Terapéutica de las enfermedades espirituales, *Jean-Claude Larchet*

***Apuntes***

## ****Parte 1: La salud original y el origen de la enfermedad. Antropología****

### ****I. 1) La salud primordial****

→ El fin del cristianismo es la deificación del hombre: «Dios se hizo hombre para que el hombre pudiera hacerse Dios.»

→ «Las virtudes son connaturales al hombre», por esto es dinámico: no es que ya las tenga, sino que es su naturaleza realizarlas.

→ «[En el paraíso] el hombre era niño, y debía llegar a adulto».

→ Esta es la imagen y la semejanza de Dios: la imagen es las posibilidades de asemejarse a Dios; la semejanza, el cumplimiento de la imagen. Una se nos da por creación, la otra por voluntad nuestra. «Somos los artesanos de la semejanza, para que recibamos la recompensa de nuestro trabajo. Si no, seríamos fabricados por Dios, y no habría mérito por parte nuestra. Pero así, soy yo el objeto de admiración». «Creced y multiplicaos».

→ «Adán moraba en Dios, que moraba en él», gozaba de familiaridad con él (παρρησία).

→ El hombre es lógikos, conforme al Lógos. Es Cristo el que lleva a cumplimiento todo esto. Nos hace dejar de ser bebés espirituales para ser adultos.

→ «Hagamos al hombre…»: plural por la Trinidad.

→ El aliento de vida insuflado al hombre en la Creación es el Espíritu Santo (Ireneo).

→ «Buscar a Dios y servirlo sigue siendo natural al hombre» (Antonio). «El alma es cristiana por naturaleza, pues su vida natural es la vida en Cristo» (Tertuliano).

### I. 2) Enfermedad: Pecado ancestral:

### → Al ser el hombre libre, Adán podía escoger el mal. Esa tentación ponía constantemente su voluntad a prueba. Si no, la deificación habría sido impuesta. Si no es tentado, no es digno. Pero Adán quiso autodivinizarse. El alma murió, esto es, se separó de Dios. Se volvió al no-ser, al mal.

### → «Obrar mal es salirse del buen camino, contradecir su verdadera intención, naturaleza, principio, fin, definición y voluntad, su esencia» (Dionisio Areopagita).

### → El hombre pierde lo espiritual y se queda en corporal y psíquico (carne y sangre), muerto. «Dejad que los muertos entierren a sus muertos» (Lc 9:60), pues falta el Espíritu.

«Cuando los muertos se ven, no perciben su estado ni lo lamentan. Son ciegos que creen ver (ven sin ver), etc.» (*Simeón el* Nuevo Teólogo).

→ El castigo se deriva de la naturaleza: En el Génesis, cuando Dios los expulsa del paraíso, Dios no inflige el castigo, sólo lo describe. La naturaleza humana «entabla guerra implacable contra ella misma (Máximo). «El hombre está loco, no sabe ser feliz» (Doroteo de Gaza).

### I. 3) Patología del hombre caído

#### 3.1. Patología del conocimiento:

#### → «El mal uso de la facultad racional es la ignorancia y la demencia» (Máximo). Adán contemplaba a Dios y a las criaturas sensibles e inteligibles desde el espíritu; veía sus *lógoi*.

#### «Para quien sabe ver, el mundo sensible aparece misteriosamente impregnado de formas simbólicas. El mundo sensible está en el mundo inteligible por sus *lógoi*, y el inteligible en el sensible por sus improntas (esto simbolizan las dos ruedas de Ezequiel)» (Máximo)

#### → «Contemplada espiritualmente, es el árbol del conocimiento del bien; bajo su aspecto material, el del conocimiento del mal» (Máximo). Primero debía crecer en conocimiento espiritual de su Creador, y sólo después gozaría sin menoscabo de la realidad visible. Pero comió del árbol antes de tiempo; estaba aún demasiado infantil, por lo que no pudo asumir el estado resultado de comer del árbol.

#### → Se le abrieron los ojos de la carne después de cerrarse los espirituales (ignorar a Dios). La inteligencia siempre está en movimiento; luego si no está en Dios, estará en lo sensible.

#### → La ignorancia (causa de todos los males), el olvido y la desatención de Dios dan fuerza al resto de pasiones, provoca la curiosidad inestable.

#### → El hombre interior es el corazón. En la contemplación, el espíritu permanece en el interior del corazón, en movimiento circular, y se eleva a Dios. Fuera de la contemplación, la inteligencia se mueve en línea recta: sale del corazón y se divide en lo exterior. Se va de la hesiquía a la distracción, flujo incesante y múltiple. Esta separación (σχίζει) del corazón (φρήν) y espíritu es esquizofrenia.

#### → Adán considera absolutas a las criaturas (idolatría). Los conocimientos del hombre caído son proyecciones ilusorias de su conciencia caída.

#### ***3.2. Patología del deseo y del gozo:***

→ La facultad de desear (ἐπιθυμία, ἐπιθυμετικόν ἔρως, ἡδονή, δύναμις) ha sido puesta en la naturaleza humana para desear a Dios; unirse a Él. «La meta de todo deseo es Cristo» (*Cabasilas*); «el colmo de lo deseable es llegar a ser Dios» (*Basilio*). Del deseo se deriva un gozo (ἡδονή) y tristeza.

→ Al dejar de desear y amar a Dios, el hombre adquiere amor carnal o a sí mismo, filautía. «El mal es dejar de dirigir hacia su fin el acto de las facultades innatas; nada más» (*Máximo*).

→ Las pasiones son modalidades mediante las que el hombre busca placer sensible y evita el dolor físico y psíquico.

→ Los deseos sensibles son el deseo verdadero desviado de su meta natural. El deseo sólo puede orientarse a una cosa: si se orienta a una pasión, debilita al resto de pasiones; si se orienta a Dios, no se orienta a las pasiones.

→ El hombre ya no ve los *lógoi*, sino que mide a los demás según el placer que puede lograr. El mundo se hace una proyección fantasmal de sus deseos; y las criaturas se vuelven objetos.

→ «Al dejar de desear al Uno, al Ser, a Dios, los hombres se adentraron en la multiplicidad de los deseos corporales» (*Atanasio*); el hombre se vuelve multiforme, en deseos heterogéneos y contradictorios. La inteligencia se ve arrastrada por este torbellino, sin paz, en un flujo incesante y agitado. No solo múltiple, sino dual, escindido (bien/mal).

→ El placer, al dejar de ser espiritual, queda unido al dolor, a la tristeza (λύπη); tristeza porque desea lo infinito y lo pretende colmar con lo finito («el que beba de esta agua volverá a tener sed», Jn 4:13). «El corazón humano ha sido creado en función de Cristo, como un inmenso joyero,tan amplio como para contener a Dios mismo» (*Cabasilas*).

Aunque la satisfacción de un deseo le produzca la ilusión de haber encontrado lo que buscaba, el objeto de deseo que él había tomado por absoluto se revela relativo, y descubre el enorme vacío que lo separa del verdadero absoluto. La tristeza es expresión de esa insatisfacción ante el vacío y frustración.

***3.3. Patología de la agresividad:***

→ La potencia agresiva o irascible (θυμός) tiene dos funciones: oponerse a lo que separa al hombre de Dios y luchar por lo espiritual. Con ella, lucha contra el mal, resiste y combate las tentaciones y rechaza los pensamientos malos.

→ «Refuerza el deseo: encuentra el movimiento del deseo en el amor divino» (*Máximo*). Preserva y lucha por lo espiritual.

→ En el hombre caído, la ira sigue luchando por el placer, pero sensible. Y como a ello sigue la tristeza, también hace por escapar del dolor. Así, se acaba volviendo a los demás en tanto que son obstáculos al placer o causa de sufrimiento.

→ Se orienta según el deseo y la razón.

***3.4. Patología de la libertad:***

→ El hombre ha sido creado libre, esto es, con una voluntad independiente para determinarse a sí mismo y no estar sometido a ninguna necesidad.

→ La libertad (ἐλευθερία) es una de las propiedades de la naturaleza divina. Como Dios hizo al hombre a su imagen, puso en él esta propiedad. De hecho, el hombre es imagen de Dios fundamentalmente por su libertad («es igual a Dios, ΄ισόθεος», *Gregorio de Nisa*).

→ Si Dios no hubiese creado libre al hombre para que no cayera en el mal, «el bien no sería deseable, pues se obtendría sin esfuerzo ni diligencia, no se comprendería su excelencia ni se gozaría» (*Orígenes*).

→ En el estado normal de la creación, la libertad no es estar determinado más que por sí mismo, esto es, actuar según su naturaleza. «Acordar la voluntad gnómica o personal (θέλημα γνωμικόν) con su voluntad natural (θέλημα φυσικόν), que tiende al Bien y elige constantemente el bien. Esta es la libertad de los hijos de Dios (Rom 8,21), ley de libertad (Sant 2,12).

→ «La libertad consiste en asemejarse a quien no tiene dueño: al soberano, Dios. Como la libertad es identidad y conformidad con la naturaleza propia, todo lo que es libre se une a su semejante. Por otra parte, como la virtud no tiene dueño, se deduce que ahí reside la libertad, que a su vez no tiene dueño. Pues bien, como la naturaleza divina es la fuente de toda virtud, en Dios se dice los que se han purificado del mal» (*Gregorio de Nisa*).

→ Adán conocía el bien y no quería conocer otra cosa: se dirigía espontáneamente al bien. No examinaba varias posibilidades; no deliberaba. «En Dios hablamos de intención, no propiamente de elección. Dios no delibera, la deliberación se da cuando se ignora; no se delibera cuando se sabe». (*Juan Damasceno*).

«Antes de conocer qué está bien y qué mal, el niño rechazará el mal y elegirá el bien» (Is 7:15-16).

→ El diablo tentaba sin cesar al hombre para que desviara su libertad. Mientras no cedía, la tentación es positiva: el hombre desea su deificación y da a ver su valor. «Sin ser probado, el hombre no es digno» (*Damasceno*).

→ El mal del hombre y del mundo vienen del mal uso de la libertad.

***3.5. Patología de la memoria:***

→ La memoria se dio al hombre para que se acordase de Dios sin cesar, unido a Él en espíritu y corazón (μνήμη θεοῦ).

→ Implica varias cosas:

* Recuerdo de los mandamientos que recibió Adán y los que da Cristo al hombre resucitado; esto es, memoria de las virtudes.
* Recuerdo de los favores de Dios, por los que se le da gracias.
* Función incitante que hace que «la inteligencia ejerza la actividad que le es propia» (*Evagrio*), «satisfacer su necesidad de actividad»: (*Diádoco de Fótice*). Adán vivía en oración.

→ El recuerdo permanente centra en Dios, cuando el mundo no interrumpe este recuerdo, lleva al olvido de sí y del mundo, pureza de corazón, despojado de formas y figuras.

→ Su enfermedad es el recuerdo del mal (μνήμη κακοῦ), olvido de Dios, muerte espiritual.

→ Las tres enfermedades espirituales más temibles son: el olvido (λήθη), la ignorancia (ἄγνοια, o deseos fuera de lugar), y la negligencia (ῥᾳθυμία): «Gigantes del Mal... por ellas los demás males echan raíces».

→ Así, la memoria se dispersa en múltiples pensamientos, dejando de ser simple.

→ Tres vías para pensamientos apasionados: memoria, fantasía y complexión del cuerpo. La peor, la memoria (*Talasio*). El recuerdo del mal se vuelve una disposición habitual (ἕξις).

***3.6. Patología de la imaginación***

→ La imaginación (φαντασία) es la facultad del hombre que le permite representarse las cosas sensibles como tales. Junto con la memoria, representa recuerdos y sueños. Es productora, reproductora y creadora.

→ En la condición primordial, las imágenes eran simples, esto es, sin pasiones asociadas; transparentes a los *lógoi* de los seres y sus energías dentro de la contemplación natural (φυσική θεορία), y así alababa Adán a Dios y unía su naturaleza con Él. De ahí vienen los sueños «buenos», o mejor dicho, «visiones y contemplaciones que ni el ojo ha visto…» (*Simeón el Nuevo T*.). Dan a ver lo que sana que está el alma.

→ El conocimiento directo de Dios deja atrás la imaginación.

→ Al caer, la imaginación ve el mundo replegado sobre sí mismo y se llena de multiplicidad de imágenes, sin espacio para Dios; opaca para las energías. No vemos sino apariencias.

→ Los sueños «son el síntoma de un mal incrustado que el reposo hace salir a la superficie» (*Casiano*). Por su presencia y su forma revelan la naturaleza y la fuerza de las pasiones de donde proceden, dando a ver que el alma está enferma y de qué.

→ La imaginación alimenta la pasión, que a su vez alimentan la imaginación. Es la puerta de entrada de las sugestiones.

***3.7. Patología de los sentidos y funciones corporales***

→ El cuerpo participa de la mayoría de las virtudes del alma, de su santificación. «Lo mismo que Dios crea el cielo y la tierra para que el hombre habitase allí, también creó el cuerpo y el alma del hombre para que sean su morada, para que él habite y descanse en el cuerpo como en su casa, diciendo por esposa llena de belleza al alma amada” (*Macario*).

→ Por medio del cuerpo, el alma entra en contacto con las cosas sensibles a través de la percepción, o sensación, que es la modificación física de un sentido al contacto con un objeto. «Nuestros juicios (percepciones) no se forman según la naturaleza de las cosas que nos impresionan, sino según el sentimiento del alma que las ve con los ojos» (*Juan Crisóstomo*). La forma de la percepción se relaciona con el estado espiritual del sujeto: lo que conoce, desea, imagina, recuerda...

→ «Cuando el espíritu alcanza las cosas sobrenaturales, los sentidos permanecen según su naturaleza, libres de toda pasión. No buscan más que sus razones (λόγοι), disciernen sin error sus energías. No son arrastradas de forma antinatural» (*Macario*).

→ Con el pecado enferman. «El hombre viejo tiene otros ojos, además de nuestros ojos, otros oídos además de nuestros oídos… El Maligno ha revestido al hombre con un “hombre viejo” que no se somete a la ley de Dios, de modo que no ve como quiere, sino de manera perversa, etc.» (*Macario*).

**Parte 2: Las pasiones. Nosografía, semiología y patogénesis de las enfermedades espirituales**

**II. 1) Las pasiones, enfermedades espirituales**

→ Las pasiones (πάθη) o vicios (κακία) no forman parte de la naturaleza del hombre, de la imagen de Dios; no fueron creadas al principio. Se injertó en nosotros con la caída, por ausencia de luz; son tipos de locura o irracionalidad.

→ San Juan Casiano las clasifica según qué facultad del alma afectan: ἔρως, θυμός, νοῦς. San Máximo también las clasifica según se busque el placer, se evite el sufrimiento o ambas. Son imposibles de enumerar, pero algunas son generales.

→ Evagrio cuenta ocho, a las que dedica un capítulo en su libro, excepto el temor. A veces se cuenta la vanidad y el orgullo como una, o la acedia y la tristeza, y así se cuentan siete pasiones. Su origen es la *filautía*: amor egoísta, que engendra *gastrimargía*, *filargiria* y *cenodoxia*.

→ La economía de las pasiones es tal que si una se desarrolla más, otras tienen menos intensidad. Por ejemplo, los que se dedican a los negocios no sienten lujuria carnal.

→ Las pasiones suelen llamarse pensamientos (carnales) o espíritus (malignos). En conjunto son la carne (σάρξ) o mundo (κοσμος).

→ «Sufre más el alma por los pecados que el cuerpo por las enfermedades» (*Juan Crisóstomo*). Para curar, primero hay que conocer bien la enfermedad, en su raíz. A veces esto ya es terapéutico.

****II. 2) La filautía****

→ Fuente de todos los males del alma, en primer lugar de las tres pasiones generales: gastrimargía, filargiria y cenodoxia.

→ Existe una filautía virtuosa: «Ama a tu prójimo como a ti mismo», como criatura de Dios a Su imagen, ama a Dios en ti. La filautía-pasión hace volverse a lo sensible, «sólo se ama a sí mismo, y por tanto ni siquiera se ama a sí» (*Teofilacto de Bulgaria*). En realidad se odia.

→ La filautía es la división de nuestra naturaleza; no vemos la realidad profunda de los demás. Las relaciones se vuelven superficiales, indiferentes, inauténticas. El prójimo es medio de placer.

**II. 3) La gastrimargía**

→ Búsqueda de placer por la comida y falta de templanza.

→ Puede ser búsqueda de alimentos selectos (λαιμαργία) —relacionado con la boca— o querer comer mucho (γαστριμαργία). Es pasión del alma porque excede las necesidades del cuerpo. El alimento en sí es bueno; considerarlo impuro es diabólico.

→ Cuando da gracias a Dios por el alimento que Él le concede, el hombre se santifica y santifica la función de nutrición. Se alimenta de Dios a la vez que del pan, doble fuente de vida. Santifica el propio alimento y, a través de él, al cosmos, al que así une al Creador.

→ Fuente del pecado original: Adán no ayunó. Da pesadez de mente, turba los pensamientos. Introduce sobre todo la lujuria.

**II. 4) La lujuria**

→ Lujuria (πορνεία) es el uso patológico de la sexualidad. La sexualidad no existía antes de la caída; fue tras llegar la muerte cuando Adán deseó y conoció carnalmente a Eva, y ella concibió. Lo original era la virginidad. Si hubieran permanecido en el estado original, Dios los habría multiplicado de un modo no sexual. Los órganos sexuales fueron creados en previsión de la caída, de la que Dios tenía presciencia, pero no había predestinado.

→ No obstante, la sexualidad es bendecida por Dios. El concilio de Granges (s. IV) condena el desprecio de las relaciones conyugales.

→ Una finalidad de la unión sexual es la procreación, pero no la única (en fuentes neotestamentarias no se menciona la procreación). La finalidad primera es el amor, el don de sí, la unión espiritual.

→ Causa: turbación del alma desde que nace el deseo hasta que se satisface; inquietud en todas las fases y frustración tras el placer (pues esperaba satisfacción plena, y es huidiza), y hace vivir en un mundo de fantasmas, oscurece la mente y hace perder el juicio.

→ Alimenta la ausencia del temor de Dios, horror a la oración, amor desordenado de sí, insensibilidad, apego al mundo y desesperación.

→ Es alimentada por el orgullo, la vanagloria, el juicio al prójimo y como y dominio demoníaco.

**II. 5) La filargiria y la pleonexía**

→ Filargiria es apego a las riquezas, gozo por poseer, afán de conservar, dificultad para desprenderse y pena por dar. Pleonexía es el deseo de tener más. Son, respectivamente, avaricia y avidez, codicia, ambición. Suelen implicar de una a la otra.

→ No es malo lo material, pues sirve a la subsistencia del hombre, sino actitud perversa hacia ello. Este bien gozar de su uso, no de la posesión.

→ El hombre deseaba a Dios, conservando y adquiriendo bienes espirituales, incompatible con desear lo material.

Revela falta de fe en Dios, intentando controlar el futuro sin ponerse en Sus manos; Prefiere el dinero a su alma, descuida su imagen de Dios, carencia de caridad consigo mismo.

→ Quien posee riquezas se adueña de ellas en detrimento de los demás. Toda cosa sin de todos en cuanto a uso y disfrute; no son de nadie en cuanto a propiedad. Hemos de aprender a ser administradores, no dueños.

→ Lleva a la ira contra los iguales, al desprecio por los inferiores y a la envidia de los superiores. Hace que el deseo sea insaciable, crece según se cumple.

→ Empieza engendrando miedo, ansiedad y angustia por ver cómo saciar el deseo y conservar lo adquirido. Después, el alma se entristece por la frustración. Oscurece la inteligencia sobre la realidad, es delirante.

**II. 6) La tristeza**

→ La tristeza (λύπη) no existía en el paraíso. Viene con la caída, pero no es por sí misma mala. Cuando se integra en la naturaleza del hombre, puede ser tristeza según Dios, que hace estar afligido por el estado de caída y estar alejado de Dios. Es penitencia, duelo espiritual (πένθος), compunción (κατάνυξις) y don de lágrimas.

→ Pero como pasión, es llorar por el deseo frustrado o el percance sobrevenido.

→ Entonces aparece como desánimo, astenia, pesadez física, desamparo, opresión, depresión, ansiedad y angustia.

→ Causas:

* *Frustración del deseo:* nos vemos defraudados en la esperanza que teníamos. También se sigue de una satisfacción. Revela apego al mundo. También puede aparecer por envidia. Si la frustración es global (por todo el conjunto de la existencia), es que los deseos fundamentales o no son conscientes o no están colmados.
* *Ira:* Se engarza con la satisfacción perdida. Otras veces es al sentir que la ira se ha visto desproporcionada o ineficazmente si no hemos manifestado claramente lo que sentíamos o la reacción de los otros no ha sido la esperada. Y se frustra en su deseo de autoafirmación.
* *Inmotivada:* Cercana a la acedia. Provocada por el demonio. «Arrebata los pensamientos que podrían tranquilizarte» (*Crisóstomo*).

→ Aunque haya acontecimientos exteriores que susciten tristeza, no es esa su fuente, sino que está en el alma, más exactamente en la actitud que adopta frente a acontecimientos exteriores y frente a sí mismo. El hombre es responsable de su tristeza. «Nuestras alegría y pesares proceden menos de la naturaleza de las cosas que de nuestras disposiciones. Si éstas están sanamente ordenadas, tendremos siempre en nuestro corazón un gran fondo de contento» (ídem).

→ Aunque los demonios la susciten, lo hacen porque en el alma hay terreno favorable y cierta participación, más o menos consciente, del hombre. «El demonio no causa en ti esta pena, sino que la misma pena acude en ayuda del demonio (ídem).

→ Una forma extrema es la desesperación (ἀπὀγνωσις). Por ella se da el hombre a las pasiones más disolutas, pensando que son el remedio, aunque lo que hacen es ahondar la conciencia de la desesperación. Es fuente de muerte espiritual y puede arrastrar al hombre a darse muerte corporal.

→ La tristeza es de las pasiones más temibles y poderosas. Da lugar al rencor, la acritud, la malicia, la amargura, el resentimiento, la impaciencia, el entorpecimiento y oscurecimiento del espíritu, la astenia, la tibieza, la pusilanimidad, la parálisis.

**II. 7) La acedia**

→ La acedia (ἀκηδία) es cercana de la tristeza. La tradición occidental, basada en San Gregorio Magno, las reúne en una sola. Corresponde con cierta tristeza, cierto aburrimiento, disgusto, aversión, lasitud, abatimiento, desánimo, languidez, sopor, indolencia, adormecimiento, somnolencia, pesadez de cuerpo y alma. Empuja a dormir sin cansancio.

→ Se da una insatisfacción vaga y general. No se siente gusto por nada, todo es desabrido, no espera nada. El alma se vuelve inestable, incapaz de concentración.

→ Puede inspirar aversión por el lugar en que se vive, el trabajo que se tiene, el entorno... y empuja a buscar fuera de sí contactos e ideas vanas que justificamos como buenas.

→ Ataca especialmente a los de vida espiritual, atentando contra la regularidad de la disciplina y la constancia y el silencio.

→ Ataca con sopor en las horas de oración. Cuando la oración acaba, desaparece el sopor.

→ También ataca al que vive al margen de la disciplina. Aparece como ansiedad generalizada, angustia, pero a la vez letargo, embotamiento psíquico y físico, fatiga constante.

→ «Ataca sobre todo a la hora sexta [...]. Algunos ancianos declaran que ahí está el “demonio del mediodía” del salmo 90».

→ Se distingue de la tristeza porque «el espíritu se turba sin razón», no la motiva nada preciso.

→ Cubre de tinieblas el alma, la hace negligente, cobarde, acrecienta la tristeza, lleva a la desesperación, induce a blasfemia, vuelve irritable, destruye la compunción... pone en marcha casi todas las pasiones. Afecta a todas las facultades del alma.

**II. 8) La ira**

→ La ira (ὀργή) se origina en el θυμός, y comprende todas las manifestaciones patológicas de la agresividad. La función del θυμός era luchar con las tentaciones y evitar el pecado. Pero el hombre la desvía y solo usa contra su prójimo. Nada legítima la ira, «se odia la enfermedad, no al enfermo» (*Sinclética*).

→ La ira abarca el resentimiento —μῆνις, ira mantenida por el recuerdo de una humillación u ofensa o injusticia—, el rencor —μνησικακία—, el odio —μῖσος, κότος— la animadversión, hostilidad, ojeriza, enemistad, maldad, mal humor, acritud, irritación —ὀξυχολία— e impaciencia, indignación, burla, escarnio, ironía contra personas, mala voluntad —desde desear hacer daño hasta alegrarse de contrariedades del prójimo o no afligirse por su felicidad—. También violencia.

→ La ira se mantiene «porque se encuentra cierta dulzura en la amargura misma de la ira» (*Juan Clímaco*). «Hay cierto placer que hay que satisfacer a cualquier precio» (*Juan Crisóstomo*).

→ La ira nace del amor al placer, por no alcanzar un placer que busca, o cuando se halla, siente o teme que se pierda de un placer que gozaba; esto es, que el amor a sí es herido por el sufrimiento. Así, la codicia lleva a la ira. Por eso el monje suprime los deseos.

→ Las tres grandes pasiones que provocan la ira son el amor a la comida (gastrimargía), el amor al dinero y la incontinencia (filargiria y pleonexía) y el amor a sí mismo (cenodoxia y orgullo); si bien las fuentes de la ira son innumerables. «Que cada uno busque el método para curarse. Lo primero para curarse es conocer la causa del mal, una vez hallada, los enfermos recibirán de Dios y de sus médicos espirituales el remedio eficaz» (*Juan Casiano*).

→ La lujuria y el exceso de reposo (intemperancia) también son causas de ira, pues relajan la atención de la mente.

→ Pero lo fundamental es la cenodoxia y el orgullo. El hombre se entrega a la ira en sus distintas formas cuando se siente herido en su amor propio, humillado, ofendido, no considerado (sobre todo en la imagen favorable que de sí tiene y espera que le devuelvan). La causa externa es un mero detonante.

→ Se manifiesta en el cuerpo hasta hacerlo enfermar. Juan Clímaco la relaciona con la anorexia y la bulimia.

→ La ira, al aniquilar la ternura de nuestra alma, corrompe nuestra semejanza con la imagen divina (*Gregorio Magno*).

La ternura es una forma de caridad que asemeja al hombre especialmente a Dios. «En cuanto el Espíritu Santo la abandona, vemos al alma arrastrada a la dureza y dispersa en los pensamientos oscuros y superficiales» (*íbidem*).

→ Engendra tristeza, acedia, pusilanimidad, orgullo...

**II. 9) El temor**

→ En el temor (φόβος) hallamos el miedo, el espanto, el terror, la ansiedad, la angustia y el desamparo.

→ Es provoca el riesgo de una privación o de un sufrimiento, o el sentimiento de que se va a perder lo que se desea o eso a que se apega.

→ Hay dos temores:

1. El primero lo pone Dios en el hombre; es doble.

* La primera forma apega al hombre a su propio ser, para que así no se pierda en alma y cuerpo. Se apega a la vida, rechaza el no-ser (*Máximo*). Forma parte de los *lógoi* que Dios insertó en la creación humana. Por eso tememos la muerte.
* La segunda es el temor de Dios, que en su grado más elemental es temor a Su castigo, y en su forma más elevada es temor a ser separado de Él. Más que la vida biológica, el hombre consciente teme perder la vida en Dios. Eclipsa la primera forma de temor en los santos. Con estas dos, Adán guardaba el mandamiento.

1. El segundo es consecuencia del pecado ancestral. Es la repulsión a perder su ser caído, al que está apegado por filautía. Teme perder objetos sensibles que le dan placer. Se percibe en alma y cuerpo.

«Le preguntaron a un anciano: “¿por qué tengo miedo cuando voy por el desierto?” Respondió: “¡Porque aún estás vivo! La vida de este mundo aún tiene sabor para ti”». (*Apotegmas*)

→ Ambos temores son el mismo, pero orientados hacia dos fines diferentes. Se excluyen entre sí: temer al mundo es por no temor a Dios; y viceversa. El temor parece ser favorecido por la esterilidad del alma, esto es, la pérdida de la presencia divina en ella. «He tenido miedo porque estoy desnudo» (Gn 3:10).

→ Es una enfermedad, pues olvida a Dios como principio y fin del ser y de la vida; niega, ignora y rechaza su acción providencial y protección benévola; hace creer que el hombre está abandonado a sí mismo. «¿Por qué temo ir al desierto? Porque crees que estás solo y no ves a Dios que va contigo» (*Apotegmas*) Falta de fe: «¿Por qué tenéis miedo? ¿Por qué no tenéis fe?» (Mc 4:36-40).

→ Es inútil, pues no impide que ocurra nada, y deforma la realidad mediante la imaginación: «Abandono de la razón» (Sab 17:11).

→ Puede ser causado por faltas inconscientes, de las que no nos damos cuenta (involuntarias). Sienten desconfianza aunque nadie los acuse, por los remordimientos. Por eso hay que confesar esas faltas; si no, descubriremos en nosotros un temor sordo.

→ Además, da lugar a la pusilanimidad (ὀλιγοψυχία, δειλία). «Temor a ejecutar una acción» (*Juan Crisóstomo*), debilidad ante el deber, timidez más que cobardía. Enfermedad del θυμός.

→ La fuerza es lo contrario: don del Espíritu, de los que constituyen la imagen de Dios.

→ «La pusilanimidad es una disposición pueril en un alma que ya no es joven» (*Juan Clímaco*); actitud infantil que ha quedado fijada anormalmente en el adulto. Muy ligada a la cenodoxia. Bloquea el dinamismo del hombre.

**IV,10) La cenodoxia:**

→ La vanidad o vanagloria (κενοδοξία) es una pasión muy importante y fuente de otras muchas. Juan Casiano distingue dos tipos:

* El primero se muestra orgulloso de los bienes que se posee o cree poseer, y desea ser visto y admirado por los demás: por belleza, distinción, prestancia, propia destreza, riquezas...

Mueve a la filargiria, a la filarquía (φιλαρχία: amor al poder, espíritu de dominación) y a querer ser admirado por cualidades intelectuales.

* El segundo tipo es jactarse de virtudes y áscesis.

→ La cenodoxia viene reforzada al combatir las otras pasiones. Es poderosa y puede ser muy sutil. De ella obtiene el hombre cierto placer, y gracias a ella es capaz de soportar lo que sea.

→ Es el ejercicio antinatural de la virtud de tender a la gloria divina, del Cielo. Compensa la necesidad de gloria divina.

→ Apaga la fe en Dios, alimentando el apego al mundo. Da un valor a las cosas que no tiene, vive de la ignorancia de las vida. Agita los pensamientos y confunde.

→ Hace que el hombre se inquiete por buscar la admiración. De su propia ansiedad, acaba por conseguir de los demás desprecio y humillación. «Cuando veas a alguien atormentado por el desprecio, sabed que está lleno de vanagloria» (*Marcos el Monje*). Hace nacer envidia, celos, críticas sarcásticas, que llevan a la tristeza y a la angustia. Pues está frustrado por no hallar lo que busca, ha de hacer frente a un entorno hostil y agresivo, sufre por la falta de armonía y se preocupa por buscar otros medios para resarcirse.

→ El hombre pierde su autonomía: «Dios me creó libre, pero estoy dominado por mucha gente, soy esclavo de todos debido a mi deseo de complacerlos» (*Juan el Solitario*).

→ Sumerge en un mundo ilusorio: «La cenodoxia se inventa e imagina unos personajes, y lleva a desear y a proyectarse» (*Isaac el Sirio*). Desgaja al hombre de la realidad en que vive, aparta su atención de lo que le rodea, paraliza su dinamismo vital.

→ Puede fomentar el hacerse una imagen de Dios, incluso formas y visiones ilusorias.

→ Arruina el fruto del ejercicio de las virtudes. «Hincha el alma un tiempo, pero luego la deja vacía: sin virtud, desnuda, estéril». (*Casiano*). Vacía y desamparada, se llena de turbación e insatisfacción permanente, decepción y amargura. Así desnuda, el alma acaba por ser presa del resto de pasiones.

**II. 11) El orgullo**

→ El orgullo (ὑπερηφανία) está muy próximo a la cenodoxia, hasta el punto de que muchos Padres las estudian juntas.

→ La primera forma es que el hombre se crea superior a todos , o busque la superioridad si piensa que no la tiene. En la cenodoxia se busca la alabanza ajena; el orgulloso se la atribuye a sí mismo. Lleva a compararse con todos, a juzgar al prójimo desfavorablemente, a criticar por la forma de pensar o de vivir. Se esfuerza en parecer más de lo que es.

→ Se añade la pretensión de saberlo todo, la seguridad de tener razón, de donde la manía de justificarse y el espíritu de contradicción, y también la voluntad de enseñar y mandar. Lo hace ciego a sus defectos, rechaza toda crítica a sí y todo sometimiento.

→ Entonces se vuelve agresivo: irónico, acre al responder, guardando un silencio animoso, deseando ofender.

→ La segunda forma mira al hombre frente a Dios. A ello se debe el pecado ancestral, en hacer de sí el centro absoluto, buscar su propia gloria. «Creyó que los dones de la gracia de Dios los habría obtenido por su propia naturaleza, como si no necesitara el auxilio divino para perseverar en la pureza» (*Casiano*).

→ Así, vemos rechazo del auxilio divino y confianza presuntuosa en sus fuerzas; como si las virtudes fueran expresión de su propio valor y mérito, y no participación de la perfección divina y don del Espíritu. Por eso, el orgullo aparece al practicar el bien, cuando las pasiones han sido —aparentemente al menos— extirpadas.

→ En realidad, el hombre es orgulloso mientras vive separado de Dios.

→ El orgullo enfrenta a los hombres, dados los mecanismos que afianzan la imagen de sí. Si rebajamos al prójimo como si no hubiese actitud bien, es por atribuirnos nuestras acciones a nuestras fuerzas, por negar la imagen de Dios en el otro, que hace de cada uno un hijo de Dios en potencia.

→ El carácter patológico del orgullo es por la perversión de la tendencia natural del hombre a unirse a Dios en la plenitud del amor y del conocimiento. Esto debía darse por la realización de la semejanza de Dios por las virtudes y la apropiación progresiva de la gracia otorgada por el Espíritu. El hombre estaba destinado a elevarse por sinergia de sus propios esfuerzos y de la gracia (colaboración o cooperación con Dios).

→ Pero al elevarse a sí mismo se elevó contra Dios. En vez de en comunión con sus semejantes, pasó a elevarse contra sus semejantes; dividiendo así la naturaleza humana, que era única.

→ El orgullo nace de la ignorancia de sí pues el conocimiento verdadero de sí es saber que no se es nada al margen de Dios. Hay una desproporción llamativa entre lo que piensa de sí y la realidad.

→ El orgulloso desconoce al prójimo. Lo usa como glorificación de sí, esto es, como espejo que le devuelve la imagen que él se hace de sí, y espera que le devuelvan. Cada persona está llamada a manifestar la imagen divina de manera única, con carismas propios; y unos tienen más dones que otros. Estas diferencias encuentran en Dios su unidad fundamental. En las relaciones sanas, la unicidad de la persona se afirma en relación con las demás no por oposición, sino por complementariedad. Cada miembro tiene su función y no puede prescindir de otros; ninguno es de menor valor; aquellos con menos cualidades son las más honorables (1 Cor 12).

→ El orgulloso, en vez de ayudar con sus carismas al prójimo peor provisto, entrando en una relación unitiva de complementariedad en Dios, las usa para afirmar su singularidad en oposición al prójimo; crea una jerarquía en la que otros tienen grados superiores. Se encierra en su yo (filautía).

→ Puede llevar a la locura en su sentido habitual. Extravío de mente (ἐκστασις), visiones, olvida el estado humano.

→ El orgullo es la fuente primera de todas las males del hombre, y causa todas las pasiones.

→ El orgulloso sufre por la desproporción entre lo que cree o quiere ser y lo que siente ser, o por ver amenazada su imagen. Y está insatisfecho por su afán de ensalzarse, que no conoce fondo. Siente que todos le desprecian, que nadie lo apoya, se siente perseguido.

**II. 12) Transmisión de las enfermedades espirituales**

→ El pecado de Adán se transmite en la herencia biológica. Los hombres heredan las consecuencias del pecado (la muerte), pero no el pecado mismo, pues esa es falta personal de Adán. El pecado en acto o transgresión es siempre personal.

→ Se hereda el estado de pecado, que afecta a la naturaleza humana. Este estado se refiere a la debilidad, enfermedad, imperfección, corruptibilidad, pasibilidad, mortalidad física y espiritual: «Nací en iniquidad, en pecado me concibió mi madre» (Ps 50:7).

→ Este estado no es escogido personalmente. De hecho, el recién nacido no es capaz de pecado voluntario y por tanto no es culpable. Sólo cuando el hombre llega a la edad de disponer de su conciencia y de libre albedrío empieza a ser susceptible de tal pecado voluntario.

→ Este estado se hereda, es la tendencia al mal que hay en la naturaleza humana desde la niñez. Se manifiesta como un impulso irrefrenable, una esclavitud (la ley del pecado de S. Pablo).

→ El estado se retroalimenta. El miedo es la muerte y la corrupción (involuntario) lleva a la entrega a las pasiones para procurar la vida (voluntario). Nos volvemos corresponsables con Adán.

→ Se puede vivir en estado de pecado sin pecar, pues tenemos el libre albedrío y la gracia —si queremos recibirla—. Por eso Dios, por los profetas, daba mandamientos a los hombres, y los justos vivían así antes de Cristo. Los mandamientos se podían cumplir sin dejarse arrastrar.

Bajo esta Ley, en los límites de la naturaleza caída, se podía llevar una vida así, pero soportando aún la tiranía de la tendencia al mal. «Todos nos han acusado de pasiones: la Ley, fijando a cada pasión su castigo; los profetas, mandando abstenerse de ellas y apropiarse de lo mejor; los justos, exhortando a abandonarlas; los maestros, mostrando cómo huir de ellas» (*Sofronio*). «Dios, que es bueno en esencia, no descuida nada para llevarnos al bien. Como conoce los sentimientos más íntimos y los pensamientos más secretos que se agitan en el fondo de nuestro corazón, nos exhorta y aconseja. No emplea la coacción, sino que utiliza remedios apropiados a los males de cada uno, y luego lo deja todo a la decisión de nuestro libre albedrío» (*Juan Crisóstomo*).

→ El estado de pecado impide a la humanidad apropiarse de la plenitud de la gracia. Sólo Cristo puede curar a Adán y devolverle la impasibilidad, incorruptibilidad e inmortalidad, y devolverle el camino de la deificación.

**Parte 3: Condiciones generales de la terapéutica**

**III. 1) Cristo médico:**

→ Toda la tradición ve en Él el médico enviado por el Padre para curar al hombre del pecado ancestral y restaurar la salud primitiva.

→ «El Espíritu del Señor está sobre mí... Me ha enviado a curar a quienes tienen el corazón roto» (Lc 4:18; Is 61:1).

→ Los justos, los patriarcas y los profetas fueron enviados a sanar esta herida, pero no pudieron; ni siquiera los ángeles. Pues la ley predispone a la salud y hace digno de los cuidados del médico; pero no cura porque no tiene vida. La herida era demasiado profunda, «no había donde poner aceite ni vendas», abarca todas las facultades del alma. «Hemos intentado curar a Babilonia, pero no ha sanado» (Jr 51:9).

→ Los profetas y justos suplicaron un médico el Padre, y Él envió a su Hijo como médico (ἰατρός). De hecho, se da el paralelismo: Ἰησοῦς/ἰάομαι. Pues *Yeshua* es «Yahveh salva», de *yasha*, «salvar». *Yasha* = σώζειν, que es liberar, sacar de peligro y también sanar. «Los hebreos dicen “salvador”; los griegos, “médico”» (*Cirilo*).

→ ¿Cómo cura? Asumiendo la humanidad, porque «lo que no es asumido, no es curado» (τὸ γὰρ ἀπρόσλευπτον, ἀθεράπευτον) (*Gregorio Nacianceno*). Cristo asumió todo —cuerpo, alma y espíritu— para curarlo todo.

→ Al ser concebido de manera virginal, estaba exento de los efectos del pecado ancestral, y asumió la naturaleza humana como la tenía Adán antes de la caída: inclinada espontáneamente al bien, impasible, incorruptible e inmortal. Las naturalezas humana y divina se compenetran (**περιχόρεσις**): la naturaleza divina transmite a la carne sus glorias, pero ella permanece impasible.

→ Hay tres barreras que separan al hombre de Dios: la naturaleza, el pecado y la muerte. Al **hipostasiar** la naturaleza humana, Cristo derriba la primera barrera.

→ Pero su *kénosis* no queda ahí: toma sobre sí la naturaleza pasible, corruptible y mortal. Asume las secuelas del pecado, pero no el pecado mismo. Asume el hambre, la sed, el cansancio, el temor, el miedo, las lágrimas, el dolor, todo sufrimiento y la muerte; esto es, es tentado en todo, pero no comete pecado.

→ Asume todo esto en sí para destruirlo en sí, porque al estar libre de pecado no ofrece acceso al mal, pues su voluntad humana es conforme a la divina.

→ La pasión, muerte y resurrección derriban las otras dos barreras. El misterio de la redención permanece incomprensible. Los Padres hablan de él con imágenes relativas e inadecuadas.

→ La perspectiva occidental de la redención como satisfacción jurídica, como deuda pagada a un Padre airado, es ajena a los Padres orientales.

→ La victoria de Cristo suele expresarse como que la muerte, el diablo, ha mordido el anzuelo.

→ Se consuma su obra con la resurrección, en que la humanidad es restituida a su condición original: impasible, etc. Y todo esto lo hace sin cesar, cuanto nos unimos a Él según nuestro mérito y purificación.

**III. 2) Las terapéuticas sacramentales:**

→ Esta unión ocurre por la acción del Espíritu Santo en la Iglesia, cuerpo humano-divino de Cristo. Ocurre a través de los sacramentos, que purifican y deifican por el Espíritu.

→ El bautismo se para ser curados de las consecuencias del pecado ancestral, muriendo y resucitando con Cristo. En la ortodoxia, la crismación se da justo después para recibir al Espíritu Santo.

→ La penitencia es la curación espiritual de los pecados, pues Cristo no es juez, sino médico. Se reconoce el pecado, pues si no se verbaliza, se expande por contagio y envenena la vida interior, haciendo surgir ansiedad, angustia y culpa sin causa aparente, que lleva a confusión, infravaloración, pesimismo y abatimiento, hasta la desesperación. Además, tiene un efecto liberador. A algunos confesores el Espíritu les confiere el don de la cardiognosis (lectura del corazón).

→ La eucaristía reúne nuestros elementos antes disgregados. La comida es asimilada por quien la come; el pan de vida cambia a quien lo come.

→ La unción está destinada a los enfermos, aunque en la ortodoxia se dispensa a enfermos aunque no estén graves, a todos los fieles en Jueves Santo, a familias...

**III. 3) Los condiciones subjetivas de la curación**

**→ ***1. La voluntad de sanar:*****

Dios respeta la libertad del hombre, por lo que el hombre ha de elegir la gracia con todo su ser; Dios no lo sustituye ni actúa por él. Se efectúa una sinergia de la gracia divina y el esfuerzo humano.

«¿Qué significa "no apaguéis el Espíritu" (1 Tes 5,19)? El Espíritu es inextinguible y luminoso, eres tú quieres que se ha apagado respecto del Espíritu cuando tu voluntad es negligente **y no estás de acuerdo con Él» (*Macario el Grande*)**.

«Si la vida tras la iniciación no es diferente de la que precedía, el agua [del bautismo] no es más que agua» (*Gregorio de Nisa*). «Lo que no habéis llegado a ser, no lo sois» (*ídem*). El primer bien del bautismo es restaurar la imagen; el segundo, la semejanza, espera nuestro concurso (*Diádoco*).

«Limítate a darte a ti mismo con fe; cuenta tu mal al médico» (*Cirilo de Jerusalén*).

**→***2. El remedio de la fe:*****

**Es la primera condición para sanar. Supone superar el estado de negligencia.**

**Es también un conocimiento anticipado de realidades espirituales antes de que el conocimiento del creyente llegue a término; entonces el conocimiento será directo.**

Al orientarse a Dios, la fe libera al hombre de la **filautía**, pues da conocimiento de Dios, que es salud del alma. Sabe el hombre cuál es su naturaleza, **imagen de Dios** destinada a recobrar su **semejanza;** recobra y percibe el verdadero sentido de su existencia, que lo libera de la ignorancia, de extravíos que engendran angustia y absurdo; abandona la duda y se funda en la paz.

**Cura de la διψυχία**[[1]](#footnote-2) —alma dividida entre Dios y el mundo, por no darse a Dios con plena confianza—, que en latín es *cor duplex*, *duplex animus*. No se deja llevar en todas direcciones según la suerte aleatoria de los hombres sin firmeza: es apoyo sólido, puesto seguro (*Crisóstomo*). Reunifica las facultades del alma.

Hay grados en la fe, establecidos por **la práctica de los mandamientos.**

→ ***3.* ***El remedio del arrepentimiento:*****

«Uno de cada mil reconoce la gracia [que da el bautismo] en la contemplación misteriosa, para los demás, pasa desapercibido; no sospechan que el Espíritu existe y reciben dones de él» (*Simeón el Nuevo Teólogo*). El remedio de esto es la penitencia (μετάνοια).

«La penitencia es un segundo nacimiento que viene de Dios. Lo recibido en prenda por el bautismo lo recibimos como don en la penitencia» (*Isaac el Sirio*).

¿Qué es arrepentirse del pecado? «No volver a cometerlo» (*Abba Poemen*).

«El comienzo de la salvación es conocerse a uno mismo» (*Efrén el Sirio*). Este conocimiento comienza con la práctica metódica del examen de conciencia: «Así debe ser la penitencia: nos examinamos cada seis horas» (*Doroteo de Gaza*). «La penitencia es un juicio contra sí, perpetuo, es el estado del alma que se ocupa de sí y se despreocupa de todo lo demás» (*Clímaco*). «Dichoso tú que te das perfecta cuenta de tus faltas. Pues el que se da cuenta se horroriza y se desembaraza de ellas» (*Barsanufio*).

La penitencia no es un reconocimiento abstracto del pecado, «es una herida sentida fuertemente» (*Clímaco*), pues el espíritu está roto (Salmo 50). Pero no es el dolor del remordimiento: éste es quedarse encerrado en el pecado, en el yo herido; en la penitencia, el dolor es por la separación de Dios, sin sentimiento patológico de culpa o angustia paralizante, pues lanza hacia delante (Flp 3:13). En la penitencia hay una separación entre el hombre y el pecado.

Las facultades de conocimiento del penitente se van iluminando y se le van revelando realidades espirituales. El corazón y la inteligencia se reunifican.

«Aquel que conoce sus pecados es más grande que el que resucita a los muertos con su oración. El que gime una hora por su alma es más grande que el que sirve al mundo entero en su contemplación. Aquel a quien se le ha concedido verse a sí mismo es más grande que aquel a quien se le ha concedido ver a **los ángeles» (*Isaac el Sirio*).**

***→* ***4. El remedio de la oración:*****

Los sacramentos restituyen al hombre el esplendor primero de la imagen de Dios, pero lo hacen en potencia o «místicamente» (*Marcos el Monje*).

Al cristiano le queda apropiarse de la gracia, actualizarla en él y crecer en/por ella. La oración sirve para esto: «Suplicamos a Dios no para atraerlo, pues está en todas partes, sino para elevarnos nosotros» (*Gregorio Palamás*), pues «está más cerca de nosotros que nuestro propio corazón» (*Cabasilas*).

«Todo lo que pedís al rezar, creed que ya lo habéis recibido» (Mc 11:24), «no tenéis porque no pedís» (Sant 4:2). Si el hombre no se apropia de la gracia ya presente en él es porque no se ha abierto a ella. «Si pedís y no recibís, es porque pedís mal» (Sant 4:3), sin fe.

Las condiciones para que la oración sea eficaz son: fe, penitencia, atención, vigilancia y sobriedad (νῆψις), fervor, asiduidad, humildad y pureza de corazón.

La oración es un detergente del alma (*Crisóstomo*): cura las pasiones inconscientes, «sondea los corazones» (Ps 7:10), «ilumina lo oculto en las tinieblas y manifiesta los designios de los corazones» (1 Cor 4:5), pues el hombre no puede ver su «fondo escondido».

El *nous* concentra en la oración su poder de intelección, apartando toda representación, y así ejerce la actividad que le es propia, recobrando su salud.

En el estado caído, la mente «es presa de una perpetua y extrema movilidad» (*Casiano*). La oración la recoge «de su extravío habitual, cautividad, agitación, fuera de su remolino actual y vagabundeo» (*Xantopouloi*) a través de la sinergia gracia-esfuerzo. «Si no dejas jamás de luchar para detener la movilidad del espíritu, Aquel que pone límite a las olas del mar se lo pondrá a las agitaciones de tu alma durante la oración: “Os permito hasta aquí, no más lejos” (Job 38:11) (*Clímaco*).

El espíritu conoce la paz; la comunica a alma y cuerpo, y se libra del miedo y de su forma más sorda, insidiosa e inmotivada: la angustia, que no se puede combatir con el método antirrético. «Recuérdame el día de la angustia: yo te liberaré y tú me glorificarás» (Ps 49:15).

La oración pone fin a la multiplicidad de pensamientos al concentrarlos en uno solo: Dios. El alma deja de estar dividida en distintos principios incoherentes que tiran de ella en todos los sentidos; se unifica. Las facultades del alma sanan: el deseo deja de codiciar y desea a Dios, la agresividad deja de combatir al prójimo y combate los demonios y pensamientos —malos o sencillos pero que distraen—.

Libra de la tiranía de la imaginación y sana la memoria. «El remedio para liberar la memoria primordial de la memoria perniciosa de los pensamientos es la simplicidad original, el recuerdo de Dios (*Gregorio del Sinaí*). Así, «la unión espiritual es la memoria en estado puro» (*Isaac el Sirio*). El cuerpo acompaña al espíritu en la oración. En la oración el hombre conoce el verdadero Bien sin reflexión ni vacilación, por lo que su libertad no es ya imperfecta —libertad que delibera—, sino perfecta —se dirige espontáneamente a lo mejor—.

También es profiláctico, pues da fuerza contra las pruebas. «Velad y orad, no sea que caigáis en tentación» (Mt 26:41). Desvincula paulatinamente del mundo y de sí mismo al hombre, pues «la oración es la muerte de los pensamientos que proceden de la voluntad de la carne. El que reza es como un muerto que está fuera del mundo. Perseverar en la oración es renunciar a uno mismo» (*Isaac el Sirio*). «Cuando la oración entra en el alma, todas las virtudes entran con ella» (*Xantopouloi*). «La oración te hace conocer el estado de tu alma, pues es el espejo del monje» (*Clímaco*). Otorga conocimiento interior, pues el Espíritu Santo revela al hombre consciente de su «fondo oculto», donde subsisten las «pasiones secretas», y proporciona medio de remediarlas.

La oración permite al hombre conocerse. «Su espíritu empieza a ver sus faltas como la arena del mar. Aquí se encuentra el principio de la iluminación del alma y signo de su salud» (*Pedro Damasceno*). El hombre se ve en su realidad espiritual de imagen de Dios, conoce al prójimo y la realidad toda. «A quien se conoce a sí mismo se le concede el conocimiento de todo, pues conocerse a sí mismo es el culmen del conocimiento del universo» (*Isaac el Sirio*).

***→* ***La oración hesicasta:*****

* Todo esto concierne especialmente a la oración de Jesús (Ίησοῦ εὐχή), que se sitúa por encima del resto de modos de oración, sobre todo de la salmodia.  
  La fórmula habitual cuenta con las siguientes ventajas:

1. **Pide ayuda, misericordia y perdón** (ἐλέησόν es más amplio en el original que «ten piedad»).
2. Carácter penitencial.
3. Confesión de fe cristiana de vida de los verdades principales.
4. Confesión que es alabanza y adoración.
5. Con el Nombre se participa de la energía de Cristo, como ocurre al venerar un icono y sus energías.
6. Por ello tiene particular poder contra los enemigos espirituales.
7. Es fácil de memorizar y asequible para «orar sin cesar».
8. Favorece la concentración, evitando la dispersión. «Prefiero decir cinco palabras con mi mente» (1 Cor 14:19) – Κῦριε… La oración pura es, en su estado más elemental, sin distracción. «Bienaventurado aquel que con toda la reflexión de su espíritu está adherido a la oración de Jesús y la llama de continuo en su corazón, como el aire va a nuestros cuerpos y la llama a los cirios» (*Hesiquio*).

* Se vincula esta oración a una técnica psicofísica que requiere aislamiento, silencio, oscuridad, inmovilidad y posición sedente. El objetivo es que el cuerpo participe de la oración, favorezca la continuidad de la oración vinculándola al ritmo respiratorio: «Señor... de Dios» al inspirar, «ten piedad…» al espirar— y la concentración: «Los divinos Padres no vieron en esto más que una ayuda para que el espíritu se recogiera, para que volviera a sí mismo, fuera de su habitual agitación, y se prestase atención» (*Xantopouloi*).
* Conviene notar que el corazón designa dos realidades: la espiritual —el hombre interior, la raíz de las facultades del alma, centro ontológico del hombre— y la física —el órgano de carne—. Existe una correspondencia analógica, una conexión —dada la unidad cuerpo-alma— que hace tener al primero sede en el segundo y que se afecten entre sí, aunque el corazón espiritual sea por naturaleza independiente del físico.
* El espíritu es un órgano del corazón, por lo que se llama «corazón» o mejor «ojo del corazón». Aunque es incorpóreo —independiente del cuerpo—, tiene su sede en el corazón físico al menos por naturaleza o esencia (οὐσία). Por su actividad (ἐνέργεια) de movimiento en línea recta (*Areopagita*) —razón cerebral— se expande y dispersa en pensamientos. En la actitud circular vuelve al corazón.
* El método psicofísico permite circunscribir lo incorpóreo a la morada corporal (*Clímaco*).  
  Se inclina la cabeza apoyando la barbilla en el pecho. Se cierran los ojos y se concentra la mirada en el corazón o en el medio del vientre —el ombligo— (*Simeón el Nuevo Teólogo*). Se aminora el ritmo de la respiración «para no respirar cómodamente». La respiración libre es «la tormenta de los deseos que sube del corazón, oscurece el espíritu y agita al alma, la distrae y la hace evocar toda serie de cosas» (*Gregorio el Sinaíta*); pero en la respiración controlada «el ir y venir del aliento se vuelve apacible cuando se da una reflexión intensa, sobre todo en aquellos que se hallan en reposo de cuerpo y espíritu».

«La contención comedida de la respiración sutiliza el corazón duro y espeso, que vomita el anzuelo del placer. Lo húmedo del corazón, comprimido y calentado, se hace tierno, sensible, humilde, dispuesto a las lágrimas. El cerebro se sutiliza y el acto del espíritu se vuelve uniforme y transparente» (*Nicodemo*). Todas las facultades del alma, junto con el espíritu, se vuelven y unen en Dios.

Por último hay que ligar el espíritu con el aliento y hacerlo entrar con él en el corazón. «Recoge tu espíritu, introduciéndolo por la nariz, es el camino que toma hacia el corazón». Todo esto se ha de hacer s**iempre bajo la dirección de un padre espiritual experimentado; si no, puede perturbar al que lo practica.**

* El método es un coadyuvante: se puede llegar por otras vías. «Si, a pesar de todos tus esfuerzos, no penetras el corazón […], destierra de la razón todo pensamiento —tú puedes, basta con que quieras hacerlo—, dale el “Señor Jesucristo…”. Cuando con el tiempo hayas dominado esta práctica, ella te abrirá sin duda la entrada del corazón» (*Nicéforo el Solitario*). La oración requiere nepsis, combate...

→ *****5. El camino de los mandamientos:*****

* La fe debe manifestarse en el cumplimiento de los mandamientos. Al ordenar uno su ser y su existencia conforme a los mandamientos de Cristo, este manifiesta nuestra voluntad de ser curados, lo anhelamos con todo nuestro ser. «El santo bautismo es perfecto, pero no lo hace perfecto el que no pone en práctica los mandamientos; la gracia se da *místicamente* a los bautizados, y se *muestra eficaz* en quien pone en práctica los mandamientos» (*Marcos el Monje*).
* Ya el mandamiento permitía a Adán no apartarse de la deificación, conservar su estado original; a nosotros nos permite mantener la condición de hombre nuevo y las dones adquiridos. «La gracia de Dios es preservada por la observancia de los mandamientos» (*Simeón el Nuevo Teólogo*). Vivir la gracia requiere nuestro asentimiento, nuestra colaboración voluntaria. Dios da gracia, no impone, no fuerza nuestra voluntad.
* Más que guardar los mandamientos se trata de que ellos nos guarden (*Simeón*). No obstante, aunque corresponden a la naturaleza verdadera del hombre, no son espontáneos, pues contradicen la naturaleza del hombre caído.
* También permite hacer crecer los talentos que da el Espíritu. La vida espiritual es vida de desarrollo y crecimiento hasta la adultez en Cristo: Crecer significa apropiarse, asimilar la gracia de los sacramentos. «El amor de Dios consiste en guardar los mandamientos» (1 Jn 14:15); «he atraído al Espíritu porque deseaba ardientemente tus mandamientos» (Ps 118:131). Son deificantes, pues «el Señor se mantiene oculto en sus mandamientos, y lo encontramos en la medida que lo buscamos» (*Marcos el Monje*).
* Su práctica nos hace asemejarnos a Él; hay que imitarlo no de manera extrínseca —como a un sabio o un héroe—, sino revestidos de Él participando de la naturaleza divina. Dios se revela a cada uno según su capacidad.
* La gracia está tapada por las pasiones. Con los mandamientos sacamos a la luz en nosotros la manifestación del Espíritu. Cada mandamiento es una medicina específica de cada parte del alma, que «cura sucesivamente. El curado y el curador sienten esa energía como la sintió la mujer hemorroísa» (*Isaac el Sirio*). «No hay más obstáculo a la salud que el propio desorden» (*Doroteo de Gaza*).

**→ ***6. El remedio de la esperanza:*****

* La esperanza (ἐλπίς) consiste en aguardar aquello que se desea, sin desfallecer. En particular, esperar la salvación y la visión de Dios y de los bienes espirituales. «Espera en Dios y, de un modo u otro, Él actuará... Por amor al hombre, a través de la esperanza, abrirá otro camino que tú desconoces para salvar tu alma cautiva. Limítate a no dejar al margen a Aquel que puede curarte» (*Pedro Damasceno*). No ocurre en cuanto se pide, por lo que se ha de ser perseverante; esto es, firme en medio de los males.
* Es una consecuencia de la fe, de la penitencia, la oración y los mandamientos, y a la vez su causa.
* «Es una cadena sólida clavada a los cielos, que sostiene nuestras almas durante la travesía: alza poco a poco a la altura a quienes se agarran a ella con fuerza y nos saca del torbellino de las miserias terrenas» (*Crisóstomo*).
* Es sanadora, especialmente de la *dipsijía*, por eso es «simple». Libra de la desesperación y de su forma extrema, la tristeza; también de la angustia. Cierra el corazón a los vicios. Da fuerza al amor, y con ella el amor encuentra lugar en nosotros. «Es un tesoro hecho de tesoros que no aparecen aún; es un tesoro que ya poseemos, antes que el otro tesoro» (*Clímaco*). Está hecha de gozo.

### III. 4) El proceso de la curación: la conversión interior:

→ La virtud está en nosotros, no se añade como algo externo, ajeno. La salud es lo primero; después viene la enfermedad como sobreañadido: es una herrumbre, un vestido de tierra, que oculta —no destruye— la belleza natural.

→ «Ninguna criatura de Dios es mala» (*Máximo*), es el uso de las facultades el que lo puede ser.

→ «Los hombres que poseen la pasión por lo Bello no hacen morir su *éros*, encerrándola en sí mismos sin actividad; sino que aman el bien y odian el mal. El deseo es el que une a Dios» (*Palamás*). No hay que matar ni inhibir el deseo, pues es la fuerza y motor que dinamiza la vida espiritual.

→ Tampoco ha de inhibirse o mortificarse la ira, pues son los medios de combate de la vida espiritual, cuya energía es motor de esta vida. «No tendremos nunca horror al pecado si no nos causa la indignación de la ira; pues sirve al alma de resorte y le inspira fuerza, valentía y constancia para llevar a cabo una empresa, da vigor y firmeza al espíritu [...] Sometida a la razón, hay que amar la ira como odiarla cuando no lo está» (*Basilio*). «El que usa sabiamente la ira tendrá más retribución que el que por inercia nunca la ha sentido» (*Diádoco*): «Que la potencia de la ira luche por Dios; que el espíritu entero tienda a Dios tensado como una cuerda por medio de la agresividad» (*Máximo*).

### ****Parte IV: Aplicación de la terapéutica****

### IV. 1) Conversión interior: La praxis

→ El doble movimiento de la conversión de las potencias, facultades, energías y mociones del alma es apartarse del mal —no hacer mal uso de ellas, librarlas de las realidades sensibles— y acercarse al bien —dirigirse a las realidades espirituales, a Dios—.

→ La crucifixión de la carne o mortificación de los miembros (Gál 5:24, Col 3:5) es separarse del mal. «Carne» es «la ley del pecado» (Rom 2:8), es la relación del alma —de sus potencias— con lo malo. «Crucificar la carne no es darnos muerte a nosotros mismos, haciendo que muera toda actividad del cuerpo y toda potencia del alma; sino rechazar todo deseo y acto malvados» (*Palamás*). Esta es la violencia sobre sí mismo.

→ Si las virtudes están ahí, ¿por qué hace falta un esfuerzo aún para poseerlas? Porque son gérmenes que nos toca hacer crecer con la gracia, mediante la colaboración con la voluntad de Dios en nuestras facultades, mediante la realización del proyecto divino inscrito en la naturaleza humana. «Su crecimiento espiritual prosigue cada día eliminando el infantilismo y progresando a la perfección cumplida del hombre. Por eso, las potencias del hombre, sus energías, van cambiando según su edad» (*Simeón el Nuevo Teólogo*).

→ A todo esto la tradición lo designa con el nombre de **πρᾶξις (praxis),** **πρακτική** (μέθοδος/βίος) (método práctico), φιλοσοφία **πρακτική (filosofía práctica), ἄ**σκησις (áscesis), ἀγών (lucha), ἄθλησις (entrenamiento). Se basa en la práctica de los mandamientos; comienza por la fe y tiene por fines la impasibilidad (ἀπάθεια) —estar curado de las pasiones— y la caridad perfecta. Es vía de purificación (καθάρσις) de pasiones y escala (κλῖμαξ) de virtudes.

→ «Los vicios retienen a aquel que quiere huir de ellas como por un acto de asistencia mutua: se pasan al pecador de una a la otra, como una pelota, para vengarse. Sí, para los pecadores “sus caminos giran sobre sí mismos” (Job 6:18): cuando vencen un pecado, otro toma el poder y se enredan en el que habían eliminado» (*Gregorio el Grande*). Lo mismo las virtudes: «La virtud por naturaleza es una, pero toma una forma específica en cada potencia del alma» (*Evagrio*). «Las virtudes no están aisladas: adquirida una, las demás la acompañan» (*Gregorio de Nisa*). «Una virtud aislada es una que no existe o que está muy lejos de la perfección» (*Gregorio Magno*).

→ Tres pasiones —gula, codicia y vanidad— engendran el resto. Superadas las tres, superadas las otras cinco. Aunque el orden depende de cada persona, hay un orden pedagógico tradicional: gula, lujuria, codicia y avaricia; ira, tristeza, acedia, vanidad y orgullo. Lo mismo las virtudes: «Caminarán de virtud en virtud» (Ps 83:8).

****IV. 2) Virtudes genéricas:****

→ ***1. Introducción:*** Primero, como condición de la adquisición de las demás virtudes, se han de adquirir las virtudes genéricas o cardinales (γενικαί ἀρεταί), como si fueran el cimiento de las demás.

Al ἔρως corresponde la **templanza** (ἐγκράτεια) que lleva a la castidad – mejor integridad (σωφροσύνη); al θυμός de la valentía (ἀνδρεία); al νοῦς, la prudencia (φρόνησις). La armonía, acuerdo entre las partes del alma es la justicia (δικαιοσύνη). Los Padres mencionan la justicia de pasada.

**→ *2. La templanza:***

* **Comienzo de la vida espiritual. Es r**enunciar a deseos, control de los deseos del cuerpo y abstención del placer vinculado a ellos. Deseos apasionados, se entiende, sobre nutrición, sexualidad y que impliquen los sentidos, así como pensamientos y fantasías. «Casi todos los los pecados tienen por causa el placer» (*Evagrio*).
* «El espíritu amigo de Dios combate no los objetos y sus representaciones, sino las pasiones ligadas a las representaciones» (*Máximo*). El deseo se puede desligar del placer patológico.
* El proceso de la templanza es concentrar en Dios el deseo disperso por el pecado. Basta con canalizar la energía, esto es, impedir que se disperse. «Lo mismo que el agua encerrada en un conducto hermético es empujada hacia arriba por una presión ascendente a falta de un lugar donde expandirse; y a pesar de su movimiento natural que la lleva hacia abajo; así la inteligencia humana canalizada por la templanza se eleva hacia los deseos superiores por su disposición natural a moverse, a falta de salidas donde extraviarse. Al haber recibido de su Creador un movimiento perpetuo, nunca se estabiliza. Si se le impide dirigir su movimiento a las vanidades, no tiene otro remedio que dirigirse en línea recta a la realidad» (*Gregorio de Nisa*).

**→ *3. La valentía:***

* ***«*Encolerizáos y no pequéis»** (Ps 4:5). Nos enfadamos con nuestros vicios (*Casiano*). Es, fundamentalmente, la lucha contra los pensamientos (λογισμοί). «Pondré odio entre ti y la serpiente» (Gen 3:15). Los pensamientos son los impíos, pecadores, malvados enemigos, ejércitos o naciones, príncipes, etc., de los salmos.
* Luchar por la virtud es luchar por adquirirla y conservarla. «Cuando es conforme a la naturaleza, la ira es valentía [hombría}» (*Máximo*). Da vigor, tonifica, da fuerza.

**→ ***4.*** *La prudencia:***

* Al final de la praxis, uno se cura de la doble ignorancia: la ignorancia de las razones espirituales de las criaturas, recibiendo así sabiduría (σωφία), y la ignorancia de Dios, recibiendo el conocimiento del Espíritu (γνῶσις). El buen uso de la facultad del conocimiento comienza con la prudencia (φρόνησις).
* Consecuencia del pecado es que el conocimiento del bien y del mal es confuso, al tomar como criterios el placer y el dolor en vez de la voluntad de Dios: esto es la insensatez y la locura (ἀφροσύνη).
* La primera función de la prudencia es distinguir el bien del mal y de lo indiferente, sobre todo en la vida interior. Es el discernimiento de espíritus, o sea, discreción (διάκρισις), que es el ojo o lámpara del cuerpo; luz interior que hace conocer la voluntad de Dios en todo momento y lugar. Así, no nos apartamos de la virtud, esto es, conocemos nuestro estado interior y valoramos el progreso espiritual recorrido o por recorrer.
* La segunda función es dirigir las operaciones contra las pasiones adversas, subordinando las demás partes del alma, pues el intelecto las ha de gobernar y ordenar según su naturaleza.

**IV. 3) El papel terapéutico del padre espiritual**

→ Tenemos necesidad de quien que palíe lo que nos falta todavía de discernimiento, un padre o anciano espiritual (πνευματικός πατήρ, γέρων).

→ Tenemos el juicio deformado mientras nos habitan las pasiones. La impasibilidad es la llave de la plenitud del discernimiento y del conocimiento de uno mismo. Además, «la voluntad propia es un muro de bronce entre el hombre y Dios» (*Abba Poemen*).

→ Es padre porque hace nacer de lo alto: ha de tener sanas doctrinas. «No hay que buscar el arte de curar almas —esto es, la filosofía— con conjeturas, sino con una gran capacidad de aprender, [y hacerlo] junto a quien tiene larga experiencia» (*Gregorio de Nisa*).

→ La función de guía espiritual tiende a que surjan la cenodoxia y el **orgullo**. «El alimento sólido [paternidad espiritual] es para quienes están sanos: pueden soportar las agresiones que sufren los sentidos y su corazón no se ha degradado a causa de todo lo que se encuentran en el camino de la perfección» (*Isaac el Sirio*). El que quiere curar a los demás sin estar curado corre el riesgo de agravar sus dolencias y que quienes quiere curar contraigan enfermedades más graves.

→ La iluminación del Espíritu Santo confiere la ***cardiognosis***, que hace conocer al hombre interior hasta ver sus enfermedades inconscientes, tendencias y «pensamientos» secretos. «Quien ve y oye de manera espiritual, cuando ve y habla con alguien, ve su alma —si no en cuanto su esencia, sí en cuanto su estado— y sus cualidades y disposiciones» (*Simeón el Nuevo Teólogo*).

→ El ejemplo del padre espiritual —palabras, actos y actitudes— posee fuerza operativa, capaz de transformar a quienes están en relación con él. Es una fuerza carismática que se manifiesta con su mera presencia, signo de la gracia. Fuerza que da al padre un poder de acción excepcional para ayudar a sus hijos en dificultades espirituales —incluso sin que ellos se den cuenta, pero sin imponerse: el hijo debe dejarla actuar y colaborar—.

**IV.4) La manifestación de los pensamientos**

→ En la relación padre–hijo espiritual, la exteriorización de pensamientos (**ἐξαγόρευσις** τῶν λογισμῶν) es fundamental. «No es necesario preguntar por todos los pensamientos, pues los hay que son pasajeros. Se debe preguntar por los que persisten y luchan contra el hombre» (*Juan de Gaza*). En general, esto se refiere a toda perturbación, toda duda, estado desacostumbrado, inquietud…

→ Se aconseja hacerlo al menos una vez al día, incluso cada hora. Si no se puede contactar con el padre espiritual, se recomienda anotar los pensamientos según aparecen, precisando el momento y las circunstancias. Requiere estar atento en cada momento a los movimientos del alma.

→ Lo importante es aplicar la regla de la no omisión: no olvidar, no esconder ni eludir, deformar o disfrazar; hablar en total libertad, sin vergüenza ni temor. «La libertad sobre los pensamientos es, para el que pregunta, no ocultar nada ni disfrazar por falsa vergüenza, echando la culpa a otro» (*Juan de Gaza*). Así se evita la corrosión oculta que envenena el alma.

→ Practicar habitualmente esto da ligereza y despreocupación (**ἀμεριμνία**). El fin de manifestarlos es preguntar al padre por la naturaleza y manera de combatirlos.

**IV.5) El combate contra los pensamientos**

→ ***1.* ***El combate interior****:*** «Todos los pecados alcanzan primero el espíritu bajo la forma de pensamientos». (*Hesiquio de Batos*). Es con la representaciones de los objetos con lo que hay que luchar, traídos por la memoria y la imaginación; no con los objetos en sí. Combate interior, invisible, del espíritu, del corazón, áscesis espiritual, obra del corazón... es el único medio de purificar el alma de sus impulsos y pasiones.

→ «Quien verdaderamente desea hacerse cristiano debe establecer un combate no carnal, sino espiritual contra los pensamientos» (*Macario el Grande*).

→ ***2. El doble origen de los pensamientos***: En primer lugar nacen de la predisposición del hombre —sus pasiones, reminiscencias involuntarias de malas acciones anteriores— y de la actividad demoníaca, que suscita pensamientos basándose en las predisposiciones. Esta actividad —las tentaciones— crece según avanza el camino. «El hombre, hasta su muerte, no puede no tener pensamientos» (*Isaac el Sirio*), «el hombre ha recibido el poder de no hacer el mal, pero no el de que no se le ocurra» (*Simeón el Nuevo Teólogo*).

→ «Si no os sobreviene ninguna tentación visible o oculta, no podréis progresar más allá del grado donde estáis» (*Ammonas*).

→ ***3. El mecanismo de la tentación:*** Las etapas están descritas en Clímaco (XV, 74); Marcos el Monje (*Bautismo*, 8-13; ...justificados por sus obras, 211), Hesiquio de Batos (Capítulos de vigilancia, 43, 46), Filoteo del Sinaí (40 capítulos népticos, 34); Juan Damasceno (Discurso útil al alma), Máximo el Confesor (*Centurias* sobre la caridad I, 84) y Nilo de Sora.

* **Sugestión o ataque (προσβολή)**: «Es un simple pensamiento o imagen de una cosa que ha nacido en el corazón como una aparición fortuita y se muestra de pronto a la mente» (*Clímaco*), «la mera representación de la obra mala» (*Marcos*), «un movimiento sin imagen del corazón»; esto último no es que no haya imagen, sino que no conoce desarrollo.
* **Vinculación (συνδιασμός)**: «Recepción del pensamiento que el enemigo nos ha sugerido», «comunicación con aquello que acaba de manifestarse, acompañada o no de pasión» (*Clímaco*). Puede distinguirse la simple conversación con el pensamiento (ὁμιλία) y el apego a él con placer. En el último, el hombre mezcla sus pensamientos con los de la sugerencia. El hombre se une, pero no se adhiere ni acepta el pensamiento.
* **Consentimiento (συγκατάθεσις)**: «Aquiescencia del alma a lo que se le propone, acompañado de delectación». Se entrega al placer y actúa según el pensamiento.
* **Cautividad (αἰχμαλοσία)**: «Impulso violento e involuntario del corazón, atadura permanente al objeto» (*Clímaco*).
* **Realización (ἐνέργεια):** El acto en sí.
* **Pasión (πάθος)**: «Mal que afecta directamente al alma desde hace tiempo y que ahora le hace contraer una vinculación íntima con él como disposición habitual» (*Clímaco*).

En la sugestión no hay pecado (**ἀναμάρτητον**), pues no depende de nosotros. Adán en el Paraíso también era tentado; Cristo mismo fue tentado. El pecado está en el consentimiento que los demonios se esfuerzan por obtener.

→ ***4.******Estrategia espiritual: vigilancia y atención:* νῆψις, προσοχή.** «Velad y orad...», «d**espertad (ἐκνήψατε)** como es debido, y no pequéis» (1 Cor 15:34), «sed sobrios». «Los perfectos están perfectamente atentos a sí mismos. Si habla mientras trabaja, su conversación no le impide proseguir al mismo tiempo su arte» (*Juan de Gaza*) (perfecto = despierto). Los avanzados velan incluso durmiendo («mi corazón vela...»).

Velar o estarse atento a uno mismo es preocuparse del ser y destino de uno, en vez de lo exterior; reconocer las propias enfermedades espirituales. Consiste además en atender al comportamiento exterior y a la vida interior: «El camino de los rectos es evitar el mal» (Prov 16:17). «“Si el espíritu [de las malas pasiones] domina —dice el Eclesiastés—, no abandones tu sitio”, es decir, no dejes sin vigilancia ninguna parte de tu alma y de tu cuerpo» (*Palamás*).

→ La vigilancia es atender permanentemente el corazón para observar los pensamientos que nacen en él (custodia del corazón). «El trabajo de un monje es ver venir de lejos un pensamiento» (*Apotegmas*). Vigilancia también es discernir pensamientos buenos de malos. «La vigilancia ha de ser de todos las instantes… estamos en pie de guerra» (*Gregorio Magno*).

La vigilancia es examinar cada pensamiento desde que aparece y discernir su naturaleza: si es bueno, indiferente o malo. Si es bueno o indiferente, el hombre puede dejarlo entrar, salvo durante la oración. «Si no es en el momento de la oración, sino en el transcurso de las indispensables ocupaciones de la vida cuando entran y permanecen en el alma, entonces tal situación no tiene pecado; hasta los santos cumplieron dignamente y sin falta las obligaciones de la vida del cuerpo. En estos pensamientos, si la actitud es piadosa, el espíritu permanece unido a Dios» (*Nilo de Sora*).

→ ***5.* ***El rechazo de los malos pensamientos****:*** Por un lado está el *método antirrético,* que deja entrar al pensamiento hasta la vinculación, y conversando con él se le contradice refutándolo (ἀντίῤῥησις) casi siempre con citas de la Escritura, «rumiar las palabras de los mandamientos para que el pensamiento piadoso triunfe sobre el mal» (*Macario*). Esto se reserva a los avanzados, los perfectos.

Por otro lado está el camino corto, que «evita errar por la vía larga» (*Isaac*): la «refutación larga». No se deja entrar en absoluto el pensamiento —se reprime, se corta por lo sano— y se rechaza. «No dejar que duren los pensamientos» (*Máximo*). «Si nuestro espíritu ha sido probado, si está en condiciones de vigilarse y ver con toda pureza, como en un cielo sereno, las imágenes... apaga las flechas del diablo» (*Hesiquio*). Es un dicho de los Padres que, si se deja pasar la cabeza de la serpiente, todo su cuerpo pasará con facilidad: se acabará por asentir a la tentación. «Él te acechará el talón y tú le acecharás la cabeza» (Gn 3:15).  
Esta «cabeza» también son los «primogénitos de Egipto» o los «hijos de Babilonia».

→ ***6.* ***La oración y la paciencia:***** «Soportad las tentaciones hasta que las superéis» (*Ammonas*). La vigilancia es fruto de la oración, pero la obra del corazón es favorecida por el ayuno, el silencio, la soledad, la memoria de la muerte y el duelo y la humildad.

→ ***7.* ***Efectos terapéuticos****:*** «La riqueza y salud del alma están hechas de vigilancia y atención» (*Isaac*). «La mente en su estado normal es vigilante. Lo que caracteriza al ser humano en un estado de integridad es la **sobriedad (νήψις)**, la atención del corazón (**καρδιακή προσοχή**) y la facultad de juicio y discernimiento de las cosas espirituales (**διάκρισις**)» (*Lossky*). El espíritu vuelve a su orden propio, esto es, deja de verse arrastrado a su pesar por imágenes, pensamientos, deja de estar distraído y dividido, enajenado.

La práctica asidua de la oración y la vigilancia permite al hombre acceder al fondo escondido de su alma y sacar un inconsciente espiritual a la superficie de su conciencia. «En nuestra alma se ocultan numerosas pasiones que, cuando escapan a nuestro control, nos revelan unas vivas tentaciones» (*Evagrio, Máximo*). La vigilancia y la oración permiten al hombre desenmascararlas, purificarse y guardarse de ellas en adelante. «La áscesis de la inteligencia [que] es la obra del corazón... nos protege de las pasiones ocultas para que no nos encontremos con ninguna de ellas en el país oculto, en el país espiritual» (*Isaac*).

La mente se afina y agudiza, se le muestran unos pensamientos que nunca había notado. Su alma, que parecía un lago límpido, se agita y enturbia. «Si disminuye la ceguera que viene del amor al mundo por medio de la atención, uno mira como muy grandes sus caídas más ligeras» (*Diádoco*).

«Cuando empiece a velar, entonces, gracias a la oración, se verá libre de las tinieblas. Es imposible liberarse de otro modo. Pues entonces el alma puede reconocer que dentro del corazón existe otra guerra contra los pensamientos... La vigilancia ilumina y purifica primero la conciencia. Después, cuando la conciencia ha sido purificada, como una gran luz escondida que de pronto estalla, expulsa las grandes tinieblas. Y cuando las tinieblas han sido expulsadas por medio de una continua vigilancia, la conciencia revela de nuevo lo que estaba oculto» (Filoteo del Sinaíta).

«La atención es el signo de la penitencia realizada; es el desprendimiento de las pasiones, es la certeza indudable del perdón de los pecados pasados» (*Nicéforo*).

**IV. 6) Terapéutica adyuvante: la áscesis corporal**

→ El hombre se enfrenta a menudo con estados corporales que son un obstáculo. A ello le opone la áscesis corporal: ayuno, vigilia, trabajo, *metanías*, penas voluntarias, enfermedades, aflicciones y tribulaciones no buscadas. No responde a un deseo de autopunición, expiación ni «satisfacción», sino que busca someter el cuerpo al alma y al espíritu; mortifica las pasiones ligadas a él y abre algunos de sus estados, que obstaculizan ciertas funciones del alma y son un estorbo para la vida espiritual. «Usa el remedio drástico del azote de la pena (φιλοπονία) si quieres la salud de tu alma» (*Elías Écdico*).

→ Dios no quiere el mal, pero sí que el hombre lo aproveche para su beneficio espiritual. Con el mal se refiere a las penas que vienen del exterior. «Oh Dios, has querido que extraiga mi bien de las dificultades y que mi alma se conserve sana junto a Ti» (*Isaac*). «Demos gracias los que hemos sido curados, aunque lo que nos suceda sea duro» (*Máximo*). «Cuando un alma no acepta las tribulaciones que le llegan, los ángeles dicen: “Hemos tratado a Babilonia y no ha sanado”» (*Marcos el Monje*).

→ El hombre soporta más penas involuntarias cuanto menos acomete las penas del asceta. No es un castigo, sino un don providencial de Dios para que reciba dones espirituales que de otro modo le serían inaccesibles. «Si deseas la virtud, acepta ser humillado» (*Isaac*). «Los mandamientos de Dios se cumplen en aflicciones y tormentos», «toda virtud lo es si es una cruz». «La incisión de una verruga produce vivo dolor en el cuerpo, pues lo antinatural se adhiere a la sustancia por una especie de simpatía y se mezcla de modo inesperado» (*Gregorio de Nisa*).

→ En Théologie de la maladie, el autor muestra que el sufrimiento ligado a la enfermedad se puede asumir espiritualmente en Cristo y se vuelve purificador. Lo mismo la áscesis.

→ «El alma toma parte por naturaleza en las aflicciones del cuerpo, ya que su propio movimiento ha sido ligado al movimiento corporal por una sabiduría incomprensible» (*Isaac*). «El sufrimiento acogido de buen grado bien trabaja para el compañero: el del pensamiento, para el cuerpo; el del cuerpo, para el pensamiento» (*Marcos*).

→ La áscesis debilita el cuerpo y nos hace sentir frágiles. «Cuantos más padecimientos, menores suficiencia» (*Isaac*). «Los pensamientos no pueden divagar en el vacío cuando el cuerpo está afligido. Cuando soportamos con alegría las penas y tormentos, podemos refrenar nuestros pensamientos» (*ídem*).

→ El cristianismo no comporta ninguna despreció del cuerpo, sino que invita a respetarlo como miembro de pleno derecho del compuesto creado por Dios, destinado a resucitar y a conocer, junto al alma, la deificación. El cuerpo no es un obstáculo para la vida espiritual, ni es una tumba para el alma, salvo si se someten a sus apetencias desordenadas. «Hemos aprendido a matar nuestras pasiones, no nuestros cuerpos» (*Poemen;* Ef 5:29). «Ama tu cuerpo sin pasión, como servidor de las cosas divinas» (*Máximo*). «Se ha de cuidar el cuerpo como ayuda a la filosofía, para poder leer a los filósofos a concentrar en la oración el espíritu que languidece en el cuerpo» (*Basilio de Ancira*). [*Filosofía* significa aquí vida espiritual, en concreto la praxis].

→ «Con la áscesis buscamos extinguir los vicios de la carne, no la carne misma. Cada uno ha de hacerse dueño de su cuerpo con moderación, para que la carne no reaccione empujándonos a algún pecado, y que su debilidad no impida servir a los deseos del alma y bloquear el progreso espiritual hacia el bien» (*Gregorio Magno*).

### ****Parte V: Terapéutica de las pasiones y adquisición de las virtudes****

### ****V.1)**** Terapéutica de la gastrimargía: la templanza

### → En su sentido más restringido, ἐγκράτεια (templanza) es templanza sobre la gula. «Los atletas se entrenan en el odio a los deseos irracionales hasta adquirir la costumbre de odiarlos; pero, respecto de los alimentos, habrá que conservar la templanza de modo que no se llegue nunca a detestar ninguno, pues esto es una abominación y un acto diabólico» (*Diádoco*). Pues lo malo no es el placer, sino buscar el placer y apegarse a él.

### → La renuncia al placer comienza por evitar las ocasiones particulares de hallarlo y rechazar buscar el placer.

→ La regla es dejar de comer cuando tenemos lo que necesitamos, y quedarnos con un poco de hambre.

→ «El que medita en las cosas de arriba “olvida comer su pan” (Ps 101:5), es decir, deja de manifestar apego ni atención a la comida» (*Barsanufio*).

→ También hay que dar gracias, pues se adora a Dios en vez de al alimento. El alimento es don de Dios, destinado a ser consumido eucarísticamente: «Dios los creó para que sean tomados con acción de gracias por aquellos que son fieles y han conocido la verdad» (1 Tim 4:3). Al consumirlo, el hombre santifica el alimento (1 Tim 4:5; 1 Cor 10:31), y en ellos a todo el cosmos creado al que representa, y se santifica él mismo.

→ La lucha pasa por el discernimiento y doble vigilancia de los pensamientos, además de ascética corporal: lectura de las Escrituras, meditación de la muerte, compunción.

### ****V. 2)**** Terapéutica de la lujuria: continencia y castidad

→ Hay dos tipos de castidad (σωφροσύνη): castidad del monacato o virginidad, y castidad del matrimonio. Se trata de ganar la pureza (ἁγνεία) y que el deseo se consagre a Dios.

→ El trabajo corporal evita la ociosidad, que favorece los pensamientos. Las vigilias reducen el sueño, cuyo exceso favorece la lujuria. El ayuno es esencial, pues la gastronomía es un factor principal de la lujuria.

También el huir de la oración retirándose a la soledad; o si no, vigilando los sentidos, mirada y tacto sobre todo.

→ La lujuria se combate en el cuerpo y el alma. En el alma se combate con integridad de corazón, custodia de corazón (rechazar al instante pensamientos), oración —monológica u oración del cuerpo si la monológica no está asentada: extender las manos, golpearse el pecho, levantar al cielo una mirada limpia, gemir hondamente, metanías sin descanso—, salmodia, pedir la gracia. Meditación de las Escrituras, memoria de la muerte, manifestación de pensamientos.

→ Hay que combatir la cenodoxia y el orgullo, el juicio al prójimo, la acedia, la ira, la *parressía* (familiarización excesiva con el prójimo), la *cenología* (palabras vanas) y la filargiria, a las que está ligada.

→ Hay que practicar virtudes asociadas, sobre todo la humildad, la paciencia y la mansedumbre.

→ El deseo sexual no es originado en la naturaleza humana, no le corresponde por esencia; aparece por la caída. Por tanto es la virginidad lo que es natural: «vivían como ángeles» (Gn 1). El matrimonio es bueno y santo, pero la virginidad es mejor, aunque está destinada para una minoría selecta. La virginidad no es un bien en sí, sino por la intención, «es estéril para los paganos; quien la usa como escape del matrimonio la hace más vergonzosa que el libertinaje» (*Cristóstomo*). Ha de ser para entregarse más a Dios.

→ La castidad conyugal se refiere a la sexualidad extraconyugal, pues el mero deseo ya es adulterio.

→ La Iglesia ortodoxa recomienda la abstinencia sexual y el ayuno los miércoles y los viernes y en las cuatro cuaresmas anuales para dedicarse juntos a la oración, y por consentimiento mutuo. «No es una ley, sino un consejo» (Nacianceno); la tradición ortodoxa no es juridicista, sino que se remite a la conciencia de los esposos para juzgar lo que mejor conviene espiritualmente.

→ La unión sexual puede ser casta: «Para quien ha sido santificado, santa es la simiente. No solo el espíritu debe ser santificado, sino también las costumbres, la vida y el cuerpo» (Clemente). El matrimonio y la vida espiritual santifican la sexualidad. «Quien practica la continencia en exceso tiene la conciencia enferma, como dice el Apóstol (1 Tim 4:2-3)» (Niseno). La sexualidad no es mala, sino la intención. No es malo el placer, sino que se ha de ser indiferente —rechazar hacer de él un absoluto—.

→ La castidad es para reorientar el deseo a Dios, su fin natural, y así el matrimonio permite que el deseo no se agote en la sexualidad. Magdalena amó mucho carnalmente, y luego pudo expulsar ese amor con el divino (Clímaco).

****V.3) Terapéutica de la filargiria y la pleonexía: la no posesión y la limosna****

→ Lo primero para curar es conocer bien los efectos de estas pasiones: «Reconocíamos elementos de estas pasiones en nosotros mientras los ancianos las exponían como si les turbase a ellos, y sin tener que sonrojarnos, nos curábamos sin decir nada, aprendiendo a la vez las causas y remedios» (Casiano).

→ Lo segundo es reconocer la vanidad de lo que se persigue bajo la pasión. El Apóstol invoca lo no-permanente de lo condicionado al tiempo para desasirse del mundo: «Los que compran, como si no poseyeran» (1 Cor 7:29-31).

→ Después, contentarse con lo que se tiene (Heb 13:5); la fe en Dios, sin preocupaciones, apegarse a los bienes de arriba para despojarse de los de abajo.

→ La no posesión (ἀκτημοσύνη) es el rechazo a poseer y adquirir nada más allá de lo necesario. Interiormente se manifiesta como no preocupación por lo material.

→ La limosna (ἐλεημοσύνη) es compartir los propios bienes, dar lo superfluo a quienes lo necesitan y hasta lo necesario a quienes carecen de ello. «Es alegría de dar» (Crisóstomo).

La palabra griega también significa ***compasión***, esto es, hay una disposición interior más importante que el don mismo, pues el que da recibe mucho más. Ha de ser desinteresado y liberal, sin reticencias, con alegría.

Implica el sentimiento de unidad de la naturaleza humana, de la igualdad fundamental de todos los hombres. Por ello debe darse a cualquiera que lo pida o lo necesite, independientemente de toda cualidad, dignidad o mérito. El monje, que no tiene nada material que dar, da palabras de Dios.

→ También cura de preocupación, ira y tristeza.

**V. 4) Terapéutica de la tristeza: Duelo, compunción y alegría.**

→ La terapéutica de la tristeza supone, más que en otras pasiones, la conciencia de estar enfermo y la voluntad de sanar. No es raro (Crisóstomo) que el enfermo se complazca en ella porque obtiene beneficios secundarios o disfrute mórbido.

→ La tristeza puede deberse a la frustración de un placer presente o pasado, pérdida de un bien sensible, la frustración de un deseo o decepción de una esperanza carnal. Entonces conviene la renuncia al placer y el desapego. «Contra la tristeza, desprecia la gloria y la oscuridad [de no ser conocido]» (Máximo).

→ La tristeza puede deberse a la ira o al rencor. Aquí se cura dando gracias y rezando por quienes nos ofenden, pues son el médico que Dios nos envía. «La sociedad no perjudica, ofrece las mayores ventajas a quien desea corregirse de las pasiones» (Casiano).

→ Hay una tristeza sin causa. Conviene no replegarse en uno mismo, sino que hay que manifestar los pensamientos a los espiritualmente maduros, ser escuchado. Meditar las Escrituras, orar, salmodia, oración del corazón.

→ La tristeza puede exteriorizarse como parálisis, como cuando vemos a alguien que se parece a quien nos ha ofendido.

→ El hombre debe tender a pasar de la tristeza-pasión a la tristeza según Dios (del λύπη al πένθος y κατάνυξις), que es duelo por estar separado de Dios y ver a los demás así. «Jesucristo proclama bienaventurados a los que lloran por compunción» (Crisóstomo). «El πένθος es natural al alma en llamas» (Clímaco).

→ La finalidad de la tristeza según Dios es la perfección. Ahora bien, cuanto más se acerca el hombre a Dios, más conciencia tiene de estar lejos de Él; cuanto más avanza en perfección, más impresión tiene de alejamiento; cuantos más pecados purifica, más pecador se siente. El corazón debe vaciarse para recibir, sea alegría o dolor; la tristeza según Dios es compasión por la humanidad. Requiere esfuerzo y surge del temor de Dios.

→ Esta tristeza es obediente, afable, humilde, mansa, dulce, paciente; no como la otra, inestable, amarga, agobiante, desesperada (*Casiano*).

→ «Las lágrimas puras destruyen toda impureza, visible o no» (Clímaco). Purifican y curan como el agua de otro bautismo, borran las faltas cometidas desde el primero. Es signo de que la oración ha sido escuchada (Isaac). Tristeza alegre.

**V. 5) Terapéutica de la acedia:**

→ Ataca el alma por todos lados, luego la terapia debe ser multiforme. En primer lugar debe ser reconocida; después, conviene no abandonar la celda para ver a otros, no ceder al sueño.

→ El combate es largo, luego es necesaria paciencia y esperanza, practicar el duelo, sobre todo la memoria de la muerte (μνήμη θανατοῦ); temor de Dios; trabajo manual y oración.

→ Una vez vencida, el alma queda apacible y alegre, y no sobrevienen más pasiones de momento.

**V. 6) Terapéutica de la ira: mansedumbre y paciencia**

→ Se empieza curando el amor al placer, que excita la ira. Especialmente útil es la limosna.

→ Si viene del orgullo, con caridad; mejor aún, humildad reforzada con compunción. También la oración.

→ No usar la ira contra el prójimo, guardando silencio y vigilando los pensamientos. Buscar la reconciliación.

→ Sustituyendo la ira por mansedumbre (πρᾳότης). «Es un estado inmóvil [sereno y activo] del alma, que permanece igual a sí misma en humillaciones y alabanzas» (Clímaco). En realidad es remedio para todo: «el hombre manso es médico de su corazón» (Prov 14:30).

→ A la mansedumbre se asocia la paciencia, que es soportar los males sin turbación, sin decir nada bajo el impulso de la emoción ni cobijar sospechas. Viene del amor a Dios —que no achaca mal a nadie— y de la humildad. También es remedio para todo.

→ Finalmente caridad, rezar por el prójimo.

**V. 7] Terapéutica del temor: el temor de Dios:**

→ El temor y lo que se le relaciona —miedo, inquietud, ansiedad, angustia, tristeza— se debe al apego a bienes sensibles.

→ Es abolido por la fe en Dios, o mejor, Dios que responde a la fe pedida en la oración, sobre todo en la oración del nombre de Jesús: «Estés dormido o despierto, hagas lo que hagas, si está Dios ante tus ojos, el enemigo no puede asustarte. Si tu pensamiento permanece en Dios, la fuerza de Dios permanece en ti» (Apotegmas). «La señal de haber alcanzado la oración perfecta es nada nos perturbe, aunque el mundo entero nos atacara» (Barsanufio). «Si se le pedimos a Cristo, recibiremos fuerza y auxilio contra nuestras angustias» (Juan el Solitario).

→ La terapéutica supone renunciar a la voluntad propia y adquirir humildad. El miedo está ligado al orgullo de confiar en las propias fuerzas: hay que reconocer la impotencia.

→ El amor vence al miedo. En particular, el amor a Dios vence el miedo a la muerte.

→ Luego está el temor de Dios: el temor del juicio divino y del castigo —sufrimiento por separación de Dios que el juicio revela en toda su extensión—, y que el amor abole; y el temor de estar separado de Dios, que llega una vez adquirido el temor anterior.

→ Para lograr este temor, se necesita la fe que viene de cumplir los mandamientos. Los demonios temen a Dios de manera no virtuosa, pues reconocen su omnipotencia pero no cumplen su voluntad. También es necesario despreocuparse de lo terreno, meditar sobre la muerte, estar solo, el examen de conciencia, el duelo y la oración; pues el temor es un don de Dios.

→ «El temor de Dios es al principio de la educación que purifica el alma» (Palamas). Es sentir la necesidad de orientar nuestra vida hacia Dios. Expulsa pasiones y fomenta virtudes.

**V. 8) Terapéutica de la cenodoxia y el orgullo: la humildad**

→ La vanagloria es especialmente sutil y difícil de reconocer, pues «ataca a los ya vencidos y a los vencedores», «embauca a los que no están sobre aviso» (Casiano). Requiere gran discernimiento espiritual y constante vigilancia, pues presenta múltiples facetas y trampas.

→ La meditación en la muerte ayuda a darse cuenta de la vanidad de las cosas del mundo y nos recuerda el juicio, para no buscar gloria. También ayuda llevar una vida en que estemos donde no nos puedan alabar, evitar lo que nos singulariza, ser ignorado por los hombres.

→ Conviene no dejar ver la propia áscesis ni las virtudes. «Esconde tu manera de vivir, vigila tus labios» (Climaco). Había que insistir mucho a los Padres para que hablasen. Eso sí, no hay que ocultar las faltas, aunque esto depende de cada caso.

→ «Haz que los hombres te desprecien si el diablo quiere extraviarte en la cenodoxia; pues nada siente tanto como que busquemos humillación»; «Dios se regocija cuando lo hacemos». Algunos abades y padres espirituales humillaban a los que no lo hacían por sí mismos (injurias, tareas humillantes) (Clímaco). Hemos de ver en las humillaciones remedios providenciales, y en quienes nos afligen, hieren, desprecian o insultan, ver un médico.

→ En primer lugar hemos de examinar nuestra conciencia y ver lo lejos que estamos de cumplir los mandamientos; así como recordar y llorar los pecados. Y siempre orar.

→ En cuanto al orgullo, que es confianza en uno mismo, autosatisfacción, arrogancia, seguridad, pretensión de saber, confianza en el propio juicio, certeza de tener razón, manía de justificarse, espíritu de contradicción, voluntad de enseñar y mandar, no obedecer... se combate odiando la propia voluntad, desconfiando del juicio propio, evitando la autojustificación, censurarse a uno mismo, no contradecir, no querer enseñar ni mandar, «volver al estado natural» (Doroteo).

→ Conviene ver en qué nos son superiores los demás y no ver sus defectos, valorar sus cualidades.

→ También llevar una vida ruda, pues las condiciones materiales inciden en el estado interior; pues hacen constatar nuestra fragilidad.

→ Sobre todo, ver que toda gracia viene de Dios (Sant 1:17). «De todas las virtudes que has adquirido, sólo las que adquiriste sin ayuda de tu inteligencia te pertenecen, pues tu inteligencia te la ha dado Dios. De las victorias que has logrado, sólo las que has logrado sin la cooperación de tu cuerpo son resultado de tu esfuerzo, pues tu cuerpo es obra de Dios» (Clímaco). «Dios produce en vosotros el querer y el hacer» (Flp 2:13).

→ Hay dos humildades: hacia los hombres y hacia Dios (ταπεινοφροσύνη). La humildad consiste en reconocer nuestros límites, debilidad, impotencia e ignorancia. «Aunque tenga de qué enorgullecerse, no lo hace. Es un abismo de desvalorización de sí mismo» (Clímaco). Despojo de uno en todo, odio a la propia voluntad, considerar a todos superiores. Uno no se aflige por las injurias, antes se alegra: esto es señal de humildad.

→ Olvidar las buenas obras y no ver las virtudes en nosotros es pobreza espiritual, desnudez interior. El humilde, pobre de espíritu, «desea estar en la oración como si no estuviera, como lo que aún no ha llegado a ser, del todo desconocido, hasta por su propia alma» (Isaac el Sirio).

→ Reconoce la gracia y misericordia divina, atribuir todo lo bueno que hacemos y poder conservar lo bueno en nosotros a Dios.

→ «Mientras el hombre no se ha vuelto humilde, no recibe el salario de su trabajo. La recompensa no se le da a la obra, sino a la humildad» (Isaac). Es el remedio esencial de toda enfermedad. «*Abba* Antonio dijo: Vi todas las redes del enemigo desplegadas en la tierra, y dije gimiendo: “¿Quién atravesará indemne estas trampas?”. Y oí una voz que contestaba: “La humildad”».

→ Más de S. Isaac el Sirio: «En el humilde nunca hay preocupación ni confusión, ni pensamiento ardiente y vano; está siempre en calma».

«Ha penetrado el misterio de todas las naturalezas espirituales, lleva en él la sabiduría de la creación con toda exactitud y, sin embargo, considera que no sabe nada… A los humildes se les concede recibir en ellos este Espíritu de las revelaciones, que descubre los misterios. La humildad plenifica el alma en las contemplaciones divinas».

«Desciende más debajo que tú mismo, y verás la gloria de Dios. Pues allí donde germina la humildad, se extiende la gloria de Dios».

**Parte VI: La salud recobrada**

**VI. 1) La impasibilidad**

→ Esta cualidad (ἀπάθεια) es el fruto de la praxis, de cumplir los mandamientos. Es un estado del alma en que está exenta de toda pasión y posee todas las virtudes.

→ Hay una falsa impasibilidad en que el monje es aún presa de la cenodoxia y el orgullo. La verdadera impasibilidad está acompañada de humildad, compunción, deseo infinito de lo divino y celo sin medida por el trabajo espiritual (*Evagrio*). «Si cuando aparece el objeto no te conmueven ni él ni su recuerdo, entonces estás en las fronteras de la impasibilidad» (*Máximo*).

→ La impasibilidad es dos cosas. La primera es la supresión de todo pecado: pasión, impulso, deseo, pensamiento, recuerdo o imaginación o representación. Supresión no es no estar tentado al mal —habría que irse de este mundo para ello—, sino no verse afectado por él. «Las virtudes no hacen que cesen los ataques, sino que nos conservan indemnes» (*Evagrio*). «Los artificios del demonio ya no son más que un juego irrisorio» (*Clímaco*); «cuando el maligno se aleja de mí, no lo noto» (Ps 100:4). No es no ser capaz del mal, sino no estar interesado en él. No es la muerte de las pasiones; es la muerte del hombre a las pasiones.

Esto lleva a la despreocupación (ἀμεριμνία) y a la insensibilidad (ἀναισθηνία) del mundo, que lleva a la contemplación natural y a la caridad. Incluso en sueños, la representación de objetos es sencilla. Si hay sueños de deseo o ardor, aún hay enfermedad. «Se separan la pasión de la representación» (*Máximo*).

Más aún, San Máximo considera que la impasibilidad en su más alto grado es la eliminación de los pensamientos mismos, pues aún separan de Dios. Pero es necesario haber suprimido pasiones, etc., pues por una técnica mental se pueden suprimir los pensamientos dejando subyacentes las pasiones.

→ La impasibilidad es, en segundo lugar, la posesión de todas las virtudes. De hecho, Casiano no habla de *apatheia*, sino de *puritas mentis,* «Los impasibles tienen la parte apasionada de su alma viva, actuando para el bien; no la dejan morir» (*Palamas*). Con el elemento concupiscible abrazamos la caridad; con el irascible, la paciencia.

→ Es el culmen de la conversión espiritual del hombre, es su salud espiritual —pues todo actúa en él según su naturaleza—, es libertad interior —ἐλευθερία, y así se traduce a veces—, calma (ἡσυχία), imitación de Dios, «siempre igual a sí mismo». Lleva a la caridad y al conocimiento.

**VI. 2) La caridad**

→ La caridad (ἀγαπή, ἔρως, *caritas, dilectio*) es amor a Dios y al prójimo. «Es el principio universal que Dios distribuye parcialmente en los mandamientos» (*Máximo*). Su más alto grado supone la impasibilidad. Cura la codicia del ἔρως, la ira del θυμός y la ignorancia del νοῦς.

→ En primer lugar es amarse a uno mismo, a lo que uno es en profundidad —hecho a imagen de Dios— y a lo que está llamado a ser —semejante a Dios, hijo de Dios por adopción y dios por gracia—. «Adorar sin cesar a Dios por esta hermosa filautía» (Máximo). «El que ama a Dios, se ama a sí mismo» (Antonio). Pues en la filautía-pasión «uno se ama a sí mismo contra sí mismo» (Máximo). «Quien se conoce a sí mismo conoce a las otras criaturas; quien sabe amarse a sí, ama a los demás» y viceversa (Antonio).

→ El amor al prójimo es a todos los hombres y por igual. «A los enemigos, hacerles bien, soportarlos, aguantar con paciencia lo recibido de ellos, negándonos a ver en ellos maldad, y hasta sufrir por ellos si se da el caso» (Máximo). El amor perfecto es igual en todo momento.

Este amor tiene numerosas formas, que se resumen en no hacer al prójimo lo que no quieres que te hagan y hacerle lo que queremos que nos hagan (Tob 4:5, Mt 7:12).  
Excluye envidiar, despreciar, juzgar mal, alegrarse por sus desgracias y no de sus venturas; incluye cubrir necesidades materiales y espirituales, sanar sus enfermedades espirituales, buscar el progreso espiritual del otro por palabras, servicio y oración. La compasión es alegrarse por lo bueno que le sucede y afligirse por sus males, brindando alivio y consuelo.

→ Es caritativo el que «se considera uno con todos por verse a sí mismo en todos». (Evagrio). →«Somos todos de una única y misma esencia, miembros los unos de los otros, de modo que amémonos profundamente» (Antonio).

→ El amor a Dios no se puede enseñar, es actos, es inefable, pues es cumplir los mandamientos. Aunque es un don de la gracia —ayudado sobre todo por la oración—, es, como toda virtud, una disposición natural del hombre en su salud original, «la ley del amor depositada en su naturaleza» (Antonio).

«Lo que nos enseña a amar a Dios no es una enseñanza exterior. En la naturaleza misma del ser vivo —del hombre— está el germen de la aptitud de amar. A la escuela de los mandamientos le pertenece recoger este germen y desarrollarlo con la gracia divina» (Basilio). «La compasión, cuando se encuentra en tu corazón, es en ti el ícono de la santa beldad a cuya semejanza has sido creado” (Isaac) —en este autor, compasión es caridad—.

→ Cura las tres potencias del alma. «Reúne lo que está dividido, crea de nuevo al hombre en la unidad de pensamiento y de acción» (Máximo). Es lo que da la vida.

**VI.3. El conocimiento**

→ Se suele equiparar θεωρία (contemplación) con γνῶσις (conocimiento). Hay distintos grados de conocimiento que reciben diferentes nombres.

→ Es el fin de la praxis: «Todo ha sido creado para conocer a Dios» (Evagrio). «La acción de los mandamientos no basta para curar por completo las potencias del alma si no se suceden en el espíritu las contemplaciones que se corresponden con ellas» (*ídem*) Cura la parte racional del alma (λογιστικόν) del olvido y de la ignorancia.

→ «El que ha mostrado el conocimiento encarnado en la praxis y la praxis vivificada por el conocimiento, ha encontrado el modo exacto de la verdadera teurgia. [Y al contrario], el conocimiento desprovisto de praxis no difiere de la imaginación, y la praxis desprovista de razón no es sino un simulacro. [...] El misterio de nuestra salvación muestra que la praxis es una contemplación activa, y la contemplación es una praxis iniciada» (Máximo). El temor de Dios es práctica de los mandamientos (*ídem*).

→ No confundir con el *conocimiento simple* (λόγος φιλός) o pseudoconocimiento (ψευδονυμός γνῶσις, γνῶσις ψευδῆς, ψευδογνῶσία). «El conocimiento espiritual es simple. Si alguien desea acercarse a él, no podrá hacerlo hasta que renuncie a los sutiles recursos de su investigación, a las complejidades de su método, y no mantenga un corazón de niño. […] Mientras la inteligencia no se libre de sus múltiples pensamientos, no alcance la simplicidad de la pureza, no puede experimentar el conocimiento espiritual» (*Isaac*).

→ Por tanto, no está reservado a unos pocos iniciados, pues es inútil «la sabiduría de los sabios» (1 Cor 1:19). «Ni unos son *gnósticos* ni otros son psíquicos, pues en el Logos mismo todos aquellos que han abandonado los deseos de la carne son iguales, todos son *pneumáticos* a los ojos del Señor» (Clemente). El conocimiento/contemplación se basa en la humildad; el pseudoconocimiento, en el orgullo.

→ Implica la impasibilidad y, por ende, todas las virtudes.

→ Es conocimiento no técnico, sino experiencial: pues es intuición que pone al hombre en contacto con lo que conoce, se basa en la totalidad de la experiencia espiritual del hombre, y en él se experimenta la gracia que nos constituye.

→ Los dos grados más importantes: contemplación natural (θεωρία φυσικἠ) y contemplación de Dios (θεολογία).

→ ***1. La contemplación natural*** es conocimiento/contemplación de las criaturas en dos grados: seres corporales e invisibles. Otro grado puede ser el conocimiento/contemplación de la economía divina, de la Providencia y el Juicio divinos en la creación, así como el sentido profundo de la Escritura.

→ Es conocer los *logoi* de los seres, sus razones espirituales ocultas, su esencia espiritual y su principio, causa y fin en Dios, su sentido espiritual, su relación con Dios, los energías divinas de que participa, la marca que el Creador ha dejado en ellas, «perfecciones invisibles de Dios» (Rom 1:20), «sabiduría variadísima» (Evagrio), «sensación de los misterios divinos escondidos en las cosas y las causas» (Isaac).

→ Obra importante: *Cuestiones a Talasio* de S. Máximo:

«El mundo inteligible aparece, para los que son capaces de ver, impreso misteriosamente en el mundo sensible por medio de las formas simbólicas. El mundo sensible está presente en forma cognoscible para la inteligencia en el mundo inteligible, amplificado por los logoi. Este en aquel por los logoi, aquel en este por las huellas impresas. Su realidad es una, como sería una rueda dentro de otra rueda (Ez 1:16), como dice Ezequiel hablando de los dos mundos».

→ Como ve a las criaturas en relación a su Creador, el hombre se vuelve capaz de captar la realidad total, la visión unificada del mundo; así realiza la tarea de unificar la creación al unirse a Dios.

→ Se conoce/contempla los ángeles, los demonios y los seres humanos en su espíritu, y por tanto se conoce el hombre a sí mismo, y viceversa. «Nadie se conoce mejor que quien cree que no es nada en absoluto» (Cristóstomo).

→ El conocimiento de unos mismos da acceso más fácil y directo al conocimiento/contemplación de Dios que el de las criaturas. «Para aquel que estudia con inteligencia, el cielo y la tierra son menos aptos para hacerlo conocer a Dios que su propia constitución. “Admirable el conocimiento de ti que he sacado de mí” (Sal 138:6)» (*Basilio*).

«El hombre interior, el corazón una vez desembarazado de la herrumbre, recupera su imagen primera. El hombre, al mirarse, ve en él a Aquel que busca con alegría suprema. Descubre en la imagen al Modelo. Cuando miramos el sol en un espejo, lo vemos en el resplandor del espejo lo mismo que si miráramos al propio disco solar. No podéis contemplar la luz en sí misma, pero si recobráis la gracia de la imagen depositada en vosotros desde el principio, poseeréis en vosotros el objeto de vuestros deseos» (Gregorio de Nisa).

→ «El conocimiento es la salud del alma» (Evagrio). «Lo que la salud y la enfermedad son el cuerpo vivo, el conocimiento y la ignorancia lo son al espíritu» (Máximo). «La caridad cura la parte irascible del alma; la castidad, la parte desiderativa; el conocimiento, la inteligencia» (Evagrio). En el conocimiento/contemplación, el hombre da gloria (o alaba) a Dios en el encuentro con cada ser, de múltiples formas.

→ Aun así, esto «es sólo la sombra del conocimiento, que alimenta el espíritu mientras espera recibir una contemplación más elevada» (Isaac), pues las criaturas son limitadas. El espiritual avisado no se detiene aquí; va al conocimiento de Dios mismo, so pena de quebrarse o estancarse.

→ ***2.* El conocimiento/visión de Dios:** Dios es infinitamente trascendente a lo creado, luego su contemplación excluye toda imagen, simple o inteligible (ἀπόθεσις νοημάτων). Está más allá del conocimiento humano; luego el hombre ha de estar en un estado de no-conocimiento (ἀγνωσία, ἀγνοία); cesa toda actividad intelectual.

→ «La negación por sí sola eleva, pero sólo da la imagen de esta contemplación; no es ella misma esta contemplación» (Palamas). «Dios no sólo está por encima del conocimiento, sino también del desconocimiento» (*ídem*), del ser y del no ser (Dionisio). «No solo es negación y desprendimiento: también es unión y divinización tras el desprendimiento» (*í*dem).

→ «¿Cómo ver a Dios si no es por la fuerza del Espíritu?» (Palamas). Es gracia, revelación. También el conocimiento/contemplación natural es revelado, y se le suele llamar *S*abiduría (de Dios en las criaturas y en el ordenamiento del mundo).

→ En lo natural, el hombre conoce por la potencia de su espíritu iluminado por el Espíritu; en la teosis, conoce por el Espíritu mismo. «Sobrepasa toda gnosis y noesis (intelección)» (*í*dem). Conoce a Dios por Dios que está en él. Esta es la inteligencia de Cristo.

→ Ahora bien: las facultades del hombre participan de alguna manera en esta iluminación. Pero no conoce por la energía de los órganos, sino por la divina.

→ Impropiamente se llaman γνῶσις, νόησις, αἴσθησις (sensación). Es preferible *visión* (ὄρασις), aunque también impropio. El hombre no ve con el νοῦς, sino con visión espiritual (πνευματική).

→ Lo que se «ve» es una Luz que comunica Sus energías. El hombre conoce Sus energías, pues la esencia es inaccesible. Las energías son procesiones, fuerzas, operaciones.

→ La tiniebla en que mora Dios se refiere al hombre, pues su conocimiento no Lo alcanza. Pues la luz no es sensible ni intelectual, es luz increada, espiritual, «es una potencia espiritual distinta en su trascendencia de todas las facultades creadas» (*í*dem).  
Es como un órgano del alma que se añade a los que ya hay: «Os daré un corazón nuevo, y pondré en vosotros un espíritu nuevo» (Ez 36:26).

→ «Entonces, oh milagro, es Dios quien mira, no solo con el alma que hay en nosotros, sino también con nuestro cuerpo. Por eso vemos, con los órganos del cuerpo mismo, la luz» (Palamas). Por eso es unión, más que conocimiento. Convertirse uno en luz es que todos los órganos participan.

→ Unión, que no confusión. Se comparten energías, no esencia. Unión con carácter personal. Unión a la Trinidad. En la Luz el Espíritu manifiesta al hombre el Verbo encarnado que manifiesta al Padre. Y en plena conciencia.

→ Dios no comunica su esencia; esto es, seguimos conscientes de nuestros límites, de la radical trascendencia de Dios. Además, lo que vemos aquí es primicia de lo que veremos en el siglo futuro.

→ ***3.* Conocimiento/visión de Dios y la praxis:** Dios concede esta gracia a los dignos de ella y en proporción a su dignidad, «en la medida que se ha vuelto receptivo a la fuerza del Espíritu» (Palamas), unirse a Él, «brillar con el reflejo de esta luz» (Gregorio de Nisa).  
Dios se une al que se une a Él; unirse a Él es practicar sus mandamientos, que son deificantes.

→ Esto es, esta praxis lleva a la pureza, y «los de corazón puro verán a Dios» (Mt 5:8). Pureza de pensamientos y de pasiones. Pues por las virtudes se une el hombre ontológicamente a Dios, se hace semejante.

→ ***4*. El papel de la oración pura:** «Las virtudes disponen al hombre a recibir a Dios; la oración, con su poder, opera esta recepción» (Palamas). Oración pura y visión se hacen equivalentes.

→ Para ello se requiere vigilancia, que es por un lado «custodia de los sentidos» (sensaciones) y «de la mente» (imaginación, conceptos). A esto hay que unir la pureza de corazón: «la actividad (ἐνέργεια) de la mente se purifica fácilmente [se refiere a que hay técnicas que lo permiten], pero la potencia (δύναμις) que produce esta actividad no está purificada más que cuando las otras también lo están. Es posible, con cierta aplicación [técnica], purificarse por un tiempo una actividad, pero no la potencia; que está unida a las demás» (*Palamas*).

→ Eliminando toda representación de mente y corazón, se llega al perfecto silencio de las facultades, que es el grado más alto de la hesiquía. «La virtud de la atención hace que abunde todo bien en el corazón» (Hesiquio). «Las cosas divinas vienen solas, tú ignoras la hora y el día» (*Isaac*).

→ Es habitual identificar προσευχή (oración) y προσοχή (atención). El νοῦς se δεκτικός, capaz de recibir o tender a algo, no de producir o adquirir.

→ Entonces recibimos la verdadera salud, que es santidad, y el Espíritu hace del hombre un hombre-Dios, Hijos (a semejanza del Dios-hombre) del Altísimo.

→ La visión de la Trinidad no existió antes de la encarnación de Cristo (Isaac el Sirio).

### Fuentes muy usadas:

* Clemente: Pedagogo, Protréptico, Stromata;
* Evagrio: *Antirrético,* *Capítulos gnósticos*, *Comentarios a los salmos*, *De los ocho malos pensamientos*, *El gnóstico*, *Escolios al Eclesiástico, Escolios a los Proverbios, Tratado de la oración, Tratado práctico;*
* Nicolás Cabasilas: Vida en Cristo;
* Gregorio de Nisa: Vida de Moisés;
* Orígenes: *Comentarios*, *Homilías*, *Tratados de oración;*
* Gregorio Palamas: *Tríadas;*
* Isaac el Sirio: Cartas, *Discursos ascéticos;*
* Juan Clímaco: Escala
* Máximo el Confesor: *Centurias sobre la caridad*, *Centurias sobre la teología y la economía*, *Centurias sobre el Padrenuestro*, *Cuestiones a Talasio*, Mistagogía;
* Vladimir Lossky, Krivochenie

[Procedimiento circular de los Padres: reanudar varias veces un tema según el grado en que se trate.]

1. No es lo mismo que esquizofrenia, pues los planos de escisión del alma son distintos. [↑](#footnote-ref-2)