al otro poco le faltaba: yacía en el suelo esperando la muerte. Antonio, sentado sobre el monte, llamó a dos monjes que se encontraban allí y les apremió diciendo: «Coged un jarro de agua y corred hacia el camino de Egipto. De dos

que venían hacia aquí, uno ya ha muerto y el otro morirá si no os apresuráis. Todo esto me ha sido revelado mientras oraba». Los monjes, llegando hasta aquel lugar, encontraron al muerto y lo sepultaron, al otro lo reanimaron con agua y lo condujeron hasta el anciano. La distancia era de una jornada de camino⁴.

Si alguno se pregunta por qué el santo no dijo nada antes de que muriese uno de ellos, la pregunta no es sensata. No correspondía, en efecto, a Antonio el decidir sobre la muerte, sino a Dios, que decidió dejar morir a uno y revelar la suerte del otro. Cuanto hay de milagroso y propio en Antonio está en el hecho de que, sentado en la montaña, tenía el corazón sobrio y por eso Dios le reveló los sucesos lejanos. Considera que Antonio, gracias a la sobriedad del corazón, llegó a estar en posesión de la visión divina y de una vista a distancia. De hecho, como dice Juan Clímaco, Dios se manifiesta a la mente en el corazón, al comienzo como un fuego que purifica a quien lo ama, después como luz que hace resplandecer la mente y la vuelve deiforme⁵. Que el discurso prosiga con sus sucesores.

De la *Vida* de san Teodosio el Cenobiarca

El divino Teodosio fue tan herido por la flecha suave de la caridad y se hizo tan prisionero de sus vínculos, que llegó a practicar el divino y sublime mandamiento: «Amarás al Señor tu Dios con todo tu corazón, con toda tu alma y con toda tu mente» (Mt 22, 37). Esto fue posible, solamente, porque todas las potencias naturales de su alma estaban exclusivamente dirigidas hacia el amor del Creador, en lugar de estarlo hacia las cosas presentes. Hablo de las actividades intelectuales del alma. Él inspiraba reverencia cuando consolaba, era la dulzura y la afabilidad en persona cuando reprendía. ¿Quién ha sido más útil a todos en sus relaciones con los demás? ¿Quién ha sido más capaz de recoger los sentidos y de dirigirlos al interior de sí mismo? Se mantuvo en absoluta paz tanto en el alboroto del mundo como en la quietud del eremitorio. ¿Quién ha sido más capaz de vivir tanto entre la gente como en la soledad?

¿Te das cuenta cómo el gran Teodosio, recogiendo sus sentidos e introduciéndolos en sí mismo, llegó a enfermar de amor por el Creador (cf. Ct 2, 5)?

De la *Vida* de san Arsenio

El maravilloso Arsenio se había puesto como regla no tratar nada por escrito y no escribir tan siquiera una letra. No es que fuese incapaz; antes bien le era más fácil hablar elocuentemente que a los otros hablar simplemente. La causa de este comportamiento residía en su hábito de silencio y en su repugnancia por la ostentación. Por eso tenía gran cuidado, en la iglesia o en las reuniones, de no mirar a nadie y al mismo tiempo no ser visto por nadie. De esta manera, se mantenía detrás de una columna o de cualquier otro obstáculo, escondiéndose y permaneciendo fuera de la vista de los demás. Quería prestar atención a sí mismo, recoger dentro de sí la propia mente y así elevarse con facilidad hacia Dios. Este hombre divino, un ángel en la tierra, recogía la mente en su interior para elevarla ágilmente hacia Dios⁷.

De la *Vida* de san Pablo de Latros

El divino Pablo vivió siempre en las montañas y en los desiertos. Los animales salvajes eran sus compañeros y comensales. En una ocasión descendió al monasterio para visitar a sus hermanos. Los exhortaba y enseñaba a no ser pusilánimes y a no descuidar las fatigas de la virtud, sino a dedicarse con atención y discreción a la vida evangélica y a combatir valientemente a los espíritus del mal. Además les expuso un método gracias al cual podían reconocer las sugerencias pasionales y remover las simientes de las pasiones⁸.

Este divino Padre enseña a sus discípulos ignorantes un método para alejar las sugerencias de las pasiones. No es otro que la custodia de la mente. Se trata, en efecto, de esta obra y no de cualquier otra cosa. Pero continuemos con nuestro discurso.

De la *Vida* de san Saba

Cuando el divino Saba veía que alguien había aprendido la regla de la vida monástica, que ya era capaz de custodiar la propia mente, de combatir los pensamientos del enemigo y que había expulsado totalmente de la propia razón el recuerdo del mundo, entonces le asignaba una celda en el

interior del monasterio, si era de constitución débil y enfermiza. Si, por el contrario, era sano y fuerte, le permitía construirse una celda⁹.

¿Te das cuenta de cómo también el divino Saba exigía de los discípulos la custodia de la mente y de que sólo entonces dejaba que vivieran en las celdas? ¿Qué no haremos nosotros que nos sentimos ociosos en las celdas y no sabemos siquiera que exista la custodia de la mente? Pero este gran Padre recibió esta virtud de quienes lo habían precedido y asimismo la prescribía a los otros como tarea propia y única de los monjes. Pero, si parece oportuno, pasaremos a otro.

De la *Vida* del abba Agatón

Un hermano preguntó al abba Agatón: «Abba, dime, ¿es mejor la fatiga corporal o la custodia interior?». Él le respondió: «El hombre se asemeja a un árbol. La fatiga corporal son las hojas, la custodia interior el fruto. Ya que está escrito: “Todo árbol que no produzca un buen fruto será cortado y tirado al fuego” (Mt 3, 10), queda claro que todo nuestro esfuerzo se dirige a los frutos, es decir a la custodia de la mente. Pero son necesarios también la sombra y el adorno de las flores, es decir la fatiga corporal»¹⁰.

Admira cómo este santo muestra a cuantos no poseen la custodia de la mente, jactándose de la sola *praktiké*, que todo árbol que no produce fruto, es decir la custodia de la mente, y que sólo tiene hojas, es decir la *praxis*, será cortado y lanzado al fuego. ¡Terrible sentencia, Padre!

Abba Marco a Nicolás

Si, por tanto, quieres, hijo mío, poseer en tu interior la luz del conocimiento intelectual, para caminar sin tropiezo en la noche profunda del presente siglo y que tus pasos sean guiados por el Señor, y si deseas ardentemente la vía del Evangelio, según la palabra profética, es decir, llegar a participar, mediante el deseo y la oración, de los perfectos mandamientos evangélicos del Señor, te mostraré un método maravilloso y una invención espiritual que no precisa fatiga ni lucha corporal, sino fatiga espiritual, una mente y una razón atentas, combinadas con el temor y el amor a Dios. Mediante esto podrás fácilmente desbaratar la falange de los

enemigos. Si quieres obtener la victoria contra las pasiones, con la oración y el concurso de Dios, vuelve a entrar en ti mismo, sumergiéndote en los abismos del corazón, sigue las huellas de estos tres poderosos gigantes: el olvido, la indolencia y la ignorancia, apoyo de los invasores espirituales. Por medio de éstos las otras pasiones malvadas se insinúan, operan, viven y prevalecen en las almas de los amantes de los placeres. Mediante una gran atención y vigilancia de la mente y gracias a la ayuda de lo alto, descubriendo cuanto resta desconocido a la mayoría, podrás así, estando en una absoluta atención y orando, liberarte de los gigantes malvados. Con la ayuda de la gracia, esfuérzate por establecer en el corazón y de custodiar con cuidado la buena armonía del verdadero conocimiento, del recuerdo de la palabra de Dios; entonces toda huella de olvido, ignorancia e indolencia desaparecerán del corazón¹¹.

¿Te das cuenta de la unanimidad de las palabras espirituales? ¿No ves cómo se expone claramente la ciencia de la oración? Veamos qué nos dirán las sucesivas.

San Juan Clímaco

Hesicasta es quien aspira a circunscribir lo incorpóreo en una morada corporal. Hesicasta es quien dice: «Duermo, pero mi corazón vela» (Ct 5, 2). Cierra la puerta de la celda del cuerpo, la puerta de la lengua a la conversación y aquella interior a los espíritus. Sentado sobre algo elevado observa —si eres capaz de ello— y entonces verás cómo, cuándo, de dónde, cuántos y qué ladrones avanzan para robar los racimos. El centinela, cansado, se levanta para orar y después, de nuevo, se sienta dedicándose valientemente a la primera ocupación. Es diferente la custodia de los pensamientos de la custodia de la mente. Tanto como dista oriente de occidente, la segunda es más difícil que la primera. Como los ladrones que al ver desde algún lugar las armas del rey no se aventuran, así aquel que ha juntado la oración a su corazón no será depredado por los ladrones espirituales¹².

¿Te das cuenta de la claridad y la coherencia de la obra maravillosa de este gran Padre? Pero nosotros, según parece, caminamos en la oscuridad y no conseguimos ver las palabras divinas del espíritu, ni alcanzamos a conocer cuanto nos anuncia la divina Escritura, por ser indolentes, obtusos y privados de celo frente a toda buena acción. Pero mira a continuación lo que los Padres nos escriben para invitarnos a la sobriedad.

Abba Isaías

Cuando uno se separa del mal, entonces conoce exactamente todos los pecados que ha cometido contra Dios, puesto que no ve los pecados hasta que no se ha separado dolorosamente. Quienes alcanzan este grado hallan el gemido, la oración y la vergüenza ante Dios acordándose de su malvada amistad con las pasiones. Esforcémonos, así pues, hermanos, en la medida de nuestras posibilidades y con el auxilio de Dios, según la abundancia de su misericordia. Si no hemos custodiado nuestro corazón, como han hecho nuestros Padres, intentemos al menos hacer según nuestras posibilidades y custodiar nuestros cuerpos, como Dios nos requiere, sin pecado y creamos que en la hora de la angustia se hará misericordia como ha hecho con sus santos¹³.

Este gran Padre consuela a los más débiles diciendo: «Y si no hemos custodiado nuestro corazón, como han hecho nuestros Padres, intentemos custodiar nuestros cuerpos sin pecado, como Dios nos requiere, y así nos hará misericordia». ¡Grandes son la compasión y la indulgencia de este Padre!

Macario el Grande

La obra principal del atleta es entrar en el propio corazón, hacer la guerra a Satanás despreciándolo, y combatirlo atacando sus pensamientos. Si uno guarda el propio cuerpo de la corrupción y del adulterio, pero en el interior comete adulterio frente a Dios y se prostituye con los pensamientos, no le sirve de nada poseer un cuerpo virgen. En efecto está escrito: «Quien mira a una mujer para desearla, ya ha cometido adulterio en su corazón» (Mt 5, 28). Hay, en efecto, un adulterio que se consuma en el cuerpo y hay un adulterio en el alma que se une a Satanás¹⁴.

Parece que este gran Padre contradiga las palabras del arriba mencionado abba Isaías, pero no es, en verdad, así. Este último, en efecto, dice que hay que «guardar nuestros cuerpos como Dios lo requiere». Dios no nos exige sólo la pureza de los cuerpos, sino también la del espíritu y otro tanto nos prescriben los mandamientos evangélicos.

Diádoco

El que habita siempre en su propio corazón deja definitivamente los placeres de esta vida. Caminando según el Espíritu, no puede conocer los deseos de la carne. Puesto que camina en el castillo de las virtudes que son, cómo decirlo, los guardianes de las puertas, los planes del demonio no tienen efecto sobre aquél¹⁵.

Dice bien el santo que «los planes del demonio no tienen efecto» cuando vivimos en lo profundo de nuestros corazones y todavía más cuando nos demoramos largamente. Pero me doy cuenta de que falta el tiempo para recoger, como quería, en el presente escrito las obras de todos los Padres para confirmación de los lectores. Por eso recordaré todavía una o dos antes de concluir.

Isaac el Sirio

Esfuézate por entrar en tu morada interior y verás la morada celestial. En efecto, son la misma, y una sola entrada permite contemplar ambas. La escala de este reino está escondida en tu interior, en tu alma. Lávatelo pues del pecado y allí descubrirás los escalones mediante los cuales podrás salir¹⁶.

Juan de Karpathos

Nuestras oraciones requieren mucha lucha y fatiga antes de descubrir el estado imperturbable de la razón, un segundo cielo del corazón en donde habita Cristo. Como dice el Apóstol: «¿No sabéis que Cristo habita en vosotros? A no ser que os encontréis ya reprobados» (2Cor 13, 5)¹⁷.

Simeón el Nuevo Teólogo

El diablo, con sus demonios, desde el día en que la desobediencia expulsó al hombre del paraíso y de la intimidad con Dios, tiene licencia para agitar inteligiblemente la razón de todo hombre noche y día, a veces poco, a veces mucho, otras del todo. No hay otro modo de protegerse

sino con la constante memoria de Dios: la memoria de Dios impresa en el corazón con la potencia de la cruz concentra con estabilidad la mente. A ello se dirige el combate espiritual que todo creyente conduce en la arena de la fe cristiana y para el cual se ha endosado la armadura. De otro modo, combate en vano. Este combate es la razón por la que se mortifica con toda forma de ascesis por Dios, para abrir las vísceras del Misericordioso, para revestir la dignidad originaria y para imprimirse en la razón, como un sello, a Cristo, como dice el Apóstol: «Hijos míos, por quienes sufro de nuevo dolores de parto, hasta ver a Cristo formado en vosotros» (Ga 4, 19)¹⁸.

¿Comprendéis, hermanos, que hay un arte espiritual —es decir un método— que conduce rápidamente a quien lo adopta a la impasibilidad y a la visión de Dios? ¿Estáis convencidos de que toda la *praktiké* será considerada por Dios como las hojas de un árbol sin fruto y que toda alma privada de la custodia de la mente se fatigará en vano? Intentemos, pues, no morir sin fruto y no amargarnos inútilmente.

Pregunta: Por este escrito tuyo hemos llegado a saber cuál era la conducta de aquellos que agradaron al Señor y que hay una actividad que libera velozmente al alma de las pasiones y la une al amor de Dios, actividad necesaria a quien guerrea por Cristo. No tenemos más dudas, estamos convencidos. Pero queremos saber qué es la atención (*prosoché*) y cómo se hace uno digno de llegar a ella. De esta actividad no sabemos, en efecto, absolutamente nada.

Respuesta: En el Nombre del Señor Jesucristo, que ha dicho: «Sin mí no podéis hacer nada» (Jn 15, 5), habiendo convocado su ayuda y su concurso, buscaremos mostrar, en cuanto nos sea posible, qué es la atención y cómo —si Dios quiere— puede ser alcanzada.

Algunos santos han llamado a la atención custodia de la mente, otros custodia del corazón, otros sobriedad (*nepsis*), otros *hesiquía* mental y otros de otro modo. Todas estas palabras indican la misma cosa, así como puede decirse pan, hogaza, panecillo. Aprende con diligencia qué es la atención y cuáles sus propiedades: la atención es la señal de la penitencia cumplida, la atención es el reclamo del alma, el odio del mundo y el retorno a Dios, la atención es la señal de la indestructible reconciliación con el Señor, la atención es el despojarse de los pecados y el revestirse de la virtud, la atención es la certeza indudable del perdón de los pecados, la aten-

ción es el final de la *praktiké*, la atención es el inicio de la *theoria*, o mejor su base; por medio de ésta, en efecto, Dios se inclina sobre el alma para manifestarse; la atención es la ataraxia de la mente, o mejor su fijarse mediante la misericordia de Dios acordada con el alma; la atención es la purificación de los pensamientos, el santuario de la memoria de Dios, el tesoro de reserva para las pruebas; la atención es el auxiliar de la fe, de la esperanza y de la caridad. Si uno no cree, no soportará las pruebas que llegan de fuera. Y si no acepta con alegría las pruebas, no puede decir al Señor: «Tú eres mi refugio y mi fortaleza» (Sal 90, 2). Y si no pone su refugio en el Altísimo, no poseerá su amor en el fondo del corazón, no resplandecerá, no brillará con la luz de la gloria del rostro de Dios, sino que estará privado de luz, dudoso acerca de las cosas presentes y más aún de la futura reintegración. Esta condición sublime es alcanzada por la mayoría, si no por todos, mediante la enseñanza de un maestro. Pocos, en efecto, la han recibido de Dios, sin maestro, y gracias a la violencia de su obra y al fervor de su fe. Pero la excepción no hace la regla. Por eso se debe buscar un maestro infalible, de modo que aprendamos de su enseñanza nuestras caídas de atención a diestra y siniestra, nuestros defectos y nuestros excesos provocados por el Maligno. Su experiencia en el cuidado nos iluminará y nos mostrará sin ninguna duda el camino espiritual y así podremos avanzar sin dificultad. Si no hay un maestro, debes buscarlo con afán. Si no lo encuentras, invoca a Dios con contrición de espíritu y con las lágrimas y, suplicándole en la pobreza, haz lo que te digo.

En primer lugar, que tu vida sea tranquila, privada de preocupaciones y en paz con todos. De esta manera entra en tu cámara, enciértrate dentro y, sentado en un rincón, haz lo que te digo.

Sabes que respiramos el aire de nuestra inspiración a causa del corazón. El corazón es el principio de la vida y del calor del cuerpo. El corazón, por tanto, atrae el aire de modo que expanda afuera el propio calor mediante la espiración y asegurarse así una temperatura justa. Principio de tal organización —o más bien instrumento— es el pulmón. Éste ha sido fabricado por el Creador de un tejido delgado, como un fuelle que continuamente introduce y expelle aire, de modo que el corazón, atrayendo de una parte el frío con la respiración y expeliendo el caliente, conserve invariablemente la función que le ha sido asignada en el equilibrio del viviente.

Así pues, siéntate y, recogiendo la mente, introdúcela en la nariz: es la vía por la cual la respiración desciende al corazón. Empújala, fuérzala a

descender al corazón junto con el aire inspirado. Cuando haya penetrado allí, lo que seguirá no estará ciertamente privado de gozo ni será desagradable. Sino que, como un hombre que retornando a casa no contiene el propio gozo al volver a ver los hijos y a la mujer, así acaso la mente, cuando está completamente conjuntada con el alma, queda colmada de un placer y de una alegría inefables. Por tanto, hermano, habitúa la mente a no salir enseguida de allí, incluso si al inicio se halla presa de una gran indolencia a causa de la reclusión y de la estrechez interior. Pero cuando se haya habituado no anhelará más las relaciones exteriores. El reino de los cielos está dentro de nosotros (Lc 17, 21) y quien se dirige allí y lo busca mediante la oración pura, tiene a todas las cosas exteriores por viles y detestables. Así, pues, desde el inicio has entrado con la mente en el lugar del corazón, como te lo he mostrado, ¡gracias a Dios! Glorifícalo, exulta y dedícate siempre a esta obra. Ella te enseñará lo que no conoces. También debes saber que cuando la mente se encuentra allí, no debe callar o estar ociosa, sino tener el «Señor Jesucristo, Hijo de Dios, ten piedad de mí», como obra y meditación continua, sin descanso. Esto, en efecto, manteniendo la mente estable, la hace inexpugnable e inaccesible a las sugestiones del enemigo y la eleva, cada día, en el amor y en el deseo de Dios.

Si, a pesar de muchos esfuerzos, hermano, no eres capaz de penetrar en las regiones del corazón, como te hemos indicado, haz como te digo y podrás, con la ayuda de Dios, encontrar cuanto buscas. Has de saber que la razón de todo hombre está en el pecho. En su interior apenas callan los labios, hablamos, decidimos, componemos las oraciones, los salmos, etc. Da a esta razón, tras haber expulsado de allí cualquier pensamiento —podrás si lo deseas—, el «Señor Jesucristo, Hijo de Dios, ten piedad de mí». Oblígala a gritar interiormente esto en lugar de cualquier otro razonamiento. Con el tiempo, cuando hayas dominado esta práctica, gracias a ella se te abrirá la entrada del corazón, como te hemos escrito, sin ninguna duda. Nosotros mismos hemos hecho la experiencia. Junto a la atención gozosa y deseada te será concedido todo el coro de las virtudes, la caridad, la alegría, la paz y el resto. Gracias a ellas todas tus preguntas se agotarán en Jesucristo Nuestro Señor. A Él, al Padre y al Espíritu Santo, gloria, poder, honor y adoración sean dadas ahora y siempre por los siglos de los siglos. Amén.

Teolepto de Filadelfia

(1250/1251-1322)

Sobre la *hesiquía* y la oración

El trabajador manual se dedica a su obra abandonando cualquier otra ocupación. Así dedica a su actividad toda la solicitud y todo el celo. Con el celo se sacude la pereza, con la solicitud la impericia. Teniendo ante los ojos el salario y pensando en la ganancia, no se preocupa de la fatiga, ni del alimento.

De esta manera el monje, queriendo alimentar la propia alma, se da incesantemente a su obra, temiendo, en función del mandamiento apostólico, el ocio y la consiguiente falta de alimento. Está escrito, en efecto: «El ocioso que no coma» (2Ts 3, 10). Como, de hecho, aquel que está ocioso en las obras manuales desea el alimento —«que el ocioso no cumpla sus deseos, sino que sufra hambre a causa de la privación de lo necesario» (Pr 13, 4)—, así quien abandona la actividad racional, dejando libre acceso a los múltiples pensamientos y, a causa de la indolencia, se une y se demora en ellos, se asemeja a uno que, habitando en un vasto país, consume la comida de los animales sin saciarse.

Quien no medita las palabras divinas vive ocioso y como tal no se nutre y así, no alimentándose del pan de las palabras divinas, muere afectado de la enfermedad de la ignorancia de Dios. Aquel que posee el conocimiento divino participa de la vida. «Ésta es, en efecto, la vida eterna: que te conozcan a ti, el único Dios verdadero, y al que tú has enviado, Jesucristo» (Jn 17, 3). Así, quien sufre de la ignorancia de Dios está poseído por la muerte y privado de la verdadera vida.

Obra del monje es la memoria de Dios. «Dios puso al hombre en el paraíso para que lo labrase y cuidase» (Gn 2, 15), es decir, practicase la memoria de Dios y la sobriedad, de modo que se fijase incesantemente en Dios. El mandamiento se olvidó y él se volvió al placer de las cosas presentes y sufrió por ellas.

Cristo ordenó a sus discípulos: «Velad y orad» (Mt 26, 41). Así como en efecto una buena cosecha de verduras y de frutos en abundancia pue-

de ser fácilmente saqueada si no se presta una asidua vigilancia, de la misma manera la razón que no presta atención a las palabras de la oración y no tiene la mente aplicada a cuanto se dice ora inútilmente, puesto que la mente se siente atraída por otros pensamientos y, haciendo vanos esfuerzos, se aleja del conocimiento de la oración.

El Verbo divino dice a quienes oran con pureza y a quienes meditan incesantemente las palabras divinas: «El que observa mis mandamientos, ése es quien me ama, y yo lo amaré y me manifestaré a él» (Jn 14, 21). La oración unida a la atención hace surgir el conocimiento de Dios. El divino conocimiento, haciendo sobrevenir el amor del alma, une ésta a Dios. El amor ata el corazón entero a Dios y hace la contemplación de la mente inseparable del conocimiento de Dios. El amor es, en efecto, una ligazón de la mente con Dios y las cosas divinas. El amor ilumina el alma, disipa todo pensamiento y razonamiento de este mundo como calígine. Se ha dicho, en efecto: «El amor no piensa el mal». El alma, herida por la flecha del amor, no permite que la mente se desuna del placer inefable y divino. Así como la mente a través de los sentidos del cuerpo prueba el placer de las cosas presentes, del mismo modo goza de la alegría divina completamente unida al amor de Dios. El corazón del cuerpo herido de algún mal muere, la razón golpeada por la lanza del divino amor mana pensamientos vivificantes y luminosos. El amor, a veces, sumerge la mente en el conocimiento de Dios y hace de mediador en la indecible unión, sustrae el alma de todos los entes y en lugar de una dulce conversación produce profundo silencio y sirve a Dios mediante la intención dirigida a Él. A veces conduce a la contemplación de los entes, encanta a la razón en la variada lucidez de los pensamientos; otras veces incluso revela los multiformes modos de la virtud y distribuye las buenas acciones como alimento a los diversos miembros del cuerpo y endulza la mente con las meditaciones de las palabras divinas, exhorta la mente a recoger en abundancia los alimentos de los que hemos tratado...

El monje celante, queriendo hacer puro el propio corazón, busca por medio del arado de la oración sobria trancar del todo los engaños promovidos por el Maligno y expulsarlos de las cámaras del alma, teniendo como guía a quien dice: «Todos los pueblos me rodeaban y en el Nombre del Señor fueron despedidos» (Sal 117, 10). Es mejor, en efecto, abrasar las tentaciones del Maligno desde el primer pensamiento con el fuego de la oración y mantener la razón privada de turbaciones para conducir sin impedimentos la conversación del Señor, que prestar fe a las adulaciones de

las tentaciones, hablar con el tentador, acoger al extraño como familiar y amar lo pernicioso como útil. Así pues, habiendo comprendido el engaño, son necesarios esfuerzo, confesión y lágrimas para lavar la porquería de la negligencia.

Dirige el alma al momento en que el progenitor vio a la mujer extraída de su costado. Ambos estaban desnudos, pero no experimentaban vergüenza, desnudos de todo amor carnal, desnudos de toda condición mundana, desnudos de toda infamia ligada a las pasiones, sin distracciones, como sin vida, extraños al mundo en tanto que no poseían ninguna cosa terrestre, reyes del mundo, depositarios de pensamientos celestiales, revestidos del hábito divino, adornados con la diadema del amor de Dios. Enseguida uno cesó de fijarse en la compañera y de hablar, la otra de conversar con el hombre y de escuchar sus palabras y dieron vía libre a la serpiente. La separación de los semejantes provocó la unión con lo extraño y la debilidad de la racionalidad se convirtió en celo para la irracional serpiente y así, a causa de la negligencia y de la separación, se sufrieron las cosas más terribles.

De este modo, la mente del monje, hasta que no descansa en la razón, meditando las palabras divinas y pensando y practicando los acicates ascéticos, y antes de esto y paralelamente a esto no fortifica el corazón mediante la perseverancia en la oración, no concede espacio al Maligno y valerosamente rechaza las agitaciones suscitadas por éste y se dedica con valentía a la propia obra...

La mente, despierta y crecida por todas estas actividades, no se vuelve a las instigaciones del Maligno, rechaza los pensamientos carnales, borra las memorias pasadas, rechaza los deseos recientes causados por las acciones cotidianas, aleja las seducciones y las cóleras provocadas por la cercanía de obras, palabras o formas. Así, luchando, se conserva pura; así, deseando pacificarse, se postra siempre ante Dios en la unidad y en la súplica y expulsa toda su arrogante y gastada pompa mediante la potencia de la cruz de Jesucristo. A Él, todo honor y gloria, etc.

Discurso sobre la práctica secreta en Cristo

La profesión monástica es un árbol muy grande y fecundo, cuyas raíces son el extrañamiento de todo lo corporal, las ramas la impasibilidad del alma y el no tener ninguna relación con las cosas de las que se ha huido, los

frutos las posesiones de las virtudes, el amor deificante y la alegría que no pueden ser separadas de éstas, tal como está escrito: «El fruto del Espíritu es amor, alegría, paz, etc.» (Ga 5, 22). La huida del mundo proporciona el refugio en Cristo. Entiendo por «mundo» el amor por las cosas sensibles y carnales. Quien se hace extraño a ellas en el conocimiento de la verdad se une íntimamente a Cristo, y poseyendo su amor, rechazando todas las cosas del mundo, conquista a Cristo, la perla preciosa (cf. Mt 13, 46).

Con el santo bautismo te has revestido¹⁹ de Cristo (cf. Ga 3, 27), con el baño divino has depuesto la porquería, has reconquistado el esplendor de la gracia espiritual y la nobleza del momento de la creación. Pero ¿qué ha sucedido, o más bien, qué ha sufrido el hombre a causa de la propia falta de voluntad? A causa de su amor por el mundo ha torcido los trazos divinos. A causa de la afición por la carne ha hecho desvanecerse la imagen. La nube de los pensamientos pasionales ha oscurecido el espejo del alma a través de la cual Cristo, el sol intelectual, se revela. Sujetando el alma al temor divino has reconocido las tinieblas del desorden mundano, has comprendido la dispersión provocada en la razón por las inquietudes, has visto la vana agitación producida a los hombres por una vida llena de turbaciones, has sido herida por la flecha del amor de la *hesiquía*, has buscado la paz de pensamiento... Por eso has decidido vestir de nuevo la nobleza que habías perdido a causa de las pasiones del mundo. A causa de esta buena voluntad te has puesto a trabajar, has venido al monasterio, has vestido los venerables hábitos de la penitencia, has prometido con toda tu alma quedarte en el monasterio hasta la muerte. Ya has hecho un segundo pacto con Dios: el primero cuando entraste en la vida presente, el segundo cuando estabas de camino hacia el final de la presente vida. Entonces estuviste unida a Dios mediante la piedad, ahora te has unido a Cristo mediante la penitencia. Allí encontraste la gracia, aquí pagas una deuda. Entonces eras niña y no percibías la dignidad que te había sido dada —aun cuando enseguida, al crecer, has comprendido la grandeza del don y llevas el bocado en la boca—, ahora en posesión de una plena inteligencia, reconoces la potencia del pacto...

Intenta, pues, hacer efectiva tu vocación y, como vives sola físicamente y has depuesto los pensamientos de las cosas y has cambiado de hábito, hazte también extranjera, aleja de ti las palabras y a tus familiares. Si no cesas de vagabundear en lo exterior, no resistirás a los que te asedian desde el interior. Si no vences a quien te combate mediante las cosas visibles, no harás huir a los adversarios invisibles.

Cuando hayas eliminado las distracciones exteriores y hayas abandonado los pensamientos interiores, la mente se despertará a las obras y a las palabras del Espíritu. En lugar de frecuentar a los parientes y conocidos cumplirás con los modos de la virtud. En lugar de las palabras vanas de las conversaciones mundanas, te dedicarás a la meditación y a la explicación de las palabras divinas que se mueven en la razón y que iluminan e instruyen el alma. La liberalidad respecto a los sentidos se convierte en atadura del alma. La atadura de los sentidos comporta la libertad del alma. El crepúsculo del sol conduce a la noche; así Cristo se retira del alma, las tinieblas de las pasiones la invaden y las fieras espirituales la despedazan. Se alza el sol y las fieras se retiran a su guarida; surge Cristo en el firmamento de la razón en oración y toda familiaridad con el mundo se marcha, se desvanece el amor de la carne y la mente se da a su trabajo, es decir, a la meditación de las cosas divinas, hasta el crepúsculo (cf. Sal 103, 22-23). No limitar a un tiempo la práctica de la ley espiritual, efectuándola de modo restringido, hasta que al alcanzar el final de la vida presente ésta haga salir el alma del cuerpo... Interrumpe pues las conversaciones exteriores y combate los pensamientos interiores hasta que encuentres el lugar de la oración pura y la casa en la que reside Cristo, que te ilumina y te llena de dulzura con su conocimiento y su venida y te hace considerar alegres las aflicciones tenidas por causa suya y rechazar los placeres del mundo, como si fueran ajeno.

Los vientos agitan las olas del mar y si éstos no cesan las olas no se calman y el mar no se aquieta. Así los espíritus del mal despiertan en el alma del negligente el recuerdo de los progenitores, de los hermanos, de los parientes, de los conocidos, de los banquetes, de las fiestas, de los teatros y de todas las otras imágenes del placer y sugieren procurar placer a la vista, a la lengua y al cuerpo. La hora presente se desperdicia así inútilmente y también la siguiente —cuando te halles sola en el interior de tu celda— si se malgasta en el recuerdo de cuanto ha sido visto y dicho. Así la vida del monje pasa inútilmente en ocupaciones mundanas que imprimen en la razón su recuerdo, como los pies del hombre al caminar sobre la nieve dejan las huellas... Las huellas de los pies en la nieve se disuelven cuando el sol brilla o se desvanecen cuando llueve; así las memorias, impresas en la razón por inclinación a los placeres y por las acciones, son borradas por Cristo que surge en el alma por medio de la oración y de la lluvia de lágrimas de la verdadera compunción. ¿Cuándo logrará borrar las imágenes formadas en la razón el monje que no actúa racionalmente? Si abandonas la familiaridad

con el mundo, el ejercicio de las virtudes se cumple en el cuerpo. Si borras la memoria de las acciones precedentes con la oración continua, efectuada en la razón con compunción ardiente, en el alma se imprimen los buenos recuerdos y habitan las palabras divinas. La iluminación del recuerdo de la fe en Dios y la contrición del corazón cortan como una navaja los malos recuerdos. Imita la inteligencia de las abejas, que cuando ven un enjambre de zánganos volar a su alrededor, permanecen en el interior de la colmena y así evitan sufrir ningún daño de sus invasores. Por zánganos debes entender las conversaciones mundanas; huyendo con todo tu celo, quédate en el interior del monasterio, y desde allí intenta penetrar en el castillo más íntimo del alma, en donde se encuentra la casa de Cristo, en la cual se ven claramente la paz, la alegría, la serenidad de Cristo, sol intelectual que infunde, como rayos, estos dones con los cuales recompensa al alma que lo acoge con fe y amor por la verdadera belleza.

Sentándote, pues, en casa, acuérdate de Dios, eleva la mente por encima de cualquier cosa, dirígete en silencio a Dios y pon delante de Él toda la intención de tu corazón, adhiriéndote a Él con la caridad.

La memoria de Dios es, en efecto, contemplación de Dios, que atrae hacia sí la vista y el deseo de la mente y la ilumina con la luz que lo circunda. Cuando la mente se vuelve hacia Dios, cesan todos los pensamientos creadores de formas de los entes, ve sin imágenes y, gracias a su profunda ignorancia, derivada de la inaccesible gloria, hace luminosa la propia vista. Al no conocer, a causa de la incomprensibilidad de lo que ve, conoce mediante la verdad de aquel que es verdaderamente y que por sí solo posee la supraesencialidad. Nutre el propio amor y apaga el propio celo con la riqueza de la bondad que brota y se hace digna de un reposo infinito y bienaventurado.

Éstas son las características de la memoria perfecta. La oración es un diálogo de la razón con el Señor, la cual recorre las palabras de la súplica con la mente vuelta hacia Dios.

La razón sugiere continuamente el Nombre del Señor, mientras la mente está intensamente atenta en la invocación del Nombre divino y la luz del conocimiento de Dios, como una nube luminosa (cf. Éx 40, 34), cubre el alma. De la perfecta memoria de Dios nacen, entonces, el amor y la alegría, como ha sido dicho: «Me he acordado de Dios y me he alegrado» (Sal 76, 4). De la oración pura nace el conocimiento y la compunción: «En cualquier día que te invoque, he ahí que he conocido que tú eres mi Dios» (Sal 55, 10), y todavía: «El sacrificio a Dios es un espíri-

tu contrito» (Sal 50, 19). Cuando, en efecto, la mente y la razón están con Dios, ocupadas sólo en él y con súplica ferviente, se deriva la compunción del alma. Cuando la mente, el *logos* y el espíritu (*pneuma*)²⁰ se postran ante Dios, la una con la atención, el otro con la invocación y el tercero con la compunción y el amor, todo el hombre interior celebra la liturgia al Señor: «Amarás al Señor tu Dios con todo tu corazón» (Dt 6, 5).

Sin embargo, quiero que sepas también esto: que creyendo orar no te alejes, por el contrario, de la oración, fatigándote infructuosamente y corriendo en vano.

Esto es cuanto sucede en la salmodia oral: frecuentemente, cuando la lengua dice las palabras de los versículos, la mente, entretanto, es conducida a otro lugar, dividiéndose entre las pasiones y las cosas, de modo que la comprensión de la salmodia queda dañada. También esto sucede con la razón. Frecuentemente, en efecto, cuando ella recorre las palabras de la oración, la mente no la acompaña, no fija la mirada en Dios, hacia el cual está dirigido el diálogo de la oración. Se deja disuadir, sin darse cuenta, por cualquier otro pensamiento: de este modo la razón dice las palabras por hábito, mientras la mente deja escapar el conocimiento de Dios. Entonces el alma se presenta privada de comprensión y de disposición, porque la mente se ha disipado y agitado en varias fantasías...

Como explicación de cuanto sucede en la mente durante la memoria de Dios y sobre la dignidad de la razón en la oración pura, propongo las imágenes del ojo y de la lengua corporales. Lo que es la pupila para el ojo y expresión verbal para la lengua, lo son la memoria para la mente y la oración para la razón. Así como, en efecto, el ojo, gozando del objeto visible con el sentido de la vista, no forma ninguna voz, sino que con la experiencia de la razón recibe el conocimiento de lo que ve, de la misma manera la mente que se acerca a Dios amorosamente por medio de la memoria, con la unión de la experiencia y con el silencio de la simplicísima intelección, es irradiada por la iluminación divina y recibe una anticipación del esplendor futuro. Y de nuevo, así como la lengua, profiriendo las palabras del discurso, manifiesta a quien escucha la invisible voluntad de la mente, también la razón, repitiendo frecuentemente y ardientemente las breves palabras de la oración, manifiesta la petición del alma a Dios que sabe todo. Con la asiduidad de la oración y la constante contrición del corazón, abre las vísceras del Misericordioso llenas de amor para el hombre y recibe abundante salvación: «Un corazón contrito y humillado, Dios no lo despreciará» (Sal 50, 19).

Verás conducida a la oración pura como sucede con el emperador terrenal. Cuando te acercas al emperador, avanzas con el cuerpo, suplicas con la lengua, fijas la mirada en él y así atraes sobre ti la benevolencia imperial. Haz tú también esto, ya sea en la oración común tenida en la iglesia, ya sea en la soledad de tu casa. Cuando te reúnas con las hermanas en el Señor, así como estás presente con el cuerpo y con la lengua al ofrecerle la salmodia, presta así atención con la mente a las palabras y a Dios de modo que sepa con quién dialoga y a quién encuentra. Cuando la razón se dedica a la oración con intensidad y pureza, el corazón se hace digno de recibir una alegría que no puede disminuirse y una paz inefable. Después, sentándote sola en casa acógete a la oración de la razón con la mente sobria y el espíritu contrito: mediante la sobriedad, la contemplación te cubrirá con su sombra y el conocimiento permanecerá en ti, mediante la oración la sabiduría descenderá sobre ti, mediante la compunción expulsará el placer irracional y establecerá en ti el amor divino.

Créeme, te digo la verdad: si en cualquier actividad tuya no te separas de la madre de las cosas bellas, la oración no te dejará dormir hasta que te haya mostrado el tálamo nupcial, hasta que no te haya introducido y colmado de inefable gloria y alegría. Despacha todos los obstáculos, allana el sendero de la virtud y lo hace fácil a quien busca. Y guarda el modo de oración racional: el diálogo suprime los pensamientos pasionales, la mirada de la mente hace huir a los pensamientos mundanos, la contrición del alma expulsa el amor carnal. La oración, repitiendo sin callar nunca el Nombre divino, es armonía y unión de la mente, del *logos* y del alma: «En donde están dos o tres reunidos en mi Nombre, allí estoy yo en medio de ellos» (Mt 18, 20). De este modo, por tanto, la oración, al retirar las potencias del alma de la dispersión de las pasiones, ligarlas la una a las otras y ligando a sí misma el alma tripartita, la hace semejante al único Dios en tres personas. Primero saca del alma la vergüenza del pecado mediante los modos de las virtudes, después vuelve a pintar la belleza de los trazos divinos con el santo conocimiento que aporta, finalmente la oración presenta el alma a Dios...

Así como la variedad de los alimentos despierta el apetito y lo empuja a probarlos, así los diversos tipos de virtud despiertan el celo de la mente. Por eso, recorriendo la vía de la razón, considera las palabras de la razón y dialoga con el Señor, continúa gritando sin descanso, invocándolo frecuentemente e imitando la insistencia de la viuda que suplicaba al juez

implacable (cf. Lc 18, 1-5). Entonces, camina en el Espíritu (cf. Ga 5, 16), no prestes atención a los deseos de la carne y no interrumpas la continuidad de la oración con pensamientos mundanos, hazte templo de Dios porque alabas sin distracción. Orando así en la razón, te has hecho digna de pasar a la memoria de Dios y de penetrar en la profundidad de la mente, de ver lo invisible en contemplaciones místicas y unirte a él en efusiones de conocimiento y amor, sirviendo tú sola a Dios en soledad.

Cuando te canses en la oración, toma un libro y, prestando atención a la lectura, asimila el conocimiento. No recorras con rapidez las palabras, sino examínalas con la mente y haz de ellas un tesoro.

Medita después cuanto has leído, para que la razón recabe dulzura de la comprensión, la lectura quede inolvidable y se encienda todavía más tu ardor en los pensamientos divinos: «En mi meditación —está escrito— se ha encendido el fuego» (Sal 38, 4). Así como el alimento, masticado con los dientes, es gustoso, asimismo las palabras divinas pensadas y vueltas a pensar en el alma sacian y dan alegría a la razón: «¡Cuán dulces a mi paladar son tus palabras!» (Sal 118, 103). Aprende de memoria las palabras del Evangelio y los apotegmas de los bienaventurados Padres, investiga sus *Vidas* para tenerlas como meditación nocturna, porque cuando la razón se canse de la oración puedas renovarla con la lectura y la meditación de las palabras divinas y prepararla para la oración.

Termina la salmodia oral, pero con voz tranquila y deteniendo la mente, sin dejar pasar nada de cuanto recitas sin pensarlo. Pero si alguna vez algo escapa de la mente, vuelve sobre el versículo tantas veces como haga falta, hasta que la mente no siga sino aquello que recitas. La mente, en efecto, es capaz de salmodiar con la boca y recordar a Dios...

No abandonar las genuflexiones. Doblar la rodilla representa la caída del pecado, indicando la confesión; el levantarse representa la penitencia, aludiendo a la promesa de una vida virtuosa. Haz cada genuflexión con la invocación mental de Cristo de modo que, postrándote ante el Señor con el alma y con el cuerpo, facilites la reconciliación del Dios de las almas y los cuerpos.

Si también te dedicaras con las manos a un trabajo tranquilo mientras oras con la razón para sacudirte el sueño y la indolencia, también esto se acuerda con la lucha ascética. En efecto, todos los trabajos que se llevan a cabo con la oración afilan la mente, expulsando la acidia, hacen al alma más fresca y a la mente más penetrante y más ardiente para dedicarse al trabajo de la razón.

Cuando la madera suena, sal de la celda con los ojos corporales hacia el suelo, y la razón aplicada en la memoria de Dios.

Al entrar en la iglesia, mientras recitas el oficio, no hables con la lengua con la monja vecina y no divagues en vanidades con la mente, sino que con la lengua cuida sólo de la salmodia y fortalece la razón con la oración. Una vez terminado el oficio, ve a tu casa y comienza el canon que te ha sido prescrito.

En la mesa, no estés mirando las porciones de las hermanas y no dividas tu alma en feos recelos. Mira y toca sólo cuanto esté delante de ti, da a la boca el alimento, al oído la escucha de la lectura, al alma la oración...

Cuando te levantes de la mesa, entra con gravedad y en silencio en tu celda y trabaja en las virtudes como una abeja laboriosa.

Cuando cumplas con un servicio común a las hermanas, que las manos trabajen, los labios callen y la mente se acuerde de Dios. Si una empieza a hablar inútilmente, para interrumpir ese desorden levántate y haz una *metanía*.

Expulsa los pensamientos y no permitas que recorran tu corazón y se detengan en él. La permanencia de los pensamientos pasionales da vida a las pasiones y hace que muera la mente. Pero cuando éstos te ataquen, aniquílalos enseguida desde el primer momento con la flecha de la oración.

Atanasio I
(1230/1235 *ca.*–1323 *ca.*)

(Testamento espiritual)
Del mismo a sus discípulos

El rey, nuestro Señor Jesucristo, ha prescrito para cada cristiano ortodoxo que haya sido bautizado recorrer la senda angosta y estrecha. También el Señor ha anunciado con frecuencia que quien no camina por la senda estrecha de la salvación le es extraño, como dicen las palabras santas: «Ancha es la entrada y espaciosa la senda que lleva a la perdición, y son muchos los que entran por ella; mas ¡qué estrecha la entrada y angosta la senda que lleva a la vida!; y pocos son los que la encuentran» (Mt 7, 13–14). Y dispuso esto no una vez, sino muchas como en el pasaje siguiente: «Bienaventurados vosotros los pobres, bienaventurados vosotros que tenéis hambre, bienaventurados vosotros que lloráis», y: «¡Ay de vosotros, los que reís! ¡Ay de vosotros, los que estáis hartos» (Lc 6, 20–21.25).

Por eso os invito, queridos hijos míos, a fin de que cada uno de vosotros, engendrado por mí en el Señor a través del Evangelio, no piense, como hacen algunos que tienen la mente corrompida, creer sólo en Dios de palabra, pero rechazándolo con las obras. El mismo Señor nos ha puesto en guardia contra esta conducta: «No todo el que me diga: Señor, Señor, entrará en el reino de los cielos» (Mt 7, 21), sino quien cree en la resurrección, en el juicio y en la recompensa. Acerca de éstos el gran Pablo dice: «Muchos viven según os dije tantas veces, y ahora os lo repito con lágrimas, como enemigos de la cruz de Cristo, cuyo final es la perdición, cuyo Dios es el vientre, y cuya gloria está en su vergüenza, que no piensan más que en las cosas de la tierra» (Flp 3, 18–19). Y la voz divina: «El que no toma su cruz y me sigue detrás no es digno de mí» (Mt 10, 38); «Si alguno quiere venir en pos de mí, niéguese a sí mismo, tome su cruz y sígame» (Mt 16, 24). Quien no investiga siempre la potencia de las santas Escrituras está privado totalmente de razón. ¿Cómo se atreve a decir que recorre la vía estrecha si camina sobre aquella ancha en la que ha desembocado? Por eso os invito, queridísimos hijos míos en Cristo, a

examinaros siempre a vosotros mismos, en los vestidos, en la comida, en las palabras, asegurándose si estamos en el camino estrecho y si guardamos la promesa que hacemos en el santo bautismo, o si la hemos pisado, y sobre todo la segunda profesión de fe en Dios, por la cual no podemos aducir como excusa el hecho de que éramos pequeños y que no habíamos comprendido las promesas e, ilusos, afirmamos junto a algunos locos que el camino ancho es más bienaventurado que el estrecho²¹. En efecto, nunca hemos oído, desde los orígenes hasta hoy, que alguno haya recorrido el camino ancho hasta el final y haya visto el rostro de Dios. En efecto, dice la misma verdad: «Quien se avergüence de mí y de mis palabras, en esta generación adúltera y pecadora, de ése se avergonzará el Hijo del hombre, cuando venga en su gloria, en la de su Padre y en la de los santos ángeles» (Lc 9, 26). E insiste: «Si me amáis, guardaréis mis mandamientos. El que tiene mis mandamientos y los guarda, ése es el que me ama» (Jn 14, 15.21). ¡Desdichados, estemos atentos, porque el Señor nos exhorta y nos llena de temor! Examinemos siempre en el sentido del alma sus santas palabras: «Venid a mí todos los que estáis fatigados y sobrecargados, y yo os daré descanso» (Mt 11, 28); «Cualquiera de vosotros que no renuncie a todos sus bienes, no puede ser discípulo mío» (Lc 14, 33); «¿Por qué me llamáis: Señor, Señor, y no hacéis lo que digo?» (Lc 6, 46); «Muchos me dirán aquel día: Señor, Señor: ¿no profetizamos en tu Nombre? Y entonces les declararé: ¡Jamás os conocí!» (Mt 7, 22-23), y: «Si vuestra justicia no es mayor que la de los escribas y fariseos, no entraréis en el reino de los cielos» (Mt 5, 20). Ninguno de los que recorren la senda ancha se ha hecho digno del don divino, sino sólo aquellos que entran por la senda angosta. En efecto, los dones del Espíritu Santo no han sido dados a cada hombre, sino a quienes «anduvieron errantes cubiertos de pieles de oveja y de cabras; faltos de todo; oprimidos y maltratados, ¡hombres de los que no era digno el mundo!, errantes por desiertos y montañas, por cavernas y antros de la tierra» (Hb 11, 37-38). Disfrutan de estos carismas quienes han perseverado en el camino angosto hasta verter la sangre. Quien quiera aprender, imitarlos y seguir los pasos hasta el final y ser iluminado por Dios está claramente instruido por las sagradas palabras en el coraje salvífico y en la imitación. Éstas son las siguientes: fe, caridad, esperanza, humildad, obediencia, sumisión, ayuno, pobreza y continencia, oración, confesión, paciencia, humildad y para no enumerarlas todas, interrumpo el discurso con ésta, la mejor entre todas las obras queridas por Dios, espléndida y ardiente. Avanzad en ella. No comáis

todo el día como animales, sino una única vez cuando cae la noche y no hasta saciaros.

Os lo ruego: acordaos día y noche del combate y la fatiga de quienes, mediante la senda estrecha, se han acercado a Dios. Pasad la noche imitando a aquellos que se han hecho dignos de la salvación y de las cosas celestiales y no a los monjes presos del error del siglo séptimo²², que luchaban para darse a ver y no para servir al Señor, como dice la voz divina: «Si alguno quiere venir en pos de mí, niéguese a sí mismo, tome su cruz y sígame» (Mt 16, 24). Aquéllos, con la apariencia del hábito han arrastrado a otros a la perdición, se han arruinado siguiendo con todas las fuerzas las leyes de los hombres, al buscar para sus almas la vanagloria y limitarse sólo al corte de cabello y al cambio de hábito. El «tomar la propia cruz», como dice la voz divina —¡oh, cuánto soportamos de vuestra parte, desdichados, que en mí contra sois secuaces de la senda ancha!—, no se limita al corte de cabello, al cambio de nombre y a llevar la cruz vivificante sobre el pecho por la sola gloria de los hombres, como hemos dicho, sino que consiste en llevar voluntariamente en el cuerpo la muerte del Señor Jesús (cf. 2Cor 4, 10), como se gloriaba el gran Pablo al decir: «El mundo es para mí un crucificado y yo un crucificado para el mundo» (Ga 6, 14).

Todo esto os encomiendo estando todavía vivo, queridísimos, engendrados por mí a través del Evangelio, como os he dicho al iniciar este escrito. Dejándoos y confiándoos como verdaderos hijos míos al Señor Jesucristo, doy estas disposiciones con este testamento. Esforzaos en la senda angosta y estrecha de palabra y obra, hasta el derramamiento de la sangre, como hicieron vuestros santos Padres. Evitad la calumnia, la maledicencia, el hastío y la envidia, si no se trata de una cuestión de fe, y esforzaos en vivir de manera santa, censurando sólo a vosotros mismos cuando seáis perezosos y pecadores. Si alguno de vosotros se dedica al arado o a cualquier otra labor agrícola, expuesto al frío y al cansancio, no haga caso mediante la continencia a la gloria que se derivará de ello. Tendrá una pequeña confortación, en la época de la siembra, alimentándose en la hora sexta de un pedazo de pan y de un poco de agua, cuanto basta para mantener el cuerpo en buenas condiciones hasta que llegue la hora acostumbrada para la comida. En verano, a causa del calor y la duración de los días, el doble, cuidando de permanecer en la senda estrecha. De la pena deriva una gran utilidad; no corrompáis por eso la diligencia salvífica con una fútil excusa cayendo, a causa de la indolencia, en la senda ancha por un motivo aparentemente racional. Una pequeña mortificación genera

una alegría grande e indecible. Los que se hallan sobre la senda estrecha, «los que son de Cristo Jesús, han crucificado la carne con sus pasiones y sus apetencias» (Ga 5, 24), se harán dignos. ¡Que también nosotros podamos hacernos dignos por los dones de la vivificante, omnipotente y Santísima Trinidad! Amén.

Gregorio el Sinaíta

(† 1347 ca.)

Noticia exacta en 10 capítulos sobre la *hesiquía* y sobre la oración, sobre las señales de la gracia y del error, sobre los diversos calores y operaciones y sobre el error que sobreviene sin una guía hábil

1. Deberíamos hablar como el gran Maestro y no necesitar del auxilio de las Escrituras o el de los Padres, ¡oh portaestandarte Longino!²³, sino ser enseñados por Dios, según lo que ha sido escrito: «Todos serán enseñados por Dios» (Jn 6, 45), para aprender y conocer en él y a través de él cuanto es útil. No sólo nosotros, sino cada uno de los fieles ha sido estimado digno de llevar inscrita en el propio corazón la ley del Espíritu y de conversar con Jesús en la oración pura. Ya que en el momento de nuestra regeneración somos niños, incapaces de comprender la gracia, de ver la renovación, ignoramos la grandeza eminente del honor y de la gloria de la que somos partícipes y que más bien, por medio de los mandamientos, tendremos que crecer en el alma y en la mente, viendo mentalmente lo que hemos recibido; la mayor parte cae, sin embargo, por olvido y hábito de las pasiones en la insensibilidad y en el oscurecimiento. Ni sabemos si Dios existe, ni quiénes somos, los que hemos sido transformados en hijos de Dios, hijos de la luz, niños y miembros de Cristo. Aunque hayamos sido bautizados de adultos, sólo hemos recibido el agua y no el Espíritu. Aunque hayamos sido renovados por el Espíritu, creemos por una simple fe muerta e inactiva y decimos estar en la incertidumbre. Y así, siendo realmente carne, vivimos y nos comportamos carnalmente. Aunque hagamos penitencia, observamos y conocemos los mandamientos sólo carnalmente, no espiritualmente. Aunque la gracia, con dificultad, benignamente haga a algunos dignos de su manifestación, la consideramos una ilusión. Si oímos que ha obrado en otros, por envidia lo consideramos propio del error. Y así permanecemos muertos hasta el momento de la

muerte, porque no vivimos en Cristo y no actuamos por él. Y lo que tenemos, según la Escritura, en el momento del traspaso y del juicio, a causa de la incredulidad y de la falta de esperanza nos será quitado (cf. Mt 25, 29), porque no hemos comprendido que los hijos deben ser parecidos al Padre, dioses por Dios, espíritus por el Espíritu: «El que ha nacido del Espíritu —está escrito— es Espíritu» (Jn 3, 6). Aun cuando hayamos llegado a ser fieles y celestiales, somos carne y por eso el Espíritu de Dios no permanece en nosotros. A causa de esto el Señor prescribió la prisión y la esclavitud y multiplicó los sacrificios, queriendo ciertamente, mediante excelentes fármacos, enderezar, erradicar y sanar el mal.

2. Y en primer lugar diremos, con la ayuda de Dios que da la palabra a quienes anuncian tales bienes, cómo se encuentra, es más, cómo se ha encontrado aquello que se posee, es decir, Cristo recibido por medio del bautismo en el Espíritu —«¿No sabéis que Cristo Jesús habita en nuestros corazones?» (2Cor 13, 5), como dice el Apóstol Pablo—, después cómo progresa y entonces cómo se conserva cuanto se ha encontrado. El mejor modo y más breve es exponer concisamente los extremos y la mitad, a causa de la notable amplitud del argumento. Muchos conducen su lucha hasta que no han encontrado lo que buscan y limitan su deseo a esto. No avanzan, pero tampoco les interesa: se contentan con lo que han encontrado al comienzo. Incapaces, emprenden un camino desviado sin saberlo y, creyendo estar sobre el bueno, se conducen sin provecho fuera de éste. Otros, habiendo llegado a la mitad, a la iluminación, ceden antes del final, golpeados por la indolencia, o su conducta indiferente les lleva atrás, siendo de nuevo principiantes. Otros, llegados a la perfección, por falta de atención unida a la presunción caen y retroceden, a mitad o al inicio de su obra. Propia de los principiantes es la operación, de los proficientes la iluminación y de los perfectos la purificación y la resurrección del alma.

3. De dos modos se reencuentra la operación del Espíritu que hemos recibido místicamente con el bautismo. En primer lugar este don se manifiesta más generalmente mediante la práctica de los mandamientos y con mucho esfuerzo y tras largo tiempo, como dice san Marcos: «En la medida que observamos los mandamientos, ella hace resplandecer ante nosotros sus fulgores»²⁴. En segundo lugar se manifiesta en la sumisión, mediante la continua invocación metódica del Señor Jesús, es decir la memoria de Dios. La primera vía es más larga, la segunda más breve, si se

ha aprendido a excavar la tierra con fatiga y perseverancia para encontrar el oro. Si así pues queremos encontrar y conocer la verdad sin riesgo de error, intentemos tener sólo la operación del corazón, completamente sin forma ni figura, y no reflejar en la imaginación formas e impresiones de cosas llamadas santas —el error, sobre todo al inicio, acostumbra a engañar la mente de los inexpertos con estas visiones mentirosas—, sino que busquemos tener activa en el corazón sólo la operación de la oración, que calienta y alegra la mente y quema el alma en el amor indecible de Dios y de los hombres. Por esto se podrá ver derivar de la oración una gran humildad y contrición, si es verdad que en los principiantes la oración es la operación inteligible siempre en movimiento del Espíritu Santo, que, en el inicio, brota del corazón como fuego de alegría y, al final, opera como una luz perfumada.

4. Son éstas las señales del inicio para quienes la buscan de verdad y que no son como tentadores, porque, la misma Sabiduría dice: «Porque se deja hallar de los que no la tientan, se manifiesta a los que no desconfían en ella» (Sb 1, 2). En algunos se ve como una luz que surge, en otros una exultación tremebunda, en otros alegría, en otros incluso alegría mezclada de temor. El alma se alegra por la visita y la misericordia de Dios, y con temor y temblor por su presencia en tanto que está sujeta a muchos pecados. En otros incluso se verifica al comienzo una contrición indecible y un dolor inexpressable del alma, similar a los de la mujer encinta que está por parir, de quien habla la Escritura (cf. Is 26, 17). «Ciertamente es viva la Palabra de Dios y eficaz —dice el Apóstol—, penetra hasta la división del alma y del cuerpo, hasta las junturas y médulas» (Hb 4, 12) para consumir violentamente las pasiones en todos los miembros del alma y del cuerpo. En otros se ve como amor y paz tranquila frente a todos. En otros incluso un susto, que con frecuencia los Padres han llamado sobresalto, potencia del Espíritu y movimiento del corazón vivo. Se le llama también vibración y suspiro inefable del Espíritu que intercede por nosotros cerca de Dios (cf. Rm 8, 26). Isaías lo llama fruto de la justicia (cf. Is 45, 8), el gran Efrein «punzada»²⁵ y el Señor «fuente de agua que brota para la vida eterna» (Jn 4, 14): llamó agua al Espíritu, que brota y hierve con potencia en el corazón.

5. Hay que saber que hay dos tipos diferentes de sobresalto, es decir, de susto: uno pacífico, llamado vibración, suspiro e intercesión del Espí-

ritu, el otro el gran susto del corazón, llamado sobresalto, palpitación o pulsación, el amplio vuelo del corazón vivo hacia el aire divino. El Espíritu divino da las alas con el amor al alma liberada de las ataduras de las pasiones. Antes de la muerte ésta se esfuerza por elevarse, deseando separarse de la pesadumbre. También se le llama turbación del Espíritu o trastorno, según lo que está escrito: «Jesús se conmovió profundamente, se turbó y dijo: ¿Dónde lo habéis puesto?» (Jn 11, 33-34). El divino David muestra la diferencia entre el sobresalto grande y pequeño, diciendo: «Los montes brincaron lo mismo que carneros, las colinas como corderillos» (Sal 113, 4), indicando respectivamente a los perfectos y a los principiantes. En efecto, era impensable que hablase de los montes y de las colinas materiales, desde el momento en que son inanimados.

6. Hay que saber que el divino temor no posee temblor —quiero decir el temblor que deriva de la cólera, del castigo y del olvido, no aquel de la alegría—, sino exultación tremebunda que deriva de la oración con el fuego del temor divino. Temor no derivado de la cólera o del castigo, sino de la sabiduría, al que se llama «principio de la sabiduría» (Pr 1, 7). El temor se divide en tres tipos —los Padres pueden haber distinguido incluso dos—: el de los principiantes, el de los perfectos y el que se deriva de la cólera, que con más propiedad tendría que ser llamado temblor, agitación o aflicción.

7. El temblor es de diversos tipos: de la cólera, de la alegría, de la parte irascible del alma —cuando, como dicen, la sangre en torno al corazón bulle excesivamente—, de la vejez, del pecado o del error y de la maldición transmitida por Caín al género humano. Por otro lado, en el asceta, en los inicios, combaten el temblor de la alegría y el del pecado. Esto no sucede a todos. Las señales de ambos son: de uno la exultación tremebunda acompañada de gran alegría y la gracia que confortan al alma con las lágrimas, del otro el calor desordenado, la ilusión y la dureza de corazón que encienden el alma e inflaman las partes libidinosas, induciendo el cuerpo a la unión sexual e, interiormente, con la fantasía, al consentimiento de las obscenidades.

8. En cada principiante hay una doble operación que actúa distintamente en el corazón: una es de la gracia, la otra del error. Da testimonio de ello Marcos el asceta, cuando dice: «Hay una operación espiritual y

hay una operación satánica desconocida por el niño»²⁶, y también: «Un triple calor de la operación arde en los hombres, uno de la gracia, otro del error, o del pecado, y el tercero derivado del exceso de sangre», que Talasio el Africano llama «constitución»²⁷, la cual puede ser apaciguada con una conveniente abstinencia.

9. La operación de la gracia y la potencia del fuego del Espíritu que actúa con alegría y felicidad en el corazón, fortifica, calienta y purifica el alma, suspende un momento los pensamientos, y durante un tiempo da muerte al movimiento del cuerpo. Éstas son sus señales y los frutos que manifiestan la verdad: las lágrimas, la contrición, la humildad, la continencia, el silencio, la tolerancia, el estar oculto y otros similares mediante los cuales tenemos un sentimiento de certeza indudable.

10. La obra del pecado es su quemazón que con el placer calienta el alma, y la excita furiosamente en el deseo de la unión sexual con el movimiento del cuerpo. Es totalmente indecisa y desordenada, como dice san Diádoco²⁸. Provoca una alegría irracional, presunción, confusión, felicidad desordenada y, por decirlo así, no alimenta; presiona sobre todo a lo concupiscible con el placer de la tibieza. Dota a la naturaleza de placeres y tiene como auxiliar al vientre insaciable. De ahí se une y calienta el temperamento, que empieza a mover y a calentar el alma: la atrae hacia sí a fin de que el hombre, habituándose a las pasiones, sacuda poco a poco la gracia de sí mismo.

Sobre la *hesiquía* y los dos modos de oración en 15 capítulos

1. Hay dos tipos de unión, o mejor dicho, dos entradas en la oración mental operada en el corazón mediante el Espíritu: o la mente la recibe primero, uniéndose allí al Señor, como dice la Escritura (cf. 1Cor 6, 17), o la operación, puesta en movimiento progresivamente en el fuego de la alegría, atrae la mente y la ata a la invocación del Señor Jesús y a la unión. Si, en efecto, el Espíritu obra en cada cual como quiere (cf. 1Cor 12, 11), según dice el Apóstol, sucede que una preceda a la otra, según los modos que hemos indicado. A veces, la operación se produce en el corazón, una vez han disminuido las pasiones mediante la constante invocación de Je-

sucristo, acompañada del calor divino: en efecto, «nuestro Dios es un fuego que consume» (Dt 4, 24) las pasiones, dice la Escritura. A veces, el Espíritu atrae la mente hacia sí, la recluye en la profundidad del corazón, y le prohíbe las relaciones habituales. Entonces no se trata de un prisionero que es conducido de Jerusalén a Asiria, sino de un excelente retorno de Babilonia a Sión. Y por decir lo mismo con el Profeta: «A ti se debe la alabanza, oh Dios en Sión; a ti se diga la oración en Jerusalén» (Sal 64, 2). Y también: «Cuando el Señor hizo volver a los cautivos de Sión» (Sal 125, 1), y: «Exultará Jacob, se alegrará Israel» (Sal 52, 7), es decir, la mente práctica y contemplativa, que mediante la *praktiké* por Dios ha vencido las pasiones y lo ve, en tanto que le es posible, mediante la *theoria*. Entonces, en efecto, la mente, llamada a la mesa suntuosa y contenta por el alimento divino, salmodia: «Tú preparas ante mí una mesa frente a mis adversarios» (Sal 22, 5), los demonios y las pasiones.

Cómo practicar la oración

2. Dice Salomón: «De madrugada siembra tu simiente —es decir, la oración— y a la tarde no des paz a tu mano —para no arriesgar faltar a la hora de la concesión a causa de la interrupción de la oración incesante— pues no sabes qué trabajo triunfará, si éste o el otro» (Qo 11, 6).

Por la mañana, sentado sobre un banco un palmo de alto, saca a la mente de la razón y enciérrala en el corazón y mantenla allí. Curvado con fatiga, con un fuerte dolor en el pecho, en las espaldas y en la nuca, clama con perseverancia en la mente y en el alma: «Señor Jesucristo, Hijo de Dios, ten piedad de mí». Luego, a causa de la angustia, del cansancio y quizás también del fastidio derivado de la continuidad —lo cual no se refiere al único alimento del triple Nombre del que nos nutrimos continuamente, ya que está escrito: «Cuantos se alimenten de mí todavía tendrán hambre» (Sir 24, 29)—, llevando tu mente hacia la otra mitad, di: «Hijo de Dios, ten piedad de mí». Repite a menudo esta mitad: es preciso que no la cambies con frecuencia por indolencia ya que las plantas trasplantadas a menudo no echan raíces. Mantén la respiración con dificultad. En efecto, el temporal de los espíritus que sale del corazón oscurece la mente y agita la razón, excluyéndola de allí, la entrega prisionera al olvido, o la lleva a preocuparse por cualquier cosa y la lanza insensiblemente hacia lo que no conviene. Si ves la impureza de los espíritus malignos,

es decir, de los pensamientos, que se alzan y adquieren forma en tu mente, no te asustes: incluso si se te aparecen como conceptos buenos de cosas no les prestes atención, sino que mantén la espiración, tanto como te sea posible, recoge la mente en el corazón y repite con perseverancia la invocación de Jesucristo. En poco tiempo arderán y quedarán oprimidos, flagelándolos invisiblemente con el Nombre divino. En efecto, dice Clímaco: «Con el Nombre de Jesús flagela a los enemigos. No existe ni en el cielo ni en la tierra un arma más potente»²⁹.

Sobre la respiración

3. El testimonio de que debes detener la respiración lo da Isaías el anacoreta, así como muchos otros, cuando habla a este propósito. Uno dice: «Disciplina tu mente indisciplinada», es decir, excitada y dispada por la potencia enemiga, conducida por el alma negligente, tras el bautismo, junto a otros espíritus todavía más malignos, como dice el Señor: «Y la nueva condición viene a ser peor que la primera» (Mt 12, 45). El otro: «El monje tiene que tener la memoria de Dios como respiración». Todavía otro: «El amor de Dios ha de preceder a tu respiración»³⁰. Y el Nuevo Teólogo: «Comprime la inspiración que pasa por la nariz de modo que no respires fácilmente»³¹. Y Clímaco: «Que la memoria de Jesús se una a tu respiración y conocerás la utilidad de la *hesiquía*»³². Y el Apóstol: «No vivo yo, sino que es Cristo quien vive en mí» (Ga 2, 20), obrando e infundiendo la vida divina. Y el Señor dijo: «El Espíritu sopla donde quiere» (Jn 3, 8), tomando la imagen del soplo del viento material. Porque hemos sido puros hemos recibido la prenda del Espíritu y el verbo interior (cf. St 1, 21) como simiente —según lo que dice Santiago, el hermano del Señor— insembrada y casi formada; en participación no participable ésta nos deifica, gracias a su bondad, sin mezcla, con la abundancia que no disminuye. Habiendo descuidado los mandamientos, los guardianes de la gracia, hemos caído de nuevo en las pasiones a causa de la negligencia y, en lugar de llenarnos de la respiración del Espíritu Santo, nos hemos llenado del soplo de los espíritus malignos y es claro que de esto derivan el bostezo y el tenesmo, como dicen los Padres. Quien posee el Espíritu y ha sido purificado por él, por él calentado, respira, habla, piensa y vive la vida divina, según la palabra del Señor: «No seréis vosotros los que hablaréis, sino el Espíritu de mi Padre el que hablará en vosotros» (Mt 10, 20).

Igualmente el que tiene al enemigo y está dominado por él, hace y dice lo contrario de todo esto.

Sobre cómo hay que salmodiar

4. Dice Clímaco: «Quien esté cansado, que se levante para orar, después se sentará de nuevo y volverá con valentía a la primera ocupación»³³. Si bien es cierto que esto se dice a propósito de la mente que ha llegado a la custodia del corazón, no está fuera de lugar decir lo mismo sobre la salmodia. El gran Barsanufio, en efecto, habiendo sido interrogado sobre la salmodia y cómo hay que salmodiar, respondió: «Las horas y laudes son tradiciones eclesiásticas que nos han sido transmitidas por razón de la vida comunitaria. Los escetiotas no salmodian las horas, ni cantan los laudes, sino que tienen un trabajo manual, la meditación solitaria y oran brevemente. Cuando te dediques a la oración, tienes que decir el *Trisagion* y el Padre nuestro y pedir a Dios que te libere del hombre viejo, pero no te entretengas en esto. Tu mente ha de estar durante todo el día en oración»³⁴. El anciano muestra que la meditación solitaria es la oración del corazón y la oración hecha brevemente consiste en estar en pie para la salmodia. El gran Juan Clímaco dice claramente: «Obra de la *hesiquía* es la ausencia de preocupaciones (*amerimnia*) con respecto a todo, la oración diligente, es decir, estar en pie y, en tercer lugar, la actividad inviolable del corazón»³⁵. Ésta es la sede de la oración, o mejor de la *hesiquía*.

Sobre las diversas salmodias

5. Pregunta: ¿Por qué unos enseñan a salmodiar mucho, los otros poco, otros incluso a no salmodiar en absoluto, recomendando dedicarse a la sola oración, al esfuerzo, a un trabajo manual cualquiera, a las metanías o a cualquier otra actividad?

Respuesta: Aquellos que han encontrado la gracia por medio de la *praktiké* con mucho esfuerzo y tiempo, enseñan a los demás lo que han aprendido. No dan crédito a quienes metódicamente, gracias a la misericordia de Dios, mediante una fe ardiente, como dice san Isaac, lo han conseguido en poco tiempo. Por eso, víctimas de la ignorancia y de la presunción les maldicen y sostienen que cualquier otra cosa es error y no

obra de la gracia. Y no saben que, como dice la Escritura, «es fácil para el Señor enriquecer a un pobre de improviso» (Sir 11, 23); y los Proverbios dicen: «Principio de la sabiduría: adquiere la sabiduría» (Pr 4, 7), es decir, la gracia. Y el Apóstol reprende a sus discípulos que ignoran la gracia, cuando dice: «¿No reconocéis que Jesucristo está en vosotros? ¡A no ser que os encontréis ya reprobados!» (2Cor 13, 5). He aquí por qué no aceptan, por incredulidad y presunción, las propiedades extraordinarias y singulares de la oración operada en algunos por el Espíritu.

6. Objeción: Dime: ¿no consiste, quizás, la *praxis* en que uno ayune, practique la abstinencia, la vigilia, el estar en pie, hacer metanías, sentir aflicción y ser pobre? ¿Cómo puedes decir, pues, aduciendo sólo la salmodia, que sin la *praktiké* es imposible hacerse con la oración? ¿Acaso no son todas ellas obras (*praxeis*)?

Respuesta: ¿Qué utilidad hay en que uno ore con la boca y su mente divague? «Uno construye y el otro destruye» (Sir 34, 28), ninguna ventaja excepto el cansancio. Pero así como se trabaja con el cuerpo, así también debe hacerse con la mente, de lo contrario se será justo en el cuerpo, mientras el corazón estará colmado de acidia e impureza. El Apóstol lo confirma, diciendo: «Porque si oro con la lengua —es decir, con la boca—, mi espíritu ora —es decir, mi voz— pero mi mente queda sin fruto. Oraré con la boca, pero oraré también con la mente» (1Cor 14, 14-15), y: «Prefiero decir cinco palabras, etc.» (1Cor 14, 19). Testigo al respecto es también Clímaco, que en el discurso sobre la oración dice: «El gran practicante de la grande y perfecta oración dice: Prefiero decir cinco palabras con mi mente, etc. Hay muchas actividades, pero son parciales; la grande y universal actividad, fuente de la virtud, es —según Clímaco— la oración del corazón. Mediante ella se encuentra todo bien»³⁶. «No hay nada más terrible, dice san Máximo, que el pensamiento de la muerte y nada más magnífico que la memoria de Dios»³⁷, queriendo mostrar la excelencia de la obra. Algunos, oscurecidos e incrédulos a causa de la gran insensibilidad y la ignorancia, no quieren siquiera escuchar si hay una gracia en nuestra época.

7. Considero que hacen bien aquellos que salmodian poco. Respetan la proporción —y la medida es la excelencia, según los sabios— para no agotar toda la potencia del alma en la *praktiké* y para que la mente no sea negligente en la oración, privada de empuje hacia ella. Salmodian poco y

dedican la mayor parte del tiempo a la oración. Igualmente cuando la mente está cansada por el continuo grito mental y por la perseverante inmovilidad, hace un momento de reposo y se distiende en la extensión de la salmodia, tras la restricción de la *hesiquía*. Éste es el mejor orden y la doctrina de los más sabios.

8. Hacen bien quienes no salmodian en absoluto si están entre los avanzados. Éstos, en efecto, no tienen necesidad de decir salmos, sino de silencio, oración incesante y contemplación, si han alcanzado la iluminación. Están unidos a Dios y no tienen necesidad de separar la mente de él para echarla en la disipación. «El obediente cae —dice Clímaco— por voluntad propia, el hesicasta por la interrupción de la oración.»³⁸ En efecto, la mente de éstos, cuando se separa de la memoria de Dios, como del esposo, comete adulterio y se enamora de las cosas miserables. No siempre es posible enseñar a los otros este comportamiento. A los simples es posible, porque son iletrados y viven de la obediencia, y la obediencia participa de todas las virtudes por medio de la humildad. No debe ser enseñado a los que no viven de la obediencia, para que no sean fácilmente atraídos por el engaño, ya se trate de simples como de gnósticos. El independiente no puede rehuir la presunción a la que frecuentemente sigue el error, como dice san Isaac. Algunos, ignorando la ruina resultante, enseñan a cualquiera a practicar sólo ésta, con objeto de habituar la mente y hacerle amar la memoria de Dios. No hay que hacer tal cosa, sobre todo si se trata de «idiorritmos»³⁹.

En efecto, su mente es impura, a causa de la negligencia y del orgullo, no ha sido purificada por las lágrimas, refleja las imágenes malignas de los pensamientos en lugar de la oración, cuando los espíritus impuros, agitados en el corazón por el Nombre terrible, rugen, queriendo destruir a quien los flagela. Si el idiorritmo escucha o es instruido acerca de esta actividad y la quiere practicar, sufrirá una de estas dos consecuencias: si se esfuerza, caerá en el error y quedará incurable; si es negligente, no hará progreso alguno en toda su vida.

9. Añadiré lo siguiente a partir de mi corta experiencia: cuando estés sentado, de día y de noche, practicando la *hesiquía*, orando insistentemente a Dios sin pensamientos en la humildad, y la mente está cansada de clamar, el cuerpo dolorido y el corazón no se ha calentado y alegrado por la absoluta inmovilidad de la insistente invocación de Jesús, de quien deri-

van para el luchador resoluciones y tolerancias, entonces levántate y salmodia solo o acompañado del discípulo que esté contigo o dedícate a la meditación de alguna palabra o a la memoria de la muerte o a un trabajo manual o atiende a la lectura, preferiblemente de pie; salmodiando solo, di el *Trisagion* y la oración con el alma y con la mente, y que esta última esté atenta al corazón. Si te oprime la acidia, di dos o tres salmos y dos *troparia* para la conpunción, sin música, porque «éstos no cantan», dice Clímaco⁴⁰. Para estar alegres les basta con «el trabajo del corazón que se efectúa por la piedad», como dice san Marcos⁴¹, y el calor del Espíritu que se les ha dado para que estén contentos y exultantes. Di, después, el salmo y la oración sin distracción con la mente y el corazón, y también el Aleluya. Éste es el mandamiento de los santos Padres, Barsanufio, Diádoco y los otros; como dice el divino Basilio: «Hay que variar todos los días los salmos, para estimular la resolución y para que la mente no se disguste por salmodiar siempre las mismas cosas, sino que hay que dar libertad, así se reforzará con resolución»⁴². Si salmodias en compañía de un discípulo fiel, que él diga los salmos y tú, estando atento interiormente con el corazón y orando, vigílate. Con el auxilio de la oración desprecia toda representación, sea sensible o inteligible, que salga del corazón. La *hesiquía* es despojarse provisionalmente de los pensamientos que no derivan del Espíritu, para no destruir la mejor parte haciendo atención a ellos como si fuesen buenos.

Sobre el error

10. Amante de Dios, has de estar atento con diligencia y conocimiento. Cuando totalmente ocupado en tu obra veas una luz o un fuego en tu interior o en el exterior, la así llamada imagen de Cristo o de un ángel o de cualquier otra cosa, no la aceptes, para no sufrir daño. Por lo que te respecta, que la atención no venga acompañada de imágenes y no permitas que tu mente las forje. En efecto, todas estas apariciones exteriores e inoportunas tienen como efecto inducir el alma al error. El verdadero principio de la oración es el calor del corazón que quema las pasiones, produce en el alma la felicidad y la alegría y confirma al corazón en un amor seguro y en un sentimiento de certeza indudable. Todo lo que se presenta al alma, dicen los Padres, sea sensible o inteligible, y pone al corazón —que no debe acoger todo esto— en la incertidumbre, no viene de

Dios, sino del enemigo. Y si ves la mente llevada hacia lo exterior o hacia lo alto de alguna potencia invisible, no creas en ella y no dejes que la mente sea arrastrada, mas constriñela enseguida a su obra. «Las cosas de Dios —dice san Isaac— vienen solas y tú ignoras la hora.» El enemigo interior y natural de los riñones transforma, como quiere y fantásticamente, los objetos espirituales, los unos en los otros; introduce, en el lugar del calor, su fuego desordenado para apesadumbrar así al alma y arruinarla. En lugar de a la alegría conduce a un contento irracional y a la voluptuosidad «húmeda», de la que nacen las presunciones y el ofuscamiento. Se esconde en los inexpertos y los induce a pensar que su error es, en realidad, la obra de la gracia. Pero el tiempo, la experiencia y el sentido espiritual por lo común lo revelan a quienes no ignoran totalmente su maldad. «El paladar —dice la Escritura— gusta los manjares» (Jb 34, 3), es decir el gusto espiritual distingue con certeza qué son efectivamente estos fenómenos.

Sobre la lectura

11. «Eres un trabajador —dice Clímaco—, ten pues lecturas prácticas. Esta actividad hace inútiles las otras lecturas.»⁴³ Lee siempre los escritos sobre la *hesiquía* y sobre la oración, como la *Escala*, san Isaac, san Máximo, las obras del Nuevo Teólogo, de su discípulo Stethatos, de Esiquio, de Filoteo el Sinaíta y otras parecidas a éstas⁴⁴. Deja de momento las otras, no porque debas rechazarlas, sino porque no responden al fin, pues dirigen la mente a su estudio, distrayéndola de la oración. Efectúa la lectura en soledad, no con voz orgullosa o soberbia, sin buscar una perfecta dicción o elegancia de lenguaje o placer en la armonía; no estés ausente sino presente, sin dejarte dominar por la idea de complacer a los otros; no seas insaciable, porque la medida es la excelencia; no leas con tosquedad, languidez o descuido, sino con seriedad, modestamente, tranquilamente, con sensatez, con medida, con la mente, con el alma y con la razón. Así, en efecto, la mente se fortalecerá, hasta que adquiera el hábito de orar intensamente. De las otras lecturas susodichas no obtendrás sino oscuridad, flojedad, de suerte que la razón dará mal de cabeza y quedará esposada para la oración.

12. Está atento también en todo momento a la atención e investiga con cuidado hacia dónde se dirige. Si, conforme a Dios, por medio del

mismo bien y para utilidad del alma te sientas a practicar la *hesiquía* o a salmodiar o a leer o a orar o a practicar cualquier otra virtud, hazlo de manera que no seas saqueado inconscientemente y que no se te encuentre activo sólo en apariencia, mientras que en realidad con la razón quieres sólo complacer a los hombres y no a Dios. Son muchas las insidias del enemigo: con gran secreto espía la inclinación de la intención, para engañar a muchos, y siempre camuflado quiere saquear la obra para que cuanto sea hecho no lo sea conforme a Dios. Si, pues, te combate duramente y te ataca imprudentemente, pero tú tienes la sólida intención en Dios, no podrás ser frecuentemente saqueado por él, incluso si la voluntad no queriéndolo queda sometida a sus tentativas de agitarla. Igualmente, si uno es vencido sin quererlo por una enfermedad, enseguida se le perdona y se le exalta por Aquel que conoce las intenciones y los corazones. Esta pasión —quiero decir la vanagloria— impide al monje progresar en virtud, pero él, aun soportando las fatigas llega a la vejez sin fruto. Tanto el principiante, el proficiente como el perfecto son dominados y despojados de la obra de la virtud a causa de la vanagloria.

13. Añado cuanto he aprendido: sin las siguientes virtudes el monje no progresa en absoluto: ayuno, abstinencia, vigilia, tolerancia, coraje, *hesiquía*, oración, silencio, aflicción y humildad. Éstas se generan y vigilan mutuamente. Del constante ayuno se extingue el deseo y nace la abstinencia, de la abstinencia la vigilia, de la vigilia la tolerancia, de la tolerancia el coraje, del coraje la *hesiquía*, de la *hesiquía* la oración, de la oración el silencio, del silencio la aflicción, de la aflicción la humildad, de la humildad, recíprocamente, la aflicción. Date cuenta cómo, yendo a la inversa, las hijas generan a las madres. No hay mutua generación más grande que aquella de las virtudes. Lo contrario es a todos manifiesto.

14. Hay que hacer una lista de los esfuerzos y las fatigas de la obra y exponer claramente cómo hay que dedicarse a cada actividad de modo que cualquiera, tras habernos escuchado y emprendido el camino sin fatiga y sin fruto, no nos reproche a nosotros o a otros no haber dicho las cosas como son. La fatiga del corazón y el trabajo del cuerpo son capaces de hacer la obra de la verdad. Por su causa se manifiesta la operación del Espíritu que te ha sido dada, como a todo fiel, mediante el bautismo, que ha sido sepultada por las pasiones a causa de la negligencia de los mandamientos y que espera nuestra penitencia en virtud de la indecible miseri-

cordia. De modo que en el momento de la muerte no oigamos, porque no ha dado fruto: «Quitadle su talento», «aun lo que tiene se le quitará» (Mt 25, 28-29), y nos envíe al castigo, al eterno dolor de la gehena. En efecto, toda actividad corporal y espiritual que no posee ni pena ni esfuerzo no dará ningún fruto a quien la practique, porque dice el Señor: «El reino de los cielos sufre violencia, y los violentos los arrebatan» (Mt 11, 12), indicando con «violencia» la penosa sensación del cuerpo en todas las obras. Igualmente, muchos han obrado durante muchos años y continúan haciéndolo sin pena, pero dado que no se han dedicado a las fatigas con pena y con fêrvido ardor de corazón, han sido privados de la pureza y no participan del Espíritu Santo, al haber rehusado la aspereza de las fatigas. Los que obran con negligencia y con relajamiento, aunque se fatiguen mucho, como creen, no gustarán nunca del fruto a causa de la falta de pena, siendo insensibles al dolor en su interioridad. Da testimonio de ello quien dice: «Aun cuando poseamos las mayores acciones, si no tenemos el corazón afligido, éstas son bastardas y no tienen vigor». Igualmente cuando nos conducimos sin fatiga, llevados por la acidia a las distracciones inútiles, quedamos en la tiniebla, creyendo encontrar quietud en éstas —lo que no responde a la realidad—, mientras quedamos atados invisiblemente por fajas indisolubles, quedamos inmóviles e inertes en toda obra, llenos de flojedad, particularmente si se trata de principiantes. Todo es útil en su justa medida para los perfectos. Da testimonio de ello el gran Efrem, que dice: «Date a las fatigas con pena para rehuir las vanas fatigas»⁴⁵. Si, como dice el Profeta, no flaquean nuestros riñones con el esfuerzo del ayuno y no sentimos los dolores, como una parturienta, en el corazón, es que no concebimos al Espíritu de salvación en la tierra del corazón (cf. Is 21, 3; 26, 18), como has oído, sino que sólo nos vanagloriaremos de haber transcurrido muchos años en un vano eremitorio y en la relajación, defendiendo haber llegado a ser alguien en la *hesiquía*. El día de nuestra muerte todos conoceremos sin ninguna duda el fruto.

15. Nadie puede aprender solo la ciencia de las virtudes, aun cuando algunos hayan tenido como maestra a la experiencia. Hacer por cuenta propia y no escuchar los consejos de quienes nos han precedido conduce a la presunción o más bien la genera. Si, en efecto, «el Hijo no puede hacer nada por su cuenta, sino lo que ve hacer al Padre» (Jn 5, 19) y «el Espíritu no hablará por su cuenta» (Jn 16, 13), ¿quién puede pensar haber llegado a la cúspide de la virtud tan alto como para no necesitar algún

guía? A éste la locura lo arruinará, aun si cree poseer la virtud. Por eso se deben aprender las fatigas de la *praktiké* de quienes saben y así emprenderlas: ayuno afamado, abstinencia sin placer, vigilia asidua, genuflexión fatigosa, estar en pie con fastidio sin moverse, oración continua, humildad sincera, aflicción y gemido incesante, silencio sabio y como condimentado con sal, y, en todo, tolerancia. No hay que estar siempre en la quietud, ni siempre sentados hasta la vejez o hasta la aparición de una enfermedad, pues la Escritura dice: «Comerás de los frutos de tus virtudes» (cf. Sal 127, 2), y: «El reino de los cielos es de los violentos» (cf. Mt 11, 12). Quien se esfuerza cotidianamente en cumplir con pena las virtudes mencionadas, conseguirá, gracias a ellas y con la ayuda de Dios, el fruto.

Testamento

Del fundador del *monydrion*

athonita del Prodomos

(1330-1331)

Ya que veo acercarse el final de mi vida, como muestra inequívocamente la vejez, creo necesario dar disposiciones a los hermanos que tengo bajo mi sumisión y para el *monydrion* que he construido con la ayuda de Dios, puesto bajo la advocación del venerado y glorioso profeta y precursor Juan Bautista, de manera que también aquellos que no lo conocen sean informados acerca de mis intenciones a este particular. Ahora es oportuno que cuente el celo que he profesado a este *monydrion*.

A mi Padre espiritual, el beato y santo abba Juan, que siempre ha vivido en lugares adecuados a la *hesiquía*, le gustaba quedarse en esta localidad en la que actualmente puede verse el mencionado *monydrion* construido por mí en el territorio del venerable monasterio de Docheiariou, zona totalmente áspera y desolada, muy querida por él según sus intenciones y preferida antes que cualquier otra. Durante un tiempo vivimos aquí en celdas pequeñas e improvisadas, que habían sido construidas por nosotros mismos. Llegado a Tesalónica por un asunto de naturaleza espiritual murió dejándome en este lugar. No lo abandoné, siguiendo las órdenes del Padre, y entonces comencé a talar con gran fatiga el espeso bosque y a transformar este sitio selvático en uno cultivable con la aprobación y el consenso del entonces kathigúmeno del venerable monasterio de Docheiariou y de todo el cenobio. Para empezar construí, pues, con la ayuda de Dios, la iglesia, que se puede ver todavía hoy, puesta bajo la advocación del venerado y glorioso profeta y precursor Juan Bautista. Construí celdas en número suficiente para los hermanos, cavé el pozo, planté la viña y el olivar, doté a la iglesia de santos iconos y de libros de los que hablaré más adelante. Para no enumerar una a una estas obras, baste decir que de la nada construí y completé el *monydrion*, con la ayuda de Dios, en la forma que se muestra.

Queriendo, por tanto, hacer testamento según mi voluntad, transmití mi intención e informé a nuestro santísimo y común Padre, el *protos* de la Santa Montaña. Ya que les ha parecido, a él y a mis santísimos Padres, los kathigúmenos de los venerables monasterios, que mis decisiones eran

justas y conformes a nuestras ordenanzas tradicionales, ahora doy las siguientes disposiciones.

En primer lugar dirijo a todos los cristianos mi oración y mi perdón, que yo mismo les suplico por mis numerosos pecados. Después dispongo que los hieromonjes Daniel y Santiago, mis hijos espirituales, que he educado espiritualmente desde el principio con la ayuda divina, tengan parte y dirijan como yo el mencionado *monydrion* y sus propiedades y cuiden de la salud de mis otros hijos espirituales, de su crecimiento espiritual y de aportar ulteriores mejoras al *monydrion*. El hieromonje Daniel será, como yo, guía y jefe de mis hijos espirituales si vienen a residir allí según las órdenes del Padre espiritual, comportándose y viviendo en la condición espiritual, en la disciplina y en el orden adecuado a los monjes. Además ninguno de mis dos sucesores debe apoderarse de ninguna cosa, ni tener un caballo o servidor personal ni cualquier otra cosa que no sea conforme o contraria a las costumbres espirituales del *monydrion*, cosas no requeridas por este *kathisma* espiritual, ni salir con frecuencia al mundo, sino sólo una vez al año por una urgente necesidad y regresando al *monydrion* en el más breve tiempo posible, ni, como he dicho, poseer un caballo, sino un asno para los servicios del *monydrion*, a causa de la aspereza y de la incomodidad del lugar. Daniel no hará lo que quiera, porque se le antoje, sino que informará a mi hijo Santiago y lo hará con su consentimiento. Entre los dos debe reinar la paz absoluta y la concordia, compitiendo entre ambos en el estimarse en la tribulación (cf. Rm 12, 10), como dice el divino Apóstol, y salvaguardar para gloria de Dios la disciplina espiritual de mis otros hijos espirituales. Se hará memoria de nuestros poderosos y santos soberanos y emperadores, de los santos fundadores del venerable monasterio de Docheiariou, del *kathigúmeno*, de los hermanos y de mí, pecador. Durante todo el año se harán las *kollybe*⁴⁶ cada viernes en memoria de los difuntos, como es costumbre en los grandes monasterios, con excepción de los viernes para los cuales la tradición eclesiástica prescribe no conmemorar a los difuntos. Velas encendidas deben arder siempre delante de los tres iconos, de la Panaghia, del Venerado Precursor y de la Dormición de la Madre de Dios. Ya que el difunto *kathigúmeno*, el bienaventurado Arsenio del venerable monasterio de Docheiariou y los venerables e insignes ancianos que entonces vivían en el monasterio habían decidido depositar cada año en nuestro *monydrion* una pensión y daban esta suma en vida mía, que la continúen depositando tras mi muerte para la conmemoración de los fundadores de aquel monasterio y de todos los hermanos.

Si mi hijo espiritual, el hieromonje Daniel, dejara el mundo y fuera a vivir allí, según mis disposiciones, entonces, como he dicho más arriba, guiará y se cuidará de mis otros hijos espirituales y de la celda. Si no quisiera venir, como le ordeno espiritualmente, será excluido totalmente y no podrá tocar las propiedades del *monydrion*, para no incurrir en la terrible cólera y castigo divinos. Si guiara en el Espíritu, de manera grata a Dios, este *monydrion* mío, como ordeno yo mismo, y muriera allí, tras su desaparición el *monydrion* será dirigido por el hieromonje Santiago que debe vivir y restar allí, como hemos ordenado anteriormente. De esta manera, el *monydrion* será dirigido por mis dos sucesores. A su muerte, ordeno espiritualmente que se halle en el *monydrion* un hombre venerable, sacerdote y padre espiritual, que tenga consigo a un hieromonje de entre mis hijos espirituales que vivan todavía.

Dono al *monydrion* los santos iconos y los libros de los que hago un listado detallado: una patena, un velo de seda que recubre la patena, dos recambios, un par de puños, dos estolas, dos calzados dorados, dos de seda y dos laminas, dos candelabros para la liturgia, el incensario. Los siguientes libros: Los Cuatro Evangelios y Los Hechos de los Apóstoles, membranáceo; ocho partes de Menaes, para doce meses, membranáceo; un salterio membranáceo; libro de san...⁴⁷, membranáceo; cánones a la Madre de Dios de Mauropous⁴⁸, bombicino; libro llamado Glykas⁴⁹; un *Euchologion*⁵⁰, membranáceo; dos sinasarios; el segundo libro del *Parakletikon*⁵¹; otro de cánones a la Madre de Dios, también este bombicino; dos *Escalas* de Clímaco, una de bombicino, la otra membranácea; un libro con diversas centurias; un libro de san Macario⁵²; un libro de san Marcos; un libro de san Teodoro de Edesa⁵³; un libro de panegíricos membranáceos; los profetas y el *Triodon*⁵⁴.

...

Máximo el Kausokalyba

(1270 *ca.*-1365 *ca.*)

Vida, ascesis, combates espléndidos
y milagrosos del santo y teóforo nuestro
Padre Máximo que quemaba la cabaña sobre
la Santa Montaña del Athos, obra y fatiga
de Teófanos metropolitano de Peritheorion,
ya por entonces igúmeno de Vatopedi

...

3. Apenas le había crecido la barba, con diecisiete años escogió la divina huida del mundo y, habiendo abandonado la ciudad natal de Lampsakos⁵⁵ por el monte Ganos, allí vistió el hábito monástico. Se puso bajo la obediencia de un anciano insigne para aprender, en la sumisión, la vida de los monjes. Pero él, en verdad, ya antes de aquel momento había sido instruido en la ciencia de la virtud monástica, de modo que se mostró al anciano probado en el ayuno, en la vigilia, en la oración, en el dormir sobre el suelo, en las mortificaciones y en el desprecio de todas las cosas vanas y de su propio cuerpo. Era amado por todos y admirado por su propio Padre espiritual por la dureza y la severidad de su régimen ascético. Hizo esto durante poco tiempo: en efecto, su santo anciano y maestro dejó la tierra por la unidad celestial. San Marcos —así se llamaba aquel santo que había brillado en toda Macedonia como un astro resplandeciente— fue sepultado por Máximo.

4. Y después de esto, el noble Máximo, abandonado el Ganos, exploró los montes vecinos para ver si podía descubrir el tesoro que había ya poseído en la persona del anciano. Y Dios le concedió cuanto deseaba. Llegado, en efecto, al monte Papikion, encontró a los hombres santos, iguales a los santos Padres Antonio, Eutimio, Arsenio y Pacomio, los cuales vivían sin morada, en la soledad de las montañas más altas, en grutas

tranquilas y en otros lugares inaccesibles, privados de toda comodidad, no teniendo nada consigo sino algunos andrajos con los cuales se cubrían. Habitó mucho tiempo con ellos y como una esponja purísima absorbió completamente sus virtudes, o más bien, como la cera imprimió perfectamente en sí mismo sus directrices, las de la virtud sobrenatural. Habiendo llegado a ser aún más capaz de despreciarlo todo, del Papikion se llegó hasta Constantinopla. Tras haber admirado la belleza de las iglesias y haber venerado a los santos en su interior, se dirigió a nuestra Señora santísima, la Madre de Dios Hodighitria⁵⁶, y vio las maravillas más grandes. Quedó trastornado por el prodigio: absorto en profunda meditación, contempló a la Santísima en los cielos: su mente sin error selló la excelsa gloria del trono de la divinidad y el mismísimo trono de la Trinidad. Así transcurrió toda la noche. Durante los días de la visión apareció totalmente trastocado por las maravillas de la Madre de Dios. Andaba descalzo, desnudo, tan sólo los flancos ceñidos por un taparrabos de piel hecho jirones casi por completo. Después de esta visión a todos parecía un tonto. Él mismo se dio en disimular la locura tal como había hecho por Cristo el gran Andrés⁵⁷. Aunque todos sospechaban que era como el santo y que Máximo fingía la locura por el Señor, la mayoría se escandalizaba tomándolo por un demente y un loco. Su conducta llegó al conocimiento de quienes reinaban por entonces.

5. Era entonces emperador Andrónico Paleólogo el Grande⁵⁸, quien enseguida cambió su nombre por Antonio, y patriarca ecuménico el admirable san Atanasio⁵⁹. Llamado junto al emperador, empezaron a conversar en medio de otras personas. Él, como tenía por costumbre, respondió a las palabras del emperador haciendo suyas las palabras del Teólogo (Juan Evangelista) y sorprendió a los retóricos el hecho que recitase de memoria al Teólogo y toda la divina Escritura. Dado que el santo no había estudiado la gramática, sus palabras fueron consideradas burdas. Por eso, habiendo oído decir al *mezas logothetes tou kanikleiou*⁶⁰: «La voz es la de Jacob, pero las manos son las manos de Esaú» (Gn 27, 22), se marchó llamándolos necios e insensatos y no volvió más a la corte. Convertido, por el contrario, en amigo del santo patriarca, iba siempre a encontrarlo y lo deleitaba con sus dulces palabras y se alegraba de ello, definiendo a éste como a un nuevo Crisóstomo. En diversas ocasiones el patriarca intentó introducirlo en algún cenobio, en los monasterios que había edificado y que poseía en Constantinopla⁶¹, pero el santo no consintió. Habitaba en la

puerta de la iglesia de la Madre de Dios de Blaquerua⁶², como un pobre sin vivienda, asiduo todas las noches, sufriendo hambre y sed, durante la vigilia, estando en pie, en oración, con gemidos, y abundante fluir de lágrimas y suspiros. Por la mañana los necios lo tenían por un necio, fingiendo serlo según la sabiduría del Espíritu, de modo que el malvado deseo de complacer a los hombres no arruinase su fruto.

6. Y después de esto, de nuevo deja la capital por Tesalónica para ver y venerar al gran mártir y taumaturgo Demetrio Myroblytes. Habiendo satisfecho este deseo, se refugió en la Santa Montaña y, tras haber visitado todos los santos monasterios y haber orado y adorado a Dios en ellos, se dirigió a la Lavra de San Atanasio. Y aquí, habiendo invocado a Dios leyó el relato sobre la vida y la lucha ascética de este santo así como lo referente al santo y beato Pedro el Athonita: uno había exaltado y honrado la vida de hesicasta, el otro, celoso de los mandamientos de Cristo Dios nuestro, aquella de cenobita. Meditando acerca de ambas, deseó emprender él mismo la vida de estos dos y empezar a ponerla en práctica como los que lo habían hecho en el mismo lugar del Athos. Pero como es costumbre entre los postulantes, que primero lo solicitan y después emprenden el camino espiritual, los santos Padres de aquel tiempo, interrogados por el divino Máximo acerca de qué habría tenido que hacer en primer lugar, le enseñaron la sumisión y las luchas de la bienaventurada obediencia diciéndole: «Perlas resplandecientes han brillado en medio de nosotros en esta Lavra venerable. Que en el camino que has emprendido tenga algún fundamento la piedra de Cristo, la divina humildad. La humildad, en efecto, se funda sobre la sumisión y la obediencia; gracias a ellas se pone a prueba y de este modo la virtud se eleva hasta el apogeo. Inicia por tanto el camino primero en el interior del monasterio, de modo que con facilidad, junto a los otros, procedas en la humildad, inicio y raíz de todas las virtudes, y en la paz. De este modo emprenderás el eremitorio en los *kathismata* y te dirigirás, a voluntad, a la *hesiquía*.

7. Habiendo oído estas palabras, el santo se sometió a un anciano de Lavra y, junto a otros hermanos, vivía en la obediencia de Cristo. Primero se le puso a prueba y se le encargó, como es habitual, los trabajos más humildes. Seguidamente se le contó entre los cantores del coro de la iglesia para alabar con himnos y odas espirituales al Verbo e Hijo de Dios, unido al Padre y al Espíritu, y a la Madre de Dios, nuestra Señora santísi-

ma. Al haber aprendido en la juventud los himnos sacros, se le ordenó dedicarse a este culto espiritual también en la iglesia de Lavra. Y así, teniendo en la boca el versículo y en la lengua el canto, su mente se hallaba completamente en el más alto de los cielos, raptada en el Dios invisible e inmortal. A causa de esto, sus ojos estaban siempre llenos de lágrimas, abiertos desmesuradamente por la maravilla. También se sentía totalmente preso de estupor, y se dedicaba a las sagradas lecturas atento al espíritu de la Escritura, tocado por la misericordia de Cristo que nos concede entender todo esto en el espíritu, aun permaneciendo en el cuerpo. El santo tenía el corazón completamente inflamado de la llama inmaterial del fuego divino, como en otro tiempo el Profeta (cf. Is 6, 6-7), las vísceras ardientes por la inhabitación de la gracia divina, la oración incesante impulsada y repetida por la boca del corazón junto con la mente. Cosa rara y difícil de encontrar: dominaba la oración sin dificultad, incluso cuando estaba con otros y participaba tanto de ella como otro podría hacerlo estando solo en el eremitorio y en la *hesiquía*. En efecto, estando habitado por el Espíritu Santo, aquel que está iluminado por el Espíritu piensa y dice cosas extraordinarias, como da testimonio el hijo del trueno, el amado de Cristo, Juan el Teólogo: «Nadie puede decir: Señor Jesús, sino con el Espíritu Santo» (1Cor 12, 3). Y el santo se sometía a mortificaciones, como cuando había vivido junto a la iglesia de Blaquerna, sin poseer una celda en el interior del monasterio, ni cosas materiales y necesarias, sino que aparecía en el monasterio como incorpóreo. Se alimentaba sólo de lo que encontraba sobre la mesa, viviendo en la continencia. Se quedaba largo rato en un banco en el nártex de la iglesia, o más bien se dedicaba sin reposo a estar en pie toda la noche y permaneciendo en vigilia: una conducta habitual que ya ha sido referida anteriormente.

...

9. Obedeciendo el santo a aquellos divinos Padres que le impedían emprender la vida eremítica, vino en su auxilio la ayuda divina. En sueños se le apareció la Madre de Dios con el Señor en brazos que le decía: «¡Ea! Sígueme, fidelísimo Máximo, sube al Athos para recibir, como es tu deseo, las tablas de la gracia». Y sucediendo esto una segunda vez y aún una tercera —lo cual le llegaba estando despierto más que en sueños, desde el momento en que nunca dormía—, ¿qué sucedió? Dejando la grande y maravillosa Lavra empezó a afrontar deprisa la subida al Athos en don-

de le habían sido preanunciadas por la Madre de Dios las tablas de la gracia. Así permaneció en ayuno durante la semana; era, en efecto, el primer domingo después de la Ascensión, el domingo de los santos Padres⁶³. Llegado a la cumbre adoró y oró a Dios toda la noche, como era su costumbre, haciendo la vigilia junto a algunos monjes. Dado que al alba éstos se marcharon y no quedó ninguno, permaneció allí durante tres días y tres noches, sin comida, solamente con la vestimenta, ocupado en Dios, teniendo a la Madre de Dios en la lengua, en la mente y en el corazón mediante la oración mental repetida incesantemente en el espíritu. Pero ¿quién podrá narrar las maquinaciones que entonces llevó a cabo el Maligno? Hizo aparecer, con engaños, de noche, truenos y rayos que parecía se sacudiera la gran montaña del Athos y se resquebrajasen las rocas y colinas. Y de día le hacía oír voces salvajes, como si hubiese una turba junto a él que subía hasta la cima del Athos, lanzando piedras, picas y lanzas contra el santo. Los malditos no podían soportar que el santo permaneciese allí y por eso intentaban con tales artificios que descendiera enseguida. Esto es lo que los malditos demonios promueven contra los santos. El santo, al poseer en su interior la gracia del Espíritu Santo, no se preocupaba por estas jugarretas exteriores, sino que incesantemente estaba ocupado en la oración, en Dios y en la Madre de Dios, que intercedía por él y lo protegía. Y estando despierto, el santo vio a la Madre de Dios como a una soberana rodeada de muchos jóvenes dignatarios. Llevaba en brazos al Hijo, demiurgo de toda la creación. Entonces el santo, comprendiendo por la luz inaccesible que no puede ser simulada —luz que estaba en la Madre de Dios y que brillaba en todas partes— que todo esto no era fruto del error, sino de la verdad, empezó a cantar a la Madre de Dios: «Te saludo, llena de gracia, el Señor está contigo» (Lc 1, 28), y: «Es digno en verdad»⁶⁴. Así pues, postrado en el suelo adoró al Señor junto a la Madre de Dios y recibió la bendición del Señor y estas palabras de la soberana: «Recibe la gracia contra los demonios, venerable vencedor, y habita en la falda de la cumbre del Athos. Que se cumpla este deseo de mi Hijo, con el fin de que te eleves a la suma de las virtudes unidas a la vida eremítica y te conviertas en guía y maestro del eremitorio para todos, guiando al nuevo Israel hacia los píos y divinos mandamientos de mi Hijo, de modo que se salven, como hicieron en otro tiempo Moisés y Elías con el antiguo Israel en el exilio». Diciendo esto, puso a su disposición el pan celestial como alimento y confortación del cuerpo. Cuando el santo puso el pan entre los dientes, una luz divina y celestial lo envolvió, oyó un

himno angelical y la Madre de Dios desapareció de su vista, elevándose en el cielo. Los ángeles cantaban el himno para la subida a los cielos de la espléndida Reina. El santo contaba que tras esa gloriosa y maravillosa subida al cielo en la cima del Athos eran tales las iluminaciones y el perfume que se llenó de estupor, deseando permanecer siempre allí y no marchar, para no quedar entonces privado de aquel perfume y de aquella luz. Así pues, se mantuvo durante tres días y tres noches en el lugar del perfume y después descendió, como le había sido ordenado por nuestra Señora, la Madre de Dios, hasta la iglesia que se le había dedicado, llamada de la Panaghia. Tras haber transcurrido algunos días allí, retornó a la cumbre del Athos y buscó el lugar en el cual la Madre de Dios se le había aparecido glorificada. Y llorando deseaba ver de nuevo cuanto había visto, mas no lo obtuvo. Los sentidos del santo pudieron percibir, como la otra vez, sólo invisiblemente la luz y el divino perfume. De este modo quedó lleno de alegría y de felicidad indecibles. Se dirigió allí una segunda y aun una tercera vez, partiendo desde la Panaghia, y todo se verificó de nuevo. Descendió después al Carmelo; llegado allí, encontró a un monje anciano al cual narró cuanto había visto.

10. El anciano, tras haberlo escuchado, creyó que su visión era fruto del error. Por eso el insensato le atribuyó el nombre del error, llamando a aquella luz presa del error. Después de él todos lo llamaban así y se lo quitaban de encima. Nadie se le acercaba, lo rechazaban como presa del error y sentían horror de él. Pero este astro sin error, guardando todo esto en su interior y el apelativo «presa del error» en lugar de aquel de santo, se regocijaba y alegraba grandemente. Y así fingía siempre ser presa del error cuando hablaba con alguien, y se hacía el loco para anular el deseo soberbio de agradar a los hombres, y el orgullo, y así hacer florecer la humildad que custodia la gracia del Espíritu. Por este motivo no se detuvo en ningún sitio fijo del Athos, como hacen la mayoría en celdas, quietos, sino que vagaba como presa del error de un lugar al otro. Construía celdas y enseguida las quemaba: conducta que se hacía extraña a los monjes, e incluso a los hombres. El beato no poseyó nunca azada, escarda, zurrón, taburete, mesa, sartén, harina, aceite, vino o cualquier otro objeto necesario o pan, sino que era inmaterial en lugares inmateriales. Tan sólo fingía tener una pequeña celda para dar reposo al cuerpo que había sostenido tantos combates. Tras haberla construido con hierba, enseguida la quemaba. Por este motivo, aun cuando carecía de error, se le llamaba «su-

jeto al error» y «quema cabañas» (Kausokalyba) por aquellos que pensaban según el mundo y que no veían la espléndida y divina gracia del Espíritu habitar en él, que como una divina tienda celestial lo cubría, lo templaba y lo rociaba con la esperanza.

11. Pero ¿quién podrá narrar las luchas o más bien las agonías que este santo hombre afrontó valerosamente con hambre, sed, desnudez, con frío o calor ardiente, en invierno o en verano, puro, con una única vestimenta y descalzo? Nadie lo visitaba para llevarle lo necesario. Era él, a veces, quien iba al encuentro de alguno. Entonces confortaba el cuerpo con un poco de pan, vino, sal y nada más. Él era de quien Cristo dijo: «Mirad las aves del cielo: no siembran, ni cosechan, ni recogen en graneros; y vuestro Padre celestial las alimenta» (Mt 6, 26). Él era de quien Pablo dijo: «Anduvo errante cubierto de pieles de oveja y de cabras; falto de todo, oprimido y maltratado; ¡hombre del que no era digno el mundo!» (Hb 11, 37). Verdaderamente él crucificó la carne junto a las pasiones y los deseos (cf. Ga 5, 24), tomó la cruz, como hay que hacer, sobre las espaldas y siguió con fe y celo a Cristo. ¿Quién no admirará esta conducta suya celestial? ¿Quién no quedará pasmado al oír hablar de sus combates sobrehumanos y espléndidos: su enorme paciencia, su rigurosísimo ayuno, la sed, la vigilia, la oración, las lágrimas, estar siempre en pie y las metanías, golpeando la cabeza sobre la roca desnuda, la quietud, la apacibilidad, la humildad de la espléndida y divina gracia sin error que siempre lo deleitó? Y todos los días se elevaba en el espíritu de contemplación en contemplación, con la mente arrebatada en las realidades inaccesibles, hecho digno de los divinos misterios como en otro tiempo Pablo y Antonio, los grandes astros de los habitantes del mundo de los desiertos, o más bien, como Pedro el Athonita y el gran Atanasio, que como soles siempre luminosos se alzaron sobre la Santa Montaña y sobre todo el occidente. Y así, poco a poco, se elevó a la cúspide de la virtud de aquéllos, ya sea en la *praxis* como en la *theoria*, y surgió entre nosotros en el eremitorio, alegró la creación, y nos guió a nosotros mismos como un sol brillantísimo.

12. El santo llegó a ser amigo de algunos grandes ancianos, que tienen su vivienda en los barrancos, Gerontios de Bouleuteria, Cornelio, Ausencio e Isaías de los alrededores de San Mamas, el hieromonje Macario de San Cristóbal, el sapientísimo Gregorio, alimentado por el ángel con pan celestial, residente en Strabi Lankada, en Dorotheou y en Leuka, los

santos ancianos y hesicastas de Melanea, Haghiomamites, Gerontios, Teodulos, Germano Maroules, Santiago Trapezountios, los hesicastas Clemente y Galaktion, el maravilloso Marcos Haplos y otros tantos ancianos, cuyos nombres omito por razones de espacio y por el hecho de que dichos nombres están todos escritos en el cielo, por lo que no es necesario escribirlos aquí. Todos éstos estaban maravillados por la conducta de san Máximo, que incendiaba la celda, no tenía vivienda y se comportaba como un desconsiderado; de las conversaciones tenidas con él supieron, sin embargo, que poseía la gracia divina y por eso no lo definieron nunca «presa del error», sino el Kausokalyba, venerable Máximo y astro brillantísimo.

13. Llegó entonces de Jerusalén al Athos Gregorio el Sinaíta, el campeón de la *hesiquía*, el santo y taumaturgo que más tarde se estableció en las regiones de Macedonia en donde instruyó a muchos, con palabras y obras, en la *hesiquía* y en la vida monástica. En el Athos llegó a ser ardientemente amado por todos los Padres y hermanos que vivían en la montaña y en particular por los viejos hesicastas. En efecto, él era un maestro maravilloso de la *hesiquía* de la mente y del corazón y de la oración y conocía de manera profunda los ataques de los espíritus malignos: cualidad rara y difícil de encontrar. Por eso los hesicastas acudían junto a él para aprender la oración del corazón, los misterios sin error de la gracia y cuáles son las señales del error. Todos se dirigían a él como los cinco mil a Jesús con ocasión del milagro de la multiplicación (cf. Mc 6, 44). Entonces a Jesús le siguieron sólo los discípulos; del mismo modo, algunos elegidos, siguiendo su ejemplo, fueron tras el noble Gregorio y se convirtieron en estrellas brillantes.

14. Estando éstos en conversación con el maestro Gregorio, luz entre las estrellas, el discurso recayó sobre este santo y teóforo nuestro Padre el Kausokalyba. Ellos narraban y exponían su conducta de vida sobrehumana y divina, la locura simulada y el error sin error. El gran Gregorio, habiendo oído esto de todos, alimentó gran admiración por el santo y deseó enormemente verlo, conversar con él cual insigne habitante de los eremitorios y de la montaña y como fúlgido astro. Así pues, envió a algunos de sus discípulos junto al antes mencionado Marcos Haplos, con el encargo de decir a Máximo: «Dígnate venir hasta nosotros, veneradísimo Padre y hermano Máximo, a fin de que podamos ver tu caridad y santidad y glo-

rificar a Dios en lo más alto de los cielos». Lo buscaron durante dos días por los bosques y no lo encontraron: en efecto, había incendiado la cabaña y vivía en los bosques, en las grutas y en los barrancos. Era invierno. Expuestos largamente al frío, se refugiaron junto a Haghiomamites para recuperarse. Mientras se encontraban en aquel lugar se les acercó Máximo el cual les pareció como una perla maravillosa. No nos toca a nosotros decir que fue la previsión y la oración de Gregorio lo que lo condujo hasta allí; recordemos sólo que saludó a todos por su nombre y desveló la voluntad del Sinaíta: ciertamente, éste deseaba abandonar la montaña por una localidad situada en los confines con Macedonia, llamada Paroria. Por eso, Máximo, observando al mencionado Marcos, dijo: «No oséis acompañar al anciano que llega a Paroria». Los hermanos le explicaron lo que les había dicho Gregorio. Él no se tiró para atrás, sino que enseguida se puso de camino con ellos mientras recitaba este salmo entre otros: «Alzo mis ojos a los montes: ¿de dónde vendrá mi auxilio? Mi auxilio me viene del Señor, que hizo el cielo y la tierra» (Sal 120, 1-2). Y lo hacía susurrando de modo tan inarticulado que sus compañeros de camino no conseguían oír el canto. Cuando llegaron a la celda del anciano, Máximo les dijo: «El anciano está ya muy cansado y reposa de la oración, esperad y practicad un rato la *hesiquía*. Yo mismo descansaré un poco hasta que me encuentre con el anciano». Dicho esto, mientras los otros se dedicaban a la *hesiquía* en la celda, el santo, habiendo salido al bosque, lloraba con lágrimas mientras salmodiaba: «Mis pasos asegura en tu promesa, que no me domine ningún mal. Rescátame de la opresión del hombre, etc.» (Sal 118, 133-134). Cuando terminó entre lágrimas el himno, el divino Gregorio el Sinaíta lo hizo llamar. Respondiendo enseguida a la invitación se fue hasta él: los dos se abrazaron con besos divinos. Y una vez hubieron salido los demás, Gregorio se quedó solo con el divino Máximo, queriendo conocer por él mismo con exactitud su itinerario espiritual.

15. Interrogado por él, Máximo respondió con toda sinceridad de este modo: «Perdóname, padre, soy presa del error». Y el anciano: «Olvídate y manifiesta en el Señor tu virtud para iluminarnos y edificarnos en ésta a ambos por medio de la gracia de Cristo. En efecto, no somos como quienes buscan para encontrar en falta al prójimo en sus discursos (cf. Mt 22, 15), sino que amamos al prójimo como a nosotros mismos. Así pues habla en el Señor». Entonces, el santo le narró toda su vida desde la juventud, el celo, el ardor, la huida del mundo, la sumisión, la locura y la estulticia

simuladas, las angustias, las luchas, la formidable visión de la Madre de Dios, la luz que lo envolvía y lo circundaba, las sugerencias del demonio y sus emboscadas. Interrumpiéndolo, el anciano le dijo: «Dime, te lo ruego, ¿te dedicas a la oración mental, oh venerable?». Sonriendo respondió: «No te ocultaré el prodigio que sucedió en mi juventud. Venerable Padre, he tenido siempre una gran fe y un profundo amor hacia la santísima Madre de Dios y en aquel tiempo le pedía entre lágrimas que me concediese la gracia de la oración. Un día, como tenía por costumbre, estaba en la iglesia de la Santísima y le suplicaba una vez más que me concediese esta gracia. Besando con amor su imagen inmaculada, sentí súbitamente un gran calor en el pecho y en el corazón, calor que no se consumía, sino que refrescaba y templaba, colmándome de compunción. Desde entonces, Padre, mi corazón no ha cesado de repetir interiormente la oración. Igualmente la razón, unida a la mente, posee la memoria de Jesús y de mi Madre de Dios que no se aleja nunca de mí, perdóname Padre». Y el Sinaíta dijo: «Cuando recitas la oración, oh santo, ¿se verifica una transformación, un éxtasis u otra flor de la oración y fruto del Espíritu?». Y el santo: «A causa de esto, Padre, he emprendido la vida eremítica y deseado siempre la *hesiquía*, para gozar con abundancia del fruto de la oración: el amor divino y el rapto de la mente en el Señor». Y Gregorio: «¿Los has alcanzado?». Sonriendo un poco dijo: «Dame de comer y no hurgues en el error». Y Gregorio: «¿También yo podría estar engañado como tú, oh santo! Te pido: en el rapto de tu mente ¿qué ve ésta con los ojos espirituales? ¿Es entonces cuando la mente, unida al corazón, está en condiciones de elevar la oración?». Y el santo: «De ninguna manera. Cuando el Espíritu Santo, Padre, viene al hombre, entonces la oración no tiene nada que hacer, porque la mente está absorbida por el santo Espíritu y no puede extender sus potencias, está sujeta totalmente y va a donde el Espíritu quiere conducirla, o hacia el aire inmaterial de la luz divina sin-forma o hacia otra contemplación llena de estupor y totalmente indecible o hacia la relación divina que supera cualquier cosa. Y el Paráclito, de la manera que quiere, conforta a sus servidores según lo merezcan. Recuerdo, santo Padre, que las visiones inspiradas por la espléndida gracia del Espíritu de los Profetas y sobre todo de los Apóstoles fueron consideradas errores y embriaguez (cf. Hch 2, 13) y no tenidas en cuenta. Y ellos decían: “He visto al Señor sentado en un trono excelso y elevado” (Is 6, 1), y Pablo junto al protomártir Esteban: “Veo a Jesús sentado en el trono de la divinidad en lo alto de los cielos a la diestra del Padre” (cf. Hch 7, 56). Y me

maravilla cómo todavía hoy algunos son incrédulos en referencia a cuanto ha sido visto cuando florece la gracia del Espíritu en quienes creen, como dice también Joel: “Derramaré mi Espíritu en toda carne” (Jl 3, 1). Y ahora es Cristo quien nos da el Espíritu Paráclito. El Espíritu se apodera de la mente no para enseñarle, como es costumbre, las cosas inteligibles, como los entes, sino que la instruye sobre las realidades superiores a los entes y supramundanas, sobre la divinidad y sobre el mismo Dios, cosas que ojo corporal no vio ni oído terrestre oyó (cf. 1Cor 2, 9). Acepta esta comparación: así como la cera sólo es cera sin el fuego y cuando se echa sobre éste se contrae, deshaciéndose, y arde con él, no pudiendo conservarse dura y produciendo con el fuego la luz hasta que se lo permite la naturaleza y se convierte toda ella en luz, aunque sigue siendo cera, del mismo modo pienso que la potencia de la mente es como la cera y en tanto que está dispuesta según la naturaleza sólo puede pensar en aquello que es su naturaleza y capacidad. Cuando el fuego de la divinidad, el mismo Espíritu Santo se le acerca, entonces se contrae expuesta a la potencia del Espíritu, arde en el fuego de la divinidad, disuelve los pensamientos, se absorbe en la luz divina y se convierte toda ella en luz divina brillantísima». Replicando a esto, el divino Gregorio dijo al santo: «Mi Kausokalyba, hay también otra luz que es llamada del error». Y el santo: «Las señales del error son diversas de las de la gracia y de la verdad del Espíritu. Las del error son las siguientes: cuando el Maligno se acerca trastorna la mente y la vuelve salvaje. Endurece el corazón. Introduce en el ánimo la vileza, la desesperación y la oscuridad. Deja los ojos en estado salvaje. Trastorna el cerebro y hace que se estremezca el cuerpo. Hace aparecer ante los ojos la luz del error, que es de color rojo como la llama y priva de esplendor. Turba la mente y la vuelve demoníaca. Mediante la lengua grita palabras inconvenientes y blasfemias. Arrastra totalmente a la ira y la cólera. En este hombre no hay humildad, ni oración, ni verdaderas lágrimas: se vanagloria de sus obras, se gloria y está continuamente, completa y desenfrenadamente unido a las malas pasiones. El Maligno no se separa de él hasta que no lo ha hecho enloquecer y no lo ha arrastrado a la ruina. ¡Que el Señor nos libere, oh santo, del Maligno! Las señales de la gracia son las siguientes: cuando el Espíritu Santo se acerca recoge la mente, la deja en meditación, humilde y sensata, introduce en el alma la memoria de la muerte, del juicio, de las culpas y del fuego infernal, deja el corazón compungido, afligido y con gemido. Acercándose, sojuzga y reclama a la mente con el pensamiento de las pasiones de Cristo y de su

inmensa misericordia. Inspira a la mente contemplaciones elevadísimas e inefables: la incomprensible primera potencia creadora que ha hecho todo de la nada, la esencial, la omnisciente, inaprehensible, incircunscribible, incomprensible, inescrutable mar de la divinidad en tres hipóstasis que está más allá de todos los seres. La mente es iluminada por la gnosis divina y es raptada en el espíritu por la inaccesible luz divina y es esclarecida por esta luz divina brillantísima. Pacifica el corazón de quien alcanza esto con la mente, con la razón y con el espíritu y lo gratifica con una alegría y con una exultación indecibles». Y de esta manera este hombre se hallaba siempre elevado en el Espíritu, poseyendo el fruto del Espíritu según lo que dice el gran Pablo: «El fruto del Espíritu es amor, alegría, paz, paciencia, afabilidad, bondad, fidelidad y mansedumbre» (Ga 5, 22).

16. Oyendo esto, el maestro de la *hesiquía* y de la oración, Gregorio el Sinaíta, quedó lleno de estupor y sacudido por las palabras del santo hacia el cual alimentó gran admiración. Desde entonces lo llamó ángel terrestre, no hombre. Así pues, estimándolo mucho, le dijo: «Intenta, de hoy en adelante, te lo ruego, no prender fuego a la celda, sino que como dice Isaac el Sirio⁶⁵, márchate a algún lugar y establécete allí, para dar mayor fruto, y en tanto que asceta experimentado, serás de gran ayuda para muchos. Y dado que ya estás envejeciendo, que la muerte no te coja prematuramente, antes de que la simiente se haya multiplicado. Por ello, haz partícipe al pueblo de Dios del talento y de la simiente divina, teniendo una residencia fija antes de que sobrevenga el final, de manera que recibas, oh santísimo, la mejor merced en los cielos. En efecto, el Señor no llamó a los Apóstoles para enviarlos a habitar siempre en las montañas, sino junto a los hombres, de manera que, gracias a la comunión con la santidad, los impíos sean santos y se salven mediante ella. Por eso les dijo: “Brille así vuestra luz delante de los hombres” (Mt 5, 16) y delante de las piedras. Que brille, pues, también tu bella luz delante de los hombres, de modo que vean tus buenas obras y den gracias al Padre que está en los cielos. Y deja desde hoy de hacerte el loco y disimular demencia, porque provoca el escándalo en quien no te conoce de verdad. Pon cuidado en la consejera y divina obediencia y haz lo que te ordeno como mejor amigo y hermano tuyo; pues, ciertamente, ha sido escrito: “Un hermano auxiliado por un hermano es más inexpugnable que una ciudadela” (Pr 18, 19)». Habiendo sabido todas estas cosas, también los otros insignes ancianos de los *kathismata*, nombrados anteriormente, aprobaron las palabras

del Sinaíta que habían persuadido al santo para que se estableciera en un lugar fijo. Y Máximo, aproximadamente a tres millas del lugar llamado de Isaías, alzó un muro alto y ancho de cuatro cúbitos⁶⁶, no de leños trabajados o de paja o con clavos, piedras o bastones, sino que, como era su costumbre, hizo la celda con rastros y un poco de hierba. Desde entonces moró, se estableció en ella y no le prendió fuego. En aquella celda transcurrió el resto de su vida sin poseer tan siquiera lo necesario. Tan vacía de cosas materiales la tenía que nunca tuvo aguja, azada, dos vestidos, pan, zurrón, ni dinero. Al ser incorpóreo, de nuevo se dio a una ascesis sobrehumana en el interior de su celda. Cavó incluso su fosa cerca de la celda y cada día el Kausokalyba lloraba sobre ella a Máximo, velando y cantando las odas penitenciales para los difuntos hasta las palabras: «Como Dios ha adornado el cielo con los astros».

17. El divino Gregorio el Sinaíta, como había predicho san Máximo, partió del Athos hacia Paroria. Lo acompañaba el ya mencionado Marcos. Llegados a Komitissa, Marcos oyó la voz del santo. Volviéndose vio cosas extraordinarias que me ha referido: toda la montaña circundada de torres rojas, como un castillo levantado sobre la cima, en dirección a la llamada Megali Vigla, dorados palacios encantadores que tenían como reina a la Madre de Dios junto a innumerables ángeles y arcángeles y a su alrededor una multitud de monjes que elevaban himnos y veneraban a la Madre de Dios. Al ver esto y acordándose de la predicción de san Máximo, hizo una metanía a su maestro Gregorio el Sinaíta y retornó a Lavra, en donde vivió en la *hesiquía* y llegó a ser un hombre lleno de discernimiento.

18. Llegado a Paroria, Gregorio el Sinaíta fue como el sol naciente para quienes vivían en las tinieblas; alimentó con el pan de vida a quienes estaban hambrientos de salvación y fue fuente inagotable en palabras, *praxis* y *theoria*. Lo apreciaron Constantinopla, toda Tracia y Macedonia, Bulgaria, las regiones del Danubio y Serbia: numerosos elegidos llegaron desde aquellos lugares, deseosos de alimentarse de la fuente de sus enseñanzas siempre vivas y quedaron hartos. Hizo habitable la inhabitable Paroria dada la cantidad creciente de monjes que vestía con sus propias manos. Hizo discípulos suyos a los reyes Andrónico, Alejandro, Esteban y Alejandro⁶⁷ mediante maravillosas enseñanzas espirituales. Gracias a la virtud y a la santa enseñanza del santo Padre Gregorio el Sinaíta hubo un incremento de monjes en sus pueblos y ciudades. También construyó algu-

nos monasterios en Paroria, que podrías considerar como otra Santa Montaña portadora de exultación salvífica. Durante la vida del maestro, la tierra de los búlgaros se convirtió en una ciudad de monjes. Fueron muchos de sus discípulos los que surgieron como estrellas luminosas tras su desaparición y retorno a Dios. Por problemas de espacio hemos podido recordar sólo algunas vicisitudes del beatísimo Gregorio el Sinaíta.

19. Pero volvamos a las virtudes que el santo Kausokalyba cumplió como un gigante en la montaña. Mientras estaba en la celda, como hemos dicho, los demonios cada día le combatían buscando sacarlo afuera. Pero los malditos le tiraban piedras inútilmente. Los dardos de su oración mental los hacían desaparecer como humo. Lo cubría también una invencible potencia divina de forma ígnea —como algunos dignos de ello pudieron ver— que abrasaba a los adversarios. Una luz celestial capaz de curar brillaba con sus palabras. Tenemos por cierto que con una sola palabra suya curó a muchos endemoniados y los devolvió en paz a sus casas, invitándolos a mantenerse lejos de la ira, de la lujuria, de la injusticia, de la embriaguez, de falsos juramentos y animándolos a hacerse dignos con el ayuno de la carne, las limosnas, cada uno según sus posibilidades, y la purificación, a acercarse en las fiestas establecidas a los sagrados e incorruptibles misterios de Cristo y, de este modo, quedar sanos para siempre.

...

31. [...] Transcurrieron así catorce años en la mencionada gruta cerca de la Panaghia. Después se marchó de allí y habitó más cerca de Lavra, tanto que podía oír el sonido de las campanas del monasterio [...]

32. Examinemos ahora parcialmente la enseñanza con la que iluminó espiritualmente a quienes fueron instruidos, antes de tratar de sus funerales y terminar así nuestro escrito. Volved pues a mí la mente, el oído y la razón, porque él ha conducido a todos a la iluminación celestial y los ha elevado a la gnosis infalible del espíritu. Exhortaba diciendo: «Cada hombre debe custodiar lo que en él es a imagen de Dios, no tocado por las insidias del adversario, que son: gallardía y soberbia, insolencia y presunción, error y maldad, misantropía y ateísmo, desvergüenza e impiedad, odio y seguridad, falsedad y blasfemia y el vínculo de todos los males, la potencia adversaria, que desde el momento de la caída del primer Adán

intenta penetrar en nuestra naturaleza para contaminarla y la combate todos los días para corromper cuanto es a imagen de Dios. Por esta razón Cristo ha venido y lo ha regenerado por medio del divino bautismo y ha ordenado apartarse de toda obra mala del diablo y cumplir sus salvíficos mandamientos. Éstos son: amor, fe y deseo de Dios, santificación del cuerpo, amor sincero al prójimo, humildad y verdad, paz, coraje y bondad, compasión y misericordia, desinterés por todas las cosas vanas y malvadas, rechazo de las pasiones que destruyen el alma, ejercicio de la verdad y de la justicia, posesión del temor de Dios y soportar por el reino de los cielos todo cuanto oprime. Así pues es necesario que todos vosotros, fieles, recordéis siempre las promesas que hacemos con el santo bautismo con el que hemos sido bautizados y que creamos y nos conduzcamos como hijos del Dios omnipotente, siguiendo a Cristo, abominando del Maligno, de todas sus obras y su pompa⁶⁸, de modo que el Señor cuando venga habite y camine en nosotros y, con la parte que es a imagen de Dios, nos haga dioses por participación. Mirad, por tanto, hacia el reino de los cielos, mirad hacia los bienes eternos que nos han sido reservados allí, intentad alcanzar el reino de los cielos, con todos los santos, de modo que exultéis con ellos eternamente. ¿Qué utilidad podéis obtener de las cosas vanas y malvadas que desaparecen antes de la muerte, que os llevan a la ruina y son causa del castigo? ¡Oh hombres, mirad las tumbas de los hombres, considerad la vanidad del mundo, la precariedad y la pobreza de la riqueza y de la gloria! ¿Qué gloria, qué nobleza, qué riqueza hay en las tumbas? Recordad, os invito a ello, las penas eternas infligidas a los pecadores y cómo cada uno es castigado según su pecado, tal como ha sido escrito. Acordaos del juez que llega, nuestro Dios que bajará a juzgar a cada hombre y “pagará a cada uno según su conducta” (Mt 16, 27). Llorad antes del llanto que seguirá a la sentencia, genid antes de los gemidos inconsolables. Esforzaos mientras tengáis tiempo, de modo que la muerte no os sorprenda en vuestra iniquidad y seamos así conducidos a la gehena del fuego eterno. Apresuraos en la penitencia, pecadores, para conseguir el perdón antes de vuestra muerte, para obtener la piedad y la misericordia de Dios, como ruego, y el reino de los cielos. Que así sea por intercesión de la Madre de Dios».

33. Enseñaba estas cosas a los seglares; a los monjes por el contrario les enseñaba las luchas y los dones celestiales de la tolerancia, la ascesis, la obediencia y la *hesiquía*, diciendo: «esforzaos, volveros hacia las cosas ce-

lestiales, oh soldados de Cristo. Lanzad las flechas de la fe contra el Maligno para vencerlo. Éstas son: ayunos, vigili­as, oraciones, lágrimas, penitencia y humildad, manifestación de los pensamientos y constancia en la tentación, obediencia, sumisión y tolerancia antes que nada, como otra sal celestial. Alegraos, oh monjes, practicantes de la virginidad, porque será grande vuestra recompensa en el cielo». Diciendo esto se alegraba al hablar a los monjes y se regocijaba en el Espíritu. De igual modo explicaba con sabiduría e ilustraba a los hesicastas las señales de la oración del corazón y de la contemplación mental y las inefables operaciones que suceden en ella, con estas palabras: «Cuando la mente se halla en la *hesiquía*, privada de distracciones y en un estado de paz, se separa de cualquier cosa y pensamiento y llega a ser una en la memoria de Cristo y juntamente al corazón celebra incesantemente en ella la oración. Entonces es preciso que guíe la oración con el cetro de la humildad para que no caiga presa de la presunción. Cuando la mente se dedica persistentemente en el corazón a la oración junto a la memoria de Jesús, si está sin error, en primer lugar se ilumina y el corazón queda compungido, después la inmaterial luz divina conduce en el Espíritu maravillosos pensamientos divinos y se eleva a contemplaciones espléndidas, si posee a Cristo en el trono en el interior del corazón, por no decir formado en él. Señales exteriores son la humildad, el amor y la paz en las lágrimas. Si por el contrario la oración cae presa de la presunción, primero se oscurece la mente, después al miserable le queda el corazón endurecido y se convierte en súbdito del espíritu del error, se aíra, entra en cólera, ansía la gloria, con los ojos secos por la furia y los pensamientos oscuros y malvados, se da a acciones inconvenientes». Enseñando esto añadía a los hesicastas: «Sed vigilantes con vosotros mismos para no acoger al lobo en lugar del cordero; el que crea estar en pie, mire no caiga» (1Cor 10, 12). Después de haber hablado así, uno de aquellos días habiendo llegado un monje de nombre Nicodemo, le dijo: «Hermano Nicodemo, dentro de poco moriré» y le comunicó el día de su muerte, diciéndole incluso los nombres de quienes habrían venido a su funeral.

34. San Máximo el Kausokalyba murió el 13 de enero a la edad de noventa y cinco años y fue sepultado en la tumba excavada por él mismo cerca de la celda. Participaron en el funeral sólo aquellos cuyos nombres habían sido pronunciados por el santo, porque no quería que acudiese una gran multitud a su funeral. Se hizo todo según había ordenado. Entre

otras cosas había prescrito que su cuerpo no fuese trasladado enseguida a causa de la fama, ni que fuera dividido en reliquias, sino que permaneciera íntegro en la oscuridad, en el lugar en donde había practicado la *hesiquía*. Cuando se notificó a todos la partida del santo, la Gran Lavra se consideró huérfana como tras la muerte de san Atanasio. Los monjes, con llanto y lágrimas, se reunieron en el interior de Lavra y recitaron los himnos por su muerte con las lámparas encendidas mientras quemaban incienso. Querían transportar su cuerpo a la maravillosa Lavra y sepultarlo con los honores que aguardan a los santos, pero no osaron hacerlo por no contradecir las órdenes del santo, según las cuales su cuerpo debía permanecer en su celda. Así lo hicieron los monjes de Lavra. Todos cuantos vivían fuera del monasterio, residentes en el Athos practicando la *hesiquía* y la ascesis, eremitas y cenobitas, jóvenes y ancianos, al comienzo quedaron huérfanos y estaban en el más profundo dolor. En efecto, lo habían tenido entre ellos como Padre y astro brillante, verdadero maestro de la *hesiquía* y de la vida monástica. Así pues desde entonces continúan haciendo todos los años el oficio fúnebre sobre su sepulcro. Llegados a su tumba manifiestan el amor que cada uno de ellos alimenta por san Máximo. No puedo describir la tristeza que golpeó a los monjes y a los venerables ancianos que vivían en los venerables monasterios imperiales de la Santa Montaña cuando llegaron a conocer su desaparición. Bañados en lágrimas lloraban la muerte del santo y decían: «Ay de nosotros, ¡cuánto habremos de sufrir sin el santo Padre, el maestro, el faro, el guía infalible capaz de la prognosis, sin el profeta, que nos socorría a todos en los afanes! ¿Quién va a ser para nosotros tan buen guía y consuelo como él?».

Y así le hicieron el oficio fúnebre, y continúan repitiéndolo hasta hoy, y a todos contaban en público las empresas y los divinos carismas del santo. De este modo le dieron gloria y le cantaron como a un santo de la Santa Montaña.

...

Nifón el Athonita

(1315-1411)

Vida de nuestro santo y teóforo padre Nifón que practicó la ascesis en el monte Athos

1. Nuestro santo Padre provenía del despotado situado entre Acaia e Iliria⁶⁹, originario del país de Loukovon⁷⁰, que produce frutos de todo género. Era hijo de un sacerdote iluminado por el Espíritu Santo, tal como nos muestra, si «por el fruto se conoce el árbol» (Mt 12, 33), el que nació de él, famoso por su virtud. A los diez años se dirigió al tío paterno, que era eclesiástico en el monasterio del beatísimo san Nicolás —monasterio que fue construido por el digno emperador Monomaco en Mesopotamos y llamado con este nombre⁷¹—; primero fue instruido por él en las Sagradas Escrituras, después fue tonsurado y se le contó entre los monjes. Fue, de este modo, nombrado lector y poco después, crecido en edad y virtud, fue consagrado sacerdote. Su ardor natural, junto al celo, lo hizo en pocos años un profundo conocedor de la ciencia monástica. Pero fue herido por el amor de Dios y la *hesiquía*, y de una pequeña chispa se generó un gran fuego. Se trasladó a las proximidades del monasterio al encuentro de un anciano, llegado hacía algunos años del monte Sinaí, que habitaba en el monte Gheromirion⁷², ocupado sólo en Dios. Instruido por éste en los cánones de la *hesiquía* y sobre las reglas exactas de la soledad, no pudo permanecer en las condiciones en las cuales había vivido hasta aquel momento. Habiendo sido poseído de forma violenta por la *hesiquía*, superó a los otros en Dios y escogió la mejor parte guiado por la gracia de Cristo: sosteniéndose sobre un solo pie recitaba todo el Salterio.

2. Habiendo oído que en el Athos vivían muchos santos insignes e imitadores de Dios, dejó patria, familia y las demás cosas, se trasladó a pie al Athos y desde que empezó a buscar dónde estaban los más numerosos y los más considerables de entre los santos fue conducido por el auxilio divino. Cuando llegó a las cercanías de Lavra, encontró a un monje dig-

no de tal condición tanto por el nombre como por los hechos, así como por estar elevado en Dios. Se llamaba Teognostos y habitaba en el lugar en donde otrora Pedro el Athonita⁷³ había echado los fundamentos de la virtud. Nifón se confesó con el anciano y le manifestó su objetivo al decirle que había llegado por causa de la *hesiquía*. Pero no le reveló ni que era sacerdote ni el número de sus virtudes. Este hombre lo acogió con alegría y le impuso un régimen que Nifón aceptó. Pasados tres años, el anciano supo que aquél era sacerdote y que estaba dotado de numerosos carismas. Consideró, pues, que desde aquel momento el santo no debía vivir más en la sumisión, sino que, como hermanos, habitaran juntos conduciendo el dorado carruaje de la virtud. Entonces el santo le dijo: ¿Cómo se puede practicar la *hesiquía* por cuenta propia si no se vive antes en la sumisión y se pone freno a los miembros corporales y a los sentidos, enderezándolos en la *hesiquía* y la soledad? Al no conseguir convencer a Teognostos, marchó de aquel lugar llevando consigo el gran don de las lágrimas que se había ganado. Llegado al *kathisma* de nuestro santo Padre Basilio el Grande, vivió allí durante catorce años, comiendo pan seco una única vez a la semana.

3. En aquel tiempo una peste asoló la santa Lavra y casi todos los monjes murieron golpeados por la afilada espada de la muerte; también murieron sacerdotes, de modo que quedaron bien pocos. El entonces igúmeno de la santa e insigne Lavra lo mandó llamar. Cuando llegó al monasterio, se le asignó la función de sacerdote. Dado que se resistía aduciendo como pretexto su ignorancia y torpeza, dignas de alabanza, se le asignó otro menester: visitar los *kathismata* en las afueras del monasterio, celebrar el oficio acostumbrado y la eucaristía. Aceptó de mala gana este encargo y sólo por su utilidad y por la necesaria obediencia ante el igúmeno del monasterio. Fue asignado a tal función durante tres años, pasados los cuales sintió de nuevo el ardiente deseo de la *hesiquía* que lo dominaba, lo inflamaba y no lo abandonaba nunca. Por eso, sin mayores preocupaciones se retiró a Bouleuteria.

4. Allí vivió sin un techo durante varios años, alimentándose solamente de hierbas, de manera que muchos, movidos por la envidia, acusaron al santo de ser presa del error. Éstos se fueron hasta el igúmeno de Lavra y le pidieron que expulsara al grande, puesto que se hallaba en las tinieblas del error. Aquél, habiendo mandado llamarlo, le dijo: «¿Por qué llevas una

vida incorpórea e inmaterial, de la cual surge la presunción, y no emprendes aquella sin error y de término medio que es cómoda e infalible? Ciertamente, los Padres en los eremitorios se alimentaban de hierbas por la falta de pan. Toma ahora pan y cualquier otro alimento apropiado para el sustento: con ellos se expulsa la presunción». Manifestando su humildad, escuchó los consejos de éste y se fue a la venerable iglesia del Salvador. Habiendo encontrado en el interior el altar en ruinas, pidió al obispo de Hierissos poder restaurarlo por cuenta propia. Éste le concedió el permiso para hacerlo y poder estar allí. El santo concluyó la obra y celebraba la eucaristía en la iglesia. Dado que una gran cantidad de monjes llegaban al lugar, queriendo vivir sometidos a este gran maestro, dirigidos por él y enderezados en las vías de la virtud, se marchó enseguida de allí y se fue junto a Máximo el «que quema las cabañas» (Kausokalyba). Habiendo transcurrido muchos días junto a éste, quedó tan ligado al anciano con el vínculo del amor que tenían una sola alma y se veían el uno en el otro: así entre los dos conducían el carruaje dorado de la virtud. Cuando el beato Máximo se marchó de su celda, se la dio a Nifón y construyó otra para él.

...

Gregorio Palamás

(† 1357)

Tríadas en defensa de los santos hesicastas

...

Segunda cuestión

Has hecho bien, padre, al aducir el testimonio de los Padres en referencia a mi pregunta⁷⁴. Al escucharte mientras resolvías mis dudas, admiraba en efecto la evidencia de la verdad. Pero un pensamiento se insinuaba en mi cabeza: desde el momento en que «todo discurso se opone a otro discurso»⁷⁵, como has dicho tú mismo, ¿no podría haber otra respuesta a cuanto has dicho? Pero ya que sé que sólo el testimonio de las obras es irrefutable y he oído a los santos decir las mismas cosas que tú sostienes, no temo nada semejante. En efecto, quien no ha quedado convencido por ellos ¿cómo podrá ser digno de fe? ¿No rechazará quizás al Dios de los santos? En efecto, suya es la palabra dirigida a los Apóstoles y a través de ellos a los santos sucesivos: «Quien a vosotros os rechaza, a mí me rechaza» (Lc 10, 16), y esto es la verdad misma. ¿Quién podrá, por tanto, ser recibido por los que buscan la verdad si es adversario de la verdad? Por eso te ruego, padre, escúchame sobre cada uno de los otros argumentos que he oído de estos hombres que transcurren su vida en la educación helénica⁷⁶ y dime cuál es tu opinión al respecto, añadiendo las opiniones de los santos a este propósito. Dicen que hacemos mal al intentar recluir nuestra mente en el interior de nuestro cuerpo. En efecto, sostienen que más bien es sacada fuera del cuerpo de cualquier modo. Por eso escarnecen ferozmente a algunos de los nuestros, escriben contra ellos porque aconsejan a los principiantes volver su mirada hacia sí mismos y empujar, mediante la inspiración, la mente al interior, sosteniendo que no está separada del alma: ¿cómo se podría introducir en el interior lo que no está separado sino unido? También dicen que algunos de los nuestros hablan de introducir la gracia divina por la nariz. Pero sé que esto es una calum-

nia, en efecto no he oído nada semejante de ninguno de los nuestros. Por ello he concluido que aquellos hombres se han comportado pérfidamente incluso en los otros asuntos. En efecto, es característico de ellos inventar acusaciones irreales y falsificar los hechos reales. Enséñame, padre, por qué hacemos un tal esfuerzo por introducir en el interior a la mente y por qué no pensamos que sea malo recluirla en el interior del cuerpo.

Del mismo segundo tratado de la primera serie
en defensa de los santos hesicastas: para quienes
han decidido practicar la atención sobre sí mismos
en la *hesiquía* no es inútil intentar mantener
la mente en el interior del cuerpo

1. Hermano, ¿no oyes acaso al Apóstol decir que «nuestros cuerpos son templos del Espíritu, que está en nosotros» (1Cor 6, 19), y también que «somos la casa de Dios» (cf. Hb 3, 6), y a Dios que dice: «Habitaré en medio de ellos y andaré entre ellos y yo seré su Dios» (2Cor 6, 16)? Si poseemos la mente, ¿por qué indignarse porque habite en lo que llega a ser naturalmente la habitación de Dios? ¿Cómo es posible si no que Dios hiciese habitar en el origen la mente en el cuerpo? ¿Quizás se equivocó? Hermano, es propio de los herejes hacer estos discursos: ellos sostienen que el cuerpo es malo y obra del Maligno. Nosotros defendemos que la mente está apresada en los pensamientos del cuerpo, no en el cuerpo, porque el cuerpo no es algo malo. Por eso, con David, cada uno de aquellos que están dedicados a Dios de por vida, clama a Dios: «Mi alma tiene sed de ti; ¿cuántas veces te ha llamado mi carne?» (Sal 62, 2), y: «Mi corazón y mi carne gritan de alegría hacia el Dios vivo» (Sal 83, 3), y con Isaías: «Mi vientre resuena como una cítara y mis entrañas como una muralla de cobre que has rehecho de nuevo» (cf. Is 16, 11), y: «Por el temor que te tenemos, Señor, hemos concebido en nuestras entrañas el Espíritu de tu salvación» (cf. Is 26, 18). Confiemos en él y no caeremos, pero caerán quienes hablan el lenguaje de aquí abajo y afirman con calumnias que las palabras y la vida supracelstial son como las de la tierra. Si incluso el Apóstol llama al cuerpo «muerte» —en efecto dice: «¿Quién me librará de esta muerte del cuerpo?» (Rm 7, 24)— es porque el pensamiento material y corporal tiene en realidad la forma del cuerpo. Por eso, comparándolo al pensamiento espiritual y divino, lo llama con razón «cuerpo», y no

simplemente «cuerpo», sino «muerte del cuerpo»; y algo más arriba muestra con mayor claridad que no acusa a la carne, sino al impulso pecador derivado de la caída y sobrevenido en un segundo tiempo. Dice: «Estoy vendido al pecado» (Rm 7, 14). Quien ha sido vendido no es esclavo por naturaleza. Y de nuevo: «Nada bueno habita en mí, lo sé, es decir en mi carne» (Rm 7, 18). ¿No ves que no se refiere a la carne, sino al mal que habita en ella? Así pues no es malo que la mente resida en el cuerpo, sino que en el cuerpo habite «esa ley que está en nuestros miembros y que lucha contra la ley del espíritu» (Rm 7, 23).

2. Por eso nosotros, rebelándonos contra esta «ley del pecado» (Rm 8, 2) la expulsamos del cuerpo, introducimos en él la vigilancia de la mente y así damos a cada potencia del alma y a los miembros del cuerpo la ley que les conviene. Fijamos el objeto y el límite de las percepciones de los sentidos: la obra de la ley se llama «continencia». A la parte pasional del alma procuramos la mejor disposición que se llama «amor». De este modo mejoramos también la parte racional, rechazando todo cuanto impide a la razón elevarse hacia Dios: llamamos a esta parte de la ley «sobriedad». Aquel que ha purificado su cuerpo con la continencia, dando a lo irascible y concupiscible ocasión para la virtud gracias al amor divino, y presenta a Dios una mente purificada por la oración, adquiere y ve en sí mismo la gracia prometida a quienes tienen el corazón purificado. Y entonces podrá decir junto a Pablo: «El mismo Dios que dijo: De las tinieblas brille la luz, ha hecho brillar la luz en nuestros corazones, para irradiar el conocimiento de la gloria de Dios que está en la faz de Cristo» (2Cor 4, 6), y añade: «pero llevamos este tesoro en recipientes de barro» (2Cor 4, 7). Así pues nosotros, que tenemos la luz del Padre sobre la faz de Jesucristo en recipientes de barro, nuestros cuerpos, si mantenemos nuestra mente en el interior del cuerpo para conocer la gloria del Espíritu Santo, ¿vamos a comportarnos de modo poco respetuoso en relación con la nobleza de la mente? ¿Qué hombre en posesión de una mente desnuda por la gracia divina, no digo un hombre espiritual, podrá llegar a afirmaciones semejantes?

3. Desde el momento en que nuestra alma es una única realidad, incluso teniendo múltiples potencias, y se sirve del cuerpo, que por naturaleza le está unido como de un instrumento, ¿de qué instrumentos se sirve la potencia del alma que llamamos mente? En efecto, nadie ha sostenido

que la razón resida en las uñas, ni en los párpados, ni en la nariz, ni en los labios. Todos saben que reside en nuestro interior. Algunos han dudado al determinar de qué órgano se sirve antes que de otros. Unos fijan la razón en el cerebro, como en una especie de acrópolis, otros consideran su vehículo el centro del corazón, purificado de espíritu psíquico. Nosotros mismos sabemos con certeza, y no por haberlo aprendido de ningún hombre, sino de quien ha creado al hombre —Él muestra que «no es lo que entra en la boca lo que contamina al hombre, sino lo que sale de la boca lo que contamina al hombre» (Mt 15, 11) y dice: «Del corazón salen los malos pensamientos» (Mt 15, 19)—, que nuestra razón no está en nuestro interior, como en un vaso, porque es incorpórea, ni en el exterior, porque está unida a nosotros, sino que está en el corazón como en su órgano. También el gran Macario dice: «El corazón dirige todo el organismo, y cuando la gracia domina en el corazón, reina sobre todos los pensamientos y los miembros. En efecto, allí residen la mente y todos los pensamientos del alma»⁷⁷. Por tanto, nuestro corazón es la residencia de la razón y el primer órgano corporal racional. De este modo, cuando intentamos vigilar y enderezar nuestra razón con rigurosa sobriedad, ¿con qué la vigilaríamos si no recogiésemos nuestra mente, que se dispersa en el exterior con los sentidos, y no la recondujésemos al interior y hacia el mismo corazón, sede de los pensamientos? Por eso Macario, justamente llamado «beato», continúa el pasaje citado, diciendo: «Es allí en donde es necesario mirar si la gracia ha trazado las leyes del Espíritu». ¿En dónde? En el órgano directivo, en el trono de la gracia, en donde residen la mente y todos los pensamientos del alma, es decir, en el corazón. ¿Ves cómo es necesario para quienes han decidido practicar la atención sobre sí mismos en la *hesiquía* reconducir y recluir la mente en el cuerpo, y sobre todo en aquel cuerpo dentro del cuerpo que llamamos corazón?

4. Si, como dice el salmista, «toda la gloria de la hija del rey proviene de dentro» (Sal 44, 14), ¿por qué la buscamos en el exterior? Y si, como dice el Apóstol: «Dios ha enviado a nuestros corazones al Espíritu que grita: Abba, Padre» (Ga 4, 6), ¿por qué no vamos a orar con el Espíritu en nuestros corazones? Y si, como dice el Señor de los Profetas y de los Apóstoles: «El reino de los cielos está dentro de nosotros» (cf. Lc 17, 21), ¿no quedará, quizás, excluido del reino de los cielos aquel que busque con celo hacer salir la mente de su interior? «El corazón recto —dice Salomón— busca el sentido» (Pr 27, 21), que en otros lugares llama «intelec-

tual» y «divino» (Pr 2, 5), hacia el cual todos los Padres invitan acudir diciendo: «La mente intelectual tiene la seguridad de adquirir el sentido intelectual; no dejemos de buscarlo en nosotros y fuera de nosotros»⁷⁸. ¿No ves que si uno desea oponerse al pecado, adquirir la virtud, hallar la recompensa de la lucha por la virtud, más aún, el anticipo de esta recompensa, el sentido intelectual, debe reconducir su mente al interior del cuerpo y al interior de sí misma? Por el contrario, hacer salir la mente no del pensamiento del cuerpo, sino del cuerpo mismo, para hacerle contemplar visiones inteligibles, es el más grande de los errores helénicos, raíz y fuente de toda herejía invención demoníaca, práctica que genera la estulticia y producto de la locura. Es por eso que cuantos hablan sobre la inspiración de los demonios están fuera de sí y no comprenden siquiera lo que dicen. Por el contrario, nosotros, empujamos la mente no sólo al interior del cuerpo y del corazón, sino también al interior de sí misma.

5. ¡Revisen pues sus acusaciones aquellos que sostienen que la mente no está separada sino unida al alma y que por ello se preguntan cómo se puede empujarla al interior! Ignoran —parece— que una cosa es la esencia de la mente y otra su operación, es más, lo saben muy bien, pero se sitúan entre los mentirosos, jugando con la homonimia. «No aceptan la simplicidad de la doctrina espiritual aquellos a quienes la dialéctica ha lanzado a la contradicción —según el gran Basilio—; ellos trastocan la fuerza de la verdad con las antítesis del falso conocimiento, con las razones engañosas de los sofismas.»⁷⁹ Así deben de ser los que, aun no siendo espirituales, se estiman dignos de juzgar y de enseñar las cosas espirituales. No se les escapa, en efecto, que la mente no es como el ojo que ve las otras cosas visibles, pero no se ve a sí mismo. Por un lado aquélla actúa de conformidad con su capacidad de observación externa (lo que el gran Dionisio llama el movimiento «en línea recta» de la mente), y por otro lado retorna sobre sí misma y actúa en sí misma cuando se ve a sí misma. Esto es lo que el mismo Padre ha llamado su movimiento «circular». Se trata de la operación más excelente y propia de la mente, gracias a la cual ésta se supera a sí misma y se une a Dios. En efecto, dice: «La mente que no se difunde fuera —¿no ves que sale? Si sale, debe volver a entrar. Por eso prosigue:— vuelve a entrar en sí y por sí misma se eleva a Dios»⁸⁰, como por una vía infalible. Este perfecto contemplador de las cosas espirituales, Dionisio, dice también que este movimiento de la mente no puede estar sujeto a ningún error.

6. Aunque el padre del error siempre desee que el hombre abandone este movimiento y se gire a lo que contiene sus errores, hasta hoy, por lo que puede comprobarse, no ha encontrado ningún colaborador que intente con tentaciones verbosas arrastrar a los demás. Ahora bien, como dices, parece que ha encontrado cómplices si hay quienes han compuesto escritos con tal fin e intentan persuadir a la mayoría, incluso entre los que han escogido la vida superior en la *hesiquía*, de que es mejor, durante la oración, mantener la mente fuera del cuerpo. Ni tan siquiera respetan las palabras definitivas y clarividentes de Juan, que con sus escritos ha alzado una escala que conduce al cielo: «Hesicasta es quien busca circunscribir lo incorpóreo en el cuerpo»⁸¹. Nuestros Padres espirituales nos han enseñado las mismas cosas. Y con razón. Si no se circunscribe en el interior del cuerpo, ¿cómo podrá entrar en el interior de sí misma aquella que está unida al cuerpo y que subsiste, en su aspecto natural, en toda materia provista de forma, cuya exterioridad y división no pueden recibir la esencia de la mente, hasta que la misma materia no comienza a vivir, habiendo asumido un aspecto de vida conforme a la unión?

7. Date cuenta, hermano, cómo no sólo desde el punto de vista espiritual, sino también desde el humano, han examinado la cuestión y han visto que es totalmente necesario empujar la mente al interior del cuerpo o mantenerla allí cuando se decide llegar al dominio de sí mismo y ser llamado, con razón, monjes según el hombre interior. No está, además, fuera de lugar enseñar, sobre todo a los principiantes, a girar la mirada hacia sí y empujar la mente en el interior mediante la inspiración del aire. En efecto, un hombre sensato no impedirá que la mente que todavía no se contempla se reconduzca hacia sí misma, mediante ciertos métodos. Porque en quienes emprenden este combate la mente, apenas recogida, enseguida huye —en su inexperiencia no saben que no hay nada más difícil de contemplar ni más móvil que la mente—, por este motivo hay quienes recomiendan controlar la frecuencia de la respiración y retenerla un poco para frenar la mente vigilando su respiración hasta que, con la ayuda de Dios, hayan hecho progresos, hayan purificado su mente e impidan que se disperse en las cosas circundantes y puedan así reconducirla verdaderamente a un «recogimiento unificado»⁸². Cada cual puede constatar que esto es un efecto espontáneo de la atención de la mente: el ir y venir de la respiración se hace más lento en cada acto de reflexión intensa. Y esto sobre todo sucede en quienes practican el sábado espiritual y suspen-

den toda obra personal, y que suprimen, si es posible, todas las actividades móviles, mutables y diversificadas de las potencias cognoscitivas del alma, todas las actividades de los sentidos, por decirlo brevemente, toda actividad corpórea que depende de nosotros, y reducen, si es posible, aquellas que no dependen de nosotros, como la respiración.

8. Esto sucede sin fatiga y sin afán a los adelantados en la *hesiquía*: la entrada perfecta del alma en el interior de sí misma se provoca de modo automático y necesario. En los principiantes nada de todo esto sucede sin pena. Dado que soportar es algo que deriva de la caridad —«la caridad, en efecto, lo soporta todo» (1Cor 13, 7)—, se nos ha enseñado a practicar el soportar con cada esfuerzo, gracias a lo cual alcanzaremos la caridad. En este caso se trata de la misma cosa. Y ¿por qué hay que hablar todavía de esto? Todos los que tienen la experiencia, en efecto, se rien de quienes les contradicen por inexpertos. Su maestro no es la palabra, sino la fatiga y la experiencia mediante las fatigas. Es esta última la que genera los frutos útiles y la que rechaza las palabras estériles de quienes aman la contienda y la ostentación. Desde el momento en que además, como dice uno de los grandes sobre este argumento, «tras la caída el hombre interior se modela sobre las formas exteriores»⁸³, quien intenta que la mente vuelva sobre sí misma, de modo que se dirija no al movimiento en línea recta, sino al movimiento circular e infalible, ¿no tendrá quizás un mayor provecho si fija la mirada, en lugar de dejar que vaya aquí y allí, sobre su pecho o sobre el ombligo? Se curvará también por fuera sobre sí mismo, en la medida de lo posible, de conformidad al movimiento que intenta dar en el interior a su mente y, en tal posición corporal, empujará al interior del corazón la potencia de la mente, que con la mirada se pierde en las afueras. Y si la potencia de la fiera inteligible reside en el vientre, en el ombligo —la ley del pecado, en efecto, que domina aquí, se dice ley—, por qué no colocar allí «la ley de la mente que combate» (cf. Rm 7, 23) este dominio, armada con la oración, de modo que el espíritu malvado, expulsado del «baño de la regeneración» (Tt 3, 5), no regrese junto a siete espíritus todavía más malvados y se instale allí de nuevo «y el resultado final sea peor que el principio» (Lc 11, 26).

9. «Está atento a ti mismo», dice Moisés (Dt 15, 9), es decir, a ti en tu entereza, no sólo en una parte en menoscabo de otra. ¿Con qué? Con la mente, bajo toda mirada. Con nada más es posible estar atento a sí mismo

de modo completo. Dispón, pues, esta custodia para el alma y el cuerpo. Gracias a ella te librarás con facilidad de las pasiones malvadas del cuerpo y del alma. Por eso, custódiate a ti mismo, vigílate, obsérvate; mejor aún, custódiate, obsérvate y examínate: de esta manera someterás al Espíritu la carne rebelde y «no volverá a haber en tu corazón una palabra inicua» (Dt 15, 9). «Si la ira del poderoso», es decir, la de los espíritus malvados y de las pasiones, «se abate sobre ti —dice el Eclesiastés—, no abandones tu puesto» (Qo 10, 4), es decir, no abandonar sin vigilancia ni una parte del alma, ni un miembro del cuerpo. De este modo llegarás a ser inaccesible a los espíritus que te atacan por debajo y te presentarás con seguridad «a quien escruta los riñones y el corazón» (Sal 7, 10), sin que él te examine, porque tú mismo te los has examinado. Pablo, en efecto, dice: «Si nos juzgásemos a nosotros mismos no seríamos juzgados» (1Cor 11, 31). Entonces tendrás la bienaventurada experiencia de David y serás tú quien se dirigirá a Dios diciendo: «Las tinieblas no volverán a ser oscuras gracias a ti y la noche será clara como el día porque tú has tomado posesión de mis riñones» (Sal 138, 12-13). «No sólo —dice— he tomado posesión sobre la parte deseosa de mi alma, sino que si en mi cuerpo había una sola chispa de deseo, éste ha vuelto a sus orígenes; mediante este deseo se ha pegado a ti, ha crecido contigo y se te ha unido.» Así como en aquellos que se dan a los placeres sensibles y corruptibles todo el deseo del alma se extingue en la carne y así se convierten por entero en «carne» y el Espíritu de Dios, como está escrito, no puede residir en ellos (cf. Gn 6, 3), de la misma manera en aquellos que han elevado su mente hacia Dios y levantado su alma en el anhelo de Dios, también la carne, transformándose, se eleva y participa en la comunión divina y llega a ser también ella posesión y habitación de Dios, no residiendo en ella ya la enemistad frente a Dios, pues ya no desea al Espíritu de modo contrario.

10. ¿Cuál es el lugar más apropiado entre la carne y la mente para el espíritu que sube en nosotros desde abajo? ¿No es acaso la carne? En ella, como dice el Apóstol, no hay nada de bueno antes de que la habite la ley de la vida (cf. Rm 7, 18; 8, 2). Con mayor razón, pues, nuestra atención al respecto no debe cesar nunca. ¿Qué hacer para que sea nuestra? ¿Qué hacer para no perderla? ¿Cómo vamos a impedir el ascenso del Maligno tras ella, sobre todo porque todavía no somos capaces de rechazar de manera espiritual a los malos espíritus, si no nos habituamos a prestar atención a nosotros mismos con la posición exterior? ¿Y por qué digo los principiantes, cuando también algunos de entre los más perfectos, no sólo aquellos

que han vivido después de Cristo, sino también aquellos anteriores a su venida, adoptaron esta posición por la oración atrayéndose la benevolencia divina? El mismo Elías, el más perfecto en la visión divina, habiendo apoyado su cabeza en las rodillas y habiendo de esta manera recogido con gran fatiga la mente en sí misma y en Dios, puso fin a una sequía de diversos años (cf. 3[1]Re 18, 42-45). Hermano, las personas de las cuales dices haber oído cosas semejantes me parecen afectadas por la enfermedad de los fariseos, por eso no quieren despertar y purificar el interior de la copa (cf. Mt 23, 25), es decir, su corazón, y, no conformándose con las indicaciones de los Padres, quieren colocarse por encima de todos, como nuevos doctores de la Ley. Desprecian la forma de oración del publicano y aconsejan a los otros no emplearla en las oraciones. El Señor dice a este respecto en los Evangelios: «No se atrevía ni a alzar los ojos al cielo» (Lc 18, 13). Esto es lo que quieren imitar aquellos que, orando, vuelven la vista hacia sí mismos. Quien los llama «onfalopsíquicos» los acusa abiertamente adoptando calumnias. ¿Quién de ellos ha dicho que el alma esté en el ombligo?

11. Está claro, pues, que éstos calumnian y ultrajan abiertamente a las personas dignas de alabanza y no es verdad que corrijan a quienes han sido conducidos por el error⁸⁴. No escriben empujados por el amor de la *hesiquía* y de la verdad, sino por orgullo; no para conducir a la sobriedad, sino para alejar de ella. Intentan de cualquier manera desacreditar esta obra y a los que se dedican a ella de modo apropiado, con la excusa de la práctica correspondiente. Éstos llamarían fácilmente «koiliopsíquico»⁸⁵ a quien ha dicho: «La Ley de Dios es el centro de mi vientre» (Sal 39, 9) y a quien gritó hacia Dios: «Mi vientre resuena como una cítara y mis entrañas como una muralla de cobre que has rehecho de nuevo» (cf. Is 16, 11) y en general calumniarían a todos los que han representado, llamado y buscado las realidades inteligibles, divinas y espirituales, a través de símbolos corporales. Pero éstos no reciben ningún daño, más bien recibirán bendiciones en el cielo, coronas todavía más numerosas, mientras los otros permanecerán fuera de las tiendas sagradas y no podrán contemplar tan siquiera las sombras de la verdad. Se teme incluso que tendrán que pagar con la condenación eterna, no sólo porque se han separado de los santos, sino porque también los han atacado con sus palabras.

12. Conoces, en efecto, la *Vida* de Simeón el Nuevo Teólogo, casi por completo repleta de prodigios, glorificada por Dios con milagros sobrena-

turales, y sus escritos —si alguno los llamara escritos de vida ciertamente no se equivocaría—, y san Nicéforo que ha transcurrido muchos años en los eremitorios y en la *hesiquía*. Después, pasando una temporada en las zonas más desérticas de la Santa Montaña, en constante recogimiento, nos ha transmitido la práctica de la sobriedad que había recogido de las voces de los Padres. Éstos enseñan claramente a quienes han escogido esta vida lo que, según me dices, algunos rechazan. Y ¿por qué hablo de los antiguos santos? Hombres que han dado testimonio, poco tiempo antes que nosotros y que se han mostrado llenos de la potencia del Espíritu Santo nos han transmitido estas mismas cosas con sus labios. Este teólogo, este verdadero teólogo, el más seguro contemplador de la verdad de los misterios de Dios, famoso entre nosotros, Teolepto, verdaderamente inspirado por Dios, metropolitano de Filadelfia, es más, que desde esta ciudad, como de un candelabro, iluminó el mundo entero; aquel Atanasio que se sentó durante un cierto número de años en el trono patriarcal y cuya tumba fue honorada por Dios⁸⁶; Nilo originario de Italia, imitador del gran Nilo; Seliotes y Elías, en nada inferiores a él; Gabriel y Atanasio, que fueron dignos del don de la profecía. Escucha a todos éstos y a tantos otros, llegados antes que ellos, o contemporáneos suyos o llegados después, que dan coraje y exhortan a quienes desean guardar esta tradición que los nuevos maestros de la *hesiquía* —esos que ni tan siquiera conocen las huellas de la *hesiquía* y que nos reprenden no en función de la experiencia, sino de sus charlatanerías— intentan rechazar, deformar y despreciar, sin ningún provecho para quien escucha. Hemos hablado personalmente con algunos de aquellos santos y los hemos tenido por maestros. ¿Es que vamos a considerar acaso como nada a quienes enseñan a partir de la experiencia y la gracia y cederemos ante aquellos que han enseñado movidos por el orgullo y por amor a las disputas verbosas? ¡Que jamás suceda tal cosa! Y tú, por tanto, aléjate de éstos, diciéndote sabiamente junto con David: «Bendiga mi alma al Señor y todo cuanto hay en mí bendiga su santo Nombre» (Sal 102, 1). Déjate conducir por los Padres, escucha cómo aconsejan empujar siempre la mente hacia el interior.

Del mismo tratado tercero de la primera serie
en defensa de los santos hesicastas: sobre la luz,
la iluminación divina, la felicidad sagrada
y la perfección en Cristo

...

2. Aquellos que dicen cuanto me cuentas, hermano, continuamente hacen uso del engaño. San Diádoco, el gran Filemón, Nilo, tan rico en cosas divinas, Juan Clímaco y muchos de los Padres que viven todavía aconsejan, en efecto, a los hesicastas principiantes evitar las largas lecturas y dedicarse a la oración monológica hasta que la oración incesante en la razón llegue a ser un estado habitual, y esto no porque la lectura sea inútil y mala. Aquéllos, al añadir la palabra «mala», han hecho malvadas las buenas instrucciones. Sabemos, además, que todos los santos han mostrado de palabra y obra que la oración expulsa a los espíritus malvados y las pasiones y toda persona sensata piensa así y lo enseña, pero nadie dice que para nosotros se trata de algo consustancial⁸⁷. Añadiendo esto, esos de los que tú hablas han hecho abominable el objeto de la búsqueda. También el gran Basilio dice que el corazón se sobresalta, como palpitando en el entusiasmo del amor por el bien y el gran Atanasio considera esto una señal de la gracia. Clímaco enseña con claridad que se sale de la oración como inflamado cuando se ha encontrado a Dios con una mente pura o por experiencia. Sin esto y sin la venida de la luz durante la oración y sin la humildad que obtiene el alma como consecuencia, la oración es corporal o judaica⁸⁸. Muchos otros, y en particular san Isaac, muestran cómo se produce placer en la boca de aquellos que oran no sólo gracias a la oración sino también durante la salmodia atenta. Pero todo esto tiene como principio hacer mejor al alma racional. Los calumniadores de los santos de quienes has hablado han rechazado y hecho despreciable lo que sin embargo es digno de alabanza. Han mutilado los testimonios seguros de la iluminación sagrada y divina, han aducido estas pequeñeces en el sentido de sus acusaciones e intentan hacer pensar a los que no tienen la experiencia que lo divino es, ¡ay de mí!, demoníaco. Sobre todo están convencidos de que «aquel que está recluido en las tinieblas eternas» (cf. 2Pe 2, 4) resplandece, también en modo engañoso, pero no admiten que Dios, que ultrapasa toda iluminación y toda luz y llena de luz inteligible toda naturaleza racional

capaz de recibir una luz proporcionada a sus capacidades, resplandezca inteligiblemente.

3. Considero que el conocimiento que ellos –según dices– llaman única iluminación inteligible, se llama luz en la medida en que participa de aquella luz, según lo que dice el gran Pablo: «Pues el mismo Dios que dijo: De las tinieblas brille la luz, ha hecho brillar la luz en nuestros corazones, para irradiar el conocimiento de la gloria de Dios que está en la faz de Cristo» (2Cor 4, 6). Sobre la base de estas palabras el gran Dionisio dice: «La presencia de la luz inteligible unifica a aquellos que han sido iluminados y los reúne en el conocimiento único y verdadero»⁸⁹. ¿Te das cuenta cómo la luz del conocimiento concuerda con la venida de la luz de la gracia y cómo libera de la ignorancia que divide? Este autor llama a esta luz «inteligible», mientras el gran Macario, preocupándose evidentemente de aquellos que consideran un conocimiento la luz de la gracia, la define «intelectual»: «Por sus efectos –dice– verás si la luz intelectual que brilla en tu alma proviene de Dios o de Satanás»⁹⁰. En otro lugar, tras haber llamado «inmortalidad» a la gloria en el rostro de Moisés –incluso si entonces iluminaba un rostro mortal– y de haber mostrado cómo ésta aparecía ahora en las almas de cuantos aman verdaderamente a Dios, dice: «Como los ojos sensibles ven el sol sensible, así los ojos del alma ven la luz intelectual que se manifestará y se difundirá sobre los cuerpos, haciéndolos también resplandecer en la luz eterna»⁹¹. En cuanto a la luz del conocimiento, no se puede decir nunca que sea «intelectual». Esta luz, en cambio, es como una luz intelectual cuando actúa, y es vista por la mente con su sentido intelectual como una luz inteligible. Cuando entra en las almas racionales, las libera de la ignorancia debida a su condición, y las reconduce de las opiniones múltiples a un conocimiento unificado. Por esto, el cantor de los *Nombres divinos*, cuando empieza a cantar los nombres luminosos del Bien, nos enseña a decir que «el Bien es llamado luz inteligible, porque llena de luz inteligible toda mente supracelstial y porque expulsa toda ignorancia y error de todas las almas en las cuales entra»⁹². El conocimiento que sobreviene una vez la ignorancia ha sido expulsada es, pues, una cosa, mientras la luz inteligible, que hace aparecer este conocimiento, es otra. Por eso la luz inteligible está presente de modo manifiesto en la «mente supracelstial», es decir en aquella mente que se ha superado a sí misma. ¿Cómo se podrá llamar «conocimiento» a esta luz supracelstial y superior de la mente, si no en manera metafóri-

ca? Sólo el alma racional está acostumbrada a llegar a la purificación de la ignorancia debida a su condición, que aquel grande llamó «ignorancia y error».

...

5. Los santos ven en sí mismos esta luz divina cuando adquieren la comunión deificante del espíritu con la inefable venida de las perfectas iluminaciones. Ven el vestido de su deificación y su mente se glorifica y llena de un resplandor de extraordinaria belleza de la gracia del Verbo, del mismo modo a como la divinidad del Verbo ha glorificado el cuerpo unido a ella con una luz divina en la montaña. La gloria que el Padre le ha dado, la da a aquellos que son obedientes, según las Palabras de los Evangelios, y quiere que estén con él y contemplen su gloria (cf. Jn 17, 22-24). ¿Cómo podría suceder esto con el cuerpo desde el momento en que él mismo ya no está presente en el cuerpo tras su ascensión a los cielos? Necesariamente esto sucede de modo intelectual, cuando la mente se hace supracelstial y compañera de aquel que para nosotros se ha elevado por encima de los cielos. Entonces se une a Dios de modo manifiesto e indecible y contempla las visiones sobrenaturales e inefables, colmada de un conocimiento inmaterial, de una luz sublime, no viendo símbolos sagrados sensibles, no conociendo la variedad de las sagradas imágenes, sino embellecida por la belleza primera y causa de la belleza, iluminada por el resplandor de Dios. También de la misma manera, los órdenes celestiales de los espíritus supramundanos, según aquel que ha descrito e ilustrado sus jerarquías⁹³, guiadas por la celestial perfección trinitaria y según su capacidad son colmadas no sólo por el primer don del conocimiento y de la ciencia, sino también por la primera luz, y se hacen partícipes y contempladoras no sólo de la gloria trinitaria, sino también de la manifestación luminosa de Jesús que fue revelada a los discípulos sobre el Tabor. Hechos dignos de esta contemplación son iniciados a aquel que es luz deificante, se acercan verdaderamente a él y gozan de la participación primera en sus luces deificantes. Por eso también Macario, verdaderamente bienaventurado, llama a esta luz «alimento de los supracelstiales»⁹⁴. Otro de los teólogos dice: «Toda la corte intelectual de los seres supramundanos, sentándose inmaterialmente a su mesa, da una prueba más que evidente de la misericordia del Verbo por nosotros»⁹⁵. Y también el gran Pablo, en el momento de encontrar en sí mismo las visiones invisibles y supracelstia-

les, fue raptado (cf. 2Cor 12, 2) y se hizo supracestial, no porque su mente hubiese sobrepasado espacialmente los cielos; incluso si el rapto indica otro misterio conocido sólo por quienes han tenido la experiencia, no es necesario hacer referencia ahora a lo que hemos oído al respecto de los Padres que lo han experimentado, para no exponerlo a las calumnias. Mostraremos muy fácilmente, sobre la base de cuanto ha sido dicho, la existencia de una iluminación intelectual, visible a aquellos de corazón puro, totalmente diversa del conocimiento y más bien comprensiva del conocimiento.

6. En efecto, como tú mismo explicas, dice que las iluminaciones de la antigua Ley son simbólicas. Son por tanto ellos mismos los que demuestran que existe una sagrada iluminación de la cual éstas eran un símbolo. Hemos aprendido de san Nilo que la mayor parte de estas iluminaciones eran símbolos de aquélla: «Cuando la mente —dice—, revocado el hombre viejo, reviste a aquél de la gracia, entonces, en el tiempo de oración se verá a sí misma semejante al zafiro y al color del cielo. La Escritura llama a éste el lugar de Dios (cf. Éx 24, 9), que los antiguos vieron al pie del monte Sinaí»⁹⁶. Lo mismo hemos oído decir de san Isaac: «En tiempo de oración, la mente llena de gracia ve su pureza, semejante al color supracestial, que los ancianos de Israel, cuando lo vieron en el monte, llamaron lugar de Dios»⁹⁷. ¿Te das cuenta cómo aquéllos eran símbolos de lo que ahora acontece en los corazones puros? Y Juan, que tenía la lengua y la razón de oro, examinando la palabra del Apóstol: «Pues el mismo Dios que dijo: De las tinieblas brille la luz, ha hecho brillar la luz en nuestros corazones» (2Cor 4, 6), dice: «Esto muestra que la gloria de Moisés brilla en nosotros crecida; como en el rostro de Moisés, así ha brillado en nuestros corazones»⁹⁸. Y más abajo: «En el inicio de la creación Dios habló y la luz se hizo, ahora no ha hablado, pero ha sido luz para nosotros». Si, por tanto, la luz del inicio de la creación o la luz que resplandecía en el rostro de Moisés era un conocimiento limitado, la iluminación de nuestros corazones debería ser un conocimiento más elevado, puesto que ha recibido un incremento. Dado que aquélla no era conocimiento sino un resplandor que aparecía sobre la cara, la iluminación en nuestro interior no es un conocimiento, sino un resplandor del alma, que se aparece a la mente purificada. Aquélla, visible a los ojos sensibles, debe ser llamada sensible; ésta, en cambio, visible a los ojos inteligibles y obrada en nuestro interior, inteligible.

7. Pero ni tan siquiera aquélla era sólo sensible, si aparecía en el rostro del profeta y si, según san Macario, los santos reciben ahora en el alma la gloria del rostro de Moisés. Él mismo llama a esta luz gloria de Cristo y la considera superior a los sentidos, aun cuando se manifiesta a éstos, al citar el dicho apostólico con un pequeño añadido: «Todos nosotros, con el rostro descubierto reflejamos como en un espejo la gloria del Señor, es decir su luz intelectual, transformándonos en esa misma imagen, cada vez más gloriosos (2Cor 3, 18), por exceso del resplandor que hay en nosotros, emitido por la luz divina cada vez con más fulgor»⁹⁹. ¿Qué dice, en efecto, también san Diádoco?: «No hay que dudar de que cuando la mente comienza a ser empujada frecuentemente por la luz divina, se hace entonces toda transparente y ve con abundancia la propia luz. Llega a ser luz toda por entero en el momento en que la potencia del alma domina las pasiones»¹⁰⁰. ¿Y qué dice, a su vez, el divino Máximo?: «Una mente humana no habría podido elevarse tanto al recibir la iluminación divina, si Dios mismo no la hubiera elevado e iluminado con los rayos divinos»¹⁰¹. ¿Qué dice además Nilo, ilustre columna de la verdad, junto al gran Basilio?: «Basilio de Capadocia afirma: el conocimiento humano se refuerza con el estudio y el ejercicio, el conocimiento que deriva de la gracia de Dios con la justicia y la misericordia. El primer conocimiento puede ser adquirido también por quienes están sujetos a las pasiones, el segundo lo reciben sólo aquellos que son impasibles, que en el tiempo de la oración ven el resplandor de su mente que los envuelve»¹⁰². ¿Te ha quedado claro, hermano, que la mente liberada de las pasiones se ve durante la oración como una luz y resplandece de luz divina? Acerca ahora dócilmente la oreja y escucha todavía a Macario verdaderamente bienaventurado —a quien Nilo, rico en cosas divinas, definió vaso de elección¹⁰³—, el cual en las *Centurias* parafraseadas por Metaphrastes dice: «La iluminación perfecta del Espíritu no es sólo como una revelación de pensamientos, sino una iluminación cierta y continua de luz hipostática en las almas. En efecto, “Aquel que dice: De las tinieblas brille la luz, brille en nuestros corazones” (2Cor 4, 6), “Ilumina mis ojos para que no me sorprenda el sueño de la muerte” (Sal 12, 4), “Envía tu luz y tu verdad; ellas me llevarán a tu monte santo” (Sal 42, 3), “Brille en nosotros la luz de tu rostro” (Sal 4, 7) y todos los demás pasajes semejantes a éstos indican la misma cosa»¹⁰⁴. Ha dicho hipostática para cerrar la boca de quienes sostienen que sólo el conocimiento es una iluminación y confunden la razón de la mayoría, incluso antes que la de los otros la propia, atribuyendo al conocimiento,

con falsa interpretación, todo cuanto se podría decir de la otra luz. Yo sé, como ya he dicho, que también al conocimiento se le llama luz, pero por analogía, en tanto que deriva de la otra luz.

8. Por eso nadie ha llamado «luz» al saber que deriva de los sentidos, incluso si frecuentemente se trata de un conocimiento muy seguro, sino al solo conocimiento racional que deriva de la mente. No vemos a ningún ser dotado de razón que no sea una luz intelectual. Los ángeles, en efecto, son como un fuego inmaterial e incorpóreo. ¿Qué sino una luz intelectual? La mente que se ve a sí misma ve como una luz. ¿Qué es pues también ésta si ve la luz intelectual? Y el mismo Dios, que está más allá de toda luz intelectual y sobrepasa de modo supraesencial toda esencia es llamado «fuego» por los santos teólogos, es –conforme a la indistinta imagen del fuego entre las cosas sensibles– de por sí misterioso e invisible cuando no hay una materia preparada a recibir la manifestación divina, pero cuando se adueña de una materia apta y no velada, es decir toda naturaleza intelectual purificada que no lleva el velo del mal, entonces también él es visto como luz intelectual, como lo hemos mostrado y lo mostraremos, basándonos sobre los mismos santos que sienten y contemplan el resplandor divino.

...

12. ¿Te das cuenta, hermano, de cómo las iluminaciones sensibles de la antigua Ley han prefigurado la iluminación del Espíritu que adviene en las almas de quienes en las obras y en verdad creen en Cristo? Los que las llaman sensibles y simbólicas deberían ser conducidos, mediante ellas, a la fe en aquella iluminación y en su búsqueda. En cambio éstos buscan con cualquier medio inducir a la incredulidad a quienes creen y también, si fuese posible, a quienes han recibido el feliz don de la gracia y que gracias a ello poseen un conocimiento indefectible. Intentan con audacia y locamente hacer cambiar de opinión a quienes han sido iniciados en las cosas indecibles de Dios, de su aparición y de su operación mística, y no se conmueven con el gran Pablo, que dice: «El hombre espiritual lo juzga todo; y a él nadie puede juzgarle. Porque ¿quién conoció los pensamientos del Señor para instruirle?» (1Cor 2, 15-16), es decir, ¿quién hará que las cosas del Espíritu sean dignas de fe, juzgándolo en sus pensamientos? De hecho quien tiene fe en sus pensamientos y en sus indagaciones, con-

siderando poder encontrar toda verdad con distinción, silogismo y análisis, no puede absolutamente ni conocer ni creer en las cosas del hombre espiritual. Es un hombre psíquico. «El hombre psíquico —está escrito— no comprende las cosas del Espíritu» (1Cor 2, 14), ni puede. Quien no conoce ni cree, ¿cómo puede hacer las cosas comprensibles y dignas de fe y enseñárselas a los otros? Por eso, si uno, sin *hesiquía* y sobriedad mental y sin la experiencia de las cosas que os advienen de modo espiritual e inefable, enseña sobre la sobriedad fundándose sobre los propios razonamientos e intenta mostrar con palabras el Bien que hay más allá de toda palabra, es evidente que ha sido transportado al extremo de la locura y que en su sabiduría está totalmente loco (cf. 1Cor 1, 20), porque siendo un insensato se ha metido en la cabeza poder observar lo sobrenatural con el conocimiento natural y demostrar con la razón natural y con la filosofía carnal la profundidad de Dios (cf. 1Cor 2, 10), conocidas sólo por el Espíritu, y los dones del Espíritu conocidos sólo por los espirituales que tienen la mente de Cristo (cf. 1Cor 2, 13). Además de insensato, conseguirá también ser enemigo de Dios, atribuyendo falsamente a Beliar —¡oh desventura!— las operaciones y la gracia del buen Espíritu, oponiéndose a quienes «han recibido el Espíritu de Dios para conocer las cosas que Dios nos ha dado con su gracia» (1Cor 2, 12). Heredará los «ayes» por los daños que causa a cuantos lo escuchan: «¡Ay —dice en efecto el profeta— de quien haga beber al hermano una bebida turbia» (Ab 2, 15).

...

25. Y si se les pregunta: «¿Por qué decís que la oración resuena místicamente en vuestras entrañas y qué es poner en movimiento a vuestro corazón?»¹⁰⁵, aducirán el terremoto que sintió Elías y precedió a la evidente manifestación intelectual de Dios (cf. 3[1]Re 19, 12) y el vientre que resuena de Isaías (cf. Is 16, 11). Y a quien pregunta: ¿Qué es el calor que sobreviene durante la oración?, indicarán el fuego del cual habla todavía el mismo Isaías, señal de Dios antes de su manifestación que debe todavía transformarse en una brisa ligera, fuego que, revistiendo el rayo divino, muestra lo invisible a quien lo contempla; indicarán al mismo Elías que era y aparecía como fuego cuando subía con el cuerpo en el carro de fuego (cf. 4[2]Re 2, 11), pero también a otro Profeta que tenía las vísceras quemadas como por un fuego: era la palabra de Dios que se había hecho como un fuego en él (cf. Jr 20, 8-9). Y si preguntas a cualquier

otro acerca de lo que se verifica místicamente en aquéllos, éstos confrontándolos con fenómenos espirituales análogos —como hemos dicho— te mostrarán cosas semejantes y dirán siempre a todos: «No oyes, oh hombre, que “el hombre comió el pan de los ángeles” (Sal 77, 25)? ¿No oyes al Señor que dice que dará el Espíritu Santo a quienes lo pidan noche y día (cf. Lc 11, 13)?». ¿Qué es el pan de los ángeles? ¿No es quizás la luz divina y supracelstial a la cual se unen las mentes de forma ya sea inmediata que mediata de un modo superior a ellas, según lo que dice el gran Dionisio¹⁰⁶? Dios prefiguró la iluminación de esta luz haciendo descender durante cuarenta años el maná del cielo y Cristo la ha cumplido enviando la iluminación del Espíritu a quienes creen firmemente en él y hacen manifiesta su fe con las obras y ofreciendo como alimento su cuerpo iluminante: éste es el anticipo de la inefable comunión futura con Jesús. No hay razón para maravillarse si aquellos acontecimientos prefiguraban también alguno de los otros dones hechos a nosotros por Cristo. ¿Te das cuenta ahora cómo de aquellas iluminaciones simbólicas aparece una iluminación intelectual, así como misterios que son diferentes del conocimiento?

26. Dado que has dicho que aquellos que refutan la divina luz de la gracia llaman sensible a la luz que apareció en el Tabor, en primer lugar les preguntamos si consideran divina la luz que entonces se difundió en torno a los elegidos de entre los discípulos. Si no la consideran divina, entonces Pedro, el cual, según Marcos, veló y vio la gloria de Cristo (cf. Mc 9, 2-8), le acusará, ya que en la segunda de sus epístolas escribe haber contemplado su grandeza cuando estaba junto a él en el monte santo (cf. 2Pe 1, 16-18). El intérprete de lengua de oro de los mensajes evangélicos les cerrará la boca de forma brillante al decir: «El Señor apareció más resplandeciente que sí mismo, el cuerpo permaneció en su forma, la divinidad mostraba sus rayos»¹⁰⁷. Y se la cerrará definitivamente el gran Dionisio, cuando define aquella luz «teofanía» y «visión de Dios»¹⁰⁸, Gregorio, apodado Teólogo, que llama «luz» a la divinidad manifestada a los discípulos en la montaña¹⁰⁹, y, junto a muchos otros, también Simeón, que con su elocuencia ha celebrado las vidas de casi todos los santos, cuando escribe que el Teólogo particularmente amado por Cristo «ha visto en la montaña, parcialmente desvelada, la divinidad del Verbo»¹¹⁰. Si, de acuerdo con la verdad y con los intérpretes de la verdad, aquéllos llamaron «divina» y «luz de Dios» a la luz que apareció entonces, estarán necesaria-

mente de acuerdo en que la más perfecta visión de Dios es como luz. También Moisés la vio así y prácticamente todo profeta, sobre todo aquellos a los que se les apareció mientras estaban despiertos y no durante el sueño. Aun cuando consideráramos simbólicas todas las sagradas visiones de los Profetas, como querrían nuestros contradictores, la visión revelada a los Apóstoles en el Tabor no era en cambio una luz simbólica que aparecía y después desaparecía. En efecto, tiene la dignidad de la futura segunda venida de Cristo e iluminará continuamente a quienes son dignos en el siglo sin fin, como dice el divino Dionisio¹¹¹. Por este motivo el gran Basilio habla de ello como de la segunda venida¹¹² y el Señor, en los Evangelios, la llamó «reino de Dios» (Mc 9, 1).

...

31. Una cosa de tal género es, en efecto, la contemplación que los Padres llaman particularmente verdadera, la operación en el corazón de la oración, el calor espiritual, los placeres que derivan de ello y las suaves lágrimas que nos da la gracia. La causa de todo ello es percibida propiamente por el sentido intelectual. Digo «sentido» porque se trata de una percepción clara, evidente, exenta de error y de imaginación y además porque también el cuerpo participa en cierta medida de la gracia que opera en la mente, se conforma a ella, recibe una cierta sensación del misterio inefable del alma y, a los que en aquel momento miran desde fuera a quienes la poseen, da un poco a entrever lo que sucede en la interioridad. Así resplandecía el rostro de Moisés, ya que el resplandor interior de la mente se difundía también sobre el cuerpo y así refulgía tanto que aquellos que lo miraban con los ojos sensibles no podían fijarlo por la potencia del fulgor (cf. Éx 34, 34-35). Así el rostro material de Esteban apareció cual rostro de ángel (Hch 6, 15): en efecto, en el interior su mente se hizo angelical, habiendo imitado y adquirido la dignidad de los ángeles, uniéndose de modo inmediato y mediato, en indecible participación a la luz que está más allá de todo. Así María egipciaca, o más bien la celestial María, mientras oraba, se levantó por los aires cambiando realmente de lugar: elevándose la mente se alzó también el cuerpo y, separándose del suelo, parecía como un cuerpo aéreo¹¹³.

32. Así, cuando el alma está entusiasmada y como puesta en movimiento por el irresistible amor hacia el único deseable, también se mueve

el corazón, manifestando con sobresaltos espirituales la comunión con la gracia, como si diera saltos desde aquí abajo para encontrarse físicamente con el Señor sobre las nubes, según su promesa (cf. Mt 24, 30). Así, en la oración intensa, cuando aparece el fuego inteligible y se enciende la lámpara inteligible y, mediante la contemplación espiritual, la mente despierta el deseo y lo empuja hacia la llama que se dirige a lo alto, también el cuerpo paradójicamente se vuelve ligero y se calienta, de modo que se muestra a quienes lo ven como salido de un horno material, según cuanto escribe el autor del ascenso espiritual¹⁴. También sostengo que el sudor de Cristo durante la oración (cf. Lc 22, 44) indica el calor sensible producido en el cuerpo por la sola y perseverante súplica dirigida a Dios. ¿Qué dirán al respecto aquellos que consideran demoníaco el calor derivado de la oración? ¿Enseñarán quizás a evitar orar vehementemente y continuamente para que el cuerpo no reciba, en proporción al combate del alma, el calor que prohíben? Pero éstos son también maestros de una oración que no conduce ni a Dios, ni a la imitación de Dios, ni hace mejor al hombre. Nosotros sabemos que rehusando, por medio del dolor voluntario de la continencia, el placer que, ¡ay de mí!, habíamos preferido violando los mandamientos, durante la oración, mediante el sentido intelectual, gustamos el placer divino, extraño a todo dolor. Puesto que éste transforma al cuerpo mismo para dejarlo adaptado al amor impasible y divino, quien ha hecho la experiencia clama a Dios: «¡Cuán dulce al paladar me son tus palabras, más que miel a mi boca!» (Sal 118, 103), y: «Como de grasa se empapará mi boca, y alabará mi boca con labios jubilosos» (Sal 62, 6). Con y mediante aquel placer, aquellos que están dispuestos al ascenso en su corazón participan en la quietud divina, en el gozo angélico «en las venidas deificantes de las iluminaciones divinas»¹⁵, como ha dicho el gran Dionisio.

33. Si la aflicción purificadora según Dios no se verifica sólo en el alma de los combatientes, sino que pasa también en el cuerpo y en el sentido corporal, y son un claro indicio de ello las lágrimas dolorosas vertidas por quien está dolido por sus pecados, ¿por qué no hemos de aceptar con fe también las señales del placer divino conforme al Espíritu? ¿Acaso no es el Señor mismo quien dice: «Bienaventurados los afligidos porque serán consolados» (Mt 5, 4), es decir, recibirán en sí mismos la alegría, el fruto del Espíritu? Pero en esta consolación participa de modos diversos también el cuerpo; de estos modos algunos son conocidos a cuantos tie-

nen la experiencia, otros son evidentes también a quien los ve desde el exterior: conducta apacible, dulces lágrimas, afabilidad colmada de carismas respecto de quienes la visitan, según lo que se dice en el Cántico: «Miel virgen destilan tus labios, esposa mía» (Ct 4, 11). No sólo el alma recibe el anticipo de los bienes futuros, sino también el cuerpo que conjuntamente afronta la carrera evangélica hacia aquellos bienes. El que esto niega, niega la vida en el cuerpo en el siglo futuro. Y si un día el cuerpo participará en aquellos bienes indecibles, también ahora puede participar, de modo proporcionado a sus capacidades, de la gracia que Dios da a la mente. Por eso decimos que estos bienes se reciben con el sentido —y añadimos «espiritual», porque son superiores a los sentidos naturales— y es la mente en primer lugar quien los recibe, cuando se eleva hacia la mente primero, de la cual participa divinamente, según sus posibilidades, cambiándose a sí misma y al cuerpo junto a ella en una condición más divina, y así muestra y anuncia previamente la absorción de la carne por parte del Espíritu en el siglo futuro. No son, en efecto, los ojos del cuerpo, sino los del alma, los que reciben la potencia del Espíritu que ve estos bienes. Por eso la llamamos «intelectual», incluso si es superior al intelecto.

34. Además no permitiremos a quienes nos escuchan que consideren estas operaciones espirituales e inefables como materiales y corpóreas, lo cual justamente es lo que piensan aquellos que con oídos impuros y sacrílegos, con una razón incapaz de creer y de conformarse a las palabras de los Padres, han escuchado ampliamente las cosas santas, las han hollado y se han arrojado contra quien se las ha mostrado, sin dar recta razón al gran Macario, quizás no sabiendo siquiera que dice: «Las cosas espirituales son inaccesibles para quienes no tienen la experiencia de ellas: la comunión del santo Espíritu puede ser percibida, alcanzándola, por un alma santa y fiel, y los tesoros supracelestiales del Espíritu se manifiestan sólo a quienes los recibe por experiencia. Quien no está iniciado no puede siquiera imaginárselas»¹¹⁶. ¡Habla píamente de aquellos dones! Escucha pues hasta que creyendo también tú te hayas hecho digno de recibirlos; entonces sabrás con la experiencia misma de los ojos del alma de qué bienes y misterios las almas de los cristianos pueden participar incluso desde aquí abajo. Al oír hablar de ojos del alma que, gracias a la experiencia, conocen los dones supracelestiales, no hay que pensar en la razón. Ésta, en efecto, por sí misma, hace pensables las cosas sensibles y aquellas intelectuales. Pero así como cuando no has visto nunca una ciudad, aunque pienses en ella, no

tienes la experiencia sólo porque pienses en ella, del mismo modo con las cosas de Dios y divinas no tienes experiencia de ellas sólo porque pienses o hables de Dios. Como con el oro, si no lo posees materialmente, si no lo tienes de verdad en la mano y si no lo ves con tus ojos, aunque la idea del oro pase diez mil veces por tu cabeza, no lo tienes, ni lo ves ni lo posees, así mismo puedes pensar diez mil veces en los tesoros divinos, pero no experimentas las cosas divinas y no las ves con los ojos intelectuales si en ellas no sobreviene la potencia del Espíritu. A través de esta potencia se ven estas cosas, dado que la santísima visión de la luz más que divina y más que luminosa es superior también a los ojos intelectuales.

35. Por esta razón el Señor no llamó a todos, sino sólo a los elegidos, a esta visión espiritual, indecible e invisible a los sentidos, que tuvo lugar en el Tabor. Si en efecto el gran Dionisio Areopagita dice que en el siglo futuro seremos iluminados «por la visible manifestación luminosa de Cristo, como los discípulos en el momento de la transfiguración, y participaremos de esta luz inteligible con nuestra mente hecha impasible e inmaterial y a la unión que es superior a la mente en una imitación siempre más divina de las mentes supraclestiales»¹¹⁷, ni tan siquiera en aquel caso consideraremos el resplandor que refulge de aquel cuerpo adorable, perceptible por los sentidos no dirigidos por el alma racional, la única potencia capaz de recibir la potencia del Espíritu, gracias a la cual es vista la luz de la gracia. Aquella que no se percibe por tales sentidos, no es sensible del todo. Y el mismo santo lo ha mostrado a quienes poseen la inteligencia. Dado que en el siglo futuro —dice— seremos iluminados por esta luz, allí donde no hay necesidad ni de luz, ni de aire, ni de cualquier otra cosa de la vida presente (como sabemos por las divinamente inspiradas Escrituras: «Dios entonces será todo en todos» [1Cor 15, 28], según el Apóstol), no tendremos entonces necesidad de la luz sensible. Y así como Dios será todo para nosotros, también esta luz será divina. ¿Cómo podrá ser pues, hablando propiamente, sensible? Pero añade: «A imitación siempre más divina de los ángeles» y el hecho de que se pueda hablar de esta luz de tres modos diversos muestra que también los ángeles la reciben. ¿Cómo es posible, siendo sensible? Si fuese sensible, además, sería visible a través del aire y se vería la luz de manera más o menos distinta, no según la virtud de cada cual y la consiguiente pureza, sino dependiendo de la pureza del aire. Y si «los justos brillarán como el sol» (Mt 13, 43), entonces cada uno aparecerá más resplandeciente o más oscuro no en fun-

ción de sus buenas acciones, sino dependiendo de la pureza del aire. Ahora y en el siglo futuro son perceptibles por los ojos sensibles cosas que «ni el ojo vio, ni el oído oyó, ni al corazón del hombre llegó» (1Cor 2, 9), el cual intenta penetrar en lo incomprensible por medio de razonamientos. Si es sensible, ¿cómo puede permanecer invisible a los pecadores? ¿O habrá también un diafragma, sombras y conos, y como consecuencia eclipses, conjunciones y ciclos de luz de forma diversa como para tener necesidad de las vanas intrigas de los astrólogos también en la vida de los siglos sin fin¹¹⁸?

36. Pero ¿cómo percibirá el sentido corporal una luz que no es propiamente sensible? Mediante la omnipotente potencia del Espíritu, gracias a la cual también los elegidos entre los Apóstoles la vieron sobre el Tabor, mientras resplandecía no sólo en la carne que llevaba consigo el Hijo, sino también en la nube que llevaba consigo el Padre de Cristo. De otra parte, el cuerpo, según el Apóstol, será entonces espiritual, no psíquico: «Se siembra un cuerpo psíquico, resucita un cuerpo espiritual» (1Cor 15, 44). Al ser espiritual y al ver de modo espiritual, percibirá también de modo conveniente el resplandor divino. Y como ahora se puede ver que tenemos un alma intelectual, que tiene una existencia independiente, pero que se ha hecho corporal y se inclina a la fantasía de esta carne opaca, mortal y a ella opuesta que la recubre y la arrastra hacia abajo, y por eso ignoramos el sentido intelectual de la mente, así en la condición beatísima del siglo futuro el cuerpo estará como escondido para los hijos de la resurrección que recibirán, según el Evangelio de Cristo, una dignidad angélica (cf. Lc 20, 36). Quedará sutil, aparecerá como inmaterial, no se opondrá a las operaciones intelectuales, dado que la mente habrá vencido de manera definitiva. Por este motivo se gozará de la luz divina también con los sentidos del cuerpo.

37. ¿Y qué digo del parentesco que se establecerá entonces entre el cuerpo y la naturaleza intelectual? Dice en efecto san Máximo: «El alma llega a ser Dios gracias a la participación en la gracia divina y con la detención de toda actividad de la mente y de los sentidos y con la suspensión contemporánea de las actividades naturales del cuerpo, que se ha divinizado porque participa en la divinización en la medida que le espera. Entonces sólo aparecerá Dios, a través del alma y del cuerpo, porque con la superabundancia de la gloria han sido vencidas también sus caracterís-

ticas naturales»¹¹⁹. Desde el momento en que, como he dicho al comienzo, Dios es invisible para las criaturas, pero no es invisible para sí mismo, entonces será Dios quien verá y no sólo a través de nuestra alma, sino también, ¡oh maravilla!, a través de nuestro cuerpo. Por este motivo veremos entonces de modo distinto la luz divina e inaccesible con nuestros órganos corporales. De esta gran munificencia de Dios que recibiremos entonces, Cristo ha mostrado de modo inefable el anticipo y el preludio a los Apóstoles sobre el Tabor. Por eso, ¿cómo podría ser sensible el rayo de la divinidad, superior a todo discurso y a toda visión? ¿Has comprendido que la luz que envolvió a los Apóstoles no era propiamente sensible?

38. Además, si la luz divina y superior a todo sentido fue vista por los ojos sensibles —como es vista en efecto y lo afirman también los opositores de aquellos hombres espirituales, estando en esto de acuerdo con ellos y con nosotros—, si por tanto la luz divina fue vista con los ojos del cuerpo, ¿por qué no podrá ser vista también por los ojos intelectuales? ¿O quizás el alma es algo malvado, incapaz de unirse al bien y de sentirlo, la cual cosa ni el más audaz de los herejes ha osado decir jamás? ¿O quizás es algo bueno, pero el cuerpo le es superior? ¿No será quizás el alma inferior al cuerpo, si el cuerpo puede participar y percibir la luz de Dios y el alma no? Y este cuerpo material y mortal ¿no sería más afín y estaría más cerca a Dios que el alma, si ella pudiera ver la luz a través del cuerpo y no por sí misma? Si la transfiguración del Señor sobre el Tabor fue un preludio de la divina manifestación visible de Dios y los Apóstoles fueron dignos de percibirla con los ojos del cuerpo, ¿por qué aquellos que han purificado el corazón no podrían percibir ahora en su mente con los ojos del alma el preludio y el adelanto de su manifestación? El Hijo de Dios, ¡oh incomparable amor por los hombres!, no sólo ha unido su divina hipóstasis a nuestra naturaleza y ha tomado un cuerpo animado y un alma racional, «para aparecer sobre la tierra y vivir entre los hombres» (Ba 3, 38), sino que también se une, ¡oh maravilla más allá de toda medida!, a las mismas hipóstasis humanas, confundándose con cada uno de los fieles en la comunión de su santo cuerpo, y se hace un único cuerpo con nosotros y hace de nosotros un templo de la entera divinidad; en efecto, en el mismo cuerpo de Cristo: «reside toda la plenitud de la divinidad corporalmente» (Col 2, 9). ¿Cómo no iluminará, por tanto, envolviendo de luz, las almas de aquellos que son dignos de ser partícipes del resplandor divino de su cuerpo, como iluminó también los cuerpos de los discípulos so-

bre el Tabor? Entonces aquel cuerpo, que tenía la fuente de la luz de la gracia, aunque no estuviese todavía unido a nuestros cuerpos, iluminaba por fuera aquellos que eran dignos entre cuantos se le acercaban y transmitía la iluminación al alma a través de los ojos corporales; pero hoy, dado que está unido a nosotros y está en nosotros, justamente ilumina el alma desde su interior.

...

46. Por eso, aquel que ama con pasión la unión con Dios rehúye la vida sujeta al reproche, escoge la vida monástica y virginal, desea permanecer sin obras y sin preocupaciones en el santuario de la *hesiquía* alejándose de toda relación. Con ello desata su alma, tanto como le es posible, de toda ligazón material, conduce la mente a la oración incesante dirigida a Dios y, mediante ella, convertido del todo en dueño de sí, encuentra un nuevo e indecible medio para subir al cielo: la tiniebla impalpable, como podría ser definida, del silencio que inicia en las cosas ocultas. Al tener la mente rigurosamente ocupada en ello con un placer inefable, en una simplicísima, total y dulcísima paz, verdadera *hesiquía* y silencio, se eleva por encima de todas las criaturas. Saliendo completamente de sí ha llegado a ser todo de Dios, ve la gloria de Dios y discierne la luz divina, que no cae bajo el sentido en cuanto tal, amable y sagrada contemplación de las almas y de las mentes inmaculadas. Sin esta luz ni tan siquiera la mente, en tanto que está dotada de sentido intelectual, podría ver cuando está unida a lo que está por encima de ella, del mismo modo que el ojo del cuerpo no puede ver sin la luz sensible.

Documento sinodal de julio de 1341

1. Es verdaderamente digno de alabanza quien dice que la humildad es conocimiento de la verdad. En efecto, la humildad es conciencia de los propios límites; mediante ella conseguimos la paz frente a Dios y al prójimo y ganamos el descanso en este siglo y en el venidero, como nos exhorta el Señor: «Aprended de mí, que soy manso y humilde de corazón; y hallaréis descanso para vuestras almas» (Mt 11, 29). Anima a quien la posee a estar atento a sí mismo, a acogerse a Dios, evitando todo mal con el temor del Señor, según el dicho del sabio Salomón (cf. Pr 15, 27), y a ser pío y sabio en las cuestiones superiores a las propias facultades, no sobrepasando los límites celestiales puestos por los Padres, rehuyendo las dispersiones a un lado y otro, es decir, los excesos y los defectos, caminando sobre la vía real¹²⁰ y media que conduce infalible y seguramente al cielo.

2. Pero el monje calabrés Barlaam se hundió, por estulticia y confianza en sí mismo, en el piélago de la presunción, al fiarse de la filosofía profana, se arrojó contra la admirable y verdadera filosofía y combatió la enseñanza del Espíritu, según el cual la filosofía psíquica es completamente insuficiente en materia espiritual. En efecto, éste, fingiendo ser un discípulo, se acercó con engaño a alguno de nuestros monjes, entre quienes conducen la vida en la *hesiquía* tras haber abandonado todo para acogerse a Dios. Expresamente no fue junto a aquellos más respetables, sino a los más simples, para no ser descubierto. Poco tiempo después se separó de ellos y los acusó por escrito de doctrinas horribles, como si aquéllos las profesaran verdaderamente: les había oído decir la tradición de los santos Padres, según la cual quienes han purificado el corazón por medio de los mandamientos divinos reciben mística e indeciblemente iluminaciones divinas. Los acusó también de sostener que es posible participar de la esencia de Dios.

3. Dado que aquéllos respondieron que no se trataba de la esencia, sino de la gracia increada, eterna y deificante del Espíritu, los acusó de di-teísmo. Además, dirigiéndose a la Iglesia de Dios y atribuyendo a nuestra mediocridad¹²¹ estos asuntos y sobre todo acusando al muy venerable hieromonje Gregorio Palamás, pidió que los monjes fueran convocados ante nuestro sacro y divino Sínodo.

4. Una vez convocados, Barlaam cambió de idea y huyó. En efecto, no estaba del todo convencido de presentarse ante el Sínodo y de hablar con los monjes a quienes había acusado, así como enfrentarse contra quienes había escrito, por eso adujo como excusa de su fuga la ausencia del emperador, acusándose con ello en verdad a sí mismo y temiendo la condena.

5. Habiéndose entonces reunido el Sínodo en la iglesia de Santa Sofía, en presencia del divino, glorioso y beato emperador y del senado, y habiendo sido convocados diversos venerabilísimos archimandritas y kathigúmenos, así como un discreto número de otras personas, se convocó al mismísimo Barlaam y se le pidió que expusiera y mostrara si tenía alguna cosa que decir contra los monjes que viven en la *hesiquía*. Estando éstos allí presentes, él como golpeado por el olvido, o más bien intentando confundir la cuestión, se puso a hacer preguntas y a suscitar discusiones dogmáticas, pidiendo una solución a los puntos controvertidos. Enfrentándose, afirmaba que no diría nada más hasta que no se le respondiera y no se le diera solución a estas preguntas. Estas pretensiones fueron rechazadas una y otra vez, pero él no cesó en su posición, ni se convenció de hablar acerca de los asuntos a examen, es decir, sobre las acusaciones escritas contra los monjes.

6. Nuestra mediocridad ordenó entonces que fuesen leídos, de modo que pudiera oírlo el Sínodo, los santos y divinos cánones según los cuales está prohibido y no se permite por ningún motivo, no sólo a quienes viven por cuenta propia, sino también a todos los demás, provocar discusiones dogmáticas, imponer enmiendas, defenderse contra éstas, conferirse la dignidad de maestros y tratar de cuestiones eclesiásticas. Esta facultad se concede, por la gracia de Dios, sólo a los obispos...

7. Tras la lectura de estos sagrados y divinos cánones se trajeron los informes que Barlaam había escrito con anterioridad contra los monjes.

Tras la lectura, se permitió al hieromonje Gregorio Palamás responder, desde el momento en que éstos lo atacaban a él antes que a nadie. Primero se defendió, como es natural, seguidamente narró el origen de la controversia, la manera en que el mismo Barlaam había escrito primero acusándolo de cuanto había sido recordado anteriormente y sosteniendo que eso era contrario a las divinas palabras de los Padres y de cómo él por necesidad había llegado a la defensa y la confutación.

8. Se ordenó, por tanto, traer aquellos escritos de Barlaam que había titulado *Contra los mesalianos* para engañar a los que escuchaban. En obras como ésta escribía en estos términos sobre la luz inaccesible de la transfiguración de Nuestro Señor Jesucristo y sobre los que, escogidos entre sus discípulos y Apóstoles, se hicieron dignos de la contemplación de esta luz: «La luz de la divinidad que brillaba sobre el Tabor no era inaccesible ni era realmente la luz de la divinidad, ni era más sagrada o divina que los ángeles, sino que era incluso inferior a nuestro mismo pensamiento. De hecho todos los pensamientos y conceptos son más venerables que esta luz que es visible a través del aire, que se percibe mediante los sentidos, que muestra a quienes la ven sólo cosas sensibles, porque es material y está provista de forma, desde el momento en que aparece en un lugar y tiempo determinados, coloreando el aire, ora produciéndose y apareciendo, ora desapareciendo en la nada, obrando estas cosas en la imaginación, siendo divisible y limitada. Por eso era visible por las facultades intelectuales defectuosas, es más, por aquellos que no las poseen todavía del todo y todavía no están purificados, sino que son imperfectos y, por lo que respecta a la contemplación en la montaña, porque no son todavía dignos de la inteligencia divina. Elevémonos desde esta luz a los conceptos y a las visiones que son sin duda superiores a ella. Por tanto, quienes dicen que esta luz es superior a la mente, verdadera, inaccesible y otras cosas similares, se engañan totalmente, no conocen ninguna de las visiones buenas superiores, por ello son impíos e introducen en la Iglesia dogmas muy miserables»¹²². Esto había escrito Barlaam: doctrinas manifiestamente heterodoxas y contrarias a cuanto habían dicho los santos sobre esta luz.

9. Los monjes, al sostener que los santos habían pensado y escrito al unísono acerca de esta luz, aportaron los escritos de éstos.

(Siguen citas de Juan Damasceno, Andrés de Creta, Gregorio Nacianceno, Máximo, Basilio, Atanasio, Dionisio, Gregorio de Nisa, Juan Crisóstomo sobre la luz tabórica.)

... ■

45. Dado que Barlaam, al recordar el temor que había sobrecogido a los Apóstoles en el momento de aquella divina contemplación, seguía sosteniendo que eso mostraba que eran imperfectos y que la luz vista por ellos era una luz ordinaria, el divino y glorioso emperador, cuya razón estaba iluminada totalmente por esta luz, dijo: «No se trata del temor propio de los principiantes, sino de aquel de los perfectos. De ello habla el Profeta: “El temor del Señor es puro, por siempre estable” (Sal 18, 10), y de nuevo: “Temed al Señor vosotros, santos suyos” (Sal 33, 10). Prueba de que los Apóstoles estaban entonces en manos del temor de los perfectos, no de los principiantes, es el hecho de que deseaban permanecer siempre en aquel espectáculo indecible: “Haremos aquí tres tiendas”, y: “Es bello para nosotros estar aquí” (Lc 9, 33). Quien posee el otro tipo de temor desea, en efecto, huir de cuanto teme. Pedro, el corifeo de los Apóstoles, pensando haber salido del presente siglo, hecho de intervalos y limitado, y que aquella luz manifestaba el siglo sin intervalos y sin fin, dijo, inspirado, desde lo hondo del alma: “Es bello para nosotros estar aquí”. Vio lo que no puede ser visto por ninguna naturaleza humana si no está invadida por la gracia del Espíritu Santo. Entonces ellos se hicieron dignos de cuanto la naturaleza humana puede comprender con el auxilio del Espíritu».

46. «Ninguno de los que nos escuchan —dijo de nuevo el emperador, sabio en las cosas divinas—, ya que, como es natural, alabamos aquella luz divina, piense que afirmamos que los Apóstoles contemplaron la naturaleza de Dios. Alcanzaron un tal vértice de contemplación y vieron la gracia y la gloria divina, pero no la naturaleza que concede la gracia. De hecho, sabemos, iniciados en las palabras divinas, que no es posible participar de ella, es incomprensible e invisible también para las potencias supramundanas y celestiales y que no deja en ellas ni rastro, a causa de su simplicidad.» Dado que el gran teólogo Gregorio es el primero en exponer las palabras proféticas, se le citó a continuación: «Pero ni estos acerca de quienes se habla, ni cualquier otro como ellos se estableció en la sus-

tancia y en la esencia del Señor, según cuanto está escrito, ni conoció, ni desveló la naturaleza de Dios»¹²³.

Con estos discursos y palabras Barlaam quedó inculcado por haberse aventurado impía y peligrosamente en lo sagrado.

47. Además, Barlaam distorsionaba y acusaba por escrito muchas costumbres de la *hesiquía*, atacando al mismo tiempo la oración usual entre los hesicastas, incluso entre todos los cristianos: «Señor Jesucristo, Hijo de Dios, tened piedad de mí». Acerca de ésta había escrito en estos términos: «Entre las diversas cosas que se podrían imputar al maestro de tal enseñanza, sostengo que ninguna es peor que ésta pues intenta trastornar los misterios de los cristianos a través de las respiraciones, y dice calumnias de los Padres, como si éstos ya hubiesen pensado antaño lo que aquél enseña hoy. Enajenado y desalmado, ¿quién de ellos llamó sobriedad (*nepsis*), custodia del corazón y atención a la charlatanería que tú enseñas? Dicen que éste prescribió a los iniciados dedicarse siempre a esta oración: “Señor Jesucristo, Hijo de Dios, tened piedad de mí”. Y de ahí se puede entender de qué ralea fue el inventor de tales respiraciones. No aconsejó el Padre Nuestro, usado por los bogomilos —sostiene, en efecto, que de este modo habría sido evidente—, sino que de todos modos ordenó dedicarse sólo a esta pequeña oración durante toda la vida, invitando a rechazar las demás oraciones como palabras vanas. E incluso, desde el momento en que todos los cristianos invocan en esta oración a Nuestro Señor Jesucristo y Dios nuestro, aquél cambió el “Dios nuestro” por “Hijo de Dios”, revelándonos así totalmente su herejía. De hecho, aquél cambia en dicha oración el “Dios nuestro” en “Hijo de Dios” de conformidad al dogma de los bogomilos. No hay otra razón en la base de esta sustitución suya»¹²⁴. Esto era cuanto escribía el ateo Barlaam.

48. Todas estas cosas son totalmente contrarias a lo que dice la columna de la fe, el corifeo de los discípulos, y a la subsiguiente bendición del Señor. En efecto, Pedro dice: «Tú eres el Cristo, el Hijo de Dios vivo». Y el Señor le replicó: «Bienaventurado eres Simón hijo de Jonás, porque no te ha revelado esto ni la carne ni la sangre, sino mi Padre que está en los cielos» (Mt 16, 16-17). Y en el símbolo de la fe proclamamos: «Creo en Dios Padre omnipotente y en el Hijo de Dios unigénito, nacido del Padre antes que todos los siglos». Por esto no sostenemos que Cristo no sea Dios, porque decimos creer en el Hijo de Dios.

(Cita del Pseudo-Crisóstomo y de Diádoco acerca de la oración de Jesús.)¹²⁵

...

49. [...] Sería muy largo citar las explicaciones y las exhortaciones de los Padres teóforos. Los monjes afirman que desde siempre esta oración es el ejercicio de la razón movida por el Espíritu de los teóforos. Éstos querían recordar los fragmentos dedicados a esta oración que se encuentran en las obras de los santos, como quien con palabras ha elevado la escala del ascenso espiritual: «Que la memoria de Jesús se una a tu respiración y entonces conocerás la utilidad de la *hesiquía*»¹²⁶.

50. Después de que los monjes hubieran dicho esto, el magnífico emperador —entre tanto ya muerto en la bienaventuranza— tomó la palabra: «[...] Llamando “Hijo de Dios” a Nuestro Señor Jesucristo, lo alabamos y lo invocamos como verdadero Dios y profesamos la divinidad del Hijo y la causalidad como propiedad de la divinidad del Hijo. Dicen que los mesalianos y los bogomilos recitan la oración transmitida por el Señor a sus discípulos y Apóstoles. ¿Así pues? ¿Por este motivo deberíamos nosotros abandonar nuestras cosas a quienes con malicia nos las han sustraído y deberíamos separarnos de las pías palabras a causa de quienes verbalmente simulan la piedad? ¡Lejos de mí tan torpe consideración! Por el contrario, ya que tenemos un intercesor junto al Padre, Jesucristo, y él mismo es expiación de nuestros pecados (cf. 1Jn 2, 1-2), invocaremos con esperanza su Nombre y nos prepararemos la salvación con esta invocación, según lo que dice el Profeta: “Todo el que invoque el Nombre del Señor será salvo” (Jl 3, 5), porque “no hay otro nombre dado a los hombres por el que nosotros debamos salvarnos” (Hch 4, 12), “nadie puede decir: Señor Jesús, sino con el Espíritu Santo” (1Cor 12, 3), “para que al Nombre de Jesús toda rodilla se doble en los cielos, en la tierra y en los abismos” (Flp 2, 10). Bienaventurado el que mediante la continua meditación de este tan celebrado Nombre tiene a Dios que habita en él. En efecto, está escrito: “Se alborocen por siempre; tú los proteges, en ti exaltan los que aman tu Nombre” (Sal 5, 12). ¿Cómo no podría colmarse del Espíritu Santo quien busca poseer este divino y glorioso Nombre en el corazón noche y día, desde el momento en que Cristo en los Evangelios dice que “dará el Espíritu Santo a los que se lo pidan” (Lc 11, 13) noche y día?».

51. A continuación de esto se reconoció a Barlaam como culpable de haber hablado en manera blasfema y heterodoxa sobre la luz divina del Tabor y por todo lo que había escrito contra los monjes en referencia a su santa oración, meditada y recitada incesantemente. Se reconoció a los monjes fuera de toda sospecha por seguir y persistir fielmente en las explicaciones y las enseñanzas de los santos Padres sobre estas materias, como ellos mismos manifiestamente atestiguaron y aseguraron. Por eso, con voto común del Sínodo, Barlaam fue condenado por haber atacado con malicia y peligro las cosas divinas. Sin embargo él parece pedir el perdón. Decidimos pues a este respecto que deberá dar prueba de sincero arrepentimiento y se enmendará y no estará más dispuesto a hablar y escribir acerca de estos argumentos, lo que será un bien para él, de lo contrario será expulsado y separado de la santa Iglesia de Cristo, católica y apostólica, y de la comunidad ortodoxa de los cristianos.

52. Si algún otro es sorprendido al intentar renovar las acusaciones de éste contra los monjes, sus blasfemias y herejías tanto verbales como escritas contra los monjes, incluso contra la misma Iglesia, o les acusara contra estos mismos puntos, será sometido por nuestra mediocridad a la misma condena.

53. También será expulsado y separado de la santa Iglesia de Cristo, católica y apostólica, y de la comunidad ortodoxa de los cristianos.

...

Synodikon de la Ortodoxia

A Barlaam, Akíndinos, a sus discípulos y sucesores, ¡sea anatema!

Los capítulos contra Barlaam y Akíndinos.

A quienes piensan y dicen que la luz que ha brillado en el Señor en su divina transfiguración a veces es una apariencia, una cosa creada, un fantasma que se manifiesta durante un rato y después súbitamente se disuelve, y otras veces es la misma esencia de Dios —porque se precipitan alocadamente en posiciones totalmente opuestas e imposibles: por un lado compartiendo la demencia de Ario, que divide la divinidad única y el solo Dios en creado e increado, por otro lado alcanzando la impiedad de los mesalianos, que dicen que la esencia de Dios es visible— y no confiesan, conforme a la inspirada teología de los santos y al pío sentir de la iglesia, que esta divina luz no es la esencia de Dios, sino una gracia, una iluminación y una operación, increada y natural, que procede sin interrupción y separación de la misma esencia de Dios, ¡sea anatema!

A los mismos que piensan y dicen que la gracia eterna y divina del Padre, del Hijo y del Espíritu Santo y la luz del siglo futuro en la cual «los justos brillarán como el sol» (Mt 13, 43), como el Cristo ha dado una imagen resplandeciendo sobre la montaña, y, en general, que toda potencia y operación de la divinidad en tres personas y todo lo que puede pertenecer a la naturaleza divina es creado; que dividen, en un modo impío, la divinidad única en creada e increada; que denominan impiamente «diteístas» y «politeístas» a quienes profesan con fe el carácter increado de esta luz y de toda operación de Dios —porque no puede haber nada de venidero en las propiedades naturales de Dios— como nosotros denominamos también a los hebreos, los sabelianos y los arrianos, y a todos aquellos que la piensan del mismo modo, ¡sea anatema!

A los mismos que piensan y dicen que Dios no posee ninguna operación natural, sino que sólo es esencia; que la esencia divina y la operación divina son la misma cosa sin distinción, y que no puede concebirse entre

ellas ningún tipo de diferencia, y que la misma realidad a veces es llamada esencia, a veces operación —en tanto que suprimen impiamente la misma esencia divina reduciéndola a la nada (sólo el no-ser está, en efecto, desprovisto de operaciones, siguiendo la misma expresión de los doctores de la iglesia) y comparten además la enfermedad de Sabelio, intentando ahora renovar, con la esencia y operaciones divinas, su antigua confusión y abolición de las tres hipóstasis de la divinidad y del mismo modo impío las confunden—; a los mismos, pues, que no profesan que en Dios, conforme a la inspirada teología de los santos y al pío sentir de la iglesia, haya la esencia y las operaciones esenciales y naturales —como la mayor parte de los santos, sobre todo aquellos del sexto santo Concilio ecuménico, han expuesto claramente, habiendo reunido el propio Concilio en referencia de las dos operaciones (divina y humana) de Cristo y a sus dos voluntades— y se niegan a concebir que, como hay en Dios una unión sin confusión de la esencia y de las operaciones, del mismo modo hay diferencia sin separación según los diversos aspectos, sobre todo aquellos de causa y causado, no participado y participado, uno siendo la esencia, el otro la operación; a quienes pues alimentan estas ideas impías, ¡sea anatema!

A los mismos que piensan y dicen que toda potencia y operación natural de la divinidad en tres personas es creada —porque se condenan así a profesar el carácter creado de la misma esencia divina (según los santos, en efecto, una operación creada denota una naturaleza creada y una operación increada caracteriza una esencia increada) y por tanto se arriesgan a caer en el ateísmo puro y en la mitología griega e introducen el culto de las criaturas en la fe pura e irreprochable de los cristianos— y que no confiesan, siguiendo la teología de los santos y el pío sentir de la iglesia, que toda potencia y operación natural de la divinidad en tres personas es increada, ¡sea anatema!

A los mismos que piensan y dicen que de ello resulta necesariamente una composición en Dios, no siguiendo a los santos que enseñan que las propiedades naturales no comportan composiciones en la naturaleza, y por lo cual nos calumnian y con nosotros a todos los santos que nos enseñan claramente y sin cesar la simplicidad divina, sobrentendiendo así que esta diferencia no daña en nada a la divina simplicidad (así podrían éstos sostener de este modo expresamente doctrinas tan contradictorias), a quienes pues enuncian estas futilidades y no confiesan, conforme a la inspirada teología de los santos y al pío sentir de la iglesia, que esta dis-

tinción digna de Dios mantiene así perfectamente la simplicidad divina, ¡sea anatema!

A los mismos que piensan y dicen que el término «divinidad» puede ser empleado sólo para la esencia divina y no confiesan, conforme a la inspirada teología de los santos y al pío sentir de la iglesia, que ésta se aplica también a la operación divina y no profesan en todos los modos la divinidad única del Padre, del Hijo y del Espíritu Santo, y que se aplica el término «divinidad» a la misma esencia y a la operación, como nos enseñan también nuestros maestros, ¡sea anatema!

A los mismos que piensan y dicen que se puede participar de la esencia divina —ya que no se sonrojan por introducir con sorna en nuestra iglesia la impiedad de los mesalianos, otro tiempo afectos a esta doctrina— y no confiesan, conforme a la inspirada teología de los santos y al pío sentir de la iglesia, que aquélla es totalmente incomprensible y no puede ser participada, en tanto que la gracia y la operación divina pueden ser participadas, ¡sea anatema!

A todos sus discípulos y escritos impíos, ¡sea anatema!

A Isaac llamado Argyros, que ha compartido durante toda la vida la misma enfermedad de Barlaam y Akíndinos y que, tras muchas veces, habiendo sido requerido por la iglesia al final de su vida a convertirse y a hacer penitencia, ha perseverado en la impiedad y ha abandonado miserablemente el alma profesando su herejía, ¡sea anatema!

Al malvado monje Nicéforo, llamado Grégoras, que ha sido profundo seguidor de la herejía impía y atea de Barlaam y Akíndinos y que ha proferido contra la gracia divina y la luz divina del Tabor toda suerte de blasfemias ateas y que ha escrito con una pluma y un espíritu temerario contra la iglesia de Cristo y sus cabezas, sobre todo contra san Gregorio, pastor de esta ciudad, y ha suscitado muchas veces grandes trastornos en la iglesia de Cristo y que, finalmente, ha abandonado su miserable alma persistiendo en esta herejía, ¡sea anatema!

Al pseudo-monje Prócoro Cidón, que no sólo ha seguido con malicia y ateísmo la impiedad de Barlaam y Akíndinos, y que como ellos ha enseñado el carácter creado de la común gracia divina, de la potencia y de la operación natural de la divinidad en tres personas, que ha considerado creada la luz que ha brillado de nuestro Señor Dios y Salvador Jesucristo en su divina transfiguración en la montaña, esta luz que todos nuestros Padres teólogos y teóforos cantan y proclaman a una sola voz en sus obras teológicas como gloria divina, esplendor y reino de Dios, divinidad in-

creada, luz inaccesible e ilimitada, efusión inconcebible e inefable del esplendor divino, y que incluso ha escrito, con una pluma y un pensamiento temerarios contra las otras enseñanzas de los Apóstoles y de los doctores de la iglesia de Cristo, cosas que antes de él ningún hereje había osado, y que ha tenido la insolencia de sostener que la humanidad de Dios, el Verbo, la carne real de Nuestro Señor Jesucristo «en quien reside toda la plenitud de la divinidad corporalmente» (Col 2, 9), había sido revestida, antes de subir a la cruz, de los principados y potencias, es decir de los demonios; a este Prócoro, pues, que fue confundido en el Sínodo, durante el examen de sus obras, y que, invitado a refutarlas con otros escritos y a someterlas al anatema, ha rechazado y perseverado en esta impiedad y ha abandonado su alma miserable, ¡sea anatema!

A Demetrio, llamado Cidón, que alocadamente y con impiedad ha sido seguidor toda la vida del engaño y de la corrupción de Barlaam y Akíndinos, que también él ha levantado la impudencia de su alma y de su lengua contra la divina operación y la luz increada que brilló sobre el Tabor y ha enseñado que la esencia divina o no tiene una operación o posee una operación creada, siguiendo la mitología de los griegos; que, invitado paternalmente por diversos y sucesivos cabezas de la iglesia de Cristo a renunciar a esta funesta herejía, ha cerrado los ojos a la luz de la verdad, que ha asumido la defensa del pseudo-monje, o más bien, del adversario de Dios Prócoro, hermano suyo, que le había transmitido esta herejía; que ha empeñado su pensamiento y su pluma para blasfemar contra los santos Padres que han brillado sucesivamente en la enseñanza divinamente inspirada, como ha aparecido sobre todo en las obras infectas, publicadas tras su muerte, que había compuesto contra los campeones de la verdad y había tenido escondidas toda la vida en la oscuridad que merecían y que, rompiendo con Dios y su iglesia, su patria, las divinas enseñanzas y las Sagradas Escrituras, ha muerto de manera vergonzosa y atea en tierra extranjera, ¡sea anatema!

A nuestro glorioso emperador Andrónico Paleólogo, que ha reunido el primer Sínodo contra Barlaam, haciéndose valiente patrón de la iglesia de Cristo y de este santo Sínodo con su conducta, sus palabras, las admirables arengas pronunciadas por él, afirmando por un lado las enseñanzas evangélicas y apostólicas, condenado del otro al susodicho Barlaam, sus herejías, sus obras, sus fútiles propósitos contra nuestra fe ortodoxa y que, durante estos santos combates y luchas por la piedad, ha dejado beatamente ésta por aquella mejor vida, ¡eterna sea su memoria!

A Gregorio, el santísimo metropolitano de Tesalónica, que, de acuerdo con el Sínodo, en la Gran Iglesia, ha depuesto a Barlaam y Akíndinos, cabezas y fautores de estas nuevas herejías, con su búsqueda —que han osado llamar cosas creadas a la operación, la potencia natural e inseparable de Dios y, en manera general, a todas las propiedades naturales de la Santísima Trinidad y también a la luz inaccesible que ha brillado de Cristo en la montaña, y que han intentado con malicia introducir en la iglesia de Cristo una divinidad creada, las ideas de Platón y todos estos mitos griegos—, que ha combatido con un conocimiento y un coraje eminentes con sus escritos, sus discursos y sus discusiones por la causa de la iglesia universal de Cristo y la doctrina verdadera e infalible sobre la divinidad, que no ha cesado de proclamar la divinidad única, un solo Dios en tres personas, provisto de operaciones, voluntad, omnipotente, increado, conforme a las santas Escrituras y a los teólogos sus intérpretes, Atanasio y Basilio, Gregorio, Juan y Gregorio, Cirilo y Máximo el filósofo y el oráculo divino de Damasco¹²⁷, y también los otros Padres y doctores de la iglesia, y que finalmente se ha mostrado en las palabras y en las obras su compañero, su mismo eco, su émulo y aliado, ¡eterna sea su memoria!

A Nilo¹²⁸, el santísimo arzobispo de Tesalónica, que con sus palabras, sus acciones y sus divinas obras ha combatido por la iglesia de Cristo, ha humillado y refutado, con sus escritos inspirados por Dios y sus demostraciones a las que no se puede replicar, las tesis fútiles de Barlaam y Akíndinos, ¡eterna sea su memoria!

A todos aquellos que han combatido por la Ortodoxia codo con codo a este glorioso y beato emperador y después de él han sostenido valientemente la causa de la iglesia de Cristo con sus discursos, discusiones, escritos y enseñanzas, en palabras y obras; que han condenado juntos, en asamblea sinodal, las herejías malsanas y múltiples de Barlaam y Akíndinos y de sus adeptos; que han proclamado por otro lado espléndidamente la enseñanza ortodoxa de los Apóstoles y de los Padres y, por este motivo, han sido atacados y calumniados por personas de mala fama, y ultrajados e insultados como los santos teólogos, nuestros Padres y doctos teóforos, ¡eterna sea su memoria!

A quienes confiesan un solo Dios en tres personas, omnipotente, increado en su esencia y en sus hipóstasis, pero también en su operación, que dicen que la operación divina procede de la esencia divina, pero sin separación, indicando con «proceder» la indecible distinción, con «sin se-

paración» la unión sobrenatural en el sentido proclamado por el sexto santo Concilio ecuménico, ¡eterna sea su memoria!

A quienes confiesan que Dios es increado y sin principio en su operación como en su esencia —entendiendo «sin principio» según el tiempo— y dicen que Dios no puede ser en absoluto participado y que es inconcebible en su esencia, pero que puede ser participado en quienes son dignos en su operación divina y deificante, como afirman los teólogos de la iglesia, ¡eterna sea su memoria!

A quienes confiesan que la luz que ha brillado indeciblemente en la montaña de la transfiguración del Señor es inaccesible, luz infinita, efusión inconcebible del esplendor divino, gloria inefable, gloria suprema de la divinidad, gloria primordial y atemporal del Hijo, reino de Dios, belleza verdadera y amable de la divina y bienaventurada naturaleza, gloria natural de Dios y de la divinidad del Padre y del Espíritu, resplandeciente en el único Hijo, como han dicho los divinos Padres teóforos, los grandes Atanasio y Basilio, Gregorio el Teólogo, Juan Crisóstomo y Juan Damasceno y, por eso, consideran también increada toda esta divina luz, ¡eterna sea su memoria!

A quienes consideran increada la luz de la transfiguración del Señor por las razones mencionadas, que no dicen que esta luz es la esencia supraesencial de Dios —que resta absolutamente invisible y no puede ser participada porque «nadie ha visto nunca a Dios» (Jn 1, 18), lo que quiere decir en su naturaleza, nos dicen los teólogos— pero la llaman, por el contrario, gloria natural de la esencia supraesencial, que procede de ella sin separación y que se manifiesta, gracias al amor de Dios por los hombres, a quienes se han purificado en la mente, gloria en la cual nuestro Señor Dios vendrá en el momento de su segunda y terrible venida para juzgar a los vivos y a los muertos, como enseñan los teólogos de la iglesia, ¡eterna sea su memoria!

Filoteo Kokkinos

(† 1377)

El patriarca Filoteo a un monje celante que le ha pedido cómo hay que comportarse en la celda

El monje celante no pondrá límites y no subdividirá en tiempos y horas el verdadero culto divino, es decir, la salmodia, la oración y la lectura de las divinas Escrituras; en efecto, está escrito: «Bendeciré al Señor en todo tiempo» (Sal 33, 2), «siete veces al día te alabo» (Sal 118, 164), es decir, a menudo, y «meditaré siempre tus ordenanzas» (Sal 118, 15) y otras palabras similares a éstas. El común Señor y legislador Jesucristo dijo: «Estad en vela, pues, orando en todo tiempo» (Lc 21, 36), y en la parábola de la viuda y del juez inicuo: «Orar siempre sin desfallecer» (Lc 18, 1). De acuerdo con estas palabras es lo que enseñaron los Apóstoles y todos los doctores y lo enseñan, como sé, a todos nosotros. Por eso uno de los Padres teóforos, siendo viejo, dijo: «En mi juventud no había un tiempo para el oficio, sino que todo mi tiempo era tiempo de oficio»¹²⁹.

Los mismos Padres teóforos han fijado los tiempos y las horas para nosotros, más débiles, en modo que nos sintiéramos atados por un lazo indisoluble y bajo ningún motivo no cumpliéramos con esta acción perfecta al canon. Según el gran Pacomio es lo que fue enseñado por el ángel. En efecto dijo: «Fijó estas pocas oraciones y para los pequeños un canon para que no cayeran en la tristeza. Los perfectos, por el contrario, no tienen necesidad de leyes. Dio una ley —dice pues—, a quienes no tienen la mente despierta»¹³⁰. También nosotros somos de la misma opinión. Tienes que saber que el oficio se dice en la iglesia junto a los hermanos dependientes de ti, desde el momento en que estás a la cabeza de aquella y de esta pequeña comunidad. Dedicándote a esta obra, si no te lo impide la enfermedad, obtendrás para ti gran estímulo y para los hermanos será de una gran utilidad.

Cuando te levantes de la cama para el *orthiros*, en primer lugar eleva con tus labios la alabanza a Dios diciendo estas breves palabras: «Gloria a ti, Dios nuestro, gloria a ti por todas las cosas», por tres veces. De esta ma-

nera, siempre en el momento de despertarte, di cualquier otra oración, entre las prescritas por los Padres, por ejemplo: «Te doy gracias, santísima Trinidad» o «Señor lleno de misericordia que permaneces en la luz inaccesible» o cualquier otra oración corta o breve. Añade a éstas el sagrado símbolo de nuestra santa fe. Después, acércate a la iglesia. Si a esta hora tienes todavía tiempo, efectúa también genuflexiones, obra buena y útil que te ha sido prescrita para toda la jornada. Haz cincuenta.

Al terminar el oficio en la iglesia no te pongas enseguida a hablar con alguien: la conversación provoca confusión y daño a la mente. No te dediques inmediatamente a la lectura o a la salmodia, sino mejor —puede ser todavía de noche o puede empezar a amanecer— date a la oración mental, como sabes, al «Señor Jesucristo, Hijo de Dios, ten piedad de mí». Si te quedan fuerzas, sentado; de lo contrario, tendido en la cama. Si estás en oración de este modo, sobre todo a esta hora, y te viene el sueño, se trata de un efecto natural, no de algo dañoso o contrario al fin. Si, estando en oración, se te despierta la carne —en particular a esta hora en efecto el asalto demoníaco se desencadena con mayor ímpetu— y no estás en condiciones de rechazar el ataque con la oración mental, ponte en pie y efectúa treinta de las genuflexiones prescritas que hemos recordado poco antes y eleva a Cristo y a su Madre la pequeña oración que te he escrito al final de este libro¹³¹. De este modo, siéntate nuevamente como al principio y dedícate a la meditación mental de la oración. Si se desencadena de nuevo la guerra, haz otra vez así y después siéntate de nuevo. Si a pesar de todo continúa luchando sin descanso, entonces levántate e inicia la salmodia del oficio diario. Así, si no tienes el hábito de salmodiar las horas en la iglesia sino en la celda, di, como es habitual, el inicio de la oración, salmodia la tercera y la sexta horas junto a los *typika*, un *kathisma* del Salterio si es invierno, cuando los días son breves, pero dos en los largos días de verano. Quiero que recites una vez a la semana incesantemente el Salterio en la celda, tanto durante la Cuaresma como en los otros períodos del año. Por eso, como te he dicho, recita al alba un solo *kathisma*, a causa de la brevedad de los días, di dos por la tarde en el *apodeipnon*, dado que la noche es larga. En la estación de verano cambia, al contrario, el régimen diurno. Haz lo mismo cuando salmodies las horas en la iglesia. En la celda, tras la susodicha introducción y el «¡Ea! Adoremos», recita enseguida el salmo 50.

Da comienzo luego a la recitación del Salterio y, después, al canon del Señor que prefieras. Lee la parte que te ha sido prescrita del santo Evan-

gelio. Debes, en efecto, leer a un evangelista entero a la semana, por lo que cada uno de los siete días lee la parte correspondiente. Haz de este modo cincuenta genuflexiones y di el *apolytikion*. Si no te lo impide nada más necesario, acógete un rato a la oración mental. En efecto, es muy útil tras la salmodia. Después dedícate a la lectura. Ha de consistir principalmente en dos o tres páginas de los beatos Padres, Clímaco y san Isaac. De este modo lee la divina Escritura, el Antiguo y el Nuevo Testamento, y las correspondientes exégesis de los santos. Ejerce un trabajo manual. Pero no te afanes en la lectura y en el trabajo manual y no te dediques siempre a estas actividades sino con libertad, conforme a la fuerza que te conceda el Señor. El resto del tiempo atiende a la meditación oculta de la oración, estando sentado, en pie o caminando. Al crepúsculo salmodia el *apodeipnon* prescrito, recita uno o dos *kathisma* del Salterio, como te he explicado antes, el canon de la santísima Madre de Dios, la penitencia y el *apolytikion*. De este modo siéntate y lee la primera parte establecida por el Apóstol. Es necesario, en efecto, leer los Hechos de los Apóstoles y todas las Epístolas en cuatro semanas; así, lee una parte cada noche. Después de esto, lee un rato —cuanto quieras— las susodichas centurias y los escritos ascéticos de los santos. Terminadas las prescritas genuflexiones —trescientas durante todo el día—, siéntate otra vez para la oración mental, diciendo primero el sagrado símbolo de la fe. En efecto, así nos lo han ordenado hacer los Padres teóforos: decirlo cuando nos levantamos de la cama y cuando nos acostamos. Siéntate para la meditación de la oración tanto tiempo como seas capaz con la ayuda del Señor. Ve a la cama con esta meditación de modo que te venga el sueño en este estado. Esto último durante la estación en la cual las noches son largas. En verano, cuando los días son más largos, sigue todo esto desde el alba hasta el crepúsculo. En relación con el *apodeipnon*, me parece oportuno que lo recites en su versión larga durante las dos Cuaresmas, la gran Cuaresma y la que precede a la Navidad, excepto el sábado, el domingo y las fiestas. Durante el año, excepto en Pentecostés, de los doce días de Navidad, de la semana antes de aquella del *tyrophagou* y de los días susodichos, divídelo en dos partes y salmodia una un día, otra al siguiente.

Los Padres han ordenado hacer una única comida al día durante toda la semana. Tú, porque estás enfermo, empieza a seguir este régimen durante los ayunos ya mencionados, tres veces a la semana, los lunes, los miércoles y los viernes. Si no te sientes capaz, límitate a dos días: miércoles y viernes, excepto que la enfermedad te lo impida. Durante el resto

del año, del verano a la vendimia, no practiques este régimen. Tras esta estación, dado que los días son más cortos, practícalo los miércoles y los viernes. Al estar enfermo el Canon de los Apóstoles acude en tu ayuda. En efecto, éste prescribe antes que nada el ayuno en los días mencionados, pero añade: «excepto en caso de enfermedad»¹³². Por tanto, si estás enfermo, y en particular del estómago, no bebas sólo agua. Quizás puedas probarla en verano. Si lo consigues, gracias a la ayuda de Cristo, dedícate a esta actividad sólo durante esa estación. Se trata de una obra magnífica y muy útil: en efecto se opone totalmente y es más difícil que la abstención de vino, más conocida entre la mayoría. Los santos nos han ordenado no ayunar durante todo el periodo de Pentecostés. Es necesario que también tú lo hagas así durante aquellos miércoles y viernes. En los días exentos del ayuno que han sido fijados por los santos Apóstoles y los Padres tenemos que hacer como nos han indicado y no anteponer en ellos la propia voluntad y el juicio como vemos que hacen algunos. En efecto, estamos exentos del ayuno en los doce días de Navidad, en la semana del *apokreos*, en la semana del *tyrophagou*, en el día de la Anunciación, en todas las fiestas del Señor y en Pentecostés. Lo que se busca siempre es la disminución de las pasiones del alma tripartita o su anonadamiento con el auxilio de Dios, que tiene lugar, según los divinos Padres, mediante una continencia general. Es ésta, según dicen ellos, la que conduce al hombre a la humildad del cuerpo y del alma. No hay que esforzarse en el ayuno, lo que vale especialmente para ti, que no dispones de condición para esta práctica, sino en la continencia general. Sé pues continente en el comer y en el beber vino, con el auxilio de la gracia divina y no sólo de palabra. No debes emplearte sólo en la continencia parcial, sino incesantemente, en aquella general, de palabra, obra, deseo y predisposición. Sobre todo en las conversaciones con parientes y familiares, huye en la medida de lo posible de las palabras superfluas e inútiles, de los altercados inoportunos con amigos que, en gran parte y sin que nos demos cuenta, destruyen la custodia de la mente, la meditación interior, el temor de Dios, la humildad y la constitución del alma en su totalidad, si nos damos a ellos con frecuencia y sin freno, como dice el divino Apóstol: «Los atletas se privan de todo» (1Cor 9, 25). Que en todas las actividades a las que te dediques y en las que te emplees tu fin sea: enderezar la bendita y salvífica humildad y sabiduría, el divino afecto frente al prójimo, la compasión del alma en todo y la divina y perfectísima caridad. Gracias a ellas el monje celante a menudo consigue la pureza de corazón, según dicen los santos Pa-

dres: «Su cumplimiento –dicen– te traerá el reino de los cielos», al mismo Dios, mediante su misericordia y su gracia, de la cual te hará digno el Señor por la oración de la Madre de Dios y de todos los santos. Amén.

Te invito a acordarte siempre de mí, pecador, que digo bellas cosas, pero que no hago el bien.

Calixto e Ignacio Xanthopoulos

(finales del siglo XIV)

**Método y canon exacto –con la ayuda de Dios–
acompañado de los testimonios de los santos para
cuantos han tomado la vida hesicasta y monástica**

...

18. [...] Nos parece bueno y particularmente útil exponer, en primer lugar, el método natural del beato Nicéforo el Grande acerca de la entrada en el corazón a través del aire inspirado por la nariz, que contribuye en cierta medida al recogimiento de la razón, con el fin de que la presente obra, gracias a la ayuda de Dios, proceda con un orden conveniente. Este hombre divino escribe, junto a cosas que hallan confirmación en los testimonios escritos por los Padres, también esto:

Método natural acerca de la entrada y salida
en el corazón a través del aire inspirado por la nariz
y acerca de la oración hecha por nosotros, es decir:
«Señor Jesucristo, Hijo de Dios, ten piedad de mí».

Este método contribuye en una cierta medida
al recogimiento de la razón

19. «Sabes, hermano, que el aire que inspiramos...»¹³³

Este beato Padre se había propuesto, gracias al ejercicio de este método natural, reconducir la mente desde la habitual dispersión, prisión y disipación de la atención (*prosoché*), y a través de la atención, conjuntarla consigo misma y unirla a la oración, y hacer que permanezca siempre allí. Otro de los Padres teóforos, como glosan sus palabras, a partir de la experiencia de esta divina actividad, explica lo siguiente:

Sobre el método natural a través del aire inspirado por la nariz y la consiguiente invocación del Señor Jesucristo

20. «Para quien desee aprender, hay que añadir lo siguiente: si entrenamos nuestra mente a descender junto a la respiración, aprenderemos claramente que la mente descendida así no sale antes de haber renunciado a todo pensamiento y de haber llegado a ser una y desnuda, no teniendo más memoria que la de la invocación de nuestro Señor Jesucristo. Retirándose de aquí y retornando al exterior se fracciona, de modo involuntario, en la memoria múltiple»¹³⁴.

También el divino Crisóstomo, junto a otros Padres de los tiempos antiguos, prescribe orar en Cristo Jesús, nuestro Señor, en el interior del corazón y decir esta oración: «Señor Jesucristo, Hijo de Dios, ten piedad de mí»

21. También el gran Crisóstomo dice: «Os exhorto, hermanos, no holéis ni despreciéis el canon de esta oración». Y tras pocas palabras: «El monje, ya coma, ya beba, ya esté sentado, ya sirva, sea caminando o haga cualquier otra cosa, debe gritar incesantemente: “Señor Jesucristo, Hijo de Dios, ten piedad de mí”». Y continúa: «De modo que el Nombre del Señor Jesús, descendiendo al abismo del corazón, humille al dragón que allí dicta la ley, salve y vivifique el alma. Persevera, por tanto, incesantemente en el Nombre del Señor Jesús, de modo que el corazón absorba al Señor y el Señor al corazón y ambos se hagan uno». Y de nuevo: «No separéis vuestro corazón de Dios, sino perseverad y custodiadlo siempre con la memoria de nuestro Señor Jesucristo, hasta que el Nombre del Señor no sea plantado en vuestro corazón y no penséis sino en magnificar a Cristo en vosotros»¹³⁵.

Sobre la memoria de Jesús unida a la atención en el interior del corazón mediante el aire inspirado

22. Y Clímaco escribe: «Que la memoria de Jesús se una a tu respiración y entonces conocerás la utilidad de la *hesiquía*»¹³⁶. Y san Esiquio: «Si, verdaderamente, deseas cubrir de vergüenza tus pensamientos, practicar la

hesiquía sin descanso y vigilar en el corazón con facilidad, que la Oración de Jesús se adhiera a tu respiración y en pocos días lo lograrás»¹³⁷.

Quien quiera practicar la sobriedad mental,
y de modo particular el principiante, que se siente
durante la oración en una cámara quieta y oscura para,
de modo natural, recoger un poco la mente y la razón

23. De los escritos arriba mencionados, así como de los consejos de los grandes y santos Padres, que hemos recogido como testimonios sobre la inspiración por la nariz y la entrada en el corazón, extraemos que se debe orar, meditar, vigilar y pedir misericordia en nuestro Señor Jesucristo, Hijo de Dios y en su nombre santo y salvífico. A ello se añade: quien quiera practicar la sobriedad mental en el corazón, y de modo particular el principiante, debe sentarse siempre, y especialmente en el tiempo fijado para la oración, en un rincón quieto y oscuro, como recomiendan y enseñan quienes tienen experiencia de esta bienaventurada actividad, los divinos Padres y doctores. La vista, en efecto, distrae y dispersa por naturaleza a la razón en los objetos vistos y mirados, atormentándola y diversificándola. Si la encerramos, como hemos dicho, en una celda quieta y oscura, cesará de estar dividida y diversificada por la vista y la mirada. Y así, la mente, a pesar suyo, se pacificará parcialmente y se recogerá en sí misma, como dice el gran Basilio: «Una mente no dispada en las cosas exteriores, ni dispersa por los sentidos del mundo, retorna a sí misma»¹³⁸.

Antes que nada, nuestro Señor Jesucristo y la invocación con fe de su santo Nombre en el corazón dejan la mente sin distracciones. A ello contribuyen un poco el método natural mediante el aire inspirado por la nariz y el estar sentado en un lugar oscuro y cosas similares

24. Pero antes que esto o, incluso, antes que cualquier cosa, la mente lleva a cabo este combate gracias al socorro de la gracia divina que sobreviene en la fe de la invocación monológica, cardíaca, pura y sin distracción de nuestro Señor Jesucristo y no sólo gracias al simple ejercicio del método natural ya mencionado de inspiración por la nariz o al hecho de

permanecer sentado en un lugar tranquilo y oscuro. ¡Que jamás sea así! Tales medios, de hecho, han sido inventados por los divinos Padres como un simple auxilio del recogimiento de la razón, para reconducirla de la habitual distracción a sí misma y procurar la atención. Ya hemos dicho que gracias a esto nace en la mente la oración constante, pura y sin distracción, como dice san Nilo: «La atención que busca la oración hallará la oración. Esforcémonos pues en la atención»¹³⁹. Al respecto basta con esto. Si tú, hijo mío, deseas la vida y quieres ver días felices (cf. Sal 33, 13) y vivir incorpóreamente en el cuerpo, vive según la siguiente regla y régimen.

Cómo debe pasar el tiempo el hesicasta desde la
mañana hasta el alba, e inicio de la amplia *enseñanza*

25. A la caída del sol, tras haber llamado en auxilio del sumamente bueno y omnipotente Señor Jesucristo, siéntate sobre un banco, en una celda quieta y oscura, recoge tu mente de la habitual distracción y vagabundeo exteriores, empújala lentamente al interior del corazón, a través del aire inspirado por la nariz, acógete a la oración, es decir, al «Señor Jesucristo, Hijo de Dios, ten piedad de mí»; introduce, por así decirlo, uniéndola a la respiración, las palabras de la oración, como dice san Esiquio: «Une a tu respiración la sobriedad y el Nombre de Jesús, la constante memoria de la muerte y de la humildad. Ambas son de gran utilidad»¹⁴⁰. Une a la oración y a cuanto se te ha expuesto la memoria del juicio de las buenas y malas acciones y considérate en tu alma más pecador que cualquier otro hombre y más execrable que los demonios y piensa cómo serás castigado por ello eternamente. Si uno de estos pensamientos te conduce al compungimiento, a la aflicción y a las lágrimas, detente y persiste en ello hasta que éstas no cesen. Si no se te concede el don de las lágrimas, esfuérzate y ora con ánimo humilde para adquirirlas. Mediante las lágrimas, en efecto, somos purificados de las pasiones y de las suciedades, y obtenemos las buenas y salvíficas disposiciones, tal como dice Clímaco: «Como el fuego que consume el leño, así las lágrimas consumen toda suciedad, tanto visible como inteligible»¹⁴¹. Y otro Padre: «Quien desea no continuar poseyendo lo que es malo, lo consigue gracias al llanto; quien desea la virtud, gracias al llanto la posee. Si no sientes compungimiento, se debe a la vanidad, que no te permite la contrición

del alma»¹⁴². Si no llegan las lágrimas, siéntate, presta atención a estos pensamientos y a la oración durante una hora. Después levántate, salmodia con atención el breve *apodeipnon*, después siéntate de nuevo, acógete a la oración tanto como te sea posible, con pureza y sin distracción, es decir, sin preocupaciones y pensamientos ajenos o fantasías, con suma vigilancia, durante media hora, según se ha dicho: «A excepción de la respiración y del alimento, deja todas las cosas fuera en la oración, si deseas estar sólo con la mente»¹⁴³.

Persíguate con la señal de la cruz y haz lo mismo con tu lecho; siéntate encima, dirige tus pensamientos a los últimos acontecimientos, es decir, al común y repentino destino, la muerte, y al terrible ajuste de cuentas sucesivo y previo al final. Recuerda brevemente todas tus culpas y pide perdón con fervor. Tras haber examinado con detalle cómo has transcurrido el día acuéstate acogido a la oración, tal como se ha dicho: «La memoria de Jesús se acueste contigo»¹⁴⁴, duerme cinco o seis horas o, mejor aún, regúlate según la duración de la noche.

Cómo debe transcurrir el tiempo del *orthros* hasta la mañana

26. Al despertar, alaba a Dios y, de nuevo, invoca su ayuda, después regresa a la primera entre todas las actividades, es decir, la oración del corazón, sin distracción y con pureza, durante una hora: por lo regular es un momento en el que la mente está tranquila y en paz. Nos ha sido prescrito inmolar a Dios nuestras primicias (cf. Éx 22, 29), es decir, elevar recto nuestro primer pensamiento hacia nuestro Señor Jesucristo mediante la pura oración del corazón. Y san Nilo dice: «Conduce la oración a su perfección quien siempre lleva como fruto a Dios su primer pensamiento por entero»¹⁴⁵. Después salmodia el *mesonyktikon*. Si no te hallas bien asentado sobre una perfecta *hesiquía*, por esto o por cualquier otro motivo, no podrás empezar tal como te hemos dicho: es lo que sucede a quienes emprenden esta actividad y en ocasiones, aunque raramente, a los proficientes que no han conseguido todavía la perfección. Los perfectos lo pueden todo en Cristo, su fortaleza (cf. Flp 4, 13). Así pues alízate, si te es posible, permanece vigilante, salmodia ante todo el *mesonyktikon* con la máxima atención y aplicación posibles, después siéntate, ora con pureza y sin distracción en el corazón, como se te ha enseñado, durante una hora, o me-

jor, tanto tiempo como te conceda aquel que dispensa todo bien. En efecto, dice Clímaco: «De noche dedica la mayor parte del tiempo a la oración y menos a la salmodia; por la mañana regúlate según tus fuerzas»¹⁴⁶. Si, aunque te fatigues, estás indolente, preso de la acidia y tienes la mente turbada por cualquier cosa, ponte en pie, despiértate, como sabes, en posesión de la oración. Después siéntate, con intención de orar, como ha sido enseñado, y dedicado a la conversación con el Dios puro mediante la oración pura. Después levántate, salmodia con aplicación el *hexapsalmos*¹⁴⁷, el salmo 50 y el canon que prefieras. Vuelve a sentarte, permaneciendo vigilante, y ora con pureza durante media hora. Después levántate, salmodia los cantos, la doxología acostumbrada, durante la primera hora, y después de esto el *apolytikion*. Lo que repitan tus labios que se oiga tan sólo en tus oídos, puesto que nos ha sido encomendado ofrecer a Dios el fruto de los labios (cf. Hb 13, 15). Agradece con toda tu alma y tu razón a nuestro Dios, sapientísimo y protector, que en su infinita misericordia nos ha concedido atravesar sanos y salvos el piélago de la noche transcurrida y ver la luz del día, y rézale con el mismo ardor para que nos ayude a atravesar tranquilamente la violenta ventisca sin luna de los demonios y de las pasiones y tenga misericordia de nosotros.

Qué hay que hacer del alba al mediodía

27. De nuevo, del alba al mediodía, si te es posible, conságrate por entero y toda cosa a Dios, ora con corazón contrito, golpéate, si te ves débil, indolente o desconsiderado, dedícate a la oración pura en el corazón sin distracciones. Como lectura: lee en pie lo que está prescrito del Salterio, del Apóstol y del Evangelio, siempre en pie recita las oraciones, a nuestro Señor Jesucristo y a la santísima Madre de Dios, pero siéntate durante las otras lecturas de las santas Escrituras. Después de esto salmodia con atención las horas habituales, fijadas con mucha sabiduría por los Padres, rechazando con toda la fuerza de tu alma el ocio, maestro de todo mal, las pasiones y sus ocasiones, por pequeñas e inocentes que puedan parecer.

...

Cómo debe alimentarse el asceta los lunes, los miércoles y los viernes

31. Tres días a la semana, es decir lunes, miércoles y viernes, observa rigurosamente las *ennatai*: come sólo una vez al día seis onzas de pan, alimentos secos con moderación y, si quieres, hasta tres o cuatro copas de agua, según dice el Canon 69 de los Apóstoles: «Si un obispo, un presbítero, un diácono, un lector o un cantor no ayuna durante la gran Cuaresma o el miércoles o el viernes, sea depuesto, excepto en caso de enfermedad física. Si se trata de un laico, que se le excomulgue». El lunes ha sido fijado sucesivamente por los divinos Padres.

Cómo hay que alimentarse los martes y los jueves

32. Los otros dos días de la semana, es decir, los martes y los jueves, come dos veces al día: de nuevo seis onzas de pan, alimentos cocidos con moderación y algunos secos, bebe vino mezclado con agua, si tienes costumbre, hasta tres o cuatro copas. Por la noche, come tres onzas de pan, algo de alimentos secos, o fruta, una copa de vino o como máximo dos para apaciguar la sed. La sed favorece enormemente las lágrimas, junto con la vigilia, como dice Clímaco: «La sed y la vigilia hacen al corazón contrito, el corazón contrito genera las lágrimas»¹⁴⁸. Y san Isaac: «Sufre sed por causa de Dios de modo que te sacies con su amor»¹⁴⁹. Si en uno de estos dos días decides comer una sola vez, estás actuando bien, pues el ayuno y la continencia son lo primero, la madre, la raíz, la fuente y el fundamento de todo bien. Uno de los sabios profanos dice: «Escoge la mejor vida; el hábito te la hará placentera». Y el gran Basilio: «Donde hay firme propósito no hay obstáculos». Y otro de los Padres teóforos: «Principio del fruto es la flor; inicio de la *praktiké* la continencia»¹⁵⁰. Esto y cuanto de ello se deriva parece a algunos difícil o incluso imposible, pero quien tiene presente su fruto y observa como en un espejo cuánta gloria se genera de este modo, no tendrá esto por difícil y, con la ayuda de nuestro Señor Jesucristo, y gracias a sus esfuerzos, según sus propias posibilidades, mostrará con palabras lo fácil que es y lo confirmará con las obras. Y también dice san Isaac: «Un simple pan sobre una mesa pura purifica de cualquier pasión el alma de quien se alimenta. Toma para ti el fármaco de la vida en la mesa de aquellos que ayunan, velan y se fatigan en Cristo y

despierta a tu alma de la muerte, porque el Amado se sienta entre ellos, santificando sus alimentos y transformando en dulzura inefable lo amargo de su miseria. Sus espirituales y celestiales ministros los cubren junto a sus alimentos. El olor de quien ayuna es dulcísimo y el encuentro con él alegra el corazón del sabio. La conducta del abstinente es grata a Dios»¹⁵¹.

Cómo hay que alimentarse los sábados, sus ayunos,
y cómo hay que comer en el tiempo que se les dedica

33. Cada sábado, excepto el sábado santo, debes comer dos veces, como los martes y los jueves. Todo ello según las prescripciones de los santos cánones y porque debes dedicarte a la vigilia todos los domingos, excepto la semana del *tyrophagou*— salvo que caiga la vigilia de las grandes fiestas del Señor o de cualquiera de los santos más insignes. En tal caso haz la vigilia de aquella fiesta y deja la del domingo. En cualquier caso los sábados come dos veces. Es mejor que cojas fuerzas para la actividad de la vigilia nocturna. Además es muy útil que hagas la vigilia del domingo, a pesar de la eventual vigilia entre la semana. En poco tiempo te dará el mayor provecho... Transcurre estas vigiliass en la oración, en la salmodia y en la lectura, con pureza, sin distracciones y con compunción, solo o en compañía de alguien con iguales intenciones. Tras cada vigilia concédete una pequeña consolación por el esfuerzo soportado, comiendo y bebiendo al ocase: come tres onzas de pan y algo de alimentos secos, cuanto satisfaga tus necesidades, y bebe tres copas de vino con agua. Ten cuidado de que la vigilia no caiga en el día de las *ennatai*, de modo que la vigilia no infrinja esto último. Tienes que hacer aquélla sin abandonar lo otro. La susodicha consolación debe tener lugar al final de la vigilia.

Cómo hay que alimentarse los domingos, y sobre otros
argumentos, y además sobre el esfuerzo y sobre la humildad

34. Los domingos, como los sábados, come dos veces. Respeta siempre esta regla salvo en caso de enfermedad. Tienes que hacer lo mismo en los días tradicionalmente establecidos por los Padres y en aquellos fijados más recientemente. En estos días, en efecto, no practicamos ni la *monophagia* ni la *xerophagia*, sino que comemos todo lo que está permitido, in-

cluso hortalizas, con moderación y en la cantidad establecida: lo mejor es practicar siempre la abstinencia en todo. En caso de enfermedad corporal, se permite alimentarse, sin vergüenza, de cualquier alimento permitido para el sustento del cuerpo. Los divinos Padres nos han enseñado a ser asesinos de las pasiones, no asesinos del cuerpo...

Cómo debe ser el régimen y la conducta de vida durante las cuaresmas y en modo particular durante la gran Cuaresma

35. Consideramos superfluo dar instrucciones detalladas y específicas acerca del régimen y de la conducta a seguir durante las cuaresmas. Cuanto ha sido prescrito para los días de las *ennatai* hay que hacerlo asimismo durante las cuaresmas, a excepción del sábado y el domingo. Es más, si puedes hazlo de manera más rígida y más sobria, sobre todo durante la gran Cuaresma, como diezmo del año entero, que se concede a quienes combaten por Cristo Jesús el premio a las fatigas en el día esplendoroso de la divina resurrección del Señor.

...

Cómo debe pasar el tiempo el asceta desde la comida del mediodía hasta el crepúsculo; los dones divinos se conceden en la medida correspondiente a nuestros esfuerzos y a la cantidad de nuestra obra

37. Después de haberte alimentado como conviene, según las palabras del divino Pablo: «Los atletas se privan de todo» (1Cor 9, 25), siéntate a leer tanto cuanto sea necesario los escritos népticos de los Padres; después duerme una hora, si los días son largos. Luego levántate, trabaja un poco, acogido a la oración, y después ora como te hemos explicado. Lee, medita y esfuérzate en ser humilde y considérate inferior a cualquier hombre... Después, sentado, ora con pureza y sin distracción, hasta que atardezca: entonces salmodia las vísperas y el *apolytikion*...

La oración pura es la actividad más grande

38. Además de todo lo expuesto hasta ahora, tienes que saber, hermano, que todo método, regla y práctica han sido fijados y establecidos porque no somos capaces de orar de manera pura y sin distracciones en el corazón. En el momento que, por la benevolencia y la gracia de nuestro Señor Jesucristo, se cumple esto, abandonamos la pluralidad, la diversidad y la división, y nos unimos inmediatamente, por encima de todo discurso, al Uno, al Simple, al Unificador. Es el «Dios unido a los dioses y conocido por ellos»¹⁵² del que habla el Teólogo, es la iluminación hipostática del Espíritu Santo en el corazón la que se genera —lo hemos dicho— por la oración pura del corazón sin distracción. Es un privilegio bien raro. Quizás uno entre mil se ha hecho digno de alcanzar ese estado por medio de la gracia de Cristo. Alcanzarlo, conseguir la oración espiritual, obtener la visión de los misterios del siglo futuro es propio de poquísimos, uno en varias generaciones, por la benevolencia de la gracia, como escribe san Isaac: «Así como quizás es posible encontrar a uno entre mil que, aunque en manera imperfecta, haya cumplido con los mandamientos y con cuanto ha sido prescrito, y haya alcanzado la pureza del alma, así quizás sólo entre muchos miles será posible encontrar a uno que con muchos esfuerzos se haya hecho digno de obtener la oración espiritual, superar este límite y poseer su misterio. De hecho, pocos y no muchos son dignos de la oración espiritual. Quizás dentro de muchas generaciones sea posible encontrar a uno que haya alcanzado el misterio que se desprende de ello...»¹⁵³.

Sobre la cantidad de genuflexiones de día y de noche

39. Por lo que respecta a las genuflexiones, tienen que ser trescientas al día, según las prescripciones de los divinos Padres. Tenemos que hacerlas de noche y de día durante los cinco días de la semana. Ha sido prescrito suspenderlas el sábado y el domingo y los otros días y semanas establecidos, por ciertas razones misteriosas y secretas. Hay quienes aumentan el número, otros que lo disminuyen: que cada cual haga según sus fuerzas y su determinación. También tú haz lo que puedas. Verdaderamente bienaventurado es quien se esfuerza en cualquier obra dirigida a

Dios: «El reino de los cielos sufre violencia y los violentos lo arrebatan» (Mt 11, 12).

...

Sobre las cinco actividades de la *hesiquía* preliminar
e introductoria de los principiantes: oración, salmodia,
lectura, meditación y trabajo manual

45. El hesicasta principiante debe pasar el día y la noche con cinco actividades, mediante las cuales honra a Dios: la oración, es decir, la memoria de nuestro Señor Jesucristo, introducida incesantemente, como se ha expuesto más arriba, con la respiración por la nariz en el corazón, lentamente, y de nuevo espirada, con los labios cerrados, sin más pensamiento e imaginación —se consigue mediante una abstinencia general del vientre, del sueño y del resto de sentidos, en el interior de la celda, con sincera humildad—; la salmodia; la lectura del santo Salterio, del Apóstol y de los santos Evangelios, de los escritos de los santos Padres teóforos —y particularmente de las centurias sobre la oración y la vigilancia y de las otras obras inspiradas por el Espíritu—; el penoso recuerdo de los pecados en el corazón, la meditación del juicio de Dios, de la muerte, del castigo, de la recompensa y cosas similares; y un pequeño trabajo manual como freno a la acidia. Y de nuevo debes retornar a la oración, incluso si cuesta trabajo, hasta que la mente no haya aprendido a renunciar fácilmente a su distracción con la conversación asidua con el Señor Jesucristo, con la memoria incesante y el continuo y profundo dirigirse y permanecer en la morada interior, en la región secreta del corazón. A este efecto escribe san Isaac: «Esfuézate por entrar en tu morada interior y verás la morada celestial. En efecto, son todas una, y una sola entrada permite contemplar ambas»¹⁵⁴. Y san Máximo: «El corazón dirige todo el organismo y, cuando la gracia domina en el corazón, reina sobre todos los pensamientos y los miembros; allí en efecto residen la mente y todos los pensamientos del alma. Es allí que hay que mirar si la gracia ha trazado las leyes del Espíritu. ¿Dónde, allí? En el órgano directivo, en el trono de la gracia, en donde residen la mente y todos los pensamientos del alma, es decir, en el corazón»¹⁵⁵.

Cómo debe comenzar quien quiera practicar con sabiduría la *hesiquía*. Cuál es el inicio, el crecimiento, el progreso y la perfección

46. Ésta es la primera actividad introductiva de los principiantes y de quienes quieren practicar con sabiduría la *hesiquía*: comenzar con temor de Dios y cumplir, según las propias posibilidades, todos los mandamientos deificantes, con ausencia de preocupaciones (*amerimnia*) por las cosas racionales e irracionales y, antes que nada, con la fe, rechazar lo que es contrario a ésta y tener una sincera inclinación hacia lo que es verdaderamente. Aquéllos crecen en la esperanza sin vergüenza, avanzan hacia la medida de la plenitud de Cristo (cf. Ef 4, 13), permaneciendo, gracias a la pura oración del corazón, sin distracción, en el completo, excelente e inspirado amor. Alcanzan la perfección con la incesante y perseverante oración espiritual que genera el perfecto amor y conduce al inmediato éxtasis, al arrobamiento y a la unión con aquel que es deseado absolutamente. Esto es el progreso infalible, la elevación a través de la *praxis* a la *theoria*. Cuando nuestro progenitor en Dios, David, experimentó esto y sufrió esta beata transformación, gritó bien alto: «He dicho en éxtasis: todo hombre es engaño» (Sal 115, 2); y otro insigne Profeta del Antiguo Testamento anuncia: «Lo que ni el ojo vio, ni el oído oyó, ni al corazón del hombre llegó, lo que Dios preparó para los que le aman» (1Cor 2, 9). Y el gran Pablo añade: «Porque a nosotros nos lo reveló Dios por medio del Espíritu; y el Espíritu todo lo sondea, hasta las profundidades de Dios» (1Cor 2, 10).

Sobre la *hesiquía* de los principiantes

47. El principiante, como hemos dicho, no tiene que salir constantemente de la celda, ha de evitar ver y conversar con quien sea, si no es absolutamente necesario, e incluso en tal caso con gran atención, precaución y raramente, como dice el divino Isaac: «En cualquier cosa has de tener presente que la ayuda que se deriva de la custodia de sí es mayor que la que se deriva de las obras»¹⁵⁶. En efecto éstas son motivo de distracción y dispersión no sólo en los principiantes, sino también en los avanzados, como sigue diciendo el mismo Isaac: «El reposo daña sólo a los jóvenes, la relajación tanto a los jóvenes como a los ancianos. La *hesiquía* mata los

sentidos exteriores y despierta los movimientos interiores»¹⁵⁷. Al decir esto indica la *praxis* y la buena vía de la *hesiquía*. Clímaco describe a quien ha tomado y seguido la vía al escribir en estos términos: «Hesicasta es quien aspira a circunscribir lo incorpóreo en una morada corpórea», y: «Hesicasta es quien dice: “Duelmo, pero mi corazón está en vela”» (Ct 5, 2), y: «Cierra la puerta de la celda al cuerpo, la puerta de la lengua a la conversación y aquella interior a los espíritus»¹⁵⁸.

Sobre la oración del corazón mediante la atención y la sobriedad, y sobre su práctica

48. La oración unida a la atención y a la sobriedad, que se efectúa en el corazón, como ha sido expuesto, sin pensamiento o fantasía, mediante el «Señor Jesucristo, Hijo de Dios», dirige la mente de manera inmaterial e inefable al mencionado Señor Jesucristo. Mediante el «ten piedad de mí», la mente retorna sobre sí misma, como si no soportara no orar por ella. Cuando haya progresado en el amor, gracias a la experiencia, se dirigirá totalmente hacia el Señor Jesucristo, con la certeza clara de la segunda parte.

Sobre diversos modos de decir la oración enseñados por los Padres, y qué es la oración

49. Por todo ello, los Padres no siempre han recomendado decir toda la oración, sino a uno toda, a otro una parte, a otro en otro modo, dependiendo incluso de las fuerzas y del estado de quien está en oración. Y el divino Crisóstomo la recomienda toda, cuando dice: «Os exhorto, hermanos, no piséis ni despreciéis el canon de esta oración. En una ocasión oí decir a los Padres: ¿Qué raza de monje es la que pisa y desprecia el canon? El monje, por el contrario, ya sea comiendo, bebiendo, sentado, mientras sirve, ya sea de camino o haciendo cualquier otra cosa, debe gritar sin cesar: “Señor Jesucristo, Hijo de Dios, ten piedad de mí”, de modo que esta memoria del Nombre de nuestro Señor Jesucristo incite a la guerra contra los enemigos. En efecto, el alma que se violenta lo obtendrá todo mediante la memoria, ya sea las cosas buenas como las malas. Primero puede ver las cosas malas en el corazón y después las buenas. La

memoria puede vencer al dragón y lo puede humillar, puede vencer el pecado que habita en nosotros y lo puede consumir. La memoria puede dispersar toda la potencia del Maligno en el corazón y acto seguido la puede vencer y erradicar, con el fin de que el Nombre de nuestro Señor Jesucristo, descendiendo en la profundidad del corazón, humille al dragón que allí dicta la ley y vivifique el alma. Persevera pues, incesantemente, en el Nombre del Señor Jesús, de modo que el corazón absorba al Señor y el Señor absorba al corazón y ambos se hagan uno. Pero esta obra no es cosa de uno o dos días, sino de mucho tiempo, y necesita lucha y fatiga hasta que no sea expulsado el enemigo y habite el Cristo». Y de nuevo: «La mente ha de ser gobernada y contenida, hay que someterla junto a todo pensamiento y toda operación del Maligno con la invocación del Nombre de nuestro Señor Jesucristo. Y que allí en donde está el cuerpo esté la mente, de modo que no haya nada extraño entre Dios y el corazón, como un muro divisorio o un seto que oscurezca el corazón y lo separe de Dios. Si la mente está acogida a cualquier cosa no debe detenerse en los pensamientos, para que su consentimiento no sea considerado pecado en presencia del Señor en el día del juicio, cuando Dios juzgará los secretos de los hombres (cf. Rm 2, 16). Atended a vosotros mismos incesantemente y persistid en el Señor nuestro Dios hasta que no tenga piedad de nosotros y no pidáis otra cosa sino misericordia al Señor de la gloria; al pedir misericordia, hacedlo con corazón humilde y compasivo. Pedid y gritad de la mañana al anochecer, si os es posible, y durante toda la noche: “Señor Jesucristo, ten piedad de mí”. Constreñid vuestra mente a esta obra hasta la muerte: en efecto, esta obra requiere mucha violencia porque “la puerta es estrecha y angosta la vía que conduce a la vida” (Mt 7, 14) y los violentos entran en ella; en efecto el reino de los cielos es de los violentos (cf. Mt 11, 12). Os exhorto pues: no separéis vuestro corazón de Dios, mas perseverad y custodiadlo en cualquier momento con la memoria de nuestro Señor Jesucristo hasta que el Nombre del Señor no sea implantado dentro del corazón y no penséis sino en magnificar a Cristo en vosotros»¹⁵⁹.

Antes que él el gran Pablo, al escribir «Señor Jesús», dice: «Si confiesas con tu boca que Jesús es Señor y crees en tu corazón que Dios le resucitó de entre los muertos, serás salvo. Pues con el corazón se cree para conseguir la justicia, y con la boca se confiesa para conseguir la salvación» (Rm 10, 9-10). Y continúa: «Nadie puede decir: “¡Señor Jesús!”», sino con el Espíritu Santo» (1Cor 12, 3). Y añade «con el Espíritu Santo», es decir,

cuando el corazón recibe la operación del Espíritu Santo y mediante ella ora. Esto es propio de los avanzados y de aquellos que han sido enriquecidos por Cristo, que habita y actúa en ellos.

También san Diádoco sigue esta advertencia: «La mente exige absolutamente, cuando hemos cerrado todas sus salidas con la memoria de Dios, una actividad que ocupe su diligencia. Se le dará el “Señor Jesús” como única ocupación que responde internamente a su objeto. En efecto, está escrito: “Nadie puede decir: ¡Señor Jesús!, sino con el Espíritu Santo” (1Cor 12, 3). Pero no dejes de considerar con rigor e incesantemente esta palabra en sus moradas interiores, de modo que no se desvíe en alguna imaginación. Aquellos que, en efecto, mediten incesantemente este nombre tan deseable y glorioso en la profundidad del corazón, podrán ver, un día, la luz de su mente. Permaneciendo con severa solicitud en el alma, consume toda porquería que se halle en su superficie con un potente sentimiento; en efecto, está escrito: “Nuestro Dios es fuego devorador” (Hb 12, 29). Por eso el Señor invita al alma a un gran amor de su gloria. Este nombre glorioso y digno de gran deseo, fijado en el calor del corazón, mediante la memoria de la mente, hace que nazca una disposición a amar en todo momento su bondad, sin encontrar ningún impedimento. Ésta es de hecho la perla preciosa que se puede adquirir vendiendo todos los bienes y cuyo descubrimiento provoca una alegría inenarrable»¹⁶⁰. San Esiquio, al escribir «Jesucristo», dice así: «Cuando, después de la muerte, el alma se eleva en el aire hacia las puertas del cielo llevando consigo a Jesús, no será avergonzada por los enemigos, sino que, como ahora, mantendrá su cabeza y les hablará en la puerta (cf. Sal 126, 5), sólo si hasta la muerte no cesa de gritar hacia Cristo Jesús día y noche. Así él pondrá en acto su castigo velozmente, de conformidad a su verdadera promesa acerca del juicio inicuo (cf. Lc 18, 1-8), sea en esta vida como tras el abandono del cuerpo por parte del alma»¹⁶¹. Clímaco, diciendo sólo «Jesús», escribe: «Flagela a los enemigos con el Nombre de Jesús: no existe en el cielo ni sobre la tierra arma más potente, y no añadáis nada más»¹⁶². Y de nuevo: «Que la memoria de Jesús se una a tu respiración, entonces conocerás la utilidad de la *hesiquía*»¹⁶³.

Las palabras de la divina y deificante oración
son enseñadas no sólo por los Padres ya mencionados,
sino también por los mismos corifeos de los Apóstoles,
Pedro, Pablo y Juan

50. Se pueden encontrar las palabras de la sagrada oración enseñadas no sólo por los Padres ya mencionados y en escritos de contemporáneos suyos, sino antes que ellos por los mismos primeros corifeos entre los Apóstoles, Pedro, Pablo y Juan. Uno de ellos, en efecto, dice, como ya hemos escrito: «Nadie puede decir: “¡Señor Jesús!”, sino con el Espíritu Santo» (1Cor 12, 3), el otro: «La gracia y la verdad nos han llegado por medio de Jesucristo» (Jn 1, 17), y: «Todo espíritu que confiesa a Jesucristo, venido en carne, es de Dios» (1Jn 4, 2). El preferido por Cristo entre los Apóstoles, a una pregunta que éste les hizo, respondió con la beata profesión de fe, diciendo: «Tú eres el Cristo, el Hijo de Dios vivo» (Mt 16, 16). Por eso los que vienen tras de éstos, nuestros insignes maestros, y particularmente aquellos que han abrazado el celibato, el eremitorio y la *hesiquía*, han unido estas palabras que aquellos tres pilares de la iglesia habían proferido fragmentariamente y separadamente, como voces divinas fruto de la revelación del Espíritu Santo, atestiguadas completamente por medio de tres testimonios dignos de fe: toda palabra ha de ser confirmada, en efecto, por tres testigos (cf. Mt 18, 16). Estos depositarios de pensamientos celestiales las han reunido y agrupado de modo excelente gracias a la revelación del Espíritu Santo que habita en ellos y, llamándolas columna de la oración, han transmitido a sus sucesores el perseverar en ella y custodiarla de la misma manera. Mira pues el orden y la secuencia, extraordinaria y evidentemente conectada a la sabiduría celestial. Uno de ellos, en efecto, dijo: «Señor Jesús», el otro: «Jesucristo» y un tercero: «Cristo, Hijo de Dios», como siguiendo uno al otro y atentamente conectados de manera recíproca con la sinfonía y el acuerdo de estas sagradas palabras. ¿Es que no ves, quizás, cómo cada uno de ellos toma la palabra que está al final del precedente y la pone al inicio, y así comprende por los tres? Esto puede ser visto como una señal del auxilio del Espíritu Santo; en efecto el beato Pablo dijo: «Nadie puede decir: “¡Señor Jesús!”, sino con el Espíritu Santo» (1Cor 12, 3). La última palabra, es decir, «Espíritu Santo» es puesta por el hijo del trueno, Juan, al inicio, cuando dice: «Todo espíritu que confiesa a Jesucristo, venido en carne, es de Dios» (1Jn 4, 2). Esto lo exponen todos, no por cuenta propia, sino inspirados por el

santísimo Espíritu. En efecto, incluso la profesión del muy divino Pedro es obra de la revelación del Espíritu Santo: «Todas estas cosas las obra un mismo y único Espíritu, distribuyéndolas a cada uno en particular según su voluntad» (1Cor 12, 11). Así pues la deificante oración es como una cuerda formada por tres cabos, indestructible y entrelazada, compuesta y unida con gran sabiduría y pericia. Será custodiada del mismo modo por quienes nos seguirán. Consiguientemente, los divinos Padres han añadido a estas saludables palabras de la oración, es decir, al «Señor Jesucristo, Hijo de Dios», las palabras «ten piedad de mí», prescribiéndolas, sobre todo, para quienes todavía son niños en la virtud, es decir, a los principiantes y a los imperfectos. Los avanzados y perfectos en Cristo pueden limitarse a la primera, es decir, «Señor Jesucristo, Hijo de Dios», y, a veces, incluso sólo a la sola repetición del Nombre de Jesús, y abrazar y acogerse a ésta como actividad perfecta de oración, que les llena de indecible placer y alegría y que sobrepasa toda mente, vista y oído. Así pues estos por tres veces bienaventurados, saliendo de la carne y del mundo, cerrados los sentidos por los dones divinos y por la gracia, beatamente embebidos del amor, son purificados, iluminados y hechos perfectos, contemplan como anticipo la admirable, sin-inicio e increada gracia de la supraesencial divinidad, dedicándose a la sola memoria y meditación, como ha sido dicho, de uno de los Nombres del Verbo divino, y por medio de ella son elevados y hechos dignos de arrobamientos, conocimientos y revelaciones indecibles en el Espíritu...

Se permite a los principiantes repetir a veces
todas las palabras de la oración, a veces parte de
ella en el interior del corazón constantemente.

No se deben cambiar con frecuencia
las palabras de la oración

51. Los principiantes pueden a veces repetir todas las palabras de la oración, a veces partes de la misma, en el interior del corazón y constantemente. En efecto, san Diádoco dice: «Aquel que habita siempre en el propio corazón deja definitivamente los placeres de esta vida. Caminando según el Espíritu, no puede conocer los deseos de la carne. Porque camina en el castillo de las virtudes, que son —¿cómo decirlo?— los guardianes de las puertas, los planes de los demonios son ineficaces en él»¹⁶⁴. San Isaac

escribe: «Quien escruta la propia alma en todo momento, tendrá el corazón alegre por revelaciones. Y contemplando en su interior verá el resplandor del Espíritu. Quien rehúye toda dispersión, ve al Señor en el interior del propio corazón»¹⁶⁵.

No cambiar a menudo las palabras de la oración, porque la mente, a causa de los continuos cambios y variaciones, no deje de ser compacta y quede sin fruto, como un árbol demasiado a menudo trasplantado.

**De la carta de los santos beatos nuestros
Padres a Josafat recluso y hesicasta en el
monasterio de San Saba en Palestina¹⁶⁶**

Queríamos verte también con los ojos del cuerpo y hablarte directamente, si fuera posible, pero dado que esto es del todo irrealizable, te vemos de otro modo con los ojos del alma y te hablamos con palabras escritas, confiando que obtengas gran utilidad de esta conversación. De hecho sabemos que eres uno de quienes, según la palabra evangélica, han abandonado todo y han seguido a Cristo (cf. Mc 10, 28), de quienes puede decirse: «El mundo para nosotros ha sido crucificado, como nosotros para el mundo» (Ga 6, 14), y: «Dios ha enviado a nuestros corazones al Espíritu de su Hijo que grita: ¡Abba, Padre!» (Ga 4, 6), como también saben quienes han sido inspirados por el Espíritu divino y por los experimentados, ya que Cristo habita en ellos. El principio de sus dones y de la gracia, la raíz, la fuente y el fundamento, tras haber abandonado el mal y la práctica del bien, es decir, la vida en Cristo de conformidad a los mandamientos salvíficos, es la oración sin distracciones en el movimiento del corazón.

Cuando el hesicasta se sienta en una cámara quieta y oscura en la hora de la oración, puede ser que al comienzo consiga, gracias a la ayuda divina, la ausencia de distracciones mediante la atención, la oración y el amor, puede ser por el contrario que caiga en las distracciones porque se trata de un principiante y por causa de su pereza. Procediendo hacia la condición intermedia, en ocasiones consigue la ausencia completa de distracciones y ora en el corazón con pureza. Avanzando hacia la perfección ora en el Espíritu y verdaderamente, y está aferrado en el arrobamiento en el Señor en la luz infinita de la gracia. De este modo, quien quiera practicar seriamente la sobriedad, según los Padres teóforos, tiene que esforzarse siempre por orar en el interior del corazón con pureza y sin distracciones, prestando atención sólo a las palabras de la oración, meditándolas y considerándolas¹⁶⁷ en total ausencia de preocupaciones, en la *hesiquía* y en la atención. De éstas nace el movimiento en el corazón y el calor que abrasa las pasiones y los demonios y purifica el corazón como en una forja. De este calor derivan el deseo y el amor sin fin por nuestro Señor Jesucristo. De éstos el dulce fluir de las lágrimas del corazón, mediante las cuales, como con un hisopo, el alma y el cuerpo se purifican y engrasan con el arrepentimiento, el amor, la acción de gracias y la confe-

sión. De las lágrimas se derivan la serenidad y la paz de los pensamientos, que no tiene límite pues va más allá de toda inteligencia (cf. Flp 4, 7). De ella deriva la iluminación cegadora como la nieve y, finalmente, en la medida de lo posible para el hombre, la impasibilidad, la resurrección del alma antes que la del cuerpo, la regeneración y el retorno a la condición a imagen y semejanza mediante la práctica (*praxis*), la contemplación (*theoria*), la fe, la esperanza y el amor. E incluso la total tensión hacia Dios y la unión sin mediaciones, el éxtasis, el reposo y la inmovilidad en el presente siglo, como en un espejo, en enigma y como en anticipo, y en el siglo futuro la participación en Dios cara a cara, total y perfecta, y el gozo eterno¹⁶⁸. ¡Que nos sea posible tener, al menos en parte, esta experiencia, tras haber rechazado la suciedad de las pasiones presente en nosotros, y que podamos ser dignos de la gran misericordia de Dios por las oraciones de los santos! Amén.

De los mismos nuestros santos Padres (Sobre los efectos de la oración de la mente y del corazón)

En primer lugar, en el cuerpo de quien se dedica y presta atención a la oración se sienten vibraciones que a alguno le han parecido señales del error. También se manifiesta un calor a la altura de los riñones, que opri-me como un cinturón; también esto ha parecido a alguno señal del error.

Todo esto, en verdad, no son señales del error, sino de la naturaleza, efectos que se derivan de aquella práctica. Si hay quien las magnifica como derivadas de la gracia y no de la naturaleza, esto es el verdadero error. En cualquier caso, estos fenómenos, sean lo que sean, han de ser rechazados y no deseados por el asceta.

Además se manifiesta otro calor en el corazón: si entonces la mente consiente en los pensamientos de la libido, esto es verdaderamente señal del error. Si, por el contrario, todo el corazón es calentado por el corazón, la mente es pura e impasible y como encolada al abismo más íntimo del corazón, esto, en verdad, es propio de la gracia y no del error.

A veces, pues, a quien está así dispuesto le sobreviene el sudor, a causa del gran calor producido por el cuerpo, y entonces se pone en movimiento, a partir del corazón, la santa operación. Ella alza, por decirlo de alguna manera, la hoja del corazón y, moviendo la mente hacia la interior-

ridad, uniéndola a la divina operación, hace que clame con frecuencia: «Jesús mío, Jesús mío». La mente sólo grita: «Jesús mío». En efecto, no puede decir enteramente: «Jesucristo, Hijo de Dios, ten piedad de mí», a causa de las rápidas aperturas del corazón, sino sólo: «Jesús mío». Los que sostienen que hay que repetir toda la oración en este estado se engañan. En efecto, cuando la mente, como hemos dicho, queda fijada a la divina operación y penetrada en lo más profundo del corazón, no puede gritar nada más que «Jesús mío». Entonces de esta santa oración nace también un estupor del corazón. Entonces, de la santa operación se deriva una gran consolación.

También brotan y salpican lágrimas colmadas de dulzura y descienden de los ojos con delicia: ésta es la alegría-tristeza¹⁶⁹. Entonces el corazón se calienta gracias a la abundancia de esta santa operación y todo el cuerpo arde y la mente, llena de estupor, grita: «Kyrie eleison». Como el aceite en un recipiente muy caliente por el fuego, a causa del gran calor, difunde también calor afuera, así el corazón, cuando es calentado por la divina operación, difunde calor también en el cuerpo y lo convierte todo él en fuego. Entonces quien esto experimenta siente como si las cosas interiores saltasen afuera. A quien se halla en este estado suceden otros hechos extraordinarios. Éste ve en el interior un resplandor que lo hace aparecer más luminoso que el sol y que hace brotar la luz de su corazón. Se verifican en el interior del corazón también otros misterios que no puedo poner por escrito. La mente, en efecto, contempla toda la creación y, como presa del estupor que le resultan de los movimientos de la santa operación y del espectáculo de los misterios divinos, levanta desde lo profundo del corazón himnos de alabanza que no puedo dejar a la pluma. Entonces el hombre llega a estar completamente y divinamente inspirado por aquel movimiento divino, fuera de toda realidad material y sensible, vencido por la alegría, como sucede a uno que está embriagado de mucho vino.

Tras esto, la mente es conducida a contemplaciones divinas y ve misterios tremendos que no puedo exponer con detalle. La mente escruta, en efecto, las alegrías de los justos y las bellezas del paraíso. Raptada todavía más arriba, ve en el cielo misterios terroríficos y extraordinarios. Cuanto más se libere el hombre de las sugerencias del enemigo, tanto más se ve superior a éste, en la medida en que recibe la gracia del santísimo Espíritu. ¡A Él sea la gloria! por los siglos de los siglos. Amén.

Simeón arzobispo de Tesalónica

(† 1429)

Sobre la oración

...

294. Sobre la repetición salvífica del Nombre y sobre la invocación del Señor Jesucristo, Hijo de Dios, oración verdaderamente santa y vivificante

Hay diversas oraciones de las cuales trataremos particularmente según nuestras posibilidades. La primera de todas es la que nos transmitió el Salvador en los Evangelios, que recoge en pocas palabras toda la gnosis y la potencia evangélica. Es la invocación salvífica de nuestro Señor Jesucristo, Hijo de Dios, por la cual se han fatigado muchos de nuestros santos Padres: Crisóstomo, que ha enseñado en tres obras esta divina oración, el teóforo Clímaco, el asceta Nicéforo, el santo obispo de Foticea Diádoco, san Simeón el Nuevo Teólogo y los otros que se hicieron dignos de la habitación del Espíritu divino, dado que esta oración se repite en el Espíritu Santo, como dice san Pablo: «Nadie puede decir: “¡Señor Jesús!”», sino con el Espíritu Santo» (1Cor 12, 3) y es de Dios, quien repite: «Todo espíritu que confiesa a Jesucristo, venido en carne, es de Dios» (1Jn 4, 2).

295. Sobre nuestros beatos Padres Calixto el patriarca e Ignacio

En particular, en nuestros días, escribieron espiritualmente sobre la oración, siendo hombres de Dios, teóforos y cristóforos, autores de divinas palabras, verdaderamente inspirados por Dios, nuestro santo Padre Calixto que llegó a ser patriarca en la Nueva Roma y su compañero de ascesis Ignacio. Escribieron de manera espiritual, divina y excelsa un libro en cien capítulos –número perfecto– manifestando su perfecto conoci-

miento en este campo. Estos nobles retoños de la reina de la ciudad lo abandonaron todo y lo primero que hicieron es emprender la sumisión de la vida monástica y virginal, después aquella ascética y celestial, custodiando en sí mismos sin división y de manera extraordinaria aquella unidad en Cristo que éste mismo había pedido al Padre para todos nosotros. «Como antorchas en el mundo» (Flp 2, 15), por hablar con Pablo, se les veía poseer la palabra de vida. En efecto, quizás en mayor medida respecto a muchos santos, consiguieron la unión en Cristo y la caridad, así que es imposible incluso pensar que haya existido nunca una divergencia entre ellos en las inclinaciones o hábitos o un solo momento de tristeza. Cosa casi imposible para los hombres. Y por eso, habiendo llegado a ser angelicales, custodiaban y poseían en sí la paz divina —que es invocada—, el mismo Jesucristo, «nuestra paz —que como dice Pablo— de los dos ha hecho uno» (Ef 2, 14) y «que supera toda inteligencia» (Flp 4, 7). Muertos en paz, disfrutaban ahora de la paz celestial y ven de manera más pura a Jesús: lo que habían deseado con toda su alma y que verdaderamente habían buscado. Se han hecho uno con él y participan, sin saciarse, de su dulce y divina luz, de la cual habían tenido un adelanto en este mundo; habiéndose purificado en *theoria* y *praxis*, han conseguido la divina iluminación como los Apóstoles sobre la montaña. Y un claro testimonio de esto para la mayoría es que se les ha visto el rostro resplandeciente, como Esteban, porque la gracia había fluido no sólo en el corazón, sino también en sus rostros. Por eso aparecían como el gran Moisés, según el testimonio de quienes le vieron: su figura resplandecía como el sol. Éstos, al haber probado esta condición beata y al conocerla por experiencia, acuñaban claras explicaciones sobre la luz de la energía y de la gracia de Dios —citando el testimonio de los santos— así como sobre la divina oración.

296. Sobre la sagrada oración deificante

Esta divina oración, la invocación del Salvador, el «Señor Jesucristo, Hijo de Dios, ten piedad de mí», es oración y súplica, profesión de fe y portadora del Espíritu Santo, conductora de dones divinos y purificación del corazón, expulsa los demonios y es habitación de Jesucristo, fuente de razonamientos espirituales y de pensamientos divinos y liberación de los pecados, médico de las almas y de los cuerpos y conductora de la iluminación divina, fuente de la misericordia de Dios y causa de revelación

y de los misterios divinos en la humildad, única y salvífica, en tanto que lleva en sí el Nombre salvífico de nuestro Dios. El único nombre que hemos de invocar es el de Jesucristo, Hijo de Dios: «en ningún otro hay salvación» (Hch 4, 12), como dice el Apóstol. Por eso es oración, porque en ella pedimos la misericordia divina. Súplica, porque nos ofrecemos nosotros mismos a Cristo por medio de su invocación. Profesión, porque al confesar esto Pedro fue llamado bienaventurado (cf. Mt 16, 17). Portadora del Espíritu Santo, porque «Nadie puede decir: “Señor Jesús”, si no es con el Espíritu Santo» (1Cor 12, 3). Guía de los dones divinos porque, a través suyo, «te doy, Pedro —dice Cristo—, las llaves del reino de los cielos» (Mt 16, 19). Purificación del corazón, porque ve y llama a Dios y purifica a quien lo mira. Expulsa los demonios, porque en el Nombre de Jesucristo son expulsados y huyen todos los demonios. Inhabitación de Jesucristo, porque en su memoria Cristo está en nosotros y mediante ella habita en nosotros y nos colma de alegría: «Me acuerdo de Dios —está escrito— y estoy lleno de alegría» (Sal 76, 4). Es fuente de razonamientos espirituales y de pensamientos divinos, porque Cristo es el tesoro de toda sabiduría y conocimiento y guía a aquel en quien habita. Liberación de los pecados, porque cuanto sea desatado a través suyo —está escrito— «será desatado también en los cielos» (Mt 16, 19). Médico de las almas y de los cuerpos, porque en el Nombre de Jesucristo te cura (cf. Hch 3, 6; 9, 34). Guía de la iluminación divina, porque Cristo es «la luz verdadera» (Jn 1, 9) y quienes lo invocan participan de su resplandor y de su gracia: «el resplandor del Señor nuestro Dios sea con nosotros» (Sal 89, 17), y: «el que me siga tendrá la luz de la vida» (Jn 8, 12). Fuente de misericordia divina, porque pedimos misericordia y el Señor está lleno de misericordia y de compasión por todos aquellos que lo invocan (cf. Sal 85, 5) y hace justicia enseguida a quienes claman por él (cf. Lc 18, 7-8). Causa de revelaciones y de misterios divinos para los humildes, porque también al pescador Pedro ésta le ha sido dada por medio de una revelación del Padre celestial (cf. Mt 16, 17) y Pablo fue arrebatado al cielo y oyó revelaciones (cf. 2Cor 12, 2-4), y siempre hace así. La única salvífica porque, dice el Apóstol, «no hay otro que pueda salvarnos» (Hch 4, 12) y «éste es el Salvador del cosmos» (Jn 4, 42), el Cristo. Por eso, también en el último día toda lengua confesará y proclamará que «Jesucristo es el Señor por la gloria de Dios Padre» (Flp 2, 11). Ésta es la señal de nuestra fe, gracias a la cual somos y somos llamados cristianos, y la prueba que somos de Dios; en efecto, como hemos dicho y escrito: «Todo espíritu que confiesa a Jesucristo,

venido en carne, es de Dios» (1Jn 4, 2). No creer que no es de Dios, sino propio del Anticristo es no confesar a Jesucristo (cf. 1Jn 4, 3). Por eso es necesario que todos los creyentes profesen sin cesar este Nombre y, con la proclamación de la fe, profesen el amor de nuestro Señor Jesucristo, del que no debe separarnos nada (cf. Rm 9, 35), y asimismo la gracia derivada del mismo Nombre, la remisión de los pecados, la liberación y la curación, la santificación y la iluminación y, antes que nada, la salvación. En efecto, en este divino Nombre los Apóstoles hicieron milagros y enseñaron. Y el divino Evangelista dice: «Esto ha sido escrito para que creáis que Jesús es el Cristo, el Hijo de Dios» (Jn 20, 31). ¡Que se vea la fe! Y «para que creyendo tengáis vida en su Nombre» (Jn 20, 31). ¡Que se vea la salvación y la vida!

297. Todos los cristianos, sacerdotes, monjes y laicos,
deben orar en momentos determinados y según
sus fuerzas en el Nombre de Jesucristo

Cada pío cristiano repita incesantemente el Nombre con su mente y con su lengua, ya sea de pie, caminando, sentado, a la mesa; sea lo que sea lo que diga o haga debe esforzarse siempre en esta obra: así encontrará una gran paz y felicidad, como saben quienes se afanan en esta actividad. Ésta es propia de la vida fuera del mundo, por eso los mismos monjes que viven en medio de los tumultos del mundo deben tener un tiempo determinado para dedicarse a ella. Es más, todos deben dedicarse a esta oración según sus fuerzas, sacerdotes, monjes y laicos. Los monjes, en tanto que se hallan ordenados y obligados por ella, aunque estén cargados de encargos, deben esforzarse siempre en la oración y decir incesantemente el Nombre del Señor, aun cuando se sientan presos de la agitación y de la confusión, la así llamada y verdadera prisión de la mente; deben cuidar no ser presa del Maligno y retornar a la oración, y al retornar, alegrarse. Los sacerdotes deben dedicarse a ella como a la predicación apostólica y divina, ya que ésta cumple divinas operaciones y produce el amor de Cristo. Los que viven en el mundo deben dedicarse, según las propias fuerzas, a ella, como su sello, signo de la fe, custodia y santificación, que expulsa toda tentación. Es necesario, pues, que todos, sacerdotes, laicos y monjes, cuando se despiertan del sueño, lo primero que hagan sea pensar en Cristo, lo recuerden y le ofrezcan la primicia de todo pensamiento en sacrifi-

cio, porque Cristo, que nos ha salvado y amado tanto, ha de ser recordado antes que cualquier cosa. Del mismo modo en que somos y somos llamados cristianos, que nos hemos revestido en el divino bautismo, hemos sido señalados por él con el ungüento, hemos participado y participamos de su carne y de su sangre, somos sus miembros, templo, nos revestimos de Él y Él habita en nosotros, así también debemos amarlo y recordarlo siempre. Así pues que cada cual tenga un tiempo determinado y una cierta medida, según sus fuerzas, para esta oración.

¹ Sobre estos autores y sobre referencias similares en las obras hesicastas de la época, cf. A. Rigo, «Le techniche», pág. 89, n. 70.

² Moisés 6, PG 65, 284C.

³ *Escala*, gr. 27, PG 88, 1105C.

⁴ PG 26, 928B.

⁵ Cf. *Escala*, gr. 28, PG 88, 1137.

⁶ PG 114, 448AB, 509B.

⁷ Cf. Arsenio 42, PG 65, 105D-108A. I. Hausherr, *Noms du Christ*, pág. 270, observa a propósito que aquí Nicéforo o transcribía el apotegma de memoria o más probablemente lo citaba según una redacción metafrástica. El pasaje en esta forma, sin embargo, no se encuentra en ninguna de las *Vidas* editadas (cf. BHG 167-169).

⁸ Ed. de H. Delehaye, en *AnBoll* 11 (1892), págs. 57-s.

⁹ Ed. de E. Schwartz, Leipzig 1939, pág. 113.

¹⁰ Agatón 8, PG 65, 112AB.

¹¹ Ed. de G. de Durand, París 2000, SC 455, II, págs. 148, 150-152, 154.

¹² *Escala*, gr. 27, PG 88, 1097B-1100A, 1029B, 1088A.

¹³ Cap. 21, Augoustinos (ed.), Jerusalén 1911, págs. 108-109, 132.

¹⁴ *Hom.* XXVI, 12, H. Dörries, E. Klostermann y M. Kroeger (eds.), Berlín 1965, pág. 210.

¹⁵ Cap. 57, É. des Places (ed.), París 1966, págs. 117-118.

¹⁶ Cap. 20, J. Spetsieris (ed.), Atenas 1895, pág. 127.

¹⁷ Cap. 52, *Philokalia* I, pág. 287.

¹⁸ Sobre este pasaje atribuido a Simeón el Nuevo Teólogo, cf. A. Rigo, «Le techniche», pág. 80, n. 28; íd., «Ancora sulla Preghiera di Gesù», pág. 172, n. 8.

¹⁹ La destinataria de este escrito era la princesa Irene Choumnaina. Ya en el siglo XIV las formas se masculinizaron (y así también en la *Filocalia*).

²⁰ Para la doctrina psicológica subyacente, cf. A. Rigo, «Le techniche», págs. 111-s.; íd., «Nota sulla dottrina», págs. 193-ss.

²¹ Se refiere evidentemente a la profesión monástica entendida como «segundo bautismo».

²² Según V. Laurent, *Les regestes*, se trata de los monjes de los que habla el canon 24 del Concilio en Trullo y Teodoro Balsamon, PG 137, 664-665.

²³ Se trata de un discípulo al cual el Sinaíta dirigía este escrito.

²⁴ Marcos el Asceta, *De baptismo*, G. de Durand (ed.), SC 445, París 1999, I, pág. 334.

²⁵ Cf. *Sermo compunctorius*, en *Opera graece et latine* I, Roma 1732, pág. 160; *Paraenesis ad ascetas*, ibíd. II, Roma 1743, pág. 360; etc.

²⁶ *De his qui putant se ex operibus iustificari*, 26, G. de Durand (ed.), I, pág. 138.

²⁷ *De caritate et continentia* III, 35, PG 91, 1452B.

²⁸ Cap. 33, É. des Places (ed.), pág. 103, l. 11.

²⁹ *Escala*, gr. 21, PG 88, 945C.

³⁰ Sobre este *topos* cf. especialmente las observaciones de J. Gouillard en *Annuaire de la 1^{re} Section de l'École Pratique des hautes Études* 80-81/3 (1971/2-1973/4), pág. 364.

³¹ *Método de la santa oración y atención*, cf. *supra*, pág. 48.

³² *Escala*, gr. 27, PG 88, 1112C.

³³ *Escala*, gr. 27, PG 88, 1112C.

³⁴ Ep. 143, en Barsanuphe et Jean de Gaza, *Correspondance*, Solesmes 1971, pág. 127.

³⁵ *Escala*, gr. 27, PG 88, 1109B.

³⁶ *Escala*, gr. 28, PG 88, 1133A.

³⁷ En realidad Elías el ekdikos, *Anthologion gnomicum* 12, PG 127, 1149D.

³⁸ *Escala*, gr. 27, PG 88, 1112C.

³⁹ Los términos «idiórritmo», «idiórritmia» indican una particular forma de vida monástica, que comenzó a tener una cierta difusión en la baja Edad Media bizantina, en la cual los monjes, permaneciendo en el monasterio o en los eremitorios, poseían personalmente bienes, conduciéndose, «a excepción de pocas leyes y gravámenes de la vida monástica, según los propios gustos» (J. Řezáč, «Idiórritmia», col. 1620). Hay que recordar, por otro lado, que estos términos habían sido ya utilizados antes para indicar un estado psicológico bien preciso (cf. Juan Clímaco, *Escala*, gr. 4, PG 88, 680C; gr. 26, PG 88, 1028D).

⁴⁰ *Escala*, gr. 7, PG 88, 813A.

⁴¹ *De his qui putant* 132, G. de Durand (ed.), I, pág. 166.

⁴² *Regulae fusius tractatae*, PG 31, 1016C.

⁴³ *Escala*, gr. 27, PG 88, 1116C.

⁴⁴ Cf. los autores propuestos por el anónimo autor del *Método de la santa oración y atención*, *supra*, págs. 47-48.

⁴⁵ *De recta vivendi ratione* 25, en *Opera graece et latine* II, pág. 60.

⁴⁶ Un tipo de dulces, hechos de diversos y numerosos ingredientes, utilizados en las ceremonias en memoria de los santos y los difuntos; cf. L. Petit, «La grande controverse des Kolybes», en *Échos d'Orient* 2 (1899), págs. 321-ss.

⁴⁷ Laguna en el original del documento.

⁴⁸ Juan Mauropous (siglo XI).

⁴⁹ Michele Glykas (siglo XII).

⁵⁰ Libro de oraciones litúrgicas (cf. H. G. Beck, *Kirche*, págs. 246-s.).

⁵¹ Libro que contiene los troparios del oficio ferial del año.

⁵² Se trata evidentemente del *corpus* pseudo-macariano.

⁵³ Cf., sobre este autor, J. Gouillard, «Supercherries et méprises littéraires: l'oeuvre de saint Théodore d'Édesse», en *REB* 5 (1947), págs. 137-157.

⁵⁴ Libro litúrgico del oficio de las diez semanas que preceden la Pascua y de las ocho entre Pascua y el domingo de Todos los Santos.

⁵⁵ Ciudad del Helesponto.

⁵⁶ Uno de los más importantes santuarios de la capital: una tradición, en efecto, decía que el icono de la Madre de Dios Hodighitria que se hallaba allí era el retrato de la Madre de Dios pintado por san Lucas; cf. a este respecto R. Janin, *La géographie*, págs. 199-207.

⁵⁷ Acerca de Andrés y de su *Vida* (BHG 115-117), cf. sobre todo J. Grosdidier de Ma-

tons, «Les thèmes d'édification»; L. Rydén, *The Life of St Andrew the Fool*, I-II, Uppsala 1995 (Acta Universitatis Upsaliensis, 4).

⁵⁸ Es decir, Andrónico II Paleólogo (1282-1328).

⁵⁹ El patriarca Atanasio I.

⁶⁰ Teodoro Metochites o Nicéforo Choumnos (?). Sobre el sentido de *logothetes*, asimilado después de la IV cruzada al canciller de los latinos, cf. R. Guiland, «Les logothètes. Études sur l'histoire administrative de l'Empire byzantin», en *REB* 29 (1971), págs. 1-115; para la expresión *tou kanikleiou*, cf. ibíd., pág. 49; R. Janin, *Constantinople byzantine*, págs. 365-366.

⁶¹ Sobre estos monasterios, cf. R. Janin, *La géographie*, págs. 10-11.

⁶² El santuario mariano más célebre de Constantinopla; cf. R. Janin, *La géographie*, págs. 161-171.

⁶³ La segunda semana de Pascua, la primera después de la Ascensión, estaba dedicada a los 318 Padres del Concilio de Nicea.

⁶⁴ El himno enseñado por el arcángel Gabriel durante una aparición.

⁶⁵ Cap. 26, J. Spetsieris (ed.), pág. 109.

⁶⁶ Es decir, 80 cm aproximadamente (cf. E. Schillbach, *Byzantinische Metrologie*, Múnich 1970, págs. 22-ss.).

⁶⁷ Andrónico II Paleólogo († 1341); Esteban Dušan († 1355); Juan Alejandro Asen († 1365); Alejandro I de Valacchia († 1364) (?). Sobre Paroria cf. Rigo, «Gregorio il Sinaita», págs. 77-83.

⁶⁸ Referencia evidente a las promesas bautismales, a la renuncia a Satanás, a sus seducciones y a sus obras.

⁶⁹ Es decir el despotado del Epiro, sobre el cual, para el período que nos interesa, cf. D. M. Nicol, *The Despotate*.

⁷⁰ La actual Lukove en Albania.

⁷¹ Sobre este monasterio cf. P. Soustal y J. Koder, *Nikopolis*, págs. 206-ss.; D. M. Nicol, *The Despotate*, págs. 76-ss.

⁷² Sobre este monasterio cf. P. Soustal y J. Koder, *Nikopolis*, págs. 156-s.; D. M. Nicol, *The Despotate*, págs. 243-ss.

⁷³ Sobre Pedro (que ya hemos encontrado en la *Vita* de Máximo), misterioso hesicasta que vivió en la Santa Montaña en época anterior a la fundación de los grandes monasterios, véase la *Vita* escrita por Nicolás, en K. Lake, *The Early Days*, págs. 18-39 (*BHG* 1505), y los estudios de D. Papachryssantou, «La Vie ancienne» y «L'office ancienne»; A. Rigo, *Alle origini dell'Athos. Vita di Pietro l'Athonita*.

⁷⁴ Aquí se hace referencia al florilegio patrístico con el que se cierra el primer tratado de la I Tríada.

⁷⁵ Proverbio muy usado por G. Palamás; cf. las observaciones de V. Grumel, en *REB* 18 (1960), pág. 253 (recensión).

⁷⁶ Aquí, como a partir de ahora, Palamás se refiere, sin mencionarlo, a Barlaam y a sus críticas de la oración hesicasta.

⁷⁷ Cf. *Hom.* XV, 20, H. Dörries, E. Klostermann y M. Kroeger (eds.), pág. 139.

⁷⁸ Juan Clímaco, *Escala*, gr. 26, PG 88, 1020A.

⁷⁹ *Homilia in principium proverborum* 7, PG 31, 401A.

⁸⁰ *De divinis nominibus* IV, 9, PG 3, 705AB.

- ⁸¹ Juan Climaco, *Escala*, gr. 27, PG 88, 1097AB.
- ⁸² Cf. Pseudo-Dionisio, *De divinis nominibus* IV, 9, PG 3, 705A.
- ⁸³ Cf. Pseudo-Macario, *Hom.* XVI, 7, H. Dörries, E. Klostermann y M. Kroeger (eds.), pág. 162.
- ⁸⁴ Esto es lo que sostenía Barlaam en una carta dirigida al monje hesicasta Ignacio.
- ⁸⁵ Literalmente: «gente que tiene el alma en el vientre».
- ⁸⁶ Se refiere a los milagros efectuados por las reliquias de Atanasio; véase al respecto A. M. Talbot, *Faith Healing*.
- ⁸⁷ Doctrina propia de la antigua herejía mesaliana y atribuida por los heresiólogos bizantinos también al bogomilismo medieval.
- ⁸⁸ *Escala*, gr. 28, PG 88, 1137AC.
- ⁸⁹ *De divinis nominibus* IV, 6, PG 3, 701B.
- ⁹⁰ Cf. cap. 45 (*De patientia* 13), *Philokalia* III, pág. 188.
- ⁹¹ Cf. Coll. I, 18, 6, 9; Makarios/Symeon, *Reden und Briefe. Die Sammlung I des Vatica-nus Graecus 694 (B)*, H. Berthold (ed.), Berlín 1973, I, pág. 205, ll. 18-19.
- ⁹² Cf. Pseudo-Dionisio, *De divinis nominibus* IV, 5, PG 3, 700D.
- ⁹³ Cf. Pseudo-Dionisio, *De coelesti hierarchia* VII, 2, PG 3, 208BC.
- ⁹⁴ Cf. *Hom.* XXXII, 2, H. Dörries, E. Klostermann y M. Kroeger (eds.), pág. 252; XII, 14, pág. 114; Col. I, 44, 2, 2, *Reden und Briefe* II, pág. 77.
- ⁹⁵ Andrés de Creta, *Homilia in Transfigurationem Domini*, PG 97, 933C.
- ⁹⁶ Evagrio, *De malignis cogitationibus*, PG 79, 1221B.
- ⁹⁷ Cap. 32, J. Spetsieris (ed.), pág. 140.
- ⁹⁸ Juan Crisóstomo, *Homilia in Epistulam II ad Corinthios* VIII, 3, PG 61, 457.
- ⁹⁹ Cf. Col. I, 10, 3, 1, *Reden und Briefe* I, pág. 137; véase también Col. I, 48, 6, 7, *Reden und Briefe* II, pág. 105.
- ¹⁰⁰ Cap. 40, É. des Places (ed.), pág. 108.
- ¹⁰¹ Máximo el Confesor, *Capita theologica* I, 31, PG 90, 1096A.
- ¹⁰² Evagrio, *Gnosticus* 45, A. y C. Guillaumont (eds.), SC 356, París 1989, pág. 178.
- ¹⁰³ Evagrio, *Practicus* 93, A. y C. Guillaumont (eds.), SC 171, París 1971, pág. 696.
- ¹⁰⁴ Cap. 138 (*De libertate mentis* 23), *Philokalia* III, pág. 229.
- ¹⁰⁵ G. Palamás habla aquí de los efectos psicofísicos que acompañan la práctica de la oración; véase A. Rigo, «L'Epistola a Menas».
- ¹⁰⁶ Cf. *De divinis nominibus* I, 5, PG 3, 593BC.
- ¹⁰⁷ Juan Crisóstomo, *Ad Theodorum lapsus* I, 11, PG 47, 292.
- ¹⁰⁸ *De divinis nominibus* I, 4, PG 3, 592C.
- ¹⁰⁹ Gregorio Nacianceno, *Or.* XL, 6, PG 36, 365A.
- ¹¹⁰ Simeón Metaphrastes, *Vita S. Iohannis Evang.* I, PG 116, 685D.
- ¹¹¹ *De divinis nominibus* I, 4, PG 3, 592C.
- ¹¹² Cf. *Homilia in Ps.* 44, PG 29, 400CD.
- ¹¹³ Cf. *Vita S. Mariae Aegypt.* 15; *Acta Sanctorum Aprilis* II, Appendix 16.
- ¹¹⁴ Cf. Juan Climaco, *Escala*, gr. 28, PG 88, 1137C.
- ¹¹⁵ *De coelesti hierarchia* XV, 9, PG 3, 340A.
- ¹¹⁶ Cf. cap. 96 (*De caritate* 13), *Philokalia* III, pág. 211.
- ¹¹⁷ *De divinis nominibus* I, 4, PG 3, 592C.
- ¹¹⁸ Esta alusión a la ciencia astronómica adquiere particular significado si se recuerda

que Barlaam cultivaba esta disciplina, como sabemos, sobre todo, por dos memorias suyas sobre los eclipses.

¹¹⁹ *Capita theologica* II, 88, PG 90, 1168A.

¹²⁰ Acerca de esta noción cf. F. Tailliez, «Basilikè odos».

¹²¹ Fórmula usual con la cual se autodenominaba el patriarca; en este caso se trataba de Juan XIV Kalekas.

¹²² Palamás en las *Triadas* se hace eco de éste o de otros pasajes de contenido similar de Barlaam (*Tr.* II, 3, 5-6).

¹²³ Gregorio Nacianceno, *Or.* XXVIII, 19, PG 36, 52B.

¹²⁴ Cf. al respecto nuestro análisis en A. Rigo, *Monaci esicasti*, págs. 75-ss.

¹²⁵ Estos pasajes se presentan en la misma sucesión en *Método y canon* 49 de los Xanthopoulos (cf. *infra*, págs. 177-179).

¹²⁶ Juan Climaco, *Escala*, gr. 27, PG 88, 1112C.

¹²⁷ Es decir, Juan Damasceno.

¹²⁸ Se trata de Nilo Cabásilas, teólogo palamita y metropolitano de Tesalónica.

¹²⁹ Isidoro 4, PG 65, 220CD.

¹³⁰ *Vita tertia S. Pachomi* 32, F. Halkin (ed.), Bruselas 1932, pág. 277, ll. 4-ss.

¹³¹ Acerca de estas oraciones que se encuentran, en efecto, a continuación en el mismo mss., cf. A. Rigo, «Ancora sulla Preghiera di Gesù», pág. 117, n. 32.

¹³² Canon 69; cf. *Método y canon* 31 de Calixto e Ignacio Xanthopoulos, *infra*, pág. 171.

¹³³ Sigue el pasaje «técnico» del tratado de Nicéforo, cf. *supra*, págs. 59-60.

¹³⁴ Sobre estas líneas, que siguen en algunos manuscritos al opúsculo de Nicéforo, cf. A. Rigo, «Le technico», pág. 85, n. 49; íd., «L'Epistola a Menas», pág. 68, n. 50.

¹³⁵ *Epistula ad monachos*, PG 60, 752.

¹³⁶ *Escala*, gr. 27, PG 88, 1112C.

¹³⁷ *De temperantia et virtute* II, 80, PG 93, 1537D.

¹³⁸ *Epistula* 2, PG 32, 228A.

¹³⁹ Evagrio, *De oratione* 149, PG 79, 1200A.

¹⁴⁰ *De temperantia et virtute* II, 87, PG 93, 1540D.

¹⁴¹ *Escala*, gr. 7, PG 88, 808B.

¹⁴² Poemen 119, PG 65, 353A.

¹⁴³ Elías el ekdikos, *Anthologium gnomicum* 93, PG 127, 1145A.

¹⁴⁴ Juan Climaco, *Escala*, gr. 15, PG 88, 889C.

¹⁴⁵ Evagrio, *De oratione* 126, PG 79, 1193C.

¹⁴⁶ *Escala*, gr. 27, PG 88, 1116C.

¹⁴⁷ Con tal término hay que entender los Salmos 3, 37, 62, 87, 102, 142.

¹⁴⁸ *Escala*, gr. 6, PG 88, 796B.

¹⁴⁹ Cap. 44, J. Spetsieris (ed.), pág. 185.

¹⁵⁰ Esichio, *De temperantia et virtute* II, 63, PG 93, 1532C.

¹⁵¹ Cap. 43, J. Spetsieris (ed.), págs. 181-182.

¹⁵² Gregorio Nacianceno, *Or.* XXXVIII, 7, PG 36, 317C.

¹⁵³ Cap. 32, J. Spetsieris (ed.), págs. 135-136.

¹⁵⁴ Cap. 30, J. Spetsieris (ed.), pág. 127.

¹⁵⁵ En verdad se trata de Macario, retomado por Palamás, *Tr.* I, 2, 3; cf. *supra*, pág. 122.

¹⁵⁶ Cap. 58, J. Spetsieris (ed.), pág. 237.

¹⁵⁷ Caps. 60, 85, J. Spetsieris (ed.), págs. 243, 339.

¹⁵⁸ Escala, gr. 27, PG 88, 1100A.

¹⁵⁹ *Epistula ad monachos*, PG 60, 752-753.

¹⁶⁰ Cap. 59, É. des Places (ed.), pág. 119.

¹⁶¹ *De temperantia et virtute* II, 47, PG 93, 1525CD.

¹⁶² Escala, gr. 21, PG 88, 945C.

¹⁶³ Escala, gr. 27, PG 88, 1112C.

¹⁶⁴ Cap. 57, É. des Places (ed.), págs. 117-118.

¹⁶⁵ Cap. 37, J. Spetsieris (ed.), pág. 176.

¹⁶⁶ Estamos tentados en identificar al destinatario de la carta con el hieromonje Josafat (PLP 8894), del monasterio constantinopolitano del que provenían Calixto e Ignacio Xanthopoulos, personaje que aparece entre los testigos, el 17 de mayo de 1397, en el momento de la subida al trono patriarcal del mismo Calixto; cf. F. Miklosich e I. Müller, *Acta et diplomata graeca Medii Aevi* II, Viena 1862, pág. 292. Acerca de un monje homónimo del mismo monasterio, cf. R. J. Loenertz, *Correspondance*, pág. 85 (PLP 8912).

¹⁶⁷ Pasaje presente también en el *Método y canon* 95, *Philokalia* IV, pág. 290.

¹⁶⁸ Pasaje presente en el *Método y canon* 96, *Philokalia* IV, pág. 292.

¹⁶⁹ Se trata de la «alegría-tristeza» de la que ya había hablado Juan Clímaco, Escala, gr. 7, PG 88, 804B.

Glosario

Amerimnia: literalmente «ausencia de preocupaciones». Noción que se encuentra en la perícopa evangélica de Mt 6, 25-34 sobre la cual se basa, a finales de la época de los *Apoftegmas* de los Padres del desierto, esta idea clave del monacato oriental. En la espiritualidad bizantina la definición fundamental de *a.*, asociada a *hesiquía*, se encuentra en el escalón 27 de la *Escala* de Juan Clímaco en donde se lee: «Obra de la *hesiquía* es la ausencia de preocupaciones (*amerimnia*) frente a todas las cosas, racionales e irracionales» (PG 88, 1109B).

Apodeipnon: «completas» en el oficio diario. Se distingue entre «completas mayores» (*mega a.*), compuestas de tres partes diversas, y «completas menores» (*mikron a.*), que sustituye a la mayor parte de los días del año. Cf. M. Arranz, «Office divin», col. 719.

Apokreos: segunda semana antes de Cuaresma.

Apolytikion: himno u oración final de las horas en el oficio diario.

Ennatai: este término indica, allí donde se sigue el *typikon* palestino de san Saba, el ayuno tres días a la semana (lunes, miércoles, viernes) consistente en la *monophaghia* y en la *xerophaghia*.

Hesiquía: literalmente «calma, quietud, reposo, tranquilidad». Pueden distinguirse dos formas de *h.* Tenemos ante todo la *h.* exterior o del cuerpo, que es sustancialmente un sinónimo de anacoretismo, de separación del mundo. El monje que vive en esta condición, el eremita, es por esta razón llamado «hesicasta». También está la *h.* interior, del alma y del corazón, noción más amplia que comporta la *amerimnia*, la *nepsis* y la *prosoché*.

Hieromonje: monje que ha recibido la ordenación sacerdotal.

Igúmeno/kathigúmeno: superior de un monasterio cenobita.

Kathisma: el término tiene dos significados totalmente diferentes: 1. *k.* indica una de las secciones en las cuales el Salterio se divide durante el oficio; 2. *k.* es un pequeño asentamiento monástico.

Kellia: las «celdas». Una de las formas de asentamiento; más aislado que la *skiti*.

Mesonyktikon: «oficio de medianoche», actualmente recitado antes del *orthros*.

Monophaghia: comer una sola vez al día, a la hora nona.

Metanía: el término indica una práctica usual, las genuflexiones o «pequeñas metanías» y las postraciones o «grandes metanías».

Monydrion: pequeño asentamiento monástico.

Nepsis: literalmente «sobriedad, templanza, vigilancia». La función propia de la *n.* es mantener la mente sobria y vigilante, impidiéndole conversar con los pensamientos. Implica la atención (*prosoché*) y se asocia a menudo a la custodia del corazón. Puede encontrarse, en algunos autores, un cambio frecuente en el uso de *n.* y de *prosoché*. Cf. P. Adnès, «Nepsis».

Orthros: «oficio del alba».

Praktiké (praxis)/theoria: la oposición, de origen aristotélico, de estos dos términos reaparece en toda la tradición ascético-espiritual del Oriente cristiano. La *p.*, que, según Evagrio, «es el método espiritual que purifica la parte pasional del alma» (*Practicus* 78), implica el anacoretismo y es la primera de las dos grandes etapas de la vida espiritual (la segunda es la contemplación: *theoria*). La *p.* consiste en la práctica de los mandamientos, es decir, en el ejercicio de las virtudes, en la lucha contra los pensamientos. Cf. las observaciones de A. Guillaumont, *Evagre le Pontique, Traité pratique ou le moine* I, SC 170, París 1971, págs. 38-ss.

Protos: elegido por la asamblea athonita, representaba al Athos frente a las autoridades civiles y eclesiásticas. Junto con el igúmeno de los monasterios cumplía las funciones administrativas y jurídicas y tenía sobre los monjes poder disciplinario. Cf. D. Papachryssantou, *Actes du Prôtaton*, págs. 123-ss. También otros centros monásticos bizantinos (Ganos, Latros) han tenido durante algún tiempo un *p.*

Skiti: asentamiento monástico compuesto por un cierto número de cabañas.

Tyrophagou: semana del *t.* es la que precede a la gran Cuaresma, en la cual está permitido comer lácteos y huevos.

Xerophaghia: comer alimentos secos. Fue prescrita para el tiempo de Cuaresma por el Sínodo de Laodicea (canon 50).

Bibliografía de los textos

Pseudo-Simeón

(segunda mitad del siglo XIII)

Bibliografía: A. Rigo, «Le tecniche d'orazione esicastica e le potenze dell'anima in alcuni testi ascetici bizantini», en *Rivista di Studi Bizantini e Slavi* 4 (1984), págs. 82-88, 103; íd., «La spiritualità bizantina e le sue scuole nell'opera di Irénée Hausherr», en *Irénée Hausherr et la spiritualité de l'Orient chrétien. Actes du symposium organisé par Richard Cemus à l'Institut Pontifical Oriental, Roma 2004 (Orientalia Christiana Periodica 70)*, págs. 199-201.

Versos de la santa y divina oración

Los *Versos*, que en muchos manuscritos preceden al opúsculo, han sido publicados, con el nombre de Juan Crisóstomo, por J. B. Pitra, *Iuris ecclesiastici Graecorum Historia et Monumenta* II, Roma 1868, pág. 170.

Método de la santa oración y atención

Edición: I. Hausherr, «La méthode d'oraison hésychaste», en *Orientalia Christiana* 9 (1927), págs. 150-172.

Nicéforo el Athonita

(segunda mitad del siglo XIII)

Bibliografía: D. Stiernon, «Nicéphore l'hésychaste», en *DS* XI, col. 198-203, *PLP* 20325; A. Rigo, «Niceforo l'esicasta (XIII sec.): alcune considerazioni sulla vita e sull'opera», en *Amore del bello. Studi sulla Filocalia. Atti del «Simposio Internazionale sulla Filocalia», Pontificio Collegio Greco, Roma, novembre 1989*, Bose 1991, págs. 79-119.

Tratado de gran utilidad sobre la custodia del corazón

Edición: *Philokalia* IV, págs. 18-28 (con lagunas y defectos), revisada por nosotros con vistas a una futura reedición, con los principales manuscritos.

Teolepto de Filadelfia (1250/51-1322)

Bibliografía: A. Rigo, A. Stolfi, *Teolepto di Filadelfia. Discorsi e lettere*, Bose 2006.

Sobre la *hesiquía* y la oración

Edición: R. E. Sinkewicz, *Theoleptos of Philadelpheia. The Monastic Discourses*, Toronto 1992, págs. 192-198.

Discurso sobre la práctica secreta en Cristo

Edición: R. E. Sinkewicz, *Theoleptos of Philadelpheia*, págs. 84-108.

Atanasio I (1230/35 ca.-1323 ca.)

Bibliografía: A.-M. Talbot, *The Correspondence of Athanasius I Patriarch of Constantinople*, Washington D. C. 1975 (Corpus Fontium Historiae Byzantinae 7: Dumbarton Oaks Texts 3); íd., *Faith Healing in Late Byzantium. The Posthumous Miracles of the Patriarch Athanasios I of Constantinople by Theoktistos the Stoudite*, Brookline/Mass. 1983; J. L. Boomjamra, *Church Reform in the Late Byzantine Empire. A Study for the Patriarchate of Athanasios of Constantinople*, Tesalónica 1982 (Analecta Vlatadon 35).

Testamento espiritual

Inédito en el Vat. gr. 2219, ff. 97v-99r; cf. V. Laurent, *Les registres des actes du Patriarcat de Constantinople*, vol. I, fasc. 4, París 1971, nr. 1736.

Gregorio el Sinaíta († 1347 ca.)

Bibliografía: A. Rigo, «Gregorio il Sinaíta», en *La théologie byzantine* II, G. Conticello y V. Conticello (eds.), Turnhout-Leuven 2002, págs. 35-130;

íd., *Il monaco, la Chiesa e la liturgia. I Capitoli sulle gerarchie di Gregorio il Sinaita*, Florencia 2005 (La mistica cristiana tra Oriente e Occidente 4).

Noticia exacta en 10 capítulos
sobre la *hesiquía* y sobre la oración

Edición: *Philokalia* IV, págs. 66-70.

Sobre la *hesiquía* y los dos modos
de oración en 15 capítulos

Edición: *Philokalia* IV, págs. 71-79.

Testamento

Del fundador del Prodromos (1330/31)

Edición diplomática: N. Oikonomidès, *Actes de Docheiariou*, París 1984 (Archives de l'Athos 13), doc. nr. 17.

Máximo el Kausokalyba

(1270 *ca.*-1365 *ca.*)

Bibliografía: A. Rigo, «Massimo il Kausokalyba e la rinascita eremitica sul Monte Athos nel XIV secolo», en *Atanasio e il monachesimo al Monte Athos*. Atti del XII Convegno internazionale di spiritualità ortodossa-Sessione bizantina, S. Chialà y L. Cremaschi (eds.), Bose 2005, págs. 181-216.

Vida escrita de Teófanos metropolitano de Peritheorion

Edición: F. Halkin y E. Kourilas, «Deux Vies de saint Maxime le Kausokalybe, ermite au mont Athos (XIV^e siècle)», en *AnBoll* 54 (1936), págs. 65-109.

Nifón el Athonita (1315-1411)

Bibliografía: F. Halkin, «La Vie de saint Niphôn, ermite au mont Athos (XIV^e siècle)», en *AnBoll* 58 (1940), págs. 5-27, PLP 20687.

Vida

Edición: F. Halkin, «La Vie de saint Niphôn», págs. 12-27.

Gregorio Palamás († 1357)

Bibliografía: R. E. Sinkewicz, «Gregory Palamas», en *La théologie byzantine* II, G. Conticello y V. Conticello (eds.), Turnhout-Leuven 2002, págs. 131-188.

Tríadas en defensa de los santos hesicastas

Edición: Gregorio Palamás, *Obras* (en griego) I, B. Bobrinskoy, P. Pappaeuanghelou, J. Meyendorff y P. Chrestou (eds.), Tesalónica 1962, págs. 359-694.

Tomos Synodikos

Edición: *Das Register des Patriarchats von Konstantinopel* II, C. Cupane, H. Hunger, E. Kislinger y O. Kresten (eds.), Viena 1995 (*Corpus Fontium Historiae Byzantinae* 19/3), págs. 206-256. Cf. J. Darrouzès, *Les registres des actes du Patriarcat de Constantinople*, vol. I, fasc. 5, París 1977, nr. 2213.

Synodikon de la Ortodoxia

Edición: J. Gouillard, «Le Synodikon de l'Orthodoxie. Édition et commentaire», en *TM* 2 (1967), págs. 1-316, aquí págs. 81-91; y cf. págs. 239-251.

Filoteo Kokkinos († 1377)

Bibliografía: G. Niggel, «Prolegomena zu den Werken des Patriarchen Philotheos von Konstantinopel», Múnich 1955 (tesis doc.); A. Solignac, «Philothée Kokkinos», en *DS* XII, col. 1389-1392, *PLP* 11917.

A un monje celante que le ha pedido
cómo hay que comportarse en la celda

Inédito en el Vat. gr. 663, ff. 223r-229v y en el Oxford Bodleian. Misc. 242, ff. 398r-406r; cf. G. Niggel, *Prolegomena*, pág. 70; J. Darrouzès, *Les registres des actes du Patriarcat de Constantinople*, vol. I, fasc. 5, París 1977, nr. 2678. Utilizamos aquí, por comodidad, el códice vaticano.

Calixto e Ignacio Xanthopoulos
(finales del siglo XIV)

Bibliografía: *PLP* 20818, 20820.

Método y canon exacto

Edición: *Philokalia* IV, págs. 197-295.

De la carta de los santos beatos nuestros
Padres a Josafat recluso y hesicasta en
el monasterio de San Saba en Palestina

Inédito. En los manuscritos este texto y el siguiente vienen a continuación del *Método y canon* de Calixto e Ignacio. Utilizamos aquí, por comodidad, el códice Vat. Barb. gr. 355, f. 209r.

Sobre los efectos de la oración
de la mente y del corazón

Edición: Nicodemo Aghiorita, *Jardín de las gracias* (en griego), Venecia 1819, págs. 221-222, ha publicado esta pequeña obra sólo bajo el nombre de Calixto y con el título: *Sobre los efectos de la oración de la mente y del corazón*. En algunos manuscritos recientes, que dependen verosíblemente de la edición impresa (ver por ejemplo el Athos Vatop. 214), el opúsculo figura en esta forma. En realidad se trata de un escrito de Calixto e Ignacio que en la mayor parte de los códices sigue al *Método y canon* y a la carta de Josafat. En relación con esto cf. también V. Grumel, «Notes sur Calliste II Xanthopoulos», en *REB* 18 (1960), págs. 201-202; D. B. Gonis, *La obra del patriarca ecuménico Calixto I* (en griego), Atenas 1980, págs. 314-ss.; D. Balfour, *Saint Gregory the Sinaïte: Discourse on the Transfiguration*, Atenas 1982, págs. 147-s.

Simeón arzobispo de Tesalónica († 1429)

Bibliografía: D. Balfour, *Politico-Historical Works of Symeon Archbishop of Thessalonica (1416/17 to 1429)*, Viena 1979 (Wiener Byzantinistische Studien 13); M.-H. Congourdeau, «Syméon de Thessalonique», en *DS* XIV, col. 1401-1407; *PLP* 27057.

Sobre la oración

Edición: *PG* 155, col. 541-549.

Bibliografía general*

Adnès, P., «Hésychasme», en *DS* VII, col. 381-399.

–, «Jésus (Prière à)», en *DS* VIII, col. 1126-1150.

–, «Nepsis», en *DS* XI, col. 110-118.

Anawati, G. C.; Gardet, L., *Mystique musulmane. Aspects et tendances, expériences et techniques*, París 1976³ (Études Musulmanes 8). En el estudio sobre la técnica del *dhikr*, págs. 187-256, hay numerosas confrontaciones con la técnica hesicasta.

Arranz, M., «Office divin en Orient», en *DS* XI, col. 707-720.

Bakalova, E., «La société et l'art en Bulgarie au XIV^e siècle. L'influence de l'hésychasme sur l'art», en *Actes du XIV^e Congrès International des Études Byzantines*, Bucarest, 6-12 septembre 1971, II, Bucarest 1975, págs. 33-38.

Balfour, D., *Politico-Historical Works of Symeon Archbishop of Thessalonica (1416/17 to 1429)*, Viena 1979 (Wiener Byzantinistische Studien 13).

–, *Saint Gregory the Sinaïte: Discourse on the Transfiguration. First Critical Edition, with English Translation and Commentary, followed by a Summary Version of this Saint's Life by Patriarch Kallistos I, with Discussion of Related Problems, and by Critical Notes on the Titles, Text and Contents of his Published Works*, Atenas 1982 (reimpresión en el volumen de los artículos aparecidos en *Theologhia*).

Bartussis, M.; Nasser, Kh. Ben; Laiou, A., «Days and Deeds of a Hesychast Saint. A Translation of the Greek Life of Saint Romylos», en *Byzantine Studies/Études Byzantines* 9 (1982), págs. 24-47.

Beck, H. G., *Kirche und theologische Literatur im byzantinischen Reich*, Múnich 1959 (Handbuch der Altertumswissenschaft XII/2, 1: Byzantisches Handbuch 2, 1).

* Para las contribuciones más antiguas (y ulteriores indicaciones) puede verse la reseña bibliográfica –atenta sobre todo a la riquísima bibliografía sobre G. Palamás y el palamismo– de D. Stiernon, «Bulletin sur le Palamisme», en *REB* 30 (1972), págs. 231-341, así como la voz *PLP* 21546 (H.-V. Beyer). Véase también *Hesychasmos. Isihasm. Annotirovannaja bibliografija*, S. S. Horuji (ed.), Moscú 2004.

Bees, N. A., «Contribución a la historia de los monasterios de las Meteoras» (en griego), en *Byzantis* 1 (1909), págs. 191-332.

Beyer, H.-V., «Die Lichtlehre der Mönche des vierzehnten und des vierten Jahrhunderts erörtert am Beispiel des Gregorios Sinaïtes, des Eua-grios Pontikos und des Ps.-Makarios/Symeon», en *JÖB* 31/2 (1981), págs. 473-512.

Bogdanović, D., «Epistolije kir-Siluanove», en *Zbornik filozofskog fakulteta* 14 (1973), págs. 183-209.

Boomjandra, J. L., *Church Reform in the Late Byzantine Empire. A Study for the Patriarchate of Athanasios of Constantinople*, Tesalónica 1982 (Analecta Vlatadon 35).

Clucas, L. M., *The Hesychast Controversy in Byzantium in the Fourteenth Century*, Los Ángeles 1975 (tesis doctoral).

—, «The Triumph of Mysticism in Byzantium in the Fourteenth Century», en *Byzantina kai metabyzantina* 4 (1985), págs. 163-224.

Colombás, G. M., «Dietetica monastica», en *DIP* III, col. 492-495.

Congourdeau, M.-H., «Syméon de Thessalonique», en *DS* XIV, col. 1401-1407.

—, «Théolepte de Philadelphie», en *DS* XV, col. 446-459.

Darrouzès, J., «Lettre inédite de Jean Cantacuzène relative à la controverse palamite», en *REB* 17 (1959), págs. 7-27.

—, *Les registres des actes du Patriarcat de Constantinople*, vol. 1, fasc. 5, París 1977 (en particular nrr. 2178-ss. por la controversia palamítica).

David, A. J. M., «Nil Sorskij und der Hesychasmus in Russland. Eine quellengeschichtliche Untersuchung», en *JÖB* 18 (1969), págs. 164-194.

Delehay, H., *Deux typica byzantins de l'époque des Paléologues*, Bruselas 1921 (Mémoires de l'Académie Royale de Belgique, Classe des Lettres, 2^e série, t. XIII, 4).

Devos, P., «La version slave de la Vie de S. Romylos», en *Byz* 31 (1961), págs. 149-187.

Ducev, I., «La Vie de Kozma de Zographou», en *Khilandarsky Zbornik* 2 (1971), págs. 59-68.

Eliade, M., *El Yoga. Inmortalidad y libertad*, México 1991. Importante excursus, págs. 55-60, sobre las prácticas respiratorias en diversos ambientes religiosos.

Festugière, A. J.; Rydén, L., *Léontios de Néapolis. Vie de Syméon le Fou et Vie de Jean de Chypre*, París 1974 (Institut Français d'Archéologie de

Beyrouth-Bibliothèque archéologique et historique 95). Importante introducción, págs. 223-249, a la *Vida* de Saba Tziskos di Vatopedi.

Fyrigos, A., «La produzione letteraria antilatina di Barlaam Calabro», en *OCP* 45 (1979), págs. 114-144.

Galatariotou, C., «Byzantine Ktetorika Typika: A Comparative Study», en *REB* 45 (1987), págs. 77-138.

—, «Byzantine Women's Monastic Communities. The Evidence of the Typika», en *JÖB* 38 (1988), págs. 263-290.

Gonis, D. B., *La obra del patriarca ecuménico Calixto I* (en griego), Atenas 1980.

Gouillard, J., «Une compilation spirituelle du XIII^e siècle: le livre II de l'abbé Isaïe», en *Échos d'Orient* 38 (1939), págs. 72-90.

—, «Le Synodikon de l'Orthodoxie. Édition et commentaire», en *TM* 2 (1967), págs. 1-316.

—, «Contemplation et imagerie sacrée dans le Christianisme byzantin», en *Annuaire de la V^e Section de l'École Pratique des Hautes Études* 86 (1977/78), págs. 29-50.

—, *Petite Philocalie de la prière du cœur*, París 1979³.

Grolimund, V., «Theoktistos Studites, ein wenig bekannter byzantinischer Hymnograph und theologischer Gelegenheitsschriftsteller des 14. Jahrhunderts», en *Festschrift für E. von Lilienfeld zum 65. Geburtstag*, Erlangen 1982, págs. 479-510.

Grosdidier de Matons, J., «Les thèmes d'édification dans la Vie d'André Salos», en *TM* 4 (1970), págs. 277-328.

Grumel, V., «Notes sur Calliste II Xanthopoulos», en *REB* 18 (1960), págs. 200-204.

Guillaumont, A., «Cor et cordis affectus, 2. Notion de 'cœur' chez les auteurs spirituels grecs à l'époque ancienne», en *DS* II, col. 2281-2288.

Halkin, F.; Kourilas, E., «Deux Vies de saint Maxime le Kausokalybe, ermite au mont Athos (XIV^e siècle)», en *AnBoll* 54 (1936), págs. 38-112, también en *id.*, *Saints moines d'Orient*, Londres 1973, nr. XI.

Halkin, F., «La Vie de saint Niphôn, ermite au mont Athos (XIV^e siècle)», en *AnBoll* 58 (1940), págs. 5-27, también en *id.*, *Saints moines*, nr. XII.

—, «Un ermite des Balkans au XIV^e siècle. La Vie grecque inédite de saint Romylos», en *Byz* 31 (1961), págs. 111-147, también en *id.*, *Recherches et documents d'hagiographie byzantine*, Bruselas 1971 (Subsidia Hagiographica 51), págs. 166-202.

Halleux, A. de, «Palamisme et tradition», en *Irenikon* 48 (1975), págs. 479-493.

Hausherr, I., «La méthode d'oraison hésychaste», en *Orientalia Christiana* 9 (1927), págs. 97-209.

—, «Le Météricon de l'abbé Isaïe», en *OCP* 12 (1946), págs. 286-301.

—, *Noms du Christ et voies d'oraison*, Roma 1960 (*Orientalia Christiana Analecta* 157).

—, *Hésychasme et prière*, Roma 1966 (*Orientalia Christiana Analecta* 176).

Heppell, M., «The Hesychast Movement in Bulgaria: The Turnovo School and its Relations with Constantinople», en *Eastern Churches Review* 7 (1975), págs. 9-20.

Herbut, J., *De ieiunio et abstinencia in Ecclesia byzantina ab initiis usque ad saec. XI*, Roma 1968 (*Corona Lateranensis* 12).

Herman, E., «La 'stabilitas loci' nel monachismo bizantino», en *OCP* 21 (1955), págs. 115-142.

Hero, A. C., *Letters of Gregory Akindynos. Greek Text and English Translation*, Washington D. C. 1983 (*Corpus Fontium Historiae Byzantinae* 21: *Dumbarton Oaks Texts* 7).

—, «Irene-Eulogia Choumnaina Palaiologina, Abbess of the Convent of Philanthropos Soter in Constantinople», en *Byzantinische Forschungen* 9 (1985), págs. 119-147.

—, *A Woman's Quest for Spiritual Guidance. The Correspondence of Princess Irene Eulogia Choumnaina Palaiologina*, Brookline/Mass. 1986.

—, «The Unpublished Letters of Theoleptos, Metropolitan of Philadelphia (1283-1322)», en *Journal of Modern Hellenism* 3 (1986), págs. 1-31; 4 (1987), págs. 1-17.

—, «Theoleptos of Philadelphia (ca. 1250-1322): From Solitary to Activist», en *The Twilight of Byzantium. Aspects of Cultural and Religious History in the Late Byzantine Empire. Papers from the Colloquium held at Princeton University, 8-9 May 1989*, S. Ćurčić y D. Mouriki (eds.), Princeton 1991, págs. 27-38.

Janin, R., *Constantinople byzantine*, París 1964.

—, *La géographie ecclésiastique de l'Empire byzantin. Première partie: Le siège de Constantinople et le Patriarcat oecuménique, III. Les églises et les monastères*, París 1969².

—, *Les églises et les monastères des grands centres byzantins. La géographie ecclésiastique de L'Empire byzantin II*, París 1975.

Joannikios Archim., *El Kausokalyba. Máximo Kausokalyba, el santo de la oración mental* (en griego), Oropos 1976.

Kakridis, I., *Codex 88 des Klosters Dečani und seine griechischen Vorlagen. Ein Kapitel der serbisch-byzantinischen Literaturbeziehungen im 14. Jahrhundert*, Múnich 1988 (Slavistische Beiträge 233).

Kalokyris, K. D., «La teología de la luz y la pintura paleológica. El palamismo en el arte bizantino», en *Tessalonica cristiana* (en griego), Tesalónica 1989, págs. 341-354.

Kazhdan, A., «Hesychasmus», en *Lexikon des Mittelalters* IV, col. 2194-2196.

Kourilas, E., *Historia del ascetismo, I. Athonita* (en griego), Atenas 1929.

Laiou, A., «Saints and Society in the Late Byzantine Empire», en *Charanis Studies. Essays in Honor of Peter Charanis*, A. Laiou (ed.), New Brunswick 1980, págs. 89-114.

Lake, K., *The Early Days of Monasticism on Mount Athos*, Oxford 1909.

Laourdas, B., «La Vida de S. Dionisio el Athonita escrita por Metrofane» (en griego), en *Archeion Pontou* 21 (1956), págs. 43-79.

Laurent, V., «La direction spirituelle des grandes dames à Byzance. La correspondance inédite d'un métropolitain de Chalcédoine», en *REB* 8 (1950), págs. 64-84.

—, *Les registres des actes du Patriarcat de Constantinople*, vol. 1, fasc. 4, París 1971.

Lemerle, P.; Guillou, A.; Svoronos, N.; Papachryssantou, D.; Ćirković, S., *Actes de Lavra IV*, París 1982 (Archives de l'Athos 11). De particular importancia la primera parte, págs. 3-62, dedicada a la historia del monasterio entre 1204 y 1500 (P. Lemerle).

Leroy, J., «Denys», en *DS* III, col. 452-454.

Lialine, C., «Érémisme en Orient», en *DS* IV, col. 936-953.

Lilienfeld, F. von., «Der athonitische Hesychasmus des 14. und 15. Jahrhunderts im Lichte der zeitgenössischen russischen Quellen», en *Jahrbuch der Geschichte Osteuropas* 6 (1958), págs. 436-448.

—, *Nil Sorskij und seine Schriften. Die Krise der Tradition im Russland Ivans III*, Berlín 1963.

—, «Das Typikon des Neilos Damilas. Ein Zeugnis des gemässigten 'sinaitischen' Hesychasmus», en *Byzantinische Beiträge*, J. Irmscher (ed.), Berlín 1964, págs. 359-372.

—, «Hesychasmus», en *Theologische Realenzyklopädie* XV, págs. 282-289.

Loenertz, R. J., *Correspondance de Manuel Calécas*, Ciudad del Vaticano 1950 (Studi e Testi 152).

Macrides, R., «Saints and Sainthood in the Early Palaiologan Period», en *The Byzantine Saint. University of Birmingham Fourteenth Spring Symposium of Byzantine Studies*, S. Hackel (ed.), Londres 1981 (Studies Supplementary to Sobornost 5), págs. 67-87.

Maloney, G. A., *Russian Hesychasm. The Spirituality of Nil Sorskij*, La Haya-París 1973.

Meester, P. de, *De monachico statu iuxta disciplinam byzantinam. Statuta selectis fontibus et commentariis instructa*, Ciudad del Vaticano 1942 (Sacra Congregazione per la Chiesa orientale, Codificazione canonica orientale, fonti serie II, fasc. 10). En particular págs. 299-ss. sobre los eremitas.

Mercati, G., «Callisto Angelicudes Meleniceota», en *Bessarione* 31 (1915), págs. 79-86.

—, *Notizie di Procoro e Demetrio Cidone, Manuele Caleca e Teodoro Meliteniote ed altri appunti per la storia della teologia e della letteratura bizantina del secolo XIV*, Ciudad del Vaticano 1931 (Studi e Testi 56).

Meyendorff, J., *Introduction à l'étude de Grégoire Palamas*, París 1959 (Patristica Sorbonensia 3).

—, «L'hésychasme, problèmes de sémantique», en *Mélanges H. Ch. Puech*, París 1973, págs. 543-547.

—, *Byzantine Hesychasm. Historical, Theological and Social Problems. Collected Studies*, Londres 1974.

—, «Spiritual Trends in Byzantium in the Late Thirteenth and Early Fourteenth Centuries», en *Art et société à Byzance sous les Paléologues. Actes du Colloque organisé par l'Association Internationale des Études Byzantines à Venise en septembre 1968*, Venecia 1971 (Bibliothèque de l'Institut Hellénique d'Études Byzantines et Postbyzantines de Venise 4), págs. 55-71, también en *The Kariye Djami, IV. Studies in the Art of the Kariye Djami and its Intellectual Background*, Princeton 1975, págs. 93-106.

—, *Byzantium and the Rise of Russia. A Study of Byzantino-Russian Relations in the Fourteenth Century*, Cambridge 1981.

—, «Palamas Grégoire», en *DS XII*, col. 81-107.

—, «Mount Athos in the Fourteenth Century: Spiritual and Intellectual Legacy», en *Dumbarton Oaks Papers* 42 (1988), págs. 157-165.

Meyer, Ph., *Die Haupturkunden für die Geschichte der Athosklöster*, Leipzig 1894.

Nasr, S. H., «The Prayer of the Heart in Hesychasm and Sufism», en *Greek Orthodox Theological Review* 31 (1986), págs. 195-204.

Nicol, D. M., «Hilarion of Didymoteichon and the Gift of Prophecy», en *Byzantine Studies/Études Byzantines* 5 (1978), págs. 186-200.

—, *The Despotate of Epiros 1267-1469*, Cambridge 1984.

—, «Instabilitas loci: The Wanderlust of Late Byzantine Monks», in *Monks, Hermits and the Ascetic Tradition*, W. J. Shiels (ed.), Oxford 1985 (Studies in Church History 22), págs. 193-202.

Niggl, G., *Prolegomena zu den Werken des Patr. Philotheos von Konstantinopel*, Múnich 1955 (tesis doctoral).

Noye, I., «Jésus (Nom de)», en *DS VIII*, col. 1109-1126.

Obolensky, D., «A Philorhomaïos Anthropolos: Metropolitan Cyprian of Kiev and All Russia», en *Dumbarton Oaks Papers* 32 (1979), págs. 79-98.

Oikonomidès, N., *Actes de Docheiariou*, París 1984 (Archives de l'Athos 13).

Pančovski, I., «Die Mystik der bulgarischen Hesychasten», en *Ostkirchliche Studien* 36 (1987), págs. 3-16.

Papachryssantou, D., «L'office ancien de saint Pierre l'Athonite», en *AnBoll* 88 (1970), págs. 27-41.

—, «La Vie ancienne de saint Pierre l'Athonite. Date, composition et valeur historique», en *AnBoll* 92 (1974), págs. 19-61.

—, *Actes du Prôtaton*, París 1975 (Archives de l'Athos 7).

Papoulia, B., «Mystische Strömungen in Byzanz im 14. Jahrhundert: Bedeutung und Konsequenzen des Palamismus», en *L'art de Thessalonique et des pays balkaniques et les courants spirituels au XIV^e siècle. Recueil des rapports du IV^e Colloque serbo-grec*, Belgrade 1985, Belgrado 1987, págs. 233-240.

Paramelle, J., «Entre messaliens et hésychastes: "Jean du désert"», en *Le monachisme oriental. L'hésychasme, 20-22 septembre 1989, Association des Amis de Sénanque*, págs. 115-127.

Pargoire, J., «Mont Saint-Auxence. Étude historique et topographique», en *Bibliothèque Hagiographique Orientale*, VI, L. Clugnet (ed.), París 1904, págs. 15-129.

Parys, M. van, «La liturgie du coeur selon saint Grégoire le Sinaïte», en *Irenikon* 51 (1978), págs. 312-337.

Petridès, S., «Le typikon de Nil Damilas pour le monastère de femmes de Baonia en Crète (1400)», en *Izvēstija Russkago Archeologičeskago Instituta v Konstantinopolē* 15 (1911), págs. 92-109.

Podskalsky, G., *Theologie und Philosophie in Byzanz. Der Streit um die theologische Methodik in der spätbyzantinischen Geistesgeschichte (14./15. Jh.)*, seine systematischen Grundlagen und seine historische Entwicklung, Múnich 1977 (Byzantinisches Archiv 15).

—, «Gregorios Palamas», en *Theologische Realenzyklopädie* XIV, págs. 200-206.

—, «Gregorios Sinaïtes», en *Theologische Realenzyklopädie* XIV, págs. 206-209.

Řezáč, J., «Digiuno nella Chiesa bizantina», en *DIP* III, col. 498-500.

—, «Idiorritmia», en *DIP* IV, col. 1620-1622.

Richard, M., «Florilèges spirituels grecs», en *DS* V, col. 475-512.

Rigo, A., «L'Epistola ai monaci (e l'Epistola a un igumeno) di uno Pseudo-Crisostomo: un trattato dell'orazione esicasta scritto nello spirito dello Pseudo-Macario», en *Studi e Ricerche sull'Oriente Cristiano* 6 (1983), págs. 197-215.

—, «Le tecniche d'orazione esicastica e le potenze dell'anima in alcuni testi ascetici bizantini», en *Rivista di Studi Bizantini e Slavi* 4 (1984), págs. 75-115.

—, «Le formule per la Preghiera di Gesù nell'Esicasmò atthonita», en *Cristianesimo nella storia* 7 (1986), págs. 1-18.

—, «Nota sulla dottrina ascetico-spirituale di Teolepto metropolita di Filadelfia (1250/1251-1322)», en *Rivista di Studi Bizantini e Neellenici* 24 (1987), págs. 165-200.

—, «Ancora sulla Preghiera di Gesù nell'Esicasmò bizantino dei secoli XIII-XV», en *Studi e Ricerche sull'Oriente Cristiano* 10 (1987), págs. 171-182.

—, «L'Epistola a Menas di Gregorio Palamas e gli effetti dell'orazione», en *Cristianesimo nella storia* 9 (1988), págs. 57-80.

—, *Monaci esicasti e monaci bogomili. Le accuse di Messalianismo e Bogomilismo rivolte agli esicasti ed il problema dei rapporti tra Esicasmò e Bogomilismo*, Florencia 1989 (Orientalia Venetiana 2).

—, «La vita e le opere di Gregorio Sinaita», en *Cristianesimo nella storia* 10 (1989), págs. 579-608.

—, «Niceforo l'esicasta (XIII sec.): alcune considerazioni sulla vita e sull'opera», en *Amore del bello. Studi sulla Filocalia. Atti del «Simposio Internazionale sulla Filocalia»*, Pontificio Collegio Greco, Roma, novembre 1989, Bose 1991, págs. 79-119.

—, «La Preghiera di Gesù», en *Parola, Spirito e Vita* 25 (1992), págs. 245-291.

—, «Callisto Angelicide Catafugiota Meleniceota e l'Esicasmo bizantino del XIV secolo: una nota prosopografica», en *Nil Sorskij e l'Esicasmo*. Atti del II Convegno internazionale di spiritualità russa, A. Mainardi (ed.), Bose 1995, págs. 251-268.

—, «Le origini delle tecniche psicofisiche d'orazione del Cristianesimo bizantino», en *Estética y religión. El discurso del cuerpo y los sentidos*, A. Vega, J. A. Rodríguez Tous y R. Bouso (eds.), Barcelona 1998, págs. 257-266.

—, *Alle origini dell'Athos. Vita di Pietro l'Athonita*, Bose 1999.

—, «Il Monte Athos e la controversia palamitica dal Concilio del 1351 al Tomo sinodale del 1368», en *Gregorio Palamas e oltre. Studi e documenti sulle controversie teologiche del XIV secolo bizantino*, A. Rigo (ed.), Florencia 2004 (*Orientalia Venetiana XVI*), págs. 1-177.

Ševčenko, I., «Society and Intellectual Life in the Fourteenth Century», en *Actes du XIV^e Congrès International des Études Byzantines*, Bucarest, 6-12 septembre 1971, I, Bucarest 1974, págs. 69-92.

Simopoulos, Th., *Melesio el Galesiote* (en griego), Atenas 1978. Este libro puede consultarse para los textos de Melesio, pero prestando atención a los numerosos (y grandes) errores de S.

Sinkewicz, R. E., «A New Interpretation for the First Episode in the Controversy between Barlaam the Calabrian and Gregory Palamas», en *Journal of Theological Studies* 31 (1980), págs. 488-500.

—, «The Doctrine of the Knowledge of God in the Early Writings of Barlaam the Calabrian», en *Mediaeval Studies* 44 (1982), págs. 181-242.

—, «An Early Byzantine Commentary on the Jesus Prayer: Introduction and Edition», en *Mediaeval Studies* 49 (1987), págs. 208-220.

—, *Saint Gregory Palamas. The One Hundred and Fifty Chapters*, Toronto 1988.

—, *Theoleptos of Philadelphieia. The Monastic Discourses. A Critical Edition, Translation and Study*, Toronto 1992.

Solignac, A., «Philothée Kokkinos», en *DS XII*, col. 1389-1392.

Soustal, P., *Thrakien (Thrake, Rodope und Haimimontos)*, Viena 1991 (*Tabula Imperii Byzantini* 6).

Soustal, P.; Koder, J., *Nikopolis und Kephallenia*, Viena 1981 (*Tabula Imperii Byzantini* 3).

Stiernon, D., «Mélèce le confesseur», en *DS X*, col. 972-975.

—, «Nicéphore l'hésychaste», en *DS XI*, col. 198-203.

Tachiaos, A. E., «Le monachisme serbe de saint Sava et la tradition hésychaste athonite», en *Khilandarsky Zbornik* 1 (1966), págs. 83-89.

–, «Le mouvement hésychaste pendant les dernières années du XIV^e siècle», en *Kleronomia* 6 (1974), págs. 113–130.

–, «Gregory Sinaïtes' Legacy to the Slaves. Preliminary Remarks», en *Cyrrillomethodianum* 7 (1983), págs. 113–165.

–, «Hesychasm as a Creative Force in the Fields of Art and Literature», en *L'art de Thessalonique et des pays balkaniques*, págs. 117–123.

Tailliez, F., «Basilikè odos. Les valeurs d'un terme mystique et les prix de son histoire littéraire», en *OCP* 13 (1947), págs. 299–354.

Talbot, A. M., *The Correspondence of Athanasius I Patriarch of Constantinople*, Washington D. C. 1975 (Corpus Fontium Historiae Byzantinae 7: Dumbarton Oaks Texts 3).

–, *Faith Healing in Late Byzantium. The Posthumous Miracles of the Patriarch Athanasios I of Constantinople by Theokistos the Stoudite*, Brookline/Mass. 1983.

–, «A Comparison of the Monastic Experience of Byzantine Men and Women», en *Greek Orthodox Theological Review* 30 (1985), págs. 1–20.

–, «Late Byzantine Nuns: By Choice or Necessity?», en *Byzantinische Forschungen* 9 (1985), págs. 103–117.

Tarnanidis, I., «Les relations serbes avec le centre hésychaste du mont Sinaï au XIV^e siècle», en *L'art de Thessalonique et des pays balkaniques*, págs. 143–148.

Ware, K., «The Jesus Prayer in St. Gregory of Sinai», en *Eastern Churches Review* 4 (1972), págs. 3–22.

–, «The Debate about Palamism», en *Eastern Churches Review* 9 (1977), págs. 45–63.

–, «St. Maximos of Kapsokalyva and the Fourteenth-Century Hesychasm», en *Kathegghetria. Essays presented to Joan Hussey for her 80th Birthday*, Camberley 1988, págs. 409–430.

Weiss, G., *Johannes Kantakuzenos – Aristokrat, Staatsmann, Kaiser und Mönch – in der Gesellschaftsentwicklung von Byzanz im 14. Jahrhundert*, Wiesbaden 1969 (Schriften zur Geistesgeschichte des östlichen Europas 4).

Zigmund-Cerbu, A., «Lumières nouvelles sur le yoga et l'hésychasme», en *Contacts* 87 (1974), págs. 272–288.

El Árbol del Paraíso

1. Mitos y símbolos de la India

Heinrich Zimmer

Prólogo de Joseph Campbell

Traducción de Francisco Torres Oliver

2. El vuelo mágico

Y otros textos

Mircea Eliade

Edición y traducción de Victoria Cirlot

y Amador Vega

3. Upaniṣads

Prólogo de Raimon Panikkar

Edición y traducción de Daniel de Palma

4. Cuerpo espiritual y Tierra celeste

Del Irán mazdeísta al Irán chiíta

Henry Corbin

Traducción de Ana Cristina Crespo

5. Las iluminaciones de La Meca

Textos escogidos

Ibn 'Arabī

Edición y traducción de Victor Pallegà

6. Las grandes tendencias de la mística judía

Gershom Scholem

Traducción de Beatriz Oberländer

7. El libro de los muertos tibetano

Edición y traducción de Ramon N. Prats

8. El silencio del Buddha

Una introducción al ateísmo
religioso

Raimon Panikkar

9. Dioniso

Mito y culto

Walter F. Otto

Traducción de Cristina García Ohlrich

10. Sufismo y taoísmo

Vol. I: Ibn 'Arabī

Toshihiko Izutsu

Traducción de Anne-Hélène Suárez Girard

11. Sufismo y taoísmo

Vol. II: Laozi y Zhuangzi

Toshihiko Izutsu

Traducción de Anne-Hélène Suárez Girard

12. El origen musical de los animales-símbolos en la mitología y la escultura antiguas

Marius Schneider

13. El fruto de la nada

Y otros escritos

Maestro Eckhart

Edición y traducción de Amador Vega

14. La Trinidad

Una experiencia humana

primordial

Raimon Panikkar

Traducción de María Tabuyo

y Agustín López

15. Tao te king

Libro del curso y de la virtud

Lao zi

Prólogo de François Jullien

Edición y traducción de Anne-Hélène

Suárez Girard

16. Visión en azul

Estudios de mística europea

Alois M. Haas

Traducción de Victoria Cirlot y Amador Vega

17. Eros y magia

en el Renacimiento

1484

Ioan P. Culianu

Prólogo de Mircea Eliade

Traducción de Neus Clavera y Hélène Rufat

18. La religión y la nada

Keiji Nishitani

Prólogo de James W. Heisig

Traducción de Raquel Bouso García

19. La plenitud del hombre

Una cristofanía

Raimon Panikkar

Traducción de Germán Ancochea

**20. Corpus Hermeticum
y Asclepio**

Edición de Brian P. Copenhaver

Traducción de Jaume Pòrtulas

y Cristina Serna

21. La religión gnóstica

El mensaje del Dios Extraño y
los comienzos del cristianismo

Hans Jonas

Prólogo de José Montserrat Torrens

Traducción de Menchu Gutiérrez

**22. El hombre de luz
en el sufismo iranio**

Henry Corbin

Prólogo de Agustín López Tobajas

Traducción de María Tabuyo

y Agustín López

23. El mito del andrógino

Jean Libis

Traducción de María Tabuyo

y Agustín López

24. Textos esenciales

Paracelso

Edición de Jolande Jacobi

Epílogo de C. G. Jung

Traducción de Carlos Fortea

**25. El Vedānta
y la tradición occidental**

Y otros ensayos

Ananda K. Coomaraswamy

Traducción de María Tabuyo

y Agustín López

**26. Ramon Llull
y el secreto de la vida**

Amador Vega

27. Del Cielo y del Infierno

Emanuel Swedenborg

Prólogo de Bernhard Lang

Traducción de María Tabuyo

y Agustín López

**28. El concepto del alma
en la antigua Grecia**

Jan N. Bremmer

Traducción de Menchu Gutiérrez

29. Los dioses de Grecia

Walter F. Otto

Prólogo de Jaume Pòrtulas

Traducción de Rodolfo Berge

y Adolfo Murguía Zuriarrain

30. Orfeo y la religión griega

Estudio sobre el «movimiento
órfico»

W. C. K. Guthrie

Prefacio de Larry J. Alderink

Traducción de Juan Valmard

Apéndice de Jaume Pòrtulas

31. La presencia de Śiva

Stella Kramrisch

Traducción de María Tabuyo

y Agustín López

**32. El diagrama del Primer
Evangelio**

y las imágenes de Jesús en

el cristianismo primitivo

Ignacio Gómez de Liaño

33. El templo del cosmos

La experiencia de lo sagrado

en el Egipto antiguo

Jeremy Naydler

Traducción de María Tabuyo

y Agustín López

**34. Fundamentos de la vía
media**

Nāgārjuna

Edición y traducción de Juan Arnau

**35. El legado secreto de
los cátaros**

Edición de Francesco Zambon

Traducción de César Palma

36. Eleusis

Imagen arquetípica de la madre

y de la hija

Karl Kerényi

Traducción de María Tabuyo y Agustín

López

37. Mitos hindúes

Edición de Wendy Doniger O'Flaherty

Traducción de María Tabuyo y Agustín

López

38. El mito de la diosa

Evolución de una imagen

Anne Baring y Jules Cashford

Prólogo de Sir Laurens van der Post

Traducciones de Andrés Piquer, Susana

Pottecher, Francisco del Río, Pablo A.

Torrijano e Isabel Urzáiz

39. Las Musas

y el origen divino del canto

y del habla

Walter F. Otto

Edición revisada por Aníbal González

Pérez

Traducción de Hugo F. Bauzá

**40. Figuras del destino. Mitos y
símbolos de la Europa medieval**

Victoria Cirlot

41. El peregrino querúbico

Angelus Silesius

Edición y traducción de Lluís Duch

Álvarez

42. Mitos de otros pueblos

La cueva de los ecos

Wendy Doniger

Traducción de María Tabuyo

y Agustín López

43. Los jardines del sueño

Polifilo y la mística del

Renacimiento

Emanuela Kretzulesco-Quaranta

Prólogo de Gerhard Goebel-Schillian

Traducción de Miguel Mingarro

44. Cábala

Nuevas perspectivas

Moshe Idel

Traducción de María Tabuyo

y Agustín López

**45. El espejo de las almas
simples**

Margarita Porete

Edición y traducción de Blanca Garí

**46. Comentarios al Sueño
de Escipión**

Macrobio

Edición y traducción de Jordi Raventós

47. La búsqueda espiritual

La trascendencia en el mito,

la religión y la ciencia

Robert M. Torrance

Traducción de Jordi Quingles

48. En el laberinto

Karl Kerényi

Edición de Corrado Bologna

Traducciones de Brigitte Kiemann y María

Condor

**49. Sobre el maniqueísmo
y otros ensayos**

Henri Charles Puech

Traducción de María Cucurella Miquel

50. La fábula mística

Siglos XVI-XVII

Michel de Certeau

Traducción de Laia Colell Aparicio

Epílogo de Carlo Ossola

51. Abandono de la discusión

Nāgārjuna

Edición y traducción de Juan Arnau

52. La Palabra en el desierto

La Escritura y la búsqueda de la
santidad en el antiguo monaquismo
cristiano

Douglas Burton-Christie

Traducción de María Tabuyo

y Agustín López

53. Silencio y quietud

Místicos bizantinos entre los siglos

XIII y XV

Edición de Antonio Rigo

Traducción de Antonio Rigo

y Amador Vega

ISBN: 978-84-9841-032-7
Depósito legal: M-2.344-2007
Impreso en Cofás

40 Figuras del destino.
Mitos y símbolos de
la Europa medieval
Victoria Cirlot

41 El peregrino querúbico
Angelus Silesius

42 Mitos de otros pueblos
Wendy Doniger

43 Los jardines del sueño
Emanuela Kretzulesco-Quaranta

44 Cábala
Moshe Idel

45 El espejo de las almas simples
Margarita Porete

46 Comentarios al Sueño de Escipión
Macrobio

47 La búsqueda espiritual
Robert M. Torrance

48 En el laberinto
Karl Kerényi

49 Sobre el maniqueísmo y otros ensayos
Henri-Charles Puech

50 La fábula mística
Michel de Certeau

51 Abandono de la discusión
Nāgārjuna

52 La Palabra en el desierto
Douglas Burton-Christie

Durante los siglos XIII-XV, al amparo de los emperadores de Bizancio, el monaquismo de la Iglesia de Oriente alcanzó uno de los momentos más creativos y controvertidos de la espiritualidad cristiana. El tema central de los tratados escritos por autores como Gregorio Palamás o Gregorio el Sinaíta es la técnica de oración y la atención del espíritu. Los métodos acerca del control de la respiración durante la recitación guardan sorprendentes similitudes con los ejercicios pisco-fisiológicos del yoga. Pero el trasfondo espiritual de los mismos hay que buscarlo en la tradición evangélica, tal como defendieron aquellos maestros espirituales ante el ataque violento de teólogos como Barlaam. La variedad de los textos traducidos aquí por primera vez (tratados teológicos y de controversia, cartas, vidas de santos o documentos imperiales) ofrece una amplia panorámica de esta literatura religiosa del Oriente cristiano, que tanto impacto tendría en la ortodoxia rusa y eslava.

Antonio Rigo (Treviso, 1958), incansable viajero por Oriente, gran conocedor de Grecia y del monaquismo del Monte Athos, es profesor de filología bizantina e historia de las religiones en la Universidad de Venecia. Ha dedicado su tarea científica a la edición y traducción de textos medievales de la tradición cristiana oriental. Entre su amplia obra destacan: *Monaci esicasti e monaci bogomili*, *La «Cronaca delle Meteore»* o *Il monaco, la Chiesa e la Liturgia*.

ISBN: 978-84-9841-032-7

