

## FUENTES

### CONSEJOS ESPIRITUALES DEL STARETZ PARFENY<sup>26</sup>

El Staretz Parfeny (1790-1856) entró como novicio en 1819 en la famosa Laura de las Cavernas de Kiev (Rusia). Fue ordenado hieromonje en 1830 y en 1838 recibió el gran hábito. Desde entonces vivió como hesicasta, celebrando diariamente la Liturgia eucarística hasta que, a causa de sus enfermedades, ya no pudo hacerlo, y recibió cada día la Comunión.

Dejó los Consejos que se leen a continuación, de gran utilidad espiritual, en la línea de la mejor tradición hesicasta. En ellos se descubre un maestro, como los obispos Ignacio Brianchaninov y Teófilo de Vladimir y Tambov, o los staretz de Optino. Las duras exigencias que pone en sus enseñanzas han de comprenderse en esa línea espiritual, donde un desapego total es propuesto como ideal para el monje y también como una meta para el laico.

El Padre Parfeny nos dejó los siguientes consejos:

- La discreción es la virtud más eminente. Por medio de ella, el alma se defiende de las pasiones y pensamientos que la asaltan.
- La discreción está por encima de todo; la paciencia es lo más necesario; el silencio es lo mejor; mucha conversación lo peor de todo.
- La pérdida de la gracia es lo que más hay que temer. No hay peor estado que el del que ha perdido la gracia. Muy pocos son los que, habiéndola perdido, la recobraron y solo a costa de grandes luchas. Es necesaria una constante vigilancia para conservarla. Se nos concede gratuitamente sólo por el amor compasivo de Dios, pero para conservarla, debemos añadir nuestra propia diligencia.
- El enemigo combate contra nosotros sin descanso. Primero nos ataca por la izquierda, es decir, que nos tienta con nuestras pasiones y deseos; y cuando nada puede conseguir por este lado, ataca por la derecha, es decir, con nuestras buenas obras tiende sus trampas para hacernos caer.
- Cuanto más te acerques a Dios, más fuertemente te perseguirá tu enemigo. Por lo tanto si quieres trabajar para el Señor, prepara tu alma para la tentación.
- El enemigo siembra su cizaña en todas nuestras buenas obras.
- No se debe seguir enseguida el propio pensamiento, aunque parezca bueno. Antes hay que examinarlo.
- Para conseguir la paciencia en las tribulaciones y tentaciones, cree que todo lo que nos sucede es por la voluntad de Dios.
- Es muy peligroso seguir nuestros propios pensamientos y juicios en la tarea de la salvación. Nuestra mente es el ojo limitado de la carne, que sólo puede ver y discernir las cosas externas y materiales; pero debemos confiar en los altos caminos de Dios a través de nuestro padre y director, y en todo seguir su opinión.

---

<sup>26</sup> De *Orthodox Life*, vol. 25, N° 5, septiembre-octubre 1977. Tradujo: María Luisa Luna.

- Nuestros deseos e intenciones cambian continuamente y se dispersan como el polvo. Por eso debemos mortificar sin cesar nuestra voluntad y confiar en la de Nuestro guía.
- Guardaos de juzgar a los demás. Para no caer en esta tentación de la lengua, no miréis lo que otros hacen.
- El amor a los pobres y el propio despojamiento, preparan grandes tesoros para el alma.
- Un beneficio indescriptible nace de la soledad, pero la oración debe ser inseparable de ella.
- La soledad y la oración están por encima de todo lo bueno.
- El que ha alcanzado la oración no tiene tiempo para pensar en lo terrenal; las conversaciones, la vista de la gente y todo lo que lo distrae de Dios, se le vuelven pesados.
- Es enormemente difícil llegar a la verdadera oración. A causa de esta lucha, el alma llega con frecuencia hasta las puertas de la muerte. Pero al que le está permitido alcanzarla, es como un dolor que crece en el corazón y nada puede calmarlo.
- El amor de Dios sólo se enciende en el alma por medio de la oración incesante.
- La soledad exterior debe ir acompañada por la soledad interior. Solamente la absoluta separación de los hombres, en cuerpo y espíritu, puede garantizar la paz del alma.
- El enemigo trae desesperación a todo el que desea salvarse.
- El temor de Dios, que es más que el ayuno y todas las luchas ascéticas, mina el cuerpo. Para el que lo consigue, ya no hay más gozo ni sufrimiento sobre la tierra.
- Sin la ayuda de Dios el hombre no podrá, a pesar de todos sus esfuerzos, ordenar jamás su vida exterior ni el estado de su alma. Sin Dios, ni siquiera alcanzará el umbral.
- Nuestra voluntad humana es sólo para desear lo bueno y los medios para adquirirlo, pero Dios es el que perfecciona todo y hace todo bien. El mal viene de nosotros.
- Llevar una vida buena, hacer el bien, pensar bien: no son un sacrificio que se hace a Dios sino el deber del hombre para con Él.
- Para huir de la tristeza y mantener el espíritu de oración, evita cualquier conversación y visita, considera por sobre todo la soledad y contempla con frecuencia la muerte.
- La muerte es deseable para los que aman a Dios, pero temible para los que no están preparados.
- La preservación de la pureza física debe ir acompañada de la preservación de la pureza de pensamiento.
- La pureza de cuerpo y de pensamientos sólo se alcanza por medio de la oración incesante y la orientación de los pensamientos hacia Dios. La venida del Espíritu Santo consume y destruye todas las pasiones.
- La ira, la vanagloria y altivez y el juicio acerca del prójimo, alejan la gracia del Espíritu Santo.

- Los honores que proceden de los hombres deben ser odiosos para el alma que busca se salvación y conoce su propia debilidad.
- El exceso de alimento daña más al alma que al cuerpo y el exceso de sueño es el resultado del exceso en la comida.
- El menor apego, no sólo a una persona sino a alguna cosa, atrae la ira de Dios y prepara el camino a la corrupción.
- Para conseguir la perfecta pureza, no tengas apego a nada, ni siquiera espiritual, a las personas y a cosas; ama a todos con amor perfecto, como a tí mismo, pero sin ningún apego, esto es, sin desear la vista o la presencia de la persona amada, y no te complazcas en su pensamiento.
- El silencio es una gran virtud, pero el esclavo de la lengua no se corregirá en la tierra.
- El mucho hablar aleja la gracia y destruye el fervor del alma.
- El desprendimiento y la oración son esenciales para la salvación. La oración da origen al desprendimiento y éste a la oración.
- El que no ha llegado a cierto grado de perfección y comienza a instruir a otros, destruye hasta lo que ya había conseguido.
- Emplea muchos medios para conseguir la paz del alma, pero encontrarás que los únicos eficaces son la oración y la soledad.
- Tenemos conflictos con los demás, porque no queremos negarnos a nosotros mismos, de acuerdo con la palabra de Dios.
- La persona que ha sido tocada por la gracia, no puede sino poseer la serenidad, y no podrá sentir la ofensa de su prójimo.
- Uno debe permanecer en paz y serenidad cuando nuestro prójimo está enojado con nosotros. Que no te hieran las palabras ni te turben las amenazas, pues ellas no podrán afectarnos en nuestro futuro. Ocurrirá solamente lo que Dios disponga.
- “El Reino de los cielos sufre violencia y los violentos lo conquistan” (Mt 11,12). Esta fuerza no está limitada sólo por la abstinencia de las pasiones y del alimento, sino que se extiende a nuestros movimientos y acciones internas y externas. Haz lo opuesto al deseo de la carne: si quiere descansar, esfuérzate por lo contrario; si quiere recostarse mientras estás sentado, abstente de hacerlo, y así obrarás en todo.
- Es necesario esforzarse, aún en contra del propio deseo, para orar y hacer el bien.
- La perfecta pobreza por Cristo es un gran tesoro para el alma pero sólo puede conservarse con la esperanza firme e inmutable en la Providencia de Dios. Espera sin dudar, y el Señor no permitirá que mueras de hambre o que padezcas necesidad; pero duda un solo momento o busca el apoyo humano y confía en tí mismo, y la Providencia de Dios te abandonará. Pedro, mientras vivía en su cuerpo, pudo caminar sobre las aguas hasta que dudó.
- La ayuda de Dios se retira cuando aparece la ayuda humana. Cierta ermitaño era servido por ángeles, pero cuando los hombres empezaron a hacerlo, los ángeles desaparecieron.

- La Providencia de Dios sobre nosotros, no tiene límites. Invisiblemente nos guía. Nada ocurre sin que sea la voluntad de Dios, porque todo está ordenado con día y hora. Confía en Dios y Él proveerá. En cambio, si tú te cuidas a ti mismo, Él te ayudará, pero su Providencia activa se retirará de ti.
- Para recibir al Espíritu Santo es necesario humillar la carne. Abandónala y recibe el Espíritu Santo.
- El Espíritu Santo no habita en un cuerpo lleno de grasa, aunque sea virtuoso. Para ser templo de Dios, tanto el alma como el cuerpo, deben ser puros y santos.
- El Espíritu Santo habita en los corazones simples. La simplicidad interior debe reflejarse en nuestro exterior: simplicidad en todo, en el discurso, en la apariencia. No aparezcas recogido, no bajes la vista, no hables intencionadamente en voz demasiado baja. Aunque compongas tu apariencia exterior con buena intención, la gracia te abandonará.
- Toda alma bienaventurada es simple, justa, misericordiosa, amable, sin soberbia ni engaño, sin pretensiones, sin suspicacias, sobria y temerosa de Dios.
- Más que todas las virtudes la sinceridad y la simplicidad atraen sobre nosotros la gracia y la misericordia de Dios.
- Dios vuelve la espalda al que recuerda las ofensas. Con el que ora mientras alimenta rencor hacia su hermano, los demonios están presentes y no los ángeles, y su oración es pecadora.
- No hagas trampas en el negocio de tu salvación. No busques caminos especiales ni te envuelvas en luchas singulares sino a medida que se presenten las cosas, llegará la fuerza que te mandará el Señor. Esfuérzate por hacer el bien sin cesar y sin darte tregua.
- El mal se pega a nosotros como una enfermedad contagiosa. Si frecuentas al que le gusta charlar, al que chismorrea, al que ama el mundo, imperceptiblemente comenzarás a caer en las mismas faltas. Lo contrario es cierto: vuélvete con frecuencia a una persona espiritual y de oración, y esas virtudes penetrarán en ti.
- Las posesiones de una persona impura y pecadora están teñidas de sus pasiones. No las toques ni las uses.
- No se puede contar a nadie sus luchas y su modo de oración. Aunque no haya vanagloria, el don que has expuesto te será arrebatado.
- La pobreza y el desprendimiento son la posesión principal del monje.
- Un buen monje debe poseer un extremo desprendimiento, y debe buscar vivir aún sin las cosas esenciales.
- La verdadera oración es la que crece en el alma y se realiza por el espíritu. Para conseguirla, es necesario una gran lucha del cuerpo y el espíritu.
- Un monje debe servirse a sí mismo en todo y alimentarse del trabajo de sus manos.
- El monje debe vivir solo, y el que lo acompañe debe ser el Señor.
- Para un verdadero monje no existe nada ni nadie en la tierra. Su gozo y su delicia es la oración continua. Ama a todo el mundo, pero está solo entre ellos porque ellos lo separarían de Dios.

- Para un monje, el camino más seguro para la salvación es la soledad y la oración continua. Sin oración, no se puede tolerar la soledad. Sin oración no se puede estar unido a Dios y sin esta unión, la salvación es incierta.
- El atavío de un monje es su celda. El que la deja, nunca vuelve a ella igual que como se fue.
- La irrisión, los golpes e insultos son dones de Dios para el que lleva una vida monástica y son gracias que vienen de lo alto. Los santos se perfeccionan en el sufrimiento.
- Es bueno estar con Dios en todas partes, sin Él la soledad es extrema tanto en el Paraíso como en el infierno; pues hay un paraíso en la tierra, lo mismo que un infierno, pero invisible, así como Dios está en el cielo y en la tierra. Únicamente que aquí todo es invisible, pero allí todo es visible: Dios, el Paraíso y el infierno.
- Si Dios está con nosotros invisiblemente en la tierra es señal de que estará con nosotros en el cielo. Si no vemos a Dios en la tierra con nuestro corazón, no lo veremos en el cielo.
- Un monje despreocupado de su salvación es como si se burlase de Dios. Hubiera sido mejor que muriera en el seno de su madre ya que no se preocupa de su vocación.
- La lectura del Salterio calma las pasiones y la lectura del Evangelio destruye la cizaña de nuestros pecados, pues la palabra de Dios es fuego que consume. Una vez leí el Evangelio durante cuarenta días por la salvación de un bienhechor y soñé con un campo cubierto de cizaña. De repente cayó fuego del cielo, consumió la cizaña que cubría el campo y éste quedó limpio. Intrigado por esta visión, escuché una voz: la cizaña que cubría el campo son los pecados del que te benefició, el fuego que la consumió es la Palabra de Dios que leíste por él.