

ENSEÑANZAS DE UN STARETS

CARTAS PARA EL ALMA
QUE BUSCA A DIOS



Господи Иисусе Христе,
Сыне Божий, помилуй мя грешного

✠ **ARZOBISPO BASILIO** ✠
ARZOBISPO de Santiago y todo Chile

Enseñanzas de un Starets

Prólogo

Hijos míos amados en Cristo:

Cuando un padre llega a cierta edad, descubre que las cosas verdaderamente importantes son pocas. Muchas preocupaciones que parecían enormes terminan desapareciendo con los años. Los éxitos pasan. Los honores pasan. Las riquezas pasan. Pero la presencia de Dios permanece.

La oración es el puente entre la tierra y el cielo. Es el refugio del cansado, la fuerza del débil y la esperanza del que sufre. Por eso escribo estas páginas: no para enseñar teorías, sino para hablarles como un padre habla a sus hijos.

Si este libro logra acercar aunque sea una sola alma a Cristo, cada palabra habrá valido la pena.



Basilio

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

Enseñanzas de un Starets

CAPÍTULO I

Hijo mío, Dios te espera

Amado hijito mío:

Antes de enseñarte a orar, deseo que comprendas una verdad que puede transformar toda tu vida espiritual.

Dios te espera.

No te espera mañana.

No te espera cuando seas mejor.

No te espera cuando hayas vencido todos tus pecados.

Te espera hoy.

Te espera ahora.

Te espera exactamente donde te encuentras.

Muchas almas viven alejadas del Señor porque creen que primero deben cambiar para acercarse a Él. Piensan que necesitan limpiar completamente su corazón antes de presentarse ante Dios. Sin darse cuenta, convierten la gracia en una recompensa y no en un don.

Pero observa atentamente el Evangelio.

Cristo no esperaba que los pecadores se volvieran justos para acercarse a ellos. Era Él quien iba a buscarlos.

Fue a la casa de Zaqueo.

Se sentó a la mesa con publicanos.

Perdonó a la mujer pecadora.

Buscó a Pedro después de su negación.

Prometió el paraíso al ladrón arrepentido.

Toda la historia de la salvación nos muestra a Dios tomando la iniciativa.

Es Dios quien busca.

Es Dios quien llama.

Es Dios quien espera.

Por eso el primer obstáculo para la oración no es la falta de tiempo.

No es el cansancio.

Enseñanzas de un Starets

No es la distracción.

El primer obstáculo es la desconfianza.

Muchos creen que Dios está dispuesto a recibir a otros, pero no a ellos.

Piensan que sus pecados son demasiado grandes.

Piensan que sus heridas son demasiado profundas.

Piensan que han decepcionado demasiadas veces al Señor.

Hijo mío, escucha atentamente:

Nunca serás más pecador que la misericordia de Dios. Nunca.

La misericordia divina es un océano sin orillas.

Los hombres perdonan algunas veces. Dios perdona infinitamente más.

Los hombres se cansan.

Dios no se cansa.

Los hombres recuerdan las ofensas.

Dios desea borrarlas.

Por eso la desesperación nunca viene de Dios.

La desesperación es una tentación.

El Señor siempre inspira esperanza.

Incluso cuando corrige.

Incluso cuando permite pruebas.

Incluso cuando nos llama al arrepentimiento.

Siempre deja abierta la puerta del regreso.

El hijo pródigo

Si deseas comprender la oración, contempla la parábola del hijo pródigo.

Aquel joven había abandonado la casa paterna.

Había despreciado la herencia.

Había desperdiciado los bienes recibidos.

Había caído en la miseria.

Sin embargo, cuando decidió regresar, encontró a un padre que lo esperaba.

No encontró reproches.

Enseñanzas de un Starets

No encontró castigos.

No encontró humillaciones.

Encontró un abrazo.

Hijo mío, esa parábola no fue escrita solamente para los grandes pecadores.

Fue escrita para todos nosotros.

Porque todos nos alejamos de Dios de una u otra manera.

Todos conocemos momentos de tibieza.

Todos experimentamos épocas de indiferencia espiritual.

Todos hemos descuidado alguna vez la oración.

Sin embargo, el Padre permanece vigilando el camino.

Cada vez que decides volver a orar, incluso después de mucho tiempo, das un paso hacia esa casa paterna.

Y cada paso es recibido con alegría en el cielo.

El miedo a presentarse ante Dios

Muchas personas tienen miedo de permanecer en silencio ante el Señor.

Temen enfrentarse a su propia conciencia.

Temen descubrir sus faltas.

Temen reconocer su pobreza espiritual.

Pero la verdadera oración comienza precisamente allí.

Comienza cuando dejamos de escondernos.

Adán pecó y se ocultó.

El hombre moderno hace lo mismo.

Se esconde detrás del trabajo.

Se esconde detrás de las preocupaciones.

Se esconde detrás de las distracciones.

Se esconde detrás del ruido.

Pero el alma fue creada para encontrarse con Dios.

Y mientras no lo haga, permanecerá inquieta.

Enseñanzas de un Starets

San Agustín escribió:

"Nos hiciste para Ti, Señor, y nuestro corazón está inquieto hasta que descanse en Ti." Qué gran verdad.

La inquietud que tantos experimentan no siempre proviene de problemas externos.

Muchas veces nace de una distancia interior respecto de Dios.

Aprende a volver

Hijo mío, quiero darte un consejo sencillo.

Nunca permitas que una caída te aleje de la oración.

Cuando hayas pecado, ora.

Cuando te sientas indigno, ora.

Cuando estés confundido, ora.

Cuando no tengas fuerzas, ora.

El demonio intentará convencerte de que primero debes arreglar tu vida y después acercarte a Dios.

No le creas.

La oración es precisamente el lugar donde Dios comienza a sanar nuestra vida.

No esperes a ser santo para orar.

Ora para que Dios te haga santo.

No esperes tener fe perfecta para orar.

Ora para que Dios fortalezca tu fe.

No esperes amar perfectamente. Ora
para aprender a amar.

Una conversación de hijo a Padre La
oración no es una conferencia.

No es una actuación.

No es una demostración de conocimientos religiosos.

Es una conversación.

Cuando un niño corre hacia su padre, no prepara discursos.

Simplemente habla.

Enseñanzas de un Starets

Así debe ser también nuestra relación con Dios.

Háblale con sinceridad.

Háblale de tus alegrías.

Háblale de tus miedos.

Háblale de tus fracasos.

Háblale de tus esperanzas.

Nada de lo que hay en tu corazón le resulta indiferente.

Nada.

El Señor escucha incluso aquello que no sabes expresar con palabras.

A veces la oración más profunda consiste simplemente en permanecer delante de Dios y decir:

"Señor, aquí estoy." Y

eso basta.

Conclusión

Hijo mío querido:

Si después de leer este capítulo recuerdas solamente una cosa, que sea esta:

Dios te espera.

No importa cuántas veces hayas caído.

No importa cuántos años hayas estado lejos.

No importa cuántas heridas cargues.

La puerta permanece abierta.

El Padre sigue esperando.

Y cada vez que elevas tu corazón hacia Él mediante la oración, das el primer paso hacia el hogar que nunca debiste abandonar.

Que Cristo nuestro Dios te conceda la gracia de descubrir esta verdad y vivir en ella todos los días de tu vida.

CAPÍTULO II

El primer paso de la oración

Amado hijito:

Muchos me han preguntado cómo comenzar a orar. Algunos creen que la oración es algo complicado, reservado para los monjes de los monasterios o para quienes han alcanzado una gran santidad. Otros piensan que necesitan aprender muchas fórmulas antes de dirigirse a Dios.

Sin embargo, la verdad es mucho más sencilla.

La oración comienza cuando el corazón se vuelve hacia Dios.

Nada más.

Antes de aprender palabras, debemos aprender una actitud interior. Antes de pronunciar súplicas, debemos comprender que estamos entrando en la presencia del Rey de reyes y, al mismo tiempo, en la presencia de un Padre que nos ama.

Cuando un niño pequeño corre hacia los brazos de su padre, no prepara discursos. No busca palabras elegantes. Simplemente corre porque sabe que es amado.

Así debe comenzar la oración.

La dificultad más grande no consiste en aprender qué decir, sino en creer verdaderamente que Dios nos escucha.

Muchos oran con los labios mientras su corazón permanece lejos. Otros repiten palabras sin prestar atención a su significado. Poco a poco la oración se convierte en una costumbre vacía.

Por eso los Santos Padres insistían tanto en la atención.

San Teófano el Recluso enseñaba que la oración debe brotar de un corazón consciente de la presencia divina. No basta con leer palabras; debemos dirigir nuestra mente hacia Dios.

Antes de comenzar a orar, detente unos momentos.

Haz la señal de la Cruz lentamente.

Respira con tranquilidad.

Aleja las preocupaciones por unos instantes.

Recuerda que estás ante Dios.

Piensa que el Señor te mira con amor.

Piensa que Cristo está presente.

Enseñanzas de un Starets

Piensa que los ángeles glorifican continuamente a Dios.

Entonces comienza.

No tengas prisa.

La prisa es enemiga de la oración.

Vivimos en una época acelerada. Corremos de un lugar a otro. Respondemos mensajes, atendemos obligaciones y llenamos nuestra mente de ruido.

Después queremos orar durante dos minutos y nos sorprende descubrir que nuestra mente sigue corriendo.

La oración exige serenidad.

No significa lentitud artificial.

Significa presencia.

Cuando hables con Dios, habla realmente con Él.

No recites simplemente palabras.

Dirige cada frase al Señor.

Si dices: "Padre nuestro", recuerda que te diriges al Padre celestial.

Si dices: "Señor, ten misericordia", piensa realmente en la misericordia que necesitas.

Si dices: "Gracias", agradece de verdad.

La sinceridad vale más que la elocuencia.

Recuerdo haber conocido a una anciana que apenas sabía leer. Sus oraciones eran sencillas. A veces solamente decía: "Señor, aquí estoy." Nada más.

Sin embargo, había una paz en su rostro que muchos teólogos jamás alcanzaron.

¿Por qué? Porque hablaba con Dios desde el corazón.

No pienses que la oración se mide por la cantidad de palabras.

Dios no cuenta palabras. Dios escucha el corazón.

A veces una oración breve, pronunciada con fe, tiene más fuerza que largas horas de distracción.

Enseñanzas de un Starets

Por supuesto, debemos esforzarnos por crecer espiritualmente. Debemos aprender las oraciones de la Iglesia. Debemos participar en los servicios litúrgicos.

Pero nunca olvides que el fundamento de todo es el amor.

La oración nace del amor y conduce al amor.

Si deseas comenzar correctamente, establece un momento fijo para la oración diaria.

Aunque sean diez minutos. Aunque sean cinco. La regularidad es más importante que el entusiasmo pasajero.

Muchos comienzan con grandes propósitos y después abandonan rápidamente.

Es mejor una pequeña lámpara que permanece encendida cada noche que una gran hoguera que se apaga al poco tiempo.

No te desanimes cuando aparezcan dificultades.

Habrás días en que sentirás consuelo.

Habrás días en que sentirás sequedad.

Habrás días en que parecerá que tus palabras no pasan del techo.

Sigue orando.

La fidelidad agrada a Dios.

Un agricultor no abandona su campo porque la semilla no haya brotado al día siguiente.

Espera. Confía. Trabaja.

La oración también requiere paciencia.

Con el tiempo descubrirás que Dios estaba obrando incluso cuando no podías verlo.

No busques comenzar con cosas extraordinarias.

Comienza con humildad. Comienza con sinceridad. Comienza con perseverancia.

Y descubrirás que el primer paso de la oración es también el primer paso hacia una vida transformada por la gracia.

CAPÍTULO III

Cuando no sabes qué decir

Amado hijito mío:

Llegará un momento en tu vida en que no encontrarás palabras para orar.

Quizás una enfermedad haya entrado en tu hogar.

Quizás hayas perdido a una persona querida.

Quizás una prueba inesperada haya sacudido los cimientos de tu existencia.

En esos momentos descubrirás que las palabras humanas son pequeñas.

Y no debes avergonzarte de ello.

Muchos creen que la oración depende de la capacidad para expresarse bien.

No es así.

Dios escucha mucho más de lo que nuestros labios pronuncian.

A veces la oración más profunda nace precisamente cuando las palabras desaparecen.

Piensa en una madre que observa a su hijo enfermo.

Muchas veces no habla.

Simplemente permanece junto a él.

Su presencia ya es una expresión de amor.

Algo semejante ocurre en nuestra relación con Dios.

Hay momentos en que basta con permanecer delante del Señor.

Sin discursos.

Sin explicaciones.

Sin fórmulas.

Simplemente presentes.

Los Santos Padres llamaban a esto la oración silenciosa.

No es un vacío.

No es una ausencia.

Es una comunión.

Es el corazón descansando en la presencia divina.

Enseñanzas de un Starets

San Isaac el Sirio enseñaba que el silencio puede convertirse en el lenguaje del siglo futuro.

Qué hermosa enseñanza.

Porque en el Reino de Dios muchas verdades no necesitarán palabras.

Serán contempladas directamente.

Mientras caminamos por esta vida, comenzamos a experimentar algo de ese misterio.

Cuando el dolor es muy grande, no intentes fabricar oraciones complicadas.

Di simplemente:

Señor, ayúdame."

"Señor, ten misericordia."

"Señor, Tú sabes."

Cristo comprende aquello que ni siquiera somos capaces de explicar. Recuerda la oración del publicano. No presentó argumentos, no justificó sus faltas, no elaboró largos razonamientos. Solamente dijo: "Dios, sé propicio a mí, pecador." Y volvió justificado.

La sencillez agrada a Dios.

El orgullo busca impresionar. La humildad busca encontrarse con el Señor.

Por eso la famosa Oración de Jesús ocupa un lugar tan importante en la tradición ortodoxa:

"Señor Jesucristo, Hijo de Dios, ten misericordia de mí, pecador."

Estas pocas palabras contienen todo el Evangelio.

Confiesan quién es Cristo. Reconocen nuestra necesidad. Expresan nuestra esperanza. Abren el corazón a la gracia.

Cuando no sepas qué decir, repite lentamente esta oración. No como una fórmula mágica. No mecánicamente.

Sino como el clamor sincero de un hijo que llama a su Padre.

Poco a poco descubrirás que el Nombre de Jesús trae paz. No siempre eliminará inmediatamente tus problemas. Pero transformará la manera en que los enfrentas. Ya no caminarás solo. Y eso cambia todo.

Hay además otro tipo de silencio. Es el silencio de quienes creen que Dios no los escucha.

Quizás tú también lo hayas experimentado.

Oras durante meses. Incluso durante años.

Y la respuesta parece no llegar.

Entonces surge la tentación de pensar que Dios guarda silencio.

Enseñanzas de un Starets

Pero escucha bien, hijo mío.

El silencio de Dios nunca es indiferencia.

A veces Dios responde inmediatamente.

A veces responde lentamente.

A veces responde de una manera distinta de la que esperábamos.

Pero siempre responde.

El Padre celestial ve mucho más lejos que nosotros.

Ve aquello que ignoramos.

Comprende aquello que todavía no entendemos.

Por eso la confianza es tan importante.

Cuando no comprendas, confía.

Cuando no veas, confía.

Cuando no encuentres palabras, permanece.

Permanece delante de Dios.

Permanece junto a Cristo.

Permanece en la oración.

Porque muchas de las obras más profundas de Dios se realizan en silencio.

Y muchas de las mayores transformaciones del alma comienzan precisamente cuando aprendemos a permanecer humildemente en Su presencia.

CAPÍTULO IV

La oración en el sufrimiento

Amado hijito mío:

Si pudiera evitarles todo sufrimiento a mis hijos espirituales, lo haría.

Ningún padre disfruta viendo llorar a sus hijos.

Ningún padre permanece indiferente ante sus heridas.

Sin embargo, la vida en este mundo está marcada por la cruz.

Tarde o temprano todos conocemos el dolor.

Algunos lo encuentran en la enfermedad.

Otros en la pérdida de un ser amado.

Otros en la soledad.

Otros en las injusticias.

Otros en las decepciones que llegan cuando menos se esperan.

Nadie escapa completamente al sufrimiento.

Y precisamente por eso debemos aprender a orar en medio de él.

Cuando todo marcha bien, resulta relativamente fácil dar gracias a Dios.

Cuando la salud acompaña, cuando la familia está unida y cuando las necesidades están cubiertas, las palabras de gratitud brotan naturalmente. Pero cuando llega la prueba, el corazón comienza a preguntarse:

"¿Dónde está Dios?"

"¿Por qué permitió esto?"

"¿Me ha abandonado?"

Estas preguntas han acompañado a la humanidad desde los tiempos más antiguos.

Incluso los santos las conocieron.

Incluso los profetas experimentaron momentos de oscuridad.

Incluso los apóstoles atravesaron horas de angustia.

Y, sin embargo, ninguno de ellos dejó de buscar al Señor.

Hijo mío, quiero decirte algo que quizás te sorprenda.

La oración más sincera muchas veces nace precisamente del sufrimiento.

Enseñanzas de un Starets

Mientras todo marcha bien, corremos el riesgo de confiar demasiado en nosotros mismos.

Nos sentimos fuertes.

Nos sentimos seguros.

Creemos que controlamos nuestra vida.

Pero cuando llega la prueba descubrimos nuestra fragilidad.

Entonces comenzamos a comprender cuánto necesitamos a Dios.

Por eso los Santos Padres enseñaban que las tribulaciones pueden convertirse en maestras espirituales.

No porque el sufrimiento sea bueno en sí mismo.

No porque Dios disfrute viendo nuestras lágrimas.

Sino porque muchas veces el dolor derriba el orgullo y abre el corazón a la gracia.

Recuerda a Job.

Lo perdió todo.

Perdió bienes.

Perdió hijos.

Perdió salud.

Perdió incluso la comprensión de quienes lo rodeaban.

Y sin embargo continuó buscando a Dios.

No comprendía lo que estaba ocurriendo.

No tenía respuestas.

Pero permaneció.

Qué importante es esta palabra.

Permanecer.

La fe no consiste en comprenderlo todo.

La fe consiste en permanecer junto al Señor incluso cuando no comprendemos.

Cristo mismo nos mostró este camino.

En Getsemaní experimentó una angustia tan profunda que su sudor se volvió como gotas de sangre.

Y en aquella hora terrible no huyó hacia el ruido.

Enseñanzas de un Starets

No buscó distracciones.

No se refugió en la desesperación.

Oró.

Cuanto más grande era el sufrimiento, más profunda se volvía la oración.

Así debe ser también para nosotros. Cuando

sufras, no te alejes de Dios.

Acércate más.

Cuando llores, llora delante de Dios.

Cuando tengas miedo, preséntale tus temores.

Cuando estés confundido, lleva tu confusión a la oración.

No intentes aparentar fortaleza.

Dios ya conoce tu corazón.

No necesitas ocultarle nada.

Puedes decirle: "Señor,

no entiendo." Puedes

decirle: "Señor, estoy

cansado." Puedes

decirle:

"Señor, tengo miedo."

Puedes incluso decirle:

"Señor, ayúdame porque ya no tengo fuerzas."

Todas esas oraciones son preciosas cuando nacen de un corazón sincero.

Algunas personas creen equivocadamente que deben mostrarse fuertes delante de Dios.

Pero el Señor no busca actores.

Busca hijos.

Y un hijo puede llorar en brazos de su Padre.

Un hijo puede expresar su dolor.

Un hijo puede reconocer su debilidad.

Eso no disminuye la fe.

Enseñanzas de un Starets

La fortalece.

Recuerdo haber conocido a personas que atravesaron grandes pruebas y, sin embargo, irradiaban una paz extraordinaria.

No porque el sufrimiento fuera menor.

No porque sus heridas fueran pequeñas.

Sino porque habían aprendido a sufrir junto a Cristo.

Ese es el secreto.

No sufrir solos.

Cristo no prometió una vida sin cruces.

Prometió caminar con nosotros.

Y cuando una cruz se lleva junto a Cristo, deja de ser solamente una carga.

Se convierte también en un camino hacia la resurrección.

Por eso nunca pienses que tus lágrimas son inútiles.

Dios ve cada una de ellas.

Ninguna pasa desapercibida.

Ningún sufrimiento ofrecido con fe se pierde.

Ninguna oración pronunciada entre lágrimas cae en el vacío.

Todo es recogido por la misericordia divina.

Todo encuentra lugar en el corazón de Dios.

Quizás hoy estés leyendo estas palabras mientras atraviesas una prueba.

Quizás tu corazón esté herido.

Quizás la respuesta que esperas todavía no haya llegado.

Entonces escucha atentamente a este anciano que te habla con amor.

No te rindas.

No abandones la oración.

No permitas que el dolor te robe la esperanza.

Permanece junto a Cristo.

Permanece bajo la protección de la Madre de Dios.

Permanece en la fe.

Enseñanzas de un Starets

Y aunque ahora no puedas verlo, llegará el día en que comprenderás que el Señor estuvo a tu lado en cada momento del camino.

Oración final

Señor Jesucristo, que conociste el sufrimiento y venciste la muerte, fortalece a todos tus hijos que atraviesan pruebas. Sostén a los cansados, consuela a los afligidos y concede esperanza a quienes se sienten solos. Que nunca olvidemos que Tú caminas con nosotros y que tu amor es más fuerte que cualquier dolor. Amén.

CAPÍTULO V

Las lágrimas del arrepentimiento

Amado hijito mío:

Existe un tipo de lágrima que el mundo no comprende.

Son las lágrimas del arrepentimiento.

No nacen del orgullo herido.

No nacen de la frustración.

No nacen del temor al castigo.

Nacen cuando el alma contempla el amor de Dios y descubre cuánto se ha alejado de Él.

Muchos hombres lloran porque han perdido algo.

Pocos lloran porque han ofendido a Dios.

Y sin embargo, estas lágrimas poseen una belleza especial ante los ojos del Señor.

Los Santos Padres hablaban frecuentemente sobre ellas.

No porque buscaran la tristeza.

No porque despreciaran la alegría.

Sino porque habían descubierto que el arrepentimiento sincero purifica el corazón.

Cuando una persona reconoce sus faltas delante de Dios, comienza una verdadera transformación interior.

Mientras justificamos nuestros pecados, permanecemos prisioneros de ellos.

Mientras culpamos a otros, seguimos atados a nuestras cadenas.

Mientras buscamos excusas, impedimos que la gracia actúe plenamente.

Pero cuando decimos humildemente: "Señor, he pecado." Algo cambia. La puerta del corazón comienza a abrirse. La luz empieza a entrar. Recuerda al hijo pródigo. La conversión no comenzó cuando llegó nuevamente a la casa paterna. Comenzó cuando reconoció su situación. Comenzó cuando dejó de engañarse. Comenzó cuando dijo:

"Me levantaré e iré a mi padre."

Toda verdadera conversión empieza con esa decisión. Levantarse. Volver. Regresar.

Dios jamás rechaza a quien regresa con humildad. Jamás.

A veces las personas imaginan que Dios es como los hombres.

Enseñanzas de un Starets

Piensen que guarda resentimientos.

Piensen que se cansa de perdonar.

Piensen que conserva una lista de nuestras faltas para recordárnoslas continuamente.

Pero el Evangelio nos muestra algo completamente diferente.

Nos muestra un Padre que corre al encuentro de su hijo.

Un Padre que abraza antes de reprochar.

Un Padre que celebra el regreso.

Un Padre que ama.

Por eso el arrepentimiento cristiano nunca debe conducir a la desesperación.

El demonio intenta convencernos de que nuestras caídas son demasiado grandes.

Pero la misericordia de Dios es mayor.

Siempre mayor.

San Juan Crisóstomo decía que no existe pecado capaz de vencer la bondad divina cuando hay arrepentimiento sincero.

Qué consuelo encontramos en estas palabras.

No importa cuántas veces hayas caído.

Lo importante es cuántas veces vuelves a levantarte.

La vida espiritual no consiste en no caer jamás.

Consiste en levantarse siempre con la ayuda de Dios.

Algunas personas se sorprenden cuando descubren que los santos también luchaban.

Imaginan que nacieron perfectos.

Olvidan que la santidad es una victoria de la gracia sobre la debilidad humana.

Los santos conocieron tentaciones.

Conocieron luchas.

Conocieron caídas.

Pero nunca dejaron de volver al Señor.

Y por eso llegaron a ser santos.

Hijo mío, no tengas miedo de examinar tu conciencia.

Hazlo con sinceridad.

Enseñanzas de un Starets

Pero también con esperanza.

Mira tus faltas.

Reconócelas.

Preséntalas a Dios.

Y después deja que la misericordia haga su obra.

No te quedes contemplando tus heridas.

Contempla al Médico.

No te quedes mirando tus pecados.

Mira al Salvador.

No te quedes encerrado en la culpa.

Abre tu corazón al perdón.

La confesión sacramental es uno de los mayores regalos que Cristo ha entregado a su Iglesia.

En ella no encontramos solamente un juicio.

Encontramos una medicina.

Encontramos una restauración.

Encontramos un abrazo espiritual.

Muchas almas han recuperado la paz después de años de sufrimiento gracias a una confesión sincera.

La carga desaparece.

La oscuridad se disipa.

El corazón respira nuevamente.

Por eso nunca retrases innecesariamente el arrepentimiento.

No esperes tiempos mejores.

No esperes sentirte más digno.

Regresa hoy.

Regresa ahora.

Regresa mientras la gracia te llama.

Cada día es una oportunidad para comenzar de nuevo.

Cada mañana puede convertirse en un nuevo inicio.

Enseñanzas de un Starets

Cada oración puede marcar un regreso al Padre.

Y cuando las lágrimas del arrepentimiento aparecen, no las rechaces.

No te avergüences de ellas.

Son un don.

Son agua que limpia el alma.

Son lluvia que fecunda la tierra del corazón.

Son señales de que la gracia está obrando.

Llegará un día en que todas las lágrimas serán secadas por la mano de Dios.

Pero mientras caminamos por esta vida, las lágrimas del arrepentimiento pueden convertirse en perlas preciosas ante el trono del Señor.

Conclusión

Hijo mío querido:

Nunca olvides que el arrepentimiento no es el final del camino.

Es el comienzo.

No es una puerta que conduce a la tristeza.

Es una puerta que conduce a la libertad.

Cada vez que vuelves al Padre, el cielo se alegra.

Cada vez que reconoces humildemente tus faltas, la gracia encuentra espacio para actuar.

Y cada vez que derramas lágrimas sinceras delante de Dios, tu corazón se acerca un poco más a la santidad para la cual fue creado.

Que Cristo misericordioso te conceda siempre un corazón humilde, arrepentido y lleno de esperanza.

CAPÍTULO VI

La humildad que abre el cielo

Amado hijito mío:

Si me preguntaras cuál es la virtud más necesaria para la oración, te respondería sin vacilar:

La humildad.

No el conocimiento.

No la inteligencia.

No la elocuencia.

La humildad.

Muchos hombres han poseído grandes conocimientos religiosos y, sin embargo, permanecieron lejos de Dios.

Otros apenas sabían leer y alcanzaron una profunda unión con el Señor.

La diferencia estaba en el corazón.

Dios resiste a los soberbios, pero concede su gracia a los humildes.

Esta enseñanza aparece repetidamente en las Escrituras porque toca una de las raíces más profundas de nuestra condición humana.

Desde el comienzo de la historia, el hombre ha querido ocupar el lugar de Dios.

Ha querido decidir por sí mismo qué es bueno y qué es malo.

Ha querido bastarse a sí mismo.

Ha querido vivir sin depender de nadie.

Ese impulso continúa presente en cada generación.

Y también habita dentro de nosotros.

La soberbia adopta muchas formas.

A veces se manifiesta como arrogancia evidente.

Pero otras veces aparece disfrazada.

Puede esconderse detrás de la autosuficiencia.

Puede ocultarse detrás de la necesidad constante de reconocimiento.

Puede manifestarse en la incapacidad para aceptar correcciones.

Puede expresarse en la dificultad para pedir ayuda.

Enseñanzas de un Starets

El orgulloso cree que puede caminar solo.

El humilde sabe que necesita a Dios.

Por eso la humildad es el fundamento de toda oración verdadera.

Mientras una persona confía exclusivamente en sus propias fuerzas, difícilmente sentirá necesidad de orar.

¿Por qué buscaría ayuda quien cree poseer todas las respuestas?

¿Por qué levantaría los ojos al cielo quien piensa que puede resolverlo todo por sí mismo?

La oración nace precisamente cuando reconocemos nuestra pobreza espiritual.

Cuando comprendemos que somos criaturas.

Cuando entendemos que dependemos completamente de la misericordia divina.

Recuerda la parábola del fariseo y el publicano.

El fariseo conocía la Ley.

Ayunaba.

Cumplía numerosas prácticas religiosas.

Sin embargo, su oración no llegó verdaderamente a Dios porque estaba llena de orgullo.

En cambio, el publicano apenas se atrevía a levantar los ojos.

Golpeaba su pecho y decía: "Dios,
sé propicio a mí, pecador." Y fue él
quien volvió justificado.

¿Por qué?

Porque la humildad abrió la puerta que el orgullo había cerrado.

Hijo mío, nunca temas reconocer tu debilidad delante de Dios.

La humildad no consiste en despreciarse.

No consiste en negar los dones que Dios te ha dado.

No consiste en pensar constantemente cosas negativas sobre ti mismo.

La verdadera humildad consiste en vivir en la verdad.

Y la verdad es que todo bien proviene de Dios.

Tus talentos son un regalo.

Tus capacidades son un regalo.

Enseñanzas de un Starets

Tu vida es un regalo.

Tu fe es un regalo.

Incluso el deseo de buscar a Dios es un regalo de la gracia.

Cuando comprendemos esto, desaparece la vanagloria.

Ya no necesitamos compararnos con los demás.

Ya no necesitamos sentirnos superiores.

Ya no necesitamos competir constantemente.

Podemos simplemente agradecer.

San Silvano del Monte Athos enseñaba que el alma humilde encuentra descanso en Dios.

Qué hermosa expresión.

Descanso.

Cuántas personas viven agotadas porque intentan demostrar continuamente su valor.

Desean ser admiradas.

Desean ser reconocidas.

Desean sobresalir.

Y terminan esclavizadas por las opiniones ajenas.

La humildad libera.

El humilde ya no necesita construir una imagen perfecta.

Puede aceptar sus limitaciones.

Puede reconocer sus errores.

Puede aprender.

Puede crecer.

Puede arrepentirse.

Puede perdonar.

Por eso la humildad abre el cielo.

No porque Dios ame la debilidad por sí misma.

Sino porque la humildad permite que la gracia actúe.

Imagina un recipiente lleno hasta el borde.

No puede recibir más agua.

Enseñanzas de un Starets

Pero si está vacío, puede ser llenado.

Así ocurre con el alma.

Mientras está llena de orgullo, queda poco espacio para Dios.

Cuando se vacía mediante la humildad, la gracia encuentra lugar.

No te preocupes tanto por parecer santo.

Preocúpate por ser humilde.

No busques impresionar a otros con tu espiritualidad.

Busca agradar a Dios.

No busques los primeros lugares.

Busca servir.

No busques ser admirado.

Busca amar.

Y cuando recibas elogios, agradece a Dios.

Y cuando recibas críticas injustas, aprende a soportarlas con paciencia.

Ambas cosas pueden convertirse en oportunidades para crecer en humildad.

La Madre de Dios es el ejemplo perfecto.

Nadie recibió mayores dones.

Nadie fue más exaltado por Dios.

Y sin embargo, nadie fue más humilde.

Por eso todas las generaciones la llaman bienaventurada.

La humildad no la disminuyó.

La engrandeció.

Hijo mío querido:

Si deseas progresar en la oración, pide cada día el don de la humildad.

Pide a Dios que te enseñe a conocerte.

Pide a Dios que te enseñe a depender de Él.

Pide a Dios que te libre del orgullo.

Y descubrirás que la oración se vuelve más profunda, más sincera y más luminosa.

Porque el Señor encuentra siempre un lugar donde habitar: el corazón humilde.

Enseñanzas de un Starets

Oración final

Señor Jesucristo, manso y humilde de corazón, enséñame la verdadera humildad. Líbrame del orgullo, de la vanagloria y de la autosuficiencia. Haz que reconozca mi necesidad de Ti en todas las cosas. Que mi corazón encuentre descanso en tu presencia y que toda mi vida se convierta en una acción de gracias a tu infinita misericordia. Amén.

Enseñanzas de un Starets

CAPÍTULO VII

La Oración de Jesús

Amado hijito mío:

Entre todos los tesoros que la Iglesia ha conservado a lo largo de los siglos, pocos son tan preciosos como la Oración de Jesús.

Generaciones enteras de monjes, ermitaños, obispos, sacerdotes y fieles sencillos han encontrado en ella una fuente inagotable de consuelo y transformación espiritual.

Sus palabras son simples:

"Señor Jesucristo, Hijo de Dios, ten misericordia de mí, pecador."

Sin embargo, dentro de esta breve oración se encuentra contenido todo el Evangelio.

Cuando pronunciamos el Nombre de Jesús, confesamos nuestra fe en Aquel que vino al mundo para salvarnos.

Cuando decimos "Hijo de Dios", proclamamos que Cristo no es solamente un maestro ni un profeta, sino el Verbo eterno hecho carne.

Cuando pedimos misericordia, reconocemos nuestra necesidad de la gracia divina.

Y cuando nos llamamos pecadores, aprendemos la humildad que abre el corazón a Dios.

Por eso esta oración es tan poderosa.

No por las palabras en sí mismas.

No porque se trate de una fórmula mágica.

Sino porque nos conduce constantemente hacia Cristo.

Los Santos Padres enseñaban que el Nombre de Jesús posee una fuerza especial.

No porque sea un sonido extraordinario, sino porque está inseparablemente unido a la Persona del Salvador.

Cuando llamas a Cristo con fe, tu corazón se dirige hacia Él.

Cuando repites Su Nombre con amor, tu alma aprende a permanecer en Su presencia.

Cuando invocas Su misericordia, la gracia comienza a obrar silenciosamente.

Muchos starets aconsejaban comenzar el día pronunciando lentamente esta oración.

No con ansiedad.

No con prisa.

Sino con atención.

Enseñanzas de un Starets

Cada palabra debe ser pronunciada conscientemente.

Cada palabra debe descender desde los labios hasta el corazón.

San Teófilo el Recluso enseñaba que el objetivo no consiste simplemente en repetir una oración muchas veces, sino en permanecer con la mente delante de Dios.

Qué importante es comprender esto.

Porque existe el peligro de convertir incluso una oración santa en una rutina mecánica.

La repetición exterior por sí sola no transforma el alma.

Lo que transforma es la presencia de Dios.

La repetición sirve precisamente para ayudarnos a volver una y otra vez a esa presencia.

Imagina a una madre que observa a su hijo dormir.

Tal vez repita muchas veces su nombre en silencio.

No porque necesite hacerlo.

Sino porque lo ama.

Algo semejante ocurre cuando repetimos el Nombre de Jesús.

Cada repetición se convierte en una expresión de amor.

Cada repetición fortalece nuestra comunión con Él.

Cada repetición nos recuerda que no estamos solos.

Con el tiempo, esta oración puede acompañarnos durante toda la jornada.

Mientras caminamos.

Mientras trabajamos.

Mientras esperamos.

Mientras sufrimos.

Mientras damos gracias.

Poco a poco el corazón aprende a regresar constantemente al Señor.

Los Padres llamaban a esto el recuerdo de Dios.

Y qué bendición es vivir recordando continuamente la presencia divina.

Porque muchos pecados nacen precisamente del olvido.

Olvidamos que Dios nos ve.

Olvidamos que Dios nos ama.

Enseñanzas de un Starets

Olvidamos que Dios nos acompaña.

Y entonces nos dejamos arrastrar por pensamientos inútiles, preocupaciones excesivas y tentaciones.

La Oración de Jesús actúa como una lámpara encendida dentro del alma.

Nos ayuda a volver.

Nos ayuda a recordar.

Nos ayuda a permanecer.

Hijo mío, no te preocupes si al principio encuentras dificultades.

Las distracciones llegarán.

Los pensamientos aparecerán.

La mente intentará escapar.

Eso es normal.

No luches con violencia contra cada pensamiento.

Simplemente vuelve a la oración.

Una y otra vez.

Con paciencia.

Con humildad.

Con perseverancia.

Cada regreso es una pequeña victoria.

Cada regreso fortalece el alma.

Cada regreso agrada a Dios.

Recuerdo las palabras de un anciano monje que decía:

"Tu tarea no consiste en evitar que los pensamientos entren. Tu tarea consiste en no invitarlos a quedarse."

Qué sabiduría hay en esta enseñanza.

Los pensamientos vendrán.

Pero no es necesario conversar con ellos.

No es necesario alimentarlos.

Vuelve al Nombre de Jesús.

Enseñanzas de un Starets

Vuelve a la misericordia.

Vuelve a Cristo.

Y encontrarás paz.

Con el paso de los años descubrirás algo maravilloso.

La Oración de Jesús dejará de ser solamente una práctica.

Se convertirá en una compañía.

En los momentos de alegría estará contigo.

En los momentos de dolor estará contigo.

En la enfermedad estará contigo.

En la vejez estará contigo.

Y cuando llegue la hora de partir de este mundo, también estará contigo.

Porque quien aprende a vivir con el Nombre de Jesús en sus labios y en su corazón jamás camina solo.

El cordón de oración

Muchos fieles utilizan un cordón de oración para ayudarse en esta práctica.

No se trata de un objeto mágico.

Es simplemente una herramienta.

Cada nudo nos recuerda una invocación.

Cada nudo nos ayuda a mantener la atención.

Cada nudo se convierte en una pequeña llamada a la presencia divina.

Utilízalo con sencillez.

Utilízalo con fe.

Utilízalo con humildad.

Y deja que cada repetición acerque tu corazón al Señor.

Conclusión

Hijo mío querido:

Si alguna vez te sientes perdido, pronuncia el Nombre de Jesús.

Si el miedo te visita, pronuncia el Nombre de Jesús.

Si la tristeza pesa sobre tu alma, pronuncia el Nombre de Jesús.

Enseñanzas de un Starets

Si la alegría llena tu corazón, pronuncia el Nombre de Jesús.

Haz de esta oración una compañera de camino.

Haz de ella una lámpara para tus pasos.

Haz de ella un puente entre tu corazón y Dios.

Y descubrirás poco a poco que el Nombre de Jesús es verdaderamente dulce para quienes lo aman.

Oración final

Señor Jesucristo, Hijo de Dios, ten misericordia de mí, pecador. Haz que tu Santo Nombre habite siempre en mi corazón. Que jamás me aparte de Ti y que encuentre en tu presencia la paz, la fortaleza y la alegría que el mundo no puede dar. Amén.

CAPÍTULO VIII

La lucha contra los pensamientos

Amado hijito mío:

Si alguna vez has intentado orar seriamente, habrás descubierto algo que sorprende a muchas personas.

Basta intentar permanecer unos minutos delante de Dios para que aparezcan innumerables pensamientos.

Recuerdos olvidados.

Preocupaciones.

Planes.

Temores.

Conversaciones imaginarias.

Problemas antiguos.

Asuntos que parecían completamente insignificantes y que, de repente, reclaman toda nuestra atención.

Entonces algunos llegan a la conclusión equivocada de que no saben orar.

Otros creen que Dios está lejos.

Y algunos terminan abandonando la lucha.

Pero escucha atentamente, hijo mío:

Lo que estás experimentando es una batalla que todos los santos conocieron.

Nadie aprende a orar sin enfrentarse primero al combate de los pensamientos.

Los Padres del Desierto dedicaron gran parte de sus enseñanzas a este tema.

Sabían que la mente humana es como un jardín.

Si el jardinero no cuida el terreno, pronto aparecen las malas hierbas.

De la misma manera, si no vigilamos nuestros pensamientos, terminan creciendo dentro de nosotros preocupaciones inútiles, resentimientos, fantasías y tentaciones.

Por eso la vigilancia interior ocupa un lugar tan importante en la vida espiritual.

No podemos impedir que los pensamientos aparezcan.

Pero sí podemos decidir cuáles permitiremos que permanezcan.

Imagina que te encuentras sentado junto a una ventana.

Enseñanzas de un Starets

Desde allí observas personas caminando por la calle.

Las ves pasar.

Algunas se detienen.

Otras continúan su camino.

No tienes control sobre quién aparece.

Pero sí puedes decidir a quién invitas a entrar en tu casa.

Así ocurre con los pensamientos.

Muchos llegan sin ser llamados.

No son pecado.

Simplemente aparecen.

El problema comienza cuando los recibimos, los alimentamos y comenzamos a conversar con ellos.

Entonces se fortalecen.

Entonces ocupan espacio dentro del corazón.

Entonces nos alejan de la paz.

San Antonio el Grande enseñaba que la mente debe aprender a discernir.

No todo pensamiento merece atención.

No todo pensamiento merece confianza.

No todo pensamiento dice la verdad.

Cuántas veces sufrimos por cosas que nunca suceden.

Cuántas veces alimentamos miedos imaginarios.

Cuántas veces repetimos en nuestra mente heridas antiguas.

Y mientras hacemos esto, perdemos el momento presente.

Perdemos la paz.

Perdemos la capacidad de escuchar a Dios.

Por eso la oración se convierte en una escuela de libertad.

Cada vez que vuelves tu atención al Señor, estás aprendiendo a no ser esclavo de tus pensamientos.

No es fácil.

Enseñanzas de un Starets

Requiere paciencia.

Requiere perseverancia.

Requiere humildad.

Pero produce grandes frutos.

Cuando estés orando y descubras que tu mente se ha distraído, no te enojés contigo mismo.

No te desespere.

Simplemente vuelve.

Vuelve una vez.

Vuelve diez veces.

Vuelve cien veces si es necesario.

Cada regreso fortalece el alma.

Cada regreso es una pequeña victoria.

Cada regreso agrada a Dios.

Algunos piensan que la oración perfecta consiste en no distraerse jamás.

Los Santos Padres enseñaban algo diferente.

La verdadera victoria consiste en regresar continuamente a Dios.

La perseverancia vale más que la perfección imaginaria.

Recuerdo las palabras de un anciano monje:

"No te preocupes tanto por las caídas de tu mente. Preocúpate por volver siempre a Cristo."

Qué gran sabiduría contienen estas palabras.

Porque el enemigo desea que nos desanimemos.

Desea convencernos de que la lucha es inútil.

Desea hacernos creer que nunca cambiaremos.

Pero Dios ve nuestros esfuerzos.

Ve nuestra fidelidad.

Ve nuestro deseo sincero de permanecer junto a Él.

Y eso le agrada.

Existe además otro tipo de pensamiento particularmente peligroso.

Es el pensamiento de juicio.

Enseñanzas de un Starets

Con facilidad observamos los defectos ajenos.

Criticamos.

Condenamos.

Compararnos.

Nos creemos superiores.

Y mientras examinamos las faltas de otros, olvidamos trabajar sobre las nuestras.

La oración auténtica nos conduce en dirección opuesta.

Nos ayuda a conocernos.

Nos ayuda a corregirnos.

Nos ayuda a crecer en humildad.

Un corazón ocupado en su propia conversión encuentra poco tiempo para juzgar a los demás.

San Isaac el Sirio decía que quien ha visto verdaderamente sus pecados es mayor que quien resucita muertos.

Porque el conocimiento de uno mismo conduce al arrepentimiento.

Y el arrepentimiento conduce a la misericordia.

Hijo mío, no tengas miedo de esta lucha interior.

Todos los santos la conocieron.

Todos los ascetas la enfrentaron.

Todos los verdaderos discípulos de Cristo tuvieron que aprender a gobernar sus pensamientos.

La diferencia no está en evitar la batalla.

La diferencia está en perseverar.

Cuando aparezca un pensamiento de miedo, vuelve a Cristo.

Cuando aparezca un pensamiento de orgullo, vuelve a Cristo.

Cuando aparezca un pensamiento impuro, vuelve a Cristo.

Cuando aparezca un pensamiento de desesperación, vuelve a Cristo.

Haz de la Oración de Jesús tu refugio.

Haz de la presencia de Dios tu fortaleza.

Y poco a poco descubrirás que la mente comienza a serenarse.

Enseñanzas de un Starets

No porque los pensamientos desaparezcan por completo.

Sino porque ya no gobiernan tu corazón.

La paz del corazón vigilante

Con el tiempo, quien persevera en esta lucha recibe un gran regalo.

La paz.

No una paz superficial.

No una tranquilidad basada en circunstancias favorables.

Sino una paz profunda.

Una paz que permanece incluso en medio de las dificultades.

Una paz que nace de la confianza en Dios.

Una paz que el mundo no puede dar.

Esa paz es uno de los frutos más hermosos de la oración.

Y vale cada esfuerzo realizado en el camino.

Conclusión

Hijo mío querido:

No permitas que los pensamientos gobiernen tu vida.

Aprende a observarlos.

Aprende a discernirlos.

Aprende a entregarlos a Dios.

Y cuando te distraigas, vuelve.

Siempre vuelve.

Porque la vida espiritual no consiste en no caer jamás.

Consiste en regresar continuamente al Señor.

Y quien aprende a volver a Cristo una y otra vez descubre finalmente el verdadero descanso del alma.

Enseñanzas de un Starets

Oración final

Señor Jesucristo, guarda mi mente y mi corazón. Ayúdame a rechazar todo pensamiento que me aleje de Ti y concédeme la gracia de permanecer siempre en tu presencia. Que mi corazón encuentre en Ti su descanso y que tu paz reine en mi interior. Amén.

CAPÍTULO IX

La vigilancia del corazón

Amado hijito mío:

Existe una diferencia entre vigilar una ciudad y vigilar un corazón.

La ciudad tiene murallas visibles.

Tiene puertas visibles.

Tiene enemigos visibles.

El corazón, en cambio, es un misterio.

Sus puertas son invisibles.

Sus heridas son invisibles.

Sus combates son invisibles.

Y sin embargo, de él depende toda nuestra vida espiritual.

Nuestro Señor dijo:

"Donde esté tu tesoro, allí estará también tu corazón." Estas palabras contienen una gran enseñanza.

Porque el corazón siempre se dirige hacia aquello que ama.

Si ama solamente las cosas pasajeras, termina esclavizado por ellas.

Si ama únicamente los placeres del mundo, termina vacío.

Pero si aprende a amar a Dios, encuentra su verdadera libertad.

Por eso los Padres insistían tanto en la vigilancia interior.

No basta con cuidar nuestras acciones exteriores.

También debemos cuidar aquello que ocurre dentro de nosotros.

Muchas personas logran controlar sus palabras, pero permiten que el resentimiento crezca en su interior.

Otras mantienen una apariencia religiosa, pero alimentan continuamente el orgullo.

Algunas parecen tranquilas por fuera mientras viven agitadas por dentro.

Dios no mira solamente nuestras acciones.

Mira el corazón.

Y precisamente allí quiere realizar Su obra más profunda.

Enseñanzas de un Starets

Hijo mío, aprende a observar tu interior.

No con miedo.

No con obsesión.

No con desesperación.

Sino con serenidad.

Pregúntate de vez en cuando:

¿Qué ocupa mi corazón?

¿Qué pensamientos vuelven una y otra vez?

¿Qué deseos gobiernan mis decisiones?

¿Qué sentimientos estoy alimentando?

Estas preguntas pueden enseñarte mucho.

Porque el corazón es como un jardín.

Aquello que cultivamos crece.

Si sembramos resentimiento, cosecharemos amargura.

Si sembramos orgullo, cosecharemos aislamiento.

Si sembramos egoísmo, cosecharemos tristeza.

Pero si sembramos amor, cosecharemos paz.

Si sembramos misericordia, cosecharemos alegría.

Si sembramos oración, cosecharemos la presencia de Dios.

Por eso la vigilancia del corazón no consiste solamente en rechazar lo malo.

Consiste también en cultivar lo bueno.

Un agricultor sabio no se limita a arrancar malas hierbas.

También siembra semillas.

También riega la tierra.

También cuida los frutos.

Así debemos actuar espiritualmente.

No basta con combatir los malos pensamientos.

Debemos alimentar las virtudes.

No basta con evitar el pecado.

Enseñanzas de un Starets

Debemos crecer en el amor.

No basta con huir de la oscuridad.

Debemos acercarnos a la luz.

San Macario el Grande enseñaba que el corazón humano es pequeño y, sin embargo, puede contener el cielo y la tierra.

Qué maravillosa imagen.

Dentro de nosotros existe una profundidad que muchas veces desconocemos.

Allí quiere habitar Dios.

Allí quiere derramar Su gracia.

Allí quiere establecer Su Reino.

Pero para que esto suceda debemos aprender a custodiar ese lugar sagrado.

Piensa en una iglesia.

Cuando un templo es amado, se mantiene limpio.

Se protege.

Se embellece.

Se conserva con respeto.

¿Por qué actuaríamos de otra manera con el santuario interior que Dios nos ha confiado?

Tu corazón es un templo.

Un templo vivo.

Un templo donde el Espíritu Santo desea habitar.

Por eso debes cuidarlo.

Cuídalo de la amargura.

Cuídalo de la envidia.

Cuídalo del odio.

Cuídalo de la desesperación.

Cuídalo del orgullo.

Y cuando descubras que alguna de estas cosas ha comenzado a entrar, no te alarmes.

Simplemente vuelve al Señor.

Vuelve a la oración.

Enseñanzas de un Starets

Vuelve al arrepentimiento.

Vuelve a la misericordia.

Dios sabe reparar aquello que nosotros hemos dañado.

Dios sabe restaurar aquello que nosotros hemos descuidado.

Dios sabe sanar aquello que parecía perdido.

La vigilancia cristiana nunca es una vigilancia angustiada.

No es una obsesión enfermiza.

Es una atención amorosa.

Es la actitud de quien protege un tesoro.

Y el mayor tesoro que poseemos es nuestra comunión con Dios.

Recuerdo haber conocido a un anciano sacerdote que irradiaba una paz extraordinaria.

Un día le preguntaron cuál era el secreto de su serenidad.

Sonrió y respondió:

"Procuro no dejar entrar en mi corazón nada que me aleje de Cristo." Qué sencilla y profunda respuesta.

Eso es precisamente la vigilancia espiritual.

Elegir diariamente aquello que acerca el corazón al Señor.

La lámpara siempre encendida

En el Antiguo Testamento había lámparas que debían permanecer continuamente encendidas delante del Señor.

Los sacerdotes cuidaban que nunca se apagaran.

También nosotros tenemos una lámpara interior.

Es la presencia de Dios en el corazón.

La oración la alimenta.

La humildad la protege.

La vigilancia la conserva.

Y cuando esta lámpara permanece encendida, incluso las noches más oscuras se vuelven soportables.

Porque la luz de Cristo nunca deja de brillar.

Enseñanzas de un Starets

Conclusión Hijo

mío querido:

Cuida tu corazón.

Protégelo como protegerías un tesoro precioso.

No permitas que el resentimiento encuentre morada en él.

No permitas que el orgullo eche raíces.

No permitas que la desesperanza lo conquiste.

Llévalo de oración.

Llévalo de misericordia.

Llévalo de Cristo.

Y descubrirás que el corazón vigilante se convierte poco a poco en una morada de paz donde Dios encuentra alegría en habitar.

Oración final

Señor Jesucristo, guarda mi corazón de todo mal. Enséñame a vigilar mis pensamientos, mis deseos y mis acciones. Haz de mi alma un templo digno de tu presencia y permite que la luz de tu gracia permanezca siempre encendida dentro de mí. Amén.

CAPÍTULO X

La Madre de Dios y la oración

Amado hijito mío:

Si alguna vez te has sentido solo en la oración, quiero hablarte de una presencia que ha consolado a innumerables cristianos a lo largo de los siglos.

La presencia de la Santísima Madre de Dios.

Desde los primeros tiempos de la Iglesia, los fieles han acudido a ella con confianza filial.

No porque ocupe el lugar de Cristo.

No porque reemplace al Salvador.

Sino porque ninguna criatura ha amado a Cristo más perfectamente que Su Santísima Madre.

Y quien desea acercarse al Hijo encuentra siempre ayuda en aquella que dijo:

"He aquí la esclava del Señor."

La historia de la salvación cambió para siempre cuando una joven de Nazaret respondió con humildad al llamado de Dios.

Su obediencia abrió el camino para la Encarnación.

Su fe se convirtió en bendición para toda la humanidad.

Su amor maternal continúa acompañando a la Iglesia hasta nuestros días.

Por eso los cristianos ortodoxos nunca han dudado en acudir a ella.

Lo hacemos como hijos.

Lo hacemos con confianza.

Lo hacemos sabiendo que una madre nunca permanece indiferente ante las necesidades de sus hijos.

Hijo mío, cuando contemples la vida de la Virgen María, descubrirás que toda ella fue una escuela de oración.

No encontramos en los Evangelios muchas palabras pronunciadas por ella.

Pero encontramos algo aún más importante.

Encontramos un corazón completamente abierto a Dios.

Encontramos silencio.

Encontramos obediencia.

Enseñanzas de un Starets

Encontramos confianza.

Encontramos amor.

San Lucas nos dice varias veces que la Madre de Dios guardaba todas las cosas en su corazón.

Qué hermosa expresión.

Ella no vivía superficialmente.

Meditaba.

Contemplaba.

Escuchaba.

Aprendía a reconocer la acción de Dios incluso en los acontecimientos más difíciles.

También nosotros debemos aprender esa actitud.

Vivimos rodeados de ruido.

Vivimos apresurados.

Vivimos distraídos.

Y muchas veces perdemos la capacidad de escuchar la voz de Dios.

La Virgen nos enseña a detenernos.

Nos enseña a guardar silencio.

Nos enseña a contemplar.

Nos enseña a confiar.

Recuerda las bodas de Caná.

Los invitados ni siquiera comprendían completamente la situación.

Pero la Madre de Dios vio la necesidad antes que los demás.

Intercedió.

Y condujo a todos hacia Cristo diciendo:

"Haced todo lo que Él os diga."

Estas palabras contienen toda la espiritualidad mariana.

La Virgen nunca dirige la atención hacia sí misma.

Siempre la dirige hacia su Hijo.

Siempre nos conduce a Cristo.

Siempre nos enseña la obediencia.

Enseñanzas de un Starets

Siempre nos ayuda a encontrar el camino.

Por eso la verdadera devoción a la Madre de Dios jamás aleja de Cristo.

Al contrario.

Nos acerca más profundamente a Él.

Muchos fieles han experimentado esto a lo largo de los siglos.

Cuando el corazón está cansado.

Cuando la fe parece débil.

Cuando la oración se vuelve difícil.

La invocación a la Madre de Dios trae consuelo.

No porque ella sustituya la gracia divina.

Sino porque acompaña maternalmente nuestro camino hacia Dios.

Recuerdo haber conocido a ancianos que llevaban décadas rezando el Akáthistos de la Madre de Dios.

Sus rostros irradiaban serenidad.

No porque sus vidas hubieran sido fáciles.

Muchos habían conocido sufrimientos profundos.

Pero habían aprendido a refugiarse bajo el manto protector de la Virgen.

Y allí encontraron fortaleza.

Hijo mío, nunca subestimes el consuelo que puede ofrecer una madre.

Cuando un niño cae, corre hacia su madre.

Cuando tiene miedo, busca sus brazos.

Cuando llora, busca su ternura.

Algo semejante ocurre en nuestra vida espiritual.

La Madre de Dios recibe nuestras lágrimas y las presenta ante su Hijo.

Recibe nuestras súplicas y las acompaña con su intercesión.

Recibe nuestras debilidades y nos anima a continuar.

Por eso tantos cristianos repiten diariamente:

"Santísima Madre de Dios, sálvanos."

No porque atribuyan a la Virgen el poder que pertenece únicamente a Dios.

Enseñanzas de un Starets

Sino porque reconocen que ella intercede constantemente por la salvación de sus hijos.

La Iglesia la llama Protectora.

La llama Consoladora.

La llama Guía.

La llama Auxilio de los cristianos.

Todos estos títulos nacieron de la experiencia viva del pueblo de Dios.

Generaciones enteras descubrieron que la Madre de Dios jamás abandona a quienes recurren a ella con fe.

Pero hay una enseñanza aún más profunda.

La Virgen nos muestra cómo debe orar el alma cristiana.

Con humildad.

Con obediencia.

Con confianza.

Con perseverancia.

Cuando dijo:

"Hágase en mí según tu palabra", nos dejó el modelo perfecto de toda oración auténtica.

Porque la finalidad última de la oración no consiste solamente en pedir.

Consiste en unir nuestra voluntad a la voluntad de Dios.

Y nadie realizó esto de manera más perfecta que la Santísima Virgen.

Bajo su manto protector Hijo

mío querido:

Habrà momentos en los que sentirás que tus fuerzas son insuficientes.

Habrà noches de incertidumbre.

Habrà lágrimas.

Habrà pruebas.

Cuando lleguen esos momentos, no dudes en acudir a la Madre de Dios.

Háblale con sencillez.

Háblale con confianza.

Enseñanzas de un Starets

Háblale como un hijo habla a su madre.

Y ella te conducirá hacia Cristo.

Porque toda su misión consiste precisamente en eso:

Llevarnos al Salvador.

Conclusión

Nunca olvides que la Madre de Dios camina junto a la Iglesia.

Ella acompañó a los apóstoles.

Acompañó a los mártires.

Acompañó a los santos.

Y continúa acompañando a todos aquellos que buscan sinceramente a Cristo.

Refúgiate bajo su protección.

Aprende de su humildad.

Imita su obediencia.

Y deja que su ejemplo ilumine tu vida de oración.

Oración final

Santísima Madre de Dios, recibe mis súplicas y preséntalas ante tu divino Hijo. Enséñame a orar con humildad, confianza y amor. Protégeme en las pruebas, consuélame en las tristezas y guíame siempre hacia Cristo, fuente de toda salvación. Amén.

CAPÍTULO XI

La perseverancia en la oración

Amado hijito mío:

Existe una virtud que distingue a las almas que avanzan en la vida espiritual de aquellas que se quedan detenidas en el camino.

No es el talento.

No es la inteligencia.

No es la sensibilidad religiosa.

Es la perseverancia.

Muchos comienzan a orar con entusiasmo.

Durante los primeros días sienten consuelo.

Descubren paz.

Experimentan alegría.

Todo parece sencillo.

Pero llega un momento en que los sentimientos disminuyen.

La emoción desaparece.

La oración parece seca.

Y entonces surge la pregunta:

"¿Vale la pena continuar?"

Precisamente allí comienza la verdadera escuela espiritual.

Porque mientras oramos únicamente cuando sentimos consuelo, todavía no hemos aprendido a amar verdaderamente a Dios.

Amamos los regalos.

Amamos las emociones.

Amamos las experiencias agradables.

Pero Dios desea conducirnos hacia algo más profundo.

Desea enseñarnos a amarlo por Él mismo.

Los Santos Padres conocían bien esta realidad.

Muchos atravesaron largos períodos de sequedad espiritual.

Enseñanzas de un Starets

Muchos experimentaron momentos en que la oración parecía difícil.

Muchos sintieron la ausencia de todo consuelo sensible.

Y sin embargo continuaron.

¿Por qué?

Porque comprendieron una verdad fundamental.

La oración no depende de lo que sentimos.

La oración depende de nuestra fidelidad.

Piensa en un matrimonio feliz.

El amor verdadero no se sostiene únicamente en emociones intensas.

Existen días luminosos.

Existen días difíciles.

Existen momentos de entusiasmo.

Existen momentos de cansancio.

Pero el amor permanece porque existe fidelidad.

Lo mismo sucede con nuestra relación con Dios.

La fidelidad es una forma de amor.

Cuando continuas orando incluso en la sequedad, estás diciendo:

"Señor, permanezco contigo."

Cuando continuas orando aunque no sientas nada extraordinario, estás diciendo:

"Señor, te busco a Ti y no solamente tus consuelos." Y

esta oración posee un gran valor ante Dios.

A veces el Señor permite estos períodos para purificar nuestra fe.

No porque nos abandone.

No porque deje de amarnos.

Sino porque desea llevarnos a una relación más madura.

Un niño pequeño necesita constantes demostraciones visibles.

Un adulto aprende a confiar incluso cuando no ve.

La vida espiritual sigue un camino semejante.

Dios quiere enseñarnos la confianza.

Enseñanzas de un Starets

Quiere enseñarnos la paciencia.

Quiere enseñarnos la perseverancia.

Recuerdo las palabras de un starets que decía:

"Cuando la oración es fácil, agradece a Dios. Cuando la oración es difícil, agradéclo aún más, porque te está enseñando la fidelidad." Qué hermosa enseñanza.

Porque solemos valorar solamente los momentos de consuelo.

Sin embargo, muchas veces son los momentos de lucha los que producen los mayores frutos.

El agricultor no abandona su campo durante el invierno.

Sabe que la tierra sigue trabajando silenciosamente.

Sabe que las raíces continúan creciendo.

Sabe que llegará la primavera.

Así también obra Dios en el alma.

Aunque no veas resultados inmediatos.

Aunque no percibas cambios.

Aunque parezca que nada ocurre.

La gracia continúa actuando.

Silenciosamente.

Profundamente.

Pacientemente.

Hijo mío, nunca midas tu vida espiritual únicamente por lo que sientes.

Los sentimientos cambian.

Hoy están presentes.

Mañana desaparecen.

Pero Dios permanece.

Su amor permanece.

Su fidelidad permanece.

Su presencia permanece.

Por eso debes construir tu vida espiritual sobre algo más sólido que las emociones.

Enseñanzas de un Starets

Debes construirla sobre la fe.

Y la fe muchas veces consiste simplemente en seguir caminando.

Seguir orando.

Seguir confiando.

Seguir esperando.

Incluso cuando el camino parece oscuro.

Los santos no llegaron a la santidad porque siempre sintieran fervor.

Llegaron porque permanecieron.

Perseveraron cuando era difícil.

Perseveraron cuando estaban cansados.

Perseveraron cuando no comprendían.

Perseveraron cuando la cruz pesaba.

Y precisamente por eso se convirtieron en lámparas para el mundo.

La perseverancia es una forma de martirio silencioso.

Nadie la ve.

Nadie la aplaude.

Nadie la celebra.

Pero Dios la contempla.

Y Dios la bendice.

Quizás hoy estés atravesando un período de sequedad espiritual.

Quizás te resulte difícil concentrarte.

Quizás la oración parezca vacía.

No te desanimes.

No abandones.

Permanece.

Aunque sean pocos minutos.

Aunque tus palabras parezcan pobres.

Aunque tu corazón esté cansado.

Permanece.

Enseñanzas de un Starets

Cada acto de fidelidad construye algo eterno.

Cada oración ofrecida en medio de la dificultad fortalece el alma.

Cada pequeño esfuerzo realizado por amor a Dios tiene un valor inmenso.

El ejemplo de la viuda perseverante

Nuestro Señor contó la parábola de una viuda que insistía continuamente ante un juez.

No se cansó.

No se rindió.

No abandonó su petición.

Y finalmente fue escuchada.

Cristo concluye enseñándonos que debemos orar siempre y no desanimarnos.

Qué importante es esta enseñanza.

No desanimarse.

Porque el desánimo es una de las armas favoritas del enemigo.

Cuando logra convencernos de abandonar la oración, ya ha obtenido una gran victoria.

Por eso debemos resistir.

Con humildad.

Con paciencia.

Con esperanza.

Conclusión

Hijo mío querido:

No busques una vida espiritual basada únicamente en emociones.

Busca una vida espiritual basada en la fidelidad.

Ora cuando tengas ganas.

Ora cuando no tengas ganas.

Ora cuando sientas consuelo.

Ora cuando experimentes sequedad.

Ora cuando todo parezca claro.

Ora cuando todo parezca oscuro.

Enseñanzas de un Starets

Y descubrirás que la perseverancia abre caminos que el entusiasmo pasajero jamás puede abrir.

Oración final

Señor Jesucristo, dame un corazón perseverante. No permitas que el desánimo me aparte de Ti. Enséñame a permanecer fiel en la alegría y en la prueba, en el consuelo y en la sequedad. Que jamás abandone la oración y que encuentre siempre en Ti mi fortaleza y mi esperanza. Amén.

CAPÍTULO XII

Cuando Dios parece guardar silencio

Amado hijito mío:

Pocas pruebas son tan difíciles para el alma como aquella en la que Dios parece guardar silencio.

Hay sufrimientos que comprendemos.

Hay cruces cuya razón llegamos a descubrir con el tiempo.

Pero existen momentos en los que oramos durante meses o incluso años sin encontrar respuesta.

Pedimos.

Suplicamos.

Lloramos.

Esperamos.

Y el cielo parece permanecer cerrado.

Entonces nacen preguntas dolorosas.

"¿Me escucha Dios?"

"¿Se ha olvidado de mí?" "¿Por
qué no responde?"

"¿Por qué guarda silencio?"

Si alguna vez has experimentado estas preguntas, quiero que sepas algo.

No estás solo.

Muchos santos caminaron por ese valle.

Muchos hombres y mujeres de profunda fe atravesaron noches espirituales semejantes.

Incluso aquellos que hoy veneramos en los altares conocieron momentos de oscuridad.

Por eso no debes interpretar inmediatamente el silencio de Dios como abandono.

Porque no siempre es así.

Con frecuencia ocurre exactamente lo contrario.

A veces Dios está obrando de manera tan profunda que nosotros todavía no somos capaces de comprenderlo.

Enseñanzas de un Starets

Piensa en una semilla enterrada bajo la tierra.
Durante semanas parece que nada sucede.
No hay flores.
No hay frutos.
No hay señales visibles.
Sin embargo, bajo la superficie ocurre un trabajo silencioso.
Las raíces se fortalecen.
La vida crece.
La transformación avanza.
Algo semejante sucede muchas veces en el alma.
Dios trabaja en secreto.
Dios actúa en profundidad.
Dios prepara aquello que todavía no podemos ver.
Pero nosotros somos impacientes.
Deseamos resultados inmediatos.
Deseamos respuestas rápidas.
Deseamos comprenderlo todo.
Y cuando esto no ocurre, nos inquietamos.
Hijo mío, la fe madura precisamente en esos momentos.
Mientras recibimos respuestas inmediatas, confiamos porque vemos.
Pero cuando las respuestas tardan en llegar, aprendemos a confiar sin ver.
Y esa confianza tiene un gran valor ante Dios.
Recuerda a Abraham.
Dios le prometió descendencia. Sin embargo, los años pasaban.
La promesa parecía imposible.
Todo parecía contradecir la palabra divina.
Y aun así Abraham continuó creyendo.
No porque comprendiera.

Enseñanzas de un Starets

No porque viera resultados.

Sino porque confiaba en Aquel que había prometido.

La fe auténtica muchas veces consiste en eso.

Seguir caminando cuando todavía no vemos el final del camino. También recordemos a Santa Ana, la madre del profeta Samuel.

Durante años sufrió la humillación de la esterilidad.

Oró.

Lloró.

Esperó.

Y parecía que nada cambiaba.

Sin embargo, Dios estaba preparando algo mucho más grande de lo que ella imaginaba.

Cuando llegó el momento oportuno, la bendición apareció.

No antes.

No después.

En el tiempo de Dios.

Y aquí encontramos una enseñanza importante.

Existe una diferencia entre nuestro tiempo y el tiempo de Dios.

Nosotros vemos días.

Dios ve eternidades.

Nosotros vemos fragmentos.

Dios contempla el cuadro completo.

Nosotros pedimos según nuestro entendimiento limitado.

Dios responde según Su sabiduría infinita.

Por eso algunas oraciones reciben exactamente aquello que pedimos.

Otras reciben algo diferente.

Y algunas reciben una respuesta que solamente comprenderemos plenamente en la eternidad.

Esto no significa que Dios ignore nuestras súplicas.

Enseñanzas de un Starets

Significa que nos ama demasiado para responder únicamente según nuestros deseos inmediatos.

Un padre bueno no concede todo lo que un niño pide.

Concede aquello que verdaderamente le hace bien.

Así obra también nuestro Padre celestial.

Recuerdo a una mujer que durante años rezó por una situación familiar muy dolorosa. La respuesta no llegó como ella esperaba.

Sin embargo, después de mucho tiempo comprendió que Dios había transformado primero su corazón.

La situación exterior tardó en cambiar.

Pero ella cambió mucho antes.

Y al cambiar ella, cambió toda su manera de vivir aquella cruz.

Eso también es una respuesta.

A veces Dios transforma las circunstancias.

Otras veces transforma a la persona que las enfrenta.

Y muchas veces esta segunda respuesta es aún más profunda.

Hijo mío, cuando Dios parece guardar silencio, continúa orando.

No abandones.

No te alejes.

No cierres tu corazón.

Permanece.

Permanece como los apóstoles durante la tormenta.

Permanece como la Madre de Dios al pie de la Cruz.

Permanece como Job en medio de sus sufrimientos.

Permanece como tantos santos que atravesaron la oscuridad sin perder la esperanza.

Porque el silencio de Dios nunca es vacío.

Está lleno de una presencia que muchas veces no percibimos.

Está lleno de una sabiduría que todavía no comprendemos.

Está lleno de un amor que continúa sosteniéndonos incluso cuando no lo sentimos.

Enseñanzas de un Starets

Y llegará un día en que mirarás hacia atrás y descubrirás algo maravilloso.

Descubrirás que Dios estuvo allí todo el tiempo.

En las lágrimas.

En las esperas.

En las dudas.

En los silencios.

En cada paso del camino.

La fe que permanece

Existe una fe que nace de los milagros.

Y existe una fe más profunda.

La fe que permanece incluso cuando no ve milagros.

La fe que sigue orando.

La fe que sigue esperando.

La fe que sigue amando.

Esa fe agrada enormemente a Dios.

Y esa fe transforma el alma.

Conclusión

Hijo mío querido:

Si hoy te parece que Dios guarda silencio, no te desesperes.

No interpretes el silencio como ausencia.

No confundas la espera con abandono.

El Señor continúa obrando.

Continúa escuchando.

Continúa amando.

Permanece en la oración.

Permanece en la esperanza.

Permanece en la confianza.

Y descubrirás que incluso los silencios de Dios están llenos de misericordia.

Enseñanzas de un Starets

Oración final

Señor Jesucristo, cuando no comprenda tus caminos, enséñame a confiar. Cuando parezca que guardas silencio, ayúdame a permanecer fiel. Fortalece mi esperanza y aumenta mi fe para que nunca dude de tu amor. Haz que encuentre paz en tu voluntad y descanso en tu providencia. Amén.

CAPÍTULO XIII

La paz interior

Amado hijito mío:

Si preguntaras a la mayoría de las personas qué es lo que más desean, escucharías respuestas muy diversas.

Algunos dirían que buscan salud.

Otros responderían que desean seguridad económica.

Muchos hablarían del éxito, del reconocimiento o de una vida sin problemas.

Pero después de muchos años escuchando a las almas, he llegado a una conclusión.

En el fondo, casi todos buscan lo mismo.

Buscan paz.

No una paz superficial.

No una tranquilidad pasajera.

No una ausencia momentánea de preocupaciones.

Buscan esa paz profunda que permite descansar incluso en medio de las dificultades.

Buscan una paz que permanezca cuando la salud se debilita.

Cuando los problemas aparecen.

Cuando las lágrimas visitan el corazón.

Y precisamente esa paz es uno de los frutos más hermosos de la oración.

Nuestro Señor dijo:

"La paz os dejo, mi paz os doy; no os la doy como el mundo la da." Observa atentamente estas palabras.

Cristo distingue claramente entre la paz del mundo y la paz que procede de Dios.

La paz del mundo depende de circunstancias favorables.

Existe mientras todo marcha bien.

Mientras no hay problemas.

Mientras los planes se cumplen.

Mientras las personas nos comprenden.

Pero basta una dificultad para que desaparezca.

Enseñanzas de un Starets

La paz de Cristo es diferente.

Nace en el corazón.

Tiene sus raíces en Dios.

Por eso puede permanecer incluso cuando las circunstancias son difíciles.

He conocido personas que lo tenían todo y vivían atormentadas.

Y también he conocido personas que sufrían grandes pruebas y, sin embargo, irradiaban serenidad.

La diferencia no estaba en las circunstancias.

La diferencia estaba en la profundidad de su comunión con Dios.

Hijo mío, la oración no elimina automáticamente todos los problemas.

Pero transforma la manera en que los enfrentamos.

Cuando el alma aprende a permanecer junto al Señor, deja de depender completamente de las circunstancias externas.

Descubre una fuente interior de fortaleza.

Descubre un refugio que nadie puede destruir.

Descubre una paz que no proviene del mundo.

Los Santos Padres hablaban frecuentemente de la tranquilidad del corazón.

No se referían a la indiferencia.

No se referían a la pasividad.

No se referían a una ausencia total de emociones.

Hablaban de un corazón que ha aprendido a descansar en Dios.

Piensa en un niño pequeño durante una tormenta.

Si está solo, tendrá miedo.

Pero si descansa en los brazos de su padre, la tormenta sigue existiendo y, sin embargo, se siente seguro.

Así ocurre con el alma que aprende a confiar en Dios.

Las tormentas continúan.

Las pruebas continúan.

Las responsabilidades continúan.

Pero el corazón ya no está solo.

Enseñanzas de un Starets

Y eso cambia todo.

Una de las mayores amenazas contra la paz interior es la preocupación excesiva.

Cuántas veces sufrimos por cosas que todavía no han ocurrido.

Cuántas veces imaginamos desgracias futuras.

Cuántas veces permitimos que el miedo gobierne nuestros pensamientos. El enemigo sabe utilizar estas preocupaciones para robarnos la serenidad.

Por eso Cristo nos dice: "No os

inquietéis por el mañana." No

significa irresponsabilidad.

No significa descuidar nuestras obligaciones.

Significa aprender a confiar.

Significa hacer lo que está en nuestras manos y entregar el resto a Dios.

La oración nos enseña precisamente esta actitud.

Cuando presentamos nuestras preocupaciones al Señor, dejamos de cargarlas solos.

Las colocamos en manos más fuertes que las nuestras.

Y aunque las dificultades no desaparezcan inmediatamente, el corazón comienza a respirar.

Comienza a descansar.

Comienza a encontrar paz.

Otra amenaza para la paz interior es el resentimiento.

Mientras conservamos heridas sin sanar, el corazón permanece inquieto.

Mientras alimentamos antiguas ofensas, la paz encuentra dificultades para entrar.

Por eso el perdón ocupa un lugar tan importante en la vida espiritual.

No porque las heridas sean pequeñas.

No porque la injusticia deje de existir.

Sino porque el resentimiento termina dañando principalmente a quien lo conserva.

Perdonar no significa aprobar el mal.

Significa entregarlo a Dios.

Significa dejar de permitir que gobierne nuestro corazón.

Y cuando esto ocurre, una gran carga desaparece.

Enseñanzas de un Starets

San Serafín de Sarov decía:

"Adquiere la paz interior y miles encontrarán la salvación a tu alrededor." Qué profunda enseñanza.

Porque la paz verdadera no beneficia solamente a quien la posee.

Se convierte en bendición para otros.

Una persona pacífica transmite serenidad.

Una persona pacífica inspira confianza.

Una persona pacífica refleja algo de la presencia de Dios.

Por eso trabajar por la paz interior no es un acto egoísta.

Es un servicio.

Es una forma de amor.

Es una manera de llevar luz a quienes nos rodean.

Hijo mío querido:

No busques la paz en aquello que cambia constantemente.

No la busques únicamente en las circunstancias.

No la busques únicamente en las personas.

Busca primero a Dios.

Y descubrirás que la paz comienza a florecer dentro de ti.

Lentamente.

Silenciosamente.

Profundamente.

Como una lámpara que permanece encendida durante la noche.

La paz que nace de la confianza Toda

verdadera paz tiene una raíz común.

La confianza.

Cuando confiamos en Dios, dejamos de vivir dominados por el miedo.

Cuando confiamos en Dios, aprendemos a descansar.

Cuando confiamos en Dios, comprendemos que no caminamos solos.

Y esa certeza se convierte en fuente de serenidad.

Enseñanzas de un Starets

Conclusión

Amado hijito mío:

La paz interior no se conquista en un solo día.

Crece poco a poco.

Se fortalece mediante la oración.

Se protege mediante la vigilancia.

Se alimenta mediante la confianza.

Y se conserva permaneciendo junto a Cristo.

Busca esa paz.

Custódiala.

Compártela.

Y deja que se convierta en una bendición para todos aquellos que Dios coloque en tu camino.

Oración final

Señor Jesucristo, Príncipe de la Paz, calma las tempestades de mi corazón. Libérame de las preocupaciones inútiles, del miedo y de la inquietud. Enséñame a confiar plenamente en Ti y concede a mi alma la paz que el mundo no puede dar. Que viva siempre bajo la protección de tu amor y que refleje tu paz a quienes me rodean. Amén.

CAPÍTULO XIV

La oración en la familia

Amado hijito mío:

Después de la iglesia, no existe lugar más importante para la vida espiritual que el hogar.

Allí aprendemos a amar.

Allí aprendemos a perdonar.

Allí aprendemos a sacrificarnos.

Y también allí deberíamos aprender a orar.

Sin embargo, muchas familias cristianas han olvidado esta hermosa tradición.

Algunas rezan solamente cuando enfrentan una dificultad.

Otras han dejado que las preocupaciones diarias ocupen todo el espacio.

Y algunas simplemente nunca aprendieron a orar juntas.

Qué pérdida tan grande.

Porque cuando una familia ora unida, algo cambia profundamente dentro de ella.

La oración no elimina todos los problemas.

Pero transforma la atmósfera del hogar.

Invita a Cristo a ocupar el centro.

Y donde Cristo ocupa el centro, la gracia comienza a obrar.

Recuerda las palabras del Señor:

"Donde dos o tres están reunidos en mi Nombre, allí estoy Yo en medio de ellos." Esta promesa se cumple de manera especial en la familia.

Cuando los padres rezan juntos.

Cuando los hijos aprenden a persignarse.

Cuando las comidas comienzan con una bendición.

Cuando las dificultades son presentadas a Dios.

Entonces el hogar se convierte poco a poco en una pequeña iglesia doméstica.

Los primeros cristianos comprendían muy bien esta verdad.

Muchos no tenían grandes templos.

Enseñanzas de un Starets

No poseían riquezas.

No disfrutaban de seguridad.

Pero tenían hogares donde Cristo era amado.

Y esos hogares transformaron el mundo.

Hijo mío, no pienses que la oración familiar exige grandes discursos.

La sencillez vale más que la complejidad.

Una familia puede comenzar con algo muy simple.

Una oración por la mañana.

Otra antes de dormir.

Una bendición antes de los alimentos.

La lectura de un breve pasaje del Evangelio.

La veneración de los santos iconos.

Pequeños actos realizados con constancia producen grandes frutos.

Recuerdo a una anciana que me contó una vez:

"Padre, mis hijos crecieron viendo a su madre encender la lámpara delante de los iconos cada noche."

Aquellos niños llegaron a ser adultos.

Atravesaron dificultades.

Cometieron errores.

Pero jamás olvidaron aquella imagen.

La fe había echado raíces en sus corazones.

Qué importante es el ejemplo.

Los hijos escuchan nuestras palabras.

Pero observan aún más nuestras acciones.

Si ven a sus padres rezar, aprenderán la importancia de la oración.

Si ven a sus padres acudir a Dios en las dificultades, comprenderán dónde encontrar fortaleza.

Si ven a sus padres perdonarse mutuamente, aprenderán el valor de la misericordia.

La educación espiritual comienza mucho antes de los discursos.

Enseñanzas de un Starets

Comienza con el ejemplo.

Padres, nunca subestimen el impacto de una vida piadosa.

Quizás crean que sus hijos no prestan atención.

Quizás parezca que están distraídos.

Pero muchas semillas crecen silenciosamente.

Y años después producen frutos inesperados.

También quiero hablar a los esposos.

Hijos míos, oren juntos.

No permitan que la oración sea solamente una práctica individual.

Presenten juntos sus alegrías.

Presenten juntos sus preocupaciones.

Presenten juntos sus decisiones.

Cuando un matrimonio ora unido, aprende a caminar unido.

Porque ambos comienzan a mirar en la misma dirección.

Hacia Cristo.

Y cuando Cristo ocupa el centro del matrimonio, muchas heridas encuentran sanación.

Muchos conflictos encuentran solución.

Muchas cargas se vuelven más ligeras.

No porque desaparezcan los problemas.

Sino porque ya no se enfrentan solos.

La oración familiar también resulta especialmente importante durante las pruebas.

Hay momentos en que una familia atraviesa enfermedades.

Momentos de dificultades económicas.

Momentos de dolor.

Momentos de duelo.

En esas horas la oración se convierte en un refugio.

Los miembros de la familia descubren que pueden sostenerse mutuamente.

Descubren que la fe compartida produce fortaleza.

Descubren que Dios camina con ellos.

Enseñanzas de un Starets

He visto hogares pobres llenos de paz.

Y también hogares ricos llenos de inquietud.

La diferencia rara vez estaba en el dinero.

La diferencia estaba en la presencia de Dios.

Donde Dios es amado, existe una riqueza que ninguna crisis puede destruir.

Donde Dios es olvidado, ninguna abundancia material logra llenar completamente el corazón.

Hijo mío, procura que tu hogar tenga un rincón de oración.

No importa si es grande o pequeño.

Un lugar donde haya iconos.

Una lámpara.

Una cruz.

Un espacio que recuerde diariamente la presencia de Dios.

Ese rincón se convertirá en un refugio durante los años.

Allí se derramarán lágrimas.

Allí se elevarán acciones de gracias.

Allí se tomarán decisiones importantes.

Allí se encontrará consuelo.

Y muchas veces será testigo silencioso de la obra de la gracia.

La familia como escuela de santidad

La familia no es solamente una comunidad de afecto.

Es también una escuela espiritual.

Dios utiliza la convivencia diaria para enseñarnos paciencia.

Humildad.

Servicio.

Perdón.

Sacrificio.

Y amor.

Por eso la vida familiar puede convertirse en un verdadero camino hacia la santidad.

Enseñanzas de un Starets

Cada comida compartida.

Cada reconciliación.

Cada oración realizada juntos.

Cada acto de amor oculto.

Todo ello tiene valor ante Dios.

Conclusión

Hijo mío querido:

Haz de tu hogar una pequeña iglesia.

Haz de tu familia una comunidad de oración.

No esperes circunstancias perfectas.

Comienza hoy.

Comienza con sencillez.

Comienza con fidelidad.

Y verás cómo la gracia transforma poco a poco aquello que parecía ordinario en un lugar donde Cristo habita.

Oración final

Señor Jesucristo, bendice nuestras familias. Haz de nuestros hogares lugares de amor, paz y oración. Une a esposos, fortalece a los padres, protege a los hijos y concede que cada familia cristiana se convierta en una pequeña iglesia donde tu Nombre sea glorificado. Amén.

CAPÍTULO XV

La oración por los difuntos

Amado hijito mío:

Existen separaciones que duelen profundamente.

La muerte es una de ellas.

Pocas experiencias hieren tanto el corazón humano como despedir a alguien amado.

Un padre.

Una madre.

Un esposo.

Una esposa.

Un hijo.

Un amigo.

Una persona querida.

En esos momentos, las palabras parecen insuficientes.

El silencio pesa.

Las lágrimas brotan con facilidad.

Y el alma se pregunta cómo seguir adelante.

Si tú también has conocido este dolor, quiero hablarte como un padre habla a su hijo.

La muerte es real.

El sufrimiento que produce es real.

Las lágrimas son reales.

Cristo nunca nos pidió fingir que no duelen.

Él mismo lloró ante la tumba de Lázaro.

El Hijo de Dios, sabiendo que iba a resucitarlo pocos momentos después, derramó lágrimas.

¿Qué nos enseña esto?

Que el amor llora.

Que el duelo no es falta de fe.

Que el sufrimiento por la separación forma parte de nuestra condición humana.

Enseñanzas de un Starets

Sin embargo, el cristiano contempla la muerte de manera diferente al mundo.

No porque ignore el dolor.

Sino porque conoce la esperanza.

Para quienes creen en Cristo, la muerte no tiene la última palabra.

La tumba no tiene la última palabra.

La separación no tiene la última palabra.

Cristo resucitó.

Y porque Él vive, también nosotros viviremos.

Esta verdad transforma nuestra manera de mirar a quienes han partido.

No pensamos en ellos como desaparecidos.

Pensamos en ellos como personas que continúan existiendo delante de Dios.

La Iglesia siempre ha creído esto.

Por eso desde los tiempos apostólicos los cristianos han orado por sus difuntos.

No se trata de una costumbre sentimental.

Se trata de una expresión de amor.

Porque el amor no termina en el momento de la muerte.

Si verdaderamente amamos a alguien durante esta vida, ¿cómo dejaríamos de amarlo después de su partida?

Seguimos amando.

Seguimos recordando.

Seguimos orando.

Y nuestras oraciones se convierten en un acto de comunión espiritual.

Hijo mío, cuando rezas por tus difuntos estás realizando una obra de misericordia.

Los encomiendas a la infinita bondad de Dios.

Los colocas en las manos del Juez misericordioso.

Los rodeas con tu amor.

Y ese amor tiene valor eterno.

Recuerdo a una anciana que había perdido a su esposo muchos años antes.

Cada mañana encendía una vela delante de los iconos y pronunciaba su nombre.

Enseñanzas de un Starets

No lo hacía por costumbre.

Lo hacía por amor.

Aquel sencillo gesto era una confesión silenciosa de fe.

Creía que la comunión no había sido destruida.

Creía que el amor continuaba.

Creía que Dios escuchaba.

Y tenía razón.

La Iglesia nos enseña que debemos recordar a nuestros difuntos en nuestras oraciones personales.

Debemos ofrecer Liturgias por ellos.

Debemos pedir misericordia.

Debemos realizar obras de caridad en su memoria.

Todo esto nace de una profunda convicción:

La muerte no puede destruir aquello que Dios ha unido en el amor.

Por supuesto, debemos evitar la desesperación.

Algunas personas viven permanentemente atrapadas en el duelo.

Su corazón queda detenido en el pasado.

Pierden la capacidad de vivir.

Eso no es lo que Dios desea.

El recuerdo cristiano está lleno de esperanza.

Lloramos.

Sí.

Extrañamos.

Sí.

Pero también confiamos.

Confiamos en la misericordia divina.

Confiamos en la resurrección.

Confiamos en las promesas de Cristo.

Enseñanzas de un Starets

Cada vez que pronunciamos el nombre de un ser querido en la oración, estamos afirmando que el amor es más fuerte que la muerte.

Estamos proclamando nuestra esperanza en el Reino venidero.

Estamos confesando que Cristo ha vencido al sepulcro.

San Juan Crisóstomo enseñaba que no debemos desesperarnos por quienes han partido, sino acompañarlos con nuestras oraciones y nuestras buenas obras.

Qué hermosa enseñanza.

Porque nos recuerda que todavía podemos amar.

Todavía podemos servir.

Todavía podemos ayudar espiritualmente.

La oración por los difuntos también nos enseña algo sobre nosotros mismos.

Nos recuerda que esta vida es pasajera.

Nos recuerda que todos caminamos hacia la eternidad.

Nos recuerda que debemos vivir preparados para encontrarnos con Dios.

No para vivir con miedo.

Sino para vivir con sabiduría.

Cuando recordamos a nuestros difuntos correctamente, aprendemos a valorar mejor el tiempo que Dios nos concede.

Aprendemos a amar más.

Aprendemos a perdonar más rápido.

Aprendemos a orar con mayor fervor.

Aprendemos a vivir con los ojos puestos en el Reino.

Hijo mío querido:

Si has perdido a alguien amado, no pienses que el amor terminó.

Continúa rezando.

Continúa recordando.

Continúa confiando.

Y cuando el dolor visite tu corazón, preséntalo al Señor.

Porque Cristo conoce el sufrimiento de la separación.

Y Cristo también conoce la gloria de la Resurrección.

Enseñanzas de un Starets

Llegará el día en que todas las lágrimas serán secadas.

Llegará el día en que los fieles volverán a encontrarse.

Llegará el día en que la muerte será vencida definitivamente.

Hasta entonces, seguimos caminando en la fe.

Seguimos orando.

Seguimos esperando.

El recuerdo bendito

Cuando recuerdes a tus difuntos, hazlo con gratitud.

Da gracias por el tiempo compartido.

Da gracias por el amor recibido.

Da gracias por los recuerdos.

Y transforma esa gratitud en oración.

Porque la memoria iluminada por la fe se convierte en bendición.

Conclusión

Amado hijito mío:

No olvides a tus difuntos.

Pronuncia sus nombres.

Ofrécelos a Dios.

Acompáñalos con tu oración.

Y deja que la esperanza cristiana ilumine incluso los momentos de tristeza.

Porque en Cristo ninguna despedida es definitiva.

Oración final

Señor Jesucristo, Dios de los vivos y de los muertos, recibe en tu misericordia a todos nuestros seres queridos que han partido de esta vida. Perdona sus faltas, concédeles descanso en tu Reino y fortalece nuestra esperanza en la resurrección. Haz que vivamos siempre preparados para encontrarnos contigo y que jamás olvidemos que tu amor es más fuerte que la muerte. Amén.

CAPÍTULO XVI

La oración y el perdón

Amado hijito mío:

Existen cadenas que no se ven.

No pesan sobre las manos.

No atan los pies.

No producen heridas visibles.

Y sin embargo pueden aprisionar un alma durante años.

Una de las más pesadas es el resentimiento.

He conocido personas que lograron superar enfermedades.

Que sobrevivieron a grandes dificultades.

Que soportaron pruebas muy dolorosas.

Pero no lograron perdonar.

Y mientras el tiempo avanzaba, la herida permanecía abierta.

La tristeza permanecía.

La amargura permanecía.

Porque el resentimiento es una prisión construida dentro del corazón.

Por eso nuestro Señor habló tantas veces sobre el perdón.

No lo hizo porque ignorara la gravedad del sufrimiento humano.

No lo hizo porque considerara insignificantes las ofensas.

Lo hizo porque sabía que el perdón es indispensable para la libertad espiritual.

Recuerda las palabras que pronunciamos cada vez que rezamos el Padre Nuestro:

"Perdona nuestras ofensas, así como nosotros perdonamos a los que nos ofenden." Qué palabras tan profundas.

Y qué palabras tan exigentes.

Porque al pronunciarlas reconocemos que nuestra relación con Dios está misteriosamente unida a nuestra relación con los demás.

No podemos pedir misericordia mientras nos negamos completamente a ofrecerla.

No podemos suplicar perdón mientras conservamos voluntariamente el odio.

Enseñanzas de un Starets

No podemos acercarnos a la fuente de la paz mientras alimentamos continuamente la guerra dentro del corazón.

Hijo mío, quiero aclarar algo importante.

Perdonar no significa fingir que nada ocurrió.

No significa negar el dolor.

No significa justificar la injusticia.

No significa aprobar el mal.

Perdonar significa entregar la herida a Dios.

Significa renunciar al deseo de venganza.

Significa dejar de alimentar continuamente el resentimiento.

Significa permitir que la gracia comience lentamente a sanar aquello que nos ha herido.

Muchas personas creen que el perdón es un sentimiento.

Esperan sentir espontáneamente afecto hacia quien los dañó.

Y cuando eso no sucede, concluyen que son incapaces de perdonar.

Pero el perdón comienza mucho antes de los sentimientos.

Comienza como una decisión.

Una decisión difícil.

Una decisión dolorosa.

Una decisión que a veces debe renovarse muchas veces.

Pero una decisión real.

Decimos:

"Señor, todavía me duele."

"Señor, todavía no comprendo."

"Señor, todavía me cuesta."

"Pero quiero obedecerte."

"Quiero aprender a perdonar." Y

Dios recibe esa oración.

Porque ve el esfuerzo.

Ve la lucha.

Enseñanzas de un Starets

Ve el deseo sincero de caminar por el camino del Evangelio.

Recuerda a Cristo en la Cruz.

Mientras era insultado.

Mientras era rechazado.

Mientras sufría injustamente.

Pronunció palabras que jamás debemos olvidar:

"Padre, perdónalos, porque no saben lo que hacen."

Estas palabras revelan la profundidad del amor divino.

Y también muestran el camino que debemos seguir.

No podremos recorrerlo perfectamente de inmediato.

Pero debemos caminar en esa dirección.

Los Santos Padres enseñaban que el resentimiento oscurece la oración.

Y qué gran verdad es esta.

¿Cuántas veces intentamos acercarnos a Dios mientras conservamos antiguas heridas?

¿Cuántas veces pronunciamos oraciones mientras dentro de nosotros continúan viviendo la ira y el rencor?

El corazón dividido encuentra dificultades para descansar en Dios.

Por eso el perdón libera.

No solamente libera a quien ha cometido la ofensa.

Libera principalmente a quien perdona.

He visto personas transformarse después de perdonar.

La carga desaparecía.

La amargura disminuía.

La paz regresaba.

No porque olvidaran lo sucedido.

Sino porque habían dejado de cargarlo solas.

Lo habían entregado a Dios.

Y Dios había comenzado Su obra de sanación.

Algunas heridas requieren tiempo.

Enseñanzas de un Starets

No todas cicatrizan rápidamente.

Hay sufrimientos profundos.

Hay traiciones dolorosas.

Hay injusticias difíciles de aceptar.

Por eso debes ser paciente contigo mismo.

No te desesperes si el proceso es lento.

Continúa orando.

Continúa pidiendo ayuda.

Continúa presentando tu herida al Señor.

La gracia trabaja silenciosamente.

Y muchas veces sana aquello que parecía imposible.

También debes recordar que tú mismo necesitas perdón.

Todos lo necesitamos.

Todos hemos herido a otros alguna vez.

Todos hemos cometido errores.

Todos hemos fallado.

Cuando recordamos nuestra propia fragilidad, resulta más fácil mirar a los demás con misericordia.

La humildad alimenta el perdón.

El orgullo alimenta el resentimiento.

Por eso los santos buscaban constantemente la humildad.

Sabían que ella abre las puertas de la misericordia.

Hijo mío querido:

No permitas que el resentimiento encuentre un hogar permanente en tu corazón.

Preséntalo a Cristo.

Entrégaselo.

Déjalo a Sus pies.

Y aunque el proceso sea lento, sigue caminando.

Porque quien aprende a perdonar se vuelve cada vez más semejante al Señor.

Enseñanzas de un Starets

El perdón y la paz

La paz interior y el perdón están profundamente unidos.

Donde existe odio persistente, la paz encuentra dificultades para permanecer.

Donde florece la misericordia, la paz encuentra espacio para crecer.

Por eso el perdón no es solamente una obligación cristiana.

Es también un camino hacia la libertad.

Conclusión

Amado hijito mío:

Perdona.

No porque sea fácil.

No porque el dolor sea pequeño.

No porque la ofensa no importe.

Perdona porque Cristo te lo pide.

Perdona porque tú mismo has sido perdonado.

Perdona porque el resentimiento no merece gobernar tu vida.

Y descubrirás que el corazón misericordioso encuentra una alegría que el odio jamás podrá ofrecer.

Oración final

Señor Jesucristo, que desde la Cruz perdonaste a tus enemigos, enséñame a perdonar. Sana mis heridas, libera mi corazón del resentimiento y concédeme la gracia de amar incluso cuando me resulte difícil. Hazme instrumento de tu misericordia y permite que tu paz reine siempre en mi alma. Amén.

CAPÍTULO XVII

La alegría espiritual

Amado hijito mío:

Muchas personas creen que la vida espiritual consiste únicamente en sacrificio.

Piensan en ayunos.

Piensan en lágrimas.

Piensan en penitencia.

Piensan en renunciaciones.

Y ciertamente todas estas cosas tienen su lugar.

Pero si observamos atentamente la vida de los santos, descubriremos algo sorprendente.

Los hombres y mujeres más cercanos a Dios solían irradiar una alegría extraordinaria.

No una alegría superficial.

No una diversión pasajera.

No una felicidad basada en circunstancias favorables.

Sino una alegría profunda, serena y luminosa.

La alegría que nace de la presencia de Dios.

Nuestro Señor dijo a Sus discípulos:

"Os he dicho estas cosas para que mi alegría esté en vosotros y vuestra alegría sea completa."

Observa bien estas palabras.

Cristo no vino solamente a enseñarnos cómo soportar el sufrimiento.

Vino también a comunicarnos Su alegría.

Y esta alegría forma parte del Reino de Dios.

San Pablo escribe:

"El Reino de Dios es justicia, paz y gozo en el Espíritu Santo." Por eso la tristeza permanente no constituye el ideal cristiano.

La vida espiritual auténtica conduce gradualmente hacia la alegría.

No porque desaparezcan todas las dificultades.

Sino porque el corazón descubre un tesoro que ninguna dificultad puede destruir.

Enseñanzas de un Starets

Hijo mío, existe una diferencia entre la alegría del mundo y la alegría espiritual.

La alegría del mundo depende de aquello que poseemos.

Depende del éxito.

Depende de los elogios.

Depende de la salud.

Depende de las circunstancias.

Por eso cambia constantemente.

Hoy está presente.

Mañana desaparece.

La alegría espiritual tiene otra fuente.

Nace de la comunión con Dios.

Y como Dios no cambia, esta alegría posee una estabilidad que el mundo no puede ofrecer.

Recuerdo haber conocido a un anciano monje que vivía en condiciones muy sencillas.

Su celda era pequeña.

Sus posesiones eran escasas.

Su salud estaba deteriorada.

Y sin embargo, cuando uno lo visitaba, parecía encontrarse ante un hombre inmensamente rico.

Sus ojos brillaban.

Su sonrisa transmitía paz.

Su presencia llenaba el ambiente de serenidad.

¿Cuál era su secreto?

Había encontrado a Cristo.

Y quien encuentra verdaderamente a Cristo descubre una riqueza que ninguna pobreza puede destruir.

Los Santos Padres hablaban frecuentemente de la alegría que acompaña a la gracia.

No siempre se manifiesta como emoción intensa.

A veces aparece como una profunda serenidad.

A veces como gratitud.

Enseñanzas de un Starets

A veces como esperanza.

A veces como paz.

Pero siempre lleva al alma hacia Dios.

Por eso debemos aprender a distinguir entre la alegría espiritual y la simple excitación emocional.

Las emociones son cambiantes.

La gracia es estable.

Las emociones suben y bajan.

La gracia permanece.

Las emociones dependen de las circunstancias.

La gracia depende de Dios.

Y cuanto más madura el alma, más aprende a descansar en esta alegría profunda.

Uno de los mayores enemigos de la alegría espiritual es la ingratitud.

Cuando nos acostumbramos a los dones de Dios, dejamos de apreciarlos.

Nos concentramos únicamente en aquello que nos falta.

Y poco a poco la tristeza ocupa el corazón.

Por eso los santos daban gracias constantemente.

Daban gracias en la abundancia.

Daban gracias en la pobreza.

Daban gracias en la salud.

Daban gracias en la enfermedad.

No porque ignoraran el sufrimiento.

Sino porque reconocían que Dios permanecía presente en todas las circunstancias.

La gratitud abre los ojos del alma.

Nos ayuda a descubrir bendiciones que antes pasaban desapercibidas.

El amanecer.

La amistad.

La Liturgia.

La oración.

Enseñanzas de un Starets

La misericordia recibida.

La posibilidad de arrepentirnos.

La presencia de Dios.

Todo ello se convierte en motivo de acción de gracias.

Y donde existe gratitud, la alegría encuentra un terreno fértil.

También debemos cuidarnos de otro peligro.

La tristeza egoísta.

Esa tristeza que nos encierra continuamente en nosotros mismos.

Que nos lleva a pensar solamente en nuestras heridas.

En nuestros problemas.

En nuestras preocupaciones.

Cuanto más nos encerramos en nosotros mismos, más difícil resulta experimentar alegría.

Pero cuando dirigimos nuestra mirada hacia Dios y hacia los demás, algo cambia.

El corazón se expande.

El amor crece.

Y con él llega la alegría.

San Serafín de Sarov saludaba a las personas diciendo: "Cristo ha resucitado, alegría mía."
Qué maravillosa manera de mirar al prójimo.

No veía primero sus defectos.

No veía primero sus debilidades.

Veía un alma llamada a la resurrección.

Veía una persona amada por Dios.

Veía una razón para alegrarse.

Esa mirada transformaba a quienes lo rodeaban.

Hijo mío querido:

No tengas miedo de la alegría.

Algunas personas creen que la santidad debe ser sombría.

Creen que la seriedad exige tristeza.

Pero los santos demuestran lo contrario.

Enseñanzas de un Starets

La verdadera santidad produce alegría.

No una alegría ruidosa.

No una alegría superficial.

Sino una alegría luminosa.

Una alegría humilde.

Una alegría que nace del encuentro con Dios. La alegría en medio de las pruebas Quizás me preguntes: "¿Es posible tener alegría cuando sufro?" Sí.

No porque el sufrimiento sea agradable.

No porque las lágrimas desaparezcan.

Sino porque la presencia de Dios puede acompañarnos incluso en medio del dolor.

He visto personas llorar y conservar la esperanza.

He visto personas sufrir y mantener la paz.

He visto personas atravesar grandes pruebas sin perder la alegría interior.

Eso solamente es posible cuando Cristo habita profundamente en el corazón.

Conclusión

Amado hijito mío:

Busca a Dios.

Permanece en la oración.

Cultiva la gratitud.

Aprende a confiar.

Y poco a poco descubrirás una alegría que no depende de las circunstancias.

Una alegría que permanece.

Una alegría que ilumina.

Una alegría que fortalece.

Porque quien vive unido a Cristo lleva dentro de sí una fuente que nunca deja de brotar.

Oración final

Señor Jesucristo, fuente de toda verdadera alegría, llena mi corazón con tu presencia. Líbrame de la tristeza inútil, de la ingratitud y de la desesperanza. Enséñame a reconocer tus dones, a confiar en tu amor y a vivir siempre en la alegría de tu Reino. Que mi vida refleje la luz de tu resurrección y que nunca me aparte de Ti. Amén.

CAPÍTULO XVIII

La oración en el sufrimiento

Amado hijito mío:

Nadie atraviesa esta vida sin conocer el sufrimiento.

Algunos cargan el peso de la enfermedad.

Otros soportan la soledad.

Otros lloran la pérdida de un ser querido.

Otros luchan con preocupaciones que parecen no tener fin.

La cruz adopta muchas formas.

Y tarde o temprano visita cada hogar.

Cuando somos jóvenes solemos imaginar una vida libre de dolor.

Pensamos que la felicidad consiste en evitar toda dificultad.

Pero los años nos enseñan algo diferente.

Nos enseñan que el sufrimiento forma parte del camino humano.

No porque Dios lo haya querido desde el principio.

Sino porque vivimos en un mundo herido por el pecado.

Sin embargo, hijo mío, el Evangelio nos revela una verdad maravillosa.

Dios no permanece distante frente a nuestro dolor.

Dios entra en él.

Cristo no contempló el sufrimiento desde lejos.

Lo asumió.

Lo abrazó.

Lo transformó.

Por eso la Cruz ocupa el centro de nuestra fe.

No adoramos el sufrimiento.

Adoramos al Salvador que sufrió por amor.

Y precisamente porque Cristo sufrió, ningún sufrimiento humano está completamente solo.

Cuando lloras, Cristo comprende tus lágrimas.

Enseñanzas de un Starets

Cuando sufres, Cristo comprende tu dolor.

Cuando te sientes abandonado, Cristo recuerda la oscuridad del Gólgota.

Nada de lo humano le resulta extraño.

Esta verdad cambia completamente nuestra manera de enfrentar las pruebas.

El sufrimiento continúa siendo doloroso.

Pero deja de ser absurdo.

Deja de ser un camino sin sentido.

Puede convertirse en un lugar de encuentro con Dios.

Recuerdo a un anciano monje que decía: "Cuando todo marcha bien, hablamos mucho de Dios. Cuando sufrimos, comenzamos a buscarlo verdaderamente." Estas palabras contienen una profunda sabiduría. Porque el sufrimiento tiene la capacidad de arrancar muchas ilusiones.

Nos muestra nuestra fragilidad.

Nos recuerda que no controlamos todo.

Nos enseña a depender de Dios.

Y aunque esta lección sea difícil, produce frutos preciosos.

Cuántas personas descubrieron la oración precisamente en medio de una prueba.

Cuántas regresaron a Dios después de años de indiferencia.

Cuántas aprendieron a confiar cuando sus propias fuerzas ya no eran suficientes.

Por eso los santos veían el sufrimiento de una manera distinta.

No lo buscaban.

No lo deseaban.

Pero cuando llegaba, procuraban transformarlo en oración.

Hijo mío, cuando la cruz visite tu vida, no preguntes únicamente: "¿Por qué me ocurre esto?" Pregunta también: "Señor, ¿qué deseas enseñarme?" "¿Cómo puedo acercarme más a Ti en medio de esta prueba?" "¿Cómo puedo ofrecerte este dolor?"

Estas preguntas abren puertas que la desesperación mantiene cerradas.

La oración del sufrimiento suele ser diferente de otras oraciones.

Muchas veces desaparecen las palabras elegantes.

Desaparecen los discursos largos.

Enseñanzas de un Starets

Permanece solamente el corazón.

Una lágrima.

Un suspiro.

Una invocación sencilla.

"Señor, ayúdame."

"Señor, ten misericordia."

"Señor, no me abandones."

Y esas oraciones poseen un gran valor.

Porque nacen desde lo más profundo del alma.

Recuerda la oración del buen ladrón.

No realizó largas explicaciones.

No presentó grandes argumentos.

Simplemente dijo:

"Acuérdate de mí, Señor, cuando vengas en tu Reino." Y

recibió una respuesta inmediata de misericordia.

Dios escucha especialmente el clamor de quienes sufren.

No siempre elimina la cruz inmediatamente.

Pero jamás permanece indiferente.

Jamás deja de acompañar.

Jamás deja de sostener.

Quizás el mayor milagro que realiza durante el sufrimiento no sea cambiar las circunstancias.

Quizás sea transformar el corazón.

He visto personas salir de grandes pruebas con una fe más profunda.

Con mayor humildad.

Con más compasión.

Con más amor.

La cruz había producido frutos que antes parecían imposibles.

San Isaac el Sirio enseñaba que quien aprende a sufrir con Dios descubre misterios que no pueden aprenderse de otro modo.

Enseñanzas de un Starets

No significa que el sufrimiento sea bueno en sí mismo.

Significa que Dios posee el poder de sacar bien incluso de aquello que nos hiere.

Y esta es una de las mayores manifestaciones de Su misericordia.

Hijo mío querido:

No tengas vergüenza de llorar cuando el dolor sea grande.

Las lágrimas también pueden convertirse en oración.

La Madre de Dios lloró.

Los santos lloraron.

Cristo lloró.

Lo importante es no permitir que el sufrimiento te aparte de Dios.

Al contrario.

Permite que te acerque más a Él.

Permite que profundice tu confianza.

Permite que fortalezca tu fe.

Y descubrirás que incluso en los momentos más oscuros existe una luz que no puede apagarse.

La cruz y la esperanza

Toda cruz cristiana está iluminada por la Resurrección.

Nunca debemos olvidar esto.

El Viernes Santo existe.

Pero también existe la Pascua.

Las lágrimas existen.

Pero también existe el consuelo.

La muerte existe.

Pero también existe la vida eterna.

Por eso el cristiano puede sufrir sin desesperar.

Puede llorar sin perder la esperanza.

Puede cargar la cruz sin olvidar la gloria futura.

Enseñanzas de un Starets

Conclusión

Amado hijito mío:

Cuando llegue el sufrimiento, no camines solo.

Lleva tu cruz junto a Cristo.

Preséntale tus lágrimas.

Preséntale tus preguntas.

Preséntale tus heridas.

Y deja que Su gracia transforme poco a poco el dolor en una fuente de crecimiento espiritual.

Porque el Señor jamás desperdicia una cruz ofrecida con amor.

Oración final

Señor Jesucristo, que llevaste la Cruz por amor a nosotros, acompáñame en mis sufrimientos. Dame paciencia en las pruebas, fortaleza en las dificultades y esperanza en los momentos oscuros. Que nunca me aparte de Ti a causa del dolor, sino que encuentre en tu presencia consuelo, paz y salvación. Amén.

CAPÍTULO XIX

La acción de gracias

Amado hijito mío:

Si me preguntaras cuál es una de las señales más claras de madurez espiritual, te respondería sin vacilar:

La gratitud.

No la gratitud que aparece solamente cuando todo marcha bien.

No la gratitud que depende de las circunstancias favorables.

Sino aquella que permanece incluso en medio de las dificultades.

Aquella que descubre la bondad de Dios en todas las etapas de la vida.

Aquella que transforma el corazón.

Porque existe una diferencia profunda entre el alma agradecida y el alma que vive constantemente quejándose.

El alma ingrata siempre encuentra motivos para lamentarse.

Si recibe diez bendiciones, se concentra en la única cosa que le falta.

Si Dios le concede noventa y nueve dones, fija toda su atención en el centésimo que no posee.

Y así vive en una continua insatisfacción.

El alma agradecida ve las cosas de otra manera.

Reconoce las dificultades.

No ignora el sufrimiento.

No niega las pruebas.

Pero descubre también la presencia de Dios en medio de ellas.

Y por eso encuentra motivos para dar gracias incluso en los días difíciles.

Nuestro Señor ofreció constantemente acciones de gracias.

Antes de multiplicar los panes.

Antes de distribuir el cáliz en la Última Cena.

Antes de realizar muchos de Sus milagros.

La gratitud formaba parte de Su vida.

Enseñanzas de un Starets

Y si queremos parecernos a Cristo, también debe formar parte de la nuestra.

Observa además algo muy hermoso.

La palabra "Eucaristía" significa precisamente "acción de gracias".

El centro de la vida litúrgica de la Iglesia es una gran acción de gracias.

No solamente damos gracias por los dones recibidos.

Damos gracias por la creación.

Por la redención.

Por la Cruz.

Por la Resurrección.

Por la vida eterna.

Por todo.

Qué extraordinaria enseñanza.

Porque nos muestra que el cristiano está llamado a vivir en un estado permanente de agradecimiento.

Hijo mío, muchas personas esperan acontecimientos extraordinarios para agradecer.

Esperan grandes milagros.

Esperan cambios espectaculares.

Esperan bendiciones visibles.

Y mientras esperan, olvidan los pequeños dones cotidianos.

El aire que respiran.

La luz del amanecer.

La amistad.

La familia.

La posibilidad de arrepentirse.

La Liturgia.

La oración.

La misericordia divina.

Todo esto merece gratitud.

Enseñanzas de un Starets

Recuerdo a un anciano monje que cada mañana comenzaba su oración diciendo: "Gracias, Señor, porque me has concedido un día más para arrepentirme." Qué sabiduría contenían esas palabras.

Muchos consideran la vida algo garantizado.

Los santos la contemplaban como un regalo.

Cada nuevo día era una oportunidad.

Cada nuevo amanecer era una misericordia.

Cada nueva respiración era un don.

Cuando aprendemos a mirar así, el corazón cambia.

La gratitud tiene una fuerza transformadora.

Nos ayuda a descubrir la presencia de Dios.

Nos libera de la amargura.

Nos protege contra la desesperación.

Nos enseña humildad.

Porque quien agradece reconoce que no es dueño absoluto de todo lo que posee.

Reconoce que ha recibido mucho.

Reconoce que vive rodeado de dones.

Y ese reconocimiento abre el alma a la alegría.

Uno de los mayores obstáculos para la gratitud es la comparación.

Miramos lo que otros tienen.

Observamos sus éxitos.

Contemplamos sus bendiciones.

Y olvidamos las nuestras.

Entonces aparece la envidia.

Y donde entra la envidia, la gratitud se debilita.

Por eso debemos aprender a mirar primero aquello que Dios nos ha concedido.

Cada persona recibe una vocación diferente.

Cada persona recorre un camino distinto.

Cada persona recibe dones particulares.

Enseñanzas de un Starets

La comparación constante nos roba la paz.

La gratitud la devuelve.

También debemos aprender a agradecer durante las pruebas.

Quizás esta sea una de las enseñanzas más difíciles de toda la vida espiritual.

No agradecemos el sufrimiento en sí mismo.

No agradecemos el mal.

No agradecemos la injusticia.

Agradecemos porque Dios permanece presente incluso en medio de esas realidades.

Agradecemos porque Su providencia continúa actuando.

Agradecemos porque Su amor no nos abandona.

San Pablo escribe: "Dad

gracias en todo." No

dice:

"Da gracias solamente cuando todo sea agradable." Dice:

"En todo."

Porque el creyente sabe que Dios puede sacar bien incluso de las circunstancias más dolorosas.

He visto personas que, años después de una gran prueba, comprendieron que Dios había realizado una obra profunda precisamente durante aquel tiempo difícil.

En el momento no lo entendían.

En el momento lloraban.

En el momento sufrían.

Pero con el paso del tiempo descubrieron frutos inesperados.

Mayor fe.

Mayor humildad.

Mayor compasión.

Mayor amor.

Y entonces comprendieron algo.

Dios había estado obrando silenciosamente.

Enseñanzas de un Starets

La gratitud también transforma nuestra oración.

Cuando solamente pedimos, corremos el riesgo de relacionarnos con Dios únicamente como quien solicita favores.

Pero cuando agradecemos, comenzamos a contemplar Su bondad.

Comenzamos a amarlo por quien es.

Comenzamos a reconocer Su presencia constante.

La oración madura siempre contiene acción de gracias.

Por eso te aconsejo algo muy sencillo.

Antes de dormir, recuerda tres bendiciones recibidas durante el día.

No importa cuán pequeñas parezcan.

Agradécelas.

Hazlo diariamente.

Y descubrirás poco a poco cómo cambia tu manera de mirar la vida.

Tus ojos comenzarán a reconocer dones que antes pasaban desapercibidos.

Tu corazón aprenderá a alabar.

Y tu alma encontrará una alegría más profunda.

El corazón agradecido

Los santos enseñaban que el corazón agradecido atrae nuevas bendiciones.

No porque Dios necesite nuestros agradecimientos.

Sino porque la gratitud ensancha el alma.

La vuelve capaz de recibir más gracia.

La vuelve más receptiva al amor divino.

La vuelve más semejante a Cristo.

Conclusión

Hijo mío querido:

Aprende a agradecer.

Agradece en la abundancia.

Agradece en la escasez.

Agradece en la alegría.

Enseñanzas de un Starets

Agradece en la prueba.

Agradece por los dones visibles.

Agradece también por aquellos que todavía no comprendes.

Y descubrirás que la gratitud convierte la vida entera en una oración.

Oración final

Señor Jesucristo, te doy gracias por todos tus beneficios visibles e invisibles. Perdóname por las veces en que he olvidado reconocer tu bondad. Abre mis ojos para contemplar tus dones, enséñame a vivir en gratitud y haz que toda mi vida se convierta en una continua acción de gracias a tu amor infinito. Amén.

CAPÍTULO XX

La oración del corazón

Amado hijito mío:

Hemos hablado de muchas formas de oración.

Hemos hablado de la perseverancia.

De la humildad.

Del perdón.

De la vigilancia.

De la acción de gracias.

Pero ahora deseo conducirte hacia una enseñanza particularmente amada por los grandes starets y por los santos del Oriente cristiano.

La oración del corazón.

No se trata de una oración diferente.

No se trata de una técnica especial.

No se trata de un privilegio reservado únicamente para monjes.

Se trata del desarrollo natural de una vida que aprende a vivir constantemente en la presencia de Dios.

Al principio, la oración habita principalmente en los labios.

Pronunciamos palabras.

Leemos oraciones.

Cantamos himnos.

Y todo ello es bueno.

Después, la oración comienza a penetrar en la mente.

Reflexionamos.

Meditamos.

Comprendemos más profundamente aquello que pronunciamos.

Pero el camino espiritual no termina allí.

Los Padres enseñan que la oración debe descender todavía más.

Debe llegar al corazón.

Y cuando llega al corazón, toda la persona comienza a transformarse.

Hijo mío, cuando los Santos Padres hablan del corazón, no se refieren únicamente a los sentimientos.

Hablan del centro más profundo del ser humano.

Del lugar donde nacen las decisiones.

Del lugar donde habita el amor.

Del lugar donde el alma encuentra a Dios.

Por eso la oración del corazón es una oración que ya no ocupa solamente algunos momentos del día.

Comienza a acompañar toda la existencia.

El hombre trabaja y recuerda a Dios.

Camina y recuerda a Dios.

Descansa y recuerda a Dios.

Sufre y recuerda a Dios.

Se alegra y recuerda a Dios.

Todo se realiza delante del Señor.

Todo se convierte en comunión.

Todo se convierte en ofrenda.

Recuerdo una antigua enseñanza de los monjes del desierto.

Decían que la oración auténtica es aquella que continúa incluso cuando los labios permanecen en silencio.

Qué hermosa expresión.

Porque nos habla de una relación viva.

Cuando amas profundamente a una persona, no necesitas pensar constantemente en ella para saber que forma parte de tu vida.

Enseñanzas de un Starets

Su presencia permanece.

Algo semejante ocurre con Dios.

Cuando el corazón aprende a vivir unido al Señor, la conciencia de Su presencia se vuelve continua.

No perfecta.

No constante en todo momento.

Pero cada vez más frecuente.

Cada vez más profunda.

Cada vez más natural.

La Oración de Jesús ocupa un lugar especial en este camino.

Por eso tantos starets la recomendaron.

Porque ayuda a reunir la mente dispersa.

Ayuda a regresar continuamente a Cristo.

Ayuda a mantener viva la memoria de Dios.

Con el tiempo, la repetición humilde y amorosa del Santo Nombre deja una huella en el alma.

El corazón aprende a volver espontáneamente hacia el Señor.

Y allí comienza a nacer la oración interior.

Sin embargo, hijo mío, debes proceder con humildad.

Algunas personas leen sobre estas enseñanzas y desean alcanzar rápidamente experiencias extraordinarias.

Buscan estados espirituales elevados.

Buscan visiones.

Buscan fenómenos excepcionales.

Y terminan perdiéndose.

Los verdaderos starets enseñaban exactamente lo contrario.

Buscaban humildad.

Arrepentimiento.

Sencillez.

Obediencia.

Amor.

La oración del corazón no es una experiencia extraordinaria que debamos perseguir.

Es un regalo de Dios que llega cuando Él lo considera oportuno.

Nuestra tarea consiste en ser fieles.

Orar.

Arrepentirnos.

Perseverar.

Amar.

Y dejar que la gracia obre.

Un agricultor no puede obligar a una semilla a crecer.

Puede preparar la tierra.

Puede regarla.

Puede protegerla.

Pero el crecimiento pertenece a Dios.

Lo mismo ocurre con la vida espiritual.

Nosotros colaboramos.

Dios concede el crecimiento.

Por eso debes desconfiar de toda espiritualidad que se centre excesivamente en experiencias extraordinarias.

La verdadera santidad suele ser silenciosa.

Humilde.

Oculto.

Muchos grandes santos parecían personas completamente normales.

Sin embargo, llevaban dentro de sí una profunda comunión con Dios.

Esa es la meta.

No impresionar.

No destacar.

No parecer espiritual.

Sino vivir unido a Cristo.

Los santos comparaban el corazón humano con una lámpara.

Cuando el aceite se agota, la llama se debilita.

Cuando el aceite abunda, la luz permanece.

La oración alimenta esa lámpara.

La gracia la ilumina.

Y el amor la mantiene encendida.

Por eso debemos cuidar la vida interior.

No basta con parecer cristianos exteriormente.

No basta con cumplir ciertas prácticas.

Todo ello es importante.

Pero el verdadero trabajo ocurre dentro del corazón.

Allí se libra la batalla.

Allí nace la fe.

Allí crece el amor.

Allí Dios construye Su morada.

Hijo mío querido:

No te inquietes preguntándote cuánto has avanzado.

No te compares con otros.

No midas continuamente tu progreso espiritual.

Ama a Dios.

Ora con sencillez.

Arrepiéntete cuando caigas.

Levántate cuando tropieces.

Y sigue caminando.

La gracia realizará silenciosamente aquello que tú no puedes realizar por tus propias fuerzas.

Llegará un día en que descubrirás que tu corazón busca espontáneamente al Señor.

Que la oración aparece naturalmente.

Que la paz se vuelve más profunda.

Que el amor crece.

Y comprenderás entonces que Dios ha estado trabajando en ti durante todo el camino.

El corazón como templo

El propósito final de la oración no consiste simplemente en obtener favores.

Consiste en convertir el corazón en un templo.

Un lugar donde Dios sea amado.

Un lugar donde Dios sea escuchado.

Un lugar donde Dios encuentre descanso.

Cuando esto sucede, toda la vida adquiere una nueva profundidad.

Todo se ilumina.

Todo encuentra sentido.

Porque el corazón ha encontrado finalmente a Aquél para quien fue creado.

Conclusión

Amado hijito mío:

Custodia tu corazón.

Llévalo de oración.

Llévalo del Nombre de Jesús.

Llévalo de humildad.

Llévalo de amor.

Y deja que Dios realice Su obra.

No existe mayor riqueza.

No existe mayor paz.

No existe mayor alegría.

Que un corazón que vive continuamente en la presencia del Señor.

Oración final

Señor Jesucristo, haz descender tu gracia hasta lo más profundo de mi corazón. Enséñame a vivir continuamente en tu presencia, a recordar tu Nombre con amor y a buscarte en todas las cosas. Haz de mi alma un templo de tu Espíritu Santo y permite que toda mi vida se convierta en una oración agradable ante Ti. Amén.

CAPÍTULO XXI

El silencio que habla de Dios

Amado hijito mío:

Vivimos en un mundo lleno de ruido.

Ruido de palabras.

Ruido de preocupaciones.

Ruido de noticias.

Ruido de opiniones.

Ruido de imágenes.

Ruido de pensamientos.

Muchas personas pasan años enteros rodeadas de sonidos sin experimentar jamás un verdadero momento de silencio.

Y poco a poco olvidan algo esencial.

La voz de Dios suele hablar suavemente.

No se impone.

No grita.

No obliga.

Se acerca con delicadeza al corazón que sabe escuchar.

Por eso los santos amaban tanto el silencio.

No porque despreciaran las palabras.

No porque huyeran de las personas.

Sino porque comprendían que el silencio prepara el alma para el encuentro con Dios.

Recuerda al profeta Elías.

Buscaba al Señor.

Primero apareció un viento impetuoso.

Después un terremoto.

Luego un fuego.

Pero Dios no estaba en ninguno de ellos.

Finalmente llegó el suave murmullo de una brisa ligera.

Y allí estaba la presencia divina.

Qué profunda enseñanza.

Porque muchas veces buscamos a Dios en lo extraordinario.

Esperamos manifestaciones impresionantes.

Esperamos señales visibles.

Esperamos emociones intensas.

Mientras tanto, Dios continúa hablándonos suavemente en lo profundo del corazón.

Pero para escucharlo necesitamos silencio.

Hijo mío, existe un silencio exterior y un silencio interior.

El silencio exterior consiste en alejarnos por momentos del ruido innecesario.

Es importante.

Nos ayuda.

Nos fortalece.

Pero no basta.

Porque una persona puede encontrarse sola en una montaña y continuar llena de ruido interior.

Puede guardar silencio con los labios mientras su mente permanece agitada.

Por eso los Padres hablaban especialmente del silencio interior.

Ese silencio que nace cuando los pensamientos comienzan a serenarse.

Cuando las preocupaciones son entregadas a Dios.

Cuando la mente deja de correr constantemente de un lugar a otro.

Cuando el corazón aprende a descansar.

Ese silencio no se alcanza en un día.

Es fruto de la oración.

De la humildad.

De la paciencia.

Y de mucha perseverancia.

Recuerdo a un anciano monje que decía:

"El silencio no consiste solamente en dejar de hablar. Consiste en aprender a escuchar."

Qué hermosa definición.

Porque el verdadero silencio nunca es vacío.

Está lleno de atención.

Está lleno de presencia.

Está lleno de escucha.

Cuando una madre contempla a su hijo enfermo durante la noche, muchas veces permanece en silencio.

Pero ese silencio está lleno de amor.

Cuando dos amigos verdaderos se comprenden profundamente, pueden permanecer juntos sin necesidad de hablar constantemente.

Ese silencio está lleno de comunión.

Así ocurre también con Dios.

Llega un momento en que la oración madura aprende a permanecer delante del Señor incluso sin muchas palabras.

No porque las palabras hayan perdido valor.

Sino porque el amor ha aprendido a contemplar.

No tengas miedo de esos momentos.

Algunas personas se inquietan cuando durante la oración desaparecen las palabras.

Creen que deben llenar cada instante con expresiones.

Pero a veces Dios nos invita simplemente a permanecer.

A estar con Él.

A escucharlo.

A descansar en Su presencia.

Piensa en María de Betania sentada a los pies de Cristo.

No estaba realizando grandes discursos.

No estaba pronunciando largas enseñanzas.

Simplemente permanecía junto al Señor.

Y Cristo alabó aquella actitud.

Porque había elegido la mejor parte.

La contemplación comienza precisamente allí.

En la capacidad de permanecer.

En la capacidad de escuchar.

En la capacidad de amar sin necesidad de muchas palabras.

Los starets enseñaban que debemos reservar diariamente algunos momentos para el silencio.

Aunque sean breves.

Aunque el trabajo sea abundante.

Aunque las responsabilidades sean numerosas.

El alma necesita respirar.

Necesita espacios donde pueda recordar a Dios.

Necesita momentos donde pueda escuchar nuevamente Su voz.

Si una lámpara permanece continuamente expuesta al viento, la llama corre peligro.

De la misma manera, si vivimos permanentemente inmersos en el ruido, la vida interior se debilita.

Por eso busca algunos minutos de silencio cada día.

Apaga las distracciones.

Detén la agitación.

Haz la señal de la Cruz.

Invoca el Nombre de Jesús.

Y permanece delante del Señor.

No esperes experiencias extraordinarias.

No busques sensaciones especiales.

Simplemente permanece.

Dios sabe cómo hablar al corazón que se presenta humildemente ante Él.

Con el tiempo descubrirás algo maravilloso.

El silencio deja de ser una ausencia.

Se convierte en una presencia.

Comienzas a percibir más claramente la acción de Dios.

Comprendes mejor tus propios pensamientos.

Disciernes con mayor sabiduría.

Y el corazón encuentra una paz que antes parecía imposible.

San Isaac el Sirio escribió que el silencio es el lenguaje del siglo futuro.

Qué expresión tan profunda.

Porque en el Reino de Dios no necesitaremos defendernos constantemente.

No necesitaremos justificar cada cosa.

No necesitaremos luchar por ser escuchados.

Viviremos plenamente en la presencia divina.

Y el silencio contemplativo de esta vida nos prepara para esa comunión eterna.

El peligro de las palabras inútiles

Nuestro Señor advirtió sobre las palabras vacías.

No porque hablar sea malo.

Sino porque muchas veces hablamos demasiado y escuchamos muy poco.

Las palabras innecesarias dispersan la mente.

Agotan el corazón.

Y nos privan de la profundidad espiritual.

Aprende a hablar cuando sea necesario.

Aprende también a callar cuando el silencio sea más sabio.

Quien domina su lengua avanza mucho en la vida espiritual.

Conclusión

Hijo mío querido:

Ama el silencio.

No como una huida del mundo.

Sino como un encuentro con Dios.

Busca momentos de quietud.

Busca espacios de recogimiento.

Busca la paz interior.

Y descubrirás que el Señor continúa hablando a quienes aprenden a escuchar.

Porque la voz de Dios nunca ha dejado de resonar.

Somos nosotros quienes necesitamos aprender nuevamente el arte del silencio.

Oración final

Señor Jesucristo, enséñame a guardar silencio delante de Ti. Calma la agitación de mi mente, aquieta mi corazón y ayúdame a escuchar tu voz. Libérame del ruido inútil y concédeme la paz que nace de tu presencia. Que en el silencio encuentre tu amor y que toda mi vida sea una escucha atenta de tu voluntad. Amén.

CAPÍTULO XXII

La obediencia y la confianza en Dios

Amado hijito mío:

Pocas palabras son tan mal comprendidas en nuestro tiempo como la palabra obediencia.

Muchos la asocian con debilidad.

Otros la consideran una pérdida de libertad.

Algunos incluso la miran con sospecha.

Y sin embargo, los grandes santos, los Padres del Desierto y los starets la consideraban una de las virtudes más preciosas de la vida espiritual.

¿Por qué?

Porque comprendían algo que el mundo suele olvidar.

La verdadera libertad no consiste en hacer siempre nuestra propia voluntad.

La verdadera libertad consiste en aprender a vivir según la voluntad de Dios.

Existe una enorme diferencia entre ambas cosas.

La voluntad humana es cambiante.

Hoy desea una cosa.

Mañana desea otra.

Hoy se deja llevar por el entusiasmo.

Mañana por el miedo.

Hoy busca el bien.

Mañana puede equivocarse.

Pero la voluntad de Dios permanece siempre orientada hacia nuestro verdadero bien.

Por eso la obediencia cristiana no es esclavitud.

Es confianza.

Es la decisión de creer que Dios conoce mejor que nosotros el camino que conduce a la vida.

Recuerda a Abraham.

Dios le pidió abandonar su tierra.

Le pidió dejar aquello que conocía.

Le pidió caminar hacia un destino que todavía no comprendía.

Y Abraham obedeció.

No porque tuviera todas las respuestas.

No porque entendiera cada detalle.

Sino porque confiaba en Dios.

La obediencia siempre nace de la confianza.

Nadie obedece verdaderamente a quien no ama.

Nadie entrega su vida a quien no considera digno de confianza.

Por eso la obediencia cristiana es, ante todo, una respuesta de amor.

El alma dice:

"Señor, no comprendo todo."

"Señor, no veo todo el camino."

"Pero confío en Ti."

Y esa confianza abre la puerta a innumerables bendiciones.

Hijo mío, muchas veces sufrimos porque intentamos controlar aquello que no depende de nosotros.

Queremos conocer el futuro.

Queremos tener todas las respuestas.

Queremos evitar toda incertidumbre.

Y cuando no lo conseguimos, aparece la ansiedad.

Aparece el miedo.

Aparece la inquietud.

Pero la vida espiritual nos enseña otra actitud.

Nos enseña a caminar de la mano de Dios.

Paso a paso.

Día tras día.

Confiando en que Su providencia nos guía incluso cuando no comprendemos plenamente el camino.

Piensa en un niño pequeño que camina junto a su padre durante la noche.

No conoce la ruta.

No sabe exactamente hacia dónde se dirigen.

Pero no tiene miedo.

¿Por qué?

Porque confía en la mano que lo conduce.

Así debe ser nuestra relación con Dios.

No siempre entenderemos.

No siempre veremos.

Pero podemos confiar.

Y esa confianza produce una profunda paz.

Los starets enseñaban frecuentemente que una gran parte del sufrimiento humano nace de la resistencia constante a la voluntad divina.

Queremos que las cosas ocurran exactamente según nuestros planes.

Nos aferramos a nuestras expectativas.

Nos rebelamos cuando la realidad es diferente.

Y terminamos agotados.

No porque Dios nos haya abandonado.

Sino porque estamos luchando contra aquello que no podemos cambiar.

La obediencia nos libera de esa carga.

Nos enseña a aceptar.

Nos enseña a confiar.

Nos enseña a decir, junto con Cristo:

"No se haga mi voluntad, sino la tuya."

Estas palabras pronunciadas en Getsemaní constituyen una de las oraciones más profundas de toda la historia.

Cristo conocía el sufrimiento que se acercaba.

Conocía la Cruz.

Conocía el dolor.

Y aun así entregó Su voluntad al Padre.

No fue una obediencia fácil.

Fue una obediencia llena de amor.

Y precisamente por eso se convirtió en fuente de salvación para el mundo entero.

Hijo mío querido:

No pienses que la obediencia consiste únicamente en aceptar grandes acontecimientos.

Se vive sobre todo en las pequeñas cosas.

En las contrariedades diarias.

En los planes que cambian inesperadamente.

En las dificultades que no elegimos.

En las personas que ponen a prueba nuestra paciencia.

En los momentos donde debemos renunciar a nuestro orgullo.

Allí se aprende la obediencia.

Allí crece la confianza.

Allí madura el alma.

También debemos hablar de la obediencia espiritual.

Los grandes santos buscaban consejo.

No confiaban exclusivamente en su propio juicio.

Sabían que el orgullo puede engañarnos.

Sabían que la autosuficiencia es peligrosa.

Por eso valoraban profundamente la guía espiritual.

No porque renunciaran a su responsabilidad personal.

Sino porque comprendían la importancia de la humildad.

La humildad escucha.

La humildad aprende.

La humildad acepta corrección.

Y precisamente por eso crece.

La obediencia auténtica jamás destruye la personalidad.

La purifica.

La fortalece.

La orienta hacia Dios.

Es semejante a un río que encuentra su cauce.

No deja de ser río.

Pero ahora avanza con dirección.

Con propósito.

Con fuerza.

Así ocurre con el alma que aprende a confiar en la voluntad divina.

El descanso de quien confía

Existe una paz especial que solamente conocen quienes han aprendido a abandonarse en las manos de Dios.

No es indiferencia.

No es pasividad.

No es resignación vacía.

Es confianza.

La certeza de que Dios continúa gobernando incluso cuando nosotros no comprendemos todo.

La certeza de que Su amor permanece.

La certeza de que Su providencia jamás abandona a Sus hijos.

Quien vive así encuentra descanso.

Y ese descanso es uno de los mayores regalos de la vida espiritual.

Conclusión

Amado hijito:

Aprende a confiar en Dios.

Aprende a obedecer Su voluntad.

Aprende a caminar de Su mano.

No exijas comprenderlo todo.

No intentes controlarlo todo.

Entrégate con humildad al amor de tu Padre celestial.

Y descubrirás que la obediencia no destruye la libertad.

La conduce a su plenitud.

Porque solamente quien vive según la voluntad de Dios encuentra la verdadera paz del corazón.

Oración final

Señor Jesucristo, enséñame a confiar plenamente en Ti. Libérame del orgullo que me hace aferrarme a mi propia voluntad y concédeme la gracia de aceptar tus caminos con humildad. Que pueda decir cada día: “Hágase tu voluntad”, y encontrar en ella mi paz, mi alegría y mi salvación. Amén.

CAPÍTULO XXIII

La oración durante la noche

Amado hijito mío:

Existe una belleza especial en la noche.

Cuando el ruido del mundo disminuye.

Cuando las calles se vacían.

Cuando las conversaciones terminan.

Cuando las preocupaciones parecen descansar por algunas horas.

Entonces el alma encuentra una oportunidad única para acercarse a Dios.

No es casualidad que tantos santos hayan amado la oración nocturna.

No es casualidad que tantos monjes se hayan levantado antes del amanecer.

No es casualidad que los starets hablaran con tanta frecuencia de las vigias.

Durante la noche sucede algo especial.

El corazón puede escuchar con más claridad.

La mente encuentra menos distracciones.

Y el alma descubre una intimidad particular con el Señor.

Nuestro mismo Salvador nos dio ejemplo.

Los Evangelios nos muestran repetidamente a Cristo retirándose durante la noche para orar.

Después de largas jornadas de enseñanza.

Después de los milagros.

Después de atender a las multitudes.

Buscaba el silencio.

Buscaba la comunión con el Padre.

Buscaba la oración.

Si el mismo Hijo de Dios consideró preciosa la oración nocturna, cuánto más la necesitamos nosotros.

Hijo mío, no imagines que debes pasar horas enteras en vigilia para beneficiarte de esta enseñanza.

No todos poseen la misma fuerza.

No todos tienen la misma salud.

No todos viven las mismas circunstancias.

Un padre de familia tiene responsabilidades diferentes a las de un monje.

Una madre tiene deberes distintos a los de un ermitaño.

Dios conoce nuestras limitaciones.

Lo importante no es la cantidad.

Lo importante es el amor.

Incluso algunos minutos de oración ofrecidos durante la quietud de la noche pueden convertirse en una fuente de gran bendición.

Recuerdo a una anciana que se despertaba cada madrugada por causa de sus dolores físicos.

Al principio consideraba aquello una desgracia.

Pero un día decidió transformar esas horas en oración.

Mientras no podía dormir, comenzaba a rezar.

Rezaba por sus hijos.

Por sus nietos.

Por los enfermos.

Por los difuntos.

Por la Iglesia.

Y aquello que parecía una carga se convirtió en una gracia.

La noche se transformó en un encuentro con Dios.

Cuántas veces ocurre lo mismo en nuestra vida.

Las dificultades pueden convertirse en oración si aprendemos a ofrecérselas al Señor.

Los Padres del Desierto enseñaban que la noche favorece especialmente la vigilancia espiritual.

Durante el día estamos ocupados.

Trabajamos.

Conversamos.

Nos desplazamos.

Atendemos múltiples responsabilidades.

Pero durante la noche muchas de esas distracciones desaparecen.

Entonces podemos observar mejor nuestro corazón.

Podemos examinar nuestra conciencia.

Podemos escuchar aquello que Dios intenta mostrarnos.

Por eso te aconsejo que nunca termines el día sin una breve oración.

Antes de dormir, colócate delante de Dios.

Agradécele los dones recibidos.

Pídele perdón por tus faltas.

Encomiéndale a tus seres queridos.

Y descansa bajo Su protección.

Qué hermoso sería si cada cristiano terminara así sus jornadas.

Cuánta paz encontrarían las almas.

Cuántas preocupaciones serían entregadas a Dios antes del descanso.

Existe también una antigua costumbre espiritual que merece ser recordada.

Cuando una persona despierta durante la noche, en lugar de inquietarse inmediatamente, puede pronunciar una breve oración.

Una señal de la Cruz.

Un Padre Nuestro.

La Oración de Jesús.

Una invocación sencilla.

De este modo incluso esos pequeños despertares se convierten en momentos de gracia.

Poco a poco el alma aprende a volver espontáneamente hacia Dios.

Y esa costumbre produce grandes frutos.

Los starets decían que la noche revela muchas cosas que el día oculta.

Durante la actividad constante es fácil ignorar ciertas heridas del corazón.

Es fácil distraerse.

Es fácil huir de uno mismo.

Pero en el silencio nocturno aparecen preguntas importantes.

Aparecen luchas interiores.

Aparecen deseos profundos.

Y precisamente allí puede comenzar una verdadera transformación espiritual.

No debemos temer esos momentos.

Debemos llevarlos a Cristo.

Él conoce nuestro corazón mejor que nosotros mismos.

Él sabe sanar lo que está herido.

Él sabe iluminar aquello que permanece confuso.

Él sabe consolar aquello que sufre.

Hijo mío querido:

También quiero hablarte de las noches espirituales.

No me refiero solamente a las horas de oscuridad exterior.

Me refiero a esos períodos en los que la fe parece más difícil.

Cuando la oración parece seca.

Cuando Dios parece lejano.

Cuando el alma atraviesa pruebas interiores.

Todos los grandes santos conocieron esas noches.

Y todos aprendieron una misma lección.

Debemos permanecer fieles.

La verdadera fe no consiste únicamente en sentir la presencia de Dios.

Consiste también en confiar cuando no la sentimos.

Consiste en perseverar cuando la consolación desaparece.

Consiste en seguir orando incluso en medio de la oscuridad.

Y precisamente en esas noches la fe madura.

Precisamente en esas noches el amor se purifica.

Precisamente en esas noches Dios realiza algunas de Sus obras más profundas.

Nunca olvides esto.

El amanecer siempre llega.

Ninguna noche es eterna.

Y quien permanece junto al Señor durante la oscuridad descubre finalmente una luz más profunda.

La lámpara encendida

Los antiguos monjes procuraban mantener una lámpara encendida delante de los santos iconos.

Aquella luz les recordaba que debían permanecer vigilantes.

También nosotros estamos llamados a conservar encendida la lámpara del corazón.

Mediante la oración.

Mediante la fe.

Mediante la esperanza.

Mediante el amor.

Cuando esa lámpara permanece viva, incluso las noches más oscuras encuentran una luz que las atraviesa.

Conclusión

Amado hijito mío:

Ama los momentos de oración nocturna.

No porque la noche sea mágica.

Sino porque ofrece al corazón una oportunidad especial para encontrarse con Dios.

Antes de dormir, ora.

Si despiertas durante la noche, ora.

Si atraviesas una noche espiritual, persevera.

Y descubrirás que el Señor acompaña a Sus hijos tanto bajo la luz del día como en las horas silenciosas de la oscuridad.

Oración final

Señor Jesucristo, que velabas en oración durante la noche, enséñame a buscarte en el silencio y la quietud. Bendice mis descansos, protege mis sueños y acompáñame en las noches de mi vida. Cuando experimente oscuridad, fortalece mi fe. Cuando me sienta solo, recuérdame tu presencia. Y haz que mi corazón permanezca siempre vigilante delante de Ti. Amén.

CAPÍTULO XXIV

La humildad, fundamento de toda oración

Amado hijito mío:

Si después de muchos años de vida espiritual alguien me preguntara cuál es la virtud más importante para acercarse a Dios, respondería sin vacilar:

La humildad.

No el conocimiento.

No los dones espirituales.

No la inteligencia.

No la elocuencia.

La humildad.

Porque todas las demás virtudes crecen sobre ella como los árboles crecen sobre la tierra fértil.

Y sin ella, incluso las obras aparentemente más hermosas pueden marchitarse.

Los starets repetían constantemente esta enseñanza.

Los santos la confirmaban con sus vidas.

Y el mismo Evangelio la proclama desde sus primeras páginas hasta las últimas.

¿Por qué es tan importante la humildad?

Porque Dios es la Verdad.

Y la humildad consiste precisamente en vivir en la verdad.

La persona humilde no se considera peor de lo que es.

Tampoco se considera mejor.

Simplemente se ve como realmente es delante de Dios.

Reconoce sus dones.

Pero también reconoce sus límites.

Reconoce sus virtudes.

Pero también reconoce sus pecados.

Reconoce todo como un regalo de la misericordia divina.

Y por eso vive en gratitud.

Hijo mío, el orgullo fue la primera enfermedad espiritual.

Antes de toda caída visible hubo una caída interior.

La criatura quiso colocarse en el lugar de Dios.

Quiso bastarse a sí misma.

Quiso existir sin dependencia.

Y allí comenzó la tragedia.

Desde entonces, toda la historia de la salvación puede contemplarse como un llamado a regresar a la humildad.

Por eso Cristo vino al mundo con tanta sencillez.

Nació en un pesebre.

Vivió en una familia humilde.

Trabajó con Sus manos.

Sirvió a los demás.

Lavó los pies de Sus discípulos.

Aceptó la Cruz.

Toda Su vida fue una lección de humildad.

Y si queremos parecernos a Él, debemos recorrer el mismo camino.

Observa algo maravilloso.

Dios resiste a los soberbios, pero concede Su gracia a los humildes.

No porque ame menos a unos que a otros.

Sino porque solamente el corazón humilde puede recibir plenamente la gracia.

Piensa en una copa llena hasta el borde.

No puede recibir más agua.

Primero debe vaciarse.

Así ocurre con el alma.

Mientras está llena de autosuficiencia, encuentra dificultades para recibir a Dios.

Pero cuando se vacía mediante la humildad, la gracia encuentra espacio para entrar.

Por eso la humildad es tan importante para la oración.

Una persona orgullosa ora principalmente desde sí misma.

Una persona humilde ora desde su necesidad.

El orgulloso cree que merece.

El humilde sabe que todo es misericordia.

El orgulloso exige.

El humilde suplica.

El orgulloso se apoya en sus méritos.

El humilde se apoya en la bondad de Dios.

Y precisamente por eso la oración humilde posee una fuerza extraordinaria.

Recuerda la parábola del fariseo y el publicano.

El fariseo hablaba de sus virtudes.

Enumeraba sus buenas obras. Se

comparaba con los demás.

Y regresó a casa sin justificación.

El publicano apenas levantaba los ojos.

Golpeaba su pecho.

Y repetía:

"Dios mío, ten misericordia de mí, pecador."

Cristo afirmó que fue este último quien descendió justificado.

¿Por qué?

Porque la humildad abrió su corazón a la gracia.

Hijo mío querido:

Existe una falsa humildad que también debemos evitar.

Algunas personas hablan constantemente mal de sí mismas.

Se desprecian.

Niegan todos sus dones.

Rechazan cualquier palabra de aprecio.

Eso no siempre es humildad.

A veces es otra forma de orgullo.

La verdadera humildad acepta la verdad completa.

Reconoce tanto la miseria como los dones.

Reconoce las debilidades y también las bendiciones.

Pero atribuye toda gloria a Dios.

Cuando alguien elogia a una persona verdaderamente humilde, ella no se llena de vanidad.

Simplemente agradece.

Porque sabe que todo bien procede del Señor.

Los starets enseñaban que la humildad crece especialmente a través de las pequeñas humillaciones de la vida diaria.

Cuando alguien nos contradice.

Cuando nuestros planes fracasan.

Cuando somos corregidos.

Cuando no recibimos reconocimiento.

Cuando debemos pedir perdón.

Cuando debemos admitir un error.

Allí aparece una gran oportunidad espiritual.

El orgullo se rebela.

La humildad aprende.

El orgullo se endurece.

La humildad crece.

El orgullo exige.

La humildad agradece.

Por eso debemos aceptar esas ocasiones como medicinas para el alma.

No son agradables.

Pero producen frutos preciosos.

También debes recordar algo importante.

La humildad no significa debilidad.

Cristo fue el hombre más humilde que ha existido.

Y también fue el más fuerte.

La humildad no destruye el carácter.

Lo purifica.

No elimina la firmeza.

La orienta hacia el bien.

No convierte al hombre en esclavo.

Lo libera del peor tirano:

Su propio ego.

Qué paz experimenta el alma humilde.

Ya no necesita demostrar constantemente su valor.

Ya no necesita ganar todas las discusiones.

Ya no necesita recibir siempre el reconocimiento.

Descansa en Dios.

Y ese descanso es un tesoro inmenso.

Recuerdo una enseñanza de un anciano starets:

"Cuando alguien te alabe, da gracias a Dios. Cuando alguien te critique, examina tu corazón.

En ambos casos, permanece en paz." Qué sabiduría tan sencilla.

Y qué difícil de vivir.

Pero quien la aprende encuentra una libertad extraordinaria.

Porque deja de depender tanto de la opinión de los demás.

Su mirada permanece fija en Dios.

La humildad atrae la gracia

Los santos repetían una y otra vez que la gracia ama habitar en los corazones humildes.

No porque sean perfectos.

Sino porque reconocen su necesidad de Dios.

La humildad abre puertas.

La humildad sana heridas.

La humildad conserva la paz.

La humildad protege la oración.

Y la humildad prepara el alma para todos los demás dones espirituales.

Conclusión

Amado hijito mío:

Busca la humildad más que cualquier otro don.

No busques ser admirado.

No busques ser reconocido.

No busques parecer santo.

Busca agradar a Dios.

Acepta tus limitaciones.

Reconoce tus errores.

Da gracias por tus dones.

Y atribuye toda gloria al Señor.

Entonces la gracia encontrará un hogar en tu corazón.

Y tu oración crecerá fuerte como un árbol plantado junto a aguas abundantes.

Oración final

Señor Jesucristo, manso y humilde de corazón, enséñame la verdadera humildad. Líbrame del orgullo, de la vanidad y de la autosuficiencia. Ayúdame a reconocer mi necesidad de Ti y a confiar únicamente en tu misericordia. Haz que toda mi vida glorifique tu Nombre y que mi corazón encuentre descanso en tu amor. Amén.

CAPÍTULO XXV

La Madre de Dios y la vida de oración

Amado hijito mío:

Si deseas aprender a orar, mira a la Madre de Dios.

Si deseas aprender la humildad, mira a la Madre de Dios.

Si deseas aprender la obediencia, mira a la Madre de Dios.

Si deseas aprender el silencio interior, mira a la Madre de Dios.

Toda la vida de la Santísima Theotokos es una escuela espiritual para quienes buscan acercarse a Dios.

Los santos jamás se cansaron de contemplar su ejemplo.

Los starets hablaban de Ella con ternura.

Los monjes pronunciaban su nombre con amor.

Los fieles acudían a su protección con confianza.

Y todos encontraban en Ella una guía segura hacia Cristo.

Porque la Madre de Dios jamás retiene para sí el corazón de quienes la aman.

Siempre lo conduce hacia su Hijo.

Siempre señala el camino hacia Cristo.

Siempre enseña la obediencia al Evangelio.

Por eso la veneramos.

Por eso la amamos.

Por eso acudimos a su intercesión.

Recuerda las palabras que pronunció en Nazaret cuando el Arcángel anunció el misterio de la Encarnación:

"He aquí la esclava del Señor; hágase en mí según tu palabra." Estas pocas palabras contienen una profundidad inmensa.

Toda la historia de la salvación parece resumirse en esa respuesta.

No hubo orgullo.

No hubo exigencias.

No hubo condiciones.

Hubo fe.

Hubo confianza.

Hubo obediencia.

Hubo amor.

Y gracias a esa respuesta humilde, el Verbo de Dios tomó carne para nuestra salvación.

Hijo mío, cada vez que rezamos estamos llamados a repetir interiormente aquellas mismas palabras. "Hágase tu voluntad." No la mía.

No la que imagina mi orgullo.

No la que exige mi impaciencia.

Sino la tuya, Señor.

La Madre de Dios nos enseña precisamente esta actitud.

Por eso es maestra de oración.

También encontramos otra enseñanza maravillosa en el Evangelio.

San Lucas dice varias veces que María conservaba todas las cosas en su corazón.

Observa bien.

No reaccionaba impulsivamente.

No hablaba innecesariamente.

No buscaba protagonismo.

Meditaba.

Guardaba.

Contemplaba.

Su corazón era un santuario donde las obras de Dios eran acogidas y meditadas.

Qué lección tan importante para nuestro tiempo.

Vivimos rodeados de palabras.

Opinamos constantemente.

Comentamos todo.

Juzgamos con rapidez.

Y muchas veces olvidamos guardar silencio delante de los misterios de Dios.

La Madre de Dios nos enseña otra actitud.

Nos enseña a contemplar.

Nos enseña a escuchar.

Nos enseña a esperar.

Nos enseña a dejar que la gracia madure dentro de nosotros.

Los starets insistían en que la verdadera vida espiritual necesita esta capacidad de custodiar el corazón.

Y nadie lo hizo mejor que la Theotokos.

Ella conservaba cada acontecimiento delante de Dios.

Y por eso estaba preparada para comprender aquello que otros no podían entender.

Recuerdo una antigua enseñanza de los Padres.

Decían que María fue la primera en llevar a Cristo dentro de sí.

Primero corporalmente.

Después espiritualmente.

Y esta es también nuestra vocación.

Llevar a Cristo dentro del corazón.

Permitir que viva en nosotros.

Permitir que transforme nuestra existencia.

Permitir que ilumine nuestros pensamientos y nuestras acciones.

La Madre de Dios nos muestra que esto es posible.

No mediante la fuerza humana.

Sino mediante la gracia.

Hijo mío querido:

Contempla también a la Madre de Dios al pie de la Cruz.

Qué escena tan conmovedora.

La espada profetizada por Simeón había atravesado finalmente su corazón.

Veía sufrir a su Hijo.

Veía la injusticia.

Veía el dolor.

Y sin embargo permanecía.

No huía.

No desesperaba.

No se rebelaba.

Permanecía fiel.

Cuántas veces necesitamos aprender esta lección.

Hay momentos en que no comprendemos los caminos de Dios.

Momentos en que la cruz parece demasiado pesada.

Momentos en que las lágrimas oscurecen la vista.

Y entonces la Madre de Dios nos enseña a permanecer.

A confiar.

A esperar.

A seguir amando incluso en medio del sufrimiento.

Por eso tantos fieles encuentran consuelo junto a sus santos iconos.

No porque la veneración de la Madre de Dios sustituya la adoración debida únicamente a Dios.

Sino porque Ella es una madre.

Y las madres saben consolar.

Las madres saben escuchar.

Las madres saben acompañar.

Quien se acerca a la Theotokos con fe descubre una ternura espiritual difícil de expresar con palabras.

Cuántas veces almas afligidas encontraron paz al rezar delante de un icono suyo.

Cuántas veces corazones heridos encontraron esperanza.

Cuántas veces pecadores encontraron fuerza para regresar a Dios.

La Madre de Dios continúa conduciendo almas hacia Cristo.

Y continuará haciéndolo hasta el fin de los tiempos.

Los starets recomendaban frecuentemente rezar el himno Akáthistos, el Paraklesis y otras oraciones marianas de la tradición ortodoxa.

No porque buscaran refugiarse lejos de Cristo.

Sino porque sabían que la Madre siempre conduce hacia el Hijo.

Toda auténtica devoción mariana es profundamente cristocéntrica.

Toda verdadera veneración de la Theotokos nos acerca más al Salvador.

Por eso jamás debemos separar aquello que Dios ha unido.

Amar a la Madre de Dios nos ayuda a amar más profundamente a Cristo.

La Madre que intercede

En las bodas de Caná encontramos otra enseñanza preciosa.

La Madre de Dios observa la necesidad.

Intercede.

Y conduce a los servidores hacia la obediencia.

Sus palabras permanecen como una enseñanza para toda la Iglesia:

"Haced todo lo que Él os diga."

He aquí toda la espiritualidad mariana resumida en una sola frase.

Escuchar a Cristo.

Obedecer a Cristo.

Seguir a Cristo.

Amar a Cristo.

La Madre de Dios siempre nos conduce hacia allí.

Conclusión

Amado hijito mío:

Acude a la protección de la Santísima Theotokos.

Imita su humildad.

Imita su silencio.

Imita su obediencia.

Imita su confianza.

Y deja que ella te conduzca cada vez más profundamente hacia su divino Hijo.

Porque quien aprende de María aprende también a vivir según el Evangelio.

Oración final

Santísima Madre de Dios, Theotokos bendita, enséñame a amar a tu Hijo como tú lo amaste. Ayúdame a vivir con humildad, obediencia y pureza de corazón. Intercede por mí en mis necesidades, consuélame en mis sufrimientos y condúceme siempre por el camino que lleva a Cristo. Bajo tu protección me refugio, oh Madre llena de gracia. Amén.

CAPÍTULO XXVI

La vejez y la preparación para la eternidad

Amado hijito mío:

Cuando somos jóvenes, la vida parece interminable.

Los años se extienden delante de nosotros como un camino sin fin.

Hacemos planes.

Construimos proyectos.

Soñamos con el futuro.

Y casi nunca pensamos en la eternidad.

No porque seamos malos.

Simplemente porque la juventud suele mirar hacia adelante.

Pero llega un momento en que los años comienzan a hablar.

El cabello se vuelve blanco.

Las fuerzas disminuyen.

Los amigos de toda una vida comienzan a partir.

El cuerpo recuerda cada vez más claramente que pertenece a la tierra. Y entonces el alma empieza a contemplar el horizonte de otra manera.

Hijo mío, la vejez no es una desgracia.

La vejez es una bendición cuando se vive con Dios.

Es la cosecha de toda una vida.

Es el tiempo en que muchas ilusiones desaparecen.

Es el tiempo en que aprendemos qué cosas eran verdaderamente importantes.

He conocido ancianos pobres que poseían una riqueza inmensa.

Y también ancianos ricos que vivían en una profunda pobreza interior.

La diferencia no estaba en sus bienes.

La diferencia estaba en su relación con Dios.

Quien envejece cerca del Señor descubre una serenidad que el mundo no puede ofrecer.

Porque ya no necesita demostrar nada.

Ya no necesita competir.

Ya no necesita conquistar.

Comienza a descansar en la misericordia divina.

Recuerdo a un anciano sacerdote que, pocos años antes de su muerte, me dijo:

"Hijo, cuando era joven quería hacer grandes cosas para Dios. Ahora sólo deseo permanecer en Su amor."

Aquellas palabras quedaron grabadas en mi corazón.

Porque revelaban la sabiduría que únicamente conceden los años y la gracia.

Muchas veces pasamos gran parte de nuestra vida buscando cosas secundarias.

Prestigio.

Reconocimiento.

Seguridad.

Éxito.

Y solamente más tarde descubrimos que lo esencial era mucho más sencillo.

Amar a Dios.

Amar al prójimo.

Vivir con humildad.

Guardar la fe.

Todo lo demás termina pasando.

La vejez también nos enseña una gran verdad.

No pertenecemos a este mundo para siempre.

Somos peregrinos.

Nuestra verdadera patria está en el Reino de Dios.

Los años nos recuerdan esta realidad.

No para entristecernos.

No para llenarnos de miedo.

Sino para ayudarnos a vivir con sabiduría.

Qué diferente sería nuestra vida si recordáramos más frecuentemente la eternidad.

Perdonaríamos más rápido.

Nos preocuparíamos menos por cosas insignificantes.

Amaríamos con mayor profundidad.

Oraríamos con mayor fervor.

Y valoraríamos mejor cada día que Dios nos concede.

Hijo mío querido:

Muchos temen la vejez porque la asocian únicamente con pérdidas.

Y ciertamente existen pérdidas.

Disminuyen las fuerzas.

Aparecen enfermedades.

Algunas capacidades se debilitan.

Pero también existen ganancias.

Crece la experiencia.

Crece la paciencia.

Crece la capacidad de contemplar.

Crece la sabiduría.

Y para quien vive con Dios, crece también el deseo del encuentro definitivo con el Señor.

Los santos ancianos no esperaban la muerte con desesperación.

La contemplaban con esperanza.

No porque amaran menos la vida.

Sino porque amaban profundamente a Cristo.

Sabían que la muerte no era una destrucción.

Era una puerta.

Una transición.

Un paso hacia la Casa del Padre.

Piensa en el anciano Simeón.

Después de recibir al Niño Jesús en sus brazos, pronunció aquellas palabras llenas de paz:

"Ahora, Señor, puedes dejar que tu siervo parta en paz." No

habló con miedo.

No habló con angustia.

Habló con serenidad.

Porque había encontrado al Salvador.

Y quien encuentra verdaderamente a Cristo deja de temer la muerte de la misma manera.

La preparación para la eternidad no comienza en los últimos días de la vida.

Comienza hoy.

Comienza en cada oración.

Comienza en cada acto de amor.

Comienza en cada arrepentimiento sincero.

Comienza en cada Liturgia.

Toda la vida cristiana es una preparación para el encuentro con Dios.

Por eso los santos no esperaban la vejez para convertirse.

Vivían cada día como un regalo.

Vivían cada día como una oportunidad.

Vivían cada día como un paso más hacia el Reino.

Y esta actitud llenaba de sentido toda su existencia.

También quiero hablarte de los ancianos que sufren la soledad.

Muchos llegan a esta etapa de la vida sintiéndose olvidados.

Los hijos están lejos.

Los amigos han partido.

Las fuerzas disminuyen.

Y el corazón puede sentirse abandonado.

Si alguna vez experimentas algo semejante, recuerda esto:

Dios no abandona a Sus hijos.

Jamás.

Puede que las personas falten.

Puede que los años traigan silencios.

Pero el Señor permanece.

Más cercano que nunca.

He visto ancianos cuya habitación parecía pobre a los ojos del mundo.

Y sin embargo estaba llena de una presencia espiritual extraordinaria.

Porque habían aprendido a vivir con Dios.

Y quien vive con Dios nunca está verdaderamente solo.

Amado hijito mío:

Si todavía eres joven, aprende desde ahora a mirar hacia la eternidad.

No para vivir obsesionado con la muerte.

Sino para vivir sabiamente.

Y si ya has llegado a los años avanzados, no pienses que tu misión ha terminado.

La Iglesia necesita la oración de sus ancianos.

Necesita su experiencia.

Necesita su sabiduría.

Necesita su testimonio.

Un anciano que ora puede sostener espiritualmente a generaciones enteras.

Una abuela que reza por sus nietos realiza una obra inmensa.

Un anciano que ofrece sus sufrimientos a Dios participa misteriosamente en la salvación del mundo.

Nunca subestimes el valor espiritual de los últimos años.

A menudo son los más fecundos delante de Dios.

La última lección

Cuando los años avanzan, la vida nos enseña finalmente una gran lección.

Nada nos pertenece realmente.

Todo ha sido un regalo.

La salud.

La familia.

Los amigos.

Los talentos.

El tiempo.

Todo.

Y cuando comprendemos esto, el corazón se llena de gratitud.

Entonces la muerte deja de ser una enemiga aterradora.

Se convierte en el momento de devolverlo todo al Padre que nos lo confió.

Conclusión

Hijo mío querido:

No temas envejecer.

Teme solamente vivir lejos de Dios.

Porque quien camina con Cristo en la juventud encontrará a Cristo en la vejez.

Y quien encuentra a Cristo en la vejez encontrará a Cristo en la eternidad.

Vive cada día preparándote para ese encuentro.

No con miedo.

No con tristeza.

Sino con esperanza.

Porque al final del camino nos espera Aquel que nos ha amado desde antes de la creación del mundo.

Oración final

Señor Jesucristo, acompáñame en cada etapa de mi vida. Cuando sea joven, concédeme sabiduría. Cuando llegue la vejez, concédeme paz. Cuando se acerque la hora de partir, concédeme confianza. Haz que viva siempre preparado para encontrarte y que mi corazón descanse eternamente en tu amor. Amén.

CAPÍTULO XXVII

Cómo discernir la voluntad de Dios

Amado hijito mío:

Una de las preguntas que más veces escuché a lo largo de mi vida espiritual es esta:

"Padre, ¿cómo puedo saber qué quiere Dios de mí?" La escuché

en labios de jóvenes que buscaban su vocación.

La escuché en esposos que enfrentaban decisiones difíciles.

La escuché en ancianos que deseaban comprender los acontecimientos de sus últimos años.

Y debo decirte algo desde el principio.

Si te haces esta pregunta con sinceridad, ya has dado un paso importante.

Porque muchas personas pasan toda su vida preguntándose únicamente qué quieren ellas mismas.

Pero el alma que comienza a preguntarse qué desea Dios ya está caminando hacia la madurez espiritual.

Sin embargo, hijo mío, discernir la voluntad divina no siempre es sencillo.

Si lo fuera, no necesitaríamos tanta oración.

No necesitaríamos tanta paciencia.

No necesitaríamos tanta humildad.

Dios podría hablarnos continuamente mediante señales evidentes e indiscutibles.

Pero normalmente no actúa así.

¿Por qué?

Porque no busca esclavos.

Busca hijos.

Y los hijos aprenden a caminar junto a su Padre mediante la fe.

La primera cosa que debes comprender es esta:

La voluntad de Dios nunca contradice el Evangelio.

Jamás.

Si una idea nos impulsa hacia el egoísmo, el orgullo, la mentira, la injusticia o el pecado, podemos estar seguros de que no procede de Dios.

El Señor no se contradice a Sí mismo.

Aquello que reveló en Cristo permanece siempre como criterio seguro para el discernimiento.

Por eso quien desea conocer la voluntad divina debe familiarizarse con el Evangelio.

Debe leerlo.

Meditarlo.

Orarlo.

Amarlo.

Porque cuanto más conocemos a Cristo, más fácilmente reconocemos Su voz.

Recuerda las palabras del Señor:

"Mis ovejas escuchan mi voz."

Las ovejas reconocen la voz del pastor porque viven cerca de él.

Así también ocurre con nosotros.

La cercanía a Cristo hace posible el discernimiento.

Hijo mío querido:

Existe un error muy frecuente.

Algunas personas esperan continuamente señales extraordinarias.

Buscan sueños.

Buscan visiones.

Buscan acontecimientos milagrosos.

Y mientras esperan esas cosas, descuidan los medios ordinarios por los cuales Dios suele guiarnos.

La oración.

La Escritura.

La conciencia iluminada por la gracia.

El consejo espiritual.

La vida sacramental.

La sabiduría de la Iglesia.

Dios puede utilizar medios extraordinarios cuando lo desea.

Pero normalmente nos conduce mediante caminos sencillos.

Los starets desconfiaban profundamente de quienes buscaban constantemente experiencias extraordinarias.

Porque sabían que la imaginación puede engañar.

El orgullo puede engañar.

Y el enemigo también puede engañar.

La humildad, en cambio, protege al alma.

Por eso el discernimiento auténtico siempre camina acompañado por la humildad.

Recuerdo a un anciano que decía:

"Cuando no estés seguro, no corras. Ora más." Qué consejo tan simple.

Y qué sabio.

Porque muchas equivocaciones nacen de la precipitación.

Queremos respuestas inmediatas.

Queremos claridad instantánea.

Queremos resolverlo todo rápidamente.

Pero Dios a menudo trabaja lentamente.

Como el agricultor que espera el crecimiento de la semilla.

Como el río que avanza sin apresurarse.

Como la luz del amanecer que aparece gradualmente.

Así actúa frecuentemente la providencia divina.

Por eso debes aprender la paciencia.

Muchas veces la voluntad de Dios se vuelve más clara con el tiempo.

Otra señal importante es la paz interior.

No me refiero a una emoción pasajera.

Ni a la ausencia total de dificultades.

Me refiero a esa serenidad profunda que suele acompañar las decisiones tomadas en comunión con Dios.

Cuando una decisión nace únicamente del orgullo o de la pasión, suele dejar una inquietud persistente.

Pero cuando una decisión madura en la oración, frecuentemente aparece una paz silenciosa.

No siempre inmediata.

No siempre perfecta.

Pero real.

Los Padres consideraban esta paz como una ayuda valiosa para el discernimiento.

Sin embargo, tampoco debemos absolutizarla.

Porque algunas decisiones correctas siguen siendo difíciles.

Cristo tuvo paz perfecta y aun así caminó hacia la Cruz.

Por eso el discernimiento exige sabiduría.

No basta una sola señal.

Debemos considerar el conjunto.

La oración.

La paz interior.

El Evangelio.

El consejo espiritual.

Las circunstancias.

La conciencia.

Todo ello trabaja conjuntamente.

Hijo mío:

También debes aceptar que, en ocasiones, solamente comprendemos la voluntad de Dios después de haber caminado.

Quisiéramos conocer todo el camino antes de dar el primer paso.

Pero rara vez ocurre así.

Abraham recibió una promesa y comenzó a caminar.

Los Apóstoles dejaron sus redes y siguieron a Cristo.

La Madre de Dios respondió "sí" antes de comprender plenamente todo lo que sucedería.

La fe precede muchas veces a la comprensión.

Y esta es una de las pruebas más difíciles para el corazón humano.

Queremos certezas absolutas.

Dios nos invita a confiar.

No porque desee confundirnos.

Sino porque desea enseñarnos a depender de Él.

Existe además una pregunta muy útil cuando debes tomar una decisión:

"¿Esta elección me acerca más a Cristo o me aleja de Él?" Hazte esta pregunta con sinceridad.

Sin excusas.

Sin autoengaños.

Y muchas veces descubrirás que la respuesta aparece con sorprendente claridad.

Porque el propósito último de la voluntad divina siempre es conducirnos hacia la comunión con Dios.

Todo lo demás es secundario.

Los starets también enseñaban que debemos prestar atención a los frutos.

Cristo mismo dijo:

"Por sus frutos los conoceréis."

Una decisión inspirada por Dios produce generalmente humildad.

Produce paz.

Produce amor.

Produce crecimiento espiritual.

Produce mayor cercanía a Dios.

En cambio, aquello que nace del egoísmo suele producir división, confusión, orgullo o vacío interior.

Los frutos hablan.

Y debemos aprender a escucharlos.

Cuando no sabes qué hacer

Llegarán momentos en que ninguna respuesta parecerá clara.

No te desesperes.

En esos momentos continúa haciendo el bien que ya conoces.

Ora.

Cumple tus deberes.

Ama a quienes te rodean.

Permanece fiel al Evangelio.

Y espera.

Dios sabe hablar cuando llega el momento oportuno.

Muchas veces la respuesta aparece precisamente cuando dejamos de exigirla.

Conclusión

Amado hijito mío:

No tengas miedo de buscar la voluntad de Dios.

Él no juega a esconderse.

No desea confundirte.

No desea extraviarte.

Es un Padre amoroso.

Y un padre guía a sus hijos.

Ora.

Escucha.

Espera.

Confía.

Y aunque el camino no siempre sea completamente claro, descubrirás que la mano de Dios te ha acompañado mucho más de lo que imaginabas.

Oración final

Señor Jesucristo, ilumina mi mente y guía mis pasos. Líbrame del orgullo, de la precipitación y del engaño. Concédeme un corazón humilde para escuchar tu voz y una voluntad dócil para seguir tus caminos. Haz que en todas mis decisiones busque tu gloria y que jamás me aparte de tu amor. Amén.

CAPÍTULO XXVIII

El amor que salva al mundo

Amado hijito mío:

Después de tantos años de vida, de oración, de alegrías y sufrimientos, de encuentros y despedidas, de caídas y levantadas, puedo decirte algo con absoluta certeza:

Al final, solamente el amor permanece.

Todo lo demás pasa.

La juventud pasa.

La salud pasa.

Las riquezas pasan.

Los honores pasan.

Las preocupaciones pasan.

Incluso las lágrimas terminan secándose.

Pero el amor permanece.

Porque el amor tiene su origen en Dios.

Y Dios es eterno.

Por eso, cuando los santos alcanzaban una profunda madurez espiritual, comenzaban a hablar cada vez menos de sí mismos y cada vez más del amor.

No porque las demás virtudes dejaran de ser importantes.

Sino porque comprendían que todas ellas encuentran su plenitud en el amor.

La oración conduce al amor.

La humildad conduce al amor.

El arrepentimiento conduce al amor.

La obediencia conduce al amor.

Todo desemboca finalmente allí.

San Pablo escribió palabras que jamás envejecen:

"Ahora permanecen la fe, la esperanza y el amor, estos tres; pero el mayor de ellos es el amor."

Observa que no dice que la fe sea lo mayor.

Ni siquiera la esperanza.

Dice que el amor es superior.

Porque la fe un día se transformará en visión.

La esperanza se transformará en posesión.

Pero el amor continuará eternamente.

Hijo mío querido:

Muchas personas hablan del amor.

Pocas comprenden realmente lo que significa.

El mundo suele confundir amor con emoción.

Con entusiasmo.

Con atracción.

Con sentimientos pasajeros.

Pero el amor cristiano es mucho más profundo.

Es una decisión.

Es una entrega.

Es un sacrificio.

Es una forma de existencia.

Cristo nos mostró el verdadero significado del amor en la Cruz.

No amó porque fuera fácil.

No amó porque fuera agradable.

Amó porque esa era Su naturaleza.

Amó hasta el extremo.

Y precisamente por eso salvó al mundo.

Por esta razón los starets enseñaban que el crecimiento espiritual puede medirse por una pregunta muy sencilla: "¿Estoy aprendiendo a amar más?" No:

"¿Tengo experiencias espirituales extraordinarias?" No:

"¿Conozco muchos libros?" No:

"¿Soy admirado por otros?" Sino:

"¿Amo más que antes?"

Porque quien ama verdaderamente se parece cada vez más a Cristo.

He conocido personas sencillas.

Sin grandes estudios.

Sin conocimientos teológicos profundos.

Sin cargos importantes.

Y sin embargo irradiaban una luz extraordinaria.

¿Por qué?

Porque amaban.

Escuchaban.

Perdonaban.

Servían.

Ayudaban.

Rezaban por los demás.

Y el amor de Dios brillaba a través de ellas.

También conocí personas muy instruidas que sabían hablar maravillosamente sobre la fe.

Pero sus palabras carecían de calor.

Carecían de compasión.

Carecían de amor.

Y entonces comprendí nuevamente una verdad antigua:

La santidad no consiste solamente en conocer a Dios.

Consiste en amar como Dios ama.

Hijo mío:

El amor auténtico siempre exige sacrificio.

No existe amor verdadero sin renuncia.

Una madre que vela a su hijo enfermo durante la noche ama sacrificándose.

Un padre que trabaja para sostener a su familia ama sacrificándose. Un sacerdote que entrega su vida por sus fieles ama sacrificándose.

Un monje que intercede por el mundo ama sacrificándose.

El sacrificio no destruye el amor.

Lo revela.

Por eso Cristo dijo:

"Nadie tiene amor más grande que el que da la vida por sus amigos." El amor alcanza su plenitud cuando aprende a darse.

Y esta entrega puede adoptar formas muy diversas.

A veces consiste en grandes actos heroicos.

Pero muchas veces consiste en pequeños actos cotidianos.

Una palabra amable.

Una paciencia silenciosa.

Un perdón concedido.

Una ayuda ofrecida.

Una oración realizada en secreto.

Dios ve todas estas cosas.

Y las considera preciosas.

Los starets enseñaban además que el amor verdadero comienza cerca.

Muchas personas sueñan con salvar al mundo entero.

Pero son incapaces de amar a quienes viven junto a ellas.

Quieren abrazar a la humanidad.

Pero no soportan a su vecino.

Quieren hablar del amor universal.

Pero descuidan a su propia familia.

Esto no es amor cristiano.

El amor comienza con la persona concreta que Dios coloca delante de nosotros.

El esposo.

La esposa.

Los hijos.

Los padres.

Los amigos.

Los pobres.

Los enfermos.

Los desconocidos que encontramos en el camino.

Allí comienza el Reino de Dios.

Allí se aprende a amar.

Y poco a poco el corazón se ensancha.

Poco a poco aprende a abrazar a más personas.

Poco a poco participa del amor infinito de Dios.

Amado hijito mío:

Existe una forma de amor particularmente preciosa.

La oración por los demás.

Cuando rezas por otra persona, realizas un acto profundo de amor.

Llevas sus sufrimientos delante de Dios.

Presentas sus necesidades.

Compartes espiritualmente su carga.

Por eso los santos oraban constantemente por el mundo.

No porque ignoraran sus propios problemas.

Sino porque sus corazones se habían vuelto amplios.

Habían aprendido a amar.

Y quien ama no puede permanecer indiferente ante el sufrimiento ajeno.

Recuerdo una enseñanza atribuida a un anciano starets: "Adquiere un corazón misericordioso y encontrarás el Reino." Qué maravillosa síntesis de toda la vida espiritual.

Porque un corazón misericordioso se parece al corazón de Cristo.

Y allí donde está Cristo, allí está el Reino.

Amar incluso a quienes nos hieren

Quizás la forma más difícil de amor sea el amor a los enemigos.

Sin embargo, precisamente allí resplandece con mayor claridad la gracia divina.

Amar a quienes nos aman resulta natural.

Amar a quienes nos persiguen exige la ayuda de Dios.

Pero cuando aprendemos a hacerlo, aunque sea imperfectamente, participamos de una manera especial en el amor de Cristo.

Porque Él mismo oró por quienes lo crucificaban.

Y nos dejó ese ejemplo para siempre.

Conclusión

Hijo mío querido:

Si alguna vez olvidas muchas de las páginas de este libro, procura no olvidar esto.

La meta de toda vida espiritual es el amor.

Ora para amar más.

Ayuna para amar más.

Perdona para amar más.

Sé humilde para amar más.

Acércate a Dios para amar más.

Y cuando llegue el final de tus días, descubrirás que el amor fue el verdadero tesoro que estabas buscando desde el principio.

Oración final

Señor Jesucristo, fuente de todo amor verdadero, enséñame a amar como Tú amas. Libérame del egoísmo, de la dureza del corazón y de la indiferencia. Hazme misericordioso con quienes sufren, paciente con quienes me hieren y generoso con todos. Que mi vida entera se convierta en una expresión de tu amor y que al final de mis días pueda encontrarme contigo en el Reino eterno del Amor. Amén.

CAPÍTULO XXX

Hasta que nos encontremos en el Reino

Amado hijito mío:

Hemos caminado juntos durante muchas páginas.

Hemos hablado de la oración.

De la fe.

De la humildad.

Del arrepentimiento.

Del sufrimiento.

De la esperanza.

Del amor.

Y ahora ha llegado el momento de concluir.

No porque todo haya sido dicho.

Porque sobre Dios jamás podrá decirse todo.

No porque la oración haya sido explicada completamente.

Porque la oración es un misterio que se aprende viviéndolo.

No porque ya no queden enseñanzas.

Porque el Evangelio es una fuente inagotable.

Terminamos simplemente porque llega el momento de guardar silencio y dejar que el corazón continúe aquello que las palabras ya no pueden expresar.

Si pudiera dejarte una sola enseñanza, hijo mío, sería esta:

Permanece junto a Cristo.

Cuando seas fuerte, permanece junto a Cristo.

Cuando seas débil, permanece junto a Cristo.

Cuando ores con fervor, permanece junto a Cristo.

Cuando la oración parezca difícil, permanece junto a Cristo.

Cuando experimentes alegría, permanece junto a Cristo.

Cuando derrames lágrimas, permanece junto a Cristo.

No te apartes de Él.

Porque fuera de Él no existe verdadera vida.

He visto personas poseer riquezas y vivir vacías.

He visto personas poseer fama y vivir tristes.

He visto personas obtener todo aquello que el mundo considera éxito y continuar sintiendo hambre en el corazón.

Y también he visto personas pobres, enfermas y desconocidas irradiar una paz extraordinaria.

La diferencia siempre era la misma.

Cristo.

Cuando Cristo ocupa el centro de la vida, todo encuentra su lugar.

No desaparecen las dificultades.

No desaparecen las lágrimas.

No desaparece la cruz.

Pero todo adquiere sentido.

Todo encuentra dirección.

Todo se ilumina con una esperanza que el mundo no puede comprender.

Hijo mío querido:

No te escandalices de tus caídas.

Mientras vivamos en esta tierra seguiremos siendo débiles.

Tropezarás.

Cometerás errores.

Habrás momentos en que te sentirás indigno.

Momentos en que pensarás que has avanzado poco.

Momentos en que querrás abandonar.

No escuches esas voces.

Levántate.

Arrepiéntete.

Confía en la misericordia de Dios.

Y continúa caminando.

Los santos no fueron personas que jamás cayeron.

Fueron personas que jamás dejaron de levantarse.

Recuerda siempre esto.

La misericordia de Dios es más grande que tus pecados.

Más grande que tus errores.

Más grande que tus miedos.

Más grande que tu pasado.

Nunca desespere.

Mientras exista aliento, existe esperanza.

Mientras exista arrepentimiento, existe camino de regreso.

Mientras exista Cristo, existe salvación.

También quiero pedirte algo.

Ama a la Iglesia.

Ama la Divina Liturgia.

Ama los Santos Misterios.

Ama la oración.

Ama las Sagradas Escrituras.

Ama a los pobres.

Ama a quienes sufren.

Ama incluso a quienes no te comprendan.

Porque el amor será lo único que podrás llevar contigo cuando abandones este mundo.

Nada más cruzará contigo las puertas de la eternidad.

Ni el dinero.

Ni los títulos.

Ni los honores.

Ni los éxitos.

Solamente el amor.

Y ese amor encontrará a Cristo.

Porque Cristo es Amor.

Quizás cuando leas estas palabras yo ya no esté contigo.

Quizás mis manos hayan dejado de bendecir.

Quizás mi voz haya guardado silencio.

Quizás mis ojos ya contemplen aquello que durante tantos años esperé contemplar.

Pero si algo deseo para ti es que permanezcas fiel.

Fiel en las pequeñas cosas.

Fiel en la oración.

Fiel en la fe.

Fiel en el amor.

Fiel hasta el final.

Y entonces, cuando también llegue tu hora de partir, descubrirás que la muerte no era el final del camino.

Era solamente una puerta.

Una puerta abierta por Cristo.

Una puerta que conduce a la Casa del Padre.

Una puerta que conduce a la alegría eterna.

Y allí comprenderemos muchas cosas que aquí no entendimos.

Allí desaparecerán todas las lágrimas.

Allí cesarán todos los sufrimientos.

Allí terminarán todas las luchas.

Allí veremos al Señor cara a cara.

Y allí nos encontraremos nuevamente.

No como maestro y discípulo.

No como starets e hijo espiritual.

Sino como hermanos redimidos por la misma sangre de Cristo.

Esperando juntos la misericordia infinita de Dios.

Hasta entonces, Amado hijito mío:

Ora.

Ama.

Perdona.

Confía.

Y no olvides nunca que Dios te ama más de lo que puedes imaginar.

Oración final

Señor Jesucristo, Hijo de Dios vivo, gracias por haberme acompañado a lo largo de mi vida. Gracias por tus misericordias visibles e invisibles. Perdona mis pecados, fortalece mi fe, aumenta mi amor y enséñame a vivir siempre en tu presencia.

Bendice a quienes lean estas páginas. Consuela a los afligidos. Fortalece a los débiles. Ilumina a quienes buscan tu voluntad. Conduce a los extraviados. Da descanso a los difuntos y concede paz a tu Iglesia.

Y cuando llegue la hora de partir de este mundo, recíbenos en tu Reino eterno, donde junto a tu Padre sin principio y a tu Santísimo, Bueno y Vivificante Espíritu, te glorificaremos por los siglos de los siglos.

Amén.

Contenido

PRÓLOGO	2
CAPÍTULO I	3
<i>Hijo mío, Dios te espera.....</i>	3
<i>Conclusión.....</i>	7
CAPÍTULO II	8
<i>El primer paso de la oración</i>	8
CAPÍTULO III	11
<i>Cuando no sabes qué decir</i>	11
CAPÍTULO IV	14
<i>La oración en el sufrimiento.....</i>	14
ORACIÓN FINAL	18
<i>Las lágrimas del arrepentimiento.....</i>	19
CAPÍTULO VI	23
LA HUMILDAD QUE ABRE EL CIELO	23
ORACIÓN FINAL	27
CAPÍTULO VII	28
<i>La Oración de Jesús</i>	28
ORACIÓN FINAL	32
CAPÍTULO VIII	33
LA LUCHA CONTRA LOS PENSAMIENTOS.....	33
ORACIÓN FINAL	38
CAPÍTULO IX	39
LA VIGILANCIA DEL CORAZÓN	39
ORACIÓN FINAL	43
CAPÍTULO X	44
LA MADRE DE DIOS Y LA ORACIÓN	44
ORACIÓN FINAL	48
CAPÍTULO XI	49
LA PERSEVERANCIA EN LA ORACIÓN	49
ORACIÓN FINAL	54
CAPÍTULO XII	55
CUANDO DIOS PARECE GUARDAR SILENCIO	55

CONCLUSIÓN	59
ORACIÓN FINAL	60
CAPÍTULO XIII	61
LA PAZ INTERIOR	61
CONCLUSIÓN	65
ORACIÓN FINAL	65
CAPÍTULO XIV	66
LA ORACIÓN EN LA FAMILIA	66
<i>Conclusión</i>	70
ORACIÓN FINAL	70
CAPÍTULO XV	71
LA ORACIÓN POR LOS DIFUNTOS	71
ORACIÓN FINAL	75
CAPÍTULO XVI	76
LA ORACIÓN Y EL PERDÓN	76
CONCLUSIÓN	80
ORACIÓN FINAL	80
CAPÍTULO XVII	81
LA ALEGRÍA ESPIRITUAL	81
CONCLUSIÓN	85
ORACIÓN FINAL	85
CAPÍTULO XVIII	86
LA ORACIÓN EN EL SUFRIMIENTO	86
CONCLUSIÓN	90
ORACIÓN FINAL	90
CAPÍTULO XIX	91
LA ACCIÓN DE GRACIAS	91
CONCLUSIÓN	95
ORACIÓN FINAL	96
CAPÍTULO XX	97
LA ORACIÓN DEL CORAZÓN	97
CONCLUSIÓN	102
ORACIÓN FINAL	103
CAPÍTULO XXI	104
EL SILENCIO QUE HABLA DE DIOS	104
CONCLUSIÓN	109
ORACIÓN FINAL	110
CAPÍTULO XXII	111

LA OBEDIENCIA Y LA CONFIANZA EN DIOS	111
EL DESCANSO DE QUIEN CONFÍA	116
CONCLUSIÓN	116
ORACIÓN FINAL	117
CAPÍTULO XXIII	118
LA ORACIÓN DURANTE LA NOCHE	118
CONCLUSIÓN	123
ORACIÓN FINAL	123
CAPÍTULO XXIV	124
LA HUMILDAD, FUNDAMENTO DE TODA ORACIÓN	124
CONCLUSIÓN	130
ORACIÓN FINAL	130
CAPÍTULO XXV	131
LA MADRE DE DIOS Y LA VIDA DE ORACIÓN	131
LA MADRE QUE INTERCEDE	136
CONCLUSIÓN	136
ORACIÓN FINAL	137
CAPÍTULO XXVI	138
LA VEJEZ Y LA PREPARACIÓN PARA LA ETERNIDAD	138
ORACIÓN FINAL	144
CAPÍTULO XXVII	145
CÓMO DISCERNIR LA VOLUNTAD DE DIOS	145
ORACIÓN FINAL	151
CAPÍTULO XXVIII	152
EL AMOR QUE SALVA AL MUNDO	152
CONCLUSIÓN	157
ORACIÓN FINAL	158
CAPÍTULO XXX	159
HASTA QUE NOS ENCONTREMOS EN EL REINO	159
ORACIÓN FINAL	163
ACERCA DEL AUTOR	167

Enseñanzas de un Starets

Acerca del autor



Su Excelencia 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 Monasterio 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.