

# Relatos de un peregrino ruso

Introducción y notas de Sebastià Janeras  
Traducción del ruso de Victòria Izquierdo



**Alianza** editorial

El libro de bolsillo

Título original: *Otkrovennye rasskazy strannika  
dukhovnomu svoemu otëtisu*

Primera edición: 2010  
Sexta reimpresión: 2023

Diseño de colección: Estrada Design  
Diseño de cubierta: Manuel Estrada

Ilustración: *A la puerta del estudio*, de Nicanor Piñole. Museo Nicanor Piñole, Gijón

Reservados todos los derechos. El contenido de esta obra está protegido por la Ley, que establece penas de prisión y/o multas, además de las correspondientes indemnizaciones por daños y perjuicios, para quienes reprodujeren, plagiaren, distribuyeren o comunicaren públicamente, en todo o en parte, una obra literaria, artística o científica, o su transformación, interpretación o ejecución artística fijada en cualquier tipo de soporte o comunicada a través de cualquier medio, sin la preceptiva autorización.

- © de la introducción y notas: Sebastià Janeras i Vilaró, 2010
- © de la traducción: Victòria Izquierdo Brichs, 2010
- © Alianza Editorial, S. A., Madrid, 2010, 2023  
Calle Valentín Beato, 21  
28037 Madrid  
[www.alianzaeditorial.es](http://www.alianzaeditorial.es)



ISBN: 978-84-206-6416-3  
Depósito legal: M. 35.351-2010  
Printed in Spain

Si quiere recibir información periódica sobre las novedades de Alianza Editorial, envíe un correo electrónico a la dirección: [alianzaeditorial@anaya.es](mailto:alianzaeditorial@anaya.es)

# Índice

|     |                              |
|-----|------------------------------|
| 9   | Introducción                 |
|     | Relatos de un peregrino ruso |
|     | Primera parte                |
| 29  | Primer relato                |
| 47  | Segundo relato               |
| 93  | Tercer relato                |
| 99  | Cuarto relato                |
|     | Segunda parte                |
| 145 | Primera entrevista           |
| 197 | Segunda entrevista           |
| 237 | Tercera entrevista           |
| 255 | Notas                        |



# Introducción

Presentar los *Relatos de un peregrino ruso* es hablar de un texto muy difundido y conocido ya en Occidente. Un libro que sin embargo no deja de atraer, que se lee con fruición y con provecho espiritual, y que incluso para un no creyente puede resultar cautivador. Un libro contemporáneo de los grandes literatos rusos del siglo XIX.

Su autor nos es desconocido. Ciertamente no es él quien escribe esos relatos, sino que los narra de viva voz, especialmente a un *stárets*<sup>1</sup> en Irkutsk. Los últimos estudios críticos nos descubren algunas fuentes y algunos autores que habrían intervenido en las redacciones conocidas, pero queda siempre en el anonimato el sujeto de esos relatos, el peregrino que recorre las vastas tierras rusas en busca de alguien que le enseñe cómo llegar a la oración incesante.

Si no conocemos su nombre, sí, por lo menos, podemos saber las fechas en que esto ocurría. Por un lado,

una redacción, la de Óptina, fecha los cuatro primeros relatos en 1859. En el texto hay también un detalle que permite obtener una fecha; en efecto, en el cuarto relato se habla del 4 de abril, que era el lunes de Pascua. Y eso, según el calendario juliano vigente en Rusia, se dio en el año 1860. Son éstas, pues, las fechas en que podemos situar el vagar de nuestro peregrino.

Los *Relatos* conocieron muy pronto una muy notable difusión. Prueba de ello son los diversos manuscritos y las diversas ediciones que se hicieron. En Occidente fueron conocidos ya en pleno siglo XX, y se han difundido a través de traducciones a las diversas lenguas, hasta convertirse en un libro de espiritualidad muy apreciado.

El conjunto de los *Relatos* (un total de siete) consta de dos partes independientes. La primera comprende los cuatro primeros relatos, y la segunda, los tres restantes, los cuales fueron descubiertos en 1911 entre los papeles del *stárets* Ambrosio, de Óptina Pustyn, y fueron incorporados más tarde a los cuatro primeros en las ediciones del original ruso. Ello explica que existan traducciones sin estos últimos relatos; algunas todavía hoy son reeditadas sin estos capítulos.

En cuanto a los cuatro primeros relatos, se conocen diversas redacciones manuscritas e impresas. La redacción más antigua parece ser la del monasterio de Óptina, del año 1859, que lleva por título *Relato de un peregrino en busca de la oración*. Entre las otras redacciones destaca la del monte Athos. Entre las ediciones impresas, la primera es la de 1881, publicada en Kazán por el higúmeno (abad) Paisy Fiódorov, del monasterio de San Miguel Arcángel, con el título *Relato sincero de un peregrino a su*

*padre espiritual*. Tres años más tarde, en 1884, aparecía, editada por el mismo monasterio, una nueva edición con el título que se impondría en adelante: *Relatos sinceros de un peregrino a su padre espiritual*, edición revisada por Teófanos el Recluso (1815-1894).

Los tres últimos relatos fueron publicados en 1911 por el monasterio de la Santísima Trinidad y San Sergio de Zagorsk (actual Serguiev Posad), siguiendo el manuscrito encontrado, como queda dicho, entre los papeles del *stárets* Ambrosio, de Óptina Pustyn. Publicados nuevamente en 1933, en forma de fascículos, fueron añadidos a los cuatro primeros en las ediciones rusas de YMCA Press de París en 1948 y 1973. En 1992 apareció en París una edición crítica a cargo de Aleksey Pentkovsky, que ha sido traducida al italiano, con un estudio previo del mismo autor sobre la historia del texto<sup>2</sup>.

## El peregrino ruso

El peregrino anónimo nació en un pueblo de la gobernación de Oriol, al suroeste de Moscú. Lo dice él mismo al inicio del tercer relato, antes de marcharse de Irkutsk: a la muerte de sus padres, quedaron solos él, con apenas tres años, y su hermano, con diez. Su abuelo se encargó de su cuidado. Iban a la iglesia los domingos y leían la Biblia, el mismo ejemplar que en el momento del relato lleva consigo. Cuando tenía siete años, una caída provocada por su hermano hizo que el brazo izquierdo le quedara paralizado. Él aprendió a leer y escribir, mientras su hermano se dio a la bebida. A instancias de su abuelo, te-

nía dieciocho años cuando se casó con una joven de veinte. El abuelo, al morir, le dejó la propiedad que poseía. Un día su hermano le robó el dinero y prendió fuego a la casa. Los dos esposos se dijeron entonces: «Gracias a Dios que por lo menos la Biblia se ha salvado y tenemos con qué consolarnos». Ambos llevaban una vida de oración, recitaban el himno Acatisto<sup>3</sup> a la Virgen María y hacían sus metanias<sup>4</sup> de penitencia.

Dos años después su esposa enfermó y murió. Y es así como, tras vender su cabaña, su ropa y la de su esposa, emprendió el camino del peregrinaje: «Habiendo salido, pensé: ¿hacia dónde iré? Antes que nada iré a Kiev, veneraré a los santos de Dios y les pediré ayuda en mi sufrimiento». Esto es lo que narra el peregrino al *stárets* en Irkutsk, además de que ha estado trece años yendo de un lado para otro y de que tiene entonces treinta y tres años. En consecuencia, tenía veinte años cuando comenzó su peregrinar.

¿Qué buscaba el peregrino en su andar por las regiones más diversas? ¿Qué le impulsó a ello? Lo dice él mismo al principio del primer relato:

Por la gracia de Dios, soy cristiano; por mis actos, gran pecador; por estado, peregrino sin refugio, de la más baja condición, errante de un lado para otro. Mis posesiones son las siguientes: a la espalda, un zurrón de pan seco y, en el pecho, la santa Biblia, nada más.

Más tarde nos explica que, al oír en la iglesia durante la celebración litúrgica el pasaje del Apóstol a los Tesalonicenses: «Orad sin cesar» (1Te 5,17), se preguntó cómo



podía ser posible llevarlo a la práctica; en la Biblia que llevaba consigo encontró otros pasajes en el mismo sentido. Fue en ese momento cuando se propuso buscar a alguien que le explicara cómo realizarlo, y para ello emprende su peregrinación.

## Itinerario del peregrino

Resulta muy difícil trazar el itinerario seguido por el peregrino en su ir y venir buscando a quien pudiera enseñarle cómo alcanzar la oración incesante. No obstante, de los relatos (especialmente el tercero, cuarto y quinto) se pueden entresacar algunas indicaciones que permiten seguir al peregrino en su caminar.

Salido de Oriol, después de enviudar, el peregrino recorre diversos territorios durante bastante tiempo. Se dirige a Irkutsk, en la Siberia suroriental (donde relatará sus andanzas a su padre espiritual). Para llegar allí pasa por Tobolsk y por Kazán. Desde Irkutsk marcha hacia Odesa, con la intención de dirigirse a Jerusalén.

Sin embargo, es en la ciudad de Crimea donde abandona el proyecto de viaje a Constantinopla y Jerusalén y se dirige a Kiev. Como su intención era conocer los principales centros monásticos, visitó en Kiev la Pecherska Lavra (en ruso: Pechérskaya Lavra) o Monasterio de las Grutas, el monasterio más célebre de toda Ucrania, fundado en el siglo XI<sup>5</sup>. Todavía en Ucrania, en el noroeste, dirigió sus pasos hacia otro monasterio famoso, el de Yiv (en ruso: Pocháev), fundado en el siglo XIII, en un lugar en que, según la tradición, la Vir-

gen María se apareció y dejó la huella de su pie en una piedra. El monasterio se convirtió en un importante centro de peregrinación hasta nuestros días<sup>6</sup>. De allí, el peregrino pensaba volver a Kiev y seguir a continuación hacia Jerusalén, pero se encontró con un profesor –quien se convertirá en su compañero de viaje– que le convenció para dirigirse al monasterio de Solovetsky, en la isla homónima al norte de Rusia, en el mar Blanco, donde había un eremitorio, en la vecina isla de Ánzersky, que estaba considerado como un segundo monte Athos<sup>7</sup>.

De camino hacia Solovetsky, y siempre en compañía del profesor, se paró en otro monasterio, que debía de ser el de Óptina Pustyn, el célebre monasterio ubicado cerca de Kozelsk, en la gobernación de Kaluga, donde destacaron los *stárets* Macario (1788-1860) y Ambrosio (1812-1891). Este monasterio fue un centro importante de espiritualidad y de cultura; a él acudieron intelectuales rusos de gran renombre, como los teólogos Kirieyevsky y Khomiakov, el filósofo Soloviov, los literatos Gógol, Dostoyevski, Tolstoi, etc.

Al final del séptimo relato, el peregrino y su acompañante se disponen a marchar hacia Solovetsky. Sería, pues, en Óptina Pustyn donde habrían tenido lugar las entrevistas y conversaciones de los últimos relatos. De hecho, como queda dicho, el texto de los tres últimos relatos fue hallado en ese monasterio entre los papeles del *stárets* Ambrosio.

## La «oración de Jesús»

El peregrino va en busca de alguien que le enseñe cómo realizar la exhortación «orad sin cesar», exhortación que había sido tomada al pie de la letra por los mesalianos, secta religiosa que rechazaba toda obra profana, y en especial el trabajo, para dedicarse exclusivamente a recitar oraciones. Los acemetas («los que no duermen») interpretaban esta idea en sentido comunitario, de ahí que la comunidad cantara oficios sin pausa, alternándose sus miembros en el rezo. Ya Orígenes, por ejemplo, decía: «Ora sin cesar aquel que une la oración a las obras necesarias y las obras a la oración». Y los padres del desierto proponían oraciones brevísimas, jaculatorias, que no impidieran las tareas y las obligaciones, y al mismo tiempo, mantuvieran el espíritu levantado hacia el Señor.

Al principio las fórmulas son muy variadas entre los ascetas, pero poco a poco se van recomendando algunas concretas, como: «Dios mío, ven en mi auxilio; Señor, date prisa en socorrerme» (Sl 69,2). Finalmente llega a predominar la que será llamada «oración de Jesús», que se formula de la siguiente manera: «Señor Jesucristo, Hijo de Dios, ten piedad de mí», completada entre los rusos en: «¡Señor Jesucristo, Hijo de Dios, ten piedad de mí, pecador!», lo que recuerda la súplica del ciego de Jericó (Lc 18,38). Esta invocación a Jesús tiene un significado profundo, epiclético, de presencia de la persona invocada, de comunión con ella. Y ello produce un sentimiento de santo temor y de adoración.

En una breu síntesis, un *stárets* explica al peregrino anhelante cómo se llega a la oración continua por medio de la llamada «oración de Jesús»:

La oración de Jesús interior y continua es la invocación constante e ininterrumpida del nombre divino de Jesucristo con los labios, la mente y el corazón, imaginando su presencia permanente y pidiendo perdón, en toda ocasión, en todo lugar, en todo momento, incluso durmiendo. Se expresa con estas palabras: «¡Señor Jesucristo, ten piedad de mí!». Quien se acostumbra a esta invocación siente un gran consuelo y la necesidad de pronunciarla siempre, de manera que ya no puede prescindir de ella, y la oración brota por sí misma.

Lo mismo dice, por ejemplo, el abad Filemón, como se recoge en la Filocalia:

Invoca al Señor con ímpetu: «¡Señor Jesucristo, Hijo de Dios, ten piedad de mí, pecador!». Haz esto sin cansarte, en la iglesia, en tu casa, en el camino, durante el trabajo y durante la comida, en la cama.

El peregrino aprende del *stárets* la práctica de esta oración:

Si, a pesar de tus esfuerzos, no consigues entrar en el dominio del corazón como te ha sido explicado, haz lo que te diré y con la ayuda de Dios encontrarás lo que buscas. [...] Ponte a repetir sin cesar: «¡Señor Jesucristo, ten piedad de mí!». Oblígate a pronunciar siempre lo mismo. Si lo haces durante un tiempo, se te abrirá sin ningún género de dudas la puerta

del corazón. [...] Recita tanto como puedas la plegaria de Jesús en voz alta.

El *stárets* le regala entonces unos *chotki*, que son una especie de rosarios hechos con un cordón de lana o de seda, con nudos (entre 100 y 150), que sirven para contar las metanias o postraciones, es decir, las veces que se pronuncia la oración de Jesús. Al principio el peregrino tenía que recitar la oración tres mil veces al día, luego seis mil, y más tarde doce mil veces. Con esta práctica asidua habrá de llegar un día en que la oración brota de una manera espontánea, forma parte de la vida misma y ya no se puede dejar.

Una mañana –dice el peregrino– me puse a recitar las oraciones matutinas, pero la lengua se me trababa y sólo deseaba recitar la oración de Jesús. ¡Y apenas la empecé, resultó tan fácil y agradable, como si la lengua y los labios la pronunciaran sin mi intervención!

Eso mismo es lo que aconsejaba san Teófanos el Recluso (1815-1894) a una mujer a la que escribe cartas de dirección espiritual:

Para que el recuerdo de Dios sea más fácil, los cristianos ardientes tienen un sistema propio, que consiste en repetir constantemente una breve oración de dos o tres palabras. Normalmente, la oración suele decir: «¡Señor, ten piedad!», o: «¡Señor Jesucristo, ten piedad de mí, pecadora!» [...] Tanto si andáis, como si estáis sentada o trabajáis, tanto si coméis como si os disponéis a dormir, repetid la oración: «¡Señor, ten piedad!

¡Señor Jesucristo, ten piedad de mí, pecadora!». Cuando os hayáis ejercitado largamente, las palabras se habrán fijado en vuestra lengua de tal manera que se desprenderán solas.

## La Filocalia

El *stárets* que explica al peregrino lo que es la oración incesante le enseña un libro, que debe servirle de guía:

La manera de aprender a orar la leeremos en este libro. Se llama Filocalia. Contiene la ciencia completa y detallada de la oración interior continua, expuesta por veinticinco santos padres, y es tan elevado y provechoso que es considerado la guía fundamental de la vida contemplativa espiritual.

Desde ahora, la Filocalia se convertirá en el libro que, junto con la Biblia, será el alimento espiritual del peregrino; ya no le abandonará. Lo explica al final del primer relato: «Compré por dos rublos una Filocalia gastada y vieja. Me sentí feliz. La recompuse como pude, la cosí con tela y la metí en el zurrón junto a la Biblia».

Filocalia es una palabra griega que, etimológicamente, significa «amor de la belleza, de lo bello». Pero también tiene el doble sentido de la palabra *kalós*, «amor del bien». Es precisamente así como lo tradujo la versión eslava: *Dobrotoliubie*. El término Filocalia, aplicado a un libro, equivale a «antología» o «florilegio»; con él se designa efectivamente una colección de textos ascéticos y místicos de los Padres de la Iglesia y de autores espirituales, que tienen como finalidad enseñar el camino hacia la

oración pura e incesante. Estos textos fueron recopilados en un volumen por el obispo Macario de Corinto (1731-1805) y por el monje Nicodemo Hagiorita —o sea, del monte Athos— (1749-1809), que se publicó en griego, en Venecia, en 1782. Paralelamente, Paisy Velichkovsky (1722-1794), que, como monje en Athos, trabajaba en la traducción al eslavo eclesiástico de textos de Padres griegos, coincidió con los autores de la colección griega e hizo la versión al eslavo. Esta versión, con el nombre de *Dobrotoliubie*, apareció en 1793. Una segunda edición, publicada en 1822, es la que debía poseer el peregrino, puesto que habla de veinticinco autores, que son los que contiene de hecho esa edición. Una traducción rusa fue publicada por Ignati Briancháninov en 1857 en San Petersburgo, y otra posterior fue obra de Teófanos el Recluso, en cinco volúmenes, entre 1877 y 1889.

El título entero de esta obra es: *Filocalia de los santos népticos, recogida entre los santos Padres teóforos, donde aparece cómo, por la filosofía de la vida activa y de la contemplación, el espíritu se purifica, es iluminado y llega a la perfección*. La doctrina espiritual contenida en estos textos es la que corresponde al hesicasmo, y es su alimento y guía.

## El *hesicasmo*

El *hesicasmo* es un sistema espiritual de orientación esencialmente contemplativa que pone la perfección del hombre en la unión con Dios por medio de la oración continua. Lo que lo caracteriza es precisamente la afirmación

de la excelencia o de la necesidad de la *hesiquia* (o de la quietud, en sentido amplio), para llegar a esta unión.

El término hesiquia, transcripción literal del griego ἡσυχία significa «quietud», «calma», «reposo», «tranquilidad». En un primer sentido, la hesiquia significa la soledad y el silencio materiales que favorecen el recogimiento del alma. En un segundo sentido, designa la calma interior que procura la *nepsis* o sobriedad (véase más adelante). Finalmente, expresa la paz del alma recogida en sí misma bajo la acción del Espíritu Santo. Y todo ello para alcanzar la unión con Dios mediante la oración continua, la oración pura.

El hesicasmo arranca de los Padres del desierto, de los antiguos monjes, cuya doctrina será la guía de los hesicastas posteriores. En un primer momento, hesicasta es el que se aleja, el que se retira al desierto. Sobre todo con la aparición del monaquismo cenobítico, queda claro que el hesicasta es, a diferencia del monje cenobita, el solitario, el eremita. Ahora bien, el hesicasta no tiene que vivir necesariamente en la soledad total. Muy a menudo lleva su vida de soledad cerca de otros hesicastas o eremitas, los cuales se reúnen los sábados y domingos para las celebraciones litúrgicas. Y dentro de la vida cenobítica encontraremos monjes que, probados ya en la vida comunitaria, se retirarán, temporal o definitivamente, a la vida eremítica o hesicasta. De hecho, la hesiquia es la aspiración de muchos cenobitas.

La hesiquia presenta algunos rasgos característicos:

1) La *amerimnia* (ἀμερίμνια), que literalmente significa «despreocupación», la huida de las preocupaciones



mundanas, la huida del ruido de las ciudades, es una praxis inicial. Es lo mismo que pide el canto que acompaña el traslado del pan y el vino al altar en la Divina Liturgia bizantina: «Nosotros que, místicamente, representamos a los querubines y cantamos el himno *Trisagio* a la Trinidad vivificante, despojémonos ahora de toda preocupación terrena (de toda *μέριμνα*) para recibir al Rey de la gloria».

2) La *nepsis* (νήψις), es decir, la sobriedad espiritual. Designa la vigilancia de los pensamientos, es decir, de las sugerencias que las pasiones hacen nacer en el alma y, de una manera más amplia, la exclusión de toda actividad de la imaginación y el discurso interior en la oración.

3) El *recuerdo de Dios*, o lo que es lo mismo, el pensamiento habitual, constante, de Dios. Éste es un tema tradicional de la espiritualidad oriental que ya encontramos en los *Apotegmas* y en las *Vidas* de los Padres del desierto y en los Padres posteriores. Diádoco de Fótice (siglo V) recomienda la meditación incesante del «Señor Jesús» y también de su «santo y glorioso nombre» en el fondo del corazón como medio para eliminar toda imaginación, reunificar el alma dividida por el pecado, tener la experiencia interior de la gracia y mantener el recuerdo continuo de Dios, que consume todo lo que hay de terrenal en el corazón.

4) El «recuerdo de Dios», la meditación en el sentido de los antiguos (como el rumiar de un animal) lleva a la *oración continua* por la repetición verbal e incansable de una fórmula apta para que pueda nacer una idea espiritual o un sentimiento saludable.

El término «hesiquia» y la espiritualidad que representa se inician con los Padres del desierto, continúa con los Padres de la Iglesia y marcará toda la tradición espiritual de Oriente.

Un centro importante desde donde se difundirá el método hesicasta de oración es el monasterio del Sinaí. Entre los monjes sinaítas cabe mencionar a San Juan Clímaco (el autor de *La escala del paraíso*), del siglo VII, que dice:

La hesiquia es un culto y un servicio ininterrumpido de Dios. Que el recuerdo de Jesús sea una sola cosa con tu respiración, y entonces conocerás la utilidad de la *hesiquia*, es decir, que ella producirá sus frutos.

Pero es en el monte Athos donde el hesicasmo y la oración de Jesús alcanzarán, en los siglos XIII y XIV, su grado más alto, y donde esta oración adquirirá todo un método y una técnica psicosomática.

Gregorio el Sinaíta (1255-1346) puede ser considerado el principal promotor de la renovación hesicasta del siglo XIV. Llamado así porque había llevado una vida eremítica en el Sinaí, en el monte Athos se unió a un grupo de monjes que practicaban la oración hesicasta, y pronto se convirtió en el maestro espiritual más influyente de la Santa Montaña. Su doctrina espiritual está centrada en la guarda del espíritu y la oración del corazón. En la tradición oriental, el corazón designa al centro del ser humano; es la raíz de las facultades activas del intelecto y de la voluntad, el punto de donde proviene y hacia donde converge toda la vida espiritual. Al ser la fuente de donde brota toda la vida psíquica y espiritual

del hombre, éste se comunica a través de ella y se acerca a la fuente misma de la vida. Pero es sobre todo Nicéforo el Hesicasta (siglos XIII-XIV) el que es considerado el sistematizador del método psicossomático de la oración hesicasta.

La práctica hesicasta de los monjes de Athos se fijará en la oración repetitiva (la oración de Jesús) siguiendo el ritmo de la respiración, u «oración del corazón». Y es que para los hesicastas, la repetición continuada de la oración, acompañada según el ritmo de la respiración, está destinada a abrir el corazón, centro del ser, a la presencia de Dios.

Pero el peregrino no es un monje, no es un hesicasta; practica otro tipo de ascesis: la peregrinación, un elemento, por otra parte, muy arraigado en el alma rusa, aunque su ideal no deja de ser el de los hesicastas. De hecho, por indicación del profesor que le acompaña desde Pocháev, piensa dirigirse al eremitorio de Ánzersky, junto a la isla de Solovetsky. Ha asimilado la espiritualidad hesicasta, se ha embebido de la oración de Jesús, encuentra su alimento en la Biblia y en la Filocalia. Él mismo recomienda este libro a otras personas, como aparece al final del cuarto relato:

Debería usted leer un libro que se llama Filocalia. Allí encontrará la enseñanza completa de cómo conseguir la plegaria de Jesús en el espíritu y en el corazón, y de cómo probar su dulce fruto.

Los *Relatos* de ese peregrino, laico, hombre sencillo de pueblo, son un reflejo del alma rusa, y nos transmi-

ten, a través de su inquietud por alcanzar la oración pura y de las enseñanzas que recibe de sus guías espirituales, reflejadas en el libro, una doctrina espiritual acorde con toda la tradición ortodoxa, y particularmente rusa.

Sebastià Janeras

# Relatos de un peregrino ruso