



El texto de un monje del siglo V puede ayudarnos a comprender uno de los peligros que nos llevan a un mal uso de Internet y de las nuevas tecnologías: el peligro de la acedia (o acidia).

Juan Casiano (que vivió entre los años 360-435, aproximadamente), en su obra “Instituciones”, habla sobre ocho vicios capitales (la enumeración de siete se impondrá siglos más tarde). Entre esos vicios, presenta a la acedia, tristeza de alma, desaliento o pereza.

¿En qué consiste? Casiano describe la acedia como un cierto “tedio, disgusto o ansiedad del corazón. Tiene cierto parentesco con la tristeza y lo experimentan particularmente los solitarios” (“Instituciones” X,1).

Como efectos de la acedia, Casiano señala laxitud, cansancio, hambre, sueño, ansiedad. El monje que sufre el ataque de este vicio mira a todos lados, desea que alguien lo visite, entra y sale de su celda.

Siente que el tiempo pasa lento, muy lento. Experimenta un vacío interior. Sus obligaciones le aburren de modo terrible. El trabajo le pesa enormemente: le parece excesivo, agotador.

Ve ante sí dos opciones: o echarse a dormir para consolarse a sí mismo, o salir a buscar a un hermano con el que poder hablar. Además, imagina que sería más útil dejar a un lado sus obligaciones para hacer otras actividades.

Si uno cede ante la tentación de la acedia y la pereza, “se abandona al sueño o sale de su celda en busca de consuelo con la visita de un hermano. Pero este remedio no es más que pasajero, porque no hace sino agravar el mal” (“Instituciones” X,3).

La vieja tentación de la acedia que tanto molestaba a los monjes sigue viva hoy, y afecta también a los católicos de toda condición social, con modalidades propias de nuestro mundo tecnológico.

Efectivamente: si en el pasado el monje aburrido buscaba paz y consuelo en el sueño o en la huida de su celda, el hombre moderno también dormita o, en vez de salir de su trabajo, enciende el móvil y empieza a navegar...

Así, el mundo digital puede convertirse en un escape de obligaciones pesadas. En vez de afrontar una tarea fatigosa, un estudio exigente, un compromiso que pide mayores energías interiores, la acedia invita a encender el móvil, ver los mensajes, leer noticias, descansar con música y vídeos, o visitar las redes sociales.

El vicio que causa esos comportamientos es el mismo: no estar contento con lo que uno hace, dejarse vencer por la pereza o la apatía, permitir que crezca un extraño descontento interior ante lo ordinario.

El resultado parece diferente, pero en el fondo es bastante parecido: si el monje dormitaba o huía de su celda, el hombre moderno “se fuga” de la monotonía con viajes entre vídeos, canciones, chats, juegos electrónicos y un sinfín de posibilidades gracias a la tecnología digital.

Surge la pregunta: ¿cómo vencer ese vicio de la acedia? ¿Cómo recuperar el entusiasmo y la alegría por los sencillos deberes cotidianos en casa, en el trabajo, para con los familiares y amigos?

Casiano responde con estas palabras:

“Así, pues, el verdadero atleta de Cristo que desea luchar en la contienda, ha de apresurarse a arrojar esta infección, como las otras, del interior de su alma, y combatir a brazo partido contra ese fatal espíritu de pereza. Es decir: no debe cruzarse de brazos vencido por la ociosidad ni tenderse en el lecho bajo la acción del sueño, como tampoco debe alejarse de los claustros del monasterio e ir en pos de sus apetitos como un desertor de sus deberes, aunque sea un pretexto de piedad lo que le induce a ello” (“Instituciones” X,5).

En otras palabras, hay que resistir ante la tentación, mantenerse firme en el trabajo que cada uno debe acometer, y no ceder en lo más mínimo (no abrir rendijas a las distracciones).

Porque, seguramente lo hemos experimentado, con un pequeño “click” que busca un poco de descanso, a veces pasamos minutos, incluso horas, en un viaje en Internet que no curó nuestra desgana y que nos apartó de nuestros deberes cotidianos.

La acedia existe y nos amenaza también en este tiempo de Internet. Como atletas de Cristo, según los consejos de san Pablo y las recomendaciones de Casiano y de otros maestros de espiritualidad, podremos vencer esta tentación y, sobre todo, podremos invertir lo mejor de nuestro tiempo para amar a Dios y a los hermanos.