



-----*La Oracion de Jesús – Un camino hacia Cristo*-----

CON LA BENDICIÓN DE SU EXCELENCIA REVERENDÍSIMA



Basilio

Arzobispo de Santiago y todo Chile.
True Orthodox Church of the Diaspora.
Cel./WhatsApp+56990537432.
Website: <https://www.toc-d.net>



-----*La Oración de Jesús – Un camino hacia Cristo*-----

INTRODUCCIÓN

La Oración de Jesús o conocida también como Oración del Corazón es un tesoro de la tradición Ortodoxa que ha guiado generaciones de fieles hacia la sensación viva de la presencia de Dios. Esta oración ha sido un instrumento base desde las arenas de los desiertos egipcios hasta la vida consagrada en los monasterios de Monte Athos, y como tal ha sido instrumental para transformar vidas y acercar el alma y conciencia de los creyentes a Cristo Resucitado.

En este mundo tan lleno de distracciones y ruidos cotidianos, esta Oración apunta a regalarnos paz, dejando de ser una práctica exclusivamente monástica y abriéndose camino a regalar tranquilidad y nueva vida a todo quien es capaz de vivirla y mantenerla en su mente y corazón.

Esta oración, simple en cuanto a su forma guarda en sí una majestad y profundidad abrumadoras, consistiendo en las pocas siguientes palabras: Señor Jesucristo, Hijo de Dios, ten piedad de mi, pecador”.

La intención de este texto no es otra que poder ayudar a los fieles en su camino espiritual, intentando servir de guía para poder comprender este elemento tan esencial en la vida del cristiano. Esto se hará por medio de diferentes elementos los cuales van desde la exploración histórica hasta un análisis personal de su práctica y frutos, pasando por los diversos elementos teológicos base que nos enseña y apunta a que hagamos propios.



Historia del Chotki (ЧÓТКИ)

El Chotki (ЧÓТКИ) (del griego κομποσκοίνι, "cuerda de nudos"), también conocido como chotki en la tradición eslava, es un cordón de oración utilizado principalmente en la Iglesia Ortodoxa y en algunas comunidades cristianas orientales para facilitar la práctica de la oración constante, especialmente la Oración de Jesús: «Señor Jesucristo, Hijo de Dios, ten misericordia de mí, pecador». Su historia y desarrollo están profundamente ligados al monasticismo cristiano y a la espiritualidad oriental.

Origen (Siglo IV)

El Chotki (ЧÓТКИ) tiene sus raíces en el cristianismo primitivo, particularmente en el movimiento monástico de los **Padres del Desierto** en Egipto, durante el siglo IV. Los monjes, inspirados por la exhortación de San Pablo de «orar sin cesar» (1 Tesalonicenses 5:17), buscaban métodos prácticos para mantener una oración constante. Muchos de estos monjes eran analfabetos y no podían recitar los 150 salmos diarios, como era costumbre, por lo que recurrieron a oraciones breves y repetitivas, como el *Kyrie eleison* o la Oración de Jesús.

- **San Pacomio el Grande:** Se atribuye a San Pacomio, fundador del monasticismo cenobítico, la creación del Chotki (ЧÓТКИ) en el siglo IV. Diseñó una cuerda con nudos para que los monjes pudieran contar sus oraciones y postraciones (*metanías*), especialmente aquellos que no sabían leer. El Chotki (ЧÓТКИ) reemplazó métodos más rudimentarios, como arrojar piedrecillas a un cuenco, que resultaban poco prácticos.
- **San Antonio Abad:** La tradición también relata que San Antonio el Grande, considerado el padre del monacato, recibió la inspiración para el Chotki (ЧÓТКИ). Según una leyenda, mientras rezaba y



-----*La Oración de Jesús – Un camino hacia Cristo*-----

hacía nudos simples en una cuerda para contar sus oraciones, el demonio deshacía los nudos para desanimarlo. Un ángel (o en algunas versiones, la Virgen María) le enseñó a trenzar nudos complejos en forma de cruces, que el demonio no podía deshacer. Estos nudos, formados por siete cruces entrelazadas, se convirtieron en la base del diseño del Chotki (ЧÓТКИ) .

- La tradición atribuye la creación del Chotki (ЧÓТКИ) a *San Basilio* (s. IV), quien habría enseñado a usar un cordón con nudos para imitar a los ángeles que "tejen himnos a Dios sin cesar".

Evolución y simbolismo

Con el tiempo, el Chotki (ЧÓТКИ) se consolidó como una herramienta espiritual esencial en el cristianismo oriental, especialmente en los monasterios del Monte Athos y otras comunidades ortodoxas. Su diseño y uso evolucionaron, adquiriendo un profundo simbolismo teológico:

Material y colores: Tradicionalmente, se fabrica con lana virgen negra, que simboliza la humildad, la penitencia y la pertenencia al rebaño de Cristo. El color negro también representa la muerte al pecado y al mundo. En algunas tradiciones, se usan colores como el blanco (pureza) o el burdeos (la sangre de Cristo).

Nudos: Cada nudo está compuesto por siete cruces entrelazadas, que simbolizan los siete días de la creación y la plenitud en Cristo. Los nudos son un recordatorio de la unión entre la vida terrenal y la gracia divina.

Número de nudos: El Chotki (ЧÓТКИ) puede variar en longitud, con 33 nudos (por los años de vida de Cristo), 50, 100, 150 o más, dependiendo del uso litúrgico o ascético. Los de 100 nudos son los más comunes en el ámbito monástico, mientras que los de 33 son populares entre los laicos.

Cruz y borla: Al final del cordón suele haber una cruz tejida o metálica, que simboliza el sacrificio redentor de Cristo. En algunos casos, incluye una borla que, según la tradición, representa las lágrimas de los monjes durante la oración profunda o el esplendor de la gloria divina.



Uso y difusión

El Chotki (ЧÓТКИ) se utiliza para contar las repeticiones de la Oración de Jesús, una práctica central en la espiritualidad ortodoxa conocida como hesicasmos, que busca la unión con Dios a través de la oración del corazón. Los monjes y laicos lo llevan en la mano izquierda, pasando los nudos con la derecha mientras hacen la señal de la cruz con los tres dedos centrales, en honor a la Santísima Trinidad

Monasterios y laicos: Desde el siglo IX, el uso del Chotki (ЧÓТКИ) se extendió del ámbito monástico al pueblo cristiano, especialmente en Oriente bajo la influencia del Monte Athos. En Occidente, los monjes benedictinos, herederos de los Padres del Desierto, también adoptaron prácticas similares, que evolucionaron hacia el rosario católico en el siglo XIII.

Relación con el rosario: Tras el Cisma de Oriente (1054), la Iglesia Ortodoxa mantuvo el Chotki (ЧÓТКИ), mientras que en Occidente se desarrolló el rosario, centrado en el Ave María y los misterios marianos. Aunque comparten un origen común, el Chotki (ЧÓТКИ) se enfoca en la Oración de Jesús y la teología de la theosis (deificación), mientras que el rosario tiene un carácter más mariológico.

Influencia cultural

El Chotki (ЧÓТКИ) no solo es una herramienta religiosa, sino también un símbolo cultural en las comunidades ortodoxas. En Grecia, su diseño inspiró el komboloi, un cordón de cuentas usado de manera secular para relajarse o aliviar el estrés, aunque sin propósito religioso. Además, algunas ramas del islam adoptaron un objeto similar, el tasbeih, influenciadas por el Chotki (ЧÓТКИ) bizantino.

Significado contemporáneo

Hoy en día, el Chotki (ЧÓТКИ) sigue siendo una práctica viva entre los cristianos ortodoxos, tanto monjes como laicos, y también es usado por



-----*La Oración de Jesús – Un camino hacia Cristo*-----

algunos católicos orientales y comunidades anglicanas. Su simplicidad y profundidad lo convierten en un recordatorio tangible de la llamada a la santidad y la oración incesante. Algunos médicos incluso lo recomiendan como una herramienta para reducir la ansiedad, al combinar la repetición rítmica con la concentración.

En resumen, el Chotki (ЧÓТКИ) es mucho más que un cordón de nudos: es una herencia espiritual del cristianismo primitivo, un símbolo de la lucha contra las tentaciones y un medio para buscar la unión con Dios. Su historia, desde los desiertos de Egipto hasta los monasterios modernos, refleja la perseverancia de los cristianos en su *búsqueda de la oración constante*.



-----*La Oración de Jesús – Un camino hacia Cristo*-----

El Chotki (ЧÓТКИ) y la Biblia

La justificación bíblica del Chotki (ЧÓТКИ) , como herramienta para la oración constante en la tradición ortodoxa, se basa en varios pasajes de la Escritura que enfatizan la importancia de la oración incesante, la repetición en la oración y la búsqueda de la comunión con Dios. Aunque el Chotki (ЧÓТКИ) como objeto específico no aparece en la Biblia, su uso está fundamentado en principios espirituales derivados de las Sagradas Escrituras, especialmente en el contexto de la **Oración de Jesús** («Señor Jesucristo, Hijo de Dios, ten misericordia de mí, pecador»). A continuación, se presentan los principales fundamentos bíblicos:

1. Llamado a la oración constante

El Chotki (ЧÓТКИ) se utiliza para cumplir el mandato bíblico de orar sin cesar, una práctica central en la espiritualidad cristiana:

- **1 Tesalonicenses 5:17:** «Orad sin cesar». Este versículo es la base principal para el uso del Chotki (ЧÓТКИ) , ya que los monjes y laicos lo emplean para mantener una oración continua a lo largo del día, especialmente mediante la repetición de la Oración de Jesús.
- **Efesios 6:18:** «Orando en todo tiempo con toda oración y súplica en el Espíritu, y velando en ello con toda perseverancia». Este pasaje refuerza la necesidad de una oración persistente, que el Chotki (ЧÓТКИ) facilita al contar las oraciones y mantener la concentración.

2. Ejemplo de oraciones repetitivas

La repetición de oraciones breves, como la Oración de Jesús, encuentra respaldo en los ejemplos bíblicos de oraciones persistentes y reiterativas:

- **Lucas 18:1-8 (Parábola de la viuda persistente):** Jesús enseña que «es necesario orar siempre y no desmayar». La viuda que insiste en su súplica al juez es un modelo de perseverancia en la oración, que el Chotki (ЧÓТКИ) ayuda a practicar.



-----*La Oración de Jesús – Un camino hacia Cristo*-----

- **Mateo 26:44:** Durante la agonía en el Getsemaní, Jesús ora tres veces diciendo «las mismas palabras». Esto muestra que la repetición de una oración no es vana, sino una expresión de fervor y dependencia de Dios.
- **Salmos 136:** Este salmo repite en cada versículo la frase «porque para siempre es su misericordia», demostrando que la repetición en la alabanza y la súplica es una práctica bíblica.

3. Petición de misericordia

La Oración de Jesús, recitada con el Chotki (ЧÓТКИ) , está inspirada directamente en pasajes bíblicos que invocan la misericordia divina:

- **Lucas 18:13 (Parábola del publicano y el fariseo):** El publicano ora diciendo: «Dios, sé propicio a mí, pecador». Esta súplica humilde es el núcleo de la Oración de Jesús, que busca la gracia y el perdón de Dios.
- **Mateo 15:22 y 20:30-31:** En estos pasajes, la mujer cananea y los ciegos de Jericó claman repetidamente: «Señor, Hijo de David, ten misericordia de mí». Estas súplicas reiterativas reflejan el espíritu de la oración con el Chotki (ЧÓТКИ) .

4. Confesión del nombre de Jesús

La Oración de Jesús invoca el nombre de Cristo, lo cual está profundamente arraigado en la teología bíblica:

- **Filipenses 2:9-11:** «Por lo cual Dios también le exaltó hasta lo sumo, y le dio un nombre que es sobre todo nombre, para que en el nombre de Jesús se doble toda rodilla». El Chotki (ЧÓТКИ) , al repetir el nombre de Jesús, honra su divinidad y poder salvífico.
- **Hechos 4:12:** «Y en ningún otro hay salvación; porque no hay otro nombre bajo el cielo, dado a los hombres, en que podamos ser salvos». La invocación constante del nombre de Jesús en la oración refleja esta verdad central.



-----*La Oración de Jesús – Un camino hacia Cristo*-----

5. Lucha espiritual y vigilancia

El Chotki (ЧÓТКИ) también se usa como una herramienta para mantenerse vigilante contra las tentaciones, lo cual tiene raíces bíblicas:

- **Mateo 26:41:** «Velad y orad, para que no entréis en tentación». El Chotki (ЧÓТКИ) ayuda a los creyentes a permanecer atentos y a combatir las distracciones espirituales mediante la oración constante.
- **Efesios 6:12:** «Porque no tenemos lucha contra sangre y carne, sino contra principados, contra potestades». La tradición ortodoxa ve los nudos del Chotki (ЧÓТКИ) , con sus cruces entrelazadas, como un arma espiritual contra las fuerzas del mal.

6. Simplicidad y humildad en la oración

El Chotki (ЧÓТКИ) fomenta una oración sencilla y humilde, en línea con las enseñanzas de Jesús:

- **Mateo 6:7-8:** Aunque Jesús advierte contra «hablar mucho» en la oración como los paganos, el contexto se refiere a palabras vacías y ostentosas. La Oración de Jesús, recitada con el Chotki (ЧÓТКИ) , es breve, sincera y centrada en la dependencia de Dios, evitando la vanidad.
- **Salmos 51:17:** «Los sacrificios de Dios son el espíritu quebrantado; al corazón contrito y humillado no despreciarás tú, oh Dios». La repetición humilde de la Oración de Jesús refleja este espíritu de contrición.

Contexto teológico

En la tradición ortodoxa, el Chotki (ЧÓТКИ) no es un fin en sí mismo, sino un medio para internalizar la oración y alcanzar la **theosis** (unión con Dios). Esta práctica está alineada con la enseñanza bíblica de **Romanos 8:26** («el Espíritu nos ayuda en nuestra debilidad; pues qué hemos de pedir como conviene, no lo sabemos, pero el Espíritu mismo intercede por nosotros»), ya que la Oración de Jesús busca abrir el corazón a la gracia divina.



-----*La Oracion de Jesús – Un camino hacia Cristo*-----

En resumen, el Chotki (ЧÓТКИ) tiene una sólida justificación bíblica en los llamados a orar sin cesar, los ejemplos de súplicas repetitivas y humildes, la invocación del nombre de Jesús y la necesidad de vigilancia espiritual. Es una herramienta práctica que ayuda a los cristianos a vivir los principios de la Escritura en su búsqueda de una comunión constante con Dios.



Liturgia y Chotki (ЧÓТКИ)

En la **Iglesia Ortodoxa**, la **liturgia** y el **Chotki (ЧÓТКИ)** (cuerda de oración) están profundamente interconectados, ya que ambos son expresiones de la vida espiritual que buscan la comunión con Dios y la **theosis** (unión con lo divino). Aunque la liturgia es la oración comunitaria y sacramental de la Iglesia, y el Chotki (ЧÓТКИ) es una herramienta de oración personal y ascética, juntos forman un todo complementario en la teología y práctica ortodoxas

1. Complementariedad entre oración personal y comunitaria

La teología ortodoxa no separa la oración personal de la comunitaria; ambas son aspectos esenciales de la vida en Cristo. La liturgia, especialmente la **Divina Liturgia** (la Eucaristía), es el centro de la vida eclesial, donde los creyentes participan en los misterios (sacramentos) y ofrecen alabanza a Dios en comunidad. El Chotki (ЧÓТКИ), por su parte, fomenta la oración constante fuera del templo, particularmente la **Oración de Jesús** («Señor Jesucristo, Hijo de Dios, ten misericordia de mí, pecador»), que mantiene al creyente en un estado de oración continua.

- **Preparación para la liturgia:** El uso del Chotki (ЧÓТКИ) prepara el corazón para la participación en la liturgia. La repetición de la Oración de Jesús cultiva la humildad, el arrepentimiento y la atención espiritual, virtudes esenciales para acercarse a los sacramentos, especialmente la **Confesión** y la **Eucaristía**. En la tradición ortodoxa, un corazón contrito (Salmos 51:17) es necesario para recibir la gracia de los misterios, y el Chotki (ЧÓТКИ) ayuda a lograr este estado.
- **Extensión de la liturgia:** El Chotki (ЧÓТКИ) permite que la experiencia litúrgica se prolongue en la vida diaria. La liturgia ortodoxa, con su riqueza de himnos, oraciones e invocaciones trinitarias, impregna la mente del creyente, y el Chotki (ЧÓТКИ) actúa como un recordatorio tangible para llevar esa espiritualidad al hogar, el trabajo o cualquier circunstancia. Por ejemplo, la



-----*La Oración de Jesús – Un camino hacia Cristo*-----

Oración de Jesús refleja el espíritu de las súplicas litúrgicas como el *Kyrie eleison* («Señor, ten piedad»).

2. Raíces comunes en la tradición monástica

Tanto la liturgia ortodoxa como el Chotki (ЧÓТКИ) tienen orígenes en el monasticismo cristiano, particularmente en los **Padres del Desierto** (siglo IV) y los monasterios del **Monte Athos**. Los monjes desarrollaron tanto las formas litúrgicas como las prácticas ascéticas para vivir en constante comunión con Dios.

- **Influencia monástica:** En los monasterios, el Chotki (ЧÓТКИ) se usa para cumplir el mandato de «orar sin cesar» (1 Tesalonicenses 5:17) durante las horas no litúrgicas, mientras que la liturgia estructura la vida comunitaria. Por ejemplo, en el Monte Athos, los monjes combinan largos servicios litúrgicos con la oración personal del Chotki (ЧÓТКИ), creando una continuidad entre ambos. Esta práctica se ha extendido a los laicos, quienes adoptan el Chotki (ЧÓТКИ) para emular la espiritualidad monástica en el mundo.
- **Hesicasmo y liturgia:** El Chotki (ЧÓТКИ) es central en el **hesicasmo**, la tradición mística ortodoxa que busca la quietud interior (*hesychia*) y la oración del corazón. La teología hesicasta, defendida por figuras como **San Gregorio Palamás**, ve la liturgia como una participación en la luz divina increada, y el Chotki (ЧÓТКИ) como un medio para internalizar esa experiencia. La Oración de Jesús, recitada con el Chotki (ЧÓТКИ), refleja las invocaciones trinitarias y cristológicas de la liturgia, como las doxologías («Gloria al Padre, al Hijo y al Espíritu Santo»).

3. Simbolismo compartido

El Chotki (ЧÓТКИ) y la liturgia comparten un rico simbolismo teológico que refleja la fe ortodoxa:

- **Centrados en Cristo:** La liturgia ortodoxa es cristocéntrica, celebrando la Encarnación, la Pasión y la Resurrección de Cristo, especialmente en la Eucaristía, donde los creyentes comulgan con



-----*La Oración de Jesús – Un camino hacia Cristo*-----

el Cuerpo y la Sangre de Cristo. El Chotki (ЧÓТКИ) , al facilitar la Oración de Jesús, centra la mente en el nombre de Cristo, confesando su divinidad y su misericordia (Filipenses 2:9-11). Ambos son actos de adoración que proclaman a Cristo como Salvador.

- **La cruz:** La cruz es un símbolo central en ambos. En la liturgia, la cruz está presente en los iconos, los gestos (la señal de la cruz) y las oraciones que recuerdan el sacrificio de Cristo. En el Chotki (ЧÓТКИ) , cada nudo está formado por siete cruces entrelazadas, simbolizando la redención y la victoria de Cristo sobre el pecado. Este simbolismo une la oración personal con la narrativa litúrgica de la salvación.
- **Arrepentimiento y misericordia:** Tanto la liturgia como el Chotki (ЧÓТКИ) enfatizan la necesidad de arrepentimiento. Las letanías litúrgicas incluyen súplicas como «Señor, ten piedad», que resuenan con la Oración de Jesús. El Chotki (ЧÓТКИ) refuerza esta actitud penitencial, preparando al creyente para recibir la misericordia divina celebrada en la liturgia.

4. El Chotki (ЧÓТКИ) como preparación sacramental

En la teología ortodoxa, los sacramentos (misterios) requieren una disposición espiritual adecuada. El Chotki (ЧÓТКИ) desempeña un papel clave en este proceso:

- **Confesión:** Antes de la Confesión, los ortodoxos suelen usar el Chotki (ЧÓТКИ) para reflexionar sobre sus pecados y cultivar el arrepentimiento. La Oración de Jesús, con su súplica de misericordia, ayuda al creyente a reconocer su condición de pecador (Lucas 18:13) y a buscar la reconciliación con Dios.
- **Eucaristía:** La participación en la Divina Liturgia requiere pureza de corazón y preparación espiritual. El Chotki (ЧÓТКИ) , usado antes o después de la liturgia, ayuda a mantener la mente enfocada en Cristo, asegurando que el creyente se acerque a la Comunión con reverencia y fe.



-----La Oración de Jesús – Un camino hacia Cristo-----

- **Otros misterios:** En momentos de Unción de los Enfermos, Matrimonio o Bautismo, el Chotki (ЧÓТКИ) puede usarse para acompañar las oraciones personales, reforzando la conexión con la gracia impartida en estos sacramentos.

5. Unión en la vida cotidiana

La liturgia ortodoxa no se limita al templo; **es un estilo de vida** que impregna todas las acciones del creyente. El Chotki (ЧÓТКИ) actúa como un puente entre la liturgia y la vida diaria:

- **Continuidad espiritual:** Los laicos, que no pueden asistir a la liturgia diariamente, usan el Chotki (ЧÓТКИ) para mantener una conexión con la vida eclesial. Por ejemplo, recitar la Oración de Jesús con el Chotki (ЧÓТКИ) durante el trabajo o los viajes es una forma de «liturgia personal» que complementa los servicios comunitarios.
- **Vida monástica en el mundo:** El Chotki (ЧÓТКИ) permite a los laicos adoptar prácticas monásticas, como la oración constante, sin abandonar sus responsabilidades seculares. Esto refleja la enseñanza ortodoxa de que todos los cristianos están llamados a la santidad (1 Pedro 1:15-16), ya sea en el monasterio o en el mundo.

6. Dimensión escatológica

Tanto la liturgia como el Chotki (ЧÓТКИ) tienen una orientación escatológica, apuntando hacia el Reino de Dios. La Divina Liturgia es una anticipación del banquete celestial, donde los creyentes se unen a los ángeles en la alabanza a Dios (Apocalipsis 4:8). El Chotki (ЧÓТКИ), al mantener al creyente en un estado de vigilancia y oración, lo prepara para el encuentro final con Cristo (Mateo 25:13). Ambos, por tanto, orientan la vida cristiana hacia la eternidad.

7. Práctica litúrgica del Chotki (ЧÓТКИ)

En algunos contextos, el Chotki (ЧÓТКИ) se integra directamente en la vida litúrgica monástica. Por ejemplo:



-----*La Oración de Jesús – Un camino hacia Cristo*-----

- **Reglas de oración:** En los monasterios, los monjes pueden usar el Chotki (ЧÓТКИ) para cumplir «reglas de oración» específicas, como recitar la Oración de Jesús un número determinado de como parte de su preparación para los servicios litúrgicos.
- **Oficio de medianoche y horas canónicas:** Entre los oficios litúrgicos, los monjes usan el Chotki (ЧÓТКИ) para mantener la oración en los momentos de silencio, asegurando que el espíritu de la liturgia permanezca vivo todo el día.

La unión entre la liturgia ortodoxa y el Chotki (ЧÓТКИ) radica en su propósito compartido: llevar al creyente a la comunión con Dios mediante la oración, el arrepentimiento y la participación en la vida divina. La liturgia ofrece el marco comunitario y sacramental, mientras que el Chotki (ЧÓТКИ) proporciona un medio personal y portátil para extender esa experiencia a la vida cotidiana. Juntos, generan una sinergia que refleja la teología ortodoxa de la vida como un continuo acto de adoración, donde la oración personal y comunitaria se entrelazan para conducir al alma hacia la **theosis**. El Chotki (ЧÓТКИ) , lejos de ser un accesorio, es un vínculo vivo con la liturgia, uniendo el corazón del creyente con la alabanza de la Iglesia y la presencia de Cristo.



-----*La Oración de Jesús – Un camino hacia Cristo*-----

La Santísima Trinidad y el Chotki (ЧÓТКИ)

En la teología de la Iglesia Ortodoxa, el Chotki (ЧÓТКИ) (cuerda de oración) y su uso en la recitación de la Oración de Jesús («Señor Jesucristo, Hijo de Dios, ten misericordia de mí, pecador») tienen una profunda conexión con la doctrina de la Santísima Trinidad. Esta relación se manifiesta tanto en el simbolismo del Chotki (ЧÓТКИ) como en la teología de la oración que lo acompaña, reflejando la fe ortodoxa en la unidad y distinción de las tres Personas divinas: Padre, Hijo y Espíritu Santo. A continuación, se explora cómo el Chotki (ЧÓТКИ) se relaciona con la Santísima Trinidad:

1. La Oración de Jesús como confesión trinitaria

La Oración de Jesús, recitada con el Chotki (ЧÓТКИ), es intrínsecamente trinitaria, ya que refleja la relación entre las Personas de la Trinidad:

- ❖ Hijo (Jesucristo): La oración invoca directamente a «Jesucristo», confesando su divinidad y humanidad como la Segunda Persona de la Trinidad. El nombre de Jesús, según la teología ortodoxa, lleva en sí la presencia divina (Filipenses 2:9-11), y su invocación es un acto de adoración al Hijo.
- ❖ Padre: La frase «Hijo de Dios» reconoce la relación eterna del Hijo con el Padre, afirmando que Jesucristo es engendrado por el Padre desde antes de todos los siglos. Esta relación filial es central en la teología trinitaria ortodoxa.
- ❖ Espíritu Santo: Aunque no se menciona explícitamente en la oración, el Espíritu Santo está implícito como el que inspira y sostiene la oración en el corazón del creyente. Según Romanos 8:26 («el Espíritu mismo intercede por nosotros»), la Oración de Jesús, especialmente en la práctica hesicasta, es un fruto de la acción del Espíritu, que une al orante con Cristo y el Padre.



-----*La Oración de Jesús – Un camino hacia Cristo*-----

El Chotki (ЧÓТКИ) , al facilitar la repetición de esta oración, se convierte en un medio para meditar continuamente en la Trinidad, internalizando la fe en la unidad de las tres Personas divinas.

2. Simbolismo trinitario en el Chotki (ЧÓТКИ)

El diseño y uso del Chotki (ЧÓТКИ) están impregnados de simbolismo que refleja la teología trinitaria:

Tres dedos en la oración: En la tradición ortodoxa, el Chotki (ЧÓТКИ) se sostiene con la mano izquierda, y los nudos se pasan con la mano derecha, usando los dedos índice y medio juntos, mientras el pulgar toca la punta de estos dedos, formando la señal de la cruz. Este gesto simboliza la Trinidad (los tres dedos representan al Padre, Hijo y Espíritu Santo) y la doble naturaleza de Cristo (los dos dedos juntos). Cada nudo pasado es, por tanto, un acto de adoración trinitaria.

Nudos de siete cruces: Cada nudo del Chotki (ЧÓТКИ) está compuesto por siete cruces entrelazadas, un número que en la teología cristiana puede aludir a la perfección divina. Aunque no es explícitamente trinitario, el acto de tejer los nudos refleja la unidad y la interconexión de las Personas de la Trinidad, que son distintas pero indivisibles. La cruz, como símbolo de la redención, apunta al Hijo, pero siempre en relación con el Padre y el Espíritu.

Estructura circular: El Chotki (ЧÓТКИ) suele formar un círculo, simbolizando la eternidad y la unidad de Dios. En la teología ortodoxa, la Trinidad es una comunión eterna (perichoresis), donde las tres Personas coexisten en perfecta unidad. La circularidad del Chotki (ЧÓТКИ) refleja esta realidad, recordando al orante la vida divina que busca alcanzar mediante la theosis.

3. El Chotki (ЧÓТКИ) y la theosis trinitaria

La teología ortodoxa enseña que el propósito de la vida cristiana es la theosis, la participación en la vida divina de la Trinidad. El Chotki



-----*La Oración de Jesús – Un camino hacia Cristo*-----

(ЧÓТКИ) , como herramienta de la práctica hesicasta, desempeña un papel clave en este proceso:

Unión con el Hijo: Al invocar el nombre de Jesús con el Chotki (ЧÓТКИ) , el creyente se une a Cristo, la Segunda Persona de la Trinidad. Según Juan 14:6 («Yo soy el camino, la verdad y la vida; nadie viene al Padre sino por mí»), Cristo es el mediador que lleva al orante al Padre.

Acceso al Padre: La Oración de Jesús, al reconocer a Cristo como «Hijo de Dios», sitúa al creyente en la relación filial de Cristo con el Padre. En la teología ortodoxa, los cristianos son adoptados como hijos de Dios por la gracia (Gálatas 4:4-7), participando en la vida trinitaria.

Acción del Espíritu Santo: La repetición de la Oración de Jesús con el Chotki (ЧÓТКИ) , especialmente en el hesicasmo, busca que la oración se traslade al corazón, un proceso que depende de la gracia del Espíritu Santo. San Serafín de Sarov enseñó que el objetivo de la vida cristiana es «adquirir el Espíritu Santo», y el Chotki (ЧÓТКИ) es un medio para abrir el alma a esta presencia divina.

Así, el Chotki (ЧÓТКИ) no solo es un recordatorio de la Trinidad, sino una herramienta para experimentar la comunión con las tres Personas divinas, llevando al creyente a la vida trinitaria.

4. El Chotki (ЧÓТКИ) en la liturgia trinitaria

La liturgia ortodoxa está impregnada de referencias a la Santísima Trinidad, desde las doxologías («Gloria al Padre, al Hijo y al Espíritu Santo») hasta las oraciones eucarísticas. El Chotki (ЧÓТКИ) complementa esta espiritualidad litúrgica al mantener al creyente en una disposición trinitaria fuera del templo:

Reflejo de las doxologías: La Oración de Jesús, recitada con el Chotki (ЧÓТКИ) , es una forma condensada de la alabanza trinitaria que se encuentra en la liturgia. Cada repetición es un acto de adoración que honra la unidad y distinción de las Personas divinas, similar a las doxologías litúrgicas.



-----*La Oración de Jesús – Un camino hacia Cristo*-----

Preparación para la Eucaristía: La Eucaristía, centro de la liturgia ortodoxa, es un misterio trinitario: ofrecida al Padre, mediante el Hijo, en el Espíritu Santo. El Chotki (ЧÓТКИ) , al preparar el corazón del creyente mediante la Oración de Jesús, lo dispone a participar plenamente en este acto trinitario, uniendo la oración personal con la comunión sacramental.

5. Lucha espiritual y la Trinidad

En la tradición ortodoxa, el Chotki (ЧÓТКИ) es también un «arma espiritual» en la lucha contra las tentaciones, y esta dimensión está vinculada a la Trinidad:

Protección trinitaria: La señal de la cruz hecha con los tres dedos al pasar cada nudo invoca la protección de la Trinidad contra las fuerzas del mal. La teología ortodoxa ve la cruz como el signo de la victoria de Cristo (Hijo), ofrecida al Padre, y sellada por el Espíritu.

Invocación del nombre divino: La repetición del nombre de Jesús con el Chotki (ЧÓТКИ) es un acto de confianza en el poder trinitario. Según Hechos 4:12, el nombre de Jesús es el único que salva, y su invocación constante fortalece al creyente en la vida espiritual.

6. Perspectiva escatológica trinitaria

El Chotki (ЧÓТКИ) orienta al creyente hacia la vida eterna, que en la teología ortodoxa es una participación plena en la comunión trinitaria. La repetición de la Oración de Jesús es un anticipo de la alabanza celestial, donde los santos y los ángeles adoran eternamente a la Trinidad (Apocalipsis 4:8). El Chotki (ЧÓТКИ) , al mantener al orante en un estado de vigilancia y oración, lo prepara para este destino escatológico.

El Chotki (ЧÓТКИ) está profundamente unido a la Santísima Trinidad en la teología ortodoxa a través de la Oración de Jesús, su simbolismo y



-----*La Oración de Jesús – Un camino hacia Cristo*-----

su propósito espiritual. Cada nudo, cada repetición y cada gesto reflejan la fe en el Padre, el Hijo y el Espíritu Santo, invitando al creyente a vivir en comunión con la vida trinitaria. Como herramienta de oración hesicasta, el Chotki (ЧÓТКИ) no solo honra la Trinidad, sino que guía al orante hacia la theosis, permitiéndole participar, por la gracia, en la unidad y el amor eterno de las tres Personas divinas. En este sentido, el Chotki (ЧÓТКИ) es un puente entre la vida terrenal y la gloria trinitaria, uniendo la oración personal con la adoración litúrgica de la Iglesia.



-----*La Oración de Jesús – Un camino hacia Cristo*-----

San Basilio Magno, San Gregorio Palamás, San Nectario y San Paísios, y el Chotki (ЧÓТКИ)

Santos como San Basilio el Grande, San Gregorio Palamás, San Nectario de Egina y San Paísios del Monte Athos tienen una relación significativa con el Chotki (ЧÓТКИ) , ya sea a través de su enseñanza, su práctica espiritual o su promoción dentro de la tradición hesicasta.

1. San Basilio el Grande (330-379)

Contexto: San Basilio, uno de los Padres Capadocios, fue obispo de Cesarea, teólogo y padre del monasticismo oriental. Sus escritos y reglas monásticas influyeron profundamente en la espiritualidad ortodoxa.

Relación con el Chotki (ЧÓТКИ) :

Fundamento monástico: San Basilio estableció las bases del monasticismo comunitario oriental, enfatizando la oración constante, el trabajo manual y la meditación de las Escrituras. Aunque no hay evidencia directa de que usara el Chotki (ЧÓТКИ) tal como se conoce hoy, su énfasis en la oración incesante (1 Tesalonicenses 5:17) sentó las bases para prácticas como la Oración de Jesús, que el Chotki (ЧÓТКИ) facilita. Sus «Constituciones» monásticas promovían una vida de oración estructurada, que los monjes posteriores adaptaron con herramientas como el Chotki (ЧÓТКИ) .

Teología trinitaria: San Basilio fue un defensor clave de la doctrina de la Trinidad, especialmente contra el arrianismo. Sus escritos sobre la distinción entre la esencia (ousia) y las energías de Dios influyeron en la teología hesicasta, que vincula la Oración de Jesús con la experiencia de la gracia trinitaria. El Chotki (ЧÓТКИ) , al usarse para invocar el nombre de Jesús, refleja esta teología, ya que la oración es un acto trinitario que une al orante con el Padre, el Hijo y el Espíritu Santo.

Práctica espiritual: Basilio enseñó que la oración debe impregnar toda la vida, un principio que el Chotki (ЧÓТКИ) encarna al permitir a los



-----*La Oración de Jesús – Un camino hacia Cristo*-----

monjes y laicos orar en cualquier momento. Su influencia en la liturgia y la vida monástica creó un entorno donde herramientas como el Chotki (ЧÓТКИ) podían desarrollarse.

Contribución: San Basilio proporcionó el marco teológico y monástico que hizo posible la difusión de la oración constante, preparando el camino para el uso del Chotki (ЧÓТКИ) en la tradición ortodoxa.

2. San Gregorio Palamás (1296-1359)

Contexto: San Gregorio, arzobispo de Tesalónica, es el principal teólogo del hesicasmo, defendiendo la distinción entre la esencia y las energías increadas de Dios. Su vida y escritos están íntimamente ligados al Monte Athos, cuna del Chotki (ЧÓТКИ) .

Relación con el Chotki (ЧÓТКИ) :

Defensa del hesicasmo: San Gregorio Palamás es conocido por su defensa de los monjes hesicastas, quienes practicaban la Oración de Jesús con el Chotki (ЧÓТКИ) para alcanzar la «oración del corazón». En su conflicto con Barlaam de Calabria, quien criticaba el hesicasmo y ridiculizaba a los monjes como «omfalóskopos» (contempladores del ombligo), Palamás justificó teológicamente la práctica de la oración repetitiva, argumentando que permite al creyente participar en las energías divinas increadas.

Teología trinitaria: En sus obras, como las Triadas en defensa de los santos hesicastas, Palamás desarrolló la distinción entre la esencia divina (inaccesible) y las energías increadas (accesibles), una enseñanza que conecta directamente con la Oración de Jesús. El Chotki (ЧÓТКИ) , al facilitar esta oración, ayuda al orante a experimentar la luz divina (la «luz tabórica» de la Transfiguración), que es una manifestación de la Trinidad. La oración invoca al Hijo, se dirige al Padre y es sostenida por el Espíritu Santo, reflejando la comunión trinitaria.

Práctica espiritual: Palamás, formado en el Monte Athos, usaba el Chotki (ЧÓТКИ) como parte de su disciplina ascética. Enseñó que la repetición



-----*La Oración de Jesús – Un camino hacia Cristo*-----

de la Oración de Jesús, acompañada por técnicas como la respiración controlada, lleva la oración al corazón, permitiendo al creyente «ver» la luz divina. El Chotki (ЧÓТКИ) era esencial para mantener el ritmo y la concentración en esta práctica.

Contribución: San Gregorio Palamás elevó el Chotki (ЧÓТКИ) a un nivel teológico, integrándolo en la doctrina hesicasta y vinculándolo con la experiencia trinitaria de la gracia divina. Su defensa del hesicasmo aseguró que el Chotki (ЧÓТКИ) se convirtiera en una práctica ortodoxa universal.

3. San Nectario de Egina (1846-1920)

Contexto: San Nectario, obispo de Pentápolis y fundador de un monasterio en Egina, es conocido por su humildad, milagros y escritos espirituales. Es un santo moderno cuya vida refleja la espiritualidad monástica.

Relación con el Chotki (ЧÓТКИ) :

Vida monástica: San Nectario vivió y promovió la vida monástica, fundando el Monasterio de la Santísima Trinidad en Egina. En este contexto, el Chotki (ЧÓТКИ) era una herramienta común entre las monjas para practicar la Oración de Jesús, siguiendo la tradición hesicasta. Aunque no hay textos específicos de San Nectario sobre el Chotki (ЧÓТКИ) , su énfasis en la oración constante y la humildad sugiere que lo consideraba una práctica valiosa.

Teología trinitaria: San Nectario escribió sobre la Santísima Trinidad, especialmente en sus homilías, destacando la unidad de las tres Personas divinas. La Oración de Jesús, recitada con el Chotki (ЧÓТКИ) , refleja esta teología al invocar al Hijo en relación con el Padre y bajo la guía del Espíritu Santo. Su monasterio, dedicado a la Trinidad, refuerza esta conexión espiritual.



-----*La Oración de Jesús – Un camino hacia Cristo*-----

Práctica espiritual: Como pastor y monje, San Nectario enseñó a sus discípulos la importancia de la oración incesante para combatir las tentaciones y crecer en santidad. El Chotki (ЧÓТКИ) , como herramienta portátil, habría sido una extensión natural de su enseñanza, especialmente para las monjas y los laicos que buscaban imitar su vida de oración.

Contribución: San Nectario, al revitalizar la vida monástica en el siglo XIX, ayudó a preservar y difundir la práctica del Chotki (ЧÓТКИ) , integrándola en la vida espiritual de comunidades modernas y conectándola con la devoción trinitaria.

4. San Paísios del Monte Athos (1924-1994)

San Paísios, un monje athonita del siglo XX, es conocido por su sabiduría espiritual, sus consejos prácticos y su vida de oración. Es una figura clave en la espiritualidad ortodoxa contemporánea.

Relación con el Chotki (ЧÓТКИ) :

Promoción del Chotki (ЧÓТКИ) : San Paísios enfatizó el uso del Chotki (ЧÓТКИ) como una herramienta esencial para la oración constante, tanto para monjes como para laicos. En sus enseñanzas, recomendaba llevar el Chotki (ЧÓТКИ) en la mano o el bolsillo y usarlo regularmente para recitar la Oración de Jesús, diciendo que «el Chotki (ЧÓТКИ) es como una ametralladora espiritual contra el diablo». Él mismo lo usaba constantemente, incluso mientras trabajaba o aconsejaba a otros.

Teología trinitaria: San Paísios enseñó que la Oración de Jesús es un acto trinitario que une al creyente con la Santísima Trinidad. En sus escritos y diálogos, explicó que invocar el nombre de Jesús (Hijo) lleva al orante al Padre, mientras que el Espíritu Santo ilumina el corazón para recibir la gracia divina. El Chotki (ЧÓТКИ) , al facilitar esta oración, es un medio para vivir en la presencia de la Trinidad.

Práctica espiritual: San Paísios veía el Chotki (ЧÓТКИ) como una herramienta de simplicidad y humildad, accesible a todos. Relató



-----*La Oración de Jesús – Un camino hacia Cristo*-----

historias de milagros asociados con su uso, como la protección contra tentaciones o peligros. También enseñó que el Chotki (ЧÓТКИ) ayuda a mantener la mente enfocada en Dios, evitando distracciones mundanas, y lo consideraba un recordatorio constante de la presencia divina.

Contribución: San Países popularizó el Chotki (ЧÓТКИ) en el siglo XX, haciéndolo relevante para los cristianos modernos. Su enfoque práctico y su énfasis en la oración trinitaria convirtieron el Chotki (ЧÓТКИ) en una práctica espiritual universal, accesible tanto en monasterios como en la vida laica.

El Chotki (ЧÓТКИ) y la Santísima Trinidad

La conexión entre estos santos, el Chotki (ЧÓТКИ) y la Santísima Trinidad se puede resumir en los siguientes puntos:

Teología trinitaria: Cada santo contribuyó a la comprensión de la Trinidad. San Basilio defendió la divinidad del Espíritu Santo, San Gregorio Palamás articuló la experiencia de las energías divinas, y San Nectario y San Países promovieron la oración como un acto de comunión con el Padre, el Hijo y el Espíritu Santo. El Chotki (ЧÓТКИ), al facilitar la Oración de Jesús, es un vehículo para esta comunión trinitaria.

Hesicasmo y oración: El Chotki (ЧÓТКИ) es una herramienta hesicasta, especialmente promovida por San Gregorio Palamás y San Países, que permite al creyente internalizar la oración y experimentar la luz divina, una manifestación de la Trinidad. San Basilio y San Nectario, al fomentar la vida monástica, crearon el contexto para esta práctica.

Unidad litúrgica y personal: Los cuatro santos integraron la oración personal (Chotki (ЧÓТКИ)) con la liturgia comunitaria, que en la tradición ortodoxa es profundamente trinitaria. El Chotki (ЧÓТКИ) extiende la doxología litúrgica («Gloria al Padre, al Hijo y al Espíritu Santo») a la vida cotidiana.



-----*La Oración de Jesús – Un camino hacia Cristo*-----

San Basilio el Grande proporcionó el fundamento monástico y teológico para la oración constante, San Gregorio Palamás defendió el Chotki (ЧÓТКИ) como herramienta hesicasta vinculada a la experiencia trinitaria, San Nectario lo integró en la vida monástica moderna, y San Paísios lo popularizó como un medio accesible para todos los cristianos. Juntos, estos santos destacan el Chotki (ЧÓТКИ) como un instrumento sagrado que une al creyente con la Santísima Trinidad, permitiendo la participación en la vida divina a través de la Oración de Jesús. Su legado asegura que el Chotki (ЧÓТКИ) siga siendo un pilar de la espiritualidad ortodoxa, conectando la oración personal con la teología trinitaria y la vida litúrgica de la Iglesia



-----*La Oración de Jesús – Un camino hacia Cristo*-----

Del Uso de los ЧÓТКИ (Chótki) en la Verdadera Tradición de la Iglesia Rusa

El cordón de oración

Los Чóтки (Chótki), llamados en griego *Κομποσχοίνι (Komboskíni)*, constituyen uno de los instrumentos espirituales más venerados de la tradición ascética ortodoxa. No son un simple objeto de devoción, sino una ayuda para la práctica constante de la oración, conforme al mandamiento del Santo Apóstol Pablo:

«Orad sin cesar.»
(1 Tesalonicenses 5:17)

La Iglesia Ortodoxa Rusa ha conservado el uso de los Chótki desde la recepción del monacato bizantino, donde el cordón de oración fue empleado por los Padres del Desierto como un medio para mantener la atención de la mente y del corazón en Dios.

Finalidad espiritual

Los Chótki ayudan al cristiano a mantener la concentración durante la oración y a evitar la distracción. No poseen virtud por sí mismos, sino que su valor reside en el uso piadoso que hace de ellos quien ora.

El centro de esta práctica es la **Oración de Jesús**:

«Señor Jesucristo, Hijo de Dios, ten misericordia de mí, pecador.»

Esta oración resume la fe ortodoxa, la confesión de la divinidad de Cristo y el arrepentimiento del creyente.

Los Santos Padres enseñan que la repetición constante de esta oración, realizada con humildad, obediencia y vigilancia interior, conduce gradualmente a la purificación del corazón.



-----*La Oración de Jesús – Un camino hacia Cristo*-----

El uso en la tradición rusa

En la tradición rusa, tanto monástica como parroquial, los Chótki han sido utilizados durante siglos por obispos, sacerdotes, monjes y fieles laicos.

El monje los lleva habitualmente en la mano izquierda o sujetos al cinturón monástico, no como adorno, sino para tenerlos siempre disponibles para la oración.

Los fieles también pueden emplearlos diariamente con la bendición de su padre espiritual.

En la tradición rusa prerrevolucionaria era costumbre que muchos monjes recorrieran el monasterio o realizaran sus labores manuales repitiendo continuamente la Oración de Jesús con ayuda de los Chótki.

Número de nudos

Los Chótki pueden tener distintos números de nudos, cada uno adecuado a un uso particular.

Los más comunes son:

- 33 nudos, en recuerdo de los años de la vida terrenal de Nuestro Señor.
- 50 nudos.
- 100 nudos, el más utilizado por los monjes.
- 300 nudos.
- 500 nudos.
- 1000 nudos para determinadas reglas monásticas.

Con frecuencia incluyen separadores o cuentas cada cierto número de nudos para facilitar el cómputo de la regla de oración.

La regla de oración

La cantidad de oraciones nunca debe convertirse en motivo de orgullo ni de escrúpulo. La finalidad de la regla consiste en ayudar al alma a adquirir la constancia en la oración.



-----*La Oración de Jesús – Un camino hacia Cristo*-----

Cada cristiano debe observar la regla que le haya sido dada por su padre espiritual.

Quien no tenga una regla particular puede comenzar humildemente con un número moderado de repeticiones, procurando siempre la atención y el arrepentimiento.

Durante los oficios divinos

Cuando un fiel asiste a los Oficios Divinos, los Chótki no sustituyen la participación en las oraciones litúrgicas.

Sin embargo, en ciertos momentos de silencio, durante largas lecturas o cuando el orden litúrgico así lo permite, pueden emplearse discretamente para repetir interiormente la Oración de Jesús.

Los monjes acostumbran hacerlo sin llamar la atención y sin distraer a los demás fieles.

En la vida cotidiana

La oración con los Chótki puede realizarse:

- al despertar;
- antes de dormir;
- durante los viajes;
- mientras se espera;
- durante trabajos manuales;
- antes de comenzar cualquier tarea importante;
- en momentos de enfermedad o aflicción.

Así, toda la jornada queda santificada por el recuerdo constante del Nombre de Jesucristo.

La bendición de los Chótki

Es costumbre que los Chótki sean bendecidos por un sacerdote antes de comenzar a utilizarlos regularmente.



-----*La Oración de Jesús – Un camino hacia Cristo*-----

Una vez bendecidos, deben tratarse con respeto, evitando dejarlos en lugares impropios o utilizarlos como adorno o distintivo de prestigio espiritual.

Advertencia espiritual

Los Santos Padres advierten que la práctica de la Oración de Jesús debe ir siempre unida a la humildad, la obediencia a la Iglesia y la participación en los Santos Misterios.

No debe buscarse ninguna experiencia extraordinaria, visión o sentimiento particular. El verdadero fruto de la oración es el arrepentimiento, la paz del corazón, el crecimiento en el amor a Dios y al prójimo, y la perseverancia en la vida cristiana.

Como enseña la tradición espiritual rusa, el progreso en la oración no depende del número de nudos recorridos, sino de la misericordia de Dios concedida al corazón humilde y contrito.

«Señor Jesucristo, Hijo de Dios, ten misericordia de mí, pecador.»

Que esta santa invocación acompañe al cristiano en todo tiempo y lugar, hasta que el Nombre del Señor habite incesantemente en su corazón.



El Hesicasmo en la vida de hoy

¿Qué es el hesicasmo?

El **hesicasmo** (del griego *hesychia*, que significa "quietud", "silencio" o "paz interior") es una tradición espiritual y mística de la **Iglesia Ortodoxa** que busca la unión con Dios a través de la oración constante, la introspección y la purificación del corazón. Surgió en los primeros siglos del cristianismo, especialmente entre los **Padres del Desierto** (siglo IV), y se desarrolló plenamente en el monasticismo ortodoxo, particularmente en el **Monte Athos**. Su práctica central es la **Oración de Jesús** («Señor Jesucristo, Hijo de Dios, ten misericordia de mí, pecador»), recitada de manera repetitiva, a menudo con la ayuda del **Chotki** (ЧÓТКИ) (cuerda de oración).

Características principales del hesicasmo:

1. **Oración del corazón:** El hesicasmo busca que la Oración de Jesús pase de los labios a la mente y, finalmente, al corazón, convirtiéndose en una oración "automática" que refleja la presencia constante de Dios. Esto implica un estado de quietud interior donde las distracciones mundanas se desvanecen.
2. **Teología de las energías divinas:** Según **San Gregorio Palamás** (siglo XIV), los hesicastas pueden experimentar las **energías increadas** de Dios (como la luz divina de la Transfiguración), distintas de su esencia inaccesible. Esta experiencia es una forma de **theosis** (deificación o unión con Dios).
3. **Disciplina ascética:** El hesicasmo combina la oración con prácticas como el ayuno, la vigilancia, la confesión y el control de la respiración para enfocar la mente y el cuerpo en Dios.
4. **Simbolismo trinitario:** La Oración de Jesús es un acto trinitario, invocando al Hijo, en relación con el Padre, y sostenido



-----*La Oración de Jesús – Un camino hacia Cristo*-----
por el Espíritu Santo, reflejando la comunión con la Santísima Trinidad.

Orígenes históricos:

- **Padres del Desierto (siglo IV):** Monjes como **San Antonio el Grande** y **San Macario de Egipto** practicaban la oración constante para cumplir el mandato de «orar sin cesar» (1 Tesalonicenses 5:17). El Chotki (ЧÓТКИ) , atribuido tradicionalmente a San Antonio, surgió como herramienta para contar oraciones.
- **Monte Sinaí y Monte Athos:** En los siglos V-VI, figuras como **San Juan Clímaco** desarrollaron la espiritualidad hesicasta. En el siglo XIV, el Monte Athos se convirtió en su epicentro, con **San Gregorio Palamás** defendiendo el hesicasmo contra críticas teológicas.
- **Textos clave:** Los escritos hesicastas, como la **Filocalía** (una recopilación de textos espirituales de los siglos IV al XV), son fundamentales para su práctica. La Filocalía, traducida al ruso y al inglés en los siglos XIX y XX, difundió el hesicasmo globalmente.

Impacto del hesicasmo en la vida moderna

El hesicasmo, aunque arraigado en el monasticismo ortodoxo, ha trascendido su contexto original para influir en la vida moderna, tanto dentro como fuera de la Iglesia Ortodoxa. Su impacto se observa en la espiritualidad, la psicología, la cultura y las prácticas religiosas contemporáneas. A continuación, se detallan sus efectos en el mundo actual:

Renacimiento espiritual en la ortodoxia

- **Popularización de la Oración de Jesús:** En el siglo XX, figuras como **San Paísios del Monte Athos** y **San Sofronio del Essex** promovieron el hesicasmo entre los laicos, haciendo que el Chotki



-----*La Oración de Jesús – Un camino hacia Cristo*-----

(ЧÓТКИ) y la Oración de Jesús sean accesibles a personas fuera de los monasterios. Esto ha revitalizado la espiritualidad ortodoxa en países como Grecia, Rusia, Serbia y Rumania, así como en comunidades ortodoxas en Occidente (EE.UU., Europa Occidental).

- **Respuesta a la secularización:** En un mundo dominado por el materialismo y la tecnología, el hesicasmo ofrece una alternativa espiritual que enfatiza la interioridad y la conexión con lo divino. La práctica de la Oración de Jesús con el Chotki (ЧÓТКИ) es vista como un antídoto contra la ansiedad y la desconexión espiritual, resonando con quienes buscan significado más allá de lo mundano.
- **Difusión global:** La traducción de la **Filocalía** al inglés (por G.E.H. Palmer y Kallistos Ware en los años 1970-80) y la emigración de comunidades ortodoxas han llevado el hesicasmo a audiencias globales. Libros como *El Peregrino Ruso* (un relato anónimo del siglo XIX sobre un laico practicando la Oración de Jesús) han inspirado a cristianos y no cristianos a explorar esta tradición.

Influencia en la psicología y el bienestar

- **Mindfulness cristiano:** El hesicasmo comparte similitudes con prácticas modernas de meditación y mindfulness, como la atención plena y la reducción del estrés. La repetición rítmica de la Oración de Jesús, acompañada del Chotki (ЧÓТКИ), tiene efectos calmantes, ayudando a reducir la ansiedad y mejorar la concentración. Algunos psicólogos cristianos han integrado el hesicasmo en terapias espirituales, viendo su potencial para fomentar la resiliencia emocional.
- **Enfoque en el corazón:** A diferencia de muchas prácticas seculares de meditación, el hesicasmo enfatiza la dimensión relacional con Dios, lo que lo hace atractivo para quienes buscan un enfoque espiritual integrado. Estudios modernos sobre



-----La Oración de Jesús – Un camino hacia Cristo-----

meditación repetitiva han señalado que prácticas como el hesicasmo pueden disminuir el cortisol (hormona del estrés) y mejorar el bienestar psicológico.

- **Aplicaciones prácticas:** En contextos modernos, el Chotki (ЧÓТКИ) es usado por profesionales, estudiantes y padres de familia para mantener la calma en situaciones estresantes, como antes de reuniones importantes o durante viajes. San Paísios recomendaba llevar el Chotki (ЧÓТКИ) como un recordatorio constante de la presencia de Dios, una práctica que resuena en la vida urbana actual.

Impacto en otras tradiciones cristianas

- **Ecumenismo:** El hesicasmo ha influido en cristianos no ortodoxos, especialmente en comunidades católicas y anglicanas. Por ejemplo, los católicos orientales han adoptado el Chotki (ЧÓТКИ), y algunos católicos romanos lo usan como complemento al rosario. En el anglicanismo, el *Anglican Prayer Beads* refleja la influencia del hesicasmo, adaptando la Oración de Jesús a su espiritualidad.
- **Renovación contemplativa:** Movimientos contemplativos en el cristianismo occidental, como los promovidos por **Thomas Merton** (monje trapense que estudió el hesicasmo), han integrado elementos hesicastas, como la oración repetitiva y el silencio interior, en sus prácticas. Esto ha llevado a un redescubrimiento de la mística cristiana en Occidente.

Relevancia cultural y artística

- **Literatura y cine:** El hesicasmo ha inspirado obras modernas que exploran la búsqueda espiritual. Por ejemplo, la novela *El Peregrino Ruso* ha sido adaptada en documentales y estudios académicos, mientras que películas como *Ostrov* (2006, Rusia)



-----*La Oración de Jesús – Un camino hacia Cristo*-----

retratan la vida hesicasta de monjes ortodoxos, mostrando su impacto en la cultura contemporánea.

- **Iconografía y artesanía:** La fabricación de Chotki (ЧÓТКИ) s, a menudo hecha a mano en monasterios, es una forma de arte sacro que conecta a los artesanos con la espiritualidad hesicasta. Los iconos ortodoxos, que representan la luz divina experimentada por los hesicastas, también reflejan esta tradición en la cultura visual moderna.

Respuesta a los desafíos modernos

- **Desconexión tecnológica:** En una era de distracciones digitales, el hesicasmo ofrece un camino para recuperar la atención y la quietud. La práctica del Chotki (ЧÓТКИ) , que no requiere tecnología, es un acto contracultural que fomenta la desconexión del ruido digital y la reconexión con lo divino.
- **Crisis existencial:** El énfasis hesicasta en la humildad y la misericordia divina (a través de la Oración de Jesús) responde a las preguntas existenciales de la modernidad, como el propósito de la vida y el sufrimiento. San Nectario de Egina y San Paísios, ambos santos modernos, enseñaron que la oración hesicasta es una fuente de consuelo en tiempos de adversidad, una enseñanza relevante en contextos de crisis económica, política o personal.
- **Ecología espiritual:** Algunos teólogos ortodoxos modernos, han vinculado el hesicasmo con la responsabilidad ecológica, argumentando que la quietud interior fomenta una relación armoniosa con la creación, un mensaje urgente en la era del cambio climático.

Desafíos en la vida moderna

- **Adaptación al ritmo moderno:** La práctica hesicasta, que requiere tiempo y disciplina, puede ser difícil en un mundo acelerado. Sin embargo, figuras como San Paísios enseñaron que



-----*La Oración de Jesús – Un camino hacia Cristo*-----

incluso unos minutos diarios con el Chotki (ЧÓТКИ) pueden transformar la vida espiritual.

- **Malentendidos:** Algunos críticos modernos ven el hesicasmo como una práctica esotérica o excesivamente monástica, pero su difusión entre los laicos demuestra su universalidad. La educación espiritual, a través de libros y retiros ortodoxos, está abordando estos malentendidos.
- **Sincretismo:** La popularidad del mindfulness ha llevado a algunos a fusionar el hesicasmo con prácticas seculares, lo que puede diluir su enfoque teológico trinitario. La Iglesia Ortodoxa enfatiza que el hesicasmo es inseparable de la fe cristiana y la vida sacramental.

El **hesicasmo** es una tradición espiritual que busca la quietud interior y la unión con Dios a través de la Oración de Jesús, con el Chotki (ЧÓТКИ) como herramienta clave. ***Su impacto en la vida moderna es significativo, ofreciendo un camino de oración, paz y propósito en un mundo marcado por el estrés y la desconexión.*** Desde su revitalización en la espiritualidad ortodoxa hasta su influencia en la psicología, el ecumenismo y la cultura, el hesicasmo demuestra su relevancia atemporal. Santos como **San Basilio**, **San Gregorio Palamás**, **San Nectario** y **San Paísios** han asegurado que esta práctica, profundamente trinitaria, siga siendo un faro para los cristianos modernos, invitándolos a encontrar a Dios en el silencio del corazón, incluso en medio del caos del siglo XXI.



-----*La Oración de Jesús – Un camino hacia Cristo*-----

El Chotki (ЧÓТКИ) en la vida moderna contra el demonio

En el contexto moderno, el Chotki (ЧÓТКИ) sigue siendo relevante como arma espiritual, especialmente en un mundo lleno de distracciones y desafíos espirituales:

- **Protección en la vida diaria:** Los cristianos ortodoxos modernos usan el Chotki (ЧÓТКИ) para contrarrestar las tentaciones contemporáneas, como la ansiedad, la adicción a la tecnología o el materialismo, que la tradición ortodoxa considera influencias demoníacas sutiles. **San Paísios** recomendaba recitar la Oración de Jesús en momentos de estrés o peligro, como antes de conducir o durante conflictos personales.
- **Exorcismo personal:** Aunque los exorcismos formales son realizados por sacerdotes, el Chotki (ЧÓТКИ) permite a los laicos practicar una forma de «exorcismo personal» al invocar el nombre de Jesús. La señal de la cruz hecha con cada nudo refuerza esta protección, recordando al demonio la derrota de Cristo en la cruz.
- **Resistencia a la cultura secular:** En una sociedad secular que a menudo trivializa lo espiritual, el Chotki (ЧÓТКИ) es un recordatorio tangible de la realidad de la batalla espiritual. Su simplicidad contrasta con las complejidades del mundo moderno, ofreciendo un medio accesible para mantenerse firme contra las influencias malignas.

Prácticas específicas

En la tradición ortodoxa, el Chotki (ЧÓТКИ) se usa de manera específica para combatir al demonio:



-----*La Oración de Jesús – Un camino hacia Cristo*-----

- **Reglas de oración:** Los monjes y laicos pueden recitar un número fijo de Oraciones de Jesús (por ejemplo, 100 o 300) con el Chotki (ЧÓТКИ) , dedicándolas a la protección contra tentaciones o a la liberación de influencias malignas.
- **En momentos de tentación:** Cuando surge un pensamiento maligno (*logismos*), los hesicastas enseñan a recurrir inmediatamente al Chotki (ЧÓТКИ) , recitando la Oración de Jesús con fervor para expulsar la tentación.
- **Bendición del Chotki (ЧÓТКИ) :** Muchos Chotki (ЧÓТКИ) s son bendecidos por sacerdotes o monjes, lo que les confiere una gracia especial para la lucha espiritual. Algunos fieles llevan Chotki (ЧÓТКИ) s bendecidos en el Monte Athos como amuletos espirituales.

El Chotki (ЧÓТКИ) es un arma espiritual poderosa en la lucha contra el demonio dentro de la tradición ortodoxa, gracias a su simbolismo, su conexión con la Oración de Jesús y su papel en la práctica hesicasta. Los nudos en forma de cruz, la invocación del nombre de Jesús y la dimensión trinitaria de la oración lo convierten en un escudo contra las fuerzas del mal. Santos como **San Basilio**, **San Gregorio Palamás**, **San Nectario** y **San Paísios** han destacado su eficacia, desde sus fundamentos teológicos hasta su aplicación práctica. En la vida moderna, el Chotki (ЧÓТКИ) sigue siendo relevante, ofreciendo a los cristianos un medio sencillo pero profundo para resistir las tentaciones, purificar el corazón y permanecer en la presencia protectora de la Santísima Trinidad, derrotando al demonio con la humildad y el poder del nombre de Cristo.



-----*La Oración de Jesús – Un camino hacia Cristo*-----

El Chotki (ЧÓТКИ) y la Santísima Theotokos

En la tradición de la **Iglesia Ortodoxa**, el **Chotki (ЧÓТКИ)** (cuerda de oración) tiene una conexión significativa con la **Santísima Theotokos** (Madre de Dios), la Virgen María, aunque esta relación es más implícita que explícita en comparación con su uso principal para recitar la **Oración de Jesús** («Señor Jesucristo, Hijo de Dios, ten misericordia de mí, pecador»). La Theotokos, como madre de Cristo y figura central en la espiritualidad ortodoxa, está profundamente vinculada al Chotki (ЧÓТКИ) a través de su papel en la economía de la salvación, su intercesión, las tradiciones asociadas con su vida y su presencia en la práctica hesicasta.

Simbolismo del Chotki (ЧÓТКИ) y la Theotokos

El Chotki (ЧÓТКИ) , como herramienta espiritual, lleva un simbolismo que resuena con la Theotokos, cuya vida y papel están intrínsecamente ligados a la Encarnación y la redención:

- **Nudos y la humildad de María:** Los nudos del Chotki (ЧÓТКИ) , tejidos en forma de siete cruces, simbolizan la humildad y la obediencia de Cristo en la cruz. La Theotokos, como modelo de humildad («He aquí la esclava del Señor; hágase en mí según tu palabra», Lucas 1:38), es un ejemplo vivo de la actitud que el Chotki (ЧÓТКИ) fomenta al recitar la Oración de Jesús. La repetición de la oración con el Chotki (ЧÓТКИ) nos invita a imitar la humildad de María, que permitió la Encarnación del Verbo.
- **Lana y pureza:** El Chotki (ЧÓТКИ) , tradicionalmente hecho de lana virgen, evoca la pureza de la Theotokos, a menudo descrita como la «lana inmaculada» que dio a luz al Cordero de Dios. En la liturgia ortodoxa, María es celebrada como el «vello de Gedeón» (Jueces 6:36-38), un símbolo de su pureza y receptividad a la gracia divina, un tema que resuena con el propósito del Chotki (ЧÓТКИ) de purificar el corazón para recibir a Cristo.



-----*La Oración de Jesús – Un camino hacia Cristo*-----

- **Borla y lágrimas:** La borla al final del Chotki (ЧÓТКИ) a veces se interpreta como un símbolo de las lágrimas de arrepentimiento o de la Theotokos, quien lloró al pie de la cruz (Juan 19:25-27). En la espiritualidad ortodoxa, María es vista como la madre compasiva que intercede por la humanidad, y el Chotki (ЧÓТКИ) puede ser un recordatorio de su empatía y amor maternal.

2. Leyendas y tradiciones asociadas con la Theotokos

La tradición ortodoxa vincula el Chotki (ЧÓТКИ) con la Theotokos a través de historias y prácticas monásticas que destacan su papel como protectora y guía espiritual:

- **Origen del Chotki (ЧÓТКИ) :** Una variante de la leyenda sobre el origen del Chotki (ЧÓТКИ) involucra a la Theotokos. Se dice que **San Antonio el Grande**, mientras luchaba contra el demonio que deshacía los nudos de su cuerda de oración, recibió la visita de la Virgen María, quien le enseñó a tejer los nudos complejos en forma de cruces que el demonio no podía deshacer. Aunque esta historia es más apócrifa que histórica, refleja la creencia ortodoxa en la Theotokos como mediadora y protectora en la lucha espiritual, un tema central en el uso del Chotki (ЧÓТКИ) contra el demonio (como se discutió previamente).
- **Monte Athos y la Theotokos:** El **Monte Athos**, cuna del Chotki (ЧÓТКИ) y el hesicasmo, está dedicado a la Theotokos, conocida como la «Jardinera del Santo Monte». Los monjes athonitas, que usan el Chotki (ЧÓТКИ) como parte de su disciplina diaria, consideran a María su patrona y protectora. Muchas tradiciones athonitas atribuyen a la intercesión de la Theotokos la fuerza para perseverar en la oración hesicasta, que el Chotki (ЧÓТКИ) facilita.
- **Cinturón de la Theotokos:** En algunos monasterios, se compara el Chotki (ЧÓТКИ) con el santo cinturón de la Theotokos, una reliquia venerada que simboliza su protección. Así como el



-----*La Oracion de Jesús – Un camino hacia Cristo*-----
cinturón es un signo de su presencia maternal, el Chotki (ЧÓТКИ)
es un recordatorio tangible de su intercesión cuando se ora con él.



•

3. La Theotokos en la Oración de Jesús

Aunque la Oración de Jesús, recitada con el Chotki (ЧÓТКИ) , se centra en Cristo, la Theotokos está implícita en su teología y práctica:

- **Madre del Salvador:** La invocación de «Jesucristo, Hijo de Dios» reconoce a Cristo como el Verbo encarnado, nacido de María. En la teología ortodoxa, la Theotokos es inseparable de la Encarnación, ya que su fiat (Lucas 1:38) permitió que el Hijo de Dios se hiciera hombre. Cada repetición de la Oración de Jesús con el Chotki (ЧÓТКИ) es, indirectamente, un homenaje a la Theotokos, quien dio a luz al Salvador.
- **Intercesión maternal:** Los ortodoxos creen que la Theotokos intercede por aquellos que oran, especialmente cuando invocan el nombre de su Hijo. En la práctica hesicasta, el Chotki (ЧÓТКИ) se usa para buscar la misericordia de Cristo, y la Theotokos es vista como una mediadora que presenta estas oraciones ante su Hijo. **San Nectario de Egina**, por ejemplo, promovió la devoción a María en su monasterio, y sus monjas usaban el Chotki (ЧÓТКИ) como parte de su vida de oración, confiando en la intercesión de la Theotokos.
- **Teología trinitaria:** Como se exploró anteriormente, la Oración de Jesús es un acto trinitario que invoca al Hijo, en relación con el Padre, y es sostenido por el Espíritu Santo. La Theotokos, como aquella que recibió al Espíritu Santo en la Anunciación (Lucas 1:35) y dio a luz al Hijo, está íntimamente vinculada a la Trinidad. El Chotki (ЧÓТКИ) , al facilitar esta oración trinitaria, honra indirectamente a María como la «Hija del Padre, Madre del Hijo y Esposa del Espíritu Santo», según las expresiones litúrgicas ortodoxas.



4. El Chotki (ЧÓТКИ) y la lucha espiritual con la Theotokos

En la lucha contra el demonio, la Theotokos juega un papel crucial, y el Chotki (ЧÓТКИ) se convierte en un medio para invocar su protección:

- **Protectora contra el demonio:** La Theotokos es venerada como la «Vencedora de los demonios» en la tradición ortodoxa, ya que su obediencia deshizo el pecado de Eva y permitió la derrota del maligno por Cristo (Génesis 3:15: «Enemistad pondré entre ti y la mujer, entre tu linaje y el suyo»). El Chotki (ЧÓТКИ) , usado para recitar la Oración de Jesús, se asocia con la intercesión de María, quien ayuda a los creyentes a resistir las tentaciones. **San Paísios del Monte Athos** enseñó que la devoción a la Theotokos, combinada con el uso del Chotki (ЧÓТКИ) , es una defensa poderosa contra el diablo.
- **Iconos y oración:** En muchos monasterios, los monjes rezan la Oración de Jesús con el Chotki (ЧÓТКИ) frente a iconos de la Theotokos, como la **Panagia Portaitissa** (Guardiana de la Puerta) del Monte Athos. Estos iconos refuerzan la presencia de María como madre protectora, y el Chotki (ЧÓТКИ) actúa como un enlace físico con esta devoción.
- **Himnos marianos:** En la práctica monástica, el Chotki (ЧÓТКИ) a veces se usa para recitar himnos marianos, como el **Akathistos** a la Theotokos o la súplica «Bajo tu amparo» (*Yperagia Theotokos*). Estas oraciones, aunque menos comunes que la Oración de Jesús, fortalecen la conexión entre el Chotki (ЧÓТКИ) y la intercesión de María contra las fuerzas del mal.

5. Prácticas litúrgicas y monásticas



-----*La Oración de Jesús – Un camino hacia Cristo*-----

La Theotokos está presente en la vida litúrgica ortodoxa, que complementa el uso del Chotki (ЧÓТКИ) :

- **Liturgia y Chotki (ЧÓТКИ)** : La liturgia ortodoxa está llena de referencias a la Theotokos, como en el himno **Axion Estin** («Es digno de verdad») que la alaba como «más honorable que los querubines». El Chotki (ЧÓТКИ) , usado fuera de la liturgia, extiende esta devoción mariana a la vida diaria, permitiendo a los fieles honrar a María mientras oran a su Hijo. **San Basilio el Grande**, al estructurar la vida monástica, incluyó oraciones marianas que los monjes posteriores combinaron con el Chotki (ЧÓТКИ) .
- **Fiestas marianas:** Durante las fiestas de la Theotokos, como la **Anunciación** (25 de marzo) o la **Dormición** (15 de agosto), los monjes y laicos intensifican el uso del Chotki (ЧÓТКИ) , dedicando oraciones a María como intercesora. En el Monte Athos, las vigiliarias marianas a menudo incluyen la recitación de la Oración de Jesús con el Chotki (ЧÓТКИ) , uniendo la devoción a Cristo y a su Madre.
- **Monasterios marianos:** **San Nectario de Egina**, cuyo monasterio está dedicado a la Santísima Trinidad, también fomentó la devoción a la Theotokos. Las monjas de Egina usan el Chotki (ЧÓТКИ) como parte de su regla de oración, confiando en la protección de María, especialmente en tiempos de dificultad.

6. El Chotki (ЧÓТКИ) y la Theotokos en la vida moderna

En el contexto moderno, la relación entre el Chotki (ЧÓТКИ) y la Theotokos sigue siendo relevante:

- **Devoción popular:** Los laicos ortodoxos, inspirados por figuras como **San Países**, a menudo llevan Chotki (ЧÓТКИ) s bendecidos en santuarios marianos, como el Monasterio de la Dormición en Tinos, Grecia, creyendo que la Theotokos los protege a través de esta práctica. El Chotki (ЧÓТКИ) se convierte



-----*La Oración de Jesús – Un camino hacia Cristo*-----

en un símbolo de la intercesión maternal de María en la vida cotidiana.

- **Consuelo en la adversidad:** La Theotokos es vista como la «Madre de los afligidos», y el Chotki (ЧÓТКИ) , usado para orar en momentos de crisis (enfermedad, pérdida, ansiedad), es un medio para buscar su consuelo. San Paísios relataba historias de milagros donde la oración con el Chotki (ЧÓТКИ) , ofrecida bajo la protección de María, traía alivio espiritual y físico.
- **Puente con el rosario:** En contextos ecuménicos, algunos ortodoxos y católicos ven paralelismos entre el Chotki (ЧÓТКИ) y el rosario católico, que está dedicado a María. Aunque el Chotki (ЧÓТКИ) se centra en la Oración de Jesús, su uso puede incluir súplicas marianas, reforzando la devoción a la Theotokos como madre de Cristo.

7. Conexión con la Santísima Trinidad

La relación del Chotki (ЧÓТКИ) con la Theotokos se enriquece por su dimensión trinitaria, como se exploró previamente:

- **María como puerta de la Trinidad:** La Theotokos es venerada como el medio por el cual el Hijo entró al mundo, guiada por el Espíritu Santo y en obediencia al Padre. El Chotki (ЧÓТКИ) , al facilitar la Oración de Jesús, honra a Cristo y, por extensión, a María, cuya vida refleja la comunión trinitaria.
- **Intercesión trinitaria:** Cuando los fieles usan el Chotki (ЧÓТКИ) , confían en que la Theotokos presenta sus oraciones ante la Trinidad, amplificando su súplica de misericordia. Esta creencia está arraigada en himnos ortodoxos como el **Paraklesis**, que exalta a María como mediadora ante su Hijo.

El Chotki (ЧÓТКИ) está profundamente vinculado a la **Santísima Theotokos** en la tradición ortodoxa a través de su simbolismo, las



-----*La Oración de Jesús – Un camino hacia Cristo*-----

leyendas que lo asocian con María, su papel en la oración hesicasta y su uso en la lucha espiritual. Como madre de Cristo, la Theotokos es una presencia implícita en la Oración de Jesús, y su intercesión fortalece a los fieles que usan el Chotki (ЧÓТКИ) para buscar la misericordia divina y resistir al demonio. Santos como **San Basilio**, **San Gregorio Palamás**, **San Nectario** y **San Paísios** han promovido prácticas que integran la devoción mariana con el Chotki (ЧÓТКИ), especialmente en el Monte Athos y los monasterios marianos. En la vida moderna, el Chotki (ЧÓТКИ) sigue siendo un recordatorio de la protección y el amor maternal de la Theotokos, uniendo a los creyentes con la Santísima Trinidad a través de la oración constante y la humildad. Así, el Chotki (ЧÓТКИ) no solo es un arma espiritual y un medio para la theosis, sino también un vínculo con la Madre de Dios, que guía a sus hijos hacia su Hijo y Salvador.

El Hombre de Oración y la Lucha Espiritual en Nuestro Tiempo

Vivimos en una época en la que el cristiano se enfrenta a numerosos desafíos para permanecer fiel al Evangelio. La rapidez de los cambios culturales, la difusión constante de nuevas ideas y la creciente secularización ponen a prueba la firmeza de quienes desean seguir a Cristo.

La Iglesia Ortodoxa enseña que el verdadero combate del cristiano no es contra otras personas, sino contra el pecado, las pasiones y todo aquello que aparta al hombre de Dios. Como escribe el santo Apóstol Pablo:

«Porque no tenemos lucha contra sangre y carne, sino contra principados, contra potestades, contra los gobernadores de las tinieblas de este siglo, contra huestes espirituales de maldad en las regiones celestes.»

(Efesios 6:12).

Por ello, el enemigo del cristiano no es el prójimo, cualquiera que sea su condición o forma de vida, sino el pecado y el engaño espiritual.



-----*La Oración de Jesús – Un camino hacia Cristo*-----

La confusión de nuestro tiempo

La sociedad contemporánea propone con frecuencia una comprensión de la persona humana distinta de la que enseña la Sagrada Escritura y ha transmitido la Santa Tradición. En diversos ámbitos se promueven concepciones del género, de la sexualidad y de la identidad que muchas Iglesias Ortodoxas consideran incompatibles con la antropología cristiana.

La Iglesia proclama, conforme al libro del Génesis:

«Y creó Dios al hombre a su imagen; a imagen de Dios lo creó; varón y mujer los creó.»
(*Génesis 1:27*).

Desde esta perspectiva, la diferencia entre varón y mujer forma parte del diseño creador de Dios y posee un significado espiritual. Al mismo tiempo, la Iglesia afirma que toda persona ha sido creada a imagen de Dios y merece ser tratada con respeto, compasión y amor, incluso cuando existan desacuerdos profundos sobre cuestiones morales o antropológicas.

El hombre que ora con los Chótki

Frente al ruido del mundo se alza el hombre que sostiene humildemente sus Чóтки (Chótki).

Mientras la sociedad invita con frecuencia a buscar la propia identidad en criterios cambiantes o en la aprobación de los demás, el cristiano busca su identidad en Cristo.

Cada nudo recorrido con la Oración de Jesús fortalece el alma contra la desesperación, la soberbia, la ira y toda pasión. La repetición humilde del Santo Nombre recuerda que la verdadera transformación comienza en el corazón.

El hombre de oración no necesita responder a la confusión con violencia, desprecio o insultos. Su primera tarea es vencer el pecado en sí mismo.



-----*La Oración de Jesús – Un camino hacia Cristo*-----

La verdadera resistencia

La resistencia cristiana no consiste únicamente en rechazar los errores, sino en vivir conforme al Evangelio.

Quien reza con los Chótki procura:

- conservar la pureza del corazón;
- guardar la paz interior;
- hablar con verdad y caridad;
- dominar las pasiones;
- practicar el arrepentimiento diario;
- permanecer fiel a la enseñanza de la Iglesia.

La firmeza en la fe y el amor al prójimo no se excluyen, sino que se sostienen mutuamente.

La oración como arma espiritual

Los Santos Padres enseñan que la mayor victoria sobre el mal comienza cuando el hombre aprende a decir con atención:

«Señor Jesucristo, Hijo de Dios, ten misericordia de mí, pecador.»

Esta oración libra al cristiano de la ilusión de que los males del mundo se solucionan solo mediante debates o confrontaciones. Antes de corregir al mundo, el creyente está llamado a convertirse él mismo.

Permanecer firmes

El cristiano debe conservar la fe apostólica sin avergonzarse de ella, aunque sus convicciones sean impopulares. Sin embargo, esa fidelidad nunca debe convertirse en motivo para despreciar o deshumanizar a quienes piensan o viven de otro modo.

Cristo nos manda decir la verdad, pero también amar al prójimo. Los dos mandamientos no se oponen.

El hombre que lleva los Chótki en su mano recuerda constantemente que el juicio pertenece a Dios, mientras que a él le corresponde vivir en santidad, dar testimonio del Evangelio y orar por la salvación de todos.



-----*La Oracion de Jesús – Un camino hacia Cristo*-----

Así, en medio de las tensiones de nuestro tiempo, el cristiano permanece firme no por la fuerza de sus opiniones, sino por la gracia de Dios, repitiendo sin cesar:

«Señor Jesucristo, Hijo de Dios, ten misericordia de mí, pecador.»



INDICE

INTRODUCCIÓN	2
Historia del Chotki (ЧÓТКИ)	3
Origen (Siglo IV)	3
Evolución y simbolismo	4
Uso y difusión	5
Influencia cultural	5
Significado contemporáneo	5
El Chotki (ЧÓТКИ) y la Biblia	7
1. Llamado a la oración constante	7
2. Ejemplo de oraciones repetitivas	7
3. Petición de misericordia	8
4. Confesión del nombre de Jesús	8
5. Lucha espiritual y vigilancia	9
6. Simplicidad y humildad en la oración	9
Contexto teológico	9
Liturgia y Chotki (ЧÓТКИ)	11
1. Complementariedad entre oración personal y comunitaria	11
2. Raíces comunes en la tradición monástica	12
3. Simbolismo compartido	12
4. El Chotki (ЧÓТКИ) como preparación sacramental	13
5. Unión en la vida cotidiana	14
6. Dimensión escatológica	14
7. Práctica litúrgica del Chotki (ЧÓТКИ)	14
La Santísima Trinidad y el Chotki (ЧÓТКИ)	16
1. La Oración de Jesús como confesión trinitaria	16
2. Simbolismo trinitario en el Chotki (ЧÓТКИ)	17
3. El Chotki (ЧÓТКИ) y la theosis trinitaria	17
4. El Chotki (ЧÓТКИ) en la liturgia trinitaria	18
5. Lucha espiritual y la Trinidad	19
6. Perspectiva escatológica trinitaria	19



-----*La Oración de Jesús – Un camino hacia Cristo*-----

San Basilio Magno, San Gregorio Palamás, San Nectario y San Paísios, y el Chotki (ЧÓТКИ) _____ 21

1. San Basilio el Grande (330-379) _____ 21
2. San Gregorio Palamás (1296-1359) _____ 22
3. San Nectario de Egina (1846-1920) _____ 23
4. San Paísios del Monte Athos (1924-1994) _____ 24
- El Chotki (ЧÓТКИ) y la Santísima Trinidad _____ 25

Del Uso de los ЧÓТКИ (Chótki) en la Verdadera Tradición de la Iglesia Rusa _____ 27

- El cordón de oración _____ 27
- Finalidad espiritual _____ 27
- El uso en la tradición rusa _____ 28
- Número de nudos _____ 28
- La regla de oración _____ 28
- Durante los oficios divinos _____ 29
- En la vida cotidiana _____ 29
- La bendición de los Chótki _____ 29
- Advertencia espiritual _____ 30

El Hesicasmo en la vida de hoy _____ 31

- ¿Qué es el hesicasmo? _____ 31
- Características principales del hesicasmo: _____ 31
- Orígenes históricos: _____ 32
- Impacto del hesicasmo en la vida moderna _____ 32
 - Renacimiento espiritual en la ortodoxia _____ 32
 - Influencia en la psicología y el bienestar _____ 33
 - Impacto en otras tradiciones cristianas _____ 34
 - Relevancia cultural y artística _____ 34
 - Respuesta a los desafíos modernos _____ 35
 - Desafíos en la vida moderna _____ 35

El Chotki (ЧÓТКИ) en la vida moderna contra el demonio _ 37

- Prácticas específicas _____ 37

El Chotki (ЧÓТКИ) y la Santísima Theotokos _____ 39

- Simbolismo del Chotki (ЧÓТКИ) y la Theotokos _____ 39
- 2. Leyendas y tradiciones asociadas con la Theotokos _____ 40
- 3. La Theotokos en la Oración de Jesús _____ 42



-----*La Oración de Jesús – Un camino hacia Cristo*-----

4. El Chotki (ЧÓТКИ) y la lucha espiritual con la Theotokos	43
5. Prácticas litúrgicas y monásticas	43
6. El Chotki (ЧÓТКИ) y la Theotokos en la vida moderna	44
7. Conexión con la Santísima Trinidad	45
El Hombre de Oración y la Lucha Espiritual en Nuestro Tiempo	46
La confusión de nuestro tiempo	47
El hombre que ora con los Chótki	47
La verdadera resistencia	48
La oración como arma espiritual	48
Permanecer firmes	48
Acerca del autor	53



Acerca del autor



Su Excelencia Reverendísima +Basilio, nacido en Santiago de Chile, en una familia papista, fue bautizado y educado en la fe por sus abuelitos.

Su educación primaria fue en colegios americanos en Santiago, donde aprendió inglés, su educación secundaria fue en un liceo donde se graduó y luego ingresó a la universidad. Trabaja como procurador en empresas públicas por un tiempo y se da cuenta que eso no es lo que Dios quiere para él , por lo que comienza a trabajar en

Informática, logrando escalar posiciones y convertirse en gerente de Tecnología en Marriott Chile, a los 29 años decide buscar el camino de Dios y entra en la vida monástica en el Monasterio Benedictino de Lliu-Lliu , después de estudiar la teología, se desilusiona de la iglesia por lo que le toca vivir y ver, vuelve a trabajar en Tecnología una vez más logrando puestos directivos y decide volver al camino de la fe y busca ser aceptado en la Santa Iglesia Ortodoxa, recibiendo el Santo Bautismo con el nombre de Basilio, estudia Teología Ortodoxa y es ordenado como diácono y más tarde recibe la tonsura monástica y ordenación sacerdotal, luego de varios años recibe el Gran Esquema y es hecho Archimandrita.

El 13 de enero de 2020 según el calendario antiguo es ordenado Obispo de Santiago y todo Chile.

El 13 de Febrero del 2025 es entronizado como Arzobispo Metropolitano de Santiago y todo Chile.

Actualmente vive en soledad en el Skete San Basilio del cual es Abad en Curacavi, Región Metropolitana, Chile y dedica su vida a la oración, a mostrar la belleza de la Santa Iglesia Ortodoxa y a la Dirección Espiritual.