



*Universitat  
Abat Oliba CEU*

**Acedia y falta de sentido. Prevención desde la  
psicología de las virtudes.**

TRABAJO FIN DE GRADO

Autor: Isabel de Ibarra de Puig  
Tutor: Martín Federico Echavarría Anavitarte  
Grado en: Psicología  
Universitat Abat Oliba CEU  
Curso académico: 2021-22

## **DECLARACIÓN**

El que suscribe declara que el material de este documento, que ahora presento, es fruto de mi propio trabajo. Cualquier ayuda recibida de otros ha sido citada y reconocida dentro de este documento. Hago esta declaración en el conocimiento de que un incumplimiento de las normas relativas a la presentación de trabajos puede llevar a graves consecuencias. Soy consciente de que el documento no será aceptado a menos que esta declaración haya sido entregada junto al mismo.

Firma: .....

Nombre y APELLIDOS (del alumno/a)

*Te diré cómo le conocí:  
Había oído hablar mucho de Él, pero no hice caso.  
Me cubría constantemente de atenciones y regalos, pero no nunca le di las gracias.  
Parecía desear mi amistad, y yo me mostraba indiferente.  
Me sentía desamparado, infeliz, hambriento y en peligro,  
y Él me ofrecía refugio, consuelo, apoyo y serenidad;  
pero yo seguía siendo ingrato.  
Por fin se cruzó en mi camino,  
y con lágrimas en los ojos, me suplicó: ven y mora conmigo*

*Te diré cómo me trata ahora:  
Satisface todos mis deseos.  
Me concede más de lo que me atrevo a pedir.  
Se anticipa a mis necesidades.  
Me ruega que le pida más.  
Nunca me reprocha mis locuras pasadas.  
Te diré ahora lo que pienso yo de Él  
Es tan bueno como grande.  
Su amor es tan ardiente como verdadero.  
Es tan pródigo en sus promesas como fiel en cumplirlas.  
Tan celoso de mi amor como merecedor de él.  
Soy su deudor en todo, y me invita a que le llame amigo.*

ROBERT H. BENSON



## **Resumen**

Ante el incremento del sentimiento de tristeza y de vacío interior en la sociedad actual, en primer lugar, se pretende relacionar una de sus causas con el vicio de la acedia. Para ello se busca establecer una relación entre algunos rasgos típicos de la sociedad actual y las manifestaciones de este vicio. En segundo lugar, dado el resurgimiento del interés hacia las virtudes en el campo de la psicología, se ofrece una propuesta de prevención de la acedia a través de la educación en virtudes.

## **Resum**

*Davant de l'increment del sentiment de tristesa y de buit interior en la societat actual, en primer lloc, es pretén relacionar una de les seves causes amb el vici de l'acedia. Per això, es busca establir una relació entre alguns trets típics de la societat actual i les manifestacions d'aquest vici. En segon lloc, donat el ressorgiment de l'interès per les virtuts en el camp de la psicologia, s'ofereix una proposta de prevenció de l'acedia mitjançant l'educació en virtuts.*

## **Abstract**

*Considering the increase of the feeling of sadness and internal emptiness, in first place, it is intended to relate one of their possible causes with the vice of acedia. In order to do it, we aim to establish a relation between some of the typical today society's characteristics, with the manifestations of this vice. In second place, given the reemergence of the interest in virtues in the field of psychology, we pretend to offer a first prevention proposal of acedia by educating in virtues.*

## **Palabras claves / Keywords**

*Acedia, falta de sentido, vicio capital, virtud, Tomás de Aquino.*

*Acidia, nonsense, deadly sins, virtue, Thomas Aquinas.*

*Acedia, falta de sentit, vici capital, virtut, Tomàs d'Aquino*



## Sumario

Introducción .....	9
1. La acedia .....	11
1.1. El concepto de vicio y vicio capital.....	11
1.2. Breve recorrido histórico .....	12
1.3. La doctrina de Santo Tomás de Aquino.....	15
1.3.1. El movimiento circular del amor .....	17
1.3.2. La acedia como <i>tristitia de bono divino</i> o tristeza por el bien divino...	17
1.3.3. La acedia como <i>tedium operandi</i> o desgana por la acción.....	18
1.3.4. El proceso de formación de la acedia y sus hijas .....	19
1.4. La desaparición de la acedia .....	22
2. La actualidad de la acedia .....	27
2.1. La naturaleza como fundamento de la realidad.....	27
2.2. La acedia en nuestra sociedad .....	28
2.3. Las manifestaciones de la acedia en la sociedad .....	30
2.3.1. La crisis de la interioridad.....	31
2.3.2. La depresión.....	31
2.3.3. El cansancio fruto del exceso de trabajo.....	32
2.3.4. La desesperanza.....	32
2.3.5. El movimiento constante.....	33
2.3.6. Exposición de la intimidad.....	34
2.3.7. La moda.....	35
2.3.8. El resentimiento.....	35
2.4. Acedia y falta de sentido .....	36
3. Prevención a través de la educación en virtudes .....	41
3.1. Remedios contra la acedia.....	41
3.2. Propuesta: educar en las virtudes.....	45
3.2.1. La vida virtuosa.....	46
3.2.2. El fin y las condiciones de la educación.....	48
3.2.3. Educar en la caridad.....	51
3.2.4. Educar en la esperanza.....	53
3.2.5. Educar en la templanza .....	55
3.2.6. Educar en la fortaleza.....	56
3.2.7. Educar en la magnanimidad.....	58
3.2.8. Educar en el perdón .....	60
4. Conclusiones .....	63
Referencias.....	65





## Introducción

La preocupación por los síntomas psíquicos o espirituales se remonta a tiempos lejanos en la historia de la humanidad. La tradición judeocristiana también se ha preocupado especialmente por definir y conocer los estados del alma, con tal de poder ayudar al hombre al acercamiento del bien y de la Salvación. Por ello, sus aportaciones podrían ser de gran valor para la psicología, como “ciencia del alma”.

En particular, Tomás de Aquino, recoge y sistematiza la doctrina de numerosos autores eclesiásticos, para componer una obra en la que se refleja una verdadera comprensión de la naturaleza humana, y una profunda psicología de la personalidad (Echavarría, 2019). Es el caso de la descripción que hace con el vicio de la acedia, el cual, como veremos, es de gran actualidad. Este consiste en una tristeza profunda causada por un vacío espiritual.

Por otro lado, hoy en día vemos que las patologías mentales, en general, están aumentando considerablemente. En particular, se ha dado un gran aumento de la depresión y la ansiedad, además de la tasa de suicidios (World Health Organisation, 2021). Muchos autores atribuyen estos síntomas a una causa más profunda: una falta de sentido de la vida, que se refleja en una crisis de valores y el desarraigo en la persona.

Así pues, consideramos que es de gran urgencia profundizar sobre los aspectos que se encuentren en la raíz de estos males, para poder advertir sobre ellos y realizar una prevención, de forma que podamos paliar, de alguna forma, sus efectos sobre las personas.

Por ello, es de señalar que últimamente se ha renovado el interés sobre el vicio de la acedia, pues muchos de los rasgos característicos de nuestra sociedad son a menudo identificados con las consecuencias de este fenómeno espiritual, que tienen como núcleo un vacío y una tristeza hondísima en quien la sufre.

De esta manera, el objetivo que persigue este trabajo es hacer una revisión sobre la bibliografía escrita acerca de la acedia, así como de aquella que la relaciona con la psicopatología actual, y con la falta de sentido. Para que, sabiendo en qué consiste, y de qué manera afecta a la persona, se pueda proponer una forma de prevenirla. En este trabajo, hemos escogido una visión similar a la que propone la psicología positiva, al enfocar la prevención de la acedia desde la adquisición y el desarrollo de las virtudes.

Así pues, este trabajo constará de una primera parte en la que se hará una exposición sobre la historia del vicio de la acedia, en la que se recogerán sus

descripciones iniciales, así como el desarrollo de la doctrina sobre ella a través de los autores principales, haciendo especial hincapié en Santo Tomás de Aquino. Y también se buscará dar una explicación sobre la actual desconciación de la influencia de este fenómeno en nuestras vidas.

En segundo lugar, se tratará la acedia en relación con la falta de sentido, otra variante que tiene mucho que ver con ella, y que también se reconoce como una de las causas de sufrimiento en muchas ocasiones. También se desarrollarán las diversas manifestaciones del vicio de la acedia en nuestra sociedad.

Por último, se expondrá una propuesta de educación en las virtudes como forma de prevenir este vicio y sus consecuencias. Se ha escogido esta forma de prevención, porque en los últimos años hay un incremento del interés en el campo de la psicología, no solamente por tratar el síntoma y paliar el sufrimiento de la persona, sino por encontrar la forma de que pueda alcanzar un mayor estado de bienestar, y desarrollarse de forma más plena.

Se tomará como referencia la concepción antropológica de Santo Tomás de Aquino, al considerarla una propuesta muy válida, que alberga una refinada comprensión del hombre y el dinamismo de su naturaleza. Así pues, desde este autor, se desarrollarán aquellas virtudes que de mejor manera podrían evitar el arraigo de la acedia en la personalidad. Pues, como veremos a continuación, es un peligro sobre el que ya se advertía hace siglos por sus nocivas consecuencias.

## 1. La acedia

La acedia es un vicio capital del que se habla repetidamente a lo largo de la historia de la Iglesia, y al que se le ha dado mucha importancia en determinados momentos. Pero por unos u otros motivos, el desarrollo del pensamiento sobre este vicio se ha ido diluyendo y transformando en lo que actualmente llamamos, por un lado “pereza”, y por otro, “apatía”, perdiendo gran parte del contenido que abarcaba, desapareciendo el núcleo y nexo de unión de estas dos vertientes, y quedándose en sus simples manifestaciones.

El término acedia viene del latín *accidia*, y ésta del griego, *akédia*, la cual se utiliza para expresar despreocupación, falta de cuidado, indiferencia, apatía o dejadez, o incluso embotamiento, cansancio, entorpecimiento, abatimiento, angustia, objeto de preocupación o desesperación.

Hoy en día numerosos autores hablan de la acedia como uno de los rasgos principales de la civilización (Bojorje, 2003), así como de ser el origen de muchos rasgos, tales como la tristeza, la ansiedad o el activismo.

La acedia es uno de los siete vicios capitales, que más tarde fue sustituido por la pereza. Lo que éste provoca es una tristeza ante al bien divino, y de ella, surgen otras muchas consecuencias, tales como la desesperación, la pusilanimidad, el rencor y la inestabilidad, entre otras.

### 1.1. El concepto de vicio y vicio capital

Antes de nada, conviene aclarar algunos términos que son cruciales para el desarrollo del trabajo. El primero, es el concepto de vicio. Según Santo Tomás de Aquino (1998), con esta palabra nos referimos a las disposiciones contrarias a las virtudes. Siendo estas disposiciones del sujeto que se ordenan de acuerdo al modo de ser de su naturaleza, perfeccionándola, y teniendo como fruto obras buenas. Por lo tanto, los vicios, al ser lo opuesto, consistirían en aquellas disposiciones contrarias a la naturaleza, de las cuales se desprenderían obras malas, los pecados.

Es importante no confundir el concepto de vicio con el de pecado, pues, así como los vicios son las disposiciones del hombre, los pecados son la materialización de estas disposiciones en obras contrarias a la naturaleza.

Es necesario también aclarar el concepto de vicio capital en Santo Tomás, para poder comprender en su complejidad lo que es la acedia, y las implicaciones que ésta trae consigo.

Aquino (1998) llama vicios capitales a aquellos que son cabeza de muchos otros. Y los llama así, comparándolos con los hombres que son cabeza, que dirigen y gobiernan a otros. Es decir, es un vicio capital aquel que “es principio y director de otros” (S.T. I-II, q. 84, art.3), y por el cual, con tal de lograr su fin, causa la perpetuación de otros pecados. Es decir, como dice Echavarría (2021):

Se llaman vicios capitales aquellas disposiciones morales estables, rasgos del carácter moral, que inclinan, fuera del orden de la recta razón, a fines tan importantes o atractivos que causan el surgir de otros pecados y vicios, de los que son cabeza. (p. 76)

También es importante distinguir la acedia en cuanto a vicio capital, de la acedia en cuanto a pasión. Las pasiones para Santo Tomás, según Manzanedo (2004), consistirían en movimientos psicosomáticos del apetito sensitivo ante objetos captados por los sentidos. Lo que correspondería a la noción de “emoción” de la psicología actual. Por lo que no son fruto del conocimiento, ni de la voluntad, sino actos afectivo-sensitivos. Y, por tanto, mientras no se dé un consentimiento libre mediante la razón y el consentimiento de la voluntad, no sería sujeto de pecado.

El aquinate considera la acedia como uno de los cuatro tipos de tristeza: misericordia, envidia, angustia y acedia (Echavarría, 2021). Por ello, esta, en cuanto pasión sería una tristeza profunda que apesadumbra, que sobrelleva al sujeto y le impide el obrar (Aquino, 1998).

En cambio, la acedia en cuanto vicio capital consistiría en, como se ha explicado más arriba, “una disposición estable del carácter, un *habitus*”, (Echavarría, 2021, p. 78) que dispone al sujeto a padecer este tipo de tristeza, que tiene por objeto el bien divino interior.

En este trabajo, cuando se hable de esa tristeza que sobreviene al sujeto y que lo invade, hablaremos de acedia en cuanto pasión. Se hablará de acedia en cuanto pecado, en los casos en que el sujeto acepta dejarse llevar por esta pasión, sin oponer resistencia. Por último, nos referiremos a la acedia en cuanto vicio capital, cuando ésta sea una tendencia, una disposición estable en la personalidad del sujeto.

## **1.2. Breve recorrido histórico**

Las primeras referencias sobre la acedia nos llegan de los padres del desierto, unos cristianos que a principios del S.IV decidieron adentrarse en el desierto para llevar una vida monacal, de oración y ascesis en soledad. En concreto, Evagrio Póntico es

el primero al que se le atribuye un estudio más sistemático sobre la acedia (Peretó, 2012).

Evagrio Póntico (2013), en su doctrina habla sobre ocho malos pensamientos (*logismo*) o demonios, que hacen referencia a los ocho tipos principales de tentaciones que comprenden a todas las demás. Según él, que nos ataquen estos pensamientos no depende de nosotros, lo que sí nos corresponde es dejar que se instalen o no.

La acedia sería uno de ellos. De hecho, el más pesado de todos. A ella se refiere como “el demonio del mediodía”, una pasión que sobrellevaba al monje durante las horas más fuertes de sol, presentándole todas aquellas prácticas y condiciones de la vida que había elegido como tediosas y odiosas, para impulsarle, progresivamente, a querer dejarlas, poniendo en él la convicción de que no era en esa vida en la que encontraría la felicidad y la santidad, sino fuera de ella.

El caso de la acedia que describe el eremita, según Nault (2014), es especialmente grave porque se trata de un *logismos* que se encuentra en la transición entre los vicios que son pasiones corporales y los que tratan pasiones espirituales. Por lo que afectaría a estos dos planos, al del cuerpo, y al del alma.

Nault (2014), explica la doctrina de Evagrio, haciendo referencia a la definición que él da y agrupando las manifestaciones, que describe en cinco. Así, se refiere a la acedia como una atonía del alma, en la que la primera de sus manifestaciones es una inestabilidad interior que produce en el monje una necesidad de moverse y cambiar de lugar, abandonando su celda. La segunda consiste en una excesiva preocupación por la salud corporal, sobre todo al tener en cuenta la precariedad en la que vivían. La tercera, una aversión por el trabajo manual que hacían; aunque también observa la posibilidad de que el monje se refugie en un activismo desenfrenado, como forma de huida hacia adelante, de Dios y de sí mismo. La cuarta, una negligencia en la observancia de los preceptos, de los deberes monásticos, cayendo en la tentación del minimalismo, descuidando la oración. Por último, el desánimo general, que sumía al monje en un estado de depresión nerviosa que podía llegar incluso a hacer que se plantease su vocación.

También propone ciertos remedios contra ella: las lágrimas, como manifestación de la necesidad de salvación, y como forma de ablandar el corazón; la oración y el trabajo, hecho con paciencia, perseverante atención y temor de Dios; el método antirrético o contradicción, que consiste en emplear versículos de las Escrituras como arma contra las tentaciones; la meditación de la muerte, y así dotar a la vida

de sentido, en cuanto a dirección y significado; la perseverancia, que llama a la fidelidad.

Más tarde, Juan Casiano, discípulo de Evagrio, expandirá esta doctrina por Occidente. Adopta los ocho malos pensamientos o vicios capitales de los que habla Evagrio, y define la acedia como “desabrimiento o tedio del corazón” (Casiano, 2019). Por lo que la considera un vicio que llega hasta lo más íntimo y profundo.

Casiano (2017), aunque también la relaciona con la tristeza y con la vida en soledad, sobre todo habla de ella como cansancio, vacío, o falta de entusiasmo por el trabajo. De hecho, dice que los que la sufren son vencidos por ella a través de la búsqueda de cualquier otra actividad, trabajo o distracción que se les presenta con apariencia de bondad (como visitar a sus hermanos, a los enfermos...), o con acabar cayendo en el descanso o el sueño. En este sentido, le da mucha importancia al aspecto práctico de la acedia, en cuanto a que la relaciona en gran medida con la pereza, a lo que dedica gran parte del capítulo.

Además, Casiano (2017) identifica el gran peligro que se esconde en ella, describiendo el proceso que se va extendiendo progresivamente en la vida del que la sufre, con unas consecuencias terribles: “La sed de preocupaciones le envolverá inexorable y se verá preso en ellas como en las espirales de una serpiente. Todo habrá concluido. Ya no podrá desprenderse de ellas para volver a la observancia de su profesión primera” (libro décimo, capítulo IV).

Por ello, también recomienda una serie de remedios con tal de combatirla: la perseverancia en el trabajo manual, resistir ante la pereza, practicar la caridad, evitar la huida y hacer frente a la tentación.

Este autor también es el primero en añadirle el aspecto de paternidad (Nault, 2014), en cuanto a asociarle unos hijos: la ociosidad, la somnolencia, el carácter desabrido, la inquietud, la vagancia, la inestabilidad del alma y el cuerpo, la charlatanería y la curiosidad.

El siguiente en hablar de ella será San Benito de Nursia, fundador de la orden benedictina en el S. VI, en la regla de vida que escribe para los monjes de la orden. En el capítulo 48, que dedica al trabajo manual de cada día, la describe de forma parecida a los autores mencionados. La asocia a los monjes que no querían perseverar en la hora de la lectio divina, la práctica de la lectura y meditación de las Escrituras, que implicaba luego llevarla a la oración y ponerla en práctica en el día a día (Nursia, 2020).

Más tarde, hablará de ella el papa San Gregorio Magno, que, aunque no emplea en sus escritos el término *acedia*, Santo Tomás lo tomará como uno de sus guías a la hora de hablar de este vicio. El Papa habla sobre los vicios capitales en su obra *Morales sobre Job*. Allí hace una lista de siete vicios: la vanagloria, la envidia, la ira, la tristeza, la avaricia, la gula y la lujuria. Por lo que ya no nombra el término *acedia*, pues engloba lo que esta comporta en la tristeza, colocándola como una de sus hijas (Peretó, 2011).

Además, habla sobre la tristeza como un vicio tentador, que al no poseer ningún tipo de gozo interno el que la sufre, busca la satisfacción en lo exterior (Nault, 2014). Y le asigna seis hijas: malicia, rencor, pusilanimidad, desesperación, indolencia hacia los mandamientos y divagación de la mente por lo ilícito (Aquino, 1998).

Estos son solo algunos de los autores más reconocidos que empiezan a hablar, o desarrollan y transmiten el conocimiento sobre la *acedia*. Santo Tomás, más adelante, se inspirará en Juan Casiano, que a su vez se inspira en Evagrio Póntico y en San Gregorio Magno. De esta forma, vemos que este autor asienta las bases de sus escritos sobre una larga tradición de enseñanzas que es necesario conocer para poder interpretar de forma correcta aquello que quería transmitir.

### **1.3. La doctrina de Santo Tomás de Aquino**

Aquino (1988) sitúa la *acedia* como una de las hijas de la tristeza, en concreto como un vicio opuesto al gozo de la caridad. Principalmente le atribuye dos aspectos: el primero, tristeza por el bien divino; el segundo, el desánimo por la acción. Por lo tanto, la asocia tanto a la *tristitia* de la doctrina de San Gregorio Magno, a la vez que recoge ese tedio o abatimiento para el obrar.

Además, Santo Tomás habla de la *acedia* en dos vertientes, en cuanto pasión, “como tristeza intensa e inmovilizadora del cuerpo” (Manzanedo, 2004, p.33), y en cuanto vicio capital, es decir, en cuanto hábito, disposición estable en el sujeto (Echavarría, 2021).

Aquino (1998) define la *acedia* como:

Cierta tristeza que apesadumbra, es decir, una tristeza que de tal manera deprime el ánimo del hombre, que nada de lo que hace le agrada, igual que se vuelven frías las cosas por la acción corrosiva del ácido. Por eso la *acedia* implica cierto hastío para obrar. (S.T. II-II q. 35, a.1, resp.)

Y habla de esta tristeza, como doblemente mala: en sí misma, pues se entristece por el bien espiritual, y en sus consecuencias, al postrar al hombre de tal modo que le paraliza completamente para lo bueno. Según Nault (2014), esto refleja la importancia y la unión que atribuye este santo entre lo espiritual y el obrar, entre nuestra vida espiritual y nuestra vida moral.

Como hemos visto, habla de las pasiones como reacciones afectivas, es decir, movimientos de la sensibilidad producidos ante el reconocimiento de un bien o un mal particular. Son un dinamismo interior que nos empuja a la acción. Para que una pasión sea materia de pecado, dependerá de diversas circunstancias, e implica un consentimiento de la razón y la voluntad, aunque no siempre se da un funcionamiento perfecto de estas facultades (Manzanedo, 2004).

Además, Santo Tomás, reconoce la primacía de estas dos facultades del ser humano, y la capacidad que tienen de gobernar sus pasiones, pero también se da cuenta de que el apetito sensitivo no está totalmente doblegado a ellas, sino que las mueve, como dice el doctor angélico, con dominio político. Es decir, no se trata de un dominio totalitario de la razón y la voluntad por encima de las demás facultades del hombre, sino que, a pesar de la primacía de estas dimensiones propiamente humanas, las pasiones se pueden oponer a ellas (Aquino, 1998).

Aun así, afirma que, para que las pasiones no sean enfermedades del alma, deben estar reguladas e integradas con la razón, con tal de elegir el recto obrar, ya que está en la naturaleza del hombre que esta facultad sea la que rija las demás. "Porque es propio de la recta razón regular la actividad de nuestra afectividad sensible" (Manzanedo, 2004). Pero en sí mismas no son buenas o malas, sino que son laudables en cuanto se integran en el orden racional dirigido al bien, y vituperables en cuanto que se oponen a él.

Además, el aquinate se basa en el hecho de que el ser humano ha sido creado en vistas a un fin: la felicidad. Y el hombre conoce el bien que le conduce a ella, en una primera instancia, a través del placer. Por lo tanto, reflexiona sobre las pasiones como fuente de ese primer contacto con la felicidad. Y entre ellas, considera una fundamental: el amor. Diciendo así que, "todo hombre que actúa, sea quien sea y haga lo que haga, lo hace siempre por amor" (S.T. I-II, q. 28, a. 6, resp.). Es decir, considera al amor el motor de nuestra acción.



### 1.3.1. *El movimiento circular del amor*

Para entender en qué consiste el gozo de la caridad, al que afecta la acedia, tenemos que entender el movimiento circular del amor que desarrolla Santo Tomás. Según Nault (2014), él, divide la acción del amor en tres momentos: la unión afectiva o unión intencional, el deseo y la unión real o gozo. En la primera, la persona se encuentra con un bien, que le atrae. Seguidamente, llegamos a un segundo momento, el deseo. En ella, como consecuencia de esta atracción que suscita el bien, en la persona nace un deseo de poseerlo, y eso le lleva a pasar a la acción, con tal de hacerse con él. Una vez conseguido, es cuando se entra en la última fase, el gozo, la unión real con el objeto. De este proceso, es importante fijarse en que el amor, en ese primer encuentro, precede al deseo.

Este proceso es el que explica la manera en que el amor es la génesis de toda acción. Y así mismo es cómo funciona con Dios, pues “nosotros amamos, porque Él nos amó primero” (Jn 1, 4-19). Y todo esto tiene que ver con la acedia, en la medida en que el aquinate la sitúa como vicio opuesto al gozo por el bien divino, es decir, al gozo que nace de la caridad.

### 1.3.2. *La acedia como tristitia de bono divino o tristeza por el bien divino.*

Como hemos explicado anteriormente, Aquino (1998) identifica diferentes tipos de tristeza:

El objeto propio de la tristeza es el mal propio. De ahí que el objeto extraño de la tristeza pueda considerarse ya por relación a otro solamente, (...) y así tenemos la misericordia, que es tristeza del mal ajeno, en cuanto se estima como propio; o bien por relación a ambas cosas en cuanto que ni es propio ni es mal, sino un bien ajeno, estimándose, sin embargo, el bien ajeno como mal propio, y así tenemos la envidia. Por otra parte, el efecto propio de la tristeza consiste en cierta huida del apetito. Por eso lo extraño con relación al efecto de la tristeza puede considerarse en cuanto a otro solamente, es decir, porque se impide la huida, y así tenemos la ansiedad, que de tal manera agrava el ánimo que no se ve escape alguno; de ahí que por otro nombre se llame angustia. Pero si se agrava hasta tal extremo que paralice también los miembros exteriores impidiéndoles obrar, esto pertenece a la acedia; así será extraño en cuanto a ambas cosas, porque ni es huida ni está en el apetito. (S.T. I-II, q.35, art. 8, resp.)

Por lo que la acedia se identificaría como una de las especies de la tristeza, especialmente profunda, que paraliza el obrar. Como veremos, el objeto que la

causa es el gozo de la caridad, que, en el movimiento circular del amor, nace por la comunión entre deseante y deseado, siendo estos Dios y el hombre.

Pues bien, para entender lo que es el gozo, es importante diferenciarlo, según Manzanedo (2004) de la *delectatio*, así como del simple placer o *voluptas*, como hace Santo Tomás. Cuando habla de *delectatio*, habla de la complacencia en el bien presente, sea de la naturaleza que sea. En cuanto a la *voluptas*, la asocia al placer por lo material, lo natural. En cambio, el gozo o *gaudium* se relaciona con lo espiritual, en donde gobierna la razón. Y sería esta la materia de la caridad, a la que ataca la acedia.

La virtud por la cual el hombre se une a Dios y entabla una amistad con Él, se llama la caridad, a la cual Santo Tomás aplica lo que explica Aristóteles (2005) en la *Ética* a Nicómaco: “pues las (cosas) que se realizan por agencia de los amigos de alguna manera lo son por nuestra agencia” (p.103). De forma que Dios mismo, a través de la amistad que tengamos con Él, es el que nos salva y nos lleva a nuestro fin último: la bienaventuranza eterna (Aquino, 1998).

De esta manera, podemos hablar del gozo que experimentaremos una vez alcancemos ese fin, en la vida eterna, y del gozo que ya podemos experimentar de forma anticipada en esta vida, a través de la amistad que compartamos con Él.

Una vez aclarado el significado del gozo de la caridad, virtud a la que se opone la acedia, se puede comprender mejor en qué consiste esta tristeza por el bien divino. Como explica Nault (2014), si el gozo implica cierto placer o *delectatio*, la tristeza, dolor; si el gozo es una pasión que nace por un bien presente, la tristeza es una reacción frente a un mal presente. Y en el caso de la acedia, lo que se percibe como un mal es, paradójicamente, el bien divino.

Por eso es un vicio de suma importancia, pues se opone directamente a la mayor de las virtudes: la caridad, la amistad con Dios, que habita en el alma humana y la transforma. Es la virtud que se halla en el corazón del obrar humano, y da forma a todas las demás virtudes (Pieper, 2007). Y esa ausencia es la que conduce a una pérdida del gozo y de la alegría.

### 1.3.3. *La acedia como tedium operandi o desgana por la acción.*

Hasta ahora, solo se ha desarrollado la primera definición de la acedia: la tristeza por el bien divino, opuesta al gozo de la caridad. Ahora se desarrollará la segunda: la desgana por la acción, que Santo Tomás presenta como algo obstaculizador, que impide que se llegue a realizar la acción buena (Nault, 2014).

Esta segunda parte de la definición podría tomarse de forma vana, al considerarla simple pereza. Según Nault (2014), si se observa la cuestión a través del prisma que nos ofrece Santo Tomás, se manifiesta la importancia que realmente tiene. Pues si a todo objetivo se llega a través de acciones que nos van acercando a él, a la bienaventuranza eterna se llega a través de actos que nos hacen bienaventurados. Es decir, sin pasar al acto, no cabe perfeccionamiento alguno en el ser humano. Y para el santo, los actos no son solo una preparación para nuestro fin último, sino una anticipación del mismo.

En este sentido, el tedio de la acedia no se dirige hacia cualquier acción, sino hacia aquellas que acercan al bien divino. Pues ante la tristeza que este bien causa en la persona, aparece la desgana hacia las cosas que a ello le lleven. Santo Tomás de Aquino (1998) identifica este aspecto, y lo plasma en algunas hijas de la acedia: la pusilanimidad, la indolencia de los preceptos, la ociosidad o la somnolencia. Teniendo en común todas ellas esa huida de hacer lo que se debe hacer, de cumplir con las obligaciones y responsabilidades propias.

Por eso es tan importante esta segunda definición de la acedia, porque no solo causa en la persona una tristeza ante el gozo por el fin del hombre, la caridad, sino que impide que pueda poner en práctica acciones que lo acerquen a él. Por lo tanto, no se trata de un obstáculo externo, sino interno, al consistir en un pecado que rompe la relación con Dios, pues mata la caridad que impulsa la acción hacia Él (Nault, 2014).

Por lo tanto, estas dos maneras de experimentar la acedia, en realidad son experiencias que van unidas. Por un lado, afecta al mayor de los gozos, la participación con Dios; por otro, a falta de esa caridad que nace de la amistad con Dios, afecta al obrar, pues esta virtud, como se ha desarrollado anteriormente, es el motor del actuar. Y de esta forma, ataca por todos los flancos, impidiendo que lleguemos a caminar hacia nuestro bien último.

#### *1.3.4. El proceso de formación de la acedia y sus hijas*

Así, al considerar la acedia vicio capital, Santo Tomás le atribuye la paternidad de otros vicios. Como hace con todos los hijos de todos los vicios capitales, los divide en dos categorías: la de los vicios que provocan la huida de los actos que nos entristecen, y la de los vicios que provocan en nosotros la búsqueda de compensaciones (Nault, 2014).

La primera categoría puede, a su vez, subdividirse en dos, dependiendo del tipo de huida que se lleve a cabo; si se da a través del abandono del propio bien, o si se abandonan los medios que nos conducen a él.

Según Echavarría (2021), a raíz del abandono del bien en sí mismo, nace la desesperación, vicio opuesto a la virtud teologal de la esperanza. Esta se engendra al huir del fin al que estamos llamados, la bienaventuranza, a través de la apatía por las cosas de Dios o por pensar que no se es digno de alcanzar ese fin. De ella se sigue un bloqueo en la búsqueda de los medios que conducen a ese fin. De esta forma, si se abandonan los medios que nos conducen al fin por tenerlos como muy difíciles, nace la pusilanimidad, una especie de tendencia a la mediocridad, que se opone a la virtud de la magnanimidad. Ese bloqueo en la búsqueda de los medios también causa la indolencia de los preceptos, dejando de cumplirlos como se debería, o apartándose totalmente de ellos.

Así, se va generando una desorganización moral en la personalidad, de la que poco a poco se irán desprendiendo más vicios, más hijas de la acedia. Santo Tomás identifica una de ellas como “la divagación de la mente por lo ilícito” (S.T., II-II, q.35, art. 4, ad. ob. 2). Esta nace ante la necesidad de buscar el placer para contrarrestar la tristeza en la que se está sumido, y sustituir aquel bien que en realidad el corazón sigue anhelando: el bien divino interior. Al no poseerlo, debe buscarlo en los bienes externos.

Santo Tomás de Aquino (1998) explica que la persona triste tiende, por un lado, a huir del objeto que le cause ese malestar, y por otro, a impugnarlo, a él y a todo lo que le recuerde. De ese modo, nacen dos vicios, que se caracterizan por cierta agresividad. El primero, si esta agresividad se da contra las personas que proponen el bien del que se huye, el rencor. El segundo, si la impugnación se dirige contra los mismos bienes espirituales, nace la malicia, como dice Echavarría (2021) “el final del proceso de hundimiento en el síndrome de la acedia” (p.80).

Además, toma las hijas que le atribuía San Gregorio, y que adopta San Isidro, y las organiza en esta clasificación. Así, la amargura la considera un efecto causado por el rencor. La ociosidad y la somnolencia formarían parte del incumplimiento de los preceptos; la primera incumpléndolos totalmente, y la segunda con descuido. Los otros cinco forman parte de la divagación de la mente por lo ilícito: la curiosidad, si atañe al conocimiento; la verbosidad, al habla; la inquietud corporal, si atañe al cuerpo, al no dejarle parar de moverse; la inestabilidad, si cambia de lugar de forma constante o si no deja de comenzar nuevos proyectos.

Así pues, vemos que la acedia daría lugar a muchos otros pecados, y así, poco a poco daría como resultado una desorganización profunda de la personalidad, que abarcaría todos los aspectos de la persona, desde sus pensamientos, y su vida interior, hasta sus acciones y lazos afectivos con los demás.

Dada la variedad de las consecuencias que puede causar esa tristeza por el bien divino interior, hemos considerado conveniente organizarlos en una tabla, para mayor claridad.

Tabla 1

<b>Las hijas de la acedia, según Santo Tomás</b>		
Por la huida del fin al que estamos llamados		Por la búsqueda de compensaciones: la divagación de la mente por lo ilícito
A través del abandono	A través de la impugnación	<i>*Curiosidad</i> <i>*Verbosidad</i> <i>*Inquietud corporal</i> <i>*Inestabilidad de lugar</i> <i>*Inestabilidad de voluntad</i>
Desesperación	Rencor	
Pusilanimidad	- <i>*Amargura</i>	
Indolencia de los preceptos	Malicia	
- <i>*Ociosidad</i>		
- <i>*Somnolencia</i>		

\*Los vicios de San Isidoro, organizados según la clasificación de Santo Tomás.

A las hijas de la acedia, Aquino (1998) las organiza de esta manera, pero eso no quiere decir que solo suceda una en la persona, o un grupo de ellas, o que suceda de forma esquemática. Al tratarse de un vicio capital, implica un dinamismo que provoca o incita la aparición de otros, con una lógica y una conexión. Así pues, la huida del fin conllevará la desesperación, que será el caldo de cultivo de la pusilanimidad, y más tarde de la apatía respecto de los preceptos. Como consecuencia de esta relajación del cumplimiento del deber, podría darse inicio a las diferentes formas de la divagación de la mente acerca de lo ilícito.

Así, sucesivamente, los diferentes vicios irían invadiendo a la persona y generarían otros nuevos. Y se iría provocando una corrosión y podredumbre de la personalidad moral, que llevaría al sujeto a buscar una fuga de la exterioridad. De esta manera,

poco a poco, se va conformando un síndrome que va moldeando una forma de ser viciosa.

Comprobada su importancia, y la cantidad de consecuencias negativas que tiene este vicio, podría sorprendernos que se haya perdido tan ampliamente el conocimiento sobre ella y sobre la conciencia de su gravedad. Pero esta desaparición no es algo casual, sino fruto de un proceso de cambio de mentalidad.

#### **1.4. La desaparición de la acedia**

Vemos que a lo largo de la historia varios autores hablan sobre este vicio, y como es normal, algunos subrayan más unos aspectos que otros. Por ejemplo, en la doctrina de Casiano, como hemos visto, aunque se señala el vacío nuclear y el ataque a la caridad, se da mucha importancia al aspecto de tedio, ociosidad y de huida del trabajo. Lo cual, podría dar lugar a considerar esta manifestación de la acedia como la central (Peretó, 2010).

Pero lo que verdaderamente marcó un cambio en la concepción sobre la acedia y su importancia fue la revolución que se da en la moral por influencia del franciscano Guillermo de Okham. En realidad, veremos que la ruptura que produjo entre moral y espiritualidad este cambio de paradigma, ilustra muy bien la evolución que sufrió la forma de considerar la acedia (Nault, 2014).

Según Pinckaers (1988), con Okham surgirá una nueva forma de concebir la moral, como consecuencia de una corriente de pensamiento llamado “nominalismo” y que se expandirá y penetrará en nuestra cultura hasta instalarse en nuestra forma de concebir la moral. Lo que hace este pensador es elaborar un nuevo concepto de libertad: la libertad de indiferencia. Para él, la concepción del hombre es totalmente individualista. Está sumido en una indeterminación absoluta frente al bien o al mal. Podría elegir perfectamente cualquiera de los dos, sin sentir ninguna inclinación más acuciante por uno que por otro. Pues considera que si no fuera de este modo, si el hombre estuviera inclinado hacia el bien, ya no sería totalmente libre.

Esto, en aquel tiempo, supuso una gran revolución porque, desde la antigüedad, los filósofos y en la tradición cristiana, se interpretaba la libertad como la capacidad de hacer buenas acciones, de escoger el bien y actuar en consecuencia, en cualquier lugar y momento. En Santo Tomás, eso venía precedido de una inclinación natural en la persona, que depende de su naturaleza espiritual, hacia lo bueno, la verdad, y hacia el fin último: la felicidad. Y son estas inclinaciones las que posibilitan la

libertad, encaminándonos a escoger aquellas acciones que le acercan al perfeccionamiento de su naturaleza, al acercamiento a su fin (Nault, 2014).

Según Pinckaers (1998), para Okham ocurre lo contrario, el hombre puede elegir con su inteligencia querer o no la felicidad, querer o no querer existir. De esta forma, la libertad precede a todo, y es la que domina las inclinaciones naturales, pudiendo elegir éstas o lo contrario a ellas. Así, estas tendencias, para él se presentan como unas tendencias ciegas, que suceden en el hombre al margen del uso de la razón, y considera que obstaculizan la verdadera libertad del hombre.

De modo que cree mejor eliminarlas, pero como consecuencia de ello, suprime también los hábitos y las virtudes en cuanto a disposiciones en el sujeto, pues igualmente podrían dificultar el ejercicio de la “verdadera” libertad. En cambio, los hábitos se convertirán en simples costumbres (Pinckaers, 1988). Esta interpretación sobre el significado de éstos es la que ha permanecido hoy en día.

Este nuevo concepto de libertad y la consecuente eliminación de los hábitos y las virtudes tendrá como consecuencia la fragmentación en el obrar del hombre. Al quedar cada acto aislado, separado del resto y considerado un caso independiente de los demás (Nault, 2014), el hombre pierde la unidad de su vida y de todo su obrar, respecto a la finalidad última. La moral ya no se refiere a una disposición que se va adquiriendo e integrando en su conciencia y que va dirigiendo su obrar, sino que se convierte en una moral voluntarista, que se debe aplicar en respuesta a cada situación particular que se presente.

Para Ockham, esta libertad de indiferencia que concibe en el hombre, igualmente se aplica a Dios, pero de forma absoluta. Su voluntad lo domina todo, sin “estar determinada en la fijación del bien y del mal por nada diferente a sí misma” (Pinckaers, 1988 p. 300). Así pues, según Su voluntad, puede cambiar en cualquier momento aquello que consideramos como bueno o como malo, y la consideración sobre la rectitud de nuestros actos dependerá de ello. De forma que, si Dios decidiese que cometer asesinato es bueno, este se convertiría en un acto loable.

De esta manera, la moral y la razón ya no están unificadas, y ordenadas conjuntamente al bien, como se concebía hasta ese momento. Por el contrario, a partir de entonces, se asienta el pensamiento de que la moral se rige por la ley de Dios. Puesto que, aunque para Ockham ambas libertades, la del hombre y la de Dios, son concebidas como dos absolutos, Dios tiene la potestad de imponer la suya a su criatura. En el encuentro entre estas dos voluntades es como nace el legalismo, la moral de la obligación.

Según Pinckaers (1988):

“En pocas palabras, se puede decir que la teología moral hasta el comienzo del siglo XIV era una moral de la felicidad y de las virtudes ordenadas en torno de la caridad. Con Ockham, es el propio centro de la moral lo que se desplaza (...). Aunque exteriormente asuma todo un conjunto de nociones y de doctrinas tradicionales, Ockham las reinterpreta y las transforma profundamente a partir de la idea de la obligación (...).” (p. 305).

De esta concepción de la moral, que se populariza a partir de ese momento, surgen varias consecuencias. Una de ellas, será la separación entre lo moral y lo espiritual. Al obrar le corresponde únicamente lo moral, sin que tenga nada que ver el espíritu; y al espíritu le corresponde únicamente lo espiritual, sin que tenga nada que ver el obrar. Ya no hay una unidad en el obrar humano entre estas dimensiones, así como tampoco entre los diferentes actos que ejecuta (Nault, 2014). Además, como explica Pinckaers (1988), se sustituye la caridad como centro de la moral, por la obligación, de forma que queda sometida a ella.

Estos aspectos, en el tema que nos atañe, la acedia, conllevan importantes cambios. Al apartar estas dos dimensiones, a la acedia ya no le atañe en absoluto lo moral, y por tanto, el obrar. Únicamente se hablará de ella en escritos de espiritualidad, en concreto, en dos sentidos. El primero, sobre la acedia en cuanto a pereza, considerada como una negligencia o desánimo en la oración, simplemente como una distracción. En el segundo, en forma de melancolía, como un acomodamiento en cierto malestar (Nault, 2014).

Si comparamos estas dos vertientes con las definiciones que da Santo Tomás (1998), se aprecia que la melancolía guardaría cierta relación con la tristeza (S.T. I-II, q.37, art. 4, ad. ob. 3), mientras que la pereza con la “tardanza en la ejecución” (S. T., II-II, q.54, art.2), que correspondería al tedio por la acción de la acedia. Pero ya no les une esa afectación nuclear en la caridad como motor de la acción humana, así que se produce una escisión, y como consecuencia, una banalización de ambas.

Así es como la acedia poco a poco se va diluyendo, por una parte, en una simple pereza o desgana, y por otra, en cierta melancolía. De manera que se deja de hablar del término, y como consecuencia, desaparece la conciencia de esta terrible realidad, que como dice Santo Tomás, paraliza a la persona, pudiendo comprometer su felicidad.

Además, en esta nueva moral que se irá desarrollando a partir de Ockham, se ataca directamente al factor central de la moral clásica, que es, a su vez, el objeto central



al que ataca la acedia: la caridad. Por último, desaparece la idea de vicio o virtud como tendencia, como hábito estable en la personalidad del hombre. Por lo que ya no se entenderá a la acedia con la riqueza de significado que aportaba el considerarla un vicio según la doctrina clásica. Y así es como se da lugar a la pérdida de profundidad sobre las implicaciones que esta puede tener para la persona.



## **2. La actualidad de la acedia**

Hasta ahora, se ha descrito la acedia según la doctrina de algunos teólogos católicos, como Evagrio, Juan Casiano, San Gregorio Magno o Santo Tomás. Pero ¿quiere decir eso que la acedia sea una realidad aplicable solo a las personas que practican esta fe? ¿O es también aplicable al resto de la sociedad?

### ***2.1. La naturaleza como fundamento de la realidad***

Por un lado, si atendemos a la naturaleza del hombre y a la de la acedia, descritas anteriormente, veremos que es algo que afecta a cualquier persona, independientemente de que esta sea consciente de la existencia y los efectos de este vicio. Es decir, está en la naturaleza del hombre tender hacia el bien y la verdad, que le encaminan hacia el fin último: la felicidad plena, la bienaventuranza. Esta felicidad ya se puede empezar a gozar en el camino hacia ella a través de la participación del Bien, que va morando en nuestro interior y se convierte en el motor de nuestro obrar. Y así sucede en todo ser humano, porque está en su naturaleza, profese una religión o no. Pues, como dice Santo Tomás:

“Toda cosa natural no solo tiene inclinación natural respecto del propio bien, a alcanzarlo cuando no lo tiene o a descansar en él cuando lo tiene, sino también a difundir en otros el propio bien, según que ello sea posible” (S.T. I q. 19, art. 2, c.).

Por lo que se trata de un fenómeno que ataca a un bien al que el hombre está naturalmente inclinado. Por ello es algo que describen los Padres del desierto. Porque observan que es una experiencia que les acontece a muchos de ellos, así que desarrollan una descripción sobre las características comunes que observan en ellos.

Por otro lado, como decía Santo Tomás, se cae en la acedia cuando se enfría ese fuego que implanta la posesión del bien en nuestro corazón, la caridad, al repetir acciones contrarias a ella. Así, el acídico, al no gozar de ese bien, cae en la desesperanza al creer que nunca se podrá conseguir llegar al fin último, la bienaventuranza.

Y si se deja que la acedia se vaya implantando en el núcleo del corazón, en lugar de la caridad, que es el motor del buen obrar del hombre y que da sentido a su existencia, es cuando poco a poco se va desarrollando el síndrome de la acedia, con sus terribles consecuencias y sus hijas. De igual manera, esto sucede si se pierde

de vista o se desconoce el fin al cual tiende la naturaleza humana, pues aunque el hombre se desorienta, ese deseo permanece escrito en su corazón.

## **2.2. La acedia en nuestra sociedad**

Diversos autores contemporáneos también tratan este tema, identificando los rasgos de la acedia y sus consecuencias, propuestos por la doctrina católica, con rasgos que se encuentran en las personas de nuestra sociedad.

Uno de ellos es Josef Pieper, filósofo alemán, que habla de este vicio en su obra *Las virtudes fundamentales* (1976). La define como una “desgana del corazón que no se atreve a lo grande para lo que el hombre está llamado” (p.291). Es aquello que surge cuando el hombre pretende vivir rechazando la nobleza de su naturaleza, lo que lo acaba paralizando ante la acción.

Así, ese tedio por la acción, que explica que genera la acedia, luego se torna en divagación, palabrería, descontrol y ganas de refugiarse en la pluralidad, la inestabilidad, la imposibilidad de asentarse en algún lugar... Todo ello con el propósito de poder escapar de sí mismo y de la tristeza que le produce la idea de no ser capaz de llegar a poseer aquello que su corazón anhela.

Como vemos, se trata de una realidad que afecta a muchos ámbitos de la vida de la persona que la sufre, y que se puede manifestar de formas muy diferentes, que van desde la divagación, hasta la incapacidad de establecerse en un lugar fijo. Pues todas ellas tienen como nexo el desarraigo interior en torno a un bien último, que sea el que centre y dirija la existencia. De forma que, ante esa ausencia, se genera un desorden en la vida del sujeto, que va conquistando los diferentes ámbitos de ésta.

Por consiguiente, también la menciona cuando desarrolla la virtud de la esperanza, pues la acedia sería lo opuesto a ella, es decir, el principio y raíz de la desesperación. Y, siguiendo la doctrina tradicional de la Iglesia, la sitúa como una especie de tristeza que recae sobre el bien divino del hombre, sobre aquello a lo que su corazón se inclina y anhela.

Y habla de ella como “uno de los rasgos decisivos de la fisionomía íntima de nuestra época, la misma época que ha proclamado como ideal el mundo trabajador totalitario” (p. 397). La identifica como un rasgo fundamental en la sociedad en la que vivimos.

El Dr. Francisco Canals es otro autor contemporáneo que habla sobre la acedia, analizando la doctrina de Santo Tomás. Ve que aquello de lo que habla el Aquinate es algo que se da de forma natural en el ser humano, pues Canals (2004) escribe:

“Cada hombre lleva dentro de sí el bien que obra dentro de él. Y no sólo está pensando Santo Tomás en los propios bienes de la gracia, sino en su propia naturaleza racional, su entendimiento, libre albedrío. El hombre tiene en sí mismo un mundo interior, un bien, que por este vicio capital de la acedia no aprecia, no goza, le entristece. (...) Es un vicio por defecto, de no gozarse en el bien divino interior que todo hombre lleva dentro de sí, elevado por la gracia de Dios, llamado a la fe.” (párrafo 15)

Por lo tanto, este autor coincide al explicar que lo que entristece no solo es el aspecto sobrenatural que se conoce mediante la fe, sino el mismo bien que radica en el hombre en sí mismo, en su naturaleza, su racionalidad, su libertad.

Mercedes Palet, a su vez, en su libro *La familia educadora del ser humano*, dedica el último capítulo, *Actualidad psicológica de la enseñanza de Santo Tomás de Aquino*, a demostrar la forma en la que la doctrina del aquinate es totalmente aplicable a nuestra época, pues al final, de lo que habla es de una cuestión de la naturaleza del hombre, de cómo éste está conformado. Y lo hace, precisamente, con el ejemplo de la acedia.

De esta manera, desarrolla una de las formas de aparición bastante común en los jóvenes de estos tiempos. Citando a Aristóteles, argumenta que en esta época de la vida es característico el gusto por el placer, y la poca capacidad de soportar sin él. Por ello, si se le añade una falta de convicción o de hábitos, muchas veces los placeres les vencen en la búsqueda del Ideal. Y así es como empiezan a caer en la acedia. Como dice Palet (2000), “niegan la existencia y, consecuentemente, la posibilidad de un Ideal y caen en el sufrimiento por la vida sin sentido” (p.217).

Dice que esto no solamente es por verse incapaces de alcanzar este Bien, este Ideal ordenador de la vida, sino porque muchas veces no se conoce, por su ausencia, o por la ausencia de modelos que puedan acercarle a Él. De ello resulta una pérdida de esperanza, ante la frustración del deseo de dar sentido y esperanza a su vida. Así, se dan las dos razones de la pérdida de esperanza que nombra Santo Tomás (1998): “por no considerarla asequible ni por un mismo ni por otro” (S.T., II-II, q. 20, art. 4, in corp.).

Ante este vacío, es cuando al joven, dice Palet (2000), le invade ese hastío y esa tristeza que paraliza que es la acedia. De forma que solo queda la tentación de huir

de ese sufrimiento. De ahí nacen las consecuencias de la acedia, a las que ella identifica como el resentimiento agresivo y el desorden en los placeres sensibles.

En el fondo es una búsqueda de apartarse de aquello que le entristece, y así es como se cae en la desesperación, la pusilanimidad, cuando se ve incapaz el joven de ser dueño de su vida, y la indolencia de los preceptos, siendo incapaz de ser responsable de sus actos y sus obligaciones.

Esa huida, además, provoca en él la necesidad de vivir solamente el momento presente. Y por ese vacío interior, dice Palet (2000), tiende a tomar actitudes rencorosas agresivas, enfrentándose con todo aquel que proponga un camino para combatir ese sufrimiento, llegando incluso a odiar al mismo Bien o Ideal.

Al estar sumergido en tal estado, continua esta autora, se ve incapaz de comunicarlo con cualquier otra persona, así como de comprenderlo él mismo. Eso “le sumerge en el aislamiento y tiende a la amargura, la ociosidad, a la somnolencia y a la divagación de la mente por lo ilícito” (p.222), lo cual le dirige a intentar compensarlo con los bienes sensibles. Así lo relaciona con el incremento de la bebida, la desinhibición sexual y de las drogas que hay en la actualidad.

De esta manera ejemplifica esta autora el síndrome de la acedia descrito por Santo Tomás en su *Suma Teológica*, como una variedad de comportamientos muy presentes hoy en día. Los cuales, dice, pueden resultar contradictorios a primera vista, pero tienen algo en común: el abatimiento y el vacío interior.

Por ello, concluimos que este vicio no concierne simplemente a una tristeza respecto a aquel bien divino de los que profesan una religión, sino a un bien al que toda persona, por ser persona, tiende. Se trata de una tristeza “acerca de un bien ordenador de la vida que le da sentido” (Muñoz, 2015).

Estos autores, a su vez, al profundizar sobre el vicio de la acedia, ven una clara relación entre ésta y muchos de los males que padece nuestra sociedad hoy en día. Coinciden al identificarla en la tristeza y en la desesperanza, además de otros rasgos que también se relacionan con las hijas de la acedia.

### **2.3.Las manifestaciones de la acedia en la sociedad**

Otro argumento que respalda el hecho de que la acedia es un vicio que refleja una realidad existente en la experiencia del ser humano, es que se pueden observar sus manifestaciones en el mundo que nos rodea, especialmente en la actualidad.

Algunos autores, de hecho, relacionan algunos de los fenómenos sociales con las hijas de la acedia, y de esta manera argumentan que es una realidad que está muy presente. A continuación, se nombran algunos de estos rasgos.

### *2.3.1. La crisis de la interioridad.*

La interioridad es una dimensión necesaria para el fortalecimiento de la personalidad que posibilita que el individuo pueda relacionarse consigo mismo y con el mundo que le rodea de una manera sana, y así, desarrollarse, crecer y perfeccionarse. Pero esta dimensión crece precisamente, como dice Anatrella (1993), “a partir de la función del Ideal, que favorece el nacimiento y crecimiento de la subjetividad” (p.28). Es decir, a partir del conocimiento del ideal, del bien, para que la persona pueda tomarlo como referente y guía en su desarrollo.

Pero esta función en nuestra sociedad ha sido abandonada, sustituida por el ideal de no tener ningún ideal, o por lo menos, ninguno al que nos debamos someter (Anatrella, 1993).

Esto provoca una crisis en el hombre, causada por la ausencia de vida interior, que podría identificarse con una de las características más nucleares de la acedia, y que muchas veces es la que la provoca: la falta de contemplación y conocimiento del bien divino, y la huida de él, rechazándolo. Así es como se da inicio a todo el síndrome de la acedia y sus hijas. Una de ellas suele ser la huida hacia el exterior, y poco a poco se van sucediendo el resto. Velasco (2003) intuyó muy bien la relación entre ellas:

Como esta huida implica una renuncia a la vocación de ser hombre, una abdicación de la dignidad que nos es propia, genera a menudo un resentimiento contra todo lo que se relacione o recuerde esa grandeza perdida. (p. 16)

Como vemos, él detecta que, para paliar la vida interior, se suele tomar una huida hacia el exterior, que provoca un resentimiento por todo aquello que se relacione con ese bien que no posee. Este es un claro ejemplo del sujeto acidioso.

### *2.3.2. La depresión.*

Actualmente los índices de depresión han subido de forma exponencial. Se estima que alrededor del 5% de los adultos del mundo padecen depresión (Organización Mundial de la Salud [OMS], 2021). Hay autores, como Byung-Chul Han (2010) o François-Xavier Bellamy (2020), que asocian este aumento de la depresión como fruto de la autoexigencia, del positivismo y del progreso, típico de estos tiempos.

Podría identificarse también con la especie a la que Aquino (1998) dice que pertenece la acedia, la tristeza, en concreto “una tristeza que de tal manera deprime el ánimo del hombre, que nada de lo que hace le agrada” (S.T. II-II, q.35, art. 1, resp.).

Es evidente pues, que los rasgos que describe el doctor angélico de la acedia, coinciden con la abulia y la apatía, con el estado de ánimo deprimido, de la descripción del episodio de depresión mayor que da el Manual Diagnóstico y Estadístico de Trastornos Mentales (DSM5®) de la American Psychological Association (APA). Y que cada vez es mayor el número de personas que los presenta, según los datos recabados.

### *2.3.3. El cansancio fruto del exceso de trabajo.*

Muchos autores también están de acuerdo en que existe un cansancio generalizado. Se habla de “la generación fatigada” (Espluga, 2021), de “la sociedad del cansancio” (Han, 2010), del síndrome del burn-out. Advierten de la vertiginosa velocidad y la exigencia desmesurada, que lleva a una auto imposición de superación propia que acaba agotando a las personas. Como dice Han (2010), “el reverso de este proceso estriba en que la sociedad de rendimiento y actividad produce un cansancio y un agotamiento excesivo” (p.72).

También habla, nombrando a Handke, de que se trata de un tipo de cansancio que se da de forma individualizada, que aísla y divide, que destruye toda comunidad: pues al tener la mirada únicamente puesta en su Yo, el hombre se encierra en sí mismo.

Por lo que la causa de este cansancio, que es este exceso de trabajo y de actividad, podría deberse a una autoexigencia externa, ante la posibilidad de darse cuenta de la pobreza de la vida interior. Esto, en el síndrome de la acedia, tendría relación con lo que explica Santo Tomás sobre la indolencia de los preceptos, pues es un vicio que una de las maneras en que se manifiesta es, como dice el aquinate “contraría al precepto de santificación del sábado, en el cual, por ser moral, se preceptúa la quietud de la mente en Dios” (S.T, II-II, q.35, art.3, ad. ob. 1). Es decir, que lleva a una forma de huida, a través de un exceso de laboriosidad, por el que el hombre deja de dedicar tiempo al reposo y la contemplación del Bien (Peretó, 2011). De manera que el éxito de la vida se circunscribe al éxito laboral o empresarial.

### *2.3.4. La desesperanza.*

Se manifiesta en la alta ratio de suicidio anual, especialmente entre los jóvenes, siendo la cuarta causa de muerte entre los 15 y los 29 años. Según los datos de la



OMS, cada año se suicidan más de 700.000 personas (OMS, 2021). Mercedes Palet (200) identifica la esperanza como la virtud que sería propia de la juventud, y por ello se extraña de que actualmente el suicidio esté tan presente en la adolescencia.

Encuentra la explicación en la falta de un Ideal por el que merezca la pena vivir, y así caen en la desesperanza, ante ausencia de sentido de su existencia. Lo cual causa desvinculaciones personales y sociales, amarguras, ociosidades, inquietudes e inestabilidades, que sufre gran parte de la población. Y advierte de la importancia de la prevención de la desesperación.

San Gregorio y Santo Tomás también hablaban de la desesperación como una de las primeras hijas que aparece como consecuencia de la acedia. En concreto, Aquino (1998) explica:

(...) el hombre llega a no considerar como posible de alcanzar por sí mismo o por otro el bien arduo cuando llega a gran abatimiento, ya que cuando éste establece su dominio en el afecto del hombre, le hace creer que nunca podrá aspirar a ningún bien. (S.T., II-II, q.20, art 4, ad. obj.)

Por lo que habla de la desesperación como una forma de huir del fin que toma el acidioso, y la define como contraria a la esperanza.

### 2.3.5. *El movimiento constante.*

François-Xavier Bellamy (2020) identifica el comienzo de la forma dominante en que se concibe el mundo actual, siglos atrás, en la obra de Hobbes, en la cual el hombre destierra todo objetivo que pueda tener el movimiento. Es decir, se instala la creencia de que todo cambia y de que no hay ningún fin al que pueda dirigirse el cambio. La consecuencia de esto es la reducción de la vida simplemente a un movimiento perpetuo. Y es este dinamismo sin fin, entonces, el que nos hace seguir vivos. Por tanto, según esta visión, si la felicidad existiera sería un movimiento, una acción, y no un estado. Pues, como escribe Bellamy (2020) sobre la sociedad actual:

Para mantenerse vivo hay que seguir y seguir corriendo y en eso estamos todos: corriendo los unos contra los otros sin que ninguno sepamos a donde vamos. Correr, no para llegar a alguna parte, sino para continuar en la carrera. (p. 56)

Este rasgo se identifica con otros de los cuales ya se ha hablado. Y que tienen en común esa huida, ante el temor a detenerse y darse cuenta de la propia pobreza interior. Ante esto, se elige el movimiento, la acción, como forma de evitar la crudeza

de la propia realidad, creyendo que esa hiperactividad será la que libere de esa carga, como explica Han (2010):

(...) la hiperactiva agudización de la actividad transforma esta última en una hiperpasividad, estado en el cual uno sigue sin oponer resistencia a cualquier impulso e instinto. En lugar de llevar a la libertad, origina nuevas obligaciones. Es una ilusión pensar que cuanto más activo uno se vuelva, más libre se es. (p.54)

Por lo que, en realidad, aquellos que se dejan arrastrar por el cambio constante, acaban estando más encadenados a él.

Este exceso de actividad, de movimiento y de cambio, correspondería a lo que el aquinate llama divagación de la mente por lo ilícito, que se manifiesta en la inquietud corporal y la inestabilidad, además de la curiosidad y la verbosidad.

### 2.3.6. *Exposición de la intimidad.*

Como dice Abbate (2019), “la tecnología (...) somete y comprime la realidad a un activismo comunicativo incesante” (p. 23). Es evidente, además, la sobre exposición de la propia vida privada, cada vez más acuciante, de los jóvenes en redes sociales como Instagram, TikTok o YouTube.

La cual podría identificarse con una de las hijas de la acedia: la curiosidad. Puesto que, a través de las redes sociales, la persona lo que hace es huir de su obligación, o de tener que enfrentarse a su realidad, a su vida, a aquel bien que es arduo, y por supuesto, a su interioridad. De hecho, hay numerosos estudios que identifican el uso de los teléfonos móviles como una forma de evitación, que además acaba convirtiéndose en una adicción para la persona (Ruiz-Ruano et al. 2020).

Velasco (2003) pone esta huida hacia el exterior como parte de todo un síndrome muy parecido a la acedia. Él hace un reclamo sobre la necesidad de interioridad para poder tomar las riendas de la propia vida, a la vez que identifica como un ataque hacia ella el exceso de exterioridad, un rasgo muy común actualmente.

Afirma que esta extraversión personal, hoy en día, es vista como una nueva virtud social, como una forma de sanación para el hombre. Y la relaciona con la falta de pudor. Pues a ambos factores, la extraversión y el pudor, les une esa exposición de la parte más íntima de la persona. Así, Velasco (2003), citando a Ortega (1966), afirma:

“El pudor induce a tapar el cuerpo porque el cuerpo exhala lo incorporal, expresa lo íntimo. Es el alma lo que se quiere cubrir...”, dice Ortega (p.46). La grotesca obsesión por el sexo en el mundo

contemporáneo encubre y manifiesta a la vez la existencia de un pavoroso vacío. (p.17)

### 2.3.7. *La moda.*

La moda se ha vuelto un fenómeno que consiste en el cambio por el cambio, y un cambio sin fin. Pues como dice Lipovetsky (1990): “En el presente, todo el consumo se despliega bajo el signo de la moda; ésta se ha convertido en una práctica ligera que ha asimilado la legitimidad de lo efímero y la renovación permanente.” (p.224). Este autor asocia el fenómeno de la moda como un proceso que va unido al nacimiento y desarrollo del mundo moderno occidental, en el que la moda no representa ya únicamente la ambición capitalista, sino una manera de escapar de cualquier signo que pueda recordarnos a una tradición, a una historia.

Desde ese punto de vista, la moda no es tanto signo de ambiciones de clase como salida del mundo de la tradición; es uno de los espejos donde se ve lo que constituye nuestro destino histórico más singular: la negación del poder inmemorial del pasado tradicional, la fiebre moderna de las novedades, la celebración del presente social (Lipovetsky, 2009, p.11).

Así, vemos como se trata de un dinamismo que tiene mucho que ver con los demás rasgos que se han nombrado, y que se caracteriza, principalmente, por la búsqueda de novedad, que podría relacionarse, de nuevo, con una forma de huir propia del sujeto acedioso.

### 2.3.8. *El resentimiento.*

Otro rasgo sobre el que diversos autores hablan en estos tiempos es el resentimiento. Después de Nietzsche, Scheler y Girard hablan de él como un sentimiento generado por una represión continua de ciertas emociones, que hace que no se acepte la realidad, de forma que se genera un juicio transformado sobre ella, en la que la culpa del malestar propio siempre se encuentra en factores externos. Este sentimiento, además, genera un deseo de venganza que nunca es consumado (Belmonte, 2020).

Belmonte (2020) compara este concepto en Scheler y Girard con el de la acedia de la doctrina de Santo Tomás, y concluye que son dos nociones que se identifican en gran medida:

Al ser la acedia una tristeza ante el bien divino, el acídico fácilmente pasa de entristecerse ante la contemplación de otro que ha alcanzado visiblemente tal bien divino, a impugnar o rechazar al causante de su

tristeza, que es ese mismo otro, ante el cual se indigna; de modo similar el resentido intentará evitar a toda costa la contemplación de sujetos agraciados con valores superiores, pero, cuando no tenga más remedio que observarlos, dirigirá su odio hacia la existencia misma del otro (p.232).

Este autor detecta que, en este sentido, ambos coinciden en el odio al sujeto que esté en relación con el bien que se anhela, descripción que hace Aquino (1998) sobre el rencor, una de las hijas de la acedia.

Hoy en día podemos ver que esta actitud de resentimiento, primero hacia el Bien en sí mismo, como lo expresa Nietzsche con la frase “Dios ha muerto y yo lo he matado”, y en segundo lugar, contra todo aquello que pueda representar o recordar a ello: la figura del padre, de la patria, o del sacerdote.

En conclusión, como hemos podido ver, se podría relacionar a muchas de las hijas de la acedia con rasgos sociales que diferentes autores, con cosmovisiones variadas, coinciden en que están presentes hoy en día.

Por ello, es obligado considerar posible que estos rasgos sean síntomas que revelen un síndrome, es decir, que tengan una causa común a todos ellos. Y que, de esta manera, al coincidir estos rasgos con las manifestaciones del “síndrome de la acedia”, se la pueda identificar como la génesis de todas ellas.

Aunque es cierto que hoy en día puede resultar difícil que se acepte, por la falta de visión espiritual y trascendente que impera en nuestra sociedad. Pues, según Dom Jean-Charles Nault (2014), si se deja de entender la acedia desde una perspectiva espiritual en relación con Dios, se pierde la plenitud de su significado, y se corre el riesgo de reducirla a sus meras manifestaciones.

#### **2.4. Acedia y falta de sentido**

Antes hemos tratado diferentes rasgos de la sociedad en los que se manifiesta este vicio, pero uno de los más comunes e importantes en el desarrollo de este escrito, puesto que afecta al núcleo de la acedia, es la falta de sentido.

Éstas, la acedia y la falta de sentido, son dos cuestiones que, como se ha podido intuir a lo largo del trabajo, están íntimamente relacionadas entre sí, puesto que la acedia ataca precisamente a aquello que da sentido a la vida e impulsa al hombre hacia su fin.

Y es que, como dice Nault (2014), vida moral y sentido van íntimamente unidos. Pues es a través de la moral la manera en la que se da sentido a los actos y, en cuanto a dirección y significado, a la vida. Ya que lo moral es inseparable de las decisiones que tomemos y los actos que cometamos.

Por ello, sentido y vida moral están profundamente unidas, pues a través de esta última se elige dotar de sentido al tiempo, a nuestra vida. Sentido en referencia, tanto al aspecto de significado de la vida, como a su orientación. Pues cada acción, cada decisión que tomamos en la vida, lo hacemos con un objetivo, y es a través de ellas cómo dotamos de significado a la vida. Y cada una, dependiendo de si es buena o mala moralmente, nos acercará o alejará de ese sentido en cuanto a orientación, y dará mayor o menor significado a nuestra existencia.

Por ello, a este autor le parece que están tan ligados la falta de sentido y la acedia, porque ésta ataca directamente al sentido de la vida, al fin último al que se dirige el obrar de cada persona. Así, como dice Nault (2014):

“En esta perspectiva, la acedia se presenta como la tentación de hacer de la vida moral un sinsentido. Se aprecia así el carácter profundamente inmoral de semejante vicio: la acedia admite que el absurdo puede ser la última palabra de la existencia.” (p. 76).

De esta manera asocia la acedia con el nihilismo, del cual habla como un odio al ser, como un arrancar a la persona de su lugar propio. Pudiendo causar en ella, un grave peligro muy común en nuestro tiempo, una tristeza profunda fruto de un vacío existencial a falta de algo que dote de sentido a su vida. La cual, en numerosas ocasiones, se identifica como una causa de la depresión.

Justamente, Mercedes Palet (2003), en el capítulo 6 de su libro *La familia: Educadora del ser humano*, identifica este vicio en la doctrina de Santo Tomás como una cuestión de gran actualidad, a la vez que lo relaciona con la falta de sentido:

“En su análisis sobre la acedia Santo Tomás muestra al psicólogo la causa común y desgraciadamente muy actual de un variadísimo espectro de comportamientos, incluso contradictorios en apariencia, y le brinda un claro camino curativo y de salida a esa situación de abatimiento y vacío interior tan característico de una gran parte de nuestros jóvenes y menos jóvenes.” (p. 216)

En este libro, en el que habla sobre la educación bajo la luz de la doctrina de Santo Tomás, describe la acedia como un fenómeno muy actual, a la vez que común, en la juventud. Citando a Aristóteles, argumenta que “los jóvenes, por su edad, no

soportan de buen grado nada falta de placer” (Aristóteles, citado por Palet, 2000). Y eso, muchas veces conduce a que se haga un balance entre el atractivo de los placeres, y el Ideal al que estamos llamados. Otras, al no conocer la posibilidad del Ideal, se ignora la posibilidad de realizarlo. En ambos se cae en el vicio de la acedia.

Como consecuencia, sea por desconocimiento o por falta de hábitos y fortaleza, muchos jóvenes se dejan llevar por el presente y por los placeres que se les van presentado en cada momento. Así, niegan la posibilidad de la existencia del Ideal y caen en lo que Frankl llama “el sufrimiento por la vida sin sentido”.

Pero, como argumenta Frankl (1994) en su libro *La voluntad de sentido*, “logos y existencia poseen también una conexión interna: ellos se exigen mutuamente” (p.85). Es decir, el logos, el principio de todo y el fin al que tendemos, y nuestra existencia, están unidos por una tensión que empuja al hombre a resolver los interrogantes que estos asuntos suscitan en su corazón. Y si no es así, se da en la persona un sufrimiento, fruto de esa tensión no resuelta.

Porque ante esta cuestión existencial, este autor afirma que es el que pregunta el que se convierte en el objeto del interrogante. Es decir, en este interrogante es el hombre el que se pone en duda a sí mismo.

Frankl explica cómo su generación vivió una realidad en la que el hombre fue despojado de todas sus pertenencias, quedándose desnudo ante la realidad. En aquel momento, el hombre únicamente se quedó con lo que el hombre es, y es entonces cuando la pregunta por el sentido de la vida, por la propia existencia, se hizo inevitable y fundamental para afrontar la vida.

Nuestra época, en ese sentido, es totalmente opuesta. En occidente, vivimos en una sociedad del bienestar y del consumo, en la que aparentemente todo está bien, pero en la que, por otro lado, se oculta el sufrimiento y la muerte, cuestiones fundamentales que debe afrontar toda persona. Además, son precisamente estas las que inducen a la pregunta por el sentido de su vida, hacia el fin último. Pues, aunque todo esto se intente ocultar, ignorar, o se crea que es imposible de alcanzar, en el corazón del hombre sigue existiendo esa necesidad de encontrar el fin último de su existencia, que dote de unidad y cohesión a toda su vida.

De hecho, Frankl (2000) confirma que estos tiempos se caracterizan por una frustración existencial, en la que “es particularmente el joven el que se siente frustrado en su deseo de sentido” (p.14), que muchos describen como un vacío existencial ante la vivencia de su vida como absurda.

Pues ya en su época, Frankl (1994) explica que los pacientes que más se recibía en sus consultas eran los que venían con lo que él llama “el sufrimiento por la vida sin sentido”, siendo este más frecuente en los jóvenes menores de 30 años.

Sobre la razón de que surja esta pregunta del sentido, Frankl (1994) dice:

Personalmente, no soy de la opinión de que eso sea una enfermedad, por ejemplo el síntoma de una neurosis. Sí creo que el hombre, al interrogarse por el sentido de la vida, más que eso, al atreverse a dudar de la existencia de tal sentido, sólo manifiesta con ello su esencia humana. (p.227)

Pero en la actualidad, el hombre que se plantea esta cuestión, solo encuentra frustración, describe este autor. La causa la atribuye a que “en la sociedad de la abundancia, el estado de bienestar social prácticamente satisface todas las necesidades del hombre” (p.227). La única necesidad que no puede satisfacer, es la de sentido, lo que él llama “la voluntad de sentido”.

A ella, la define como la necesidad que habita en lo más íntimo del hombre, la de encontrar un sentido a su vida, a todas las situaciones de su vida, para así, poder colmarlo. Es algo por lo que su vida cobra tal plenitud, que, si fuera necesario, estaría dispuesto a sufrir por él. Y que, si por el contrario, no encuentra, su vida estará vacía, y solo valdrá en la medida en que le vayan bien las cosas. Pues al contrario, las consecuencias, como explica que veía cada día en terapia, son terribles. En primer lugar, el suicidio; en segundo, desórdenes sexuales; en tercero, las drogas.

También identifica otra consecuencia: las neurosis noógenas, “que, más que una enfermedad psíquica, son una pobreza espiritual, y que no pocas veces son consecuencia de un *sentimiento radical de falta de sentido*” (Frankl, 2000, p.16).

Así pues, vemos la gran similitud que guarda una vida sin sentido con la acedia. Puesto que ambas afectan al núcleo de la persona, a aquello más íntimo que habita en ella, y que es motor de su acción.





### **3. Prevención a través de la educación en virtudes**

Dada la importancia del tema tratado hasta ahora, la acedia y sus consecuencias, tan extendidas actualmente, es conveniente plantear algún remedio que pueda servir de ayuda para prevenir este “mal de nuestros tiempos”, como lo llama Nault (2014).

Por ello, creemos que, al tratarse de un vicio capital y de sus hijas, la mejor prevención es la adquisición y ejercicio de las virtudes, al ser éstas lo opuesto a los vicios. Este proceso de adquisición de virtudes es el objeto de la educación. Puesto que el fin que ella persigue es el estado de virtud, es la instrucción de los niños “de tal manera que puedan ejecutar después obras de hombres” (S.T. I-II, q. 107, a. 1, c.), lo que E. Martínez (2018) llama “mayoría de edad moral”. Por tanto, requiere un trabajo educativo mediante el cual se va adquiriendo una perfección del ser que es como la adquisición de una nueva naturaleza, una segunda generación (E. Martínez, 2018).

Como hemos hecho hasta ahora, seguiremos tomando como referente la doctrina de Santo Tomás de Aquino, para dotar de mayor unidad y coherencia al trabajo. Además, como dice Echavarría (2021), una parte importante de la Suma Teológica se organiza en torno a las virtudes, tratándolas como uno de los principios explicativos de la acción humana. Pero no desarrolla de manera aislada cada una de ellas, sino que nos presenta lo que Echavarría llama una “teología de la personalidad” (2021), al concebirlas conexas entre sí.

#### **3.1. Remedios contra la acedia**

Primeramente, describiremos de forma breve los remedios que proponen aquellos autores que, por su profunda y sabia doctrina, hemos tomado como referencia en la descripción de la acedia en la primera parte de este trabajo.

Nault (2014) desarrolla los cinco remedios que propone Evagrio Póntico en su tratado práctico: las lágrimas, la oración y el trabajo, el método antirrético o contradicción, la meditación de la muerte y la perseverancia. Menciona las lágrimas porque son la manifestación exterior de la necesidad de ser salvados, y ablandan el corazón, permitiendo que se abra al Señor y nos ayude. Propone la alternancia entre la oración y el trabajo, cumpliendo las metas propuestas. En cuanto al método antirrético, consiste en combatir los malos pensamientos con versículos de la Escritura, para que ésta dote de la fuerza necesaria para vencer las tentaciones. También la meditación de la muerte, con tal de reenfocar el presente al fin al que se quiere llegar, y así dotar a la vida de sentido y dirección. Por último, la

perseverancia, manteniendo las decisiones tomadas, y resistiendo en el tiempo cuanto sea necesario.

Como vemos, son remedios que atacan tanto a la parte más profunda y nuclear de la acedia, esa tristeza y vacío que planta en el corazón, al ejercitarse en la contemplación de las escrituras o la meditación de la muerte; como a sus manifestaciones en la huida del bien, a través del abandono de los deberes, de la inquietud o la pusilanimidad, al ejercitarse en la perseverancia del trabajo y la resistencia en el lugar y en el tiempo.

Juan Casiano, al inspirarse en Evagrio, tiene algunos aspectos en común con lo que él propone, pero este autor sobre todo habla del trabajo. En primer lugar, Casiano (2019) coincide al considerar la acedia como un peligro que ataca directamente a la salvación y a la contemplación de Dios. También en que hay que vencerla principalmente mediante la perseverancia en la lucha. Y citando a San Pablo, da también cinco pautas: el esfuerzo por vivir en quietud, la ocupación en los deberes propios, el trabajo manual, vivir con honradez, y no codiciar cosa ajena.

Con la primera refiere, como Evagrio Póntico, a seguir llevando la vida que se había tomado. Con la segunda se refiere a evitar las tentaciones de la curiosidad por lo ajeno, en vez de ocuparse en la propia santidad. Con el trabajo manual critica la ociosidad, asociándola a la falta de trabajo y a la curiosidad, así como con la deshonra. Así es como lo enlaza con la cuarta pauta, pues aquel que no lleva una vida de quietud y de permanencia en sus deberes, es inevitable que acabe cayendo en la deshonra. Por último, dice que, como consecuencia de no cumplir con lo mencionado, se acaban deseando los bienes ajenos.

Por último, siempre citando la doctrina del apóstol, llama al ejercicio de la caridad, y da una especial importancia al aspecto del trabajo, afirmando que “quien no quiere contentarse con el trabajo de sus manos, forzosamente ha de vivir inquieto” (libro X, cap. VIII).

Santo Tomás de Aquino (1988) en su Suma Teológica, da algunos remedios contra la acedia. El primero, ser agradecido con los dones de Dios, puesto que, al causarnos tristeza aquello que es malo o poco valioso, si los despreciamos acabarán produciendo tristeza en nosotros.

Está de acuerdo con los demás autores en que la forma de combatirla también es resistiendo a ella, profundizando en la reflexión sobre los bienes divinos, pues cuanto más los conozcamos, mayor gozo causarán en nosotros, haciendo que la acedia deje de causar efecto alguno.

Más, según Nault (2014), Santo Tomás se preocupa en llegar a la raíz del mal y nos da un remedio más teologal sobre la acedia, que considera que es el definitivo: la Encarnación de Jesucristo. Pues así, la desesperación por la búsqueda de la salvación a la que el hombre podría llegar queda salvada por este misterio, en el que Dios mismo decide voluntariamente asumir la naturaleza humana, para salvarnos y tendiendo un puente entre la naturaleza humana y la divina. Nos devuelve la esperanza ante la posibilidad de participar de Su vida, y así poder alcanzar la bienaventuranza eterna.

Además, contempla los casos en los que los hombres puedan sentirse inclinados a fines más bajos que este. Estos casos, los atribuye a la ignorancia que aquellos tienen acerca de su infinita dignidad, al considerar solo la dimensión corporal y sensitiva de su ser, poniéndose al nivel de los animales, y por tanto, satisfaciéndose con cosas propias de ellos.

Así explica una de las posibles causas de la acedia, cuando el hombre pierde la esperanza de que la bienaventuranza eterna pueda ser su destino, al rebajar el objeto de su deseo, cambiando este fin por uno de un orden inferior, al que Santo Tomás llama la bienaventuranza propia de los animales.

Estos casos son frecuentes en la sociedad actual, en la que estamos acostumbrados a satisfacer nuestros deseos al instante. Como consecuencia, hemos perdido la capacidad de luchar por un fin lejano y arduo, lo que nos dificulta mucho más la perseverancia en el camino hacia el sentido de la vida.

Por ello, Santo Tomás identifica la Encarnación como, en el fondo, el remedio central contra la acedia, puesto que “le restituye al hombre la posibilidad de encaminarse de nuevo hacia la verdadera bienaventuranza” (Nault, 2014, p.58).

Y como explica Aquino (2007):

El deseo de disfrutar de alguna cosa es causado por el amor de la misma. Por consiguiente, fue necesario que el hombre que tendía a la perfecta bienaventuranza fuese impulsado al amor de Dios. Pero nada nos mueve tanto al amor de una cosa como la experiencia de su recíproco amor. Mas el amor de Dios a los hombres de ningún modo pudo demostrarse más eficazmente que por el hecho de haber querido Él unirse al hombre en persona, pues es propio del amor unir al amante con el amado en cuanto es posible. (lib. IV, cap. 54)

Con esta lógica explica que, al haber experimentado el amor de Dios, el hombre queda liberado de la acedia. Pues esa experiencia de amor es la que lleva a querer disfrutar de aquello que ama, impulsando nuestro deseo hacia ella. Y así es como el hombre se ve liberado de la acedia, despertando en él el deseo del fin al que está llamado, el único que sacia sus grandes deseos: la unión con Dios. Y así, renace la caridad en su corazón, y ésta impulsará sus acciones para poder encaminarse hacia ese objetivo.

Además, para poder superar la acedia, el hombre es ayudado por el don de la Sabiduría, dado por el Espíritu Santo. Ya que este don responde a la virtud de la caridad, haciendo crecer en la persona el instinto del Espíritu Santo, que guía su intelecto y la dirige desde el interior en su obrar.

Por último, Nault (2014) bebe de todos estos autores, especialmente de Santo Tomás, y en su libro también propone unos remedios. Él concluye que el conjunto de estrategias empleadas para la lucha contra este vicio podría resumirse en una: la perseverancia gozosa.

Así pues, en primer lugar, contra una de las principales consecuencias de la acedia, la tristeza generalizada, propone el remedio que ya recomendaban Evagrio Póntico y Juan Casiano: la perseverancia. Resistir pacientemente. Pues es lo contrario a esa huida tan característica de la acedia, que se manifiesta en todos los ámbitos de la vida: los pensamientos, los sentidos, los sentimientos, las acciones y las omisiones.

Pero este autor no se limita solamente a la perseverancia, sino que propone la “perseverancia gozosa”, como “la expresión que mejor sintetiza el conjunto de los medios que se deben aplicar para luchar contra la acedia” (p.100).

Para ello, coincide en la necesidad de la estabilidad en nuestro lugar propio. Refiriéndose con ello, en primer lugar, a conservar ese anhelo profundo del corazón que conduce al *gaudium* fruto de la posesión del bien, a través de la virtud de la esperanza, y de la templanza en cuanto a los medios que llevan al fin a ello. En segundo lugar, según este autor, el lugar propio se refiere al sitio en el que Dios nos ha puesto, es decir, nuestra vocación, que hemos reconocido y escogido. Ante el peligro de huir de ella, se debe luchar permaneciendo fiel al estado de vida que se haya elegido.

El tercer aspecto que nombra es “conservar la memoria”, puesto que la tentación de la huida se da cuando uno no se acuerda del peso de los motivos que un día le llevaron a tomar esa decisión vital. Por ello, lo asocia a un pecado en contra de la memoria, ante el cual, coincide con Santo Tomás en que la actitud que se debe tomar es la de esforzarse por recordar con una mirada de agradecimiento, las

maravillas que Dios ha hecho a lo largo de la historia y en la vida personal. La más grande de ellas, que se actualiza cada día, es su entrega en la Eucaristía. Ella, asumiendo el pasado, el presente y el futuro, da plenitud al tiempo, probando que el amor no pasa nunca. Y así, ese sentido que es atacado con la acedia, se renueva y se plenifica.

Por último, el *gaudium*, el gozo, tan distinto del mero placer. Este es una alegría profunda que radica en saberse y sentirse profundamente amado. Y esa seguridad y profundidad solo puede nacer, en último término, del saberse salvado y Resucitado con Cristo. Lo cual implica ser consciente de la grandeza a la que estamos llamados: “a contribuir, en la débil medida que es la nuestra (es decir, por nuestro obrar excelente), a caminar hacia nuestra realización, la grandeza del alma” (Nault, p.107).

Así pues, este es un gozo que nace del amor, de la comunión con ese fin último que dirige la vida y la dota de sentido y plenitud, y que ya se puede ir gustando a medida que uno se acerca a él, que lo va conociendo.

Por último, todos los autores están de acuerdo en que la acedia es una tentación que, aunque supone una ardua lucha, una vez superada la prueba, produce un gozo grande y profundo.

### **3.2.Propuesta: educar en las virtudes**

En los últimos años ha surgido un renovado interés por las virtudes en el campo de la psicología. Una prueba de ello es el inicio de una nueva escuela de psicología iniciada por Martin Seligman en el año 1998: la psicología positiva. Ésta busca dotar de una visión positiva a la psicología, centrándose en la felicidad y el bienestar, desarrollando las virtudes cívicas (Psicología Positiva).

Así pues, la voluntad de este trabajo, además, será la de hacer un primer planteamiento sobre la necesidad de educar a las personas en las virtudes con tal de poder desarrollar el perfeccionamiento de su naturaleza, de aquello a lo que están llamadas. Y, de esta manera, poder luchar contra aquello que les aparte de ello, en particular, el vicio que nos atañe, la acedia. Así pues, aunque el ejercicio de cualquier virtud siempre implica, por la comunicación del bien, el ejercicio de muchas otras, nosotros desarrollaremos aquellas que creemos que atacan de forma más directa a la acedia.

Proponemos esta forma de prevención a través de las virtudes y de la educación, porque la virtud es lo opuesto al vicio. Por lo tanto, al ser la acedia un vicio, la mejor forma de limitar las posibilidades de caer en él es intentando llevar una vida virtuosa.

Pues, como dice Angelini (2004), “justamente la atención a la experiencia de la acedia nos recomienda una más convencida preocupación por la virtud” (p.63).

Pero antes de empezar a desarrollar las virtudes que convendrá tener más presentes con tal de obstaculizar la aparición de la acedia, es necesario explicar en qué consisten éstas y en qué consiste la educación.

### 3.2.1. *La vida virtuosa*

Agustín de Hipona define la virtud como el “*ordo amoris*” o el orden del amor, mediante el cual la vida del hombre se ordena en torno al primer amor, en el que se encuentra a sí mismo. También la define como “el arte de vivir bien y con rectitud” (Hipona, 2015, libro IV, capítulo XXI y XXII).

Por tanto, una primera idea es que una vida virtuosa es aquella que es regida por un amor ordenado. Es decir, la virtud hace posible, en primer lugar, el orden en el amor, de manera que el primer amor sea aquel bien que el hombre anhela profundamente; en segundo lugar, que este organice y fundamente toda su vida. Y esto es lo que hace que se tenga una vida buena y recta, coherente. Pues “el amor desordenado puede ser un verdadero infierno (no solamente en la vida eterna) y puede trastocar al hombre hasta el más absurdo de los sin sentidos vitales” (Abbate, p.20).

Santo Tomás, por su parte, adopta la definición de San Agustín y añade que es un “hábito bueno y operativo del bien” (S.T. I-II, q.55, art.3, resp.). Es decir, es un hábito que opera, que conduce, a obrar bien. Por lo tanto, una persona, cuanto más virtuosa sea, más inclinada estará al bien, a encaminarse hacia él y a buscarlo.

Esto va muy relacionado con lo que Echavarría (2020) llama, la “teología de la personalidad” (p.75) de Tomás de Aquino, reflejada en su Suma Teológica, en la parte II-II. Pues allí el aquinate, siguiendo la doctrina aristotélica sobre la conexión entre las virtudes a la hora de adquirirlas, hace una exposición sobre estas según la cual están organizadas por un orden y una jerarquía que establece relaciones recíprocas de necesidad entre ellas. Así, la personalidad se puede definir, como explica Echavarría (2020), como “el conjunto ordenado de hábitos operativos” (p.77). En esta definición, al no especificar si estos hábitos son virtudes, engloba tanto la personalidad virtuosa como la viciosa.

Así pues, la adquisición de las virtudes afectará a todo el conjunto de la persona, a toda su personalidad. De manera que, al trabajar una virtud, no solo se estará adquiriendo esa, sino muchas otras disposiciones buenas, que harán a toda la persona más virtuosa. Esto es así porque la intención con la que se ponen en

práctica todas ellas se ordena según la recta razón, de manera que todas se encaminan según una misma dirección.

Con los vicios pasa de forma parecida, en cuanto a que la aparición de uno lleva consigo la aparición de muchos otros. Pero, así como las virtudes son conexas entre sí, los vicios no necesariamente. La relación que se establece entre ellos no es a causa de la ordenación según la recta razón, como pasa con las virtudes, sino que se organizan en cuanto al objeto que cada vicio apetece. Es decir, en ellos se da un proceso diferente, según el cual, la persona con un determinado vicio, con tal de conseguir el objeto que apetece, en numerosas ocasiones tendrá que caer en otros vicios que no tienen por qué tener ningún tipo de conexión con el vicio principal que le esté llevando a actuar. Por ejemplo, una persona avariciosa, con tal de poder hacer suya una riqueza que ha conocido y a la que apetece, podría tener que caer en la mentira, el engaño, la presunción, la adulación, o incluso el robo o el asesinato. Aquí vemos que, así como algunos vicios sí comparten una relación lógica, como el engaño, la mentira y la adulación, otros, como el asesinato y la avaricia, no tienen una conexión natural, pero uno puede llevar al otro como medio de lograr el objeto al que se dirige el vicio principal.

Por otra parte, como se ha mostrado en el ejemplo anterior, está desconexión natural entre los vicios no quiere decir que en ninguna ocasión se aprecie una relación de causalidad entre ellos. Al contrario, hay ocasiones en que algunos sí guardan una relación con otros, y, es más, se apoyan entre sí. Además, hay vicios que producen y preceden a otros: los vicios capitales. Por ejemplo, la acedia, como se ha expuesto anteriormente.

Según Echavarría (2020):

“Se llaman vicios capitales aquellas disposiciones morales estables, rasgos del carácter moral, que inclinan, fuera del orden de la recta razón, a fines tan importantes o atractivos que causan el surgir de otros pecados y vicios. Este causar tiene la modalidad de la causa final.” (p. 81)

Por otro lado, las virtudes, por esta conexión y esta tendencia unitaria según la recta razón, hacen a la persona más dueña de sí, y así, más capaz de elegir libremente el bien. En cambio, los vicios, por tener un carácter de privación de la recta razón (el bien unitivo en el hombre) y por esa desconexión entre ellos, provocan, según Echavarría (2020) “la descomposición de la personalidad moral, la caída desde la unidad del bien de la razón, a la multiplicidad del apetito perdido en la multitud de los bienes finitos” (p.81).

Por ello la urgencia de una educación en virtudes. Puesto que, siendo la acedia un vicio capital, si no se previene o se lucha contra ella, puede tener consecuencias terribles, hasta llegar a la desintegración de la personalidad. Además, este vicio ataca directamente uno de los bienes nucleares que protegen y dirigen las virtudes: la caridad. En particular, el gozo de la caridad, como se ha explicado anteriormente. Pues, según describe Echavarría (2020):

La acedia no es por ello, un vicio aislado, sino que tiende prácticamente a engendrar un tipo psico-moral: el del hombre interiormente amargado, disuelto en la multiplicidad de actividades, con una mala inquietud, extrovertido y activista extensivamente, pero paralizado intensiva e interiormente, pusilánime, relajado moralmente y resentido. (P. 92)

Ante el peligro de llegar al desarrollo de una personalidad con estas características, y la multitud de factores presentes en la sociedad actual que hemos nombrado y que facilitan la aparición de la acedia, queda patente la urgencia de la búsqueda de una forma de prevención para este fenómeno por parte de la psicología.

### *3.2.2. El fin y las condiciones de la educación*

Hemos visto la necesidad de buscar una forma de prevenir los peligros de la acedia, a través del trabajo en la adquisición de la virtud. Pero antes de entrar a desarrollar aquellas virtudes que atacan de forma más directa a la acedia, es necesario conocer, por una parte, por qué es importante la educación; y por otra, los fundamentos de una buena educación.

En primer lugar, en toda educación es primordial conocer la naturaleza del ser humano, su origen, sus características, y el fin al que se dirige. Porque toda educación debe estar fundamentada sobre una base sólida que la defina y la dirija, con tal de poder cumplir con su papel: guiar al niño en su crecimiento. En este trabajo se tomará como base antropológica la realista, la cual explica la naturaleza humana como una unidad de cuerpo y alma, encaminada hacia un fin último: la Bienaventuranza.

En segundo lugar, es fundamental tener presente la esencia de la educación, el fin que persigue. Como explica E. Martínez (2015) citando a Santo Tomás, la educación consiste en procurar que los hijos alcancen aquel fin natural del hombre en cuanto a hombre, el estado de virtud. Vemos entonces que la educación es el medio que



debe facilitar la adquisición de la virtud. Por ello hemos elegido esta forma de prevenir la acedia.

Y este estado de virtud consistiría en la adquisición de una segunda naturaleza, en la cual el hombre se perfecciona, y así, alcanza su fin, la felicidad. La educación, pues, consiste en una segunda generación (E. Martínez, 2015). Y al ser los padres aquellos que engendran a los hijos, son ellos los encargados, en primer lugar, de esta educación.

Pero antes de empezar a desarrollar las virtudes que van especialmente en contra de la acedia, como forma de prevenirla, es necesario tener en cuenta los fundamentos sobre los que se tiene que dar toda educación.

Como hemos dicho, es un proceso por el cual el niño llega a gustar del bien, y alcanza la madurez necesaria para poder tomar decisiones de adulto. Y la primera virtud que dispone a ello es la prudencia, que rige las demás virtudes morales, al proporcionar el conocimiento de la verdad, de la realidad, así como la voluntad para llevarlo a la práctica (Pieper, 2007). Santo Tomás (1998) habla de ella como la “sabiduría acerca de las cosas humanas” (S.T., II-II, q.47, art.2, ad. ob.), al ser “el conocimiento de las cosas que debemos apetecer o rehuir” (S.T. II-II, q. 47, art. 1, c.).

Por ello, Pieper (2007) toma como axioma pedagógico lo siguiente:

La educación y autoeducación, en orden a la emancipación moral, han de tener su fundamento en la respectiva educación y autoeducación de la virtud de la prudencia, es decir, en la capacidad de ver objetivamente las realidades que conciernen a nuestras acciones y hacerlas normativas para el obrar, según su índole e importancia.  
(p.17)

Además, es importante que los educadores, durante todo el proceso educativo, se dirijan mediante la virtud de la prudencia. Pues, según E. Martínez (2015), esta virtud es la que posibilita el fin de la educación: disponer al niño para ser capaz de obras de hombre. Por lo que, al fin y al cabo, la educación consistiría en hacer que los hijos adquieran esta virtud. Y por ello, “la educación moral apuntará correctamente si dirige su atención primordial a la adquisición de la (...) prudencia” (p. 243).

Además de la prudencia, es elemental que la acción educativa sea llevada a cabo por y desde el amor. Pues si no es así, todo trabajo que se dedique a enseñar no será educativo por sí mismo (E. Martínez, 2015). Ya que es en un entorno de amor y

de amistad en el que se dan las condiciones necesarias para una adecuada comunicación y manifestación de lo que es la vida virtuosa (Palet, 2000).

Pues no solo el hombre necesita de la amistad para ser feliz, como dice Aristóteles (2005), sino que los necesita, añade el aquinate, para poder hacer el bien (Palet, 2000). Por lo que la amistad supone una condición necesaria para acercarse a la bienaventuranza, y para la educación.

Según Palet (2000), la amistad consiste en un amor en el que la persona goza y se complace interiormente, no por un interés propio, sino por el bien de su amigo, y se identifica con él, con sus bienes y con sus males. Lo cual se entronca con una de las causas del amor de las que habla Santo Tomás, la semejanza perfecta o en acto, en la que las dos personas poseen la misma forma. Ello provoca una dinámica por la que el amante desea unirse con el amado, aprehenderlo, adentrarse en su intimidad, conociéndolo cada vez más profundamente. Así, en esta forma de amor, la de amistad, se da una unión afectiva tal con el otro, que el amante desea el bien para el amado como si fuera el suyo, pues cada uno se reconoce a sí mismo en el otro.

Por ello, es tan importante este amor entre el educador y el educando, pues si está presente entre los dos, ambos quieren el bien para el otro. Y de esta forma es como el bien, en el amor de amistad, es comunicable, pues se busca que el otro pueda alcanzar el bien de la forma más plena.

Además, en este contexto de amor, se da una característica que es también indispensable para la educación: la confianza. Pues como dice E. Martínez (2015):

La confianza es una actitud fundamental en el discípulo, puesto que debe ser consciente de que lo que él desconoce ya lo sabe su maestro; de ahí que para recorrer un camino que para él es nuevo, deberá fiarse de quien ya lo ha recorrido primero y puede guiarlo convenientemente (...). (p. 238)

Este autor afirma que el discípulo, para dejarse ser educado, debe creer en aquel que le educa. Y esto se consigue por la autoridad que emana del testimonio de vida virtuosa del maestro, manifestada en sus obras y su prudencia.

De lo que se desprende también la necesidad de que aquel que tenga como misión acompañar a otras personas en su desarrollo educativo sea una persona virtuosa. Pues como afirma E. Martínez (2002), "es necesario que se tenga (el educador) con cierta perfección para así comunicar lo que al educando le falta" (p. 368).

Estas son algunos de los rasgos más importantes que creemos que debe tener toda educación. Y en este caso, para poder desarrollar las virtudes que creemos que

podrían impedir en gran medida el establecimiento de la acedia en la personalidad. Las cuales desarrollaremos a continuación, para dar una primera orientación sobre el concepto y la manera en que cada una ayudaría a prevenir la acedia, y un primer acercamiento sobre la forma de educar en ellas.

### 3.2.3. *Educación en la caridad*

La virtud esencial en la que se debe educar con tal de prevenir la acedia es la caridad, ya que, como se ha expuesto anteriormente, es al gozo que nace de la caridad a lo que ataca este vicio cuando aparece (Aquino 1998).

Echavarría (2021), explica cómo está en la naturaleza del niño cuando nace la necesidad de recibir amor por parte de sus padres. De forma que sobre esta primera experiencia de amor y de bien se va formando una presencia afectiva en él, que será la base sobre la que se edificará su crecimiento y su educación. Pero ésta a veces puede verse afectada por distintos motivos, generándose en su lugar un vacío interior que es el que puede dar lugar a la acedia.

Para sanar esta herida, afirma este autor, es necesario poder vivir esta experiencia interior de amor y de bondad que le dote de sentido a su existencia. “Es necesario tener la experiencia de ser amado como persona. Esta experiencia solo puede darse en el encuentro personal” (p.83). Y este, según explica, es el primer requisito para alcanzar el núcleo del problema, que se pueda empezar a disolver la estructura de la acedia, y que se pueda comenzar a trabajar para solucionarlo de diversas maneras.

En este sentido, Aquino (1998) explica que la caridad es una virtud teologal por la que el amor divino se nos comunica y crece en nuestro corazón. De forma que, como explica, “la caridad es amistad del hombre con Dios” (S.T., II-II, q.123, art.1, resp). Siendo entonces, la más grande de las virtudes.

Por el amor de amistad, hemos visto anteriormente, que los dos sujetos desean el bien para el otro como si fuera el propio, puesto que cada uno se identifica, y se ve a sí mismo en su amigo, alegrándose con él, sufriendo con él. Así, un requisito fundamental para poder crecer en amistad es la contemplación del sujeto que se ama. Entendiéndola como una comunicación de bien entre los dos, en la que los amigos abren su intimidad y se contemplan con amor. Como dice Han (2010):

Aprender a mirar significa acostumbrar el ojo a mirar con calma y con paciencia, a dejar que las cosas se le acerquen al ojo, es decir, educar el ojo para una profunda y contemplativa atención, para una mirada larga y pausada. Este aprender a mirar constituye la primera enseñanza preliminar para la espiritualidad. (p. 53).

Ante la educación en la caridad, Angelini (2004) explica:

Más allá de los discursos y de las palabras, en los hechos mismos de la vida, el amor cristiano – para no ser ruidoso y vacío “como una campana ruidosa o unos platillos estridentes” (1 Cor 13, 1) – debe ser ampliamente preparado e instruido, poniéndose en atenta escucha de las formas cotidianas de la acción humana, humildes y en gran parte no reconocidas y menos aún deliberadas, que también constituyen una escuela imprescindible para aprender qué es la caridad. (p. 231)

Es entonces necesario que la práctica de esta virtud incida en las situaciones del día a día. Y ello requiere el requisito de tener una actitud atenta ante las acciones propias y todo aquello que nos rodea. Pues este autor advierte sobre aquellas personas que se dedican a hacer obras de beneficencia y a ayudar a los demás en diferentes organizaciones y proyectos como forma de huir ante el verdadero ejercicio de caridad en el amor al prójimo en cuanto al próximo, su familia, amigos y demás personas que le rodean en el día a día.

Por esta razón, el contexto donde primeramente se aprehende esta virtud es, por su naturaleza, la familia. Al ser el lugar en donde se reciben aquellas relaciones que destacan por su incondicionalidad y desinterés, es decir, por el verdadero amor. Pues, como explica García (2012), es el cometido de la familia hacer que el amor se haga praxis, impulsando la acogida y el respeto hacia sus miembros, promoviendo su dignidad y la vocación de cada uno, y que así se llegue a la plenitud en el don de sí mismo a los demás. Para ello, apunta algunas actitudes que posibilitan este dinamismo: la gratuidad, mediante la disponibilidad desinteresada, el servicio y la solidaridad, y la reconciliación, mediante la disponibilidad permanente hacia la tolerancia y el perdón.

Por otro lado, para que se pueda dar esa actitud atenta ante la realidad que rodea a la persona, que posibilita la apertura y la donación al otro en las situaciones, es necesario el silencio interior y la contemplación. Lo cual se opone a las formas de huir que tiene la acedia, como explica Angelini (2004), mediante la *evagatio mentis* o mariposeo del espíritu, que ya se identificó siglos atrás como una de las hijas de la acedia, y que es lo opuesto a la actitud contemplativa.

En cuanto a la actitud que se puede tomar, contraria a la *evagatio mentis*, Angelini (2004) escribe:

La opción de conversar con el cónyuge o con un hijo, se salir en busca de un amigo, o de leer un libro, mejor que estar mirando un espectáculo televisivo, tiene a menudo apariencia de algo heroico, y

sin embargo bastante improbable, debido a lo ardua que es la renuncia a lo que se propone como inmediatamente accesible y regocijante sin esfuerzo. (p. 113)

Por lo que consiste en una mirada más profunda de la realidad que nos rodea, que necesita anteponerse al deseo inmediato de los placeres o comodidades, y de esta forma, profundizar en la situación y las personas con las que nos relacionemos.

Además, E. Martínez (2013), afirma la necesidad de la contemplación como actividad perfecta del ser humano, al llevarle a reconocer en él mismo la necesidad de ordenarse en torno un propósito, en torno al fin último: la bienaventuranza. Y afirma que esta, ya se puede ir alcanzando en cierto modo al contemplar lo que hay de bueno y bello en lo que a uno le rodea. Y así, poco a poco, uno se puede ir acercando a ese fin último, a ese sentido ordenador de la vida, y, a la vez que llenando, evitando que pueda crecer en él ese vacío existencial que causa la acedia.

Pues, como dice E. Martínez (2013), “la contemplación que es perfecta de la vida humana no es un mero intelectualismo, sino una operación que nace del amor. Por eso aquietta el corazón del hombre” (p.68). Este autor, citando a su maestro Francisco Canals, explica esto como una operación que se da en relación con el otro, en la que se da una comunicación de vida personal entre los amigos, abriendo ambos su intimidad al otro “para que pueda darse un diálogo amistoso, en el que ambos se miran y contemplan con amor” (p.69).

Un último aspecto que Santo Tomás de Aquino (1998) destaca de la caridad es que es la forma bajo la cual se debe practicar toda virtud: “la caridad entra en la forma de toda virtud no porque sea esencialmente toda virtud, sino porque de ella dependen en cierto modo las demás” (S.T., II-II, q. 23, a.4, ad. ob.). Por lo que es necesario, que las demás virtudes que ahora desarrollaremos se eduquen también, imbuidas en la caridad.

#### *3.2.4. Educar en la esperanza*

La esperanza, como explica Pieper (2007), es una virtud que dirige firmemente al hombre “hacia la plenitud del ser, es decir, hacia el bien” (p. 377). Santo Tomás (1998), por su parte, la define como “el acto de esperanza, de que tratamos aquí, llega a Dios porque (...) el objeto de la misma es el bien futuro, arduo y asequible” (S. T., II-II, q. 17, art. 1, resp.).

Es necesario señalar varios aspectos que se encuentran en estas definiciones. El primero, la esperanza tiene como objeto una meta: el bien. En este punto es en donde afecta a aquel amor primero ordenador de la vida. El segundo aspecto, es un

bien futuro, que aún no se posee. El tercero, es arduo, es decir, es necesario resistir y luchar para llegar a él. Por ello la ubica en el apetito irascible, que es el que tiene por objeto los bienes difíciles de conseguir. Por último, este bien debe ser asequible, pues por el contrario, como dice Aquino (1998) se cae en la desesperación.

En cuanto al objeto, el bien, se manifiesta de dos formas. La primera y principal, el bien en cuanto al fin último, que es la bienaventuranza. La segunda, que se desprende de la anterior, el auxilio necesario para conseguir el fin (Aquino, 1998).

Esta virtud también ha sido reconocida como una fortaleza por la Psicología Positiva, que la concibe como una fortaleza compuesta por diferentes rasgos: el optimismo, el pensamiento sobre el futuro y la orientación hacia el futuro (M. Martínez, 2006). Esta definición coincide en cuanto a la orientación hacia el futuro, y el optimismo en cuanto a que ve el objeto de su deseo como algo asequible. Pero vemos que la definición de Santo Tomás abarca una parte más profunda de ella.

Pero el hecho de que sea reconocida por varias corrientes de pensamiento, afirma el hecho de que, como dice Pieper (2004), el esperar es una de las actitudes más primarias del hombre, que hace que el hombre tienda a esforzarse en la espera hasta conseguir su plenitud. Y, por tanto, es una virtud natural en el hombre, que, además, según Vitz et al. (2020), se puede ejercitar: "*courage (a basic virtue), and hope and perseverance (two of its associated virtues) must be formed through certain practices (...)*" (p. 287).

Palet (2000), por su parte, habla sobre la esperanza expectante, como una actitud que nace en el niño al recibir el amor de sus padres y confiar en ellos. Esta actitud, hace que el niño, al ver que es amado por sus padres, y que recibe bienes de ellos, se dirige a ellos, y así, comienza a amarlos. Por lo que, de esta manera, a través de sus padres, empieza a vivir una primera experiencia de esperanza y, por lo tanto, a aprender a vivir con ella.

Por último, señalar que se considera necesario educar en la esperanza para prevenir la acedia por dos razones. La primera, porque se contrapone a una de las primeras y principales hijas de este vicio capital, la desesperación, que nace cuando el bien arduo que también es objeto de la esperanza, no se considera asequible. Por ello, es necesario que en la familia se dé una educación con unos valores firmes, que favorezcan el deseo del bien en el niño, y que se le promueva en la adquisición de un ánimo grande para alcanzarlo, que es lo propio de la magnificencia.

La segunda razón es que, según Santo Tomás, "de la esperanza nace directamente el gozo; la desesperación, en cambio, de la tristeza" (S.T., II-II, q.20, art. 4, ad. ob. 2). Y el gozo, como hemos visto, es el objeto atacado por la acedia.

### 3.2.5. *Educar en la templanza*

Según Angelini (2004), así como la acedia lleva al hombre a abandonar su lugar, el campo de lucha, en busca de algún lugar más confortable, la batalla contra la acedia debe empezar por resistir esa tentación.

Este autor explica la causa, tanto de la tentación de huir, como de la resistencia a ella, desde el deseo del hombre. Todo esto se origina por un deseo del bien que, por la naturaleza de la persona, está implantado en su corazón en todo momento. Pero cuando ese anhelo toma una forma vaga e incompleta, es cuando nos lleva por caminos inacabados, sin tener un destino final, como en el caso de la acedia. En cambio, cuando ese deseo se completa y perfecciona, es cuando se hace virtud. Y la virtud por la cual se modera el apetito por las cosas sensibles es la templanza.

Esta palabra, como explica Pieper (2007), viene del latín *temperantia*, cuyo significado es “hacer un todo armónico de una serie de componentes dispares”. Lo cual incluye, tanto el aspecto negativo de moderación y de abstención, como el positivo de respeto y cuidado hacia los objetos que hayan despertado a las pasiones.

Por ello, la templanza, junto a la fortaleza, pertenece al campo del apetito sensible, aquel que abarca los sentidos y las pasiones desembocadas de ellos. La templanza, en concreto, correspondería al concupiscible, que tiene por objeto moderar las pasiones despertadas por los bienes sensibles (Angelini, 2004).

Pieper (2007), además, la define como “el hábito que pone por obra y defiende la realización del orden interior del hombre” (p.228), siendo este orden el *ordo amoris* explicado anteriormente, el cual da sentido y organiza el obrar humano. Por ello, la templanza no solo conserva al hombre en el bien, sino que lo defiende contra sí mismo, contra sus propias debilidades.

Por eso, esta virtud supone lo que en psicología se llama autoobservación, que, mediante la vigilancia de uno mismo, de forma ordenada, ayuda a desarrollar el autocontrol y el dominio efectivos sobre las propias pasiones (Palet, 2000). Por eso, “cuando se educa a una persona en la templanza, se la educa para que tome conciencia de la realidad del desorden de sus pasiones y de modo intencionado y voluntario las rectifique” (Palet, 2007, p185)

De esta manera, se relaciona con la acedia, en cuanto a que ayuda a regular todo aquello que tiene que ver con el desorden en los placeres que puede engendrar este vicio, y que principalmente se presenta como una huida del bien que contrista a la persona.

Por otra parte, Palet (2000), también señala la relación entre la templanza y el aprendizaje de la trascendencia, al ser necesario, para el ejercicio de esta virtud, la capacidad de elevar la mirada más allá del placer del momento. Para ello, es preciso no acostumbrar al niño a vivir arrastrado por sus propias emociones, ayudándole a observar y prestar atención a su comportamiento, y que así aprenda a valorar la forma de actuar adecuada a cada momento, teniendo en cuenta a las personas que tenga a su alrededor.

Este proceso de aprendizaje es una tarea principalmente propia de los padres, que deben guiar al niño, advirtiéndole y aconsejándole, para que obtenga una base de razonamiento que más tarde le ayude a tomar las decisiones convenientes él solo.

Además, Santo Tomás de Aquino (1998) señala la estrecha relación entre la templanza y la belleza, por dos motivos:

En primer lugar, en virtud de la noción más general de templanza, de la que es propia una moderada y conveniente proporción, en la cual consiste precisamente la belleza (...). En segundo lugar, porque lo que refrena la templanza es lo más bajo del hombre, lo que le corresponde por su naturaleza bestial (...), y, por tanto, es lo que más degrada. Por consiguiente, la belleza pertenece sobre todo a la templanza, que suprime de un modo especial esta vergüenza. (S.T., II-II, q.141, art.2, ad. ob. 3)

De lo que se podría desprender que, para la adquisición de esta virtud, también podría ser de ayuda la educación del niño en el gusto por lo belleza, mediante el aprendizaje de la contemplación (E. Martínez, 2013). Lo cual es también una buena forma de prevenir la acedia. Pues, como señala E. Martínez (2013): “la tristeza acídica conlleva una pérdida del gusto por las cosas bellas, resultando aquí también la inversión de los valores estéticos” (p.63).

### 3.2.6. *Educar en la fortaleza*

Esta virtud, como hemos visto, pertenece también al apetito sensitivo, pero en su caso, tiene por objeto el apetito irascible, el cual se inclina a la consecución de los bienes arduos (Angelini, 2004). De esta manera, la fortaleza capacita para superar los obstáculos que las pasiones puedan poner en el camino (E. Martínez, 2004).

Según Santo Tomás de Aquino (1998):

“(...) cuando la voluntad se desvía de la razón por algo difícil e inminente. En la supresión de este obstáculo se requiere la fortaleza



del alma para hacer frente a tales dificultades, lo mismo que el hombre por su fortaleza corporal vence y rechaza los obstáculos corporales.” (S.T., II-II, q.123, art. 1, resp.)

Por ello, Aquino (1998) explica que se habla de fortaleza en dos sentidos. El primero, la fortaleza en cuanto a “firmeza de ánimo en abstracto”, y el segundo, en cuanto “firmeza de ánimo para afrontar y rechazar los peligros en los cuales es sumamente difícil mantener la firmeza” (S.T., II-II, q.123, art. 2, resp.). El primer sentido de la fortaleza sería, como explica este autor, un supuesto base para la práctica de cualquier otra virtud, pues “para la virtud se exige obrar firme y constantemente” (S.T., II-II, q.123, art. 2, resp.). El segundo, tendría como objeto aquellas dificultades especialmente difíciles, así como inevitables.

Por esta razón creemos que el ejercicio de la fortaleza es importante para la prevención de la acedia. Porque es una virtud que capacita tanto para desarrollar las demás virtudes que sean necesarias, como para poder resistir en el combate contra los vicios y demás dificultades que puedan presentarse.

Es importante tener en cuenta que esta virtud no va dirigida a superar las dificultades para llegar a cualquier objetivo, sino que siempre va unida al bien. Como dicen Vitz et al. (2020), *“for instance, the Christian virtue of courage is needed to overcome fear when facing the need to repair a difficult marriage, that is, overcoming fear to attain something good”* (p. 638).

Así pues, en el ejercicio de la fortaleza es importante el objeto al que nos dirigimos, pues él será el motivo por el cual pongamos en práctica esta virtud. Por su parte, Santo Tomás (1998), dice que en la persona que es fuerte existe un doble fin: el fin último, que es la bienaventuranza o Dios, y el fin próximo, “expresar en el acto una semejanza de su hábito” (S.T., II-II, q.123, art.7, resp.), es decir, que en sus actos se plasme la fortaleza de su espíritu.

Esto, en cuanto a la prevención de la acedia, podría aplicarse de dos modos, relacionados cada uno con cada fin. El primero, poseer un fin último, tener un motivo que de sentido a la vida en su plenitud. El segundo, practicando el actuar de forma firme, ante el acontecimiento de las diferentes situaciones que se vayan presentando.

Además, dice Santo Tomás (1998), que “más que el atacar, el acto principal de la fortaleza es el resistir, es decir, permanecer inmovible ante los peligros” (S.T., II-II, q.123, art.6, resp.). Precisamente, una de las principales estrategias en las que están de acuerdo los autores recogidos en este trabajo, es resistir, en el tiempo y en el lugar.

Pues, como dice Palet (2007):

Lo que hay que entender como esencia de la fortaleza es la resistencia y el combate que el ser humano fuerte libra contra el predominio del mal, contra todo obstáculo que se antepone a la realización del bien y, así, en lo que con más propiedad se distingue el acto de la fortaleza es en el de su firme adhesión al bien. (p.143)

Por otra parte, esta autora también señala la importancia de educar la fortaleza, desde un principio, en la familia, no ocultando al niño la existencia del mal y del sufrimiento en la vida. Pues, si así fuera, no conocería la realidad de la vida, ni desarrollaría las herramientas necesarias para poder afrontar futuros problemas y situaciones negativas, de las que, sin duda, nadie puede escapar.

A su vez, Palet (2007), desarrolla los principios que debe poseer el acto de fortaleza, que explica Santo Tomás. Para enfrentarse a los peligros hace falta, en primer lugar, confianza, que provee de buen ánimo para enfrentar el ataque. En segundo lugar, magnanimidad, pues por su gran espíritu, ayuda no rendirse durante la lucha. Para resistir ante la dificultad, se necesita paciencia, para no desfallecer y caer en la tristeza o el desánimo; y por último, perseverancia, para aguantar las continuas dificultades, sin apartarse del objetivo final.

En especial, la paciencia es una virtud que ayuda en la consecución del bien arduo en las ocasiones en que el camino hacia él es muy largo o presenta obstáculos. Pues es propio del hombre paciente poseer el hábito de continuar haciendo ese esfuerzo sin desfallecer, sin abandonar el camino hacia ese bien deseado, resistiendo y tolerando con tranquilidad los diferentes pesares que se presenten (Roqueñi, 2005).

En este sentido, es necesario recalcar la importancia del ejemplo de fortaleza en los padres, en el desarrollo de esta virtud en los hijos. Que se manifiesta en su fidelidad y servicio a la verdad, al bien y a la belleza, mediante sus palabras y acciones (Roqueñi, 2005).

### *3.2.7. Educar en la magnanimidad*

La magnanimidad, según Santo Tomás de Aquino, es una parte de la fortaleza que implica “la tendencia del apetito a cosas grandes por medio del deseo” (S.T. II-II q.128, a.1, ob. 6).

Creemos que el desarrollo de esta virtud puede ser una buena forma de prevenir la acedia, puesto que, en ésta, el sujeto se deja llevar por aquella tristeza que le sobrelleva, apartándole del bien al que está llamado, y cayendo en una rueda que, si

no se corta, acaba corrompiendo su personalidad. Es decir, como todo vicio capital, aleja a la persona que lo sufre del perfeccionamiento de su naturaleza.

En cambio, “el magnánimo es aquel que tiende a las cosas de gran honor” (S.T. II-II q.129, a.2, r.). Es decir, según Abbate (2019), es una virtud cuyo dinamismo implica una tendencia de la persona que la posee a realizar aquellas obras que le llevan a vivir a la altura de su naturaleza racional. Puesto que, como diría Santo Tomás de Aquino (1998), “la magnanimidad hace que el hombre se dignifique en cosas grandes conforme a los dones recibidos de Dios” (S.T. q. 129, art. 3, ob.4).

Además, esta es la virtud que se opone directamente a una de las hijas de la acedia que nombra el aquinate: la pusilanimidad (Aquino, 1998). Pues, “puede considerarse la pusilanimidad en su efecto, que es renunciar a cosas grandes de las que uno es capaz” (S.T., II-II, q. 133, art. 2, resp.), que es aquello a lo que está dirigida la magnanimidad.

Abbate (2019) proporciona algunas pautas para la educación en la magnanimidad. En primer lugar, afirma, siguiendo la línea de Santo Tomás, que es necesaria la comunicación del bien al que estamos llamados. Pues, dice que aquello que la persona elija como su primer amor, determinará su destino, pues ordenará su vida según lo que ame. Como explica, “amar es elegir un destino, reconocer un fin al cual tender y sobre esto no hay posibilidad de elección. No amar es también un destino (...)” (p. 20).

Como se ha explicado anteriormente, el ser humano en su naturaleza está llamado a un fin: la bienaventuranza. Y es un destino que se puede reconocer mediante los padres y maestros. Ellos, conociéndolo, pueden manifestar su existencia a través de sus vidas y de sus obras, de forma que el niño, al admirarlo en ellos, pueda reconocerlo como aquello que quiere para él. Y, fruto de ello, pueda nacer en él la esperanza de poder alcanzarlo. Así pues, para educar en la magnanimidad, es necesario que los educadores gusten de ese bien y sepan transmitirlo, comunicarlo.

Para ejercitar la magnanimidad también es necesario que haya oportunidades de poder hacerlo, a través de situaciones de dificultad, puesto que su objeto es el bien arduo. Y, como dice Abbate (2019), “la necesaria frustración del fracaso y de la dificultad del bien arduo es necesaria para que la persona se vea obligada a descubrir la raíz última de su *ordo amoris* y la necesidad de vencerse a sí mismo para encontrarse” (p.29). Así, se debe dejar que la persona crezca en las dificultades con el apoyo de los padres o maestros, para que pueda asumirlas. De manera que el sufrimiento o la tristeza que puedan surgir de ellas, se transformen a través de la

presencia de esas personas, y así se vea capaz de hacer frente las contrariedades de la vida con magnanimidad.

### 3.2.8. Educar en el perdón

El perdón, en la doctrina de Santo Tomás de Aquino, es una obra de misericordia con el prójimo y una manifestación de la libertad del ser humano. Es un don que se otorga de forma gratuita, y que sobrepasa aquello que tendría que ser por justicia. Aquino (1998), afirma:

Dios, al obrar misericordiosamente, no actúa contra sino por encima de la justicia. Ejemplo: Si a quien se le deben cien denarios se le dan doscientos, quien hace esto no es injusto, sino que obra libre y misericordiosamente. Lo mismo sucede cuando se perdonan las ofensas recibidas. Pues quien algo perdona, algo da. Por eso el Apóstol, al perdón lo llama don cuando dice en Ef 4,32: *Daos unos a otros como Cristo se dio a vosotros.* (S.T. I, q.21, art.3, ad. ob.3)

Además, ser capaz de perdonar es un factor que ayuda en gran medida a alcanzar el bienestar. Como afirman Serrano et al. (2018), produce una gran cantidad de beneficios psicológicos, entre los que se encuentran: “disminución de la depresión, ansiedad y el estrés, mayor satisfacción vital y afecto positivo: optimismo, gratitud, esperanza; relaciones sociales positivas y mayor calidad de vida, incluso felicidad” (p. 29). Por lo que no solo acaba siendo un don para el otro, sino para uno mismo.

Como dicen Serrano et al. (2018):

El perdón es un regalo que uno se hace a sí mismo, ya que permite dejar atrás el resentimiento, la amargura y la rabia consecuencia de la ofensa, y también es un regalo que se ofrece al otro, porque posibilita su redención. (p.30)

En cuanto al papel de esta virtud respecto a la prevención de la acedia, el perdón anula el sentimiento de resentimiento, uno de los rasgos de la sociedad actual que coincide con una de las hijas de este vicio, el rencor. De hecho, Serrano et al. (2009) afirman que, cuando se ha llegado a perdonar por completo, se ha cumplido un proceso que trae consigo el cambio de las emociones negativas en torno al daño causado y su autor, que desaparecen, o incluso pueden tornarse emociones positivas.

Pero es una virtud que conlleva, como todo hábito, una progresiva adquisición hasta que se convierta en una disposición estable en la persona. Además, el acto de

perdonar se da mediante un proceso con unas etapas. Por lo que, para educar en el perdón, se podría ayudar al educando a ponerlas en práctica.

Hay muchas teorías que definen estas fases del perdón, pero Serrano et al. (2018), han encontrado que todas casi siempre coinciden en cuatro. La primera, consiste en reconocer que se le ha causado un daño, y reconocerlo en su justa proporción, sin victimizarse ni actuar de forma exagerada contra el agresor. La segunda, considerar el punto de vista del que ha causado el mal, lo que facilita abrir la mente a sus posibles limitaciones o situación. El tercero, empatizar con él, recordando también las ocasiones en que uno ha sido perdonado. El cuarto, querer perdonar, que es tomar la decisión comprometida de intentar hacerlo.

Por último, tener presente que, como explica Palet (2000), la familia es el lugar natural en el que el niño crece y es educado. Y es en este contexto en el que muchas veces se dan las ocasiones para que se pueda poner en práctica el ejercicio de las virtudes. En el caso del perdón, especialmente. Por ejemplo, reconciliándose con sus hermanos después de un enfado.



## 4. Conclusiones

La acedia es un vicio del cual ya se hablaba en la tradición de la Iglesia siglos atrás. Lo primeros en hacerlo fueron los Padres del desierto, que empezaron a hablar sobre él al describir las experiencias que veían en algunos de sus hermanos. A partir de entonces, numerosos autores, entre los que destacan Juan Casiano, Gregorio Magno o Santo Tomás, se han preocupado en describirlo y advertir sobre su gran peligro.

Santo Tomás lo define como un vicio capital que consiste en la tristeza ante el bien divino interior, que es aquel que debe ordenar nuestra vida y dotarla de sentido, dirigiéndola hacia un fin. Por lo que, en esencia, es un vicio que ataca al núcleo mismo de la persona, pudiendo provocar la desintegración de su personalidad.

Es por ello que se le designa cabeza de muchos otros vicios, sus hijas. Ellas son la desesperación, la pusilanimidad, la indolencia de los preceptos, a través de la somnolencia y la ociosidad, el resentimiento y la amargura, la malicia, y la huida mediante la búsqueda de placeres que se hace patente en la curiosidad, la verbosidad, la inquietud corporal y la inestabilidad de lugar y de voluntad. Por lo que, por el dinamismo que se da entre los vicios, se trata de un mal que acaba desencadenando una personalidad patógena.

Pero, a pesar de la gran importancia que se le dio durante mucho tiempo, en un momento dado, a causa de la influencia de una nueva concepción de la moral, el voluntarismo y el legalismo, este vicio se fue diluyendo hasta quedarse reducido a la pereza. De manera que hoy en día pocas personas conocen sobre su existencia.

Aun así, hemos visto que el síndrome que traen consigo la acedia y sus hijas, puede tener consecuencias terribles. De hecho, hemos hallado que muchas de ellas podrían identificarse con varios rasgos característicos de la sociedad actual, como son la crisis de la interioridad, la depresión, el exceso de movimiento y de trabajo, entre otros. Además, es un vicio que tiene mucho que ver con la falta de sentido y el vacío interior que invade a una gran cantidad de personas. De forma que hay muchos autores que coinciden en la gran presencia que tiene la acedia en nuestros tiempos.

Por ello, es un factor que necesita ser considerado con detenimiento, para poder vislumbrar su influencia y poder remediar los daños. Con esa voluntad, se ha pretendido ofrecer una forma de prevenirlo: la educación en las virtudes. Debido a que las virtudes son las disposiciones interiores contrarias a los vicios: mientras que estos últimos desorganizan la personalidad y rebajan la dignidad humana, ellas

ordenan la naturaleza humana y la elevan, ayudando a la persona a perfeccionarse en su consecución al fin último de su vida. Además, se ha escogido la vía de la educación porque lo propio de ella es ayudar al educando a llegar al fin natural del hombre en cuanto a hombre, que es la vida de virtud.

Así pues, se ha escogido una lista de virtudes según su directo ataque contra la acedia. En primer lugar, la caridad, al ser aquella a la que afecta de forma más directa la acedia. La segunda, la esperanza, pues la primera hija que engendra este vicio es la desesperación. La tercera, la templanza, que abarca la lucha contra todas las hijas de la acedia que tientan al hombre para que huya del lugar que le es propio. La cuarta, la fortaleza, pues lo propio de ella es resistir las dificultades que se presenten en el camino hacia la consecución del bien último. En quinto lugar, la magnanimidad, virtud opuesta a otra de las hijas de la acedia, la pusilanimidad, y que consiste en resistir con grandeza de espíritu. Por último, el perdón, necesario para remediar cualquier resquicio de resentimiento, otra temible hija de la acedia.

A través de la adquisición de todas estas disposiciones interiores, creemos que es más difícil caer en un vicio como el de la acedia, y en el caso de que se presente la tentación, será más fácil superarla.

Por supuesto, esto es únicamente un primer acercamiento a un problema que creemos de gran urgencia en la actualidad, y a una propuesta de prevención para poder reducir la población que se vea afectada por él. Aun así, no se basa en la experiencia empírica, y tampoco se ha podido desarrollar una descripción en profundidad sobre la propuesta educativa, dadas las limitaciones del trabajo. Aunque ello podría suponer un buen campo de investigación en futuros proyectos.

Aun así, nuestra intención es poner de manifiesto este problema, estableciendo un nexo común entre diferentes síntomas que se dan en la sociedad, para así, poder arrojar un poco más de luz a la hora de conocer el núcleo y la causa de todos estos sufrimientos. A la vez que abrir la puerta a que se pueda desarrollar más investigación en este sentido, con tal de poder encontrar un remedio para este sufrimiento por una vida sin sentido.



## Referencias

- Abbate, S. (2019). Educación y magnanimidad: retos frente a la sociedad tecnológica. En C. Carreira Zafra, M. Kazmierczak, & M. Signes, *Inteligencia y tecnología: retos y propuestas educativas* (pp. 17-31). Navarra: EUNSA.
- Angelini, G. (2004). *Las virtudes y la fe*. Ediciones Cristiandad.
- Aquino, T. (1998). *Suma de Teología*. Biblioteca de Autores Cristianos.
- Aquino, T. (2007), *Suma contra los gentiles*. Biblioteca de Autores Cristianos.
- Aristóteles (2005). *Ética a Nocómaco*. Alianza Editorial.
- Bellamy, F. (2020). *Permanecer: Para escapar del tiempo del movimiento perpetuo*. Ediciones Encuentro.
- Belmonte, M. A. (2020). La fenomenología del resentimiento según Scheler y Girard a la luz de la acedia en la Suma de Teología de Tomás de Aquino. *Scientia et Fides*, 8(1), 221-242. <http://dx.doi.org/10.12775/SetF.2020.002>
- Bojorge, H (21-25 de septiembre de 2003). *La civilización de la acedia: El mal espiritual de la civilización actual... Un diagnóstico espiritual inspirado en la doctrina tradicional sistematizada y expuesta por Santo Tomás de Aquino*. Congreso Tomista Internacional El humanismo cristiano en el III milenio: la perspectiva de Santo Tomás de Aquino. Pontificia Accademia di San Tommaso, Roma, Italia.
- Canals, F (abril de 1989). *La pereza activa*. Conferencia del Campus Oriente de la Pontificia Universidad Católica de Chile.
- Casiano, J (2017). *Instituciones*. Rialp.
- Casiano, J. (2019). *Colaciones. Volumen I*. Rialp
- Diccionario Griego-Español. <http://dge.cchs.csic.es/xdge/>
- Echavarría, M. F. (2020). Personalidad y mal moral: La conexión de los vicios. *Espíritu*, LXIX, 159.

- Echavarría, M. F. (2021). Acedia y personalidad. *Antropología Cristiana y Ciencias de la Salud Mental*, 73-86. <https://doi.org/10.2307/j.ctv1ks0fr6.12>
- Espluga, E. (2021). *No seas tú mismo: Apuntes sobre una generación fatigada*. Paidós.
- Frankl, V (1994). *La voluntad de sentido*. Herder Editorial.
- Frankl, V. (2000). *El hombre doliente: Fundamentos antropológicos de la psicoterapia*. Herder Editorial.
- García, J. P. (2012). La familia, experiencia trinitaria de la caridad. *Corintios XIII. Revista de teología y pastoral de la caridad* 142, 62-79.
- Han, B. (2010). *La sociedad del cansancio*. Herder Editorial.
- Hipona, A. (2015). *La ciudad de Dios*. FV Éditions.
- Lipovetsky, G. (1990). *El imperio de lo efímero: La moda y su destino en las sociedades modernas*. Anagrama.
- Manzanedo, M. F. (2004). *Las pasiones según Santo Tomás*. Editorial San Esteban.
- Martínez, E. (2002). *Persona y educación en Santo Tomás de Aquino* [Tesis de doctorado, Universidad de Barcelona]. Fundación Universitaria Española.
- Martínez, E. (2004). *Ser y educar: Fundamentos de pedagogía tomista*. Universidad Santo Tomás.
- Martínez (2013). Contemplación de la belleza y perfección de la vida humana. *Espíritu*, 62 (145), 57-71.
- Martínez, E. (2015). La educación de la virtud, según Santo Tomás de Aquino. En I. E. Ramírez Hernández, *Voces de la filosofía de la educación* (págs. 229-269). México: Ediciones del Lirio.
- Martínez, M. L. (2006). El estudio científico de las fortalezas trascendentales desde la psicología positiva. *Clínica y Salud*, 17 (3), 245-258.
- Muñoz, M. G. (2015). El vicio de la acedia en Santo Tomás de Aquino y su relación con la psicopatología contemporánea. [Tesis de Maestría]. Universitat Abat Oliba CEU.

- Martínez, E (15-16 de junio de 2018). *La confianza, alma de la educación* [Ponencia en la XVIII Sesión plenaria]. Le emozioni secondo san Tommaso, Pontificia Academia de Santo Tomás, Ciudad del Vaticano.
- Nault, J. C. (2014). *El demonio del mediodía: La acedia, el oscuro mal de nuestro tiempo*. Biblioteca de Autores Cristianos.
- Nursia, B. (2020). *La regla de San Benito*. FV éditions.
- Organización Mundial de la Salud. (17 de junio de 2021). *Suicidio*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/suicide>
- Organización Mundial de la Salud. (13 de septiembre de 2021). *Depresión*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/depression>
- Palet, M. (2000). *La familia educadora del ser humano*. Ediciones Scire.
- Palet, M (2007). *La educación de las virtudes en la familia*. Ediciones Scire.
- Peretó Rivas, R. (2010). El itinerario medieval de la acedia. *Intus-Legere Historia*, 4(1), 33-48.
- Peretó Rivas, R. (2011). Acedia y trabajo. El justo equilibrio. *Cauriensia*, 6, 333-344.
- Peretó Rivas, R. (2012). Evagrio Pónico y la exclaustación de la acedia. *Carthaginensia*, 53, 23-35.
- Pieper, J. (2007). *Las virtudes fundamentales*. Rialp.
- Pinckaers, S. T. (1988). *Las fuentes de la moral cristiana: Su método, su contenido, su historia*. EUNSA.
- Pónico, E. (2013). *Obras espirituales*. Editorial Ciudad Nueva.
- Psicología Positiva. *Nacimiento de la Psicología Positiva*. <http://www.psicologia-positiva.es/>
- Roqueñi, J. M. (2005). *Educación de la afectividad: Una propuesta desde el pensamiento de Tomás de Aquino*. EUNSA.
- Ruiz-Ruano, A. M., López-Salmerón, M. D., Puga, J. L. (2020). Evitación experiencial y uso abusivo del smartphone: un enfoque bayesiano. *Adicciones*, 32(2), 116-127.

Serrano, I., Prieto, M., López, J. (2018). Educar en el perdón. *Padres y maestros*, 374, 28-33. DOI: pym.i374.y2018.004.

Velasco, C. A. (2003). *La huida de la intimidad*. Editorial de la Universidad Católica Argentina.

Vitz, P. C. et al. (2020). *A Catholic Christian Meta-Model of the Person: Integration with Psychology and the Mental Health Practice*. Divine Mercy University Press.