

## Acedia y Sabbat



Los primeros monjes cristianos creían en algo que llamaban *Acedia*. Más coloquialmente, lo llamaban *El diablo de mediodía*, un nombre que describe esencialmente el concepto. La acedia, para ellos, era diferente a la depresión ordinaria ya que aquella no te introducía en las áreas oscuras y caóticas de la mente y el corazón, para indisponerte ante tu propio complejo e infinito interior; se trataba más bien de un aplanamiento, una escasez de energía, que te ponía en un estado semi-vegetativo que simplemente amortiguaba todo sentimiento y pensamiento profundo.

La primitiva iglesia la consideró uno de los siete pecados capitales. Después se la volvió a llamar *Pereza*: Hay abundancia de buena literatura espiritual sobre el concepto de acedia, no lo es menos el definitivo trabajo de Kathleen Norris sobre cómo fue entendida la acedia por la primitiva iglesia.

Pero hasta recientemente, la acedia no había sido estudiada en profundidad como concepto psicológico. Felizmente, esto está cambiando, con importantes implicaciones para la espiritualidad. Para ofrecer sólo un ejemplo: Recientemente asistí a una conferencia dada por una especialista junguiana, Lauren Morgan Wuest. No puedo hacer justicia aquí a su tesis completa, pero dejadme exponer una sinopsis muy simplificada.

Habiendo leído la literatura de los Padres del Desierto y los varios comentarios sobre la idea de acedia,

ella intentó interconectar esa literatura espiritual con los criterios de psicología contemporánea, particularmente los de la escuela junguiana de pensamiento. ¿Cuáles fueron sus conclusiones?

En resumen, su visión es que la acedia no es una diagnosis clínica, lo que quiere decir que no es una patología que requiera tratamiento, ni es una depresión corriente. Más bien los síntomas de la acedia son el resultado de un saludable e instintivo reflejo de nuestros cuerpos y mentes, los cuales, cuando no se les da algo que necesitan, a veces nos cierran violentamente, muy parecido a como una depresión corriente cierra a alguien; excepto eso en el caso de la acedia, el cierre de energía tiene por finalidad la salud. Dicho simplistamente: Ya que no nos sentaremos por nuestra cuenta ni daremos a nuestros cuerpos y mentes el descanso, alimento y espacio que necesitan, nuestros cuerpos y mentes conspiran juntos violentamente para sentarnos. En esencia, eso es acedia, y, en esencia, es por nuestra propia salud.

Como psicóloga, ella no sacó de esto consecuencias para la espiritualidad, particularmente cómo esto podría relacionarse con la práctica del Sabbat en nuestras vidas; pero todas las implicaciones están ahí.

Cuando lees las escrituras judeo-cristianas, particularmente los primeros pasajes del Génesis que narran la creación del mundo y cómo Dios “descansó” el Sabbat, ves que hay un ritmo ordenado divinamente a cómo desplegar supuestamente el trabajo y el descanso en nuestras vidas. Brevemente indicado, tiene que haber para nuestras vidas un patrón, un ritmo, que funcione así: *Tú trabajas durante seis días, y luego tienes un día sabático; trabajas durante siete años, y luego tienes un año sabático; trabajas siete veces siete años, y luego tienes un año jubilar y sabático por todo el planeta; y después trabajas toda la vida, y pasas a una eternidad sabática.*

En esencia, nuestras vidas de trabajo, nuestra agenda de cada día y nuestras ansiedades normales están para ser interrumpidas regularmente por un tiempo en el que dejamos el martillo, dejamos nuestra agenda, dejamos nuestras preocupaciones de un día de trabajo y simplemente nos sentamos, descansamos, vegetamos, gozamos, nos empapamos, nos deleitamos, meditamos, oramos y dejamos que las cosas se cuiden de sí mismas durante cierto tiempo. Esa es la fórmula bíblica para la salud espiritual, humana, psíquica y corporal. Y cuando no hacemos esto voluntariamente, en efecto, cuando nos descuidamos de practicar el Sabbat en nuestras vidas, nuestros cuerpos y mentes están como para hacerlo por nosotros cerrando nuestras energías. La acedia es nuestro amigo aquí: Practicaremos el Sabbat de una manera u otra.

No es un secreto que hoy la práctica del Sabbat está desapareciendo más y más en nuestra cultura. Verdaderamente, nuestra cultura constituye una conspiración virtual contra la práctica del Sabbat. Entre los muchos responsables inculcados por esto, yo destaco nuestra adicción a la tecnología de la información, nuestra incapacidad para estar durante cualquier lapso de tiempo sin estar conectado a otros y al mundo a través de un teléfono, una tablet o la pantalla de un ordenador. Cada vez somos más incapaces de alejarnos de todo aquello a lo que estamos conectados a través de la tecnología de la información, y consecuentemente somos más incapaces de simplemente descansar, de dejar que las cosas fluyan, de experimentar el Sabbat. Tal vez la práctica de los Cyber-Sabbats sería hoy, para nosotros, la práctica ascética más importante.

Ya hace setecientos años, el poeta sufí Rumi lamentó: *He vivido demasiado tiempo donde puedo ser alcanzado.* Eso es un grito a favor del tiempo del Sabbat, que se quebró mucho antes de que la

tecnología de la información de hoy nos instalara donde siempre podemos ser alcanzados, y ese grito está quebrándose hoy en todos sitios mientras nuestra adicción a la tecnología de la información aumenta. A uno le preocupa que no encontremos el ascetismo necesario para contener nuestra adicción, pero entonces la acedia bien puede hacer por nosotros lo que nosotros somos incapaces de hacer por nosotros mismos.

Ron Rolheiser (Trad. Benjamin Elcano, cmf)

---

Publicado en Ciudad Redonda

[www.ciudadredonda.org/articulo/acedia-y-sabbat](http://www.ciudadredonda.org/articulo/acedia-y-sabbat)