

Teología Mística

La Oración del Corazón



La Transfiguración

- Hay una experiencia de Dios que uno puede obtener.
- El Dios así experimentado se reveló una vez para siempre en Jesús.
- El mismo Dios continúa dándose a conocer en y a través de la vida de la Iglesia.

El Misterio de Israel

- Según las Escrituras, Jacobo lucha con (el Ángel de) Dios y recibe un nuevo nombre como recompensa por sus luchas (Génesis 32:28-30).
- Israel, entonces, no es una tierra ni un pueblo, sino un ser único y un conjunto de individuos vinculados a la observancia común del pacto con el “Dios de Jacobo” dado y sellado en el monte Sinaí.
- El pacto del Sinaí es fundamental para Israel

- El pueblo está reunido al pie de la Montaña y se le advierte a través de Moisés que se preparen para el descenso de Dios “al tercer día”. (Éxodo 19)
- Moisés asciende a la “nube oscura” y recibe los mandamientos de Dios. (Éxodo 20)
- El pacto se sella con un sacrificio, la aspersion del pueblo con “la sangre del pacto” y con la comida de comunión con el “Dios de Israel” que tiene lugar en lo alto de la montaña e incluye a Moisés, Aarón y los ancianos elegidos. (Éxodo 24)

- Moisés asciende nuevamente a la nube y recibe instrucciones para la construcción del Tabernáculo. (Éxodo 25ss).
- Moisés desciende iluminado con la Gloria divina (Éxodo 34:29).
- La gloria llena el Tabernáculo recién construido. (Éxodo 40).
- «La Gloria de Dios será revelada y toda carne la verá.» (Isaías 40:5).
- Israel es el Cuerpo de Cristo (1 Corintios 12:12; Gálatas 4:26-29; Efesios 2:19).

- La adoración formal no es suficiente. «Sed hacedores de la palabra.» (Santiago 1:22)
- Se debe seguir el pacto: «Que la justicia fluya como agua y la integridad como un arroyo inagotable.» (Amós 5:21,24)
- La presencia de Dios en el culto comunitario, a la luz de los fracasos de su pueblo, no se presenta como comunión sino como juicio. (Amós 5:18-20)
- Con la destrucción del Templo, la presencia de Dios es pre-eminentemente la Escritura misma. (Eclesiastés 24)

- San Pablo nos dice que Moisés vio la “gloria de Cristo” (2 Corintios 3:13ss), esa misma gloria que descendió sobre el Sinaí, fue entronizada sobre el arca y ahora se revela en la persona de Jesús.
- En el monte Tabor Jesús se transfigura ante San Pedro, Santiago y San Juan. (Marcos 9:2-4) Su rostro se volvió “más brillante que el sol” (Mateo 17:2) y “vieron su gloria”. (Lucas 9:32)
- Cristo es el lugar de la presencia divina, el verdadero Templo.
- «Yo Soy.» (Juan 18:5; cf. Éxodo 3)
- Jesús es el pacto. (Isaías 63:9; 2 Corintios 1:19-20)

- En el Bautismo morimos con Él (Romanos 6,3-14), recibimos el Espíritu (Hechos 2:38-41). En la Eucaristía, la Jerusalén celestial y la corte celestial están presentes en la Iglesia reunida para la comida del Señor (1 Corintios 10,16-17).
- Jesús es la manifestación de la identidad única de Dios para el mundo entero (Juan 1:1-17); aquellos que invocan el nombre de Jesús y confiesan a Jesús como Señor están reconociendo que el Dios de Israel es el único Dios verdadero. (Joel 2:27; Romanos 10:9-13; 1 Corintios 8:6)
- YHWH es Jesucristo es Dios. Jesús es la manifestación de la identidad única de Dios ante el mundo. (Juan 1:1-17)
- Todas las teofanías del Antiguo Testamento son la aparición de Jesús.

- San Isaac de Nínive (+700 d.C.) escribió:
- «Una persona puede pasar todo el día orando y leyendo las Escrituras, dedicando sólo una pequeña parte a estar de pie recitando el Salterio...
- Otra persona puede estar ocupada todo el día únicamente en salmodia, sin ser consciente en absoluto de la oración.
- Otro más puede ocuparse día y noche simplemente en postraciones frecuentes... Y de vez en cuando, levantándose de allí por un momento en paz en su corazón, se dedicará por un momento a meditar en las Escrituras.
- Otra persona más puede ocupar el día leyendo las Escrituras...”

- No existe una regla común para todos. Sin embargo, alternar la oración con la lectura devota (recitación) de las Escrituras permite que las ideas extraídas de las Escrituras llenen la mente.
- Orad sin cesar. (Salmo 119:64; 1 Tesalonicenses 5:17)
- La oración de la mañana y de la tarde son los tiempos de los sacrificios del templo (Salmo 55:17)
- A las nueve de la mañana el Espíritu descendió sobre los Apóstoles; al mediodía Jesús fue crucificado; A las tres de la tarde, Jesús murió en la Cruz.
- Completa es la oración antes de acostarse (Salmos 77:6; 88:1; 92:1-2; 119:55)
- Se levanta a medianoche para orar (Salmo 119:62) como en el Jardín de Gestemane (Salmo 63:6)

- Recoge la mente y destierra los pensamientos exteriores. La lectura en oración debe realizarse en silencio y quietud.
- Las posturas exteriores reverenciales conducen al progreso interior, ya que nos entrenan en una actitud piadosa hacia Dios.
- Las manos extendidas promueven la concentración del pensamiento y un profundo sentimiento de compunción. (Salmo 134:1-2)
- Orad postrados ante la Cruz. El poder de Dios está presente en la Cruz, hecho en el Nombre de aquel Hombre en quien habita la Divinidad y que destruyó el poder del pecado y de la muerte.
- Las propias palabras son suficientes.

- Se fomenta la oración nocturna ya que no hay nada que pueda distraer a uno de la oración cuando el mundo duerme.
- El ayuno es una parte integral de la vida de oración (Mateo 17:21; 1 Corintios 7:5).
- Durante la oración, primero haga una postración. Luego haz la señal de la Cruz.
- Permanezca en silencio por un momento y luego ore en voz alta con sus propias palabras. Bendice a Dios y recuerda los pecados con lágrimas. (Salmo 6:7)

- Según San Juan (Climaco) del Sinaí (+649),
- «El comienzo de la oración consiste en desterrar los pensamientos que nos llegan, desde su misma aparición; el medio es cuando la mente permanece únicamente en las palabras pronunciadas vocalmente o mentalmente...
- Lucha constantemente con tu pensamiento y, cada vez que lo lleves de un lado a otro, recógelo.
- Dios no exige de los novicios una oración completamente libre de distracciones. No te deprimas cuando tu pensamiento esté distraído, sino mantén la calma y sin cesar restaura tu mente a sí misma.»

- Los novatos comiencen leyendo los Salmos y las Escrituras en voz alta como en esa practica se mantiene atento a las palabras.
- Une la respiración a la oración.
- La meditación en Dios incluye la memoria de toda la economía de Dios respecto de la humanidad, comenzando con la creación del hombre y terminando con la Crucifixión. Dios es amor. (1 Juan 4:8)
- Alejarnos de las personas no significa olvidarlas. Un corazón misericordioso tiene piedad de todas las criaturas. Acordaos de los que se han extraviado y de los que han partido de esta vida sin arrepentimiento y sin fe verdadera.

- La meditación en Dios se logra mediante el olvido total de este mundo, penetrando la “nube oscura” de la gloria de Dios.
- Cuando la mente está quieta no hay olvido ni pérdida de existencia personal, sino más bien una intensa comunión de una persona humana con Dios personal. Dios está a cargo.
- El silencio de la mente no sólo no permite pensar en nada vano o pecaminoso, sino que lo que es aparentemente provechoso, e incluso lo espiritual, está prohibido.

- «Señor, mi corazón no es orgulloso; ni mis ojos son altivos. No me ocupo de grandes asuntos, de cosas que para mí son sublimes. Más bien he aquietado mi alma...» (Salmo 131:1-2)
- En lugar de todo pensamiento, mira incesantemente a las profundidades del corazón y di:
- “Señor Jesucristo, Hijo de Dios, ten piedad de mí, pecador”.

- De un códice bizantino del Siglo X d.C., atribuido a Simeon, se lee
- «Al principio encontrarás oscuridad y una densidad impenetrable. Más tarde, cuando persistas y practiques esta tarea día y noche, encontrarás, como milagrosamente, una alegría incesante. Pues tan pronto como el intelecto alcanza el lugar del corazón, inmediatamente ve cosas de las que antes no sabía nada. Ve el espacio abierto dentro del corazón y se contempla a sí mismo enteramente luminoso y lleno de discriminación»
- La oración es una llamada a la vida.

- «Si un rey terrenal nos llamara y nos pidiera que sirviéramos en su presencia, no deberíamos demorarnos por otras órdenes, no deberíamos poner excusas, sino que deberíamos dejarlo todo e ir con entusiasmo a él. Estemos entonces alerta, no sea que cuando el Rey de reyes y Señor de señores y Dios de dioses nos llame a este oficio Celestial, por pereza y cobardía nos desistamos y nos encontremos sin excusa en el Juicio Final.»
- Juan (Climaco) del Sinaí (+649)

- Según San Basilio el Grande (+379 d.C.),
- «Sólo hay una salida a esto: la separación total de todo el mundo.
- Pero retirarse del mundo no significa alejarse físicamente de él. Más bien es la retirada por parte del alma de cualquier simpatía por el cuerpo.
- Uno renuncia a las posesiones, a los amigos, a la propiedad, al sustento, a las conexiones comerciales, a la vida social y a la erudición...
- El corazón se prepara para recibir la huella de la enseñanza sagrada, y esta preparación implica desaprender el conocimiento que se deriva de los malos hábitos.
- Para escribir en cera, primero hay que borrar las letras previamente escritas allí, y para llevar la enseñanza sagrada al alma hay que empezar por borrar las preocupaciones arraigadas en los hábitos ordinarios.»

- De San Agustino (+430 d.C.)
- «Imagínense un hombre en quien el tumulto de la carne enmudece, en quien las imágenes de la tierra, del agua, del aire y del cielo dejan de resonar. Su alma se tranquiliza y, al no reflexionar más sobre sí misma, se trasciende a sí misma. Los sueños y las visiones terminan. Así también lo hacen todas las palabras y todos los gestos, todo lo que de hecho surge para pasar... Todas estas cosas claman: "Es el Eterno quien nos hizo". Y después de haber dicho esto, piensa en cómo callar, volviéndose para escuchar a Aquel que los creó. E imagínelo hablando. Él mismo, y no a través de todas esas cosas. Hablando Él mismo.

- Para que pudiéramos escuchar su palabra, no en el lenguaje de la carne, no a través del habla de un ángel, no a través de una nube ruidosa o de una parábola misteriosa...Pero él mismo. Aquel a quien amamos en todo.
- Imaginemos que pudiéramos escucharlo sin ellos. Extendiendo la mano con un pensamiento acelerado llegamos a Él, a la Sabiduría Eterna que sobrevive a todo. E imagínese si se mantuviera disponible la vista de Él, mientras se le quitaran todas las vistas menores. Pensemos en este encuentro, captando, absorbiendo, atrayendo al testigo a las profundidades de la alegría. La vida eterna sería similar a este momento de comprensión.

- ¿De qué le sirve la existencia a la criatura si no puede conocer a su Hacedor? ¿Cómo podrían los hombres ser seres razonables si no tuvieran conocimiento de la Palabra y Razón del Padre por quien habían recibido su ser? No serían mejores que las bestias si no tuvieran más conocimiento que las cosas terrenales; ¿Y por qué Dios debería haberlos creado si no hubiera querido que lo conocieran? Pero, en realidad, el buen Dios les ha dado parte... a su imagen, es decir, a nuestro Señor Jesucristo, y también a ellos mismos se ha hecho a la misma imagen y semejanza. ¿Por qué? ...»

- Según San Atanasio (+373 d.C.)
- «Simplemente para que por su don de la semejanza de Dios en sí mismos puedan percibir la Imagen Absoluta, es decir, el Verbo mismo, y por Él aprehender al Padre; cuyo conocimiento de su Hacedor es para los hombres la única vida verdaderamente feliz y bendita.»
- La Oración de Jesús tiene sus raíces en las antiguas teologías del Nombre y la Gloria de Dios (que se originan en las Escrituras - el Antiguo Testamento) y se aplica a Cristo en el Nuevo Testamento (cf. Filipenses 2:6-11; Juan 17).
- La repetición del Nombre como medio de acceso a la Gloria divina se ve en la literatura apocalíptica judía y probablemente esté detrás de la exhortación de San Pablo a orar sin cesar (1 Tesalonicenses 5:17).

- «Convocó a los Doce y les dio poder y autoridad sobre todos los demonios y para curar enfermedades...» (Lucas 9:1)
- «Después de esto el Señor nombró otros setenta y dos...» (Lucas 10:1)
- «Los setenta y dos regresaron gozosos y dijeron: “Señor, hasta los demonios se sujetan a nosotros a causa de tu nombre». Jesús dijo: «He visto a Satanás caer como un rayo del cielo. He aquí, os he dado poder para hollar...toda la fuerza del enemigo y nada os dañará. Sin embargo, no os alegráis porque los espíritus se os sujetan, sino alegraos porque vuestros nombres están escritos en el cielo.» (Lucas 10:17-20)

- «En verdad, en verdad os digo... todo lo que pidáis en mi nombre, lo haré, para que el Padre sea glorificado en el Hijo. Si me piden algo en mi nombre, lo haré.» (Juan 14:13-14)
- «Amén, Amén, todo lo que pidáis al Padre en mi nombre, Él os lo dará.» (Juan 16:23)
- «Dios... le ha concedido el Nombre que está sobre todo nombre, para que al nombre de Jesús se doble toda rodilla en el cielo, en la tierra y debajo de la tierra...» (Filipenses 2:9-10)

- San Pedro curó a un mendigo en el templo. El Espíritu Santo, hablando a través de él, declaró:
- «Al autor de la vida vosotros matasteis, pero Dios le levantó de los muertos... Y por la fe en su nombre, a este hombre que vosotros veis y conocéis, su nombre lo ha fortalecido, y la fe que viene a través de ella le ha dado esta perfecta salud.» (Hechos 3:15-26)
- San Ignacio de Antioquía (+107 d.C.) mantuvo constantemente el nombre de Jesús en sus labios (porque tenía el nombre escrito en su corazón y confesaba a Aquel a quien siempre llevaba en su corazón).

La Guerra Invisible

- «“Maestro, vimos a alguien expulsando demonios en tu nombre y tratamos de impedirselo porque no sigue en nuestra compañía.” Jesús le dijo: “No se lo impidas, porque el que no está contra ti, está por ti”» (Lucas 9:49-50).
- Pero, «algunos exorcistas judíos itinerantes trataron de invocar el nombre del Señor Jesús sobre aquellos que tenían espíritus malignos, diciendo: “Os conjuro por el Jesús que Pablo predica”... El espíritu maligno les dijo en respuesta: “Reconozco a Jesús; Pablo, lo sé; pero ¿quién eres tú?”» (Hechos 19:13-16)

- Nuestra batalla es contra el Príncipe del Aire, el poder cósmico que gobierna el mundo. (Efesios 2:2; 6:12)
- De un manual monástico atribuido a un monje de Siria (Seudo-Macario, Siglo V d.C.),
- «A menos que el alma sufra la desvergüenza del pecado, no puede regocijarse abundantemente por la bondad de la justicia... Aquellos que desean renunciar a su vieja naturaleza no deben orar unas veces y otras no, sino dedicarse incesantemente a la oración con vigilancia mental, incluso cuando están fuera de los templos de oración.»

- De San Juan Crisóstomo (+407 d.C.),
- «El recuerdo del nombre de Jesús incita al enemigo a la batalla.
- Porque un alma que se esfuerza en orar la oración de Jesús puede encontrar con esta oración cualquier cosa, tanto buena como mala.
- Primero, puede ver el mal en lo más profundo de su propio corazón, y después, el bien...
- La oración puede exponer el pecado que vive en nosotros, y esta oración puede erradicarlo...
- pero requiere muchos años y mucho tiempo. Se necesita mucho tiempo y trabajo para expulsar al enemigo e instalar a Cristo.»
- Es necesario recibir enseñanza de un padre espiritual.

- «En mi nombre echarán fuera demonios.» (Marcos 16:17)
- Durante la práctica de la oración de Jesús, nos habla San Simeon el Nuevo Teólogo (+1022 d.C.)
- «Hay una batalla. Los espíritus malignos luchan con gran confusión y producen por medio de las pasiones tormenta y rebelión en el corazón; pero por el nombre de Jesucristo son consumidos y destruidos...
- Sin embargo, cuando son rechazados y se retiran del corazón, no abandonan la lucha, sino que perturban la mente desde fuera a través de los sentidos exteriores...

- Por esta razón la mente no comienza muy pronto a experimentar calma y tranquilidad dentro de sí misma; porque cuando los demonios no tienen poder para perturbar la mente en lo más profundo, la perturban desde fuera con fantasías.
- Y, por tanto, es imposible estar completamente libre de conflictos y no ser atacado por espíritus malignos.
- Eso pertenece sólo a los perfectos y a aquellos que están completamente desapegados de todo y cuya atención permanece constantemente en el corazón.»

- El libro del sacerdote Católico, Lorenzo Scupoli (falleció 1610), «El Combate Espiritual», revisado por el monje San Nicodemo el Atonita (+1809) y el Obispo San Teófano el Recluso (+1894), y publicado como «La Guerra Invisible», nota
- «La batalla principal y más decisiva nos espera en la hora de la muerte. Quien cae en ese momento no puede volver a levantarse. No te sorprendas por eso. Porque si el enemigo se atrevió a acercarse a nuestro Señor, que estaba sin pecado, al final de sus días en la tierra... (Juan 14:30), ¿qué le impedirá atacarnos a nosotros, pecadores como somos, al final de nuestra vida?... Si esto es así, es imposible no tenerlo presente y prepararse de antemano para afrontar esa hora y atravesarla con éxito.»

- «Cuando el enemigo maligno comience a sembrar pensamientos de incredulidad o, apareciendo en forma visible, te hable contra la fe, no entres en discusión con él, sino afirma dentro de ti la fe en lo que ataca, y dile con santo indignación: 'Fuera de mi vista, Satanás, padre de la mentira. Me niego a escucharte; Con toda mi alma creo y he creído siempre en lo que cree mi madre, la santa Iglesia. Y esto es suficiente para mí'.»

- «El temor ante el recuerdo de la multitud de nuestros pecados... no se puede evitar; pero es mitigada por la creencia en la redención de nuestros pecados por la muerte en la Cruz de Cristo nuestro Salvador...
- Mantén firme en tu corazón la fe en el poder redentor de la muerte de nuestro Señor en la Cruz.
- Si, al entrar por las puertas de la muerte, realmente experimentas ataques de desesperanza... date cuenta... de que son obras del enemigo, y no los resultados naturales del recuerdo de tus pecados. Este recuerdo trae humildad, contrición y dolor de corazón...»

- «Nunca... dejes que tu atención se detenga en ti mismo y en lo tuyo, dando paso a la satisfacción de ti mismo y de tus obras, aunque tu progreso en las virtudes fuera mayor que el de todos los santos. Que toda vuestra satisfacción esté en Dios, y depositad vuestra esperanza enteramente en su misericordia y en los sufrimientos de nuestro Señor y Salvador; menospreciarte ante tus ojos hasta tu último aliento...»
- «Refúgiate en la protección de la Divina Misericordia; sin embargo, no te permitas esperarlo como una recompensa por...luchas.»

- «Si nuestro malvado, astuto y tenaz enemigo, que nunca se cansa de tentarnos, intentara seducirte... mediante algunos fantasmas, visiones o transformación en ángel de luz, mantente firme en la conciencia de tu pobreza y absoluta nada...
- Y dile con un corazón valiente y valiente: “Vuelve, maldito, a tus tinieblas”. Soy indigno de visiones y revelaciones. Sólo necesito una cosa: la infinita compasión de mi Señor Jesucristo, y las oraciones e intercesiones de Nuestra Señora, la Madre de Dios, la Virgen María y de todos los santos...»
- Según San Serafin de Sarov (+1833 d.C.), el Rosario es la oración más importante para obtener la protección de Nuestra Señora que cualquier otra devoción en su honor. Al acercarnos a ella, podemos acercarnos a su Hijo, nuestro Salvador, Jesús, con quien ahora reina eternamente en el Cielo.

- Sentimientos humildes... «Para recibir y ver en el corazón la luz de Cristo, debemos alejarnos lo más posible de los objetos visibles.
- Habiendo purificado nuestra alma con la penitencia, las buenas obras y la fe en Aquel que fue crucificado por nosotros, debemos cerrar los ojos del cuerpo y sumergir la mente en el corazón, donde debemos clamar con la invocación del nombre de nuestro Señor Jesucristo.
- Entonces, según la medida de su celo y fervor de espíritu por el Amado, el hombre se deleita en el nombre pronunciado que despierta el deseo de buscar una iluminación superior.
- Cuando mediante este ejercicio la mente se detiene en el corazón, entonces amanece la luz de Cristo que santifica el templo del alma con su divino resplandor...»

- «A vosotros que teméis mi nombre, nacerá el Sol de Justicia.» (Malaquías 4:2) Esta luz es al mismo tiempo Vida, según la palabra del Evangelio: «En Él estaba la vida, y la vida era la luz de los hombres.» (Juan 1:14)
San Simeon el Nuevo Teólogo (+1022 d.C.)

- La luz «es un resplandor sustancial del poder del Espíritu Santo en el alma. A través de esta luz se revela todo conocimiento y Dios es verdaderamente conocido por el alma digna y amada.»
- Seudo-Macario (Siglo V d.C.)
- «Fue (la Eucaristía) la que primero me dio ver y, a través de su luz rectora, ser conducido en la luz a la visión de las demás cosas sagradas.»
- (Seudo)-Dionisio (Griego, Siglo VI d.C., una figura muy influyente en la Iglesia)
- «Vivamos en paz con todos.» (Romanos 12:8)

- «Señor, ¿quién podrá morar en tu tienda? ¿Quién podrá habitar en tu santo monte? El que camina sin culpa, haciendo lo correcto, hablando verdad de corazón, que no calumnia a su prójimo, que no hace daño a otro, que nunca difama a su amigo; que desdeña a los impíos, pero honra a los que temen al Señor; que mantiene un juramento a pesar del costo, no presta dinero a interés, no acepta soborno contra el inocente. Quien así actúa, jamás será conmovido.» (Salmo 15)



Kiriakión del Monasterio Esfigmenou
<http://www.macedonian-heritage.gr/Athos/>

- «No debo intentar controlar las acciones de Dios. No debo contar las etapas del viaje que Él quiere que haga. No debo desear una percepción clara de mi avance por el camino; ni sé exactamente dónde estoy en el camino de la santidad. Le pido que me haga santo; sin embargo, debo dejarle a Él la elección de los medios que conduzcan a ello.»
- Madre Teresa de Calcuta (falleció 1997 d.C.)