

# TRATADO PRÁCTICO

---

EVAGRIO PÓNTICO



## PRÓLOGO

1. Querido hermano Anatolio, recientemente me has escrito desde la Santa montaña para pedirme, a mí que resido en Escete, que te explique el simbolismo del hábito de los monjes egipcios, porque seguramente has pensado que no es por casualidad ni sin razón que es tan diferente de la vestimenta de los otros hombres. Pues bien, te haremos conocer todo lo que hemos aprendido de los Santos Padres sobre esta materia.

2. La capucha es el símbolo del amor de Dios nuestro Salvador, que protege la parte más importante del cuerpo y mantiene, a los que aún son como niños, protegidos en Cristo (cf. 1 Cor 3, 1) contra aquéllos que continuamente buscan golpear y lastimar (cf. 1 Cor 12,7). Así, los que la llevan sobre la cabeza cantan con hombría: Si el Señor no construye la casa y no custodia la ciudad en vano se esfuerzan el constructor y el centinela (Sal 126, 1). Estas palabras engendran la humildad y arrancan el orgullo, el mal original que precipitó sobre la tierra a Lucifer, el que se eleva al amanecer (Is 14,12).

3. La desnudez de las manos manifiesta que su género de vida está libre de toda hipocresía. La vanagloria, en efecto, es suficientemente poderosa como para cubrir y oscurecer las virtudes, persiguiendo siempre la gloria que viene de los hombres (cf. 1 Ts 2,6) y alejando la fe: ¿Cómo pueden creer ustedes, recibiendo gloria unos de otros, y no buscando la gloria que viene sólo de Dios? (Jn 5,44). Porque el bien debe ser escogido por sí mismo y no por otra causa; si esto no se cumple sucederá que lo que nos mueve hacia la realización del bien es mucho más importante que hacer el bien. Tal afirmación es totalmente absurda, puesto que sería creer y decir que alguna cosa es mejor que Dios.

4. El escapulario, que tiene forma de cruz y cubre los hombros de los monjes, es un símbolo de la fe en Cristo, que sostiene a los buenos y remueve los obstáculos de su vida monástica.

5. El cinturón que ciñe sus riñones aleja toda impureza y proclama: Es bueno para el hombre abstenerse de mujer (1 Co 7, 1).

6. Usan el manto (melota) porque llevan en sus cuerpos, en todo tiempo, la muerte de Jesús (2 Co 4,10); porque reprimen las pasiones irracionales del cuerpo y extirpan los vicios del alma por medio de su comunión con Dios; porque aman la pobreza y se apartan de la avaricia que es madre de la idolatría (cf. Col 3,5; 1 Co 10,14; Ef 5,5). .

7. El bastón es “un árbol de vida para todos aquellos que lo poseen, un firme sostén para los que se apoyan en él como en el Señor” (cf. 2 Re 4, 29).

8. El hábito del monje es un símbolo de todas estas realidades que hemos descrito. Cuando los *Padres* le confieren el hábito a los monjes jóvenes suelen decirles: “Hijos, el temor de Dios afianza la fe; aquel, a su vez, se afianza por medio de la continencia. La paciencia y la esperanza le confieren solidez a esta última, y de la paciencia y la esperanza nace el dominio de sí. El dominio de sí engendra la caridad; y la caridad es la puerta del conocimiento del universo creado, al que siguen la teología y, finalmente, la beatitud”.

9. Por el momento no decimos nada más sobre el santo hábito y sobre la enseñanza de los ancianos. Ahora vamos a exponer lo referente a la vida ascética y a la vida contemplativa; no vamos a tratar de todo lo que hemos visto y oído, sino solamente de aquello que hemos aprendido de los *Padres* para comunicárselos a otros. Hemos condensado y distribuido lo referente a la vida ascética en cien capítulos, y la enseñanza sobre la vida contemplativa en cincuenta y además en otros seiscientos capítulos. Ciertas cosas las hemos velado, otras las hemos obscurecido, para no “dar a los perros lo que es santo y no arrojar perlas a los cerdos” (Mt 7, 6). Pero todo resultará claro para quienes transitan por el mismo camino que los *Padres*.

#### Introducción

1. El cristianismo es la doctrina de Cristo, nuestro Salvador, que se compone de la vida ascética, de la contemplación del mundo físico, y de la contemplación de Dios.

2. El reino de los cielos es la impasibilidad del alma, acompañada del verdadero conocimiento de los seres creados.

3. El reino de Dios es el conocimiento de la Santa *Trinidad*, coextensivo con la capacidad de la inteligencia y superior a su incorruptibilidad.

4. Aquello que se ama necesariamente se busca y lo que se busca se lucha para obtenerlo. Ahora bien, si el deseo procede del placer, éste a su vez nace de la sensación, porque lo que no es objeto de la sensación también está exceptuado de la pasión.

5. Los demonios combaten contra los anacoretas abiertamente, pero contra los que se ejercitan en la virtud en los monasterios o en las fraternidades, los demonios utilizan a los hermanos más negligentes. Esta segunda guerra es menos áspera que la primera, porque no hay sobre la tierra hombres tan crueles y tan malvados como los demonios.

## Descripción de la guerra contra los demonios

### Sobre los ocho pensamientos

6. Ocho son en total los principales pensamientos que comprenden a todos los demás: el primero es el de la gula, luego viene el de la fornicación, el tercero es el de la avaricia, el cuarto el de la tristeza, el quinto el de la cólera, el sexto el de la acedia, el séptimo el de la vanagloria y el octavo el del orgullo. Que estos pensamientos inquieten o no el alma, no depende de nosotros, pero que se instalen o no, que susciten o no las pasiones, he ahí lo que depende de nosotros.

7. El pensamiento de la gula le sugiere al monje el inmediato abandono de su ascesis, le hace pensar en su estómago, su hígado, su bazo, la hidropesía, una larga enfermedad, la carencia de lo necesario y la falta de un médico. A menudo le hace recordar a ciertos hermanos que han padecido estos males. Llega hasta el punto de incitar a esos enfermos para que visiten a aquellos que viven en la abstinencia y les cuenten sus dolencias, pretendiendo haber llegado a ese estado por causa de la ascesis.

8. El demonio de la fornicación empuja a desear los cuerpos variados. Ataca violentamente a los que viven en la continencia para que la abandonen, persuadidos de que no ganan nada practicándola. Deshonrando el alma la inclina, hacia acciones vergonzosas, le hace decir ciertas palabras y oír las respuestas, y todo como si el objeto estuviera presente y visible.

9. La avaricia sugiere (al monje) una larga ancianidad, la incapacidad de las manos para el trabajo, el hambre que seguramente vendrá, las enfermedades que lo aquejarán, las amarguras de la pobreza y la vergüenza de tener que recibir de los otros lo necesario para vivir.

10. La tristeza algunas veces surge a causa de la frustración de los deseos, otras veces es una consecuencia de la cólera. Cuando surge a causa de la frustración de los deseos se presenta así: ciertos pensamientos conducen al alma a recordar el hogar, los parientes y la vida de otros tiempos. Cuando estos pensamientos ven que el alma, lejos de rechazarlos se pone a seguirlos y se alegra interiormente en tales placeres, entonces, se apoderan de ella y la sumergen en la tristeza, mostrándole que las cosas de otros tiempos ya no existen y no son posibles a causa del actual modo de vida. Y la pobre alma, cuanto más se había alegrado con los primeros pensamientos, tanto más es abatida y humillada por los segundos<sup>[1]</sup>.

11. La pasión más vehemente es la cólera. La definen, en efecto, como un arrebató de la parte irascible del alma y un movimiento contra aquel que nos ha perjudicado o nos parece que lo ha hecho. Exaspera el alma por todo el día, pero especialmente durante las oraciones, apoderándose del espíritu y representándole el rostro de aquel que la ha perturbado. En algunas ocasiones, cuando se prolonga y se transforma en resentimiento, provoca -por la noche- sensaciones tales como debilitamiento del cuerpo, palidez, asaltos de bestias venenosas. Estos cuatro signos, que siguen al resentimiento, se los puede encontrar acompañados de numerosos pensamientos.

12. El demonio de la acedia, también llamado «demonio del mediodía» (Sal 90, 6), es el más pesado de todos. Ataca al monje hacia la hora cuarta y acosa el alma hasta la hora octava. Al principio, hace que el sol parezca moverse lentamente, como si estuviera casi inmóvil, el día parece tener cincuenta horas. Después lo obliga a mantener los ojos fijos sobre las ventanas, a odiar su celda, a observar el sol para ver si falta mucho para la hora de nona y a mirar para aquí y para allí si alguno de los hermanos.. Le inspira aversión por el lugar donde habita, por su mismo modo de vida, por el trabajo manual y, al final, le sugiere la idea de que la caridad ha desaparecido entre los hermanos y que no hay ninguna

persona para consolarlo (cf. *Lm* 1,2; 9,16-17. 21). Si sucede que en esos días alguien lo ha perjudicado, el demonio se sirve de ese hecho para aumentar su odio. Este demonio lo impulsa entonces a desear otros lugares, donde podría encontrar todo lo que necesita y ejercer un oficio menos penoso que le reporte mejores beneficios. Llega hasta sugerirle que agradar al Señor no es asunto de lugares. A Dios se lo puede adorar en todas partes (cf. *Jn* 4,21-24). Añade a esto el recuerdo de sus parientes y de su vida anterior, le muestra qué larga es nuestra existencia, poniendo delante de sus ojos las fatigas de la ascesis. Usa todas sus armas para que el monje abandone su celda y huya del combate. Este demonio, una vez derrotado, no es seguido inmediatamente por ningún otro, un estado apacible y un gozo inefable (cf. *1 P* 1,8) le suceden en el alma después de la lucha.

13. El pensamiento de la vanagloria es muy sutil y se disimula fácilmente en los que practican la virtud, desean publicar sus luchas e intentan alcanzar la gloria que viene de los hombres (cf. *1 Ts* 2,6). Ella les hace imaginar demonios que dan alaridos, mujeres curadas, multitudes que desean tocar su manto (cf. *Mc* 5,27). También les predice que a partir de hoy serán sacerdotes, hace aparecer en la puerta gente que viene a buscarlos y que, si se resisten, los llevarán atados. Cuando la vanagloria los ha hecho exaltarse de esta forma con esperanzas vanas, desaparece y los abandona a las tentaciones del demonio del orgullo o de la tristeza, que introduce en ellos pensamientos contrarios a sus esperanzas. A veces la vanagloria entrega al demonio de la fornicación, al que un-momento antes- era todo un santo sacerdote a quien llevaban atado.

14. El demonio del orgullo es el que conduce el alma a la falta más grave. Le incita a negar el auxilio de Dios y a creer que ella misma es la causa de sus buenas acciones. Además, comienza a mirar con desprecio a los hermanos considerándolo como tontos porque no tienen la misma opinión que él. A este demonio le siguen la cólera, la tristeza y el último de todos los males: la turbación del espíritu (cf. *Dt* 28,28), la locura, la visión de una multitud de demonios en el aire.

#### Contra los ocho pensamientos

15. Cuando el espíritu vagabundea, la lectura, las vigiliass y la oración lo estabilizan. Cuando la concupiscencia está excitada, el hambre, la austeridad y la soledad la aplacan. Cuando el irascible está agitado, la salmodia, la paciencia y la misericordia lo calman. Estas prácticas deben realizarse en el momento y en la medida conveniente porque lo que se hace sin moderación e inoportunamente dura poco, y lo que dura poco es más perjudicial que útil.

16. Cuando nuestra alma desea alimentos variados, que reduzca su ración de agua, para que se sienta agradecida aún por un simple bocado de pan. Porque la saciedad desea alimentos de todas clases, mientras que el hambre considera el pan como un supremo gozo.

17. El uso moderado del agua contribuye mucho a la temperancia. Esto lo aprendieron muy bien los trescientos *Israelitas* que acompañando a *Gedeón* se apoderaron de *Madián*(cf. *Jc* 7,5-7)

19. El que huye de todos los placeres del mundo es una fortaleza inexpugnable contra los asaltos del demonio de la tristeza. La tristeza, en efecto, es la frustración de un placer sensible presente o esperado. Es imposible resistir a este enemigo si tenemos un amor desordenado hacia tal o cual de los bienes terrenos, porque entonces el demonio tiende sus redes precisamente allí donde ve que se dirige nuestra inclinación.

20. Si la cólera y el odio acrecientan la irascibilidad, la compasión y la bondad disminuyen aun aquella que existe.

21. “Que el sol no se ponga sobre nuestra irritación” (Ef 4,26), por temor de que los demonios, apareciendo por la noche, siembren el terror en el alma y dejen al espíritu acobardado para el combate del día siguiente. En efecto, las visiones aterradoras nacen de la turbación de la parte irascible, y nada empuja tanto al espíritu a desertar como la parte irascible cuando está turbada.

22. Cuando, habiendo conseguido un pretexto, la parte irascible de nuestra alma está profundamente turbada, en ese preciso momento los demonios nos sugieren las ventajas de la soledad, para impedirnos terminar con aquello que había provocado nuestra tristeza y así no dejarnos salir de nuestra turbación. Pero cuando la parte concupiscible está muy excitada, entonces, por el contrario, se esfuerzan por hacernos sociables, llamándonos duros y salvajes a fin de que, deseando los cuerpos, tengamos relaciones con ellos. No hay que obedecerlos sino, más bien, hacer lo contrario.

23. No te abandones al pensamiento de la cólera, combatiendo interiormente al que te ha perjudicado; ni al de la fornicación, imaginando continuamente el placer. Porque el primero oscurece el alma y el segundo invita a dejarse dominar por la pasión: en ambos casos tu espíritu es deshonrado. Y como en el momento de la oración recuerdas esas imágenes y no ofreces una oración pura a Dios (cf. Mt 5,24), en ese mismo instante te entregas al demonio de la acedia, que ataca precisamente en tales circunstancias y despedaza el alma del mismo modo que un perro a un cervatillo.

24. La naturaleza de la parte irascible la lleva a combatir los demonios para alcanzar el placer, cualquiera sea este. Por eso los ángeles nos sugieren el placer espiritual y la beatitud que le sigue, para exhortarnos a volver nuestra irascibilidad contra los demonios. Estos por su parte nos empujan hacia los placeres del mundo (cf. Tit 2, 12) y fuerzan a la parte irascible, actuando contra su naturaleza, a combatir contra los hombres, para que el espíritu sea oscurecido y, abandonando el conocimiento, se transforme en un traidor de la virtud.

25. Guárdate (cf. Deut 15) de ser tú la causa de que un hermano se vaya porque lo irritaron; no escaparás en toda tu vida al demonio de la tristeza, que te sería siempre un obstáculo en el tiempo de la oración.

26. Los regalos apaciguan el rencor (cf. Prov 21, 14), tal fue el caso de Jacob que por medio de regalos tranquilizó a Esaú que marchaba a su encuentro con cuatrocientos hombres (cf. Gén 32, 7). Pero nosotros que somos pobres, reemplacemos nuestra indigencia con la hospitalidad.

27. Cuando nos enfrentamos con el demonio de la acedia dividamos, con lágrimas, el alma en dos partes: una que consuela y otra que es consolada. Y, sembrando en nosotros buenos deseos, pronunciamos con el santo David estas palabras: “¿Por qué estás triste alma mía, por qué te me turbas? Espera en Dios que volverás a alabarlo, salud de mi rostro y Dios mío” (Ps 41, 6).

28. En el tiempo de las tentaciones es necesario no abandonar la celda, por más valederos que sean los pretextos que se nos ocurran. Por el contrario, hay que permanecer sentado en el interior de la celda, ser perseverante y recibir con coraje a los asaltantes, a todos, pero especialmente al demonio de la acedia que como es el más pesado de todos, prueba el alma en grado sumo. Porque huir de tales luchas y evitarlas torna inhábil, cobarde y traidor al espíritu.

29. He aquí lo que decía nuestro muy santo y experimentado maestro: “Es necesario que el monje esté siempre preparado, como si debiera morir mañana (cf. 1 Cor 15, 31) y, al mismo tiempo, use su cuerpo como si tuviera que vivir con él largos años. Esto-agregaba

nuestro maestro- aleja los pensamientos de la acedia y hace más diligente al monje; asimismo mantiene a salvo el cuerpo y conserva intacta la continencia.”

30. Es difícil escapar al pensamiento de la vanagloria porque lo que haces para librarte se te transforma en una nueva forma de vanagloria. No siempre son los demonios quienes se oponen a nuestros pensamientos buenos, sino que a veces los que se nos enfrentan son los vicios que tenemos.

31. Yo he observado que el demonio de la vanagloria es expulsado por casi todos los demonios, pero cuando caen los que la expulsan, entonces se aproxima abiertamente y expone ante los ojos del monje la grandeza de sus virtudes.

32. Aquel que ha alcanzado el conocimiento contemplativo y ha gustado el placer que procura, ya no se dejará engañar por el demonio de la vanagloria, aunque le proponga todos los placeres del mundo. En efecto, ¿qué podrá prometer que sea más grande que la contemplación espiritual? Pero mientras no hayamos gustado de ese conocimiento, ejercitémonos ardentemente en la vida ascética mostrándole a Dios que nuestro deseo es hacer todo lo posible para alcanzarlo a Él.

33. Recuerda tu vida de otros tiempos y tus antiguas faltas, cómo estabas sometido a las pasiones, tú que por la misericordia de Cristo has alcanzado el dominio de sí. Recuerda también cómo el mundo que has abandonado te había causado numerosas y frecuentes humillaciones. Reflexiona: ¿quién es el que te protege en el desierto, quién aleja los demonios que rechinan los dientes contra ti (cf. Job 16, 10; Ps 34, 16; Hech 7, 54)? Tales pensamientos engendran la humildad e impiden la entrada del demonio del orgullo.

#### Sobre las pasiones

34. Si encontramos en nosotros recuerdos turbados por la pasión, que provienen de antiguas experiencias, significa que hemos recibido algún objeto con pasión. Porque todos los objetos que en el presente recibamos con pasión dejarán recuerdos turbados por esa misma pasión. Por eso aquel que ha vencido a los demonios, que son los causantes de esta clase de pensamientos, no sólo ignora a los demonios que ha vencido, sino que también desprecia esta clase de pensamientos que producen en nosotros. Porque más peligroso que el enemigo material, es el inmaterial.

35. Las pasiones del alma son provocadas por los hombres, las del cuerpo por el cuerpo. Por eso las pasiones del cuerpo se vencen por medio de la continencia y las del alma por el amor espiritual.

36. Los que gobiernan las pasiones del alma se mantienen firmes hasta la muerte, mientras que los que gobiernan las del cuerpo se retiran más rápidamente. Por otra parte, mientras que los demás demonios, semejantes al sol que sale y se oculta, no atacan más que una parte del alma, el demonio del mediodía tiene la costumbre de envolver toda el alma y oprimir el espíritu. Por eso la vida anacorética resulta dulce luego de la extinción de las pasiones. Entonces no subsisten más que los recuerdos puros. Además el esfuerzo dispone al monje no hacia la lucha, sino hacia la contemplación de la misma lucha.

37. ¿Es la representación la que causa las pasiones, o las pasiones causan la representación? Esto exige reflexión. Algunos, en efecto, se inclinan por la primera opinión, otros por la segunda.

38. Las pasiones, en razón de su naturaleza, son causadas por las sensaciones. Sin embargo, si la caridad y la continencia estuvieran presentes en el alma, las pasiones no serían desencadenadas; pero al estar ausentes esas (virtudes) las pasiones son desencadenadas. Ahora bien, la parte irascible tiene necesidad de más remedios que la

concupiscible, por eso a la caridad se la llama “grande” (1 Cor 13, 13), porque es capaz de poner freno a la parte irascible. El gran santo Moisés cuando trata sobre las cosas de la naturaleza la denomina simbólicamente ofiomájen, la que combate contra las serpientes (Lev 11, 22).

39. El alma acostumbra a irritarse contra los pensamientos turbados por la pasión en razón del mal olor de los demonios, que se percibe cuando estos se acercan e importunan el alma con las pasiones que llevan dentro de sí mismos.

#### Instrucciones

40. No es posible conformarse en toda ocasión a la regla habitual, sino que hay que tomar en cuenta las diversas circunstancias y esforzarse por cumplir lo mejor posible las prescripciones realizables en esos momentos. Estas circunstancias, en efecto, no se les escapan a los demonios. Por eso se lanzan contra nosotros para apartarnos de lo que es posible hacer y obligarnos a realizar lo que resulta imposible para nosotros. De ese modo impiden que los enfermos den gracias por sus sufrimientos y soporten pacientemente a quienes los sirven; por el contrario, los exhortan a practicar la abstinencia, a pesar de la debilidad en que se hallan, y a salmodiar de pie, aunque no pueden permanecer parados.

41. Cuando estamos obligados a pasar algún tiempo en las ciudades o en los poblados, entonces es el momento propicio para practicar con intensidad la abstinencia. Durante esos días nos encontraremos con laicos y es necesario prevenir a nuestro espíritu para que esté atento y no se deje atrapar. Hay que estar preparados para que en esas circunstancias el espíritu no descuide su ascesis habitual, porque los demonios aprovecharán tal ocasión para apartarnos de nuestras prácticas monásticas.

42. Cuando seas tentado no ores en ese mismo momento, antes bien dirígale algunas palabras cargadas de cólera al que te aflige. Porque mientras tu alma esté perturbada por los pensamientos no podrá orar con pureza. Pero si primero les dices algunas palabras llenas de ira a tus adversarios los confundes y haces desaparecer los pensamientos que te sugerían. Tal es el efecto natural de la cólera, aún tratándose de pensamientos buenos.

43. Es necesario aprender a conocer los diferentes tipos de demonios y saber las circunstancias de sus apariciones. Conoceremos por medio de los pensamientos y los pensamientos los conoceremos por medio de los objetos cuáles de entre los demonios atacan raramente, cuáles son los más fastidiosos, cuáles son más asiduos, cuáles son los más astutos y cuáles son los que atacan por sorpresa y empujan al espíritu a blasfemar. Esto hay que saberlo pues en el momento en que los pensamientos comienzan a liberar sus propias fuerzas, y antes que seamos conducidos demasiado lejos de nuestro estado propio, es necesario que pronuncemos algunas palabras contra ellos, las más apropiadas para el demonio que se nos presenta. De esa manera progresaremos fácilmente, con la gracia de Dios. En cuanto a los demonios, los haremos retroceder, atemorizados y llenos de admiración por nuestra perspicacia.

44. Cuando en su lucha contra los monjes los demonios se sienten impotentes, entonces se retiran un poco, para observar qué virtud es descuidada durante ese tiempo y hacer súbita aparición precisamente por ese lugar. De esa manera destruyen a la pobre alma.

45. Los demonios malvados (cf. Mt 6, 13) hacen venir en su ayuda a los demonios que son más perversos (cf. Lc 11, 26) que ellos, y aunque se oponen los unos a los otros por sus disposiciones, se unen con un solo propósito: la destrucción del alma.

46. No nos dejemos turbar por el demonio que empuja a la inteligencia a blasfemar contra Dios y a imaginar cosas prohibidas, demasiado sórdidas para ser puestas por escrito. No permitamos que ese demonio destruya nuestro trabajo, porque el Señor es “Aquel que

conoce los corazones” (Hech 1, 24; cf. Hech, 15, 8) y sabe que ni aun cuando estábamos en el mundo hacíamos semejantes locuras. Este demonio tiene por meta apartarnos de la oración, alejarnos de la presencia del Señor Dios nuestro, e impedirnos levantar las manos para suplicar a Aquel contra el que hemos contado semejantes pensamientos.

47. Los movimientos del alma se manifiestan en una palabra o en un movimiento del cuerpo. A través de esos signos los enemigos perciben si tenemos sus mismos pensamientos y los alimentamos en nuestro interior, o si por el contrario los hemos abandonado para ocuparnos únicamente de nuestra salvación. Porque sólo Dios, que nos ha creado, conoce nuestros espíritus. Él no tiene necesidad de signos para conocer lo que está oculto en el corazón.

48. Contra los seglares los demonios luchan valiéndose preferentemente de las preocupaciones materiales (o de las cosas sensibles). En cambio, contra los monjes, a los que habitualmente les faltan tales preocupaciones en el desierto, esgrimen los pensamientos. Para ellos es más fácil pecar interiormente (de pensamiento) que con acciones, por eso la guerra interior (contra el pensamiento) es más difícil que la que se libra contra los objetos y las preocupaciones. En efecto, es fácil mover la voluntad, pero es difícil retenerla en la pendiente de las imaginaciones prohibidas.

49. No se nos ha mandado trabajar, velar y ayunar constantemente, mientras que sí tenemos obligación de “orar sin cesar” (1 Tes 5, 17). Porque aquellas cosas que curan la parte de nuestra alma turbada por las pasiones, tienen necesidad de nuestro cuerpo para ser realizadas, pero éste a causa de la debilidad que le es inherente no puede soportar tales fatigas. Por el contrario, la oración fortifica y purifica el espíritu para el combate, pues el espíritu está por naturaleza destinado a la oración -aún sin el cuerpo- y al combate, en favor de las otras facultades del alma.

50. Si un monje quiere tener un conocimiento de los demonios más crueles y familiarizarse con sus estrategias para adquirir experiencia en su arte monástico, debe observar sus propios pensamientos. También debe aprender a conocer la intensidad de sus pensamientos, sus períodos de declinación, sus subidas y sus caídas, su complejidad, su periodicidad, cuáles demonios hacen esto o aquello, cuál demonio sigue a tal otro, el orden de su sucesión y la naturaleza de sus asociaciones. Que se pregunte desde Cristo por las razones de estas cosas que ha observado. Porque los demonios no pueden soportar a los que practican la virtud activa con inteligencia, pues están deseosos de “arrojar a las tinieblas a los que tienen el corazón recto” (Ps 10, 2).

51. Observa atentamente y descubrirás que entre los demonios dos son más rápidos y superan en un instante el movimiento de nuestro pensamiento: el demonio de la fornicación y el que nos incita a blasfemar contra Dios. El segundo dura poco, y el primero, si los pensamientos que provoca no están cargados de pasión, no nos impedirá llegar a la contemplación de Dios.

52. Separar el cuerpo del alma es privilegio sólo de Aquel que los ha unido (cf. Mt 19, 6; Mc 10, 9), pero separar el alma del cuerpo corresponde a aquel que tiende hacia la virtud. Nuestros Padres, en efecto, definen la anacoresis como meditación de la muerte y huida del cuerpo.

53. Aquellos que se preocupan por alimentar demasiado bien su cuerpo y que cuidando de él excitan sus deseos (Rm 13, 14), que no acusen a su cuerpo sino a sí mismos. Porque los que se han servido correctamente del cuerpo han alcanzado la pureza del corazón y perciben -en cierta medida- la contemplación de los seres creados.

---



[1] En su obra *Sobre los ocho espíritus de maldad* (caps. 9-12; PG 79,1153-1157) la tristeza es colocada después de la cólera, pues se considera que ésta es un deseo de venganza, que al no ser satisfecho provoca la tristeza.

## II PARTE

### Sobre lo que ocurre durante el sueño

54. En las imaginaciones del sueño los demonios desatan una verdadera guerra contra la parte concupiscible. Para ello se valen de imágenes que representan reuniones de amigos, banquetes de parientes, coros de mujeres y otros espectáculos generadores de placer. Si recibimos esas imágenes con gusto quiere decir que estamos enfermos y que la pasión es fuerte. En otras ocasiones turban la parte irascible y nos fuerzan a seguir caminos peligrosos, hacen aparecer hombres armados bestias venenosas o carnívoras, nos hacen experimentar el terror ante tales apariciones y la ilusión de que somos perseguidos por esas bestias y esos hombres. Por eso vigilemos la parte irascible, para que invocando a Cristo durante nuestras vigilia nocturnas encontremos una ayuda en los remedios ya mencionados.

55. Si durante el sueño los movimientos naturales del cuerpo no están acompañados por imágenes, significa que el alma está, hasta cierto punto, en buena santidad. Pero si se forman imágenes quiere decir que existe una enfermedad. Si se trata de rostros indeterminados piensa que es signo de una antigua experiencia afectiva, pero si son determinados es porque la herida es reciente.

56. Las pruebas del dominio de sí las reconoceremos de día por los pensamientos de noche por los sueños. Al dominio de sí lo definimos como salud del alma. A su vez el alimento del alma es el conocimiento contemplativo que nos une con las potestades santas, porque la unión con los incorpóreos resulta de una disposición semejante.

### Sobre el estado próximo al dominio de sí

57. Hay dos estados apacibles del alma: uno proviene de las energías naturales, el otro es el fruto de la retirada de los demonios. El primero está acompañado por la humildad, la compunción, las lágrimas, un deseo del infinito Dios y un celo sin medida por el trabajo. En el segundo, la vanagloria acompañada por el orgullo aprovecha la desaparición de los otros demonios para arrastrar al monje a la perdición. Sin embargo, quien observe las características del primer estado reconocerá rápidamente las incursiones de los demonios.

58. El demonio de la vanagloria se opone al demonio de la fornicación, y no es posible que los dos asalten el alma al mismo tiempo, porque uno promete honores y el otro es agente del deshonor. Por eso, si alguno de los dos se te aproxima y te aprisiona, suscita en tu interior los pensamientos del demonio contrario. Entonces serás capaz de sacar -como se suele decir- un clavo con otro clavo y podrás darte cuenta de las fronteras del dominio de sí. Porque tu voluntad tiene el poder de destruir por medio de pensamientos humanos los pensamientos del demonio. Pero resistir con humildad al pensamiento de la vanagloria y con continencia al pensamiento de la fornicación es signo de un muy profundo dominio de sí. Trata de aplicar el primer método a todos los demonios que se oponen entre sí. Al mismo tiempo, aprende a conocer hacia qué pasión estás más inclinado. Mientras te sea posible intenta conseguir de Dios el don de alejar los pensamientos de la segunda forma.

59. Cuanto más progresa el alma, más fuertes son los adversarios que le hacen la guerra. Porque yo no creo que sean siempre los mismos demonios los que se mantengan cerca de ella. Esto lo saben mejor que nadie quienes sufren las tentaciones más crueles y

experimentan que el dominio de sí que poseen es el fruto alcanzado en el fragor de batallas sucesivas contra los demonios.

60. El dominio de sí perfecto se revela en el alma después de la victoria alcanzada sobre todos los demonios que se oponen a la vida ascética, Pero hay un dominio de sí imperfecto que está en relación con la fuerza del demonio que aún lucha contra el alma.

61. El espíritu no podrá avanzar ni realizar la feliz travesía que lo conduce a la región de los seres incorpóreos si antes no se ha purificado. Esto sucede porque la ansiedad causada en su interior lo obliga a retornar hacia las mismas cosas que había dejado atrás.

62. Las virtudes al igual que los vicios ciegan la inteligencia. Las primeras porque le impiden ver los vicios, los segundos porque le impiden ver las virtudes.

Ha de entenderse en su sentido más fuerte, es decir: aquel que accede al conocimiento que poseen los ángeles pasa de la condición humana a la angélica (SC 171, p. 632-633).

“Llegar a la región de los seres incorpóreos”, equivale a decir “a la contemplación espiritual” (SC 171, p. 642).

Cuando la inteligencia está sometida a los vicios no ve las virtudes y cuando ha alcanzado las virtudes está progresando en el dominio de sí, no ve los vicios y deviene insensible a todo lo que proviene del terreno de las pasiones (SC 171, p. 644).

#### Sobre los signos del dominio de sí

63. Cuando el espíritu comienza a orar sin distracción, entonces toda la lucha se entabla tanto de noche como de día en torno a la parte frascible del alma.

64. Es una prueba del dominio de sí, que el espíritu comience a ver su propia luz, que permanezca tranquilo ante las visiones nocturnas y que permanezca sereno frente a las preocupaciones de la vida.

65. El espíritu que está sano es aquel que en el tiempo de la oración no piensa en ninguna de las cosas de este mundo.

66. El espíritu que con la ayuda de Dios ha llevado a buen término la vida ascética y está cerca del conocimiento contemplativo no siente más o al menos en muy escasa medida la parte irracional del alma. En efecto, este conocimiento eleva a las alturas el espíritu y lo aparta de las cosas sensibles.

67. El alma que posee el dominio de sí es aquella que no sólo no se turba frente a los acontecimientos, sino que también permanece inmovible frente a los recuerdos.

68. El perfecto no trabaja para permanecer en incontinencia, como tampoco trabaja para ser paciente el que ha alcanzado el dominio de sí, porque la paciencia es la virtud de aquel que aún está sometido a las pasiones, y la continencia es preocupación de quien todavía experimenta impulsos perturbadores.

69. Es una gran cosa rezar sin distracciones, pero es una cosa más grande aún salmodiar sin distracción.

70. Aquel hombre que ha establecido en sí mismo las virtudes y está totalmente identificado con ellas no se acuerda más de la ley, ni de los mandamientos, ni del castigo, sino que hace y dice todo lo que le dicta el excelente estado en el que se encuentra.

## Consideraciones prácticas

71. *Los cantos de los demonios incitan nuestro deseo y sumergen el alma en imaginaciones vergonzosas. Pero “los salmos, los himnos y los cánticos espirituales (Ef 5, 19) invitan al espíritu a recordar constantemente la virtud, aplacando nuestra ardiente cólera y apagando nuestros malos deseos.*

72. *Es un hecho el que los luchadores golpeen y sean golpeados en el combate. Ahora bien, si los demonios luchan contra nosotros, algunas veces ellos nos golpean a nosotros, y otras veces nosotros los golpearemos a ellos. “Yo los derribaré, he escrito, y no podrán levantarse” (Ps 17, 39). Y también: “Aquellos que me empujan y son mis enemigos, ved que a su vez han cedido y han caído” (Ps 26, 2).*

73. *El reposo está unido a la sabiduría y el trabajo a la prudencia. Porque no es posible adquirir la sabiduría sin combatir y no se puede llevar a buen término el combate sin la prudencia. A la prudencia se le ha confiado la misión de combatir contra la furia de los demonios, forzando las potencias del alma a obrar según naturaleza y preparar así el camino para la sabiduría.*

74. *La tentación es lo característico del monje, que suele ser tentado por pensamientos que oscurecen su inteligencia, y que nacen en la parte del alma en la que tiene su sede la pasión.*

75. *El pecado del monje es el consentimiento dado al placer prohibido que propone el pensamiento.*

76. *Los ángeles se alegran cuando el mal disminuye, los demonios cuando disminuye la virtud. Los primeros, en efecto, están al servicio de la misericordia y la caridad. Los demonios, en cambio, están al servicio de la cólera y el odio. Los primeros cuando se nos acercan nos colman con la contemplación espiritual. Mientras que los demonios al acercarse nos inspiran pensamientos vergonzosos.*

77. *Las virtudes no ponen fin a los asaltos de los demonios, pero nos mantienen indemnes.*

78. *La vida ascética es el método espiritual que purifica la parte del alma en que residen las pasiones.*

79. *La acción de los mandamientos no es suficiente para curar perfectamente las potencias del alma, debe ser completada con una actividad contemplativa apropiada para esas facultades del alma y que sea capaz de penetrar en el espíritu.*

80. *No es posible oponerse a todos los pensamientos que nos inspiran los ángeles, pero sí es posible resistir a todos los pensamientos que nos sugieren los demonios. Los primeros pensamientos son seguidos de un estado apacible, los segundos de un estado de turbulencia de nuestra inteligencia.*

81. *La caridad es hija del dominio de sí, el dominio de sí es la flor de la ascesis; la ascesis se apoya en la observancia de los mandamientos. El guardián de estos mandamientos es el temor de Dios, que es el resultado de la fe recta, y la fe es un bien interior que existe naturalmente aun en aquellos que no creen en Dios.*

82. *Del mismo modo que el alma cuando actúa a través del cuerpo puede percibir qué miembros están enfermos, el espíritu al ejercer su actividad propia aprende a conocer sus potencias y puede descubrir los impedimentos que obstaculizan su libertad.*

83. Mientras el espíritu está en guerra contra las pasiones no puede contemplar las razones profundas de la guerra, porque se asemeja al que combate en la obscuridad de la noche; pero cuando haya adquirido el dominio de sí reconocerá fácilmente las maniobras de los demonios (cf. Ef 6, 11).

El fin de la vida ascética es la caridad, el del conocimiento contemplativo, la teología. El principio de la primera es la fe, el de éste es la contemplación de la naturaleza. Los demonios que atacan la parte del alma en que residen las pasiones habitualmente se dice que se oponen a la vida ascética; mientras que a los que acosan la parte racional del alma se los llama enemigos de toda verdad y adversarios de la contemplación.

85. Los medios con los que se purifica el cuerpo no permanecen en el cuerpo del paciente una vez concluida la purificación. En cambio las virtudes purifican el alma y permanecen en el hombre que ha sido purificado.

86. El alma razonable obra según la naturaleza cuando su parte concupiscible tiende hacia la virtud, su parte irascible lucha por obtenerla y su parte racional se aplica a la contemplación de los seres creados.

87. Las cosas, según como se las use, son buenas o malas, y producen vicios si se las usa mal y virtudes si se las utiliza bien. Y la prudencia es la virtud que emplea estas cosas para lo uno o lo otro.

88. Es un hecho que el alma razonable es tripartita, según la enseñanza de nuestro sabio maestro. Por eso cuando la virtud se encuentra en la parte racional del alma se la llama prudencia, entendimiento y sabiduría. Cuando está en la parte concupiscible se la llama temperancia, caridad y continencia. Cuando está en la parte irascible se la llama coraje y perseverancia. Y cuando está en toda el alma, justicia. El papel de la prudencia es dirigir los combates contra las potencias enemigas, protegiendo las virtudes, organizando defensas contra los vicios y determinando lo que, en ciertas circunstancias, puede ser neutro. La función del entendimiento es organizar armoniosamente todo aquello que contribuye a alcanzar nuestra meta. El papel de la sabiduría es dirigir la contemplación de los seres corporales e incorpóreos. El de la temperancia es observar, libre de toda pasión, los objetos que en nosotros provocan imágenes contrarias a la razón. El de la caridad es comportarse frente a toda imagen de Dios del mismo modo que frente al Modelo, aun cuando los demonios intenten deshonrar esa imagen. El de la abstinencia es desechar con alegría todos los placeres del paladar. No temer a los enemigos y mantenerse valientemente firme frente a los peligros es tarea de la perseverancia y del coraje.

89. En cuanto a la justicia, su función es crear una suerte de armonización entre las diversas partes del alma.

90. El fruto de las siembras son las gavillas, el de las virtudes, el conocimiento. Y así como los trabajos de la siembra se realizan entre lágrimas, los de la cosecha se llevan a cabo en la alegría (cf. Ps 125 5-6).

#### Dichos de santos monjes

91. Es necesario examinar cuidadosamente los caminos (cf. Jer 6, 16) de los monjes que en los primeros tiempos han transitado por las sendas del bien, perseguir nosotros también sus pasos. Podemos encontrar muchos dichos y hechos excelentes dejados en herencia por los santos Padres. Entre otros se encuentra éste que ha pronunciado uno de ellos: "Un régimen frugal y regular unido a la caridad conduce al monje rápidamente al puerto del dominio de sí". Este mismo monje libró a un hermano de las visiones que lo atormentaban por la noche, ordenándole unir al ayuno el servicio de los enfermos. "Porque no hay nada- decía él- como la misericordia para extinguir las aflicciones de este tipo".

92. Uno de los sabios de aquel tiempo fue a ver al justo Antonio y le preguntó: “¿Cómo puedes vivir ¡oh padre! privado del consuelo de los libros?”. Antonio respondió: “Mi libro ¡oh filósofo! es la naturaleza, siempre a mi alcance cuando quiero leer las palabras de Dios”.

*La ignorancia que se opone a la contemplación de los seres creados tiene término, pero por el contrario la contemplación de Dios es ilimitada y, en consecuencia, a ella se opone la ignorancia sin límites (SC 171, p. 678).*

93. El “vaso de elección” (Hech 9, 15) que era el anciano egipcio Macario me preguntó: “¿Por qué al recordar las injurias de los hombres contra nosotros destruimos la facultad de recordar la propia de nuestra alma, mientras que al recordar esas injurias de parte de los demonios permanecemos indemnes?”. Como me encontraba en apuros para responderle preferí preguntarle cuál era la razón: “Es, dijo, porque en el primer caso se obra contra la naturaleza de la parte irascible, mientras que en el segundo se actúa en conformidad con su naturaleza”.

94. Fui a visitar, en pleno mediodía, al santo Padre Macario y, consumido por la sed, le pedí un poco de agua para beber. “Confórmate con la sombra, me dijo él, porque hay muchos que en este mismo momento hacen un viaje por tierra o por mar y no tienen ni eso”. Después como yo discurría con él sobre la temperancia me dijo: “Coraje, hijo mío; durante veinte años enteros no he tomado a mi gusto ni pan, ni agua, ni sueño. Pesaba el pan que comía, medía el agua que bebía y dormitaba un poco apoyándome contra una pared”.

95. Se le comunicó a un monje la muerte de su padre; se dio vuelta para mirar al que le había traído la noticia y le dijo: “Cesa ya de blasfemar, mi Padre es inmortal”. Un hermano le preguntó a uno de los ancianos si le estaba permitido comer con su madre y sus hermanas cuando las fuera a visitar. El anciano le respondió: “No comerás con una mujer”.

97. Un hermano poseía solamente su evangelio. Lo vendió y entregó su precio para alimentar a los hambrientos pronunciando esta sentencia memorable: “He vendido el mismo libro que me ordenaba: ‘Vende lo que posees y dalo a los pobres’” (Mt 19, 21).

99. Otro de los monjes ha dicho: “Para cercenar los placeres tengo esta razón: quitarle todo pretexto de crecimiento a la parte irascible. Sé, en efecto, que ésta siempre combate para alcanzar los placeres, turba mi inteligencia y me conduce lejos del conocimiento contemplativo”. Uno de los ancianos decía que la caridad no sabe almacenar reservas de alimentos ni de dinero. El mismo también afirmaba: “No tengo conciencia de haber sido engañado por los demonios dos veces en la misma materia”.

100. No es posible amar igualmente a todos los hermanos, pero es posible obrar sin pasión en nuestras relaciones con todos, esto es: actuar exentos de resentimientos y odio. A los sacerdotes es necesario amarlos por el Señor, porque ellos nos purifican por medio de los santos misterios y rezan por nosotros. En cuanto a los ancianos, hay que honrarlos como a los ángeles. Son ellos, en efecto, quienes nos ungen para los combates y nos curan las heridas que nos causan los animales salvajes.

“Esta expresión sólo puede convenir a un monje que a más de ser un asceta eminente se distinga por su ciencia espiritual. Es posible que se trate de Dídimo el Ciego, que moraba en una isla próxima a Alejandría y que murió en el año 398. Sabemos que Evagrio iba en ciertas ocasiones a Alejandría, y no sería desatinado suponer que haya mantenido relaciones personales con Dídimo, con el que tenía muchas ideas en común (SC 171, p. 707-708).

## EPÍLOGO

Por el momento, querido hermano Anatolio, esto es todo lo que tenía que decirte sobre la vida ascética. Es todo lo que, en virtud de la gracia del Espíritu Santo, hemos podido recoger entre las cepas de nuestros racimos que van madurando (cf. Is 5, 1-6). Pero cuando brille el “Sol de Justicia” (Mal 3, 20) sobre nosotros, en su cenit, y los racimos estén maduros, entonces beberemos el vino que “alegra el corazón del hombre” (Ps 103, 15). Y ello será posible gracias a las oraciones e intercesiones del justo Gregorio que me ha plantado, y de los santos Padres que me han regado, por el poder de Cristo Jesús nuestro Señor que me ha dado el crecimiento (cf. 1 Cor 3, 6-7), a quien sea la gloria y el poder por los siglos de los siglos. Amén.

---

Para Evagrio, como para Clemente de Alejandría, la fe consiste fundamentalmente en creer que Dios es. Si se cree que Dios existe se lo teme, si se lo teme se observan sus mandamientos, que es lo que hace quien practica la vida ascética que conduce al dominio de sí, fuente de la caridad (SC 171, p. 671).

Para Evagrio, al igual que para muchos de los Padres griegos, la virtud es la actividad conforme a la naturaleza. Por tanto, aquel que progresa en la vida ascética disminuye la fuerza de la pasión; el que progresa en la contemplación disminuye su ignorancia. Algún día las pasiones serán destruidas por completo.