



## Tecnología y Acedia

### Descripción

El **Siglo XXI** se caracteriza por el **desarrollo intensivo de la tecnología**, que ha colonizado casi todos los ámbitos. Nos han traído grandes ventajas: la comunicación e interacción, fomentar la calidad del aprendizaje y del desarrollo de destrezas, aumentar la productividad económica en la sociedad, etc. **Pero también ha crecido de forma llamativa la distracción**. Este artículo intenta establecer una relación entre estos dos elementos.



### Sobre la acedia

Según el **Catecismo la acedia es la pereza espiritual, que llega a rechazar el gozo que viene de Dios**. Podríamos catalogarla como perteneciente al género de las tristezas. **Santo Tomás** considera a la acedia entre los pecados capitales. Etimológicamente **«pecado capital»** es

---

principio, cabeza o madre de otros pecados.

La sabiduría espiritual cristiana ha considerado la acedia como un vicio que, sin control, eventualmente resulta mortal para la vida cristiana.

Cuando se cede a la acedia se trata con indulgencia la apatía espiritual, y se tiende a evitar esa tristeza primero evadiendo, **luego despreciando el amor y la misericordia de Dios y finalmente buscando compensaciones en el placer.**

La acedia

Lleva a soltar la mente para dirigirse a lo ilícito como fruto de la deserción de los **bienes sobrenaturales**. El que padece de acedia deja que su imaginación construya castillos en el aire, en los que él es protagonista de cuanto no hace nada en la vida real.

Esto no sólo representa una pérdida de tiempo, sino que suele terminar siendo ocasión de pecado; por ejemplo, ser protagonista tiende al narcisismo, y esto al egoísmo; uno se topa con contenidos inconvenientes.

**Gregorio Magno le asigna al vicio de la acedia seis hijas: *malicia, rencor, pusilanimidad, desesperación, indolencia en lo tocante a los mandamientos, divagación de la mente por lo ilícito.***

### La divagación de la mente

Justamente esta última, la *divagación de la mente por lo ilícito* se facilita con el uso indiscriminado de tecnología; a veces, con facilidad se puede ocultar la curiosidad como sed intelectual.

Esta hija de la acedia, consiste en soltar la mente para dirigirse a lo ilícito como fruto de la deserción de los bienes sobrenaturales. La persona que está afectada por la acedia deja que su imaginación construya castillos en el aire, en los que él es protagonista de cuanto no hace nada en la vida real. Esto no sólo representa una pérdida de tiempo, sino que suele terminar siendo ocasión de pecado, como veremos a continuación.

En el mundo actual, que tristemente está altamente erotizado, existen disponibles una cantidad de contenidos pornográficos o por los menos, altamente sensuales que agitan la curiosidad, es más fácil que la acedia deje el campo abierto a la lujuria.



## Cuando la tecnología juega a favor

La vida actual está marcada por las [tecnologías de comunicación](#), que rápidamente se han propagado en todos los ámbitos: el trabajo, las relaciones personales, el hogar, el entretenimiento, etc. Junto a un gran número de efectos positivos, este fenómeno también presenta retos. Por esto, es oportuno reflexionar sobre cómo estas tecnologías nos afectan en la vida diaria, cómo cambian nuestro trato con los demás y, por supuesto, cómo influyen en nuestra relación personal con Dios.

Podríamos decir que la tecnología ha hecho que la distracción se volviese omnipresente. Sin embargo, es difícil percibir lo que está sucediendo, a menos que se interponga un cierto tipo de condición artificial — un factor «artificial» como, por ejemplo, la naturaleza.

**El apagón ocasional es un fastidio, pero también es un regalo que nos permite redescubrir un mundo desconectado.**

No todos los avances tecnológicos o todas las funcionalidades van bien a todas las personas. Hay que pensar. Conviene preguntarse que en cada caso: esto a mí ¿me aporta o en que me dificulta?; y actuar en consecuencia. Ahora bien, no se pueden establecer reglas generales, sino que cada uno debe experimentar qué cosas le convienen, no sólo porque facilitan su trabajo, sino porque mejoran su relación con los demás y con Dios.



## Lujuria en Internet

San Agustín ofrece en las Confesiones un testimonio sobre la cuestión que nos ocupa: *«porque de haberse la voluntad pervertido, pasó a ser apetito desordenado; y de ser así servido y obedecido, vino a ser costumbre; y no siendo así contenida y refrenada, se hizo necesidad como naturaleza.*

*De estos como eslabones unidos entre sí se formó la que llamamos cadena, que me tenía estrechado a una dura servidumbre y penosa esclavitud».* Si lo analizamos es la descripción de la adicción que produce el consumo de pornografía en Internet.

La concupiscencia consentida y habituada reúne tal fuerza que adquiere la naturaleza de una cierta clase de necesidad que compele a la voluntad de tal manera que el individuo deja de ser libre en alguna medida.

Durante mucho tiempo la **Iglesia** ha enseñado que la lujuria de los ojos y la lujuria de la carne se alimentan entre sí. La concupiscencia de los ojos inflama la concupiscencia de la carne, y viceversa.

Lastimosamente se han convertido en un componente casi normal de la vida cotidiana de muchas personas: el envío frecuente de imágenes eróticas, especialmente compartidas en **grupos de WhatsApp** y la búsqueda de contenido pornográfico, son hondamente nocivas y tienen un efecto adormecedor en la vida espiritual cristiana.

## Las tentaciones que ocasiona

[Las tentaciones](#) que pueden ser ocasión de crecer y fortalecernos, si correspondemos a la gracia de Dios que viene en nuestro auxilio; según enseñan los padres de la Iglesia *«la tentación es para un alma noble lo que el alimento es para un cuerpo vigoroso».*

Cuando el alma está adormecida o con pereza rehuye el combate y cede a las tentaciones, pues «la acedia es la debilidad del alma que irrumpe cuando no se vive según la naturaleza ni se enfrenta noblemente la tentación».

Hay que aprender de los testimonios de los usuarios de la pornografía que, contrariamente a los supuestos culturales prevalecientes, la lujuria de los ojos no es un vicio «caliente» sino «frío».

Surge de la «inquietud itinerante del espíritu» arraigado en una apatía espiritual que, una vez más, desespera y finalmente viene a resentir la trascendencia misma de la dignidad de la persona.

Por lo tanto, la lujuria de los ojos que se alimenta de la pornografía en Internet no inflama, sino que congela el alma y el corazón en una fría indiferencia hacia la dignidad humana de los demás y de sí mismo. Es un círculo vicioso: la acedia predispone al alma para ceder con más facilidad ante los embates de la pornografía, y, por el contrario, la pornografía va asentando cada vez más la acedia.

El Catecismo de la Iglesia Católica

nos recuerda una verdad que a la recta razón es evidente, que la pornografía ofende contra la castidad: «La pornografía ofende la castidad porque desnaturaliza la finalidad del acto sexual. Atenta gravemente a la dignidad de quienes se dedican a ella (actores, comerciantes, público), pues cada uno viene a ser para otro objeto de un placer rudimentario y de una ganancia ilícita. Introduce a unos y a otros en la ilusión de un mundo ficticio. Es una falta grave». Esta enseñanza está anclada en la dignidad de la persona humana y en la virtud de la castidad.



## Castidad fundamentada en la oración

La castidad no es, como insisten los estereotipos actuales, «mojigatería» o «represión», ni tampoco el temible desprecio de la sexualidad como un «mal necesario», inevitable, pero en

---

Última instancia subhumano. Al contrario, como dice el papa Francisco, «la castidad resulta condición preciosa para el crecimiento genuino del amor interpersonal».

Vivir la castidad hace que las personas sean mejores, como se dice en la San Josemaría: «*precisamente entre los castos, se cuentan los hombres más ántegros, por todos los aspectos. Y entre los lujuriosos dominan los tímidos, egoístas, falsarios y crueles, que son características de poca virilidad*».

Para entender correctamente la castidad es crucial ver cómo está íntimamente relacionada con otra virtud que necesita recuperación: la templanza. La templanza es una de las cuatro virtudes cardinales que se pueden describir como los cuatro hábitos de excelencia que permiten al ser humano realizar el bien humano.

## La Templanza

Escribe Joseph Pieper: «*la templanza es la auto conservación desprendida. Y la falta de templanza equivale, según esto, a la autodestrucción por degeneración egoísta de las energías destinadas a la auto conservación*». La castidad no es otra cosa que la realización de la auto conservación desinteresada en la sexualidad humana.

Esto tiene significados fundamentales para la preservación de la dignidad humana. Si queremos proteger la dignidad humana en asuntos sexuales y en todos los demás asuntos humanos, debemos ejercer una verdadera y perfecta prudencia. Si queremos ejercer la verdadera y perfecta prudencia, debemos buscar la castidad. Pero antes de que podamos ejercer la castidad en su sentido propio, debemos practicar una virtud más general de castidad, una castidad espiritual. Pues es esta virtud la que aborda la raíz espiritual del problema: acedia. ¿Qué es la castidad espiritual?

## La Castidad

Santo Tomás explica que se llama castidad espiritual «*si la mente humana se deleita en la unión espiritual con aquello a lo cual debe unirse, es decir, a Dios, y se abstiene de unirse en el deleite a otros objetos opuestos al orden divino*».

*Tomada así la castidad, es una virtud general; porque como dice el Aquinate «cualquier virtud hace que la mente humana no se una al deleite mediante cosas ilícitas».*

Esta castidad espiritual surge directamente de la fe, la esperanza y la caridad, que unen la mente humana a Dios. La castidad espiritual preserva la unión con Dios y por lo tanto ofrece la protección más sobresaliente contra la acedia.

La práctica más importante que fortalece nuestra castidad espiritual y simultáneamente nos protege de la acedia es el esfuerzo activo y persistente de tener una vida de oración.

La práctica de la oración es una disciplina espiritual categóricamente diferente y no un sustituto de la terapia recomendable para aquellos que experimentan conductas compulsivas o adicciones.

En conclusión, una iniciativa espiritual muy pertinente que aborda de manera más directa el problema contemporáneo de la pornografía en Internet -no en su brillante superficie electrónica sino en su raíz espiritual oculta- es la oración, y en concreto la realizada frente al Santísimo Sacramento.

## Un espacio para la Oración

**La oración sostiene la unión espiritual de la mente y del corazón con Dios y con todo lo que es consonante con la voluntad de Dios, nos protege más eficazmente para evitar caer en la apatía espiritual y su descendencia la *divagación de la mente por lo ilicito*.**

Enseñar a los más jóvenes a hacer oración será fundamental para prepararles a combatir contra las tentaciones de acceder a material nocivo que seguramente deberán enfrentar en durante su vida.

Promover que todos hagan oración nos puede resultar arduo, como nos hacía notar San Josemaría «recomendar esa unión continua con Dios; ¿no es presentar un ideal, tan sublime, que se revela inasequible para la mayoría de los cristianos? Verdaderamente es alta la meta, pero no inasequible.

*El sendero, que conduce a la santidad, es sendero de oración; y la oración debe prender poco a poco en el alma, como la pequeña semilla que se convertirá más tarde en árbol frondoso».*