



EL HESICASMO

Por Norma Novoa

“Dios es el bien en sí, la misericordia misma, un abismo de bondad y, al mismo tiempo, él abraza ese abismo y excede todo nombre y todo concepto posible. No hay otro medio para obtener su misericordia que la unión.”

Gregorio Palamas

Los textos filocálicos más hermosos exponen el gran misterio de la vida contemplativa, que consiste en la penetración de la vida divina en la actividad humana, inundando al alma de una intimidad dulce y profunda con Dios. El hombre contemplativo vive con y en Dios, lo ve, lo escucha; el mundo ante sus ojos, adquiere un brillo divino.

Para arribar a esta vida contemplativa, algunos autores de la Filocalia, proponen el camino espiritual que corresponde a la hesiquía (hesychía), entendida como el “silencio interior” necesario para unirse a Dios en el propio corazón, donde el alma reposa en profunda comunión. La palabra hesiquía en grie-

go quiere decir estado de tranquilidad, de paz, de reposo. Quien la posee se encuentra equilibrado, y a la vez, calla, guarda silencio. El hesicasmo es una forma de vida contemplativa en la que se busca la comunión con Dios por medio de la soledad, en la hesychía, es decir, en la serenidad interna y externa, a través de la oración monológica que consiste en la repetición de una palabra o sentencia para enfrentar los malos pensamientos y de este modo, pacificar la mente. A través de su repetición se busca despertar el recuerdo constante de Dios Nuestro Señor.

¿Queréis aprender la verdad? Tomad como modelo el ejecutante de cítara. Inclina ligeramente la cabeza hacia un costado, dirige el oído al canto mientras su mano maneja el arco y las cuerdas se contestan armoniosamente. La cítara emite su música, y el citarista resulta transportado por la suavidad de la melodía. Laborioso obrero de la viña, que este ejemplo os decida, no vaciléis. Sed vigilantes (sobrios) como el citarista, quiero decir en el fondo del corazón, y poseeréis sin esfuerzo lo que buscáis. Pues el alma colmada por el amor divino ya no puede volver sobre sus pasos. Pues, dice el profeta David: ‘Mi alma está apegada a ti Señor...’ Mi bienamado, por la cítara entend el corazón. Las cuerdas son los sentidos, el citarista es la inteligencia que por medio de la razón no cesa de mover el arco, o sea, el recuerdo de Dios, que hace nacer en el alma una

indecible felicidad y hace reflejar en el intelecto purificado los rayos divinos.

Juan Clímaco, en la Escala del Paraíso, unió la hesiquía y el recuerdo de Dios:

“La hesiquía es la adoración perpetua en presencia de Dios: Que el recuerdo del Señor se una a tu respiración y pronto te darás cuenta de la utilidad de la hesiquía. La oración ideal es la que elimina los ratiocinios y se convierte en una sola palabra”.

Y también enseña:

“La obra de la hesychia es un desapego total de todas las cosas razonables o no... Un cabello basta para empañar la mirada; una simple preocupación es suficiente para destruir la hesychia, pues la soledad es despojamiento de todos los pensamientos y renuncia a todas las preocupaciones sean o no razonables. Aquel que posee verdaderamente la paz no se preocupa ya de su propio cuerpo... Aquel que quiere ofrendar a Dios un espíritu purificado y se deja turbar por las preocupaciones se parece al que, teniendo las piernas estrechamente ligadas, pretende correr...”

El hesicasmo como camino espiritual es esencialmente contemplativo y encuentra la perfección del hombre en la unión con Dios mediante la oración monológica, este camino no debe limitarse únicamente a la pronunciación del Nombre Divino, junto con la técnica respiratoria y la postura corporal,

debe centrarse completamente en una entrega amorosa al Espíritu que mora en nosotros.

Barsanufio y Juan de Gaza, en sus cartas espirituales, plantean una estrategia ascética para combatir los malos pensamientos, sosteniendo que el mejor medio de lucha es confiar plenamente en Aquél que nos da la victoria:

“Cuando durante la salmodia, la oración o la lectura, te viene un mal pensamiento, no le prestes atención sino más bien concéntrate más en la salmodia, la oración o la lectura. Si el mal pensamiento persiste esfuérzate en invocar el nombre del Señor y el Señor te auxiliará y suprimirá las astucias de los enemigos”

Hesiquio de Batos, en sus centurias *Sobre la sobriedad y la oración*, va delineando un método, no sólo de hacer oración, sino de disciplina espiritual. La meta es recobrar la belleza y justicia original del alma. La sobriedad y la atención se intercambian en el marco de una estrategia contra los malos pensamientos “*El recuerdo y la invocación ininterrumpidos de Nuestro Señor producen en nuestro interior un estado divino...*” escribe Hesiquio casi al final de su primera centuria revelando la inmensa importancia de la de la oración:

“Nuestra oración no puede limitarse a un hábito o a una convención: actitudes corporales, silencio, genuflexión (reverencia)... Debemos velar con sobria atención en nuestro espíri-

tu, aguardando el momento en que Dios se hará presente en nuestra alma, visitando todos sus senderos, todas sus puertas, todos sus sentidos. Cuando el espíritu está firmemente unido a Dios no es necesario callar, ni gritar, ni clamar.

Y concluye su centuria diciendo:

“Aquel que cada día se esfuerza, perseverando en la oración, es consumido por el deseo divino del amor espiritual; inflamado de la ardiente languidez por Dios, recibe la gracia espiritual de la perfección santificante”

La búsqueda de la paz, la huida del mundo, la soledad y el silencio, la sencillez del corazón, componen en un sentido amplio, el camino hesicasta. Esta hesiquía interna no constituye una finalidad por sí misma, su objetivo final es la unión contemplativa con Dios a través de la oración sentida, profunda. La hesiquía es la adoración perpetua en presencia de Dios.

Para Evagrio Póntico, es imposible el camino espiritual sin retirarse del mundo y sumergirse en la hesiquía, para él ésta es un “estilo de vida”, una ciencia, un arte, es la “Gracia de Dios” que constituye la cima de la perfección.

El hesicasmo es una forma de vivir la vida espiritual que hunde sus raíces en el recuerdo ininterrumpido de Dios, atrayendo hacia Él la mirada y el deseo ardiente del espíritu, tal como expresa Teolepto en su análisis de la oración:

“El espíritu que se vuelve hacia Dios suspende todos los conceptos y ve entonces a Dios sin imagen y sin forma; y en la incognoscibilidad suprema, en la gloria inaccesible, Él ilumina su mirada. No comprende -pues su objeto es incomprendible- y sin embargo conoce, en verdad, a Aquel que es, en esencia, el único que posee aquello que sobrepasa al ser. En la desbordante beatitud que brota de este conocimiento alimenta su amor y conoce así un reposo bienaventurado y sin límites. Tales son los caracteres del verdadero recuerdo de Dios.”

*Por la Prof. Norma Novoa
Miembro del Colegio de Profesores de la Fundación Hastinapura*
