

Acedia jako zagrożenie duchowe

Acedia as a spiritual threat

Summary

The article discusses the issue of acedia as a problem affecting the human being nowadays. Today, more and more people admit that they experience apathy, passivity, emptiness and lack of meaning in their lives. This problem is signaled both by priests as well as psychiatrists and psychologists. As acedia was most fully described by Evagrius of Pontus (345-399), the present article is mainly based on his research and analyses but also on the studies of some other selected authors. The paper is divided in two parts: the first, theoretical part presents the concept of acedia and the reasons for its appearance, and the second, practical one – discusses the symptoms and remedies for this condition. The main reason why someone falls into the state of acedia is that a person closes themselves to God's love, and experiences disordered love for oneself. Acedia manifests itself in two ways - as a temptation to indifferent minimalism or destructive maximalism. It can lead a person to spiritual death, or it can become an opportunity to follow Christ in carrying the cross, and therefore a way of Christian development and the beginning of a true life in God.

Key words: acedia, spiritual struggle, perseverance, laziness, sadness, workaholism, indifference, Evagrius of Pontus

W wydanej niedawno na polskim rynku książce pt. *Wieczór się zbliża i dzień już się chyli* kard. R. Sarah poświęcił cały rozdział problemowi acedii¹. Temat ten znany jest już od dawna, ale dziś wydaje się być szczególnie aktualny wobec coraz większej liczby osób doświadczających różnego

rodzaju depresji, życiowej apatii, rezygnacji, poczucia pustki i bezsensu życia, prowadzących niekiedy do rozpacz i samobójstwa. Niniejszy artykuł jest krótką próbą ukazania acedii jako aktualnego problemu współczesnego człowieka oraz potrzeby podjęcia z nią walki. Istnieją podstawy, aby sądzić,

¹ Kard. R. Sarah zauważa, że „Zachód przeżywa to, co ojcowie pustyni nazwali pokusą demona południa, (...) acedią. (...) Acedia pociąga za sobą trzy skutki: zniechęcenie, rozgoryczenie i ucieczkę w nadaktywność. (...) Tworzą [one] tragiczny tryptyk naszych czasów. Dotyka on wszystkich stanów życia”. Kard. R. Sarah, N. Diat, *Wieczór się zbliża i dzień już się chyli*, tłum. A. Kuryś, Warszawa 2019, s. 161, 164. Temat jest szeroko rozwinięty w książce J.C. Nault, *Demon południa. Acedia – podstępna choroba duszy*, tłum. A. Kuryś, Warszawa 2017. Papież Franciszek w czasie rekolekcji dla biskupów w 2006 r. przestrzegał, że „w naszym życiu duszpasterzy acedia może przybrać szereg różnych form (...). Czasem jest to paraliż, kiedy już nie jesteśmy w stanie sprostać rytmowi życia. Kiedy indziej dotyka pasterza <<akrobatę>>, który w swoim zabieganiu wykazuje niezdolność do budowania samego siebie na Bogu”. Tamże, s. 165. Natomiast kard. Ch. Schönborn w czasie rekolekcji dla Jana Pawła II w 1996 r. stwierdził: „najgłębszym kryzysem Kościoła wydaje mi się dzisiaj brak odwagi, by wierzyć, że z tymi, którzy Go miłują, Bóg współdziała we wszystkim dla ich dobra (por. Rz 8, 28). Taka małowierność ducha i umysłu nazywana jest w tradycji ojców pustyni *akedia*, lenistwem duchowym”. Tamże, s. 162.

że acedia dotyka dziś nie tylko poszczególnych osób, ale całych społeczeństw². Depresja, mogąca być niekiedy jednym z wielu owoców acedii, jest obecnie uważana przez wielu psychologów i psychiatrów za współczesną chorobę społeczną cywilizacji zachodniej. Stwierdzono, że w wielkich metropoliach Europy w wodach ściekowych i rzecznych natrafia się na coraz większe ilości leków używanych w leczeniu depresji. Oczywiście, sprowadzanie acedii do wyłącznej przyczyny depresji jest nieprawdą, ale także nieuwzględnianie w ogóle jej korzeni duchowych wydaje się być błędem³.

Niniejszy artykuł powstał w oparciu o teksty Ewagriusza z Pontu, który najpełniej opracował temat acedii oraz wybrane opracowania. W pierwszej części przedstawia ogólne pojęcie acedii, jej aspekt semantyczny i rzeczowy. Następnie opisane są przyczyny umożliwiające jej powstawanie. W kolejnym punkcie ukazane są objawy acedii, a na końcu przedstawione są sposoby walki z nią.

1. Pojęcie acedii

Termin *acedia* posiada grecki źródłosłów i wywodzi się od słowa *akedeia*. Etymologicznie pochodzi od słowa *kedos* (troska). *A-kedeia* oznacza więc

beztroskę, obojętność, niekiedy również niepokój⁴. W grece klasycznej i w Septuagincie oznaczała apatię, znużenie, smutek, przygnębienie, wyczerpanie, brak zainteresowania czymkolwiek (zob. Syr 29, 5; Iz 61, 3)⁵. Pisarze koptyjscy tłumaczyli ją jako zmęczenie, wyczerpanie serca; syryjscy – zniechęcenie, osłabienie ducha; słowiańscy – przygnębienie, rozpacz⁶. Rozpowszechnienie terminu nastąpiło w epoce patrystycznej – określał stan ducha charakteryzujący się utratą nadziei, wyczerpaniem, smutkiem, zniechęceniem wynikającym z braku przerwienia na Boga swej troski, prowadzącym do złamania serca, do zamartwiania się i szybszej starości. Występuje np. w *Pasterzu Hermasa (Wizja III, 11, 3)*⁷, w *Żywocie św. Antoniego autorstwa św. Atanazego i u Orygenesza*. Najpełniej opisał *acedię* Ewagriusz z Pontu (345-399) – oznaczała stan duchowego zniechęcenia, zmęczenie, niechęć, awersję, przesyt, oschłość, obojętność, beztroskę, znużenie, obrzydzenie, tchórzostwo, przygnębienie, niezdolność do koncentracji na jednej czynności, uprzykrzenie, atonię duszy, poczucie pustki i bezsensu życia, znużenie, niechęć do działania, bezprzedmiotowego leku, paraliż sił psychiczno-duchowych prowadzących nierządno do rozpacz i myśli i prób samobójczych⁸. Może

² Por. S. Łucarz, *Acedia i błogosławieństwo atakowanych przez zło świata*, „Życie duchowe” 2006, nr 48, s. 43-50. W 2000 r. ukazała się książka francuskiego socjologa A. Ehrenberga pod znanym tytułem *Wyczerpanie byciem sobą. Depresja i społeczeństwo*. A. Ehrenberg, *La fatigue d'être soi. Dépression et société*, Paris 2000.

³ Por. S. Łucarz, art. cyt., s. 43-50.

⁴ Por. B. Honings, *Accidia*, w: *Dizionario enciclopedico di spiritualità*, red. E. Ancilli, Roma 1975, s. 14-16.

⁵ Por. G. Bardy, *Acedia*, w: *Dictionnaire de spiritualité*, t. 1, red. M. Viller, Paris 1937, kol. 166.

⁶ Por. T. Śpidlik, *Accidia*, w: *Dizionario patristico e di antichità cristiana*, red. A. di Bernardino, Monferato 1983, kol. 28-29; L. Macheta, *Demon południa i zafalszowanie egzystencji. O acedii starożytnego mnicha i zbędności inteligenta rosyjskiego XIX wieku*, Kraków 2003, s. 12.

⁷ Por. G. Bunge, *Acedia duchowa depresja. Nauka duchowa Ewagriusza z Pontu*, tłum. J. Bednarek, A. Ziernicki, Kraków 2007, s. 27; W. Zatorski, *Acedia – duchowa depresja. Wybór tekstów*, Kraków 2008, s. 7.

⁸ Por. W. Bałus, *Acedia i jej następstwa*, „Znak” 448/1992, s. 73; W. Bałus, *Mundus melancholicus. Melancholiczny świat w zwierciadle sztuki*, Kraków 1996, s. 92, 127; G. Bunge, dz. cyt., s. 57; T. Głowacz, B. Milerski, *Acedia*, w: *Religia. Encyklopedia PWN*, red. T. Głowacz, Warszawa 2001, s. 40; T. Paszkowska, *Acedia*, LDK, s. 33; STh, II-II, q. 35; T. Śpidlik, *U źródle światłości. Podręcznik życia chrześcijańskiego*, tłum. J. Zychowicz, Warszawa 1991, s. 184; W. Stinissen, *Ukryci w miłości. Podręcznik życia karmelitańskiego*, Kraków 2013, s. 64; W. Zatorski, dz. cyt., s. 8-9.

mieć postać goryczy, zatwardziałości serca, wypalenia duchowego, wstrętu do wszelkich spraw Bożych, nadaktywności, pośpiechu i pracoholizmu⁹. Zaliczył acedię do ośmiu namiętnych myśli (gr. *logismoï*), która stała się podstawą późniejszej nauki Kościoła o siedmiu grzechach głównych¹⁰. Acedia została opisana również w formie nieregularnej jako *ennui* (Pascal), *schwermut* (Guardini, Kirkegaard), *melancholia* (A. Kępiński) lub *depresja*¹¹.

Ewagriusz nazywał acedię zamieniem demonem, pokusą, namiętnością lub wadą, chcąc w ten sposób podkreślić ich ścisły związek ze sobą – tzn. demon (czyli zło osobowe) jest sprawcą pokus, także acedycznych¹². Demona acedii określał jako „najuczciwszego ze wszystkich demonów, podającego duszę najcięższej próbie”¹³. Acedyka zaś: „kto ulega acedii, nienawidzi tego, co jest, pożąda zaś tego, czego nie ma”¹⁴. Acedia może być ujmowana zewnętrznie lub wewnętrznie¹⁵.

Była łączona przez wielu autorów z duchowym smutkiem¹⁶: „smutek [...] jest towarzyszem acedii”¹⁷. Ewagriusz zwraca uwagę na wewnętrzną przyczynę smutku: na pograniczu czynników zewnętrznych i wewnętrznych stoją podszepty demoniczne, nakłaniające do przygnębienia¹⁸.

Acedia bywała określana mianem *demonia południa*¹⁹: „(...) demon godzin południowych to demon acedii”²⁰. Niekiedy też *wiatru północnego*²¹. Owo południe można rozumieć także symbolicznie jako *południe życia*²². Często występuje właśnie w tym okresie egzystencji człowieka, gdy przemija gorliwość młodości, a człowiek będąc gnuśnym i zniechęconym, z wielkim trudem przeciwstawia się pokusie acedii. W psychologii to zjawisko określa się mianem *krzysyu wieku średniego*²³.

Jednym ze spotykanych synonimów acedii jest *lenistwo duchowe*. Terminy *lenistwo* i *lenistwo duchowe* nie są tożsame, gdyż termin *acedia* odnosi się

⁹ Por. P. Evdokimov, *Kobieta i zbawienie świata*, tłum. E. Walicka, Poznań 1991, s. 291; P. Evdokimov, *Prawosławie*, tłum. J. Klinger, Warszawa 1964, s. 116; A. Lipari, *Accidia*, w: *Dizionario enciclopedico di Spiritualità*, red. E. Ancilli, Roma 1990, s. 16; J. B. Lotz, *Acedia*, w: *Praktischer Lexikon der Spiritualität*, red. C. Schütz, Freiburg 1988, kol. 9-10; T. Paszkowska, dz. cyt., s. 33.

¹⁰ Św. Grzegorz Wielki w katalogu siedmiu grzechów głównych ustalił inną ich kolejność. Por. L. Boyer, *Wprowadzenie do życia duchowego. Zarys teologii ascetycznej i mistycznej*, tłum. L. Rutowska, Warszawa 1982, s. 173-175; L. Nieścior, *Anachoreza w pismach Ewagriusza z Pontu*, Kraków 1997, s. 16.

¹¹ Por. W. Bałus, *Mundus...*, s. 92; G. Bunge, dz. cyt., s. 57; T. Głowacz, B. Milerski, *Acedia...*, art. cyt., s. 40; T. Špidlík, *U źródeł...*, s. 184; W. Zatorski, dz. cyt., s. 8.

¹² Por. *De mal. cogit.* 19; G. Bunge, dz. cyt., s. 33-34, 46-47, 183; *Pr.* 6.

¹³ *Pr.* 28.

¹⁴ *Ep.* 27, 6.

¹⁵ Por. W. Bałus, *Acedia...*, art. cyt., s. 73; G. Bardy, *Acedia...*, dz. cyt., kol. 168; K. Leśniewski, „Nie potrzebują lekarza zdrowi...”. *Hezychastyczna metoda uzdrawiana człowieka*, Lublin 2006, s. 211.

¹⁶ Por. R. Brouillard, *Acedia*, w: *Catholicisme hier aujourd'hui demain*, t. 1, red. G. Jacquemet, Paris 1948, kol. 75.

¹⁷ *De vitiis*, 3. Por. *De octo spirit.* 12.

¹⁸ Por. *De vitiis*, 3.

¹⁹ Por. M. Attard, *Accidia*, w: *Dizionario di mistica*, red. L. Borriello, E. Caruana, M. R. del Genio, N. Suffi, Città del Vaticano 1998, s. 43; K. Kościelniak, *Zło osobowe w Biblii. Egzegetyczne, historyczne, religioznawcze i kulturowe aspekty demonologii biblijnej*, Kraków 2002 s. 43-44, 53-54, 84, 88.

²⁰ *In Ps.* 90, 6 ǿ.

²¹ Por. *De octo spirit.* 13; Sz. Hiżycki, *Wybór z traktatu o praktyce ascetycznej. O ośmiu duchach zła. O różnych rodzajach złych myśli. O wadach, które przeciwne są cnotom*, Kraków 2015, s. 58; *Pr.* 12.

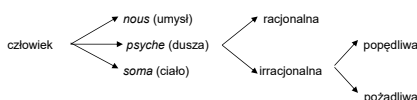
²² Por. W. Zatorski, dz. cyt., s. 17-18.

²³ Por. T. Paszkowska, dz. cyt. s. 33.

do *lenistwa duchowego*²⁴: „Lenistwu towarzyszy demon acedii”²⁵. Lenistwo jest przyzwolonym, grzesznym stanem niechęci do pracy i wysiłku²⁶. Warto zauważyć, że Kościół Prawosławny wylicza nie siedem, a osiem wad głównych, dodając starocerkiewno-słowiańskie określenie *unynije* jako odpowiednik greckiego słowa *acedia*. Tradycja Zachodnia natomiast zawarła rzeczywistość określaną mianem *acedia* w terminie *lenistwo duchowe*, znajdujące się na siódmym miejscu w katalogu grzechów głównych pod nazwą *lenistwo*²⁷.

2. Przyczyny acedii

Aby lepiej zrozumieć istotę acedii i jej przyczyny, należy wyjaśnić pokrótce to, co mówi Ewagriusz o duszy człowieka. Przedstawia to poniższy schemat. W człowieku istnieją trzy główne elementy, stanowiące o jego tożsamości: umysł (gr. *nous*), dusza (gr. *psyche*) i ciało (gr. *soma*)²⁸.



Po grzechu pierwotnym dochodzi do konfliktu między trzema elementami natury człowieka. Umysł pragnie kontemplować Boga, zaś ciało realizuje pragnienia duszy, zwłaszcza jej części pożądliwej. Irracjonalna

(nierozumna) część duszy nie działa zgodnie ze swoją naturą, gdy jej skłonność pożądliwa nie dąży do cnoty, a skłonność popędliwa nie walczy o cnotę. Acedia jest więc jednocześnie i długotrwałym pobudzeniem pożądliwości i popędliwości²⁹.

Acedia jest pokusą nieumiarkowania – minimalizmu (np. obojętność) lub maksymalizmu (np. pracoholizm). Zły duch dostosowuje taktykę do postawy człowieka, np. może kusić człowieka do przejadania się lub przeciwnie – do niejedzenia³⁰. M. Heidegger w *Sein und Zeit*, analizując problem codziennego bycia człowieka, stwierdził, że pograżając się w tysiącach doraźnych czynności, ucieka tym samym od trudnych pytań³¹. Acedyk poprzez ucieczkę w nadmierny aktywizm, chroniczny brak czasu chce zagłuszyć wewnętrzną i bolesną pustkę³².

3. Objawy acedii

Opisując wielość objawów acedii Ewagriusz zauważał, że „jest umiłowaniem sposobu życia demonów, czyni chód chwiejnym, nienawidzi pracowitości, (...) jest namiętnością udaremniającą śpiew psalmów, opieszalnością w modlitwie, rozluźnieniem w ascezie, sennością zbyt wcześniej przychodzącą, snem obracającym się wokół siebie, brzemieniem szaleństwa, nienawiścią celi, przeciwniczką trudów, przeciwieństwem wytrwałości, (...) współniczką smutku, jest jakby zegarem odmierzającym porę posiłku”³³. Acedia

²⁴ Por. E. Działo, *Skrupulatam na ratunek*, Poznań 2002, s. 67, 77-81; R. Garrigou-Lagrange, *Trzy okresy życia wewnętrznego wstępem do życia w niebie*, tłum. T. Landy, Niepokalanów 2001, s. 337.

²⁵ *Rer. mon. rat.* 8.

²⁶ Por. J. Królikowski, *Wady główne wciąż aktualne*, Kraków 2005, s. 67.

²⁷ Por. S. Łucarz, art. cyt., s. 43-50.

²⁸ Por. L. Nieścior, *Ocena moralna sfery popędowej w nauce Ewagriusza z Pontu o naturze ludzkiej*, „Collectanea Theologica” 65(1995), t. 4, s. 40-41; W. Zatorski, dz. cyt., s. 12.

²⁹ Por. *Ep.* 27, 6; W. Zatorski, dz. cyt., s. 9-13.

³⁰ Por. G. Bunge, dz. cyt., s. 100; *Tract. ad Eul.* 28; W. Zatorski, dz. cyt., s. 23-24.

³¹ Por. K. Tamowski, *Faktyczność i negatywność u M. Heideggera*, „Analecta Cracoviensia”, 1981, nr 13, s. 77.

³² Por. W. Bałus, *Acedia...*, art. cyt., s. 75, 79; *De octo spirit.* 6, 10, 13.

³³ *De vitiiis* 4.

sprawia, że zarówno dusza jak i ciało stają się leniwe i ociężałe. Człowiek jest apatyczny i na niczym mu nie zależy³⁴. Może przybierać postać nudy, niezadowolenia, rozbiegania, nadaktywności, pośpiechu, niemożności skupienia się na jakimś zadaniu i doprowadzeniu go do końca, fantazjowania lub bezwartościowych rozmów³⁵. W zewnętrznym doświadczeniu acedii zauważa się: zamknięcie³⁶; osłabienie³⁷; zniecierpliwienie³⁸; częstą zmianę otoczenia; porzucanie miejsc przebywania i swoich zajęć; opuszczanie bliskich i znajomych³⁹; niemożność zajęcia się czymkolwiek⁴⁰; aspołeczność i całkowite wyobcowanie z wszelkich relacji międzyludzkich⁴¹; bezczynność; bezowocność; odosobnienie; ciągłe podróże; zamknięcie w mieszkaniu; narzekanie na brak czasu i na to, że nic się nie udaje⁴²; poczucie uciekającego czasu i zmarnowanego życia⁴³. Opisy acedii są spotykane nie tylko u autorów chrześcijańskich⁴⁴. Przykłady jej doświadczenia są opisywane również w literaturze pięknej⁴⁵. Do najczęstszych objawów należą:

1. *Wewnętrzny niepokój, potrzeba ciągłych zmian.* Są pierwszymi oznakami acedii. Niepokój ten jest całkowicie różny od uzasadnionych obaw, trosk i lęków o własne życie, zdrowie czy o swoich bliskich. Acedyczny lęk ma

charakter bezprzedmiotowy i ciągły⁴⁶. Może się objawiać na wiele sposobów, np. trudno wytrzymać w rodzinie, wykonywanym zawodzie, towarzystwie bliskich, przyjaciół; można zaczynać coraz to nowe zajęcia i nie doprowadzać ich prawie nigdy do końca (prze czytanie do końca rozpoczętej książki wydaje się niemożliwe). Aby odurzyć wewnętrzne napięcie, ból i cierpienie, acedyk podejmuje się zmian, np. rozstaje się z mężem/żoną, zmienia pracę, miejsce zamieszkania, zrywa kontakty ze znajomymi itd. Powody do zmian wydają się być dla tej osoby zawsze przekonywujące i uzasadnione⁴⁷.

2. *Południe jako czas pojawiania się acedii.* Południe można rozumieć symbolicznie jako *południe życia*. Przemija wówczas pierwotna gorliwość młodości, człowiek może czuć się zniechęconym, gnuśnym, z trudem przeciwstawia się acedii. U mnichów odpowiedzią na ten stan był sen (odpowiedź regresywna) lub ucieczka (odpowiedź progresywna)⁴⁸. Podobne reakcje mają miejsce obecnie: np. po wielu latach małżeństwa, pracy, acedyk zaczyna pytać siebie: „Po co to wszystko? Co to dało? Czy moje życie miało/ma sens?”. Pojawia się często po okresie wielkich trudów i trosk, intensywnego życia i pracy, stawia nad wszystkim znak zapytania,

³⁴ Por. Św. Grzegorz z Synaju, *Inne rozdziały*, w: „*Nie potrzebują lekarza...*”, dz. cyt., s. 200.

³⁵ Por. M. Downey, *The New dictionary of catholic spirituality*, Minnesota Collegeville 1993, s. 4; T. Paszkowska, dz. cyt., s. 33.

³⁶ Por. *Pr.* 22.

³⁷ Por. *De octo spir.* 13.

³⁸ Por. Tamże, 9, 10.

³⁹ Por. L. Macheta, dz. cyt., s. 94.

⁴⁰ Por. Tamże, s. 95.

⁴¹ Por. Tamże, s. 96.

⁴² Por. Tamże, s. 97.

⁴³ Por. Tamże, s. 98.

⁴⁴ A. Schopenhauer, *Aforyzmy o mądrości życia*, tłum. J. Garewicz, Warszawa 1990, s. 56.

⁴⁵ Przykładami mogą być: J. Gonczarow, *Obłomow*, tłum. N. Drucka, Wrocław 1990, s. 114, 204, 462-463; A. Puszkina, *Eugeniusz Oniegin. Romans wierszem*, w: *Demon południa...*, L. Macheta, dz. cyt., s. 114.

⁴⁶ Por. W. Zatorski, dz. cyt., s. 22.

⁴⁷ Por. G. Bunge, dz. cyt., s. 81-86; W. Zatorski, dz. cyt., s. 19.

⁴⁸ Por. T. Paszkowska, dz. cyt., s. 33; M. Schneider, *Ze źródeł pustyni. Znaczenie Ojców Pustyni dla współczesnej duchowości*, tłum. E. Krukowska, Kraków 1994, s. 76-77; W. Zatorski, dz. cyt., s. 17-19.

podważa sens dokonanych wyborów oraz neguje wartość przemierzonej drogi⁴⁹. Owo południe życia może być okazją do powtórzenia i potwierdzenia wyborów⁵⁰.

3. *Zaniedbywanie codziennych obowiązków i modlitwy; stan ogólnego zniechęcenia*. Następstwem długotrwałego zniechęcenia jest niedbalstwo w spełnianiu obowiązków i modlitwy, ogólne zwątpienie⁵¹. Podstawowym elementem taktyki demona jest subtelne odciąganie człowieka od modlitwy, od Boga: „zły duch zniechęcenia sprowadza opieszałość w przystępowaniu do modlitwy; potem znowu w czasie samej modlitwy czy śpiewania psalmów niepokoi, sprowadzając pośpiech”⁵².

4. *Niechęć do pracy*. Acedyk często uznaje wykonywaną pracą i wyuczony zawód za powód własnego nieszczęścia i poszukuje innej – lżejszej i łatwiejszej⁵³. Obecnie często zachodzi potrzeba zmiany stanowiska pracy i wyuczonego zawodu – nie jest to absolutnie oznaką acedii. Należy odróżniać sytuację, gdy taka zmiana jest konieczna, a kiedy jest to tylko kompulsywna potrzeba ciągłych zmian, typowych dla acedii. Acedyk wszędzie czuje się źle⁵⁴.

5. *Wstręt do posłuszeństwa*. Człowiek pogrążony w acedii nie cierpi posłuszeństwa. Widok przełożonych jest dla niego przykry⁵⁵.

6. *Przesadna troska o własne zdrowie*. Konieczna troska o własne zdrowie oczywiście nie ma żadnego związku z acedią. Chodzi tu o charakterystyczną przesadę. Ewagriusz ostrzegał przed tą pokusą oraz wskazywał potrzebę wdzięczności Bogu za dopuszczone cierpienie i próśby o wytrwanie⁵⁶.

7. *Poszukiwanie za wszelką cenę towarzystwa, ucieczka w rozrywki i podróże*. Mają charakter typowo ucieczkowy. Głównym ich celem jest zagłuszenie wewnętrznej pustki i bólu poprzez rozproszenie, odwrócenie uwagi⁵⁷. Ojcowie Pustyni nigdy nie negowali kontaktów i często siebie odwiedzali⁵⁸. Psychiatria określa kompulsywną potrzebę podróżowania mianem *dromomanii*⁵⁹. Oczywiście podróże same w sobie nie są niczym złym⁶⁰.

8. *Obwinianie innych za swoje cierpienie i niepowodzenia*. Sfera afektywna jest podatna na zranienia, dlatego acedyk łatwo ulega iluzji, że odpowiedzialnymi za jej stan są inni (rodzina, mąż/żona, okoliczności). Trudno mu dostrzec, że źródło problemów tkwi w nim samym, że korzeniem jest zranione własne „ja”, będące skutkiem nieuporządkowanej miłości siebie⁶¹.

9. *Nieumiarkowanie, przesadny aktywizm*. Acedia jest pokusą nieumiarkowania. Demon zawsze namawia do tego, co najbardziej szkodliwe,

⁴⁹ Por. M. Schneider, dz. cyt., s. 77.

⁵⁰ Por. L. Macheta, dz. cyt., s. 35-36.

⁵¹ Por. G. Bunge, dz. cyt., s. 99, 103-105; *De octo spirit.* 14; D. Zalewski, *Sztuka samowychowania. Poradnik praktyczny*, Lublin 2007, s. 111-112; W. Zatorski, dz. cyt., s. 21.

⁵² *Tract. ad Eul.* 9. Por. *Ad mon.* 56; *De vitiis* 4.

⁵³ Por. *Antirrh.* VI, 1. G. Bunge, dz. cyt., s. 88-89; *Pr.* 12.

⁵⁴ Por. W. Zatorski, dz. cyt., s. 19-20.

⁵⁵ Por. S. Łucarz, art. cyt., s. 43-50.

⁵⁶ Por. G. Bunge, dz. cyt., s. 87-88; W. Zatorski, dz. cyt., s. 22.

⁵⁷ Por. *Antirrh.* VI, 24, 57; G. Bunge, dz. cyt., s. 87-88, 118-119; *De octo spirit.* 14; *Pr.* 12; W. Zatorski, dz. cyt., s. 22.

⁵⁸ Por. *Antirrh.* VI, 33.

⁵⁹ Por. J. Petry-Mroczkowska, *Siedem grzechów głównych dzisiaj*, Kraków 2004, s. 188.

⁶⁰ Por. G. Bunge, dz. cyt., s. 91-93; M. Schneider, dz. cyt., s. 77; D. Zalewski, dz. cyt., s. 111.

⁶¹ Por. G. Bunge, dz. cyt., s. 90-91; *Pr.* 12; D. Zalewski, dz. cyt., s. 109-110, 115; W. Zatorski, dz. cyt., s. 19.

do wszelkiej przesady: do minimalizmu lub maksymalizmu (np. do pracoholizmu)⁶².

10. *Pozory cnoty*. Acedia nierzadko stara się przedstawiać pod pozorem cnoty, np. miłości bliźniego: „(...) wymawia się odwiedzinami chorych, w istocie jednak skutecznia własny cel”⁶³. Chęć ucieczki od wewnętrznego bólu i pustki skłania do aktywizmu, np. altruizmu. Kryterium prawdziwej miłości bliźniego są owoce⁶⁴.

11. *Nieczułość duszy, oziębłość, zardzewiałość serca*. Gdy acedia staje się trwałym stanem, apatia, stwardnienie uczuć i emocji, oziębłość, obojętność prowadzą do zamknięcia się na Boga⁶⁵: „[dusza] pozbawia się bojaźni Bożej oraz pobożności, i nie uznaje już grzechu za grzech, i nie uważa nieprawości za nieprawość. W jej pamięci kara i sąd wieczny są już tylko jakby gołymi słowami”⁶⁶.

11. *Smutek, rozpacz, rozdarcie, myśli i próby samobójcze*. Gdy środki odwracające uwagę wyczerpią się, acedyk popada w głęboki smutek, rezygnację, rozpacz, skłaniające niekiedy do samobójstwa. Wydaje się ono ostatnią, rozpaczliwą próbą ucieczki od własnej pustki i bólu, ostatecznym

rozwiązaniem wszystkich problemów⁶⁷: „[acedyk] rozpada się w przyznaniu do bezsilności, zostaje zniewolony i zmierza ku nieubłaganemu końcowi: rozpacz, straszliwej acedii, niesmakowi, albo niepokojowi serca, szaleństwu albo samobójstwu, tak czy inaczej, ku duchowej śmierci”⁶⁸ oraz „acedia może nas zaprowadzić do «piekła», gdy zamyka nas w nas samych. Nie ma już otwarcia czy luki dla Miłości, żadnej «chęci pragnienia Innego»”⁶⁹.

4. Sposoby walki z acedią

1. *Próba uświadomienia sobie własnego stanu*. Pierwszym środkiem jest postawienie sobie pytania: kogo lub czego się nienawidzi tu i teraz oraz jednocześnie kogo lub czego się pożąda⁷⁰.

2. *Modlitwa*. Ten środek walki z demonem wskazał Jezus (zob. Mt 26, 41). Ewagriusz uczył: „Módl się żarliwie, a duch acedii ucieknie od ciebie”⁷¹. Polecał szczególnie odmawianie psalmów⁷².

3. *Sakramenty*. Jednoczą z Chrystusem, napełniają Jego życiem i łaską. Dzięki nim wierny może wzrastać w świętości i skutecznie przeciwstawiać się atakom złego ducha⁷³. *Wprowadzenie* do RRE przypomina, że „dzięki łasce

⁶² Por. *De octo spirit.* 35; K. Lachmanová, *Dwa oblicza lenistwa*, tłum. A. Babuchowski, Poznań 2002, s. 86, 99; *Pr.* 40; *Rer. mon. rat.* 8.

⁶³ *De octo spirit.* 13.

⁶⁴ Por. G. Bunge, dz. cyt., s. 94-95, 99-102; W. Zatorski, dz. cyt., s. 22-24.

⁶⁵ Por. A. Lipari, art. cyt., s. 16-17.

⁶⁶ *De octo spirit.* 11. Por. G. Bunge, dz. cyt., s. 113-115; W. Zatorski, dz. cyt., s. 24-25.

⁶⁷ *Antirrh.* VI, 38. Por. G. Bunge, dz. cyt., s. 106-107, 167; *De mal. cognit.* 13; S. Łucarz, art. cyt., s. 43-50; L. Nieścior, *Smutek w nauce Ewagriusza z Pontu*, „Życie Duchowe” 2009, nr 59, s. 5; W. Zatorski, dz. cyt., s. 22.

⁶⁸ P. Evdokimov, *Wieki życia duchowego. Od Ojców pustyni do naszych czasów*, tłum. M. Tarnowska, Kraków 1996, s. 202.

⁶⁹ J.-Y. Leloup, *Hezychazm. Zapomniana tradycja modlitewna*, tłum. H. Sobieraj, Kraków 1996, s. 68.

⁷⁰ Por. L. Macheta, dz. cyt., s. 47; W. Stinissen, dz. cyt., s. 65; D. Zalewski, dz. cyt., s. 113; W. Zatorski, dz. cyt., s. 30.

⁷¹ *De octo spirit.* 14, 16. Por. A. Louf, *Żyć łaską. Rozważania o życiu duchowym*, tłum. P. Rak, Kraków 2004, s. 192-199; Św. Symeon Nowy Teolog, *Rozdziały praktyczne i teologiczne*, w: „*Nie potrzebują lekarza...*”, dz. cyt., s. 314-315. Por.

⁷² Por. *Apoftegmaty Ojców Pustyni*, t. 1, *Gerontikon. Księga Starców*, tłum. M. Borkowska, w: *Żr. Mon.* 4, Kraków 1994, 28* (2001).

⁷³ Por. G. Jeanguenin, *Szatan istnieje! Świadectwo egzorcysty i jego odpowiedzi na pytania*, tłum. W. Dzieża, Kraków 2006, s. 125; J. M. Verlinde, *Bóg wyrwał mnie z ciemności*, tłum. M. Pieńkowska, Warszawa 2002, s. 118.

płynącej z sakramentów, a zwłaszcza z częstego udziału w celebracji pokuty, [wierni] otrzymują moc do osiągnięcia pełnej wolności dzieci Bożych⁷⁴. Zaleca, o ile to możliwe, by wierny dręczony przez złego ducha posilał się Chlebem Eucharystycznym jak najczęściej⁷⁵. Sakrament namaszczenia chorych umacnia zarówno chore ciało, jak i stronę duchową człowieka. Przyczynia się więc pośrednio do uwolnienia go od demonicznych wpływów, gdyż duchowe zniewolenie można traktować jako chorobę duchową przeszkadzającą w miłowaniu Boga. Tam, gdzie jest udzielana łaska Boża, szatan nie znajdując dla siebie miejsca jest zmuszony odejść⁷⁶.

4. *Post.* Ewagriusz polecał ten środek w walce z acedią⁷⁷. Św. Jan Paweł II przypominał, że „Jezus sam pokazał nam, że modlitwa, post to najważniejsza i najskuteczniejsza broń przeciw mocom zła (por. Mt 4, 1-11)” (EV 100).

5. *Duchowa lektura Słowa Bożego.* Jest jednym z elementów walki duchowej (zob. Mt 4, 1-11; Ef 6, 18). *Wprowadzenie do RRE*⁷⁸ przypomina, że czytanie i słuchanie Słowa Bożego przybliży do Boga, który jako jedyny jest w stanie zwyciężyć demona. Najbardziej przemawiające są słowa Jezusa

w Ewangeliach⁷⁹. Św. Piotr z Damaszku zapewnia, że nieprzerwane i cierpliwe trwanie w Bogu poprzez lekturę Słowa Bożego uwalnia od acedii⁸⁰.

6. *Zaprzeczanie Słowem Bożym* (gr. *antirrhesis* – zaprzeczenie). Polega na skierowaniu przeciw demonowi odpowiedniego fragmentu Pisma Świętego. Ewagriusz w traktacie *Antirrheticus* zebrał odpowiednie cytaty biblijne⁸¹. Wiele z nich ma formę aktów strzelistych: „W czasie takich pokus używaj krótkiej, ale intensywnej modlitwy”⁸².

7. *Kierownictwo duchowe.* Ewagriusz polecał ten środek, gdyż jest cenną praktyką duchową⁸³: „Szukaj rady u każdego mądrego i nie gardź żadną pożyteczną radą” (Tb 4, 8).

8. *Próba dostrzegania zbawczego wymiaru cierpienia.* Ewagriusz uczył, że dobrym środkiem na wynikającą z acedii obojętność, zatwardiałość serca i oziębłość jest spotkanie z osobą cierpiącą⁸⁴.

9. *Praktykowanie cnoty męstwa.* Acedia była definiowana przez Ewagriusza jako *atonia duszy*, jest więc bliska tchórzostwu⁸⁵. Należy zatem przeciwdziałać cnotą męstwa⁸⁶: „nie będziesz bał się napaści demona godzin południowych”⁸⁷ oraz „niezachwianej duszy nie ugięła acedia”⁸⁸.

⁷⁴ *Wprowadzenie teologiczne i pastoralne*, nr 9, RRE, s. 15. Por. Tamże, nr 32, RRE, s. 20; nr 36, RRE, s. 21.

⁷⁵ Por. *Wprowadzenie teologiczne i pastoralne*, nr 32, RRE, s. 20; nr 36, RRE, s. 21.

⁷⁶ Por. B. Kocańda, *Posługa kapłana – egzorcysty. Duchowość. Tożsamość. Praktyka*, Kraków 2004, s. 113.

⁷⁷ Por. *Ad virg.* 9; *Ep.* 55, 2; H. Pietras [red.], *Demonologia w nauce Ojców Kościoła. Hipolit o antychryście*, „Źródła myśli teologicznej”, t. 17, Kraków 2000, s.78.

⁷⁸ Por. *Wprowadzenie teologiczne i pastoralne*, nr 23, RRE, s. 19; nr 24, RRE, s. 19.

⁷⁹ Por. G. Amorth, *Egzorcyci i psychiatry*, tłum. W. Wiśniowski, Częstochowa 1999, s. 141, 168-169; M. Scanlan, R. J. Cirner, *Uwalnianie ze złych mocy*, tłum. K. Maciuszak, Kraków 1995, s. 86-87.

⁸⁰ Por. Św. Piotr z Damaszku, *Księga I*, w: „*Nie potrzebują lekarza...*”, dz. cyt., s. 315.

⁸¹ Por. G. Bunge, dz. cyt., s. 137; K. Leśniewski, dz. cyt., s. 315; L. Nieścior, *Smutek...*, art. cyt., s. 6; W. Zatorski, dz. cyt., s. 26.

⁸² *De or.* 98. Por. *Ad virg.* 35; G. Bunge, dz. cyt., s. 134-140; *De octo spirit.* 6, 18; *De or.* 46, 8; *Pr.* 69.

⁸³ Por. *Antirrh.* 8, 33.

⁸⁴ Por. G. Bunge, dz. cyt., s. 114; *De mal. cogit.* 11.

⁸⁵ Por. *Pr.* 28.

⁸⁶ Por. G. Bunge, dz. cyt., s. 112-113; *Ep.* 28, 2; KKK 1838.

⁸⁷ *In Ps.* 90, 6.

⁸⁸ *De octo spirit.* 13.

10. *Praktykowanie ascezy*. Jej praktykowanie pomaga w zdobywaniu cnót: „Cnoty nie powstrzymują napaści demonów, ale zachowują nas bez uszczerbku”⁸⁹. Ewagriusz uczył, że „acedia jest (...) rozluźnieniem w ascezie”⁹⁰. Ośmiu *logismoi* przeciwstawiał osiem cnót: wstrzemięźliwość, roztropność, ubóstwo, radość, wyrozumiałość, cierpliwość, skromność i pokorę⁹¹.

11. *Dar uez*. Są ściśle związane z modlitwą, gdyż modlić się oznaczało jednocześnie wylewać łzy przed Bogiem⁹². Są wyznaniem własnej grzeszności i potrzeby Bożego zbawienia. Celem daru uez nie jest współczucie dla siebie, lecz wzniesienie człowieka w modlitwie ku Bogu, w nadziei uzyskania Jego miłosierdzia⁹³: „Ciężki do zniesienia jest smutek i trudna do odparcia acedia, lecz łzy wylane przed Panem są mocniejsze od nich”.

12. *Wytrwałość*. Najbardziej charakterystycznym objawem acedii jest chęć ucieczki w różnych formach. Za tem wszystkie środki zalecane przez Ewagriusza sprowadzają się do wytrwania: „acedię leczy wytrwałość”⁹⁴ i „wytrwałość jest zagładą acedii”⁹⁵. W ten sposób dokonuje się uleczenie samej istoty acedii, tzn. nieuporządkowanej miłości własnej⁹⁶. Wytrwałość, cierpliwe trwanie zawiera wolę rezygnację z wszelkiego rodzaju ucieczek,

rozproszczeń czy prób odwracania uwagi np. w formie odwiedzin, podróży, rozrywek itp. Wytrwać oznacza pozostać we wszystkich życiowych sytuacjach⁹⁷. Ważne jest skupienie się na jednym celu, nie odkładaniu go, na wykonaniu go tu i teraz w sposób staranny, solidny, pilny, bez pośpiechu i niepokoju⁹⁸. W sytuacji ważnej zmiany w życiu należy przez pewien czas przeciwstawiać się, aby zobaczyć prawdziwe motywy tych pragnień. Warto zauważyć, że ważne decyzje i wybory życiowe podejmowane w stanie wewnętrznego zamętu często okazują się błędne⁹⁹. Owocem wytrwania jest pokój i radość¹⁰⁰.

13. *Umiar*. Polega na tym, aby „wszystko czynić we właściwym czasie i z odpowiednią miarą”¹⁰¹. Umiar przeciwstawia się acedii będącą pokusą nieumiarkowania¹⁰².

14. *Praca*. Jako środek w walce z acedią zapewniała utrzymanie i zapobiegała bezczynności¹⁰³: „Troszcz się o pracę ręczną i to stosownie do sił (...), abyś nie obciążał kogoś, ale raczej sam innych obdziałał (...). A w ten sposób także zwyciężysz demona acedii”¹⁰⁴.

15. *„Złota zasada” dotycząca troski o zdrowie*. Ewagriusz dostrzegając przesadny lęk o zdrowie jako jeden z objawów acedii, poleca tzw. złotą zasadę Makarego Egipskiego: „Trzeba, aby mnich ciągle trwał w gotowości,

⁸⁹ Pr. 77.

⁹⁰ De vitiiis 4. Por. Ad mon. 70.

⁹¹ Por. G. Bunge, dz. cyt., s. 51, 53-54.

⁹² Por. Antirrh. VI, 10; G. Bunge, dz. cyt., s. 25, 131-134, 137-138, 148; De or. 5, 6.

⁹³ Por. G. Bunge, dz. cyt., s. 168; De or. 5; Pr. 27; W. Zatorski, dz. cyt., s. 26.

⁹⁴ De octo spirit. 14.

⁹⁵ De vitiiis 4.

⁹⁶ Zob. Św. Ignacy, Ćwiczenia duchowne, tłum. Jan Ożóg, Kraków 1996, s. 139; Tract. ad Eul. 8.

⁹⁷ Por. G. Bunge, dz. cyt., s. 116-117, 121-122; W. Zatorski, dz. cyt., s. 25.

⁹⁸ Por. Św. Franciszek Salezy, Filotea, czyli Droga do życia pobożnego, Warszawa 2001, s. 171-174; Pr. 28; W. Scupoli, Walka duchowa, tłum. A. Dudzińska-Facca, Poznań 2002, s. 72-74, 97; św. Ignacy, dz. cyt., s. 135-136.

⁹⁹ Por. W. Zatorski, dz. cyt., s. 26.

¹⁰⁰ Por. Ad mon. 55; G. Bunge, dz. cyt., s. 167-168; De octo spirit. 13; De or. 23; Pr. 12.

¹⁰¹ Pr. 15.

¹⁰² Por. De octo spirit. 14; Pr. 40.

¹⁰³ Por. G. Bunge, dz. cyt., s. 123-124, 131.

¹⁰⁴ Rer. mon. rat. 8.

tak jakby musiał umrzeć jutro, a z kolei tak używał swego ciała, jakby musiał żyć z nim jeszcze przez wiele lat. Taka postawa z jednej strony niweczy myśl o acedii i sprawia, że mnich jest bardziej gorliwy. Z drugiej zaś strony zachowuje jego ciało w dobrym zdrowiu¹⁰⁵.

16. *Myśli o nieuniknionej śmierci*. Ewagriusz i inni autorzy polecali jako antidotum na duchową apatię rozważania o tematach ostatecznych lub o Męce Pańskiej¹⁰⁶.

17. *Chrześcijańska psychoterapia*. Może stanowić jeden ze środków w walce z acedią. Istotne jest, aby terapia psychologiczna miała wymiar głęboko chrześcijański, by nie miała aspiracji stawiania się jakąś alternatywą dla teologii¹⁰⁷.

Zakończenie

Niniejszy artykuł był próbą ukazania acedii jako zagrożenia duchowego. Jej główną przyczyną i korzeniem jest nieuporządkowana miłość samego siebie, zamknięcie się w sobie na miłość Boga

i Jego radość. Acedyk zamykając się na Stwórcę, ma nadzieję, że poprzez zaspokojenie swojej pożądlivości osiągnie egzystencjalną pełnię i pokój serca. Zaspokojenie jakiegokolwiek żądzy nie przynosi spodziewanej pełni, oczekiwanych owoców i pokładanych w niej nadziei. Nieskuteczność i bezowocność wszystkich podejmowanych wysiłków zawsze rodzi smutek, poczucie bezsensu, rozczarowanie, cynizm, rozgoryczenie, frustrację, rezygnację i rozpacz.

Owocami wygranej walki duchowej z acedią jest niewypowiedziany pokój serca i radość. Są one darami Boga dla człowieka, który do końca walczył mężnie i wytrwale. Acedia może stać się dla człowieka jej doświadczającego szansą naśladowania Chrystusa w dźwiganiu krzyża, drogą chrześcijańskiego autentycznego rozwoju: „także to, iż ktoś kuszony jest z powodu Chrystusa, jest darem Ducha”¹⁰⁸. Ostatecznie więc acedia może prowadzić osobę jej doświadczającą do śmierci duchowej albo stać się początkiem prawdziwego życia w Bogu.

Wykaz skrótów

Ad mon.	Ewagriusz z Pontu, <i>Sententiae ad monachos</i> , polski przekład: <i>Do mnichów mieszkających we wspólnotach</i> , w: Żr. Mon. 18.
Ad virg.	Ewagriusz z Pontu, <i>Ad virginem</i> , polski przekład: <i>Napomnienie dla dziewicy</i> , w: Żr. Mon. 18.
Antirrh.	Ewagriusz z Pontu, <i>Antirrheticus</i> , polski przekład: <i>O sporze z mślami</i> , w: Żr. Mon. 36.
Cab. cogn.	Ewagriusz z Pontu, <i>Capita cognoscitiva (Skemmata)</i> , polski przekład: <i>Rozważania</i> , w: Żr. Mon. 36.
De mal. cogit.	Ewagriusz z Pontu, <i>De malignis cogitationibus</i> , polski przekład: <i>O różnych rodzajach złych myśli</i> , w: Żr. Mon. 18.
De octo spirit.	Ewagriusz z Pontu, <i>De octo spiritibus malitiae</i> , polski przekład: <i>O ośmiu duchach zła</i> , w: Żr. Mon. 18.
De or.	Ewagriusz z Pontu, <i>De oratione</i> , polski przekład: <i>O modlitwie</i> , w: Żr. Mon. 18.
De vitiis	Ewagriusz z Pontu, <i>De vitiis quae opposita sunt virtuti bus</i> , polski przekład: <i>O wadach, które przeciwne są cnotom</i> , w: Żr. Mon. 18.

¹⁰⁵ Pr. 29. Por. W. Zatorski, dz. cyt., s. 28.

¹⁰⁶ Por. *De vitiis* 4; D. Zalewski, dz. cyt., s. 113.

¹⁰⁷ Por. L. Nieścior, *Smutek...*, art. cyt., s. 5; W. Stinissen, dz. cyt., s. 66-67; W. Zatorski, dz. cyt., s. 28-30.

¹⁰⁸ *Antirrh.* VI, 51.

Ep.	Ewagriusz z Pontu, <i>Epistulae</i> LXII, polski przekład: <i>Listy Ewagriusza z Pontu</i> , w: <i>Żr. Mon.</i> 18.
EV	Jan Paweł II, <i>Encyklika o wartości i nienaruszalności życia ludzkiego „Evangelium Vitae”</i> (1995).
In Ps.	Ewagriusz z Pontu, <i>Scholia in Psalmos</i> , PG 12, 1054-1686; PG 27, 60-545; I. B. Pitra, <i>Analecta Sacra II</i> , Frascati 1884, 444-483; III, Paris 1883, 1-364; nie wydany rękopis <i>Vaticanus gr. 754</i> ; por. M. J. Rondeau, <i>Le commentaire sur les Psaumes d'Evagre le Pontique</i> , OCP 26 (1960), 307-348.
KKK	<i>Katechizm Kościoła Katolickiego</i> , Poznań 1994.
LDK	<i>Leksykon duchowości katolickiej</i> , red. M. Chmielewski, Lublin-Kraków 2002.
Pr.	Ewagriusz z Pontu, <i>Practicus</i> , polski przekład: <i>O praktyce [ascetycznej]</i> , w: <i>Żr. Mon.</i> 18.
Rer. mon. rat.	Ewagriusz z Pontu, <i>Rerum monachalium rationes</i> , polski przekład: <i>Podstawy życia monastycznego</i> , w: <i>Żr. Mon.</i> 18.
RRE	<i>Rytuał Rzymski. Egzorcyzmy i inne modlitwy błagalne</i> , Katowice 2002.
STh	Św. Tomasz z Akwinu, <i>Summa theologiae</i> , Kęty 2006.
Tract. ad Eul.	Ewagriusz z Pontu, <i>Tractatus ad Eulogium Monachium</i> , polski przekład: <i>Traktat dla Eulogiusza mnicha</i> , w: <i>Żr. Mon.</i> 36.
Żr. Mon.	Źródła Monastyczne, Tyniec-Kraków 1993-

Bibliografia

- AMORTH G., *Egzorcyzmi i psychiatrzy*, tłum. W. Wiśniowski, Częstochowa 1999.
- Apoftegmaty Ojców Pustyni*, t. 1, *Gerontikon. Księga Starców*, tłum. M. Borkowska, w: *Żr. Mon.* 4, Kraków 1994.
- ATTARD M., *Acedia*, w: L. Borriello [red.], E. Caruana, M. R. del Genio, N. Suffi, *Dizionario di mistica*, Città del Vaticano 1998, s. 43.
- BAŁUS W., *Acedia i jej następstwa*, „Znak” 448 (1992), s. 72-80.
- BAŁUS W., *Mundus melancholicus. Melancholiczny świat w zwierciadle sztuki*, Kraków 1996.
- BARDY G., *Acedia*, w: M. Viller [red.], *Dictionnaire de spiritualite*, t. 1; Paris 1937, kol. 166-169.
- BOUYER L., *Wprowadzenie do życia duchowego. Zarys teologii ascetycznej i mistycznej*, tłum. L. Rutowska, Warszawa 1982.
- BROUILLARD R., *Acedia*, w: G. Jacquemet [red.], *Catholicisme hier aujourd'hui demain*, t. 1, Paris 1948, kol. 74-75.
- BUNGE G., *Acedia duchowa depresja. Nauka duchowa Ewagriusza z Pontu*, tłum. J. Bednarek, A. Ziernicki, Kraków 2007.
- DOWNEY M., *The New dictionary of catholic spirituality*, Minesota Collegeville 1993, s. 4.
- DZIAŁA E., *Skrupulatam na ratunek*, Poznań 2002.
- EWAGRIUSZ z PONTU, *Ad virginem*, polski przekład: *Napomnienie dla dziewicy*, w: *Żr. Mon.* 18, tłum. K. Bielawski, M. Grzelak, E. Kędziorek, L. Nieścior, A. Ziernicki, B. Spieralska, Kraków 2007, s. 327-335.
- EWAGRIUSZ z PONTU, *Antirrheticus*, polski przekład: *O sporze z myślami*, w: *Żr. Mon.* 36, tłum. M. Grzelak, L. Nieścior, A. Ziernicki, B. Spieralska, Kraków 2005, s. 157-233.
- EWAGRIUSZ z PONTU, *Capita cognoscitiva (Skemmata)*, polski przekład: *Rozważania*, w: *Żr. Mon.* 36, tłum. M. Grzelak, L. Nieścior, A. Ziernicki, B. Spieralska, Kraków 2005, s. 245-261.
- EWAGRIUSZ z PONTU, *De malignis cogitationibus*, polski przekład: *O różnych rodzajach złych myśli*, w: *Żr. Mon.* 18, tłum. K. Bielawski, M. Grzelak, E. Kędziorek, L. Nieścior, A. Ziernicki, B. Spieralska, Kraków 2007, s. 359-406.

- EWAGRIUSZ z PONTU, *De octo spiritibus malitiae*, polski przekład: *O ośmiu duchach zła*, w: Żr. Mon. 18, tłum. K. Bielawski, M. Grzelak, E. Kędziołek, L. Nieścior, A. Ziernicki, B. Spieralska, Kraków 2007, s. 407-436.
- EWAGRIUSZ z PONTU, *De oratione*, polski przekład: *O modlitwie*, w: Żr. Mon. 18, tłum. K. Bielawski, M. Grzelak, E. Kędziołek, L. Nieścior, A. Ziernicki, B. Spieralska, Kraków 2007, s. 273-305.
- EWAGRIUSZ z PONTU, *De vitiis quae opposita sunt virtuti bus*, polski przekład: *O wadach, które przeciwne są cnotom*, w: Żr. Mon. 18, tłum. K. Bielawski, M. Grzelak, E. Kędziołek, L. Nieścior, A. Ziernicki, B. Spieralska, Kraków 2007, s. 437-446.
- EWAGRIUSZ z PONTU, *Epistulae* LXII, polski przekład: *Listy Ewagriusza z Pontu*, w: Żr. Mon. 18, tłum. K. Bielawski, M. Grzelak, E. Kędziołek, L. Nieścior, A. Ziernicki, B. Spieralska, Kraków 2007, s. 127-221.
- EWAGRIUSZ z PONTU, *Practicus*, polski przekład: *O praktyce [ascetycznej]*, w: Żr. Mon. 18, tłum. K. Bielawski, M. Grzelak, E. Kędziołek, L. Nieścior, A. Ziernicki, B. Spieralska, Kraków 2007, s. 223-255.
- EWAGRIUSZ z PONTU, *Rerum monachalium rationes*, polski przekład: *Podstawy życia monastycznego*, w: Żr. Mon. 18, tłum. K. Bielawski, M. Grzelak, E. Kędziołek, L. Nieścior, A. Ziernicki, B. Spieralska, Kraków 2007, s. 337-351.
- EWAGRIUSZ z PONTU, *Tractatus ad Eulogium Monachium*, polski przekład: *Traktat dla Eulogiusza mnicha*, w: Żr. Mon. 36, tłum. M. Grzelak, L. Nieścior, A. Ziernicki, B. Spieralska, Kraków 2005, s. 81-135.
- EVDOKIMOV P., *Prawosławie*, tłum. J. Kilinger, Warszawa 1964.
- EVDOKIMOV P., *Kobieta a zbawienie świata*, tłum. E. Walicka, Poznań 1991.
- EVDOKIMOV P., *Wiek życia duchowego. Od Ojców pustyni do naszych czasów*, tłum. M. Tarnowska, Kraków 1996.
- FRANCISZEK SALEZY św., *Filotea, czyli droga do życia pobożnego*, tłum. A. Jełowicki, Warszawa 2001.
- GARRIGOU-LAGRANGE R., *Trzy okresy życia wewnętrznego wstępem do życia w niebie*, tłum. T. Landy, Niepokalanów 2001.
- GŁOWACZ T., MILERSKI B., *Acedia*, w: T. Głowacz [red.], *Religia. Encyklopedia PWN*, Warszawa 2001, s. 40.
- GONCZAROW J., *Obłomow*, tłum. N. Drucka, Wrocław 1990.
- HIŻYCKI Sz., *Wybór z traktatu o praktyce ascetycznej. O ośmiu duchach zła. O różnych rodzajach złych myśli. O wadach, które przeciwne są cnotom*, Kraków 2015.
- HONINGS B., *Accidia*, w: E. Ancilli [red.], *Dizionario enciclopedico di spiritualità*, Roma 1975, s. 14-16.
- LOYOLA IGNACY św., *Ćwiczenia duchowne*, tłum. Jan Ożóg, Kraków 1996.
- JAN PAWEŁ II, *Rytuał Rzymski. Egzorcyzmy i inne modlitwy błagalne*, Katowice 2002.
- JEANGUENIN G., *Szatan istnieje! Świadek egzorcysty i jego odpowiedzi na pytania*, tłum. W. Dzieża, Kraków 2006.
- KOCAŃDA B., *Posługa kapłana – egzorcysty. Duchowość. Tożsamość. Praktyka*, Kraków 2004.
- KOŚCIELNIAK K., *Zło osobowe w Biblii. Egzegetyczne, historyczne, religioznawcze i kulturowe aspekty demonologii biblijnej*, Kraków 2002.
- KRÓLIKOWSKI K., *Wady główne wciąż aktualne*, Kraków 2005.
- LACHMANOWA K., *Oblicza lenistwa*, tłum. A. Babuchowski, Poznań 2002.
- LELOUP J.-Y., *Hezychazm. Zapomniana tradycja modlitewna*, tłum. H. Sobieraj, Kraków 1996.
- LEŚNIEWSKI K., *„Nie potrzebują lekarza zdrowi...”. Hezychastyczna metoda uzdrawiana człowieka*, Lublin 2006.
- LIPARI A., *Accidia*, w: E. Ancilli [red.], *Dizionario enciclopedico di spiritualità*, red., Roma 1990, s. 16-17.
- LOTZ J. B., *Acedia*, w: C. Schütz [red.], *Praktischer Lexikon der Spiritualität*, Freiburg 1988, kol. 9-10.
- LOUF A., *Żyć łaską. Rozważania o życiu duchowym*, tłum. P. Rak, Kraków 2004.
- LOYOLA IGNACY św., *Ćwiczenia duchowne*, tłum. Jan Ożóg, Kraków 1996.

- ŁUCARZ S., *Acedia i błogosławieństwo atakowanych przez zło świata*, „Życie duchowe” 48/2006, s. 43-50.
- MACHETA L., *Demon południa i zafalszowanie egzystencji. O acedii starożytnego mnicha i zbębności inteligenta rosyjskiego XIX wieku*, Kraków 2003.
- NIEŚCIOR L., *Anachoreza w pismach Ewagriusza z Pontu*, Kraków 1997.
- NIEŚCIOR L., *Ocena moralna sfery popędowej w nauce Ewagriusza z Pontu o naturze ludzkiej*, „Collectanea Theologica” 65(1995), t. 4, s. 40-41.
- NIEŚCIOR L., *Smutek w nauce Ewagriusza z Pontu*, „Życie Duchowe” 59 (2009), s. 1-7.
- PETRY-MROCZKOWSKA J., *Siedem grzechów głównych dzisiaj*, Kraków 2004.
- PASZKOWSKA T., *Acedia*, w: M. Chmielewski [red.], *Leksykon duchowości katolickiej*, Lublin-Kraków 2002, s. 33.
- SARAH R., DIAT N., *Wieczór się zbliża i dzień już się chyli*, Warszawa 2019.
- SCANLAN M., CIRNER R. J., *Uwalnianie ze złych mocy*, tłum. K. Maciuszak, Kraków 1995.
- SCHNEIDER M., *Ze źródeł pustyni. Znaczenie Ojców Pustyni dla współczesnej duchowości*, tłum. E. Krukowska, Kraków 1994.
- SCHOPENHAUER A., *Aforyzmy o mądrości życia*, tłum. J. Garewicz, Warszawa 1990.
- SCUPOLI W., *Walka duchowa*, tłum. A. Dudzińska-Facca, Poznań 2002.
- STINISSEN W., *Ukryci w miłości. Podręcznik życia karmelitańskiego*, Kraków 2013.
- ŠPIDLÍK T., *Accidia*, w: A. di Berardino [red.], *Dizionario patristico e di antichità cristiana*, Monferrato 1983, kol. 28-29.
- ŠPIDLÍK T., *U źródła światłości. Podręcznik życia chrześcijańskiego*, tłum. J. Zychowicz, Warszawa 1991.
- TARNOWSKI K., *Faktyczność i negatywność u M. Heideggera*, „Analecta Cracoviensia” 13 (1981), s. 72-86.
- TOMASZ z AKWINU św., *Summa theologiae*, II-II, q. 35, Kęty 2006.
- VERLINDE J. M., *Bóg wyrwał mnie z ciemności*, tłum. M. Pieńkowska, Warszawa 2002.
- ZALEWSKI D., *Sztuka samowychowania. Poradnik praktyczny*, Lublin 2007.
- ZATORSKI W., *Acedia – duchowa depresja. Wybór tekstów*, Kraków 2008.

Acedia jako zagrożenie duchowe

Streszczenie

Artykuł podejmuje zagadnienie acedii jako problemu dotyczącego współczesnego człowieka. Obecnie coraz więcej osób przyznaje, że doświadcza w życiu poczucia apatii, rezygnacji, pustki i bezsensu. Problem ten sygnalizują zarówno duszpasterze jak i specjaliści w dziedzinie psychiatrii oraz psychologii. Zagadnienie acedii zostało opisane najpełniej przez Ewagriusza z Pontu (345-399). Dlatego do badań i analiz posłużyły przede wszystkim jego prace, a pomocniczo także opracowania innych wybranych autorów. Treść podzielona jest na dwie części: pierwsza teoretyczna przedstawia samo pojęcie acedii oraz przyczyny jej pojawiania się, zaś praktyczna objawy i środki zaradcze. Głównym powodem powstawania acedii jest zamknięcie się w sobie na miłość Boga, nieuporządkowana miłość własna. Przejawia się dwojako – jako pokusa do obojętnego minimalizmu lub destrukcyjnego maksymalizmu. Może prowadzić osobę doświadczającą jej wpływu do śmierci duchowej lub może stać się okazją do naśladowania Chrystusa w dźwiganiu krzyża, a zatem drogą chrześcijańskiego rozwoju i początkiem prawdziwego życia w Bogu.

Słowa klucze: Acedia, walka duchowa, wytrwałość, lenistwo, smutek, pracoholizm, obojętność, Ewagriusz z Pontu.

Dr Maciej Jarosz – doktor nauk teologicznych w zakresie teologii duchowości.