

**Cómo citar en APA:** Saeteros Pérez, T. (2024). Permanecer en la celda. La acedia como problema y sus remedios en la sabiduría patristica, *Cuestiones Teológicas*, 51(115), 1-15. doi: <http://doi.org/10.18566/cueteo.v51n115.a08>  
**Fecha de recepción:** 11.10.2023 / **Fecha de aceptación:** 07.01.2024

# PERMANECER EN LA CELDA. LA ACEDIA COMO PROBLEMA Y SUS REMEDIOS EN LA SABIDURÍA PATRÍSTICA

Staying in the Cell. Acedia as a Problem and Its Remedies in Patristic Wisdom

TAMARA SAETEROS PÉREZ<sup>1</sup> 

## Resumen

El presente trabajo tiene como objetivo general estudiar los principales remedios que la sabiduría patristica usaba contra la tentación de la acedia, siendo el más importante de ellos la permanencia del monje en la celda. Sus objetivos específicos buscarán rastrear en los Apotegmas de los Padres del Desierto y en los escritos ascéticos de Evagrio Póntico la caracterización de la acedia como enfermedad del alma y su cura en el “hacer paciente”. También se propone un análisis comparativo con la acedia del hombre contemporáneo, inmerso en la sociedad de la aceleración, de la transparencia y del consumo, que le impiden custodiar su corazón como el lugar privilegiado del encuentro consigo mismo y con Dios. La hipótesis central es que el principal remedio contra la acedia puede ser la permanencia en la celda. La metodología a utilizar será la de la hermenéutica patristica, que consiste en una lectura detenida de las fuentes, un diálogo con los autores y sus textos, a fin de confrontarlos con las vicisitudes que lidian los hombres de este siglo para conservar la quietud interior. Los resultados de la aplicación de este método son el encontrar de qué manera puede el hombre del siglo XXI hacer suyo el dominio de la celda y vencer así la acedia, entendida como enfermedad del alma que impide la conexión consigo mismo, con las subjetividades próximas a él, con el mundo creado y con su Creador.

1 Doctora en Filosofía Contemporánea y Estudios Clásicos por la Universitat de Barcelona. Docente investigadora de tiempo completo de la Escuela de Filosofía y Humanidades de la Universidad Sergio Arboleda (Bogotá, Colombia). Investigadora junior del grupo de investigación LUMEN. Correo electrónico: [tamara.saeteros@gmail.com](mailto:tamara.saeteros@gmail.com)

## Palabras clave

Espiritualidad patristica; Padres del Desierto; Evagrio Póntico; *Logismoi*; Demonio del mediodía; Acedia

## Abstract

The general objective of this work is to study the main remedies that patristic wisdom used against the temptation of acedia, the most important of them being the permanence of the monk in the cell.

Its specific objectives will seek to trace in the Apothegms of the Desert Fathers and in the ascetic writings of Evagrius Ponticus the characterization of acedia as a disease of the soul and its cure in “being patient”. A comparative analysis is also proposed with the acedia of contemporary man, immersed in the society of acceleration, transparency and consumption, which prevent him from guarding his heart as the privileged place of encounter with himself and with God. The central hypothesis is that the main remedy against acedia may be remaining in the cell. The methodology to be used will be that of patristic hermeneutics, which consists of a careful reading of the sources, a dialogue with the authors and their texts in order to confront them with the vicissitudes that the men of this century deal with to preserve inner stillness. The results of the application of this method are to find out how the man of the 21st century can make the domain of the cell his own and thus overcome acedia, understood as a disease of the soul that prevents the connection with himself, with the subjectivities close to him, with the created world and with its Creator.

## Keywords

Patristic spirituality; Desert Fathers; Evagrius Ponticus; *Logismoi*; Midday demon; Acedia.

## Introducción<sup>2</sup>

Como los peces mueren si permanecen mucho tiempo fuera del agua, de la misma manera los monjes que se demoran fuera de la celda o se entretienen con seculares, se relaja la intensidad de su tranquilidad interior (hesyquía). Es necesario que, como los peces del mar, nos apresuremos nosotros a ir a nuestra celda, para evitar que, por demorarnos en el exterior, olvidemos la custodia interior (Apoteagma 10, letra Alfa<sup>3</sup>).

2 Agradezco las sugerencias que Laura Alejandra Medina, María Luján Díaz Duckwen y Rubén Peretó hicieron a este estudio.

3 Ὡπερ οἱ ἰχθύες ἐγχερονίζοντες τῇ ξηρᾷ τελευτῶσιν, οὕτως καὶ οἱ μοναχοὶ βραδύνοντες ἔξω τοῦ κελλίου ἢ μετὰ κοσμικῶν διατρίβοντες πρὸς τὸν τῆς ἡσυχίας τόνον ἐκλύονται. Δεῖ οὖν, ὡσπερ τὸν ἰχθὺν εἰς τὴν θάλασσαν, οὕτως καὶ ἡμᾶς εἰς τὸ κελλίον ἐπείγασθαι μήποτε βραδύνοντες ἔξω ἐπλαθώμεθα τῆς ἔνδον φυλακῆς (*Les Apophtegmes des Pères*, 1993, II, Ant 10).

El presente trabajo tiene como objetivo general estudiar los principales remedios que la sabiduría patristica, en general, y Evagrio Póntico, en particular, usaban contra la tentación de la acedia, siendo el más importante de ellos la permanencia del monje en la celda.

Sus objetivos específicos buscarán rastrear, en los Apotegmas de los Padres del Desierto y en los escritos ascéticos de Evagrio Póntico, la caracterización de la acedia como enfermedad del alma y su cura en el “hacer paciente”. También se propone un análisis comparativo con la acedia del hombre contemporáneo (Kuhn, 1976; LaMothe, 2007; MacQuarrie, 2023; Morris, 2019; Paget, 1891), inmerso en la sociedad de la aceleración, de la transparencia y del consumo, que le impiden custodiar su corazón como el lugar privilegiado del encuentro consigo mismo y con Dios.

La hipótesis central es que el principal remedio contra la acedia puede ser la permanencia en la celda. La metodología a utilizar será la de la hermenéutica patristica, que consiste en una lectura detenida de las fuentes, un diálogo con los autores y sus textos, a fin de confrontarlos con las vicisitudes que lidian los hombres de este siglo para conservar la quietud interior.

Los resultados de la aplicación de este método son el encontrar de qué manera puede el hombre del siglo XXI hacer suyo el dominio de la celda y vencer así la acedia, entendida como enfermedad del alma que impide la conexión consigo mismo, con las subjetividades próximas a él, con el mundo creado y con su Creador.

La elección de este tema de estudio viene motivada por la interesante conferencia de agosto del 2021 del Dr. Rubén Peretó Rivas, titulada “Los Padres de la Iglesia y la posibilidad de un *Mindfulness* cristiano”, en la que se hizo un paralelismo entre la práctica, hoy muy extendida, del *mindfulness* o conciencia plena de sí, y las prácticas ascéticas de los monjes del desierto para el dominio de los *logismoi*. En efecto, los Padres del Desierto tenían formas de recuperar la atención ante las distracciones, y de estar plenamente conscientes de sí mismos y de la presencia de Dios, que son todavía hoy ejercitadas por los monjes orientales y que poseen una gran eficacia para el combate espiritual.

Las ideas desarrolladas por el Dr. Peretó Rivas me llevaron a pensar en uno de dichos *logismoi*, la acedia, el famoso “demonio del mediodía”, que no ha dejado de tentar a los hombres de todas las épocas.

Todavía más, en una civilización digital como la nuestra, calificada por el filósofo surcoreano Byung-Chul Han como una sociedad del cansancio (Han, 2018), del rendimiento, de la aceleración, el hombre contemporáneo se ve continuamente sobreexcitado por una avalancha de estímulos que le impiden la plena conciencia de sí y que lo llevan frecuentemente a la desazón y a la tristeza que caracterizan la acedia. En la Edad Media la acedia pasó de ser un *logismos* o

pensamiento a uno de los vicios capitales, emparentado muchas veces con la tristeza y la pereza (Casiano, 2017, p. 207; Benvenuto, 2014; DeYoung, 2009; Theunissen, 2005; Wenzel, 2012).

Ante este problema, es posible preguntarse: ¿podremos obtener de los escritos de los padres algunos remedios para curar la acedia del hombre contemporáneo?, ¿seguirán estando vigentes unas prácticas y recomendaciones formuladas hace más de 17 siglos para unas generaciones que no tenían las complejas estructuras de distracción e incluso de pecado que tenemos ahora?

Para solucionar estas preguntas y la hipótesis formulada, se dividirá este escrito en tres partes: en primer lugar, se analizará el problema de la acedia desde los escritos patrísticos, luego se estudiará el papel de la celda exterior e interior y, en la tercera parte, se aplicarán las enseñanzas de los padres a las circunstancias del hombre contemporáneo, para verificar su eventual vigencia y validez (Baratta, 2014; Bunge, 2012; Huxley, 1926).

## El problema de la acedia en los escritos patrísticos

En su *Tratado práctico*, el monje Evagrio Póntico (1995) nos detalla los ocho pensamientos que tientan al monje:

Ocho son, en suma, los pensamientos que engendran todo vicio: en ellos se contiene cualquier otro pensamiento: el primero es el de la gula y tras él, el de la fornicación; el tercero es el de la avaricia; el cuarto, el de la tristeza; el quinto es el de la cólera; el sexto, el de la acedia; el séptimo es el de la vanagloria y el octavo, el del orgullo. Ahora bien, que todos estos pensamientos turben el alma o no la turben, no depende de nosotros, pero que se detengan o no se detengan, o que exciten las pasiones o no las exciten, de nosotros depende. (p. 138)<sup>4</sup>

Evagrio es, sin lugar a dudas, el autor que más profundamente comprendió el fenómeno de la acedia y la describió como una falta de tono del alma. La fortuna del término lo llevará

4 Ὅκτώ εἰσι πάντες οἱ γενικώτατοι λογισμοὶ ἐν οἷς περιέχεται πᾶς λογισμὸς.

πρῶτος ὁ τῆς γαστριμαργίας,

καὶ μετ' αὐτὸν ὁ τῆς πορνείας·

τρίτος ὁ τῆς φιλαργυρίας·

τέταρτος ὁ τῆς λύπης·

πέμπτος ὁ τῆς ὀργῆς·

ἕκτος ὁ τῆς ἀκηδίας·

ἕβδομος ὁ τῆς κενοδοξίας

ὄγδοος ὁ τῆς ὑπερηφανίης. Τούτους πάντας παρενοχλεῖν μὲν τῇ ψυχῇ ἢ μὴ παρενοχλεῖν, τῶν οὐκ ἐφ' ἡμῖν ἐστι· τὸ δὲ χρονίζειν αὐτοὺς ἢ μὴ χρονίζειν, ἢ πάθη κινεῖν ἢ μὴ κινεῖν, τῶν ἐφ' ἡμῖν (Evagrius Ponticus, 1990, *Praktikos* 6).

a perpetuarse en la tradición cristiana ascética y mística medieval (González Manjarrés, 2018; Lesmes González, s. f.; Vázquez, 2019), un análisis que escapa a este estudio, pero que resulta interesante todavía hoy al relacionarlo con la melancolía, el trastorno depresivo y las teorías de filósofos contemporáneos (Brandt, Dahm and McAllister, 2020; Despland, 2023; Ferreyra, 2003; Jackson, 1985, pp. 43-59; Mosto, 2021; Norris, 2008; Peretó, 2011a, 2011b, 2017, 2018, 2020; Piñeiro, 2020; Rovaletti y Pallares, 2014; Pallares, 2016; Solomon, 2014; Wroniszewski, 2019).

Volviendo a nuestro tema, se ha de comprender que la vida de un monje en el desierto a finales del siglo IV era rigurosa, con grandes ayunos, penitencias, ratos de soledad, de trabajo manual y de oración comunitaria a determinadas horas. La repetición monótona de esta rutina atraía fácilmente al “demonio del mediodía”.

El demonio de la acedia, llamado también “demonio del mediodía”, es de todos los demonios el más gravoso. Ataca al monje hacia la hora cuarta y asedia su alma hasta la hora octava. Al principio, hace que el sol parezca avanzar lento e incluso inmóvil y que el día aparente tener cincuenta horas. A continuación, le apremia a dirigir la vista una y otra vez hacia la ventana y a saltar fuera de su celda, a observar cuánto dista el sol de la hora nona y a mirar aquí y allá por si alguno de los hermanos [...]

Además de esto, le despierta aversión hacia el lugar donde mora, hacia su misma vida y hacia el trabajo manual; le inculca la idea de que la caridad ha desaparecido entre sus hermanos y no hay quien le consuele. Si a esto se suma que alguien, en esos días, contristó al monje, también se sirve de esto el demonio para aumentar su aversión. Este demonio le induce entonces al deseo de otros lugares en los que puede encontrar fácilmente lo que necesita y ejercer un oficio más fácil de realizar y más rentable. Así mismo, le persuade de que agradar al Señor no radica en el lugar: “La divinidad –dice– puede ser adorada en todas partes”. Añade a estas cosas también el recuerdo de su familia y del modo de vida anterior y le representa la larga duración de la vida, poniendo ante sus ojos las fatigas de la ascesis; y, como se suele decir, pone todo su ingenio para que el monje abandone su celda y huya del estadio. A este demonio no le sigue inmediatamente ningún otro. Una vez concluido el combate, un estado apacible y un gozo inefable suceden al alma. (Evagrius Póntico, 1995, pp. 140-141; cf. Zander, 2011)<sup>5</sup>

5 Ὁ τῆς ἀκηδίας δαίμων, ὃς καὶ μεσημβρινὸς καλεῖται, πάντων τῶν δαιμόνων ἐστὶ βαρύτερος· καὶ ἐφίσταται μὲν τῷ μοναχῷ περὶ ὥραν τετάρτην, κυκλοῖ δὲ τὴν ψυχὴν αὐτοῦ μέχρις ὥρας ὀγδόης. Καὶ πρῶτον μὲν τὸν ἥλιον καθορᾶσθαι ποιεῖ δυσκίνητον ἢ ἀκίνητον, πενηκοντάωρον τὴν ἡμέραν δεικνύς. Ἐπειτα δὲ συνεχῶς ἀφορᾶν πρὸς τὰς θυρίδας καὶ τῆς κέλλης ἐκπηδᾶν ἐκβιάζεται, τῷ τε ἡλίῳ ἐνατενίζει πόσον τῆς ἐνάτης ἀφέστηκε, καὶ περιβλέπεσθαι τῆδε κάκεισε μὴ τις τῶν ἀδελφῶν... Ἐτι δὲ μῖσος πρὸς τὸν τόπον ἐμβάλλει καὶ πρὸς τὸν βίον αὐτόν, καὶ πρὸς τὸ ἔργον τὸ τῶν χειρῶν· καὶ ὅτι ἐκλέλοιπε παρὰ τοῖς ἀδελφοῖς ἡ ἀγάπη καὶ οὐκ ἔστιν ὁ παρακαλῶν· εἰ δὲ καὶ τις κατ' ἐκείνας τὰς ἡμέρας εἴη λυπήσας τὸν μοναχόν, καὶ τοῦτο εἰς αὔξησιν τοῦ μίσους ὁ δαίμων προστίθῃσιν. Ἄγει δὲ αὐτόν καὶ εἰς ἐπιθυμίαν τόπων ἐτέρων ἐν οἷς ῥαδίως τὰ πρὸς τὴν χρεῖαν ἔστιν εὐρεῖν καὶ τέχνην μετελθεῖν εὐκοπωτέραν μᾶλλον καὶ προχωροῦσαν· καὶ ὡς οὐκ ἔστιν ἐν τόπῳ τὸ εὐαρεστεῖν τῷ Κυρίῳ προστίθῃσιν· πανταχοῦ γάρ, φησί, τὸ θεῖον προσκυνητόν.

De este fragmento se puede deducir que la acedia es cierto estado de intranquilidad y desasosiego del alma, que no “se halla” en el lugar en que está. En palabras de Peretó (2010): “esta situación exterior está indicando la inestabilidad interior” (p. 36). La gran tentación de pensar que no es útil lo que se hace o que no se sirve bien a Dios en el estilo de vida escogido se repetirá una y otra vez. Este “demonio” tiene gran habilidad para capturar la atención del monje a través del ropaje de una vida mejor, para presentarle otras perspectivas de vivir su monacato (Crislip, 2005; Deseille, 2002) y, sobre todo, le suscita un deseo irresistible de abandonar la celda (Nault, 2015). Este último elemento llama poderosamente la atención y es posible que la permanencia en la celda tenga un poder preventivo, curativo y regenerativo. A estudiar este talante de la celda se dedicarán las siguientes páginas.

## Las celdas interior y exterior

El poder que tiene la celda monástica para transformar a un hombre es visto claramente en el ejemplo del Padre del monacato cristiano: Antonio. Cuando Atanasio narra su vida, comenta el encerramiento al que se sometió durante 20 años para practicar la ascesis y luchar contra los demonios que vagaban por el desierto una vez que las urbes del Imperio se habían convertido al cristianismo y resplandecía en sus ciudades el signo de la cruz. Antonio libraré entonces una batalla colosal contra el demonio, para arrebatarle también el dominio del desierto, convirtiendo este en una auténtica Ciudad de Dios.

Cuenta Atanasio (2013) en la *Vida de Antonio* este episodio singular:

Más y más decidido en su propósito (Antonio), se encaminó al monte, y encontró al otro lado del río una fortaleza abandonada, y por el paso del tiempo llena de serpientes. Se trasladó a ésta y permaneció allí. Y las serpientes, como si alguien las persiguiera, se marcharon rápidamente. Y él cerró la entrada y guardó pan para seis meses –los tebanos tienen esta costumbre, y a menudo los panes se conservan sin estropearse todo un año–. Teniendo agua dentro, como si se hubiera escondido en un santuario, permaneció solo en la morada, sin salir y sin ver a ninguno de los que lo visitaban. Y continuó durante mucho tiempo ejercitándose en la ascesis, recibiendo pan sólo dos veces al año a través del techo. (2013, no. 12, 3, pp. 46-47)<sup>6</sup>.

Συνάπτει δὲ τούτοις καὶ μνήμην τῶν οἰκειῶν καὶ τῆς προτέρας διαγωγῆς· καὶ χρόνον τῆς ζωῆς ὑπογράφει μακρόν, τοὺς τῆς ἀσκήσεως πόνους φέρων πρὸ ὀφθαλμῶν·

καὶ πᾶσαν τὸ δὴ λεγόμενον κινεῖ μηχανὴν ἵνα καταλελοιπῶς ὁ μοναχὸς τὴν κέλλαν φύγῃ τὸ στάδιον.

Τούτῳ τῷ δαίμονι ἄλλος μὲν εὐθὺς δαίμων οὐχ ἔπετα· εἰρηνικὴ δὲ τις κατάστασις καὶ χαρὰ ἀνεκλάλητος μετὰ τὸν ἀγῶνα τὴν ψυχὴν διαδέχεται (Evagrius Ponticus, 1990, *Praktikos* 12).

6 Μᾶλλον οὖν καὶ μᾶλλον ἐπιτείνας τὴν πρόθεσιν, ὠρμησεν εἰς τὸ ὄρος. Καὶ παρεμβολὴν ἔρημον καὶ διὰ τὸν χρόνον μεστὴν ἔρπετων εὐρῶν εἰς τὸ πέραν τοῦ ποταμοῦ, ἐκεῖ μετέθηκεν ἑαυτὸν, καὶ ὄκησεν ἐν αὐτῇ. Τὰ μὲν οὖν ἔρπετα,

Contrariamente a lo que se pudiera pensar, tal estilo de vida no afectó en lo más mínimo la salud de Antonio. En efecto, según el testimonio de Atanasio (2013, p. 49), al salir, después de 20 años, su aspecto era idéntico al del joven que había entrado a la fortaleza, tenía vigorosa salud y su espíritu rebosaba sabiduría y paz.

Este fue el inicio de las vidas de los monjes en el desierto, pues muchos quisieron imitar a *Abba* Antonio y ser guiados espiritualmente por él. Si se analizan los *Apotegmas de las Madres y los Padres del desierto*, se encuentran muchas advertencias sobre la importancia espacial y temporal de la celda (Nault, 2004), es decir, sobre la conveniencia y necesidad de acostumbrarse a pasar pacientemente el tiempo en la estrechez donde se habita (Merton, 2002 y 2005).

Alguien dijo a *abba* Arsenio: “Mis pensamientos me afligen, diciéndome: No puedes ayunar ni trabajar; visita al menos a los enfermos: también esto es caridad”. El anciano, conociendo que era semilla sembrada por los demonios, le dijo: “Ve, come, bebe, duerme y no trabajes; pero no salgas de la celda”. Porque sabía que la paciencia de la celda lleva al monje a observar su orden. (*Los Apotegmas de las Madres y los Padres del desierto*, s. f.)<sup>7</sup>

De este consejo se deriva que las prácticas ascéticas sirven en la medida en que el monje pueda practicarlas en paz, pero si es atacado por múltiples tentaciones lo primero que tiene que hacer es descubrirlas a uno de los ancianos, como hace este monje al acudir a *Abba* Arsenio, y se ve cómo el santo padre le dispensa del rigor de estas con tal de no perder “la paciencia de la celda”. Esto se debe a que todas las prácticas pueden ser estorbadas por los pensamientos (*logismoi*) de vanagloria o de orgullo si son admiradas por los hermanos, mientras que el combate que se desarrolla al interior de la celda solo Dios lo observa y recompensa. Precisamente, esta intimidad con Dios y “el deseo del alma (de) alcanzar la unión con la divinidad” (Castellaro, 2015, p. 179) es la que quiere impedir el demonio del mediodía (Michael, 2012).

Permanecer en la celda supone, además, un gran dominio de sí mismo y un sacrificio mayor que muchos combates. Pues esto no se reduce a “un mero permanecer físico”, sino a la “perseverancia en el propósito de vida monástico y en la perfección” (Pereté, 2010, p. 37). Así lo revela el siguiente apotegma:

---

ὡσπερ τινὸς διώκοντος, εὐθὺς ἀνεχώρησαν· αὐτὸς δέ, τὴν εἴσοδον ἀναφράξας καὶ ἄρτους εἰς μῆνας ἕξ ἀποθέμενος (ποιοῦσι δὲ τοῦτο Θηβαῖοι, καὶ πολλάκις μένουσι καὶ ὅλον ἐνιαυτὸν ἀβλαβεῖς), ἔχων ἕνδον ὕδωρ, ὡσπερ ἐν ἀδύτοις ἐγκαταδυόμενος ἐν τῷ μοναστηρίῳ μόνος ἔμενον βλέπων. Αὐτὸς μὲν οὖν πολὺν χρόνον οὕτω συνῆψεν ἀσκούμενος, κατ' ἐνιαυτὸν μόνον ἄνωθεν ἀπὸ τοῦ δώματος δευτέρου δεχόμενος τοὺς ἄρτους (Athanasie D'Alexandrie, 1994).

7 Ἀδελφὸς εἶπέ τι γέροντι· Τί ποιήσω ὅτι οἱ λογισμοὶ θλίβουσί με λέγοντες· Οὐ δύνασαι νηστεύειν οὐδὲ ἐργάζεσθαι, κἂν ἐπισκέπτου τοὺς ἀσθενοῦντας, καὶ τοῦτο γὰρ ἀγάπη ἐστίν. Ὁ δὲ γέρον ἐίδως τὰς σποράς τῶν δαιμόνων λέγει αὐτῷ· Φάγε, πίε, κοιμῶ· μόνον τοῦ κελλίου μὴ ἀποστής, εἰδὼς ὅτι ἡ υπομονὴ τοῦ κελλίου φέρει τὸν μοναχὸν εἰς τὴν τάξιν αὐτοῦ (en la edición crítica 7, 34).

Contaba uno de los padres que había un anciano en Kellia que era esforzado y llevaba una estera. Fue a ver a *abba* Ammonas. Vio éste al anciano llevando la estera y le dijo: “Esto no te sirve de nada”. Le preguntó el anciano: “Tres pensamientos me molestan: vagar por los desiertos, irme al extranjero donde nadie me conozca, o encerrarme en una celda sin recibir a nadie y comiendo cada dos días”. Le respondió *abba* Ammonas: “No te conviene realizar ninguna de estas tres cosas, más bien permanece en tu celda, come un poco cada día y lleva siempre la palabra del publicano en tu corazón. De este modo te salvarás”. (*Los Apotegmas de las Madres y los Padres del desierto*, 2021, Abba Ammonas, 4)<sup>8</sup>

En este caso particular, el consejo del *abba* es velar por su salud espiritual y corporal, puesto que ni las largas caminatas, ni el recurso al extranjero, ni el encerramiento absoluto se comparan con la “paciencia de la celda”, como afirma Peretó (2010): “Evagrio propone varios remedios para superar esta situación como las lágrimas, el trabajo, la escucha de la Palabra de Dios y la meditación sobre la muerte. Sin embargo, el más eficaz de todos es la *perseverancia*” (p. 36). Esto es así porque los pensamientos de acedia versan sobre salidas extremas, propias de un impulso, por eso perturban al monje, de tal suerte que, si las pusiera por obra, podría no perseverar. Es más seguro habitar la propia celda, tener espíritu contrito y ayudar un poco al cuerpo para que pueda sostener al espíritu.

De esta forma, se va adquiriendo el hábito exterior de habitar la celda que, unida al combate contra los pensamientos inspirados por el enemigo (Funk, 1998), se convierte también en un amante de la celda interior. Decía *abba* Teodoro: “El hombre que ha conocido la dulzura de la celda, huye de su prójimo pero sin despreciarlo” (*Los Apotegmas de las Madres y los Padres del desierto*, 2021, Abba Teodoro de Fermo, 14). Con esto se manifiesta que la convivencia con los hermanos del desierto se da solo en contados momentos, de los que también ha de darse cuenta al anciano guía y se conversa sobre temas espirituales, para que el reunirse fuera de la celda no represente la huida de la celda interior.

Se puede definir la celda interior como ese habitar del hombre consigo mismo, en el recogimiento del corazón, en el combate contra todos los *logismoi* que se presentan a lo largo del día, buscando conectar en cada instante con Dios, a través del canto litúrgico, la salmodia, la oración de Jesús o cualquier otra práctica de piedad que centre la atención del monje en el corazón, lugar de su encuentro con Dios.

8 Δηγήσατό τις τῶν πατέρων ὅτι· Γέρων τις ἦν πονικὸς εἰς τὰ Κελλία φορῶν ψιᾶθιον μόνον. Καὶ ἀπελθὼν παρεβάλε τῷ ἄββᾳ Ἀμμωνᾷ. Ἰδὼν δὲ αὐτὸν ὁ γέρων φοροῦντα τὸ ψιᾶθιον λέγει αὐτῷ· Τοῦτο οὐδὲν σε ὠφελεῖ. Καὶ ἠρώτησεν αὐτὸν λέγων· Τρεῖς λογισμοὶ ὀχλοῦσί μοι· ἢ τὸ πελάζεσθαι ἐν τῇ ἐρήμῳ, ἢ ἵνα ἀπέλθω ἐπὶ ξένης ὅπου οὐδεὶς με γινώσκει, ἢ ἵνα ἐγκλείσω ἑμαυτὸν εἰς κελλίον καὶ μηδενὶ ἀπαντήσω διὰ δύο ἐσθίω. Λέγει αὐτῷ ἄββᾳ Ἀμμωνᾶς· Οὐδέπε ἔν ἐκ τῶν τριῶν συμφέρει σοι ποιῆσαι, ἀλλὰ μάλλον κάθου εἰς τὸ κελλίον σου καὶ ἔσθιτε μικρὸν τὸ καθ’ ἡμέραν, καὶ ἔχε διὰ παντὸς ἐν τῇ καρδίᾳ σου τὸν λόγον τοῦ τελώνου, καὶ δύνασαι σωθῆναι (10, 20).

La guarda del corazón, como el centro de donde emanan todas las aspiraciones humanas, sean buenas o no, es imperiosa para el monje, como lo aconsejaba *abba* Nesteros en el apotegma 2: “Aquello hacia lo que ves que aspira tu alma, según Dios, eso pon por obra, y guarda tu corazón” (*Los Apotegmas de las Madres y los Padres del desierto*, 2021).<sup>9</sup>

## El combate espiritual del hombre contemporáneo

Ahora bien, ¿qué actualidad puede tener el análisis de la permanencia en la celda y el combate contra la acedia para el hombre de hoy? La respuesta es sencilla: porque ese mismo hombre ha salido de sus celdas interior y exterior, y porque se ve envuelto en la acedia más profunda. Esto se debe a la ruptura que la contemporaneidad ha manifestado con su dimensión trascendente, pues, después de la muerte de Dios proclamada por Nietzsche, ya no se cree a sí mismo capaz de restablecer la amistad con Él.

Como explica con gran lucidez Dom Jean-Charles Nault, Abad de Saint-Wandrille:

Nos encontramos, sin duda, frente al aspecto más peligroso de la acedia: la tentación del *nihilismo*, que es un verdadero odio al ser, una dislocación de la persona humana del universo del ser, es decir, un arrancamiento desgarrado del hombre de su lugar propio: en una palabra, es la expulsión del hombre de su morada. También podemos ver en el nihilismo uno de los peligros más graves para la dignidad de la persona humana: una verdadera depresión espiritual. En efecto, el nihilismo considera la realidad como ininteligible, privada de sentido en sí y para sí: el concepto mismo de verdad es rechazado como un sinsentido. (Nault, 2019, p. 77)

Este texto revela el drama en el que se encuentra el ser humano en una sociedad nihilista como la actual. Ha perdido su morada, no se halla en este mundo, no reconoce el lugar que le pertenece, no puede ya conectar consigo mismo, ni con los demás, ni con Dios. Ha salido definitivamente de su celda interior y no sabe de la praxis de una celda exterior en medio de las ocupaciones del siglo. Ha confiado demasiado en su propio saber, en el dominio de la técnica y en los avances de la tecnología, ha dejado correr el tiempo sin detenerse ni un instante para tomar conciencia plena de sí y esto ha agotado su espíritu, lo ha entristecido, deprimido, desmotivado. Precisamente, esta sintomatología es la propia de estar poseído por la acedia, por el “demonio del mediodía”, que ataca y envuelve al hombre durante largas temporadas, que le hace interminables las jornadas, desesperantes las noches, apáticas las mañanas (*Desert Fathers and Mothers*, 2012,

---

9 Ὁ οὖν θεωρεῖς τὴν ψυχὴν σου θέλουσαν κατὰ Θεόν, τοῦτο ποιήσον καὶ τήρει τὴν καρδίαν σου (1, 18).

p. 52). Pareciera que su espectro de actuación se ha ampliado, pues no respeta al sol en su cenit, sino que embarga la vida entera del ser humano promedio.

A idénticas conclusiones llegaba el cardenal Robert Sarah en una de sus entrevistas con Nicolás Diat. El periodista le pregunta por las consecuencias de la acedia, a lo que el cardenal responde:

La acedia tiene tres consecuencias que caracterizan a la sociedad occidental contemporánea: el letargo, la acritud y el refugio en el activismo. La desesperanza conduce, en primer lugar, a una especie de parálisis progresiva: como si la vida se negara a desarrollarse y florecer. De esta situación nace después el rencor, la acritud hacia el bien que uno se ha negado a desear. Y, por último, el refugio en un activismo desordenado, en un mariposeo destinado a olvidar la situación en la que uno se ha encerrado. (Sarah, 2019, pp. 147-148)

Resulta paradigmático reconocer en el mal de la acedia el origen de la postración humana, la pérdida del deseo de Dios y de una trascendencia que no sea la que el hombre puede darse a sí mismo, desconoce su propia dignidad porque rechaza ser imagen de Dios y, por este camino, se llega a la autodestrucción (Snell, 2015; Tsakiridis, 2017).

Era preciso desembarazarse del vigilante Dios para ser libres, hacerse Dios proyectado en el cielo y dominar como Dios sobre toda la creación. Así surgió una especie de espíritu y voluntad, que estaban y están en contra de la vida, y son dominio de la muerte. Y cuanto más se siente este estado, tanto más el inicial propósito se vuelve en su propio contrario y permanece prisionero del mismo punto de partida: el hombre que quería ser el único creador de sí mismo y reorganizar la creación con una evolución mejor, por él pensada, acaba en la autonegación y en la autodestrucción. Se da cuenta de que sería mejor que no existiese. (Ratzinger, 2005, pp. 76-77)

Esta última constatación es significativa: el hombre se da cuenta de que es mejor que no existiese. Llega así la acedia hasta el extremo del deseo de muerte, del deseo de suicidio. Lejos de reconocerse como hijo amado de Dios y custodio de la creación divina, se desprecia a sí mismo como la peor especie del planeta, porque es la única que daña el hábitat que le pertenece, contraviene muchas veces las leyes de la naturaleza en su afán desmedido de consumo y autosatisfacción, para después caer exhausto por el cansancio crónico y por los reclamos de la sociedad del rendimiento y de la aceleración, en la que el sujeto mismo se convierte en el tirano que disgrega sus fuerzas. En palabras de Han (2018):

La crisis de la época actual no es la aceleración, sino la dispersión y la disociación temporal. Una disonancia temporal hace que el tiempo transcurra sibilante sin dirección y se descomponga en una mera sucesión de presentes temporales, atomizados. Con ello, el tiempo se hace aditivo y queda vacío de toda narratividad.

Los átomos *no desprenden aroma*. Una atracción figurativa, una gravedad narrativa tiene que unirlos por primera vez como moléculas aromáticas. [...] Puesto que por sí misma la aceleración no representa el auténtico problema, su solución no está en la desaceleración. La mera desaceleración no engendra ningún tacto, ningún ritmo, ningún aroma. No impide la *precipitación en el vacío*. (p. 65)

Para Han, vivimos en una sociedad de la aceleración porque ya no nos queda tiempo para pensar, para enfrentarnos con nosotros mismos, ni para disfrutar de lo que los antiguos llamaban ocio filosófico. Una acción sucede detrás de otra sin aportar sentido al que la realiza, sin mejorar en nada al sujeto ni al mundo que habita. Para Han no hay celda, ni interior, ni exterior, puesto que no hay silencio, no hay recogimiento, solo vacío. Cuando caracteriza a la sociedad de la transparencia y del rendimiento, su clarividente análisis presenta aún mayor desesperanza:

La sociedad de la transparencia sigue exactamente la lógica de la sociedad del rendimiento. El sujeto del rendimiento está libre de una instancia exterior dominadora que lo obligue al trabajo y lo explote. Es su propio señor y empresario. Pero la desaparición de la instancia dominadora no conduce a una libertad real y a franqueza, pues el sujeto del rendimiento se explota a *sí mismo*. El explotador es, a la vez, explotado. El actor y la víctima coinciden. La propia explotación es más eficaz que la explotación extraña, pues va acompañada del sentimiento de libertad. (Han, 2018, p. 92)

Se trata de una sociedad transparente, porque todas las intimidades están continuamente expuestas para el consumo y el entretenimiento. Y se trata de una sociedad del rendimiento en tanto en cuanto el sujeto se explota a *sí mismo* exigiéndose cada vez más y mejores resultados, pero desligados de un proyecto de vida personal, y, más aún, de una experiencia ascética o mística.

De este modo, se comprende por qué el vacío existencial de tantas personas, la falta de interés y de motivación en las actividades cotidianas, la tristeza, la apatía, el desencanto; en últimas, lo que los padres ya descubrieron como acedia se revela ahora como la enfermedad del hombre contemporáneo.

Conforme a lo expuesto, necesitamos determinar las vías de sanación interior, “para contrarrestar la acedia, ese *tedium* o *anxietas cordis*, Casiano propone la paciencia (*hypomené*), precisamente porque entre ambas hay una dinámica temporal participada, común” (Rovaletti y Pallares, 2014, p. 63). La paciencia es ese detenerse, es curarse en el “hacer paciente” (p. 55); es saber esperar, no reaccionar de inmediato, no permitir la precipitación, hace falta una ascesis exigente para perseverar en la “paciencia de la celda”, que busca acomodar la vida activa con la serenidad de la contemplación, que aúna las fuerzas del hombre interior para que estén concentradas en lo único que el alma quiere verdaderamente: estar con Dios.

## Conclusiones

Llegados a este punto, se puede constatar la vigencia de los análisis sobre la acedia (Conejo 2014-2015) que realizaron los santos padres, así como su principal recomendación acerca de la “paciencia de la celda”. Efectivamente, el hombre de hoy está devastado interiormente por la acedia, es incapaz de guardar silencio y contemplar, su mundo es un constante autoexigirse sin sentido trascendente; su entorno, lleno de ruidos persistentes de autosuficiencia, del desenfreno de la aceleración y del bombardeo de información que dañan su inclinación natural al autoconocimiento.

Lo que necesita para salir del vacío existencial es, como se intuía en la introducción de este escrito, el poder preventivo, curativo y regenerativo de la celda. La celda es preventiva en cuanto mantiene alerta de la situación de combate espiritual en la que se encuentra el hombre. Si este hace de su habitación una celda para el estudio y la reflexión sobre sí, hallará en ella tanta dulzura que pocas veces querrá salir para distraerse con el exterior.

Además, la “paciencia de la celda” evita las distracciones acerca de la vida de los demás, el cuestionarse por qué ocurren cosas que no le atañen a uno directamente, las críticas y los juicios sobre las actitudes de otros.

La celda es curativa porque cuando ocurre la inevitable dispersión de los sentidos y de la imaginación, a causa del poco dominio de sí y de la incesante recepción de estímulos, noticias, juegos, opciones de entretenimiento..., puede regresar a ella para encontrar sosiego, para desembarazar el pensamiento y volver a pensar en lo único importante. El descanso del alma en la celda, su quietud, favorece la “conciencia plena” y la restauración de la armonía interior.

Finalmente, la celda es regenerativa, porque en ella no solo se encuentra de nuevo el silencio (Williams, 2003), sino que se puede implorar el perdón de las propias culpas, se reconcilian las fuerzas dispersas, se reza, se dedica al trabajo manual, se medita sobre la muerte (Hundt, 2018), se trabaja sobre sí, como Antonio, quien encerrado en la fortaleza luchó valientemente contra las tentaciones del Maligno y salió lleno de sabiduría y paz.

Definitivamente, la paciencia de la celda, de cómo ha de construirse exterior e interiormente, de cómo hay que arreglárselas para permanecer en ella y de cómo puede sanar el espíritu, es una gran enseñanza de los padres que mantiene su vigencia y que, incluso, debería retomarse con un estudio más profundo y calmado, a fin de ofrecer al hombre contemporáneo el antídoto a su dispersión crónica, a su desequilibrio emocional y a su pérdida del horizonte trascendente, necesario para no caer en la apatía, la depresión, el desaliento; en palabras de Evagrio Póntico, en el asalto del “demonio del mediodía”.

## Referencias

- Atanasio. (2013). *Vida de Antonio*. Madrid: Ciudad Nueva.
- Athanase D'Alexandrie. (1994) *Vie d'Antoine*. (G. J. M. Bartelink, Intr., texte critique, trad., notes et index). Paris: Les Éditions Du Cerf.
- Baratta, P. (2014). *The "Noonday Demon", Weariness, Inattention, or All of the Above? Refining the Definition and Measurement of State Boredom*. (Master's thesis). University of Guelph, Ontario, Canada. <https://atrium.lib.uoguelph.ca/server/api/core/bitstreams/9f7008de-eae4-4d91-b08b-361637758489/content>
- Benvenuto, S. (2014). *La pereza: pasión por la indiferencia*. Madrid: Machado Grupo de Distribución.
- Brandt, J., Dahm, B. and McAllister, D. (2020). A Perspectival Account of Acedia in the Writings of Kierkegaard. *Religions*, 11(2), 80. <https://doi.org/10.3390/rel11020080>
- Bunge, G. (2012). *Despondency. The Spiritual Teaching of Evagrius Ponticus on Acedia*. New York: St Vladimir's Seminary Press.
- Casiano, J. (2017). *Instituciones*. Madrid: Rialp.
- Castellaro, M. I. (2015). Juan Casiano, buscador de Dios en las *Conferencias Espirituales*. *Veritas*, (32), 167-193.
- Conejo, I. (2014-2015). *La acedia, rasgo de la sociedad actual* (Tesis de pregrado). Universidad Pompeu Fabra, Barcelona, España. [https://repositori.upf.edu/bitstream/handle/10230/25286/Conejo\\_2015.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositori.upf.edu/bitstream/handle/10230/25286/Conejo_2015.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Crislip, A. (2005). The Sin of Sloth or the Illness of the Demons? The Demon of Acedia in Early Christian Monasticism. *The Harvard Theological Review*, 98(2), 143-169.
- Deseille, P. (2002). Acedia According to the Monastic Tradition. *Cistercian Studies Quarterly*, 37(3), 297-301.
- Desert Fathers and Mothers. Early Christian Wisdom Sayings*. (2012). Woodstock: SkyLight Paths.
- Despland, J. N. (2023). From Acedia to Melancholy. Sadness in the Presence of God. In M. Leuzinger-Bohleber et al. (Eds.). *On the Dark Side of Chronic Depression. Psychoanalytic, Social-Cultural and Research Approaches* (pp. 30-38). New York: Routledge. DOI: 10.4324/9781003279297-2
- DeYoung, R. (2009). *Glittering Vices. A New Look at the Seven Deadly Sins and Their Remedies*. Ada, MI: Brazos Press. [https://books.google.com.uy/books?hl=en&lr=&id=pgelDwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PT7&ots=7UzZjSzQdF&sig=vxxsQLdzw6hJsjlPd9J6At0Y1IE&redir\\_esc=y#v=onepage&q&f=false](https://books.google.com.uy/books?hl=en&lr=&id=pgelDwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PT7&ots=7UzZjSzQdF&sig=vxxsQLdzw6hJsjlPd9J6At0Y1IE&redir_esc=y#v=onepage&q&f=false)
- Evagrius Póntico. (1995). *Tratado práctico*. Madrid: Ciudad Nueva.
- Evagrius Ponticus. (1990). *Evagrius Ponticus. Praktikos / Πρακτικος [or the Monk]*. Valyermo, California: Saint Andrew's Abbey. [http://www.ldysinger.com/Evagrius/01\\_Prak/00a\\_start.htm](http://www.ldysinger.com/Evagrius/01_Prak/00a_start.htm)
- Ferreira, D. J. (2003). *Acedia. El demonio meridiano y la filosofía de Gilles Deleuze*. (Tesis de pregrado). Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires, Argentina. [http://dspace5.filo.uba.ar/bitstream/handle/filodigital/1057/uba\\_ffyl\\_t\\_2003\\_810405.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://dspace5.filo.uba.ar/bitstream/handle/filodigital/1057/uba_ffyl_t_2003_810405.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Funk, M. M. (1998). *Thoughts Matter. The Practice of the Spiritual Life*. London: Continuum.
- González Manjarrés, M. A. (2018). La melancolía y lo sobrenatural en la medicina medieval y renacentista. En A. Cardoso y N. M. Proença. *Dor, sofrimento e saúde mental. Na Arquipatologia de Filipe Montalto* (pp. 129-157). Ribeirão: Edições Húmus.

- Han, Byung-Chul. (2018). *La sociedad de la transparencia*. Barcelona: Herder.
- Hundt, M. (2018, December 15). *Acedia vs. the Joy of the Incarnation. The Virtues/Theo 721*. <https://graduate.christendom.edu/pdfs/papers/Hundt-Acedia-vs-Joy-of-Incarnation.pdf>
- Huxley, A. (1926). Accidie. In *On the Margin* (pp. 18-25). London: Chatto & Windus.
- Jackson, S. W. (1985). Acedia the Sin and Its Relationship to Sorrow and Melancholia. In A. Kleinman and B. Good (Eds.). *Culture and Depression. Studies in the Anthropology and Cross-cultural Psychiatry of Affect and Disorder* (pp. 43-62). Berkeley: University of California Press.
- Kuhn, R. (1976). *The Demon of Noontide. Ennui in Western Literature*. Princeton: Princeton University Press.
- LaMothe, R. (2007). An Analysis of Acedia. *Pastoral Psychology*, 56(1), 15-30.
- Lesmes González, D. (s. f.). *Presencia de una ausencia: imagen y concomitancia entre el tedio decimonónico y la acedia medieval*. <https://digitum.um.es/digitum/bitstream/10201/42829/1/CongresoImagen40.pdf>
- Les Apophthegmes des Pères*. (1993). (J.-C. Guy, Intr., texte critique, trad. et notes). Paris: Les Éditions du Cerf.
- Los Apotegmas de las Madres y los Padres del desierto. La Colección alfabética* (s. f.). <https://www.surco.org/sites/default/files/Apophthegmata.pdf>
- MacQuarrie, D. (2023). *Acedia: The Darkness Within*. Bloomington: The Ewings Publishing LLC.
- Merton, T. (2002). *The Wisdom of the Desert*. Tunbridge Wells: Burns and Oates.
- Merton, T. (2005). *Cassian and the Fathers. Initiation into the Monastic Tradition*. Kalamazoo: Cistercians Publications.
- Michael, D. (2012). *Pale King or Noonday Demon? Acedia, The Pale King, and David Foster Wallace's Moral Vision*. (Master's thesis). Lund University, Lund, Sweden. <https://lup.lub.lu.se/luur/download?func=downloadFile&recordId=2861758&fileId=2861759>
- Morris, W. (Ed.). (2019). *Acedia and the Transformation of Spiritual Malaise*. Chester: University of Chester Press.
- Mosto, M. (2021). La "conciencia inhóspita" y el demonio del mediodía. *Cuadernos Medievales*, (30), 59-72.
- Nault, J.-C. (2004). Acedia: Enemy of Spiritual Joy. *Communio: International Catholic Review*, 31, 236-258.
- Nault, J.-C. (2015). *The Noonday Devil. Acedia, the Unnamed Evil or Our Times*. San Francisco: Ignatius Press.
- Nault, J.-C. (2019). *El demonio del mediodía. La acedia, el oscuro mal de nuestro tiempo*. Madrid: Biblioteca de Autores Cristianos (BAC).
- Norris, K. (2008). *Acedia and Me*. New York: Riverhead Books.
- Paget, F. (1891). *The Spirit of Discipline. Together with an Introductory Essay Concerning Accidie*. London: Longmans, Green & Co.
- Pallares, M. (2016). *Aburrimiento, anteproyecto de acedia. VIII Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XXIII Jornadas de Investigación XII Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. Facultad de Psicología-Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires*. <https://www.academica.org/000-044/115>
- Peretó, R. (2010). El itinerario medieval de la acedia. *Intus-Legere Historia*, 4(1), 33-48.
- Peretó, R. (2011a). Acedia y depresión. Aportes para una reconstrucción histórica. *Eä*, 3(1), 1-20.

- Peretó, R. (2011b). Las mutaciones de la acedia. De la Patrística a la Edad Media. *Studium. Filosofía y Teología*, 14, 159-173.
- Peretó, R. (2017). Angustia y acedia como patología en el monacato medieval, manifestaciones y recursos curativos. *Anuario de Estudios Medievales*, 47(2), 769-794.
- Peretó R. (2018). *Evagrio Póntico y la acedia*. Berna: Peter Lang.
- Peretó R. (2020). *Acedia, la atonía del alma. La enseñanza de Evagrio Póntico*. Tarragona: Lectio Ediciones.
- Piñeiro, M. (2020). La Acedia. Negarse a acogerse a lo sagrado o el peligro de la secularización. *Mirabilia: Electronic Journal of Antiquity, Middle & Modern Ages*, (31), 674-694.
- Ratzinger, J. (2005). *Mirar a Cristo. Ejercicios de fe, esperanza y amor*. Valencia: Editorial Edicep.
- Rovaletti, M. L., y Pallares, M. (2014). La acedia como forma de malestar en la sociedad actual. *Revista Latinoamericana de Psicopatología Fundamental*, 17(1), 51-68.
- Sarah, R. (2019). *Se hace tarde y anochece*. Madrid: Ediciones Palabra.
- Snell, R.J. (2015). *Acedia and its Discontents. Metaphysical Boredom in an Empire of Desire*. Kettering, OH: Angelico Press.
- Solomon, A. (2014). *The Noonday Demon. An Anatomy of Depression*. London: Vintage.
- Theunissen, M. (2005). *Anteproyectos de modernidad: antigua melancolía y acedia de la Edad Media*. Valencia: Universitat de València, Asociación Náyade.
- Tsakiridis, G. (2017). Habit as a Spiritual Discipline in Early Christianity. In *Habits in Mind* (pp. 77-88). Leiden: Brill. [https://doi.org/10.1163/9789004342958\\_006](https://doi.org/10.1163/9789004342958_006)
- Vázquez, S. (2019). La distinción entre pecado y psicopatología en la concepción de acedia de Tomás de Aquino. Posibles relaciones con desarrollos de la psicología contemporánea. *Revista Latinoamericana de Psicopatología Fundamental*, 22(2), 333-359. <http://dx.doi.org/10.1590/1415-4714.2019v22n2p333.10>
- Wenzel, S. (2012). *The Sin of Sloth. Acedia in Medieval Thought and Literature*. Chapel Hill, NC: The University of North Carolina Press.
- Williams, R. (2003). *Silence and Honey Cakes. The Wisdom of the Desert*. Oxford: Lion Books.
- Wroniszewski, M. (2019). Iredeński i Acedia. *Ruch Literacki*, 60(3), 345-362.
- Zander, H. C. (2011). *Als die Religion noch nicht langweilig war. Die Geschichte der Wüstenväter*. München: Gütersloher Verlaghaus.