

# L'accidia e i quattro sintomi – La Croce e i quattro rimedi

## *Prefazione*

*L'accidia non è un male riservato all'interno del mondo dei monaci ma è anche la tentazione per l'uomo della nostra cultura contemporanea. L'accidia come pensiero cattivo, atonia generale, male oscuro, male del nostro tempo, peccato o vizio capitale, è connessa alla nostra condizione umana. L'accidia coinvolge la totalità della persona e rende asfissiante ogni dimensione della vita. L'anima è ripiegata su se stessa ma la sua reazione è di rinunciare a combattere e fuggire verso situazioni ritenute "nobili" e ideali. Ci sono diversi segni rivelatori o sintomi di questa malattia cronica e radicale che si manifesta tipicamente come una fuga. Nella prima parte individualizziamo quattro sintomi che assume questa fuga: la fuga da Dio, la fuga da se stesso, la fuga dal momento presente, la fuga dall'agire. Nella seconda parte ricordiamo che la medicina viene da Gesù Cristo, che con la sua missione di Figlio Unigenito ha vinto l'accidia. Dalla Croce di Gesù Cristo sgorgano quattro direzioni di luce per aiutare l'uomo, contro il buio dell'accidia, a una relazione di amicizia con Dio e a una comunione di persone che si realizza nel dono di sé. Quindi indichiamo i quattro rimedi: l'adorazione a Dio, la meditazione della Parola di Dio, l'espiazione e la missione.*

## *Summary*

*Acedia is not a problem reserved for the world of monks, but is also the temptation of men in our contemporary culture. Acedia as a bad thought, a general lethargy, a dark evil, an evil of our time, the capital sin or vice, is connected to our human condition. Acedia involves the whole person and suffocates every dimension of life. The soul is turned in on itself but its reaction is to give up fight and flee to situations that are considered "noble" and ideal.*

*There are several telltale signs or symptoms of this chronic and radical disease that typically manifests itself as an escape. In the first part of this article four symptoms of acedia are discussed: escape from God, escape from himself, escape from the present moment, the escape from action. In the second part, we recall the medicine that comes from Jesus Christ who conquered acedia. From the Cross of Jesus Christ flow four directions of light to help man against the darkness of sloth in a relationship of friendship with God and in a communion of persons that is realized in the gift of self. Then we indicate the four remedies: the worship of God, meditation on the Word of God, expiation and mission.*

\* \* \*

## I. Accenni biblici sull'accidia

La parola “accidia” non compare nella Sacra Scrittura. Ma in diverse pagine della Bibbia si trovano descrizioni, stati d’animo e tracci del cuore e del comportamento accidioso. Tali sintomi accidiosi sono un aiuto per cercare di capire e definire la malattia spirituale dell’accidia. Così accenniamo a alcuni testi biblici

- Il popolo di Israele che pellegrina nel deserto vive un stato di **contestazione** duratura: l’ansia per l’acqua e il cibo, vuole ritornare in Egitto, rifiuto di conquistare Canaan.
- Anche nei Salmi si parla del “**cuore viene meno**” (60[61],3); “**afflitto che è stanco**” (101[102]1); “**piango nella tristezza**” (118[119],28); “**in me languisce il mio spirito, si agghiaccia il mio cuore**” (142[143],4).
- Il testo di *1 Maccabei* 6,8-13, che riferisce la morte di Antioco Epifane dopo che ha saputo che le sue truppe e quelle di Lisia sono state sconfitte e che inoltre avevano distrutto l’idolo da lui innalzato in Gerusalemme, è molto espressivo perché presenta alcuni elementi rilevanti che richiamano l’accidia, soprattutto la tristezza e la **depressione**. Dice così la narrazione: “Il re, sentendo queste novità, rimase sbigottito e scosso terribilmente; si mise a letto e cadde ammalato per la tristezza, perché non era avvenuto secondo i suoi desideri. Rimase così molti giorni,

perché si rinnovava in lui una forte depressione e credeva di morire. Allora chiamò tutti i suoi amici e disse loro: «Se ne va il sonno dai miei occhi e ho l'animo oppresso dai dispiaceri; ho pensato: in quale tribolazione sono giunto, in quale terribile agitazione sono caduto io che ero sì fortunato e benvenuto sul mio trono! Ora mi ricordo dei mali che ho fatto in Gerusalemme, portando via tutti gli arredi d'oro e d'argento che vi erano e mandando a sopprimere gli abitanti di Giuda senza ragione. Riconosco che a causa di tali cose mi colpiscono questi mali: ed ecco muoio nella più nera tristezza in paese straniero»<sup>1</sup>.

- Ugualmente nel libro dei Proverbi si accenna alla vita del **pigro**: “Sono passato vicino al campo di un pigro, alla vigna di un uomo insensato: ecco, ovunque erano cresciute le erbacce, il terreno era coperto di cardì e il recinto di pietre era in rovina. Osservando, riflettevo e, vedendo, ho tratto questa lezione: un po' dormire, un po' sonnecchiare, un po' incrociare le braccia per riposare e intanto viene passeggiando la miseria e l'indigenza come un accattone” (24,30-34); “la porta gira sui cardini, così il pigro sul suo letto” (26,14; cf anche 6,6-9; 10,26; 12,24.27; 13,4; 15,19; 19,24; 20,4; 24,30-34.).
- Pure nel libro di Qohèlet si descrive lo stato di **angoscia** e di **disgusto** che procura l'accidioso: “Ho preso in odio la vita, perché mi è sgradito quanto si fa sotto il sole” (2,17). Significativi sono i capitoli 1 e 2 del libro dove Qohèlet racconta il narcisismo del soggetto portato al suo estremo e al suo ulteriore recupero<sup>2</sup>.

---

<sup>1</sup> “In questa descrizione sono elencate alcune caratteristiche di quella tristezza mortale che avvolge completamente l'anima di chi vede frantumarsi tutto ciò su cui aveva poggiato la sua vita. Notiamo come lo spavento, l'agitazione e il dispiacere sono causati dalla mancata realizzazione e dalla frustrazione di un progetto di idolatria e di violenza. Ci sono prostrazione e afflizione, inquietudine e oppressione, ma soprattutto una profonda tristezza e depressione che si rinnovano continuamente. La vita non viene più affrontata (ci si rifugia nel tentativo di dormire), viene percepita nella sua dimensione negativa e il tempo perde la sua reale consistenza: si coglie solo il male che si è fatto e davanti agli occhi non c'è alcun futuro. Anzi, ci si sente “in terra straniera”, nella piena solitudine. Ciò che di fatto è venuto meno è un'immagine di sé costruita sulla falsità e sul vuoto” (A. PIOVANO, *Accidia*, Cinisello Balsamo [Milano], 41-42).

<sup>2</sup> Sono 3 momenti che si possono riconoscere nei due capitoli: “1) *l'espansione del più smaccato narcisismo* («io, l'unico: più, sopra tutti i miei predecessori...; io, per me, per me, per me!»), con cui Qohèlet segretamente sospinto da un'imponente rimozione della morte, cerca di fabbricarsi con le sue stesse proprie mani un'impossibile immortalità (*Qo* 1,12-2-11); 2) *il ritorno del pensiero della morte ostinatamente rimosso, con relativa depressione* a fronte dell'ineluttabile universale evanescenza («stessa fine

- In altri testi viene fuori la **disperazione** e la **tristezza** nei confronti della pesantezza della vita: “E perché non sono morto fin dal seno di mia madre e non spirai appena uscito dal grembo? Perché due ginocchia mi hanno accolto, e perché due mammelle, per allattarmi? Sì, ora giacerei tranquillo, dormirei e avrei pace... Laggiù i malvaggi cessano d’agitarsi, laggiù riposano gli sfiniti di forze... Laggiù è il piccolo e il grande, e lo schiavo è libero dal suo padrone” (*Gb* 3,11-19; cf anche *Ger* 20,14-18).
- Passando al Nuovo Testamento, lo stato accidioso viene spiegato in Luca come **cuore appesantito**: “State bene attenti che i vostri cuori non si appesantiscano in dissipazioni, ubriachezze e affanni della vita” (21,34).
- Finalmente, l’Apocalisse con parole molto dure denuncia il comportamento del **“non agire”**, il non fare scelte etiche: “Conosco le tue opere: tu non sei né freddo né caldo. Magari tu fossi freddo o caldo! Ma poiché sei tiepido, non sei cioè né freddo né caldo, sto per vomitarti dalla mia bocca” (3,15-16).

## II. Il “demonio del mezzogiorno o meridiano”

L’accidia è istigata dal demonio del meridiano o mezzogiorno. A mezzogiorno Abramo ebbe come ospiti gli angeli che annunciano la futura nascita di Isacco e la distruzione di Sodoma (cf. *Gn* 18,1ss) e a mezzogiorno Giuda invito i suoi fratelli a pranzare (cf. *Gn* 43,16.25). Se “il mezzogiorno”, secondo Origene, significa la luce sfavillante, le opere buone, la conoscenza perfetta, ugualmente il diavolo prende l’aspetto di angelo di luce, di avere la luce e finge di avere il mezzogiorno: “anche Satana si maschera da angelo di luce” (2 *Cor* 11,14).

---

*per tutti*»), per cui gli interessi precedentemente perseguiti con frenetico accanimento diventano improvvisamente privi di senso (2,12-23: «*odio la vita, odio ogni opera delle mie mani...*»), perché scoperti nella loro effettiva ultima evanescenza di un soffio (*hevel*); 3) infine Qohelet conclude la sua autobiografia spirituale con una *risimbolizzazione e ridimensionamento* per molti versi sorprendenti, nel senso che, proprio lui che pretendeva a tutti i costi autorealizzarsi come il re unico e diverso da tutti, una volta dolorosamente constatato il proprio fallimento, si riconcilia (con la vita e con se stesso) riscoprendosi una creatura proprio come tutti, gratificata da Dio al più elementare livello dei propri bisogni e delle proprie possibilità” (R. VIGNOLO, *Dimorare in Gesù: preventivo e antidoto giovanneo all’accidia*, in G. ANGELINI – J.CH. NAULT – R. VIGNOLO, *Accidia e perseveranza*, Milano 2005, 61).

L'espressione "demonio meridiano" o mezzogiorno si trova nella Sacra Scrittura, nel salmo 91 (90), 5-6, secondo il testo latino della Volgata: ... "non timebis a timore nocturno, a sagitta volante in die, a negotio perambulante in tenebris, ab incursu et *daemonio meridiano*". La tradizione, a continuazione di Evagrio, hanno identificato "il demonio meridiano" come l'accidia. Tra gli ebrei questo demonio viene identificato come *Keteb*, *Keteb Mireri*, anche riferito in *Dt* 32,24, e si tratta di un demone molto fiero che assalta apertamente e di giorno. San Bernardo spiega che la tentazione del demonio meridiano insidia particolarmente ai perfetti, alle persone virtuose che hanno superato i piaceri, gli onori, i favori; quindi il tentatore nella lotta contro di loro arriverà furtivamente, soppiantando il bene per il male<sup>3</sup>. Lo stesso ricorda San Giovanni della Croce parlando del demonio e delle furbizie che usa per ingannare ai più spirituali. Dice che tra le più comuni il demonio inganna sotto apparenza di bene e non di male giacché sa che il male conosciuto non si sceglie. I metodi che usa contra di noi per farci la guerra, sono quelle soliti dell'insidia, della seduzione<sup>4</sup>, e anche mediante i pensieri, in particolare quello dell'accidia.

In sé e per sé il pensiero è una manifestazione naturale e positiva della nostra vita interiore, della nostra attività emotiva e sensoriale, del nostro modo di comprendere le cose del mondo. In modo sottile, però, questi pensieri possono diventare veicoli di finalità che contraddicono il progetto creazionale, e allora assumono la valenza di «pensieri cattivi», nel senso di una seduzione al male. Come tali, essi sono la manifestazione dello stato del nostro «cuore» e rendono visibili la sua malvagità, il suo essersi staccato da Dio e l'essere diventato schiavo di se stesso (cf. *Mc* 7,21).<sup>5</sup>

Ai pensieri che vengono dai sensi, dalla memoria e dal temperamento, Evagrio aggiunge i pensieri suscitati dagli angeli e dai demoni. I demoni usano i pensieri per combatterci e tra questi, il pensiero dell'accidia è il più assiduo poiché contiene in sé gli altri pensieri.

---

<sup>3</sup> Cf. S. BERNARDO, *Cant. Serm.* 33, v. 13. Sul demonio, cf. S. LYONNET, *Démon*, in *DSp* III (1957), 141-152; J. DANÉLOU, *Démon. Dans la littérature ecclésiastique jusqu'à Origène*, in *DSp* III (1957), 152-189; A. et C. GUILLAUMONT, *Démon. Dans la plus ancienne littérature monastique*, in *DSp* III (1957), 189-212.

<sup>4</sup> Cf. PAPA FRANCESCO, *Omelia nella Messa per il Corpo della Gendarmeria del Vaticano*, 3 ottobre 2015.

<sup>5</sup> G. BUNGE, *Akedia. Il male oscuro*, a cura di V. Lanzarini, Magnano (BI) 1999, 35.

Possiamo individualizzare diversi effetti dell'agire di questo demone dell'accidia nell'esistenza dell'uomo. Due di loro sono la **tensione dell'anima portata al limite, il vuoto, la depressione.**

A causa di pensieri di inerzia e di accidia durati a lungo, l'anima si è affaticata e indebolita. A causa della violenza di questo demone, l'anima si è svanita nella sua amarezza, si è esaurita in un abbattimento prossimo alla disperazione. È arrabbiata e si comporta come un bambino con lacrime appassionate e lamentose. E non c'è refrigerio per lei, da nessuna parte.<sup>6</sup>

**L'indifferenza e l'insensibilità dell'anima** sono altre due conseguenze dell'azione del demone meridiano

Che si deve dire poi del demone che rende l'anima insensibile? Ho timore anche a scrivere di lui, in che modo faccia uscire l'anima dal suo stato consueto; al tempo della visita si spoglia del timore di Dio e della religiosità e considera il peccato come non peccato e l'iniquità come se non lo fosse; si ricorda del castigo e del giudizio eterno come se fosse una semplice parola e davvero *se la ride del terremoto di fuoco*; certamente confessa Dio, ma non capisce ciò che comanda. Ti batti il petto, quando l'anima si muove al peccato, ma non se ne accorge (*ouk aisthánetai*). Discuti a partire dalle Scritture, ma essa è impietrita, e non ascolta; gli prospetti l'oltraggio da parte degli uomini, ma non si cura della vergogna umana e, anzi, non capisce del tutto, come un maiale ha chiuso gli occhi e ha squarciato il recinto. Questo demone viene condotto dai pensieri persistenti di vanagloria e, *se quei giorni non fossero abbreviati, nessuno si salverebbe.*<sup>7</sup>

L'accidia da parte del demone spinge l'accidioso a non compiere ciò che sta facendo, a non dedicarsi, al moltiplicare le attività, all'**attivismo**

L'accidia del demone assale qualcuno prima del tempo in cui avrebbe bisogno di riposo: quando uno, infatti, comincia un lavoro, prima che egli ne abbia fatto una terza o quarta parte, perseguita l'uomo a lasciare il lavoro e ad alzarsi. Non deve dunque accoglierla, ma pregare e sedere al suo lavoro e resistere, poiché il nemico, vedendo che per questo si mette a pregare, desiste; infatti non vuole fornire occasioni di preghiera.<sup>8</sup>

---

<sup>6</sup> E. PONTICO, *Antirrhētikos*, VI, 38: in IDEM, *Contro i pensieri malvagi. Antirrhētikos*, a cura di G. Bunge – V. Lazzeri, Bose/Magnano 2005, 137.

<sup>7</sup> IDEM, *Gli otto spiriti della malvagità. Sui diversi pensieri della malvagità*, a cura di F. Moscatelli, Cinisello Balsamo (MI) 1996, 85.

<sup>8</sup> BARSANUFIO E G. DI GAZA, *Lettera 562*: in IDEM, *Epistolario*, a cura di M. Lovato – L. Mortari, Roma 1991, 456.

La **vita di preghiera** riceve anche un influsso molto negativo dal demone dell'accidia

Il monaco accidioso è pigro nella preghiera e non pronuncia le parole dell'orazione; come un malato non può portare un fardello pesante, così l'accidioso non compie con sollecitudine l'opera di Dio.<sup>9</sup>

Il demone dell'accidia tenta alla **gola** e “vi fa provare una fame insolita. Vi risveglia l'appetito”<sup>10</sup>.

Un'altra caratteristica molto particolare è la “**mancanza di tono dell'anima**”, come Evagrio definiva all'accidia

Il demone dell'accidia, denominato anche «demone del mezzogiorno», è il più gravoso di tutti i demoni: esso s'incolla al monaco verso l'ora quarta e ne assedia l'anima fino all'ora ottava. Dapprima quel demone gli fa apparire il sole estremamente lento, se non addirittura immobile: gli sembra che il giorno abbia a durare fino a cinquanta ore! In più esso lo induce a volgere continuamente gli occhi verso le sue piccole finestre, lo persuade a uscire fuori dalla sua cella, a scrutare attentamente verso il sole per vedere quanto dista dall'ora nona, ma anche a guardare tutt'attorno per osservare se qualcuno dei fratelli si faccia vivo. E in più quel demone gli ispira dell'odio per quella sua dimora e per quella stessa sua vita e per il lavoro delle sue mani: (gli fa pensare) che ormai la carità tra i fratelli è venuta meno e che non c'è più nessuno che possa dargli conforto. Se poi, per di più, è avvenuto che qualcuno in quei giorni abbia contristato quel povero monaco, anche questo contribuisce a far sì che il demone lo spinga ad accrescere la sua avversione. È allora che esso lo induce al desiderio di altri luoghi, nei quali sia possibile trovare facilmente quanto occorre al suo bisogno e così esercitare un lavoro più sopportabile e più profittevole; esso gli insinua ancora come non sia possibile che in quel luogo egli trovi il modo di piacere al Signore: dovunque, insiste a dire, la Divinità può essere adorata. A tutto

---

<sup>9</sup> E. PONTICO, *Gli otto spiriti della malvagità*, 56-57.

<sup>10</sup> E. PONTICO (sotto il nome di SAN NILO), *De octo vitiosis cogitationibus, De acedia*: in PG 79, 1457 A – 1458 A.

questo egli aggiunge pure il ricordo dei suoi familiari e della sua vita passata; gli lascia intravedere una lunga durata della sua vita ponendogliela davanti agli occhi di indurre il monaco ad abbandonare la cella e a lasciare il suo campo di lotta. A un tale demonio non si accompagna subito nessun altro demonio. Conclusa la lotta, uno stato di grande tranquillità e di gioia indicibile invade l'anima del monaco.<sup>11</sup>

Il demonio meridiano fa sentire pesante il tempo, che non passa mai, è interminabile. Evagrio testimoniava che il monaco era oppresso più volentieri dal demonio meridiano tra l'ora quarta e l'ora ottava. Si tratta del tempo che va tra le 10.00 (ora quarta) e le 14.00 (ora ottava). In questo tempo il sole si trova allo zenit e in cui il sole sembra che si è fermato. Il demonio colpisce l'uomo nel mezzo del giorno. Il demonio colpisce l'uomo e donna con la **crisi a metà della vita**

Tuttavia in questo tempo opprimente, in questo «demone del mezzogiorno», si può anche intravedere la metafora di una particolare tappa della vita dell'uomo. La situazione esistenziale che viene a crearsi a metà della vita di un uomo o di una donna, caratterizzata da un momento di crisi e di ripensamento, come occasione di un salto di qualità o di regressione. E in questa tappa trova facilmente spazio l'accidia con le sue suggestioni. Si rimette in questione tutto poiché si ha condotta fino a quel momento non abbia apparente fecondità. La possibilità di un cambio, di una nuova scelta sembra aprire prospettive che, altrimenti, non si trovano. E, d'altra parte, se non si intravede una via di uscita, allora si opera un ripiegamento su di sé, trascinando in un vicolo cieco ogni aspetto della propria esistenza.<sup>12</sup>

Ci dobbiamo vestire con le armature spirituali nel combattimento contro il demonio, anche contro il demonio meridiano: «Indossate l'armatura di Dio per poter resistere alle insidie del diavolo. La nostra battaglia, infatti, non è contro la carne e il sangue, ma contro i Principati e le Potenze, contro i dominatori di questo mondo tenebroso, contro gli spiriti del male che abitano nelle regioni celesti. Prendete dunque l'armatura di Dio, perché possiate resistere nel giorno cattivo e restare saldi dopo aver superato tutte le prove. State saldi, dunque: attorno ai fianchi, la verità; indosso, la corazza della giustizia; i piedi, calzati e pronti a propagare il vangelo

---

<sup>11</sup> IDEM, *Trattato pratico sulla vita monastica*, 12, a cura di L. Dattrino, Roma 1992, 70-71.

<sup>12</sup> A. PIOVANO, *Accidia*, 86-87.



della pace. Afferrate sempre lo scudo della fede, con il quale potrete spegnere tutte le frecce infuocate del Maligno; prendete anche l'elmo della salvezza e la spada dello Spirito, che è la parola di Dio" (Ef 6,11-17).

### III. Che cosa è l'accidia?

A partire dai sintomi e stati d'animo dell'uomo biblico che è preda di una esistenza accidiosa e dalle suggestioni malvagie del demonio meridiano che colpisce l'uomo spirituale possiamo passare adesso a cercare cosa è. Si deve riconoscere che il termine *accidia* è indefinibile con un solo vocabolo. L'accidia prende una tale ricchezza di tonalità che il termine indossa una grande complessità di sensi.

L'accidia, viene dal latino *acediā*, in greco *akēdiā*. L'«a» è privativo e *kedos* significa cura. L'accidia è noncuranza, indolenti, negligenza, indifferenza. I greci chiamavano l'*akēdiā* di vizio. Evagrio Pontico la definisce come "una mancanza di tono dell'anima, ma una mancanza di tono che non è secondo natura, e che non sa resistere validamente contro le tentazioni"<sup>13</sup>. L'accidia è una mancanza di cura verso l'anima, verso la vita spirituale, mancanza di cura verso la propria salvezza. La persona è trascinata da questa "paralisi dell'anima", come la chiama Giovanni Climaco, "atonía psychés" secondo San Nilo de Ancira, o "ansietà del cuore" come la definisce Cassiano<sup>14</sup>. Per Santo Tommaso d'Aquino è "una certa tristezza proveniente dalla ripugnanza dell'affetto umano nei

---

<sup>13</sup> E. PONTICO, *Gli otto spiriti della malvagità*, 53. "Evagrio non ha inventato la nozione di accidia. Il termine faceva parte dell'insegnamento trasmesso al giovane teologo quando arrivò come novizio nel deserto dei Kellia" (A. LOUF, *L'accidia in Evagrio Pontico*, in *Concilium* 9 [1974], 152). Evagrio Pontico (349-399), filosofo del deserto, maestro di vita spirituale, che appartiene alla terza generazione dei monaci del deserto egiziano, è il primo che ha studiato e realizzato una teoria e una dottrina sull'*accidia*, anche se prima e dopo di lui altri hanno parlato di questo vizio, cf. A. GUILLAUMONT, *Un philosophe au désert: Évagre le Pontique*: in *Revue de l'Histoire des Religions* 181 (1972), 29-56. Sulla accidia, cf. G. RAVASI, *Se l'anima perde tono, allora è accidia*, in *L'avvenire*, 17 luglio 1999, 21; A. VOEGTLE, *Acedia*, in *RAC I* (1950), 62-63.

<sup>14</sup> "Il sesto combattimento è per noi quello che i greci definiscono *accidia*; noi la possiamo chiamare «tedio» o anche «ansietà del cuore»" (G. CASSIANO, *Istituzioni cenobitiche X,1*, a cura di monaci p. benedettini di Praglia [PD] 1989, 247). Su G. Cassiano, cf. C. FOLSOM, *Anger, Dejection and Acedia in the writing of John Cassien*, in *AB* 35 (1984), 86-113; L. GIORDANO, *Morbus acediae: Da Giovanni Cassiano e Gregorio Magno all'elaborazione medievale*, in *Vetera Christianorum* 26 (1989), 221-245.

confronti del bene spirituale divino”<sup>15</sup>, e un disgusto dell’operare... il torpore dell’anima che trascura di intraprendere il bene”<sup>16</sup>.

Nella cultura moderna il termine accidia sparisce gradualmente e viene sostituito con altri concetti: scoraggiamento, tristezza, noia, narcisismo, melancolia, pesantezza, inerzia, indifferenza, disinteresse verso ogni forma di azione e iniziativa, pigrizia, depressione, tedio, risentimento.

L’accidia è uno dei sette peccati capitali: la superbia, l’avarizia, l’invidia, l’ira, la lussuria, la golosità, la pigrizia o accidia. “Con questo termine (accidia) i Padri della vita spirituale intendono una forma di depressione dovuta al rilassamento dell’ascesi, ad un venir meno della vigilanza, alla mancanza di custodia del cuore”<sup>17</sup>. L’accidia è di una perenne attualità, una malattia spirituale senza tempo appunto che viene definita come “il male del nostro tempo”<sup>18</sup>.

Il prossimo punto è descrivere i volti dell’accidia che dai monaci veniva definita come una fuga. Al nostro parere sono quattro le direzioni che prende l’accidioso nel suo intento di fuga, ci sono quattro sintomi malati che mostrano che l’accidia è un’infermità spirituale: fuga da Dio; fuga da se stesso; fuga dal momento presente; fuga dall’agire.

#### **IV. L’accidia come fuga: 4 sintomi della malattia spirituale**

Non si tratta dalla fuga vera e necessaria in confronto delle occasioni pericolose giacché “chi ama il pericolo in esso si perderà” (*Sir* 3,25), ma dalla falsa fuga che fugge da ciò che deve essere, che elude la responsabilità, che si sottrae alla croce, che scappa a Dio.

##### **1. La fuga da Dio**

L’accidia anzitutto è una fuga da Dio. “La natura dell’accidia è la fuga da Dio, il desiderio di restare soli con se stessi e con i propri limiti, e di

---

<sup>15</sup> S. TOMMASO D’AQUINO, *De malo*, 11, a. 3.

<sup>16</sup> IDEM, *S. Th.* II-II, q. 35, a. 1. Le due definizioni che San Tommaso dà sull’accidia saranno sviluppate più avanti.

<sup>17</sup> CCC 2733.

<sup>18</sup> Cf. G. CUCCI, *L’accidia, male del nostro tempo*, in *La Civiltà Cattolica* 161/1 (2010), 49-58.

non essere disturbati dalla vicinanza di Dio”<sup>19</sup>. L'accidioso non accetta la propria vita, non ascolta la voce di Dio, si nasconde, ripetendo lo stesso gesto di Adamo ed Eva che dopo il peccato si nascosero allo sguardo da Dio (cf. *Gn* 3,1.10).

L'accidia tocca profondamente la relazione con Dio, “Dio che è amore” (1 *Gv* 4,8) apre gli occhi interiori dell'uomo per indicargli che è stato creato ad immagine di Dio. L'accidia oscura l'intelletto come facoltà razionale di vedere chiaro, di discernere, per giudicare la verità di noi stessi, la realtà delle cose, l'orientamento verso l'unione con Dio.

Può esserci in noi una subdola resistenza: la stessa degli angeli, forse. Io credo che il peggiore e irrimediabile orgoglio consista nel rifiutare l'accoglienza dell'infinito per accontentarsi di ciò che è alla nostra portata. Un tale orgoglio prende l'apparenza dell'umiltà: «Non chiedo così tanto, non miro così in alto! È bellissimo avere questa beatitudine infinita, ma è troppo per me», segretamente pensando: «Questo mi supera, non lo accetto perché non viene da me». (...) Satana ci suggerisce spesso questo atteggiamento di modestia che è la peggiore delle sufficienze e il rifiuto di essere debitore. Noi non amiamo di essere divorati né dal Bene né dal Male. Satana ci spinge ad essere uomini ragionevoli che non sono travolti dal nulla, né dalla follia delle tenebre, né da quella dell'Amore. L'uomo virtuoso non dovrebbe essere folle di niente, nemmeno della gioia... nemmeno di Dio. È a questo peccato che si applica la maledizione dell'Apocalisse: «Se tu fossi caldo o freddo...». È meglio sbagliarsi d'infinito piuttosto che rinunciare all'infinito.<sup>20</sup>

L'incapacità di utilizzare chiaramente la facoltà razionale nel discernere la verità è uno degli elementi che qualificano l'accidia. Ecco perché l'accidia viene definita come *asfissia dell'intelletto*, cioè “è solita avvolgere tutta l'anima e soffocare l'intelletto”<sup>21</sup>. I pensieri dell'accidia turbano il nostro interiore e creano tenebra interiore, confusione, impedimento a cogliere la verità, ripiegamento su se stesso: “L'accidia è la tristezza nata dalla confusione della mente, ossia il tedio e l'eccessiva amarezza

---

<sup>19</sup> J. RATZINGER, *Regarder le Christ. Exercices de foi, d'espérance et d'amour*, Paris 1992, 89.

<sup>20</sup> M.-D. MOLINIÉ, *Du désespoir à l'adoration*, in *Famille chrétienne*, 1161 (13 aprile 2000), 9-10.

<sup>21</sup> E. PONTICO, *Trattato pratico. Cento capitoli sulla vita spirituale*, a cura di G. Bunge, Bose/Magnano 2008, 36.

dell'animo, per cui la gioia spirituale è spenta e, come in un inizio di disperazione, l'anima è abbattuta e ripiegata su se stessa<sup>22</sup>.

La gioia spirituale, la gioia in Dio è effetto della presenza dell'amore di Dio in noi, e è “uno spiraglio di luce che nasce dalla certezza personale di essere infinitamente amato, al di là di tutto”<sup>23</sup>. La gioia nasce dalla carità<sup>24</sup>.

Alla gioia della carità si contrappone la tristezza dell'accidia. Tristezza, che è una reazione a un male presente. C'è un rapporto stretto tra acedia e tristezza. Evagrio Pontico definisce l'acedia come “compagna della tristezza”<sup>25</sup>. Già abbiamo riferito prima che San Tommaso considera l'acedia come una certa tristezza. Nella Somma teologica definisce l'accidia, una “tristezza del bene spirituale in quanto è bene divino”<sup>26</sup>. Ma se Dio è il bene supremo, la felicità dell'uomo, come il cuore umano può essere triste di fronte alla gioia della carità divina, alla gioia della comunione con Dio? Nel trattato *Il male*, San Tommaso lo spiega dicendo che l'opposizione dell'affetto umano alla carità quanto all'amore di Dio

è fonte di tristezza per l'uomo per la contrarietà dello spirito riguardo alla carne, poiché come dice l'Apostolo (*Gal 5,17*), «la carne ha desideri contrari allo spirito». Quindi quando l'affetto della carne domina nell'uomo, il bene spirituale torna a fastidio, come un uomo che ha il gusto corrotto prova disgusto per il cibo sano, e si rattrista di esso se talvolta deve assumere tale cibo. Tale tristezza e ripugnanza o tedio del bene spirituale e divino è dunque l'accidia, che è un peccato speciale: per cui respingerlo così ammonisce il saggio (*Sir 6,26*): «Piega la tua spalla e portala», la sapienza spirituale, «e non avere accidia nei suoi legami».<sup>27</sup>

---

<sup>22</sup> UGO DI SAN VITTORE, *De sacramentis* II, 13,1: PL 176, col. 526.

<sup>23</sup> PAPA FRANCESCO, Esortazione Apostolica, *Evangelii gaudium*, 24 novembre 2013, n. 6.

<sup>24</sup> Così “l'uomo, vivendo nella fedeltà all'unico Dio, sperimenta se stesso come colui che è amato da Dio e scopre la gioia nella verità, nella giustizia — la gioia in Dio che diventa la sua essenziale felicità: « Chi altri avrò per me in cielo? Fuori di te nulla bramo sulla terra... Il mio bene è stare vicino a Dio » (*Sal 73 [72], 25.28*)” (BENEDETTO XVI, Lettera Enciclica, *Deus caritas est*, 25 dicembre 2005, n. 9).

<sup>25</sup> E. PONTICO (sotto il nome di SAN NILO), *De vitiis quae opposita sunt virtutibus*: PG 79, IV, col. 1143 C; Sulla tristezza, cf. B. COLOMBAS, *El pecado de tristeza*, in *Cirtercium* 25 (1973), 116-121; J.-C POUSSIN – J.-C GARNIER, *Tristezze*, in *Dictionnaire d'Ascétisme*, t. 2, Paris 1965, 853-862.

<sup>26</sup> S. TOMMASO D'AQUINO. *S.Th.* II-II, q. 35, a. 3.

<sup>27</sup> IDEM, *De malo*, q. 11, a. 2.

Nault lo spiega con altre parole: “L’uomo è capace di essere preso dalla tristezza di fronte a Dio perché per Dio deve rinunciare ad altri beni che sono carnali, temporali, limitati, apparenti, ma che nella bilancia della sua valutazione pesano più del bene divino, il quale può sembrare molto meno concreto dell’uno o dell’altro bene, godibile immediatamente”<sup>28</sup>.

Il demonio dell’accidia dà all’uomo la tristezza quando l’uomo si decide per Dio, conosciuto e amato come il bene supremo e immutabile, al contrario della tristezza positiva che zampilla dal pentimento dei nostri peccati, nasce della coscienza dello sforzo spirituale che è necessario sopportare per avvicinarsi al bene divino.

Inoltre, il demonio dell’accidia dà all’uomo la gioia quando l’uomo si decide di essere artefice della sua storia senza Dio. Satana è il grande proscritto, e dà ai suoi la gioia delle libertà della natura, la gioia selvaggia di essere un mondo che basta a se stesso<sup>29</sup>.

C’è gioia tra i demoni che inducono in errore per lo zelo di ingannare, e per un’intenzione invidiosa, secondo la quale mettono gioia nel far smarrire gli uomini<sup>30</sup>. C’è gioia tra i santi angeli, dice Gesù, quando un peccatore si converte (cf. *Lc* 15,7).

## **2. La fuga da se stesso**

L’accidia è fuga da se stesso. Scappare da se stesso è il movimento contrario a entrare in se stesso. Il conoscersi a se stesso è entrare nel proprio intimo, nel cuore e scoprire nell’umiltà il proprio limite e la misericordia di Dio. Il figlio prodigo della parabola “rientrò in se stesso”

---

<sup>28</sup> J.-CH. NAULT, *Il demonio meridiano. L’accidia, un insidia sconosciuta del nostro tempo*, Cinisello Balsamo (Milano) 2015, 65. Altre opere dell’autore: *Quoddam taedium operandi. Essai sur la place de la doctrine de l’acedie dans la Somme de théologie de saint Thomas d’Aquin*, mémoire de licence soutenu à l’Institut Jean-Paul II en Juin 1999; *L’accidia: tentazione di uscire dalla dimora dell’agire?*, in L. MELINA – P. ZANOR (ed.), *Quale dimora per l’agire? Dimensioni ecclesiologicalhe della morale*, (lezioni & dispense), Roma 2000, 243-256; *La saveur de Dieu. L’acédie dans le dynamisme de l’agir*, Pontificium Institutum Ioannes Paulus II Studiorum Matrimonii et Familiae, Pontificia Universitas Lateranensis, Theses ad Doctoratum in Theologia, Roma 2002. Questa opera presenta di modo sistematico e storico l’accidia nel contesto della teologia morale e spirituale di San Tommaso d’Aquino e di altri autori. L’originalità dello studio sta nell’impostazione dell’accidia nell’ambito del dinamismo dell’agire.

<sup>29</sup> J. MICHELET, *La strega*, Torino 1971, 67.

<sup>30</sup> SANT’AGOSTINO, *Demoni e profezie-De divinazione demonum*, Melegnano 1993, cap. VI, 10.

(Lc 15,17), significa che egli iniziò a riflettere sulla situazione concreta che lo porterà al pentimento.

All'opposto quando il cuore si avvolge dell'accidia si rischia un disorientamento esistenziale capace di provocare un'instabilità interiore e uno scoraggiamento generalizzato.

Il cuore, nella Bibbia, è il centro dell'uomo, dove s'intrecciano tutte le sue dimensioni: il corpo e lo spirito; l'interiorità della persona e la sua apertura al mondo e agli altri; l'intelletto, il volere, l'affettività. Ebbene, se il cuore è capace di tenere insieme queste dimensioni, è perché esso è il luogo dove ci apriamo alla verità e all'amore e lasciamo che ci tocchino e ci trasformino nel profondo.<sup>31</sup>

L'accidia invece è la tentazione di perdere la verità dell'amore, il senso, fuggire da noi stessi. Sartre trova nell'assurdità il senso dell'esistenza<sup>32</sup>. L'essere umano per Sartre è libero prima di tutto perché Dio non esiste. La libertà umana non è poter fare ciò che si vuole ma nel riconoscere che l'inferno sono gli altri. Liberarsi dall'altro o dell'oggetto è il narcisismo freudiano. Il narcisista si separa dal mondo esterno per ritirarsi nell'io e cadere nella massima alienazione: "Narciso è il bel giovane che si innamora della propria immagine riflessa nell'acqua e affoga in essa"<sup>33</sup>.

L'accidia tocca il senso dell'esistenza, disintegra la persona umana, si perde il senso del tempo e dello spazio: "In verità è nichilismo, la perdita del gusto dell'essere che si offre e si riserva sotto le fragili specie d'una temporalità piena di senso, cioè orientata e significativa. Per il nichilismo il passato è morto e l'avvenire va verso la morte. Che senso ha ricordare, impegnarsi o sperare? Quando si perde il senso del tempo, per noia o sazietà, è il senso dell'essere stesso che si perde"<sup>34</sup>.

Questa perdita del senso dell'esistenza è molto pericolosa perché può provocare uno stato di scoraggiamento generale

---

<sup>31</sup> PAPA FRANCESCO, Lettera enciclica, *Lumen fidei*, 29 giugno 2013, n. 26.

<sup>32</sup> "L'assurdità non era un'idea, non ce l'avevo in testa, né era un soffio di voce, ma quel lungo serpente morto che stava ai miei piedi, un serpente di legno. Serpente o radice o artiglio di avvoltoio, poco importa. E senza formulare nulla in modo netto, io capivo che avevo trovato la chiave dell'Esistenza, la chiave delle mie nausee, la chiave della mia stessa vita. Di fatto, tutto ciò che ho capito in seguito si riduce a questa assurdità fondamentale" (J.-P. SARTRE, *La nausea*, Torino 1948, 204).

<sup>33</sup> S. BENVENUTO, *L'accidia. La passione dell'indifferenza*, Bologna 2008, 92. Cf. S. FREUD, *Introduzione al narcisismo* (1914), in *Opere complete*, VII, Torino 1975.

<sup>34</sup> M. LÉNA, *Éloge du temps ordinaire*, in *Christus* 157 (1993), 22.

Una persona fatta a questo modo non si riconosce nessuna qualità o capacità. È persuasa di essere da meno degli altri, di non essere nulla, di non sapere nulla. Non già perché sia dotata insufficientemente, e neppure abbia subito degli insuccessi. È piuttosto una convinzione *a priori*, che non si riesce mai a togliere di mezzo definitivamente, neppure con la bona riuscita ed il successo; in ogni sconfitta, poi, si legge confermata la disistima di sé, al di là della portata reale della sconfitta stessa. Peggio ancora. Simile mancanza di confidenza nelle proprie forze finisce per provocare addirittura gli insuccessi: rende interiormente malagevoli, impaccia e trattiene la volontà e l'azione, ci rende proni agli ostacoli esteriori.<sup>35</sup>

Lo sconvolgimento interiore provocato dall'accidia aumenta il sentimento di insoddisfazione che può far cadere nella disperazione, la prima e più terribile figlia dell'accidia.

Per la *disperazione*, l'uomo cessa di sperare da Dio la propria salvezza personale, gli aiuti per conseguirla o il perdono dei propri peccati. Si oppone alla bontà di dio, alla sua giustizia – il Signore infatti, è fedele alle sue promesse – alla sua misericordia.<sup>36</sup>

Scoraggiamento, disperazione, ma anche può succedere la depressione quando la persona fallisce nei tentativi di trovare una soluzione.

[Di'] all'anima che a causa dei pensieri dell'indolenza e dell'accidia che hanno perdurato in essa, è diventata debole e spossata, ed è venuta meno nella sua amarezza, e la cui forza si è consumata a causa del suo grande abbattimento, e che è prossima alla disperazione per la violenza di questo demone, smaniando e comportandosi come un bambino con lacrime appassionate e con gemiti, e per la quale non c'è refrigerio in nessun luogo...<sup>37</sup>

Non è sempre facile sapere quale sia la probabile causa che ha portato la persona nello sconforto, noia e nausea, ma certa è

---

<sup>35</sup> R. GUARDINI, *Ritratto della malinconia*, Brescia 1952, 31.

<sup>36</sup> CCC n. 2091. San Tommaso D' Aquino, seguendo a Cassiano e a San Gregorio, ha assegnato una serie di peccati che derivano dall'accidia: la *disperazione*, come sfiducia nella grazia per aiutare a vincere il male; la *divagazione della mente sulle cose proibite*, cioè la instabilità, la chiacchiera, la curiosità; la *pusillanimità*, vuol dire la mancanza di coraggio nella lotta contro le tentazioni; il *torpore nei riguardi dei comandamenti*, sia dei comandamenti di Dio, dei precetti della chiesa e dei doveri del proprio stato; il *rancore* verso chi promuova in qualche modo il bene spirituale; la *malizia*, che è l'odio contro i beni spirituali (*S. Th.* IIa-IIae, q. 35, a. 4.2).

<sup>37</sup> E. PONTICO, *Ant VI*, 38, 136. Cf. J. ALLIEZ – J.-P. HUBER, *L'accidia ou le déprimé entre le péché et la maladie*, in *Annales médico-psychologiques* 145 (1987), 393-408.

la mancanza di una grande speranza e l'inaccessibilità del grande Amore: tutto ciò che si può sperare è conosciuto, e tutti gli amori sono oggetto di una delusione dovuta ai limiti di un mondo i cui terribili surrogati non sono altro che la misera maschera di un'abissale disperazione. E così si realizza, ancora una volta, la verità che la tristezza del mondo conduce alla morte: solo il flirt con la morte, solo il gioco crudele della violenza sono ritenuti sufficientemente eccitante e atti a creare soddisfazione. «Se ne mangerai tu morirai» (Gen 2.17): da molto tempo non è più una frase «mitologica».<sup>38</sup>

Se la persona non trova una via di uscita alla situazione che vive, dalla depressione si può cadere nel suicidio come forma di cancellare ogni possibile futuro. “Gravi disturbi psichici, l’angoscia o il timore grave della prova, della sofferenza o della tortura possono attenuare la responsabilità del suicida”<sup>39</sup>. In molti casi, il suicidio “non è altro che l’ultimo tentativo, disperato tentativo di fuggire dal proprio vuoto interiore, di dissolversi nel nulla”<sup>40</sup>.

### **3. La fuga dal momento presente**

L'accidia fugge ogni rapporto con il tempo presente. I Padri del deserto erano ben consapevoli che l'accidia era la tentazione di liberarsi delle fatiche del presente. Per i monaci del deserto la dimensione dello spazio era vissuta nella cella.

Il demone dell'accidia suggerisce cambiare di posto, visitare i fratelli, i malati, i famigliari, sognare altri luoghi diversi del luogo in cui siamo chiamati a vivere “e vi dipinge quest'altra vita come la vostra salvezza e vi persuade che se non partirete sarete perduto”<sup>41</sup>. Come dice il Papa Francesco: “Satana presenta le cose come se fossero buone. Ma la sua intenzione è la distruzione”<sup>42</sup>. La tentazione di abbandonare il posto luogo non è una soluzione

e in effetti il suo avversario assalirà con più frequenza e maggiore accanimento quel monaco che, fin dai primi attacchi, egli intuisce che da presso

---

<sup>38</sup> J. RATZINGER, *Regarder le Christ*, 87.

<sup>39</sup> CCC n. 2282.

<sup>40</sup> G. BUNGE, *Akedia*, 90.

<sup>41</sup> E. PONTICO (sotto il nome di SAN NILO), *De octo vitiosis cogitationibus, De acedia*: PG 79, 1458 A.

<sup>42</sup> PAPA FRANCESCO, Omelia da Santa Marta, *Satana presenta le cose come buone, ma vuole distruggere l'umanità*, 29 settembre 2014.



gli volterà le spalle, prevedendo di non avere speranza di salvezza nella vittoria di quel conflitto, ma solo nella fuga.<sup>43</sup>

Il tempo è anche percepito in una dimensione falsa e minacciosa per il cuore accidioso creandosi una situazione che possiamo chiamarla schizofrenica. La guardata dell'accidioso va in avanti, verso il futuro, vedendolo pieno di fortuiti, inquietudini, angosce, senza meta. L'accidia fa in modo che il sole appaia lento nel movimento o immobile, mostrando il giorno lunghissimo. Il passato è anche colpito dallo stato dell'accidia e si mette in questione tutto ciò che si è fatto, non si vede nulla di buono.

L'accidioso ha bisogno di cambiare, delle novità, come tentativo di fuggire ed evitare ogni relazione con il tempo presente

Cerco di passare il tempo con delle chiacchiere, qualunque genere di chiacchiera, perché altrimenti, se non chiacchiero o non vado a zonzo, muoio di noia [...] Vagabondare o distrarmi mi dà forza! Ascoltare pettegolezzi, vedere cose nuove, che gioia per me! Vorrei che ogni giorno ci fossero dei cambiamenti di autorità, nuove leggi, modifiche nelle istituzioni per avere, con queste novità di rimedi alla mia noia. Ho in orrore tutto ciò che dura troppo; aborrisco le cose che restano sempre nello stesso stato.<sup>44</sup>

Viviamo la cultura della noia, o del riempimento dalla noia, come conseguenza in parte di una fatica informativa, informazione che in parte funziona come distrazione, ci aiuta a dimenticare i problemi ma quando è eccessiva fa sì che non prendiamo coscienza che soffriamo di accidia<sup>45</sup>. Nella nostra società dell'informazione, hiper conettata a tutti i livelli, l'intossicazione d'informazione può portare al Sindrome di Fatica Informativa (*IFS*) o *Tecnostress*, che lo vivono delle persone che usano grandi quantità d'informazione procedente dai libri, giornali, riviste, posta elettronica, cellulari, internet e soprattutto con le reti sociali - Facebook, WhatsApp, Twitter, Instagram- (il 9 febbraio si celebra il Safer Internet Day, la giornata mondiale per la sicurezza in rete, e il 17 maggio la giornata mondiale della società dell'informazione). Tra i sintomi di questa sindrome si trovano lo stress, l'ansia, la superficialità, la confusione, la mancanza di attenzione, stanchezza fisica, mentale, spirituale, incapa-

---

<sup>43</sup> J. CASSIANO, *Le istituzioni cenobitiche*, a cura di L. Dattrino, Abbazia di Praglia (PD) 1989, 250.

<sup>44</sup> G. DE REIGNY, *Parabolaire*, 16, 7, Paris 1992, 279-281.

<sup>45</sup> Cf. E. ROJAS, *El hombre light. Una vida sin valores*, Madrid 1992; J.A. VALLEJO-NÁGERA, *Conócete a ti mismo. Los grandes problemas psicológicos de nuestro tiempo*, Madrid 1990.

cià di prendere delle decisioni, solitudine. Sembra che l'uomo attuale, insoddisfatto, non possa vivere il tempo senza rinunciare e dire: "tutto lo voglio, già, adesso".

#### 4. La fuga dall'agire

Lo stato di accidia è una complessa situazione esistenziale che incide sui diversi ambiti della vita dell'uomo. Abbiamo visto in un primo momento l'accidia che tocca la nostra relazione con Dio. Quindi l'accidia come fuga di fronte a se stesso. Poi l'accidia anestetizzando la capacità di vivere il momento presente. Adesso consideriamo l'accidia come fuga dall'agire.

San Tommaso aveva dato nella Somma teologica una prima definizione dell'accidia come tristezza del bene spirituale in quanto è bene divino (*acedia est tristitia de bono spirituali inquantum est bonum divinum*)<sup>46</sup>. La nostra partecipazione al bene divino, cioè alla vita di Dio deve essere la nostra gioia più grande. L'accidia provoca la tristezza di fronte alla nostra amicizia con Dio perché la presenta come un male.

San Tommaso da una seconda definizione dell'accidia come disgusto dell'azione, *taedium operandi*<sup>47</sup>, un torpore che toglie la volontà dell'agire. L'agire significa le nostre buone opere, gli atti che realizziamo sotto lo Spirito Santo. Quindi Dio, l'amore, c'è già nell'agire cristiano quotidiano. L'accidia interrompe questo dinamismo dell'agire, la comunione con Dio nella carità, mi chiude in me stesso, mi separa dall'altro. "Provocando la perdita del dinamismo interiore e il disgusto dell'amicizia divina, essa distrugge l'energia stessa dell'agire e le fa perdere il suo orientamento verso l'unione con Dio"<sup>48</sup>. Quindi, l'accidia è una situazione opprimente e terribile. "Sta proprio in questo il suo carattere temibile. Siamo lontani dalla visione romantica che considera l'accidia come una specie d'ipocrisia, di malinconia, di umore nero"<sup>49</sup>. Tristezza, delusione, pigrizia, sconforto, spengono lo slancio per le iniziative, la voglia di ogni sforzo. Il torpore, la paralisi per l'agire trova la sua compensazione nell'attivismo, che è una fuga.

---

<sup>46</sup> S. TOMMASO D'AQUINO, *S.Th.* II-II, q. 35, a. 3.

<sup>47</sup> IDEM, *S.Th.* II-II, q. 35, a. 1.

<sup>48</sup> J-CH NAULT, «Chi persevererà sino alla fine sarà salvato» (*Mt* 10,22). *L'accidia come ostacolo allo slancio spirituale dell'amore*, in G. ANGELINI – J.CH NAULT – R. VIGNOLO, *Accidia e perseveranza*, 43.

<sup>49</sup> J.-CH. NAULT, *Il demonio meridiano*, 74.

## Troviamo l'accidia nel **ministero sacerdotale**.

L'accidia può prendere molte forme nella nostra vita di pastori, ed è indispensabile esserne coscienti per poterla scovare sotto i fronzoli che la nascondono. Delle volte è la paralisi, quando non si arriva più a sostenere il ritmo della vita. Altre volte attacca il pastore saltimbanco che nel suo andare e venire è incapace di fondarsi in Dio e nella realtà concreta nella quale è inserito. Appare anche in coloro che elaborano grandi piani lasciando da parte i mezzi concreti per realizzarli. O al contrario, appare in coloro che si lasciano invischiare nelle bazzecole quotidiane senza riuscire a vederle dal punto di vista di Dio. L'epitaffio riportato sulla tomba di sant'Ignazio è qui pertinente. *Non coerceri a maximo, contineri tamen a minimo, divinum est*, cioè: è proprio di Dio non esser limitato da ciò che è grandissimo ed essere contenuto tuttavia in ciò che è piccolissimo. Ricordiamoci che l'accidia è un fattore di divisioni perché ciò che unisce è la vita e coloro che sono presi dall'accidia non assumono la vita.<sup>50</sup>

Ci sono diverse origini dell'accidia che paralizzano la vita pastorale del sacerdote, come lo indica l'*Evangelii gaudium*:

Alcuni vi cadono perché portano avanti progetti irrealizzabili e non vivono volentieri quello che con tranquillità potrebbero fare. Altri, perché non accettano la difficile evoluzione dei processi e vogliono che tutto cada dal cielo. Altri, perché si attaccano ad alcuni progetti o a sogni di successo coltivati dalla loro vanità. Altri, per avere perso il contatto reale con la gente, in una spersonalizzazione della pastorale che porta a prestare maggiore attenzione all'organizzazione che alle persone, così che li entusiasma più la «tabella di marcia» che la marcia stessa. Altri cadono nell'accidia perché non sanno aspettare, vogliono dominare il ritmo della vita. L'ansia odierna di arrivare a risultati immediati fa sì che gli operatori pastorali non tollerino facilmente il senso di qualche contraddizione un apparente fallimento, una critica, una croce.<sup>51</sup>

La tentazione per il sacerdote è di “riconduurre il suo ministero ad un attivismo fine a se stesso, ad una impersonale prestazione di cose, sia pure spirituali o sacre, ad una funzione impiegatizia al servizio dell'organizzazione ecclesiastica”<sup>52</sup>. Attivismo che vuole riempire ogni momento con qualcosa per paura di doversi fermare e riflettere.

---

<sup>50</sup> J.M. BERGOGLIO, *Amour, Service & Humilité*, Paris 2013, 65-66.

<sup>51</sup> PAPA FRANCESCO, Esortazione Apostolica, *Evangelii gaudium*, 24 novembre 2013, n. 82.

<sup>52</sup> SAN GIOVANNI PAOLO II, Esortazione post-sinodale, *Pastore dabo vobis*, 25 marzo 1992, n. 72.

Da un'altra parte, di fronte alla realtà che viviamo, il demonio, diceva il Papa Francesco ai **sacerdoti**, ai **religiosi** e **religiose**, ci può vincere con una delle sue armi preferite, la rassegnazione “che ci impedisce non solo di camminare, ma anche di tracciare una via; una rassegnazione che non soltanto ci spaventa, ma che ci trincerava nelle nostre “sacrestie” e apparenti sicurezze; una rassegnazione che non soltanto ci impedisce di annunciare, ma che ci impedisce di lodare: ci toglie l'allegria, la gioia della lode. Una rassegnazione che non solo ci impedisce di progettare, ma che ci frena nel rischiare e trasformare le cose”<sup>53</sup>.

L'accidia non risparmia la **vita di coppia matrimoniale**. Se l'accidia è tentazione e peccato contro la comunione tra il cristiano e Dio, anche lo è contro la comunione tra gli sposi.

L'accidioso che è caduto nella tentazione di fuggire si trova privo dello slancio ad agire per il bene della comunione coniugale. Rischia di mettersi a cercare delle compensazioni fuori del nucleo familiare: affetti, doppi legami, il lavoro, lo sport, attività varie... Troverà dei buoni pretesti per giustificare queste compensazioni. Evagrio li aveva già indicati: visitare i malati, doveri familiari, servire meglio il Dio vivente. Può succedere, per esempio, che degli impegni presi all'esterno della famiglia da un padre o da una madre, perfino impegni dal dovere di stato e dalla vita quotidiana nella casa. Quando svanisce il dinamismo interiore che nasce dal dono di sé, incessantemente rinnovato, nella vita coniugale può sopraggiungere la monotonia ed essa può diventare insopportabile.<sup>54</sup>

L'accidia come «**malattia dei cristiani**», spiega il Papa Francesco, va contro lo zelo apostolico e contro la voglia di annunciare agli altri la novità del Signore Gesù. “Proprio questa è «la malattia dell'accidia dei cristiani», un «atteggiamento che è paralizzante per lo zelo apostolico» e «che fa dei cristiani persone ferme, tranquille ma non nel senso buono della parola: persone che non si preoccupano di uscire per dare l'annuncio del Vangelo. Persone anestetizzate». Un'anestesia spirituale che porta alla considerazione «negativa che è meglio non immischiarsi» per vivere «così con quell'accidia spirituale. E l'accidia è tristezza». È il profilo di «cristiani tristi nel fondo» a cui piace assaporare la tristezza fino a divenire «persone non luminose e negative»<sup>55</sup>.

---

<sup>53</sup> PAPA FRANCESCO, Viaggio apostolico in Messico, *Omelia nella Santa Messa con sacerdoti, religiose, religiosi, consacrati e seminaristi*, 16 febbraio 2016.

<sup>54</sup> J.-CH. NAULT, *Il demonio meridiano*, 182.

<sup>55</sup> PAPA FRANCESCO, Omelie da Santa Marta, *Oltre i formalismi*, 1 aprile 2014.

Un'altra categoria implicata dalla noia oppure dall'accidia riguarda quella **giovanile** e quella della figura **professionale** per l'uso di sostanze psicotrope. Questo fenomeno che un tempo ha riguardato un élite di popolazione oggi è una piaga sociale soprattutto per paesi riccamente civilizzati. I giovani la utilizzano, sia droga che alcool, per noia o come fenomeno di massa. Invece i più adulti professionisti, lo fanno per status simbolico o per mantenere alti livelli di concentrazione. Gli effetti devastanti dell'attività cerebrale alla lunga risultano altamente dannosi. Questa dipendenza, quindi schiavitù serve per fuggire dalla propria identità, abbassare i livelli d'inibizione verso le leggi morali naturali dell'individuo, ma che è inesorabilmente un annullamento della propria persona e che può condurre a un vuoto interiore, depressione e anche al suicidio<sup>56</sup>.

## V. Le cause dell'accidia

A questo punto ci domandiamo se ci sono cause che favoriscono che l'accidia ci si attacchi. Le cause che provocano questo male esistenziale e spirituale che atrofizza lo spirito sono diverse e multiple. Tra le cause **naturali** s'inumerano l'oziosità, l'indolenza, la loquacità, l'attivismo, il sovraccarico, i cattivi pensieri, la tristezza. A questi possiamo aggiungere un'altra causa naturale che viene dagli effetti nocivi delle carenze affettive nei primi anni di vita. Una scarsa presenza fisica o psichica dei genitori nei primi anni di vita ha conseguenze pesanti e negative nella sopravvivenza e crescita del bambino. L'assenza della mamma, e del papà, nei primi mesi di vita comporta nella personalità del bambino un'insicurezza profonda, paura di morire, perdita dell'universo, depressione anaclitica, senso di perdita vissuta di luto, aggressività, problemi psicosomatici<sup>57</sup>.

La causa **preternaturale** è l'azione del "demonio del mezzogiorno", suggerito dal salmo 91 (90), come prima abbiamo ricordato.

Con la tradizione monastica pensiamo che la **radice**, la causa che genera l'accidia è la *philautia*, "l'amore di sé". La *philautia*, è l'amore sragionevole e smoderato per se stesso, è la madre di tutti i peccati, ottenebra

---

<sup>56</sup> Cf. M.A. IANNAONE, *Rivoluzione psichedelica. La CIA, gli hippies, gli psichiatri, la rivoluzione culturale degli anni Sessanta*, 2008.

<sup>57</sup> Cf. G. GASTALDO – M. OTTOBRE – E. GASTALDO, *Conoscere per sapere educare. Da zero a tre anni ed oltre*, Roma 2003; B. JORDÁN DE URRÍES, *Tus hijos de 1 a 3 años*, Madrid 102010.

l'idea di Dio come fine ultimo, fa aderire alle cose sensibili, ricerca il piacere e fugge dal dolore<sup>58</sup>.

La passione della *philautia* fa essere prigionieri del proprio io, di modo che la persona vive ripiegata su se stessa. Essa cerca solo se stessa in ogni cosa e ama solo se stessa in ogni cosa.

Quest' amore di sé è in fondo il vero idolo che minaccia la nostra vita: è il più sottile e seducente, attraverso il quale se stessi, il proprio progetto, il proprio cammino di perfezione, tutto, viene intaccato dall'idolatria. Se Dio non è il Signore della nostra vita, l'"io" diventa il nostro signore, il centro assoluto del nostro mondo; e si comincia a valutare ogni cosa in funzione dei propri bisogni, della propria idea, dei propri desideri e giudizi. In questo modo la brama di potere vizia alla base le relazioni con gli altri: si cerca di sottometterli a se stessi perché si vive nel "regime della preda" e non del dono di sé. E tutto questo non si esprime necessariamente nel bisogno effettivo di comandare o di dominare sugli altri; questo ripiegamento su di sé può trasformarsi benissimo in una smodata preoccupazione di sé, in indifferenza, disprezzo, mancanza di interesse, cinismo. Tutte porte aperte per l'accidia.<sup>59</sup>

Quando la persona vive sotto il padrone dello spirito della carne considera contraria la vita dello spirito. "La fonte principale dell'accidia è la sensualità, l'amore proprio comodo, del quieto vivere; una concezione «borghese» della vita interiore, ossia troppo *umanistica*, per cui non vogliamo privarci di nessuna soddisfazione umana di ordine affettivo, estetico, ecc., ad eccezione di quelle direttamente peccaminose"<sup>60</sup>.

## VI. La Croce come terapia: 4 rimedi per guarire l'accidia

L'uomo non è stato creato per la sofferenza ma per la gioia. Invece la situazione esistenziale di chi vive l'accidia è di sofferenza. Tutto è colpito nell'uomo: la sfera fisica, la sfera spirituale, la sfera psicologica. Al centro di ciò che costituiscono queste sfere di sofferenze si trova sempre un'esperienza del male, a causa del quale l'uomo soffre. Dio da il suo

---

<sup>58</sup> Nella tradizione filosofica e spirituale c'è la *philautia*, positiva, spirituale, come giusto amore di sé, ricerca delle virtù. Nel libro IX dell'Etica Nicomachea, Aristotele colloca l'amore per se stesso come l'origine di tutti i rapporti di amicizia su cui si regge il mondo umano.

<sup>59</sup> A. PIOVANO, *Accidia*, 100-101.

<sup>60</sup> I. COLOSIO, *Come nasce l'accidia*, in *Rivista di ascetica e mistica* II (1957), 274.

Figlio al mondo per liberarci dalle sofferenze, dalle ferite, dal peccato, dal demonio, dal male. Ci sono forme di sofferenze e di tristezza che sono il risultato del peccato (come l'accidia), che Dio desidera togliere da noi. Però ci sono diverse sofferenze che accompagnano la nostra vita, che ci aiutano nella nostra santificazione e che ci impulsano ad amare e imitare l'amore di Gesù morto per noi sulla Croce. Queste sofferenze sono permesse da Dio nella misura che facilitano il rimuovere gli ostacoli ed elevare i nostri cuori verso le cose celesti. "E anche se la vittoria sul peccato e sulla morte, riportata da Cristo con la sua croce e risurrezione, non abolisce le sofferenze temporali dalla vita umana, né libera dalla sofferenza l'intera dimensione storica dell'esistenza umana, tuttavia su tutta questa dimensione e su ogni sofferenza essa *getta una luce nuova*, che è la luce della salvezza"<sup>61</sup>.

La Croce di Cristo ha spezzato anche l'accidia. L'accidia è stata lavata nel Sangue dell'Agnello. La Croce guarisce l'accidia, ci libera dalla nostra disordinata sensualità e ci insegna ad amare gli altri. Le difficoltà che possano sopraggiungere nella malattia dell'accidia vanno nel grande fondo della riparazione di Gesù Cristo.

La Croce ci indica la via del cielo. La Croce, segno di vittoria, ci parla con quattro parole che escono dai quattro lati della Croce per vincere l'accidia. In quella parte verticale che va all'alto, la Croce ci parla dell'adorazione; in quella parte orizzontale orientata verso uno dei lati, la Croce ci parla della meditazione; in quell'orientamento verticale che va verso giù, la Croce ci parla di espiazione; in quella direzione che va verso l'altro lato orizzontale, la Croce ci parla della missione.

### **1. L'adorazione a Dio come rimedio alla fuga da Dio**

La fuga, nelle sue diverse forme, è un'illusione quando siamo insidiati dall'accidia. I monaci antichi insistevano nel resistere per vincere l'accidia, rimanere senza fuggire. L'accidia è un fuggire di ciò che si ha e un sognare ciò che non si ha; la persona viva ripiegata su se stessa incapace di comunione con Dio e di relazionarsi con gli altri.

L'adorazione invece è l'orientamento fondamentale verso Dio, un atteggiamento ed un'impostazione di vita. Adorazione vuol dire "consegna

---

<sup>61</sup> SAN GIOVANNI PAOLO II, Lettera apostolica, *Salvifici doloris*, 11 febbraio 1984, n. 15.

di sé al proprio Creatore”<sup>62</sup>, perché Lo riconosciamo come Dio. Con la nostra intelligenza conosciamo Dio; con la volontà diciamo “sì” a Dio; con il sentimento gioiamo d’amore perché siamo amati da Lui. L’adorazione è espressione dell’amore. Adoriamo Dio perché Lo amiamo. Adoriamo il Signore perché è “Amore infinito e Misericordioso”<sup>63</sup>. Adorare non è solo dedicare un’ora o un tempo quotidiano o settimanale a stare con Gesù eucaristico, ma esseri veri adoratori “in spirito e verità” (Gv 4,24). Con l’adorazione riconosciamo Dio nel nostro cuore e nella vita come l’unico Signore “Io sono il Signore, tuo Dio” (Esodo 20,2). Con l’adorazione ci mettiamo davanti al Signore Gesù, non soltanto fisicamente, ma anche mentalmente e spiritualmente. Con l’adorazione fissiamo l’attenzione nelle cose spirituali, alle quali l’accidia vuole scappare. Con l’adorazione consegniamo a lui la nostra anima ed esistenza. Con l’adorazione confessiamo che dobbiamo essere liberati dal ripiegamento su noi stessi, “dalla schiavitù del peccato e dall’idolatria del mondo”<sup>64</sup>.

Se Dio non è il Signore della nostra vita, l’“io” diventa il nostro signore, il centro assoluto del nostro mondo; e si comincia a valutare ogni cosa in funzione dei propri bisogni, della propria idea, dei propri desideri e giudizi.<sup>65</sup>

Le scelte operate dagli angeli nella loro prova spirituale sono una luce per le nostre scelte. Una parte degli angeli si rifiutò di adorare Dio, dissero «no» a Dio e alla Sua volontà, e “hanno voltato le spalle a Dio contro la verità della conoscenza che indicava in lui il bene totale e definitivo”<sup>66</sup>, e sono così diventati angeli ribelli, cattivi, che cercano l’adorazione per loro stessi (cf. Mt 4, 8-10). Invece i buoni, nella prova fondamentale di libertà, hanno scelto Dio “come Bene supremo e definitivo, conosciuto alla luce dell’intelletto illuminato dalla Rivelazione. Avere scelto Dio significa che si sono rivolti a lui con tutta la forza interiore della loro libertà, forza che è amore. Dio è divenuto il totale e definitivo scopo della loro esistenza spirituale”<sup>67</sup>. I santi angeli non sono niente che adorazione, stanno immersi

---

<sup>62</sup> CCC n. 1078.

<sup>63</sup> *Ibid.*, n. 2096.

<sup>64</sup> *Ibid.*, n. 2097. Cf. M.-D., *Du désespoir à l’adoration*, in *Famille Chrétienne*, 1161 (13 avril 2000) 7-10.

<sup>65</sup> A. PIOVANO, *Accidia*, 100.

<sup>66</sup> SAN GIOVANNI PAOLO II, Udienza generale, *Dio creatore degli angeli, esseri liberi*, 23 luglio 1986, n. 4.

<sup>67</sup> *Ibidem.*



nell'adorazione a Dio, adorazione che per loro è la continuazione perenne del loro gioioso «sì» a Dio e alla Sua volontà.

## **2. La meditazione della Parola di Dio come rimedio alla fuga da se stesso**

L'animo e l'anima dell'accidioso, in balia dai pensieri più assurdi e degli episodi esteriori, girando continuamente su se stesso troverà molta difficoltà di sentire la presenza divina. Il demonio non solo ci vuole separare dall'unione con Dio ma “fa di tutto per distogliere l'uomo dalla preghiera”<sup>68</sup>. Evagrio consiglia contro la tentazione di accidia una preghiera ininterrotta e concisa, che comporta preghiera di richiesta, perdono dei peccati, azioni di grazie e “una preghiera breve e intensa”<sup>69</sup>, semplice, continuamente ripetuta, la chiamata preghiera *monologistos*. Si tratta di una preghiera con pochissime parole che ci piace; una sola parola spesso contribuisce al raccoglimento invece di molte parole che spesso distraggono nella preghiera, che fissa il ricordo abituale di Gesù e aiuta a combattere le fantasie, tentazioni e loghismo (pensieri cattivi).

La preghiera, afferma il Papa Francesco, non è chiedere questo o quello, ma è

l'intercessione di Gesù, che davanti al Padre gli fa vedere le sue piaghe. La preghiera verso il Padre in nome di Gesù ci fa uscire da noi stessi; la preghiera che ci annoia è sempre dentro noi stessi, come un pensiero che va e viene. Ma la vera preghiera è uscire da noi stessi verso il Padre in nome di Gesù, è un esodo da noi stessi.<sup>70</sup>

Un altro antidoto contro l'accidia è l'*Antirrhesis* (da *antirrhesis*, «replica»). È una raccolta di risposte, confutazioni e repliche per tappare la bocca del demonio. Le risposte sono citazioni bibliche tra le cui fonte risaltano di frequenza il Deuteronomio, i Salmi, i Proverbi e le lettere di San Paolo. Eva dialoga con il demonio e viene sconfitta (cf. *Gn* 3, 1-7). Gesù invece è tentato nel deserto e risponde ad ogni attacco di Satana con la Parola di Dio (cf. *Mt* 4, 1-11).

La Parola di Dio ci trasmette la vita in Dio. La Parola di Dio forma la nostra vita, La Parola di Dio ci mostra la volontà di Dio. La Parola di Dio

---

<sup>68</sup> CCC n. 2725.

<sup>69</sup> E. PONTICO, *De oratione tractatus*: PG 79, col. 1190.

<sup>70</sup> PAPA FRANCESCO, Omelie da Santa Marta, *La vera preghiera ci fa uscire da noi stessi*, 11 maggio 2013.

meditata, coinvolgendo pensiero, immaginazione, emozioni e desideri, “è necessaria per approfondire le convinzioni di fede, suscitare la conversione del cuore e rafforzare la volontà di seguire Gesù”<sup>71</sup>. La Parola di Dio è contemplata per essere guidati “alla conoscenza interiore del Signore per amarlo e seguirlo di più”<sup>72</sup>. Solo chi prega, medita, contempla può distinguere ciò che è buono e ciò che è male, ciò che Dio vuole da me. Il silenzio interiore orante è la premessa per aprire il cuore all’ascolto della Parola che ci chiede di seguirla: “Beati coloro che ascoltano la Parola di Dio e la osservano” (Lc 11,28).

I santi Angeli che, sono testimoni delle parole e delle azioni salvifiche di Dio nel corso della storia della salvezza, con le loro ispirazioni ci aiutano nella meditazione e contemplazione della Parola di Dio per il fatto che “vedono sempre la faccia del Padre (mio) che è nei cieli” (Mt 18,10) e nell’obbedienza alla Parola di Dio, giacché essi sono “potenti esecutori dei suoi comandi, pronti alla voce della sua parola” (Sal 103,20).

### **3. L’espiazione come rimedio alla fuga dal momento presente**

L’acedia, lo abbiamo accennato prima, è la tentazione di allontanarsi alla limitatezza del presente per nascondersi nell’immaginazione: ogni ferita del passato lascia il suo segno nell’animo e nell’anima; il futuro è solo incertezza; le cose che tormentano sono tutte recenti, nel tempo presente, vissute nell’irrequietezza interiore, nel vagabondare dei pensieri come fuga dal presente.

Sappiamo che “tutti i momenti del tempo sono presenti a Dio nella loro attualità”<sup>73</sup>. Il presente comunica a noi ciò che da noi Dio desidera, il passato si lascia alla Misericordia divina e il futuro si lascia alla sua Provvidenza. Dice Gesù: “Non affannatevi dunque per il domani, perché il domani avrà già le sue inquietudini. A ciascun giorno basta la sua pena” (Mt 6,34). Il momento presente è il Kairos dell’unione di amore tra la volontà di Dio e la nostra volontà, la rivelazione della volontà di Dio per noi.

Il tempo d’oggi è questo momento che passa, unico che si possiede. La *vita presente*, in realtà è l’attimo attuale, dato per camminare, vuol dire per unirvi a Dio. Questo Dio però si nasconde sotto le specie del dovere

---

<sup>71</sup> CCC n. 2708.

<sup>72</sup> IDEM, n. 2705.

<sup>73</sup> IDEM, n. 600.

quotidiano, del sacrificio attuale, della piccola rinuncia del momento e abbiamo bisogno della luce della fede per camminare, per guardare gli uomini, le cose, gli eventi, etc. ciò che Dio stesso guarda, unico modo di capirlo quanto oggi ascoltiamo la Sua voce.<sup>74</sup>

Giustamente il momento presente ha la grazia del momento presente che manifesta nel momento presente l'Amore di Dio e la sua Volontà. È nel momento presente che Dio ci guida con il Suo amorevole agire divino. «Mediante la sua obbedienza di amore al Padre «fino alla morte di croce (*Fil* 2,8)» diventato uomo realizza la missione espiatrice del Servo sofferente che giustifica molti addossandosi la loro iniquità»<sup>75</sup>. La Volontà divina è la nostra santificazione, «santità, quella che dobbiamo fare tutti i giorni, afferma il Papa Francesco, e che è una strada che si può percorrere solo se a sostenerla sono quattro elementi imprescindibili: coraggio, speranza, grazia, conversione»<sup>76</sup>. Volontà di Dio è che ognuno di noi prenda parte nell'opera redentrice e espiatoria di Cristo Gesù per completare «quello che manca ai patimenti di Cristo, a favore del Suo Corpo che è la Chiesa» (*Col* 1,14). Così l'imitare il Signore Gesù in spirito d'espiazione si vive nel quotidiano delle giornate; nell'impegno per realizzare bene i doveri di stato nella famiglia, nel lavoro, nella parrocchia; nel portare con gioia la croce; nell'accettare con serenità gli imprevisti; nell'offrire i piccoli sacrifici. Quest'amore ci spinge a unirci a Lui crocifisso e risorto in spirito di espiazione. Quindi la nostra santificazione, in unione con Gesù in spirito di espiazione per aiutare gli altri nella loro santificazione, si vive nella vita ordinaria quotidiana di un istante dopo un altro istante. Dice il Signore: «Se qualcuno vuol venire dietro a me, rinneghi se stesso, prenda la sua croce ogni giorno e mi segua» (*Lc* 9,23).

Però non dimentichiamo che questa consapevolezza della santificazione e espiazione del momento presente è una morte ad ogni istante per fare con amore la volontà di Dio e non la nostra, senza fuggire e senza sognare un'altra vita, «perché il domani avrà già le sue inquietudine, a ciascun giorno basta la sua pena» (*Mt* 6,34), accogliendo le fatiche del momento presente.

---

<sup>74</sup> FRANCISCO MARITI FERNANDEZ, *La santificación del momento presente*, Valladolid 1965, 122.

<sup>75</sup> CCC n. 623.

<sup>76</sup> PAPA FRANCESCO, Omelie da Santa Marta, *La santità è sperare con coraggio ogni giorno*, 24 maggio 2016.

Dinanzi alla tentazione dell'accidia che attacca il compito che in quel preciso momento presente siamo chiamati a svolgere, la tradizione monastica invitava alla pazienza, l'*hypomoné*, come frantumazione dell'accidia,

perché la tua ricompensa grazie alla pazienza piova su di te ancora più abbondante, la tua pazienza deve condurre la guerra per mezzo di tutte le virtù virili, perché attraverso ogni male è l'accidia che ti fa guerra e ti tenta passando in rassegna tutte le tue fatiche. E colui che essa non trova inchiodato alla pazienza, lo opprime con il proprio peso e lo piega.<sup>77</sup>

I Padri del deserto sapevano che il resistere nel combattimento spirituale è una medicina efficace

Quando lo spirito di accidia ti assale, non abbandonare la tua dimora e non sottrarti nel tempo della lotta vantaggiosa; allora il tuo cuore splenderà come l'argento quando viene lucidato.<sup>78</sup>

Concludiamo questo punto dicendo che vivere nel momento è differente che vivere nel tempo, come spiega il Papa Francesco: «Il momento è quello che abbiamo in mano nell'istante in cui viviamo... Il tempo non è nostro. Il tempo è di Dio... Noi possiamo diventare sovrani del momento. Ma del tempo c'è solo un sovrano: Gesù Cristo... Per vivere il momento senza lasciarsi ingannare deve orientarsi con la preghiera e il discernimento... Invece per quanto riguarda il tempo... l'unica virtù possibile per guardare al tempo «deve essere regalata dal Signore: è la speranza»... Così il cristiano si muove su questa strada del momento, con la preghiera e il discernimento. Ma lascia il tempo alla speranza. Il cristiano sa aspettare il Signore in ogni momento; ma spera nel Signore alla fine dei tempi»<sup>79</sup>.

#### **4. La missione come rimedio alla fuga dall'agire**

Annunciare Cristo con le nostre parole e con le nostre opere è la missione che il cristiano ha ricevuto in virtù del Battesimo<sup>80</sup>. Uscire per dare l'annuncio del Vangelo è la missione che la Chiesa ha ricevuto da Gesù: «Andate dunque e ammaestrate tutte le nazioni, battezzandole nel nome del padre e del Figlio e dello Spirito Santo, insegnando loro a osservare

---

<sup>77</sup> E. PONTICO (sotto il nome di SAN NILO), *Tractatus ad Eulogium monachum* 8: PG 79, col. 1104 C-D.

<sup>78</sup> IDEM, *Sententiae ad monachos*: PG 40, 1279 D.

<sup>79</sup> PAPA FRANCESCO, Omelie da Santa Marta, *Il padrone del tempo*, 25 novembre 2013.

<sup>80</sup> Cf. CONCILIO VATICANO II, Cost. Dogm. *Lumen gentium*, 35.

tutto ciò che vi ho comandato. Ecco, io sono con voi tutti i giorni, fino alla fine del mondo” (Mt 28, 19-20). Rivelare il Padre che è “ricco di misericordia” (Ef 2,4) è la missione di Gesù, testimoniare che “Dio è amore” (1 Gv 4,8.16). “In questo si è manifestato l’amore di Dio per noi: Dio ha mandato il suo unigenito Figlio nel mondo perché noi avessimo la vita per lui” (1Gv 4,9). In questo modo, Gesù è “la rivelazione e l’incarnazione della misericordia del Padre”<sup>81</sup>.

Il Signore Gesù ci invita alla missione di “seguire Lui”<sup>82</sup> con lo sguardo fisso su di Lui “per andare incontro a ogni persona portando la bontà e

---

<sup>81</sup> SAN GIOVANNI PAOLO II, Enciclica, *Redemptoris missio*, 7 dicembre 1990, n. 12. È precisamente il mistero dell’Incarnazione l’antidoto efficace che Santo Tommaso d’Aquino trova contro l’accidia. Che Dio si è fatto uomo per salvarci, lo dice nella *Somma teologica*. Che Dio si è incarnato perché l’uomo partecipa della vita divina lo mette in evidenza nella *Somma contro i gentili*. “Prima di tutto bisogna considerare che l’Incarnazione di Dio fu il più efficace aiuto dato da Dio all’uomo, per arrivare alla beatitudine. Infatti sappiamo che questa perfetta felicità consiste nella immediata visione di Dio. Sembrerà forse a qualcuno che l’uomo non possa giammai arrivare a questo stato, in cui l’intelletto umano si congiunge immediatamente alla stessa sostanza divina...” (*Summa contra gentiles*, libro IV, cap. 54,1). La prima ragione dell’Incarnazione è l’aspetto della divinizzazione: l’unione di Dio con la natura umana mostra che l’intelletto umano può unirsi a Dio mediante la visione beatifica. Così l’uomo è aiutato a non cadere nell’accidia disperando di conquistare la ricerca di questa felicità. Il secondo argomento per l’Incarnazione è che Dio per il fatto di assumere una natura umana mostra all’uomo che la sua dignità e felicità consiste nell’unione con Dio. “... purtroppo l’uomo poteva ignorare tanto la dignità della sua natura, da porre il suo ultimo fine nelle cose che sono a disotto di Dio. Per questo succede che alcuni, considerando in se stessi la sola natura corporea e sensitiva, che hanno in comuni con gli altri animali, cercano una certa beatitudine bestiale nelle cose e nei piaceri della carne” (*Ibid.*, cap. 54, 2.). La terza ragione sulla convenienza dell’Incarnazione è che Dio facendosi uomo per amore inclinasse il nostro amore per unirci con Lui nella beatitudine eterna. “Il desiderio di godere una cosa nasce dall’amor di lei; quindi bisogna che l’uomo, il quale tende alla beatitudine perfetta, fosse indotto ad amare Dio. Ma niente ci induce tanto ad amare una persona quanto la prova di esser da lei amati; perciò Iddio volle farsi uomo, perché niente dimostra tanto il suo amore per l’uomo come l’unirsi a lui personalmente, essendo una proprietà dell’amore l’unire l’amante all’amato, per quanto è possibile” (*Ibid.*, cap. 54, 4.). Quindi l’Incarnazione di Gesù Cristo libera l’uomo dall’accidia perché ci dà la gioia di un agire cristiano nel presente e di sperare di partecipare un giorno nella vita di Dio.

<sup>82</sup> PAPA FRANCESCO, Omelie da Santa Marta, *Per ogni cristiano Gesù ha una promessa e una missione*, 5 settembre 2013.

la tenerezza di Dio”<sup>83</sup>, “col linguaggio dell’azione”<sup>84</sup> e con gioia. “Dio stesso è la fonte della vera gioia”<sup>85</sup>, gioia cristiana che è una virtù del cammino, del pellegrino, “un dono che cammina, che cammina sulla strada della vita, cammina, cammina sulla strada della vita, cammina con Gesù: predicare, annunciare Gesù, la gioia, allunga la strada e allarga la strada”<sup>86</sup>, e ci libera dall’accidia.

Ognuno è per gli altri, nessuno è solo. Ognuno che è in stato di grazia ha una forza d’intercessione, e quindi forza per aiutare gli altri, per la pratica della misericordia. Opere di misericordia corporali e spirituali per poter vivere come i suoi discepoli e che sono il nostro distintivo cattolico. Opere di *misericordia corporale*: dare da mangiare agli affamati, dare da bere agli assetati, vestire gli ignudi, accogliere i forestieri, assistere gli ammalati, visitare i carcerati, seppellire i morti; opere di *misericordia spirituale*: consigliare i dubbiosi, insegnare agli ignoranti, ammonire i peccatori, consolare gli afflitti, perdonare le offese, sopportare pazientemente le persone moleste, pregare Dio per i vivi e per i morti.

## Conclusione

L’accidia è un peccato contro la gioia che nasce dalla carità, compromettendo la zona di confine tra lo spirito e la carne, considerata come il maggior ostacolo all’entusiasmo della testimonianza cristiana. L’accidia come disagio esistenziale e privazione della carità di Dio, conduce a una solitudine interiore ineluttabile ed a un autoinganno. Il non-relazionarsi attivamente e virtuosamente con Dio, con il prossimo e con se stessi conduce a una fede morta.

L’auto centramento con “la fede nel proprio io”, può derivare da una lontana ferita d’infanzia affettiva che inevitabilmente produce un terreno psicologico facilmente attaccabile. Il demone del meridiano insidia subdolamente la persona, ingannandola con una chiusura della propria

---

<sup>83</sup> IDEM, Bolla di indizione del Giubileo straordinario della Misericordia, *Misericordia vultus*, 11 aprile 2015, n. 5.

<sup>84</sup> IDEM, Omelie da Santa Marta, *Non si può conoscere Gesù in prima classe*, 26 settembre 2013.

<sup>85</sup> R. GUARDINI, *Lettere sulla autoformazione*, Brescia 1971, 7.

<sup>86</sup> PAPA FRANCESCO, Omelie da Santa Marta, *La gioia del cristiano non è allegria di un momento*, 10 maggio 2013.

identità pensata da Dio. Questa seduzione del demone uccide la vita in Dio, con Dio e per Dio.

La presa di coscienza, come atto di umiltà sulla nostra creaturalità di essere figli di Dio, deve spingere a una incessante richiesta di grazie per essere illuminati e guariti. Gesù Cristo ci ha già salvato con la Croce e Risurrezione, e prolunga nella Chiesa l'efficacia della Sua grazia. Gesù Cristo ci salva dall'accidia entrando in un rapporto di amicizia familiare con Lui, con il Padre e con lo Spirito Santo per partecipare volontariamente nell'economia della salvezza. "Il nostro essere creato a immagine e somiglianza di Dio-comunione ci chiama a comprendere noi stessi come esseri-in-relazione e a vivere i rapporti interpersonali nella solidarietà e nell'amore vicendevole"<sup>87</sup>.

Ignazio Suárez Ricondo ORC

---

<sup>87</sup> IDEM, *Angelus*, 22 maggio 2016.

# Índice

|   |            |
|---|------------|
| <b>I. Accenni biblici sull'accidia .....</b>                                      | <b>150</b> |
| <b>II. Il “demonio del mezzogiorno o meridiano” .....</b>                         | <b>152</b> |
| <b>III. Che cosa è l'accidia? .....</b>   | <b>157</b> |
| <b>IV. L'accidia come fuga: 4 sintomi della malattia spirituale.....</b>          | <b>158</b> |
| 1. La fuga da Dio .....   | 158        |
| 2. La fuga da se stesso .....   | 161        |
| 3. La fuga dal momento presente.....  | 164        |
| 4. La fuga dall'agire.....  | 166        |
| <b>V. Le cause dell'accidia.....</b>  | <b>169</b> |
| <b>VI. La Croce come terapia: 4 rimedi per guarire l'accidia.....</b>             | <b>170</b> |
| 1. L'adorazione a Dio come rimedio alla fuga da Dio.....                          | 171        |
| 2. La meditazione della Parola di Dio come rimedio alla fuga da se<br>stesso..... | 173        |
| 3. L'espiazione come rimedio alla fuga dal momento presente.....                  | 174        |
| 4. La missione come rimedio alla fuga dall'agire.....                             | 176        |
| <b>Conclusione.....</b>   | <b>178</b> |