

## ENFERMEDADES PROPIAS DE LA VIDA ESPIRITUAL<sup>1</sup>

En un sentido amplio pueden considerarse como enfermedades espirituales los vicios capitales que tientan al hombre. Vamos a considerar dos en particular: la tibieza y la mediocridad.

### 1. LA TIBIEZA ESPIRITUAL

*Ahora bien, puesto que eres tibio, y no frío ni caliente, voy a vomitarte de mi boca* Ap 3,16

**a) Síntomas y signos.** No hay que identificar la tibieza con la simple aridez. La tibieza lleva consigo aridez pero con el afán consentido de desahogo en disfrutes del orden de los sentidos; es una aridez culpable, dependiente originariamente de su voluntad, consecuencia de actos suyos responsables. No es la falta de fervor de quien aún no ha entrado en la vía del espíritu sino que tiene un matiz de "envejecimiento", de "relajación", de "comenzarse a hundir".

Lleva consigo la pesadez y desgano para las cosas espirituales, especialmente para la oración y soledad espiritual, con aburrimiento en el cumplimiento del deber cotidiano, dejándose invadir por el activismo y utilitarismo. Por eso basta el menor pretexto para suprimir la oración; Dios pasa a un segundo lugar vital y se cumple con él cuando no hay otra cosa que hacer. En la oración, cuando la hace, falta la preparación, se nota irreverencia, languidece con aburrimiento y voluntarias distracciones.

En la víctima de este mal se advierte una disipación continua, ligereza de corazón y de sentidos, horror a estar dentro de sí mismo.

El sacrificio queda casi completamente descartado; tiene miedo a la mortificación.

Actúa sin reflexión, por pasión y por respetos humanos, según su gusto, dando preferencia a la vanidad, sensualidad y amor propio.

Pero todo esto **puede ser pasajero**, como un período de abandono; en tal caso puede tratarse no de tibieza sino de tentación o incluso cansancio. Tampoco se confunde con la sequedad; como dice San Juan de la Cruz: *“entre la sequedad y tibieza hay mucha diferencia; porque la que es tibieza tiene mucha flojedad y remisión en la voluntad y en el ánimo, sin solicitud de servir a Dios; la que sólo es sequedad purgativa tiene consigo ordinaria solicitud con cuidado y pena, como digo, de que no sirve a Dios”*<sup>2</sup>. **Para la tibieza tiene que darse como un estado crónico con aceptación habitual del pecado venial deliberado.**

Tibio es aquel que, asustado por la dificultad que siente en el camino de la virtud y cediendo a las tentaciones, pasado el primer fervor del espíritu, deliberadamente determina pasar a una vida cómoda y libre, sin molestias, contento con cierta apariencia exterior, con horror a todo progreso en las virtudes. A veces tiene una aparente calma del alma debido a que no siente muchas tentaciones y agitaciones.

Tienes paciencia: y has sufrido por mi nombre sin desfallecer. **Pero tengo contra ti que has perdido tu amor de antes.** Date cuenta, pues, de dónde has caído, arrepiéntete y vuelve a tu conducta primera. Si no, iré donde ti y cambiaré de su lugar tu candelero, si no te arrepientes. (Ap 4, 2-5).

**b) Naturaleza.** La tibieza, por su naturaleza, se suele relacionar con la acedia, vicio capital

<sup>1</sup> MENDIZABAL, *Dirección espiritual. Teoría y práctica*, B.A.C., Madrid 1982, pp. 271ss.

<sup>2</sup> SAN JUAN DE LA CRUZ, *Noche, Prol.*, Cap 9.

que los antiguos monjes identificaban con el “demonio meridiano” (Sal 90,6) que ataca en las horas fuertes del mediodía<sup>3</sup>. Pero no es la acedia como momento o período de tentación sino de un **estado de acedia**.

Por su naturaleza se opone al fervor de la caridad. La tibieza neutraliza la dinámica de la caridad, volviéndola lánguida, sin actividad, sin ilusión de progresar, resignada a su estado y fácil en admitir el pecado venial, con pérdida del sentido de la generosidad.

San Juan de la Cruz la señala como uno -y el más grave- de los daños del apego natural a las creaturas:

“Y de aquí nace y se sigue la tibieza y flojedad de espíritu, que es el sexto daño, también general, que suele llegar a tanto, que tenga tedio grande y tristeza en las cosas de Dios, hasta venirlas a aborrecer”<sup>4</sup>.

**c) Génesis y medicina preventiva.** Generalmente suele aparecer la tibieza tras un período de fervor, por falta de constancia. Complaciéndose en lo que se ha logrado, gozado y vivido, quizá se lo atribuye a sí mismo. Queda en sequedad, con inclinación al goce de los sentidos y, contentándose en ese nivel, se va dejando dominar por una progresiva negligencia.

Desde este punto de vista puede prevenirse **vigilando** con atención la fidelidad a los ejercicios espirituales, no dejando pasar omisiones sin motivo y reiteradas.

También ocasiona tibieza, al menos incipiente, la fatiga física y moral de la monotonía. El medio de prevenirla es renovar diariamente el propósito de generosidad.

**d) Remedios contra la tibieza ya establecida.** Hay que tomar conciencia de que se trata de una enfermedad muy seria, que puede arruinar todas sus posibilidades espirituales. La curación es **obra de la gracia y de la misericordia divina**, que ha de comenzar por **invocar con una continuada y ferviente oración**. Junto a esto hay que suscitar ciertas actitudes espirituales y luego aplicar algunos medios prácticos:

-Las **actitudes espirituales** que el tibio debe alcanzar son: *ante todo*, **tomar conciencia** de la gravedad y estado preocupante de su situación (que su vida está paralizada y con el riesgo de frustrarse); *lo segundo*, **no resignarse** a su estado; *tercero*, **convencerse** de que, si no pone los medios para salir, puede estar acumulando pecados de temeridad, ceguera, error culpable; *cuarto*, **que arriesga la vida de gracia** -si es que la vive. Esto debe ser hecho con suma prudencia, evitando la desesperación o el desaliento. Hay incentivarse a la lucha, a reaccionar contra su estado; a no bajar los brazos, a confiar en el poder de la gracia.

-Los **remedios prácticos** son dos: por un lado la **oración** (tanto del dirigido como del director) renovada, profunda, con gran contacto con la Sagrada Escritura, con la Pasión de Cristo; lo segundo es la **actividad interior**: comenzar una vida nueva, tomar decididamente el camino de

---

<sup>3</sup> COLOMBÁS, II, pp. 263-266. “(Evagrio Pónico) describe el demonio de la acedia con una finura sorprendente. Es el más pesado de los demonios. Asalta al monje en la mitad de la jornada -de ahí su nombre de demonio del mediodía-, llena al solitario de inquietud, de tedio. Le inspira aversión del lugar donde habita, de su mismo estado de vida, del trabajo manual. Le hace pensar que los hermanos no tienen caridad, que nadie es capaz de consolarle, y, como consecuencia, le hace suspirar por otros lugares donde la vida es seguramente más soportable y podría ejercer un oficio menos penoso. Le recuerda sus parientes, su existencia anterior. Le representa lo larga que es la vida, lo penosas que resultan las fatigas del ascetismo. En fin, hace todo lo posible para que el monje 'abandone su celda y huya del estado'” (Colombás, p. 263; Evagrio Pónico, Practikós, 12).

<sup>4</sup> SAN JUAN DE LA CRUZ, Subida III, Cap 22.

la santidad y generosidad, fomentar la caridad, renovar el empuje ascético, fidelidad a los ejercicios de espiritualidad y los sacramentos.

## 2. LA MEDIOCRIDAD ESPIRITUAL.

Es un estado lamentable que afecta a muchos y que consiste en renunciar a lo mejor, a lo notable, a lo que supera las “medias tintas” en la vida espiritual. Suele causar daños muy graves.

**a) Síntomas.** No afecta de suyo a los incipientes sino a los que llevan un tiempo relativamente largo de vida espiritual seria. Tiene, pues, el carácter de cierto retroceso, empapado de un cierto cansancio y desilusión.

No se confunde con el tibio porque: no predomina en ellos la aridez, el aburrimiento y la desgana espiritual; ni admiten habitualmente el pecado venial deliberado.

Viven la vida espiritual; pero su vida tiene algo de superficial, de ficticia, de falta de encarnación real. Hay una **renuncia práctica a la santidad total**, aunque quizá de palabra siga hablando de ella. Suele unirse un cierto sentido de complacencia personal, a manera de persuasión de ser sensato, que mantiene paralizado en el progreso espiritual años enteros.

No es que no haga esfuerzos: tiene momentos de arranque interior; pero luego se cansa y se vuelve a parar. El resultado es que no progresa en la vida espiritual.

Este mismo esfuerzo relativo le sirve de justificativo (“yo intento”) y le persuade más de su sensatez. También favorece a este estado el que la persona mediocre suele mantener las actitudes de bondad, piedad y delicadeza en el trato.

Con todo, la persona mediocre mantiene y fomenta vicios notables como la **vanidad, gula, susceptibilidad, curiosidad, impresionabilidad**. Trabaja en este campo, pero su esfuerzo es mínimo y se reduce a no pecar, frenando estas tendencias cuando llegan a pecado deliberado. Otras veces las fomentan positivamente con justificaciones aparentemente sensatas.

**b) Naturaleza.** ¿Qué es lo que constituye este estado de mediocridad? Un doble elemento estrechamente entrelazado: la incomprensión de la abnegación evangélica y el debilitamiento de la vida interior:

**-Incomprensión de la abnegación evangélica.** El mediocre no comprende ya en toda su exigencia la renuncia evangélica ni se esfuerza por conseguirla. Puede tratar de ella en forma abstracta y teórica, pero no la asume de manera personal y vital, o al menos no tiene valor y constancia para vivir según sus criterios. De este modo cierra paso a la dilatación de la caridad. Sólo entiende como renuncia evangélica la renuncia a lo que es malo; pero no entiende que se pueda renunciar a algo bueno, no entiende el sacrificio de lo bueno con el fin de conseguir lo mejor.

**-Debilitamiento de la vida interior.** Estas personas tienen vida interior; pero es superficial. Le falta totalidad en su penetración de los principios sobrenaturales; tampoco entiende el primado de la vida interior en la santidad y en el mismo apostolado. Puede admitirlo teóricamente, pero no empapa su vida con estas convicciones. Para ellos la fe no es su “modo de vida”.

Puede servir este texto de Weil Simone en el que habla de cómo se puede “medir” la santidad/fervor de una persona por el modo en que juzga de las cosas del mundo:

“El objeto de mi investigación no es lo sobrenatural, sino este mundo. Lo sobrenatural es la luz. No debemos atrevernos a hacer de ella un objeto; de lo contrario, la degradamos [...] No es por la forma en que un hombre habla de Dios, sino por la forma en que habla de las cosas terrenas, como se puede discernir mejor si su alma ha permanecido en el fuego del amor a Dios. Ahí no es posible ningún engaño. Hay falsas imitaciones del amor a Dios, pero no de la transformación que él realiza en el alma, porque la persona no puede tener ninguna idea de esta transformación más que si ella misma pasa por ella [...] Según la concepción de la vida humana expresada en los actos y las palabras de un hombre, sé (quiero decir que sabría, si tuviera discernimiento para ello) si ve esta vida desde un punto de vista situado en este mundo o desde lo alto del cielo. Por el contrario, cuando habla de Dios, no puedo discernir (aunque a veces sí puedo...) si habla desde dentro o desde fuera. [...] El Valor de una forma de vida religiosa, o más generalmente, de una forma de vida espiritual, se aprecia por la intensidad de la luz proyectada sobre las cosas de este mundo. [...] Las cosas carnales son el criterio de las cosas espirituales. Esto es lo que generalmente no queremos reconocer, porque tenemos miedo a un criterio. La virtud de una cosa cualquiera se manifiesta fuera de ella”<sup>5</sup>.

**c) Génesis.** Este estado puede entrar en el espíritu de modos diversos:

-En las **personas activas** puede entrar por el agobio de trabajo y de ocupaciones exteriores, aun en el servicio de Dios. La vida interior se debilita por la actividad; se deja invadir por puntos de vista humanos y pierde lentamente la inteligencia de los medios sobrenaturales. No pierde la fe, pero cesa el avance espiritual.

#### **Malditas obras...**

“Contra este peligro ponía en guardia San Bernardo al Papa Eugenio III, con estas palabras: *“Temo que en medio de tus innumerables ocupaciones, te desesperes de no poder llevar las a cabo y se te endurezca el alma. Obrarías con cordura abandonándolas pro algún tiempo, para que no te dominen ni arrastren a donde no quieras llegar. Tal vez me preguntes: ¿A dónde? Al endurecimiento del corazón. Ya ves a dónde pueden arrastrarte esas ocupaciones malditas (bae occupationes maledictae), si continúas entregándote a ellas del todo, como hasta ahora, sin reservarte nada para ti”* (S. Bernardo ‘De consid.’)

¿Hay empresa más augusta y santa que el gobierno de la Iglesia ni más útil para la gloria de Dios y el bien de las almas? Y, sin embargo, San Bernardo la califica de *ocupación maldita*, si sirve para ahogar la vida interior de quien se consagra a ella.

Esta expresión "*ocupaciones malditas*" vale un libro por lo que estremece y hace reflexionar. Sería como para rechazarla, si no hubiera salido de la pluma tan ajustada y precisa de un Doctor de la Iglesia, de un San Bernardo”<sup>6</sup>.

-En las **personas contemplativas** el peligro está en dejarse llevar por una aplicación superficial a las cosas de Dios sin verdadera profundidad ni vigor.

**d) Remedios.** La superación del estado de mediocridad es particularmente obra de la gracia que actúa de modos diversos: a veces por impulso irresistible de cambiar de vida, otras por medio de humillaciones y dolores, otras por medio de éxitos apostólicos inesperados, o por el

<sup>5</sup> WEIL, SIMONE. *Escritos esenciales, op.cit. pp 132-134*

<sup>6</sup> DOM J.B. CHUTARD (Abad Cisterciense), *El Alma de Todo apostolado, Tercera Parte “Los peligros de la vida activa para el alma que no tiene vida interior”*.

contacto con una persona especialmente poseída por el Espíritu de Dios.

Es una gracia que **hay que pedir** y fervientemente.

Junto a la petición hay que preparar el corazón para la acción de la gracia. ¿Cómo lo logra? Suscitando deseos de fervor, nostalgia por el estado de generosidad ilimitada. Tendrá que inducir a esfuerzos parciales en el campo de la abnegación y de la vida interior: mortificaciones, recogimiento, momentos intensos de oración. Actuando durante meses con estos pequeños esfuerzos, se puede ir cultivando la docilidad a la gracia que impulsará a salir de la mediocridad.

### **Ejemplo 2: material para un trabajo sobre la acedia y la presteza<sup>7</sup>**

- A. La acedia es tristeza de las cosas espirituales; por eso: pediré alegrarme de las cosas espirituales (Misa, oración, pruebas, enfermedades, fracasos). Para esto: incluiré mis fracasos diarios en la acción de gracias de cada día.
- B. La acedia tiende a que hagamos con negligencia, abreviemos u omitamos los actos espirituales, por razones fútiles; por tanto propongo:
- No abreviar ninguno de los actos en los que me ataca la acedia (todo acto de piedad y oración).
  - No omitirlos por ninguna razón que no provenga de la obediencia o de la urgencia de la caridad o de los deberes pastorales,
  - Por el contrario, buscaré hacer esas obras con perfección.
- C. La acedia hace que me apure en terminar lo que no me gusta. Por tanto:
- No me apuraré en los oficios que más me repugnan.
  - Daré a la oración el tiempo que merece (acción de gracias después de Misa, examen de conciencia, preparación para la Misa).
  - No haré ninguna de las cosas que más me gustan cuando éstas ocupen el lugar o el tiempo de otras que tengo por deber de estado.
- D. Hace elegir los oficios según los deleites que procuran. Por tanto: elegiré mis actividades según la urgencia, la utilidad del prójimo o el pedido de mis superiores.
- E. Hija de la acedia es la desesperación (repugnancia o huida de lo difícil). Por tanto: he de llenar el alma de la esperanza de poder llevar adelante las obras que Dios me pide, aun cuando me parezcan muy fastidiosas o pesadas o imposibles de cumplir.
- F. Engendra pusilanimidad para acometer lo que parece difícil. Por tanto: encararé con grande ánimo y generosidad las obras puntuales de mi santificación diaria.
- G. Engendra rencor y amargura contra los que nos mandan o nos piden las cosas que nos cuestan o no nos gustan. Por tanto:
- Tendré obediencia y buen espíritu con quien me manda (superior) o pide hacer una obra que me desagrade; esto implica: no quejarme de lo mandado, no hacer notar que se me pide algo pesado o injusto (forma de “desquitarme” haciendo sentir al superior como un tirano).
  - Trataré con caridad exquisita y paciencia a los que me piden cosas que me cuestan o cortan mis planes (a quienes, por eso, trato mal, como para que no vuelvan a pedir o para que sean breves).
- H. Engendra “divagación”, curiosidad, verbosidad, inquietud corporal... o sea, “paliativos”, diversiones por las cuales compensamos el esfuerzo del deber. En este orden haré todo lo posible por no distraerme o buscar “huidas” en diversiones. La recreación la dejaré para cuando toque recreación. Durante el tiempo de trabajo u oración, en cambio, pondré todo empeño en hacer bien mi deber.

---

<sup>7</sup> P. MIGUEL, Á. FUENTES, *El examen particular de conciencia y el defecto dominante de la personalidad*, Ediciones del Verbo Encarnado, San Rafael 2012<sup>2</sup>, pp.15-16.

- I. Para combatir la desolación que acompaña algunos actos espirituales he de meditar en el valor e importancia que estos actos tienen para mi vida.
- J. Aumentar lo que acrecienta la caridad (contra lo que se opone la acedia):
- Devoción a la Eucaristía
  - Devoción a la Virgen.
  - Lectura y meditación de la Sagrada Escritura.
- K. La tentación de acedia puede ser una purificación divina. Por eso: pediré a Dios paciencia... ¡mucho paciencia!

Y sobre todo, en las dos enfermedades: querer con firme voluntad. Hay una hermosa poesía que el P. Marcos Pizzariello SJ dice que le acercó una persona que había vivido en estado de mediocridad; estado del que fue despertado un día cuando al entrar en su habitación en un movimiento involuntario tiró un Crucifijo al suelo; el ver los trozos en el suelo lo hizo reflexionar. La tituló: "Oración para salir de la ambigüedad espiritual":

Cayó mi cruz en el suelo,  
y en pedazos deshízose tu cuerpo,  
te vi quebrado y muerto.  
¿Qué hice, Señor, por no matarte?  
¿Qué hice, Señor, por no herirte?  
Y al verte así por mí tan maltratado,  
¿Qué puedo ahora decirte?  
Quisiera rehacer todo lo hecho,  
todos los trozos reunirlos nuevamente,  
para asirlos otra vez en ese leño.  
Quisiera, Señor, pero... no quiero;  
que es este mi tormento:  
este querer y no querer,  
este llorar y no llorar,  
este amar y no amar,  
este empezar y no empezar.  
Que se adentran las tristezas en mis huesos;  
que no hay paz en mi alma cuando duermo;  
que es terrible este ritmo de quebrantos;  
que no sé, Señor, si yo te amo...  
Pero... al verte así por mí tan maltratado,  
quiero ahora querer, porque no quiero,  
quiero ahora amar, porque no amo;  
quiero ahora llorar, porque no lloro;  
quiero ahora empezar, porque no empiezo.

En definitiva: quiero, quiero y quiero. Con la gracia de Dios.

Ave María Purísima...