

RADY EWAGRIUSZA Z PONTU W WALCE Z ACEDIA*

Starożytny monastycyzm zrodził wiele ciekawych i oryginalnych postaci. Najwybitniejszą spośród nich jest oczywiście Antoni Wielki, którego biografia po raz pierwszy ukazała zdumionemu światu monastycyzm egipski. Ewagriusz z Pontu, którego obraliśmy sobie tutaj za mistrza, zajmuje wśród Ojców Pustyni miejsce pod wieloma względami szczególne. Nazywany „filozofem na pustyni” lub „pierwszym mnichem teologiem”¹. Ludwik Bouyer określa Ewagriusza jako „jednego z najważniejszych postaci w historii duchowości, ponieważ nie tylko wyznaczył punkt zwrotny, ale spowodował prawdziwą duchową zmianę”², a Hans Urs von Balthasar napisał o nim, iż „jest prawie niczym władcą absolutny całej mistyki wschodniej, a także (...) w decydujący sposób wpłynął na nauczanie ascetyczne i mistyczne zachodniego chrześcijaństwa”³. Zatem bardzo ważny autor w dziejach duchowości. Pochodził z Pontu w Azji Mniejszej, był uczniem Bazylego Wielkiego i Grzegorza z Nazjanzu. Około 383 roku wycofał się na pustelnię egipskie, gdzie pozostawał w kręgu Makarego Wielkiego i jego uczniów. Był pierwszym mnichem egipskim, który rozwinął działalność piśmienniczą, stając się znaczącym teoretykiem życia pustelniczego i duchowego. Łączył praktyczną mądrość Ojców Pustyni z wielką kulturą umysłową i znajomością psychologii, przede wszystkim jednak z doświadczeniem mistycznym⁴. Odegrał w dziedzinie refleksji nad życiem duchowym bardzo ważną rolę, gdyż jego myśli przyjęli późniejsi inni duchowni pisarze. Do nich należał np. Jan Kasjan, dzięki któremu wiele z myśli Ewagriusza weszło do tradycji monastycznej Kościoła zachodniego. Odnosi się to także do nauki o „ośmiu duchach zła”, które Jan Kasjan, a za nim św. Grzegorz Wielki utrwalił w naszej tradycji w postaci siedmiu grzechów głównych.

* Tekst wykładu inauguracyjnego wygłoszonego 21.09.2012 w auli WSD w Przemyślu.

¹ Por. A. GUILLAUMONT, *Un philosophe au désert: Évagre le Pontique*, Revue de l'Histoire des Religions 181 (1972), s. 29-56.

² L. BOUYER, *History of Spirituality*, t. 1, *The Spirituality of New Testament and the Fathers*, New York 1982, s. 381.

³ H.U. VON BALTHASAR, *The Metaphysics and Mystical Theology of Evagrius*, Monastic Studies 3 (1965), s. 183.

⁴ J. NAUMOWICZ, *Ewagriusz z Pontu*, w: *Filokalia. Teksty o modlitwie serca*, Kraków 2002, s. 77.

Zdaniem Ewagriusza jest osiem głównych złych duchów (*logismoi*), które atakują duszę człowieka, odciągając ją od działania zgodnego z naturą⁵. Są to *gastrimargia* – obżarstwo, *porneia* – nieczystość, *filargyria* – chciwość, *lype* – smutek, *orge* – gniew, *akedia* – acedia, *kenodoxia* – próżność, ludzka chwała, *hyperefania* – pycha. Są one wprost nazywane demonami lub duchami zła ze względu na ścisłe powiązanie z ich źródłem.

1. Definicja i natura acedii

Niełatwo jest przetłumaczyć na język polski greckie słowo *akedia*, którego używa Ewagriusz⁶. Sam termin opisuje wiele stanów ducha: znużenie, gnuśność, zniechęcenie, niechęć do czegokolwiek, zmęczenie, przygnębienie, uprzykrzenie lub melancholii, albo współcześnie depresja. Sam Ewagriusz nazywa demona acedii demonem godzin południowych lub demonem południa: „Demon acedii, nazywany także demonem południa, jest najuciążliwszy spośród wszystkich demonów. Nadchodzi mnicha koło godziny czwartej i osacza jego duszę aż do godziny ósmej”⁷. Teolog nawiązuje tutaj wyraźnie do warunków klimatycznych w Egipcie, gdzie okres pomiędzy 10.00 a 14.00 to najbardziej gorąca część dnia i człowiek traci ochotę na cokolwiek. Dopiero wieczór przynosi ulgę, gdyż po godz. 15.00 spożywali oni, zgodnie ze zwyczajem, swój pierwszy i jedyny posiłek⁸. Ogólnie więc acedia objawia się jako pewien rodzaj osłabienia naturalnych mocy duszy, uczucie pustki, nudy i zniechęcenia, braku motywacji do działania, niezdolność do skoncentrowania się na jednej czynności, doświadczenie lęku, czy niechęci do życia.

Taki stan ducha znany jest ludzkości od dawna i został opisany za pomocą innych określeń przez starożytnych filozofów oraz współczesnych myślicieli, takich jak R. Guardini, B. Pascal, S. Kierkegaard. We współczesnej terminologii określa się go mianem melancholii ducha: „Melancholia jest największym niebezpieczeństwem życia religijnego. Nawet większym,

⁵ Dobre opracowania tego tematu: G. BUNGE, *Nauka duchowa Ewagriusza z Pontu o acedii*, tł. J. BEDNAREK, A. ZIERNICKI, w: Tenże, *Ewagriusz z Pontu – mistrz życia duchowego*, tł. zb., Kraków-Tyniec 2006, Źródła Monastyczne 19, s. 173-331; L. MISIARCZYK, *Osiem logismoi w pismach Ewagriusza z Pontu*, Kraków-Tyniec 2007.

⁶ Por. P. MIQUEL, *Lexique du désert. Etude de quelques mots-clés du vocabulaire monastique grec ancien*, Bégrolles-en-Mauges 1986, Spirualité Orientale 44, s. 17-35.

⁷ EWAGRIUSZ Z PONTU, *O ośmiu duchach zła* 13, tł. L. NIEŚCIOR, w: *Ewagriusz z Pontu. Pisma ascetyczne. Tom 1*, oprac. L. NIEŚCIOR, tł. zb., Kraków-Tyniec 1998, s. 393.

⁸ Por. Tamże, s. 221.

niż niejeden grzech. Jest ona bowiem źródłem wielu rozmaitych grzechów...Jest ona chorobą woli. Dotknięty nią człowiek nie chce chcieć. A nawet więcej – on chce nie chcieć... Człowiek czuje, jakby stanął przed ścianą. Nie ma przed nim nadziei, są wspomnienia. Do tego dołącza się świadomość jakiejś porażki. Człowiek czegoś chciał, nie wyszło i teraz już nie potrafi spróbować...Melancholia to choroba beznadziejności”⁹.

Co zatem stanowi źródło i istotę acedii? Bardzo dobrze naturę acedii oddaje nasz autor w traktacie *Scholia in Psalmos* i *Liście do Mnichów*. Oto te teksty: „Acedia jest jednoczesnym i długotrwałym pobudzeniem duszy przez gniew i pożądanie, przy czym ten pierwszy złości się na to co obecne, drugi zaś tęskni za tym, co nieobecne”¹⁰. I dalej: „Pokusa ta bowiem złożona jest z wielu myśli, ponieważ powstaje z nienawiści i pożądliwości. Kto bowiem ulega acedii, nienawidzi tego, co jest, pożąda zaś tego, czego nie ma. A im bardziej pożądliwość ściąga mnicha na dół, tym bardziej też nienawiść wypędza go z celi; wówczas przypomina on nierozumne zwierzę, z przodu ciągnięte przez pożądliwość, a z tyłu bite i popychane przez nienawiść”¹¹. Ewagriusz doskonale uchwycił istotę acedii, która polega na swego rodzaju rozrywaniu duszy przez dwie równoczesne namiętności: nienawiść, złość, niezadowolenie, gniew wobec tego, co posiadamy z jednoczesnym pożądaniem tego, co jest nieosiągalne w obecnej chwili. Acedia stanowi więc w życiu człowieka pewien rodzaj ślepej uliczki. Niechęć do tego, co jest, połączona z długotrwałym pragnieniem tego, co niedostępne, paraliżuje naturalne funkcje duszy do tego stopnia, że żadna z myśli nie jest w stanie zapanować nad innymi¹². Dlaczego tak jest? Ponieważ istnieje jedno dobre i wieczne pragnienie, wpisane w istotę człowieka, a jest nim, pragnienie prawdziwego poznania Boga. Jeśli to dobre i wieczne dążenie chybi swego celu, nie pozostaje nic innego jak smutek i nienawiść, a w konsekwencji popadnięcie w duchową depresję.

2. Przejawy acedii¹³

Ewagriusz opisał nam oczywiście objawy acedii w środowisku życia monastycznego, lecz pod kolorystyką środowiska i mentalności epoki IV wieku, łatwo udaje się dostrzec w jego refleksji doskonale uchwycenie ob-

⁹ J. TISCHNER, *Miłość nie miłowana*, Kraków 1993, s. 23-24

¹⁰ *Scholia in Psalmos* 118, 29

¹¹ *Epistula* 27,6, w: *Pisma ascetyczne*, s. 148.

¹² Por. G. BUNGE, *Ewagriusz z Pontu*, s. 235-236.

¹³ W dalszej części artykułu korzystam: Por. G. BUNGE, *Ewagriusz z Pontu*, s. 245-304; L. MISIARCZYK, *Acedia według Ewagriusza z Pontu*, *Studia Płockie* 22(2004), s. 63-84.

jawów wspólnych naturze ludzkiej. Poniżej przedstawiamy kolejno objawy acedii, tak jak ukazują się one w rozproszonych opisach Ewagriusza.

a) Pierwszą i najpewniejszą oznaką acedii jest pewien niepokój wewnętrzny i chęć ciągłych zmian. Dla mnicha będzie to pragnienie wypędzające go z celi, dla ludzi żyjących w świecie – chęć opuszczenia żony lub męża, rodziny, pracy, przyjaciół, ciągła zmiana życiowych planów¹⁴. Ewagriusz tak ujmuje ten objaw: „Lubieżnemu mężowi nie wystarczy jedna kobieta, a mnichowi opanowanemu przez acedię nie wystarczy jedna cela”¹⁵. Żonaty mężczyzna w stanie acedii zmienia żonę i ją obwinia o swoje cierpienie, a mnich chce uciec z obecnej celi. Demon acedii nakłania mnicha „do szukania innej celi pod pretekstem, że mieszkanie w jakim uprzednio się przebywało jest obrzydliwe i pełne wilgoci, z której biorą się wszystkie choroby”¹⁶. Człowiekowi opanowanemu przez acedię wszędzie jest źle i łudzi się, że gdziekolwiek w innym miejscu będzie lepiej. Dla mnicha w stanie acedii żadna cela nie będzie odpowiednia, dla zakonnika żadna wspólnota, dla mężczyzny lub kobiety kolejna żona czy mąż, a dla innych ludzi żadna posiadana rzecz. Często spotykamy ludzi, którzy odczuwają niechęć do obecnego stanu swego życia i jednocześnie pragną same nie wiedząc do końca, czego¹⁷.

b) Drugim symptomem acedii bywa przesadna troska o własne zdrowie i lęk przed zachorowaniem. Ewagriusz rozwija szerzej tę tematykę, analizując myśl o obżarstwie. Z pewnością na pustyni często brakowało najbardziej potrzebnych rzeczy¹⁸. To właśnie przy okazji pojawienia się tej myśli w wyobraźni stawia przed oczyma mnicha wszelkie możliwe choroby, jakie mogą go dotknąć z powodu praktykowania ascezy. Mówiąc jednak o lęku o własne zdrowie, jako elemencie składowym acedii, Ewagriusz ma na myśli raczej swego rodzaju lęk obsesyjny, przed którym nie można się uwolnić ani siłą umysłu, ani woli. W naszej współczesnej kulturze objawia się to często w postaci kultu ciała tak intensywnie lansowanego przez środki masowego przekazu¹⁹.

c) Istnieją także mniej dokuczliwe objawy acedii, które na pierwszy rzut oka w ogóle nie mają z nią nic wspólnego, jest nią pokusa nagłego uznania pracy i wyuczonego zawodu za źródło własnego nieszczęścia. Starożytni mnisi najczęściej zarabiali na swe utrzymanie wyplataniem koszy. W normalnych warunkach pozwalała ona duchowi w nieskrępowany sposób

¹⁴ Tamże, s. 73.

¹⁵ *O ośmiu duchach zła* 13, w: *Pisma ascetyczne*, t. I, s. 394.

¹⁶ *Antirrheticus VI, 26*, w: *Ewagriusz z Pontu. Pisma ascetyczne. t. II*, oprac. L. NIEŚCIOR, tł. zb., Kraków-Tyniec 2005, *Źródła Monastyczne* 36, s. 216.

¹⁷ Por. L. MISIARCZYK, *Acedia według Ewagriusza z Pontu*, s. 74.

¹⁸ Por. G. BUNGE, *Ewagriusz z Pontu*, s. 250.

¹⁹ Por. L. MISIARCZYK, *Acedia według Ewagriusza z Pontu*, s. 74.

oddać się modlitwie i medytacji. Podczas jednak ataku acedii ta sama praca stawała się uciążliwa i straszliwie monotonna. Wystarczy popatrzeć na otaczający nas świat, by z łatwością przekonać się, że dotyczy to także dzisiejszych ludzi. Niełatwo spotkać osoby, które realizują się w swojej pracy czy w „wyuczonym zawodzie”²⁰.

d) Kolejnym objawem acedii jest oskarżanie innych ludzi o nasze złe samopoczucie, nieszczęścia lub niepowodzenia życiowe. Demon acedii przypomina natrętnie wszystkie doznane krzywdy lub niesprawiedliwości, jakich człowiek doświadczył ze strony bliźnich. W traktacie *Practicus* 12 precyzuje jeszcze bardziej, że dręczony przez acedię sądzi „iż znikła miłość wśród braci, a nie ma nikogo, kto by go pocieszył”. Acedia jawi się tutaj wyraźnie jako choroba uczuć. Wystarczy rozejrzeć się dookoła, by przekonać się, jak acedyczne pod tym względem są nasze czasy, w których króluje powszechne narzekanie. Mnisi i kapłani źródeł swego nieszczęścia będą upatrywać w celibacie lub surowym przełożonym, małżonkowie – w mężu lub żonie, a pozostali w środowisku pracy, w kolegach lub w przełożonym. W stanie acedii osacza człowieka przekonanie, że wszystkiemu winni są inni, jest to jednak tak naprawdę sprytny unik „ja” przed wzięciem odpowiedzialności za swoje życie²¹.

e) Istnieje jednak wypróbowany od dawna środek, dzięki któremu przynajmniej pozornie, można uciec przed uciążliwością acedii, a jest nim kompulsywne poszukiwanie rozrywki i ludzkiego towarzystwa. Cały przemysł rozrywkowy i turystyczny tym się jedynie zajmuje, aby ulżyć utrapionemu przez acedię i nie dopuścić ani na chwilę myśli, że cierpią na to schorzenie²². Potrzeba towarzystwa, narkotyki, seks, alkohol i dużo głośnej muzyki to najczęściej stosowane dzisiaj środki mające służyć neutralizacji cierpienia. Nie trzeba jednak nikogo przekonywać, że wszystkie te środki nie leczą duszy, a jedynie odurzają ból, który i tak powróci z jeszcze większą siłą. Pojawi się wówczas potrzeba mocniejszych narkotyków, seksu, alkoholu czy muzyki i w ten sposób błędne koło się zamyka.

f) Innym objawem acedii jest ogromna trudność w spełnianiu codziennych obowiązków. Dla mnicha będzie to trudność na modlitwie, ograniczenie jej do minimum lub wręcz zaniedbanie. Ewagriusz tak o tym napisał: „opanowany przez acedię przy czytaniu wciąż ziewa i łatwo popada w senność. Przeciera oczy i przeciąga się, to znów odwracając oczy od księgi, spogląda na ścianę, znowu obraca się i czyta nieco, i kartkując – bada dokładnie końcówki wypowiedzi. Liczy kartki i ustala liczbę rozdziałów, gani pismo i zdobienie. Wreszcie zamyka księgę, kładzie pod głowę i wpada w sen niezbyt głęboki, ponieważ głód w końcu budzi jego duszę i ulega ona

²⁰ Por. Tamże, s. 74-75.

²¹ Por. Tamże, s. 75.

²² Por. G. BUNGE, *Ewagriusz z Pontu*, s. 255.

swoim własnym troskom”²³. Modlitwa wtedy nudzi i bardzo męczy, Bóg wydaje się bardzo daleki, a człowiek nie doświadcza żadnej radości z modlitwy, wydaje mu się, że bezużytecznie marnuje czas. W życiu ludzi świeckich objawia się to znużeniem codziennymi zajęciami zawodowymi lub domowymi: to stan, w którym człowiek ma „wszystkiego i wszystkich serdecznie dość”.

g) Kolejnym objawem acedii są pozory cnoty. Zdaniem Ewagriusza „opanowany przez acedię wymawia się odwiedzinami chorych, w istocie jednak skutecznia własny cel. Mnich opanowany przez acedię jest skory do posługi, ale korzyść własną uważa za przykazanie”²⁴. W ten sposób niepokój obraca się w zaaferowany, niespożyty aktywizm – i uważa się na dodatek za chrześcijańską cnotę miłości bliźniego. W rzeczywistości jest to iluzja, niebezpieczne oszukiwanie samego siebie²⁵. W innej wersji pojawia się ona jako pracoholizm z jednoczesnym brakiem czasu na odpoczynek lub ciągłym poczuciem winy, że nic się nie robi. Przesadna dyspozycyjność do służby innym jest zawsze podejrzana, gdyż u jej podstaw może stać ukryta chęć szukania własnych egoistycznych korzyści. Ewagriusz podpowiada nam jak odróżnić miłość bliźniego od motywacji egocentrycznych. Podstawowym kryterium są owoce: prawdziwa miłość bliźniego wydaje owoce łagodności, radości i wyrozumiałości, natomiast miłość fałszywa charakteryzuje się gniewem, złością, rygoryzmem, przesadnymi wymaganiami, ukrytym szukaniem siebie, niewyrozumiałością i smutkiem, gdyż nie zostały zaspokojone prawdziwe pragnienia²⁶.

h) Ostatnim symptomem jest zniechęcenie do życia mniszego, do własnego powołania i wreszcie ogólnie do życia. Mnicha kusi więc zwątpieniem w sens życia monastycznego podsuwając mu przekonania, że również na innej drodze życia można osiągnąć „prawe usposobienie duszy”, atakuje wyobrażanymi opiniami krewnych, że to nie z miłości do Boga, lecz z powodu własnych grzechów, słabości czy lęku przed światem ktoś wybrał życie mnisze. W przypadku innych ludzi pokusa objawia się jako zwątpienie w autentyczność własnego powołania, formy życia czy zawodu. Najgorszy jest jednak chyba stan, niestety coraz częstszy, w którym człowiek dochodzi do zwątpienia w sens własnego życia i czuje się w nim bezużyteczny. Brak szybkiej pomocy może wtedy zakończyć się tragicznie²⁷.

²³ *O ośmiu duchach zła* 13, w: *Pisma ascetyczne*, t. I, s. 394-395.

²⁴ Tamże 13, s. 394.

²⁵ Por. G. BUNGE, *Ewagriusz z Pontu*, s. 257.

²⁶ Por. L. MISIARCZYK, *Acedia według Ewagriusza z Pontu*, s. 76.

²⁷ Por. Tamże, s. 78.

3. Sposoby walki z acedią

Z tego naszkicowanego obrazu acedii ktoś mógłby wyciągnąć wniosek, że tego rodzaju choroba jest nieuleczalna. Jednak Ewagriusz, podobnie jak cały starożytny monastycyzm, charakteryzuje się niezachwianym optymizmem, jeśli chodzi o możliwość zwycięstwa nad złem. Poznajmy zatem szczegółowe rady naszego mnicha dotyczące acedii.

a) Pierwszą radą, jakiej udziela Ewagriusz do walki z acedią, jest wytrwałość. To ona właśnie „jest zagładą acedii”. Próba przetrzymania takiego stanu jest najbardziej skutecznym środkiem leczniczym. Dla mnicha wytrwałość będzie oznaczać pozostanie w celi: „pozostań w swojej celi, a cela cię wszystkiego nauczy”. Dla innych ludzi natomiast wytrwałość oznacza pozostanie w obecnym stanie życia, tzn. małżeństwie, rodzinie, pracy czy miejscu. Stara i dobra zasada życia duchowego podpowiada, że w takim stanie nie należy podejmować życiowych decyzji ani zmieniać dotychczas podjętych, gdyż najczęściej będą to decyzje błędne²⁸.

b) Drugą radą według mnicha z Pontu jest otwarcie serca przed kierownikiem duchowym. Drugi człowiek może nam pomóc zobiektywizować nasze przeżycia i odczucia, ale pod warunkiem, że sam będzie wystarczająco doświadczony w życiu duchowym. Słusznie podkreśla o. Bunge, że współczesne narzekanie na brak duchowych ojców ujawnia tak naprawdę brak ducha synostwa głęboko zakorzeniony w mentalności europejskiej zbudowanej przeciw na ideałach niezależności, wolności i samowystarczalności. Ciekawe, że w takiej przestrzeni kulturowej jest z drugiej strony wielkie zapotrzebowanie na różnego rodzaju guru, którzy wręcz zniewalają tłumy owych niezależnych i samowystarczalnych. Uznać się za syna lub córkę to przyznać się przed samym sobą i innymi, że nie jest się samowystarczalnym. A to wymaga pokory (nie poniżania siebie), na którą nie wszystkich stać. Duchowe ojcostwo może zrodzić się tylko z duchowego synostwa. Niewielu jednak chce być prawdziwymi synami lub córkami duchowymi²⁹.

c) „Wyznacz sobie miarę w każdym dziele” – to kolejny środek zaradczy zaproponowany przez Ewagriusza. Tak poucza: „Acedię leczy wytrwałość i czynienie wszystkiego z wielkim staraniem i bojaźnią Bożą. Wyznacz sobie miarę w każdym dziele i wcześniej nie odstępуй, póki jej nie wypełnisz. I módl się uważnie i żarliwie, a duch acedii ucieknie od ciebie” (*Practicus* 12). Wyznaczenie sobie miary działa na ducha ludzkiego lecząco, gdyż jednym z objawów acedii jest właśnie brak umiarkowania: człowiek pożąda wszystkiego albo niczego. Chodzi także o umiar w pracy, gdyż de-

²⁸ Por. Tamże, s. 79.

²⁹ Por. G. BUNGE, *Ewagriusz z Pontu*, s. 281.

mon acedii ma tendencję do wprowadzania człowieka w skrajności: lenistwo lub pracoholizm³⁰.

d) Kolejnym środkiem zaradczym jest wstrzemięźliwość. Ponieważ acedia jest rozrywaniem duszy przez niechęć do tego, co jest z jednoczesnym pragnieniem tego, co nieosiągalne, wywołuje to ciągły stan napięcia, a w konsekwencji lęk i chęć pocieszania się. Najprostszą formą pocieszania się jest spożywanie w nadmiarze ulubionych pokarmów lub wręcz przejadanie się. Post i abstynencja alkoholowa, choćby czasowa, pozostają nadal dobrymi środkami do walki z namiętnościami. Jak mawiał Ewagriusz: „Ten, kto panuje nad brzuchem, zmniejsza namiętności, opanowany zaś przez pokarmy, powiększa przyjemności”³¹.

e) Następnym lekarstwem na acedię są łzy. Ewagriusz tak poucza: „Nade wszystko módl się o dar łez, abyś przez skruchę zniszczył właściwą twej duszy zatwardziałość, a po wyznaniu – wbrew sobie – nieprawości przed Panem otrzymasz od Niego przebaczenie”³². Doświadczenie Bożego przebaczenia i modlitwa płynąca z serca rozmiękczają w dobrym sensie uczucia, wyprowadzają z ośpienia i dają radość życia³³.

f) Klasycznym sposobem walki z acedią jest metoda antytetyczna, która polega na skierowaniu w kierunku tego pragnienia określonego fragmentu Pisma Świętego. Ewagriusz zebrał w dziele pt. *Antirrhethikos* wiele takich odpowiednich cytatów z Biblii, z których najbardziej znane to Ps 70, 2: „Boże wejrzyj ku wspomżeniu memu. Panie pośpiesz ku ratunkowi memu” czy Ps 6, 7: „Zmęczyłem się moim jękiem, płaczem obmywam co noc moje łóżce, posłanie moje skrapiam łzami”, a także Ps 43, 12: „Czemu zgnębiona jesteś duszo moja i czemu trwożysz się we mnie, ufaj Bogu, bo jeszcze wysławiać Go będę, On zbawieniem mojego oblicza i moim Bogiem”.

g) Ostatnim sposobem radzenia sobie z acedią jest pamięć o śmierci i o duchowej zapłacie obiecanej wytrwałym. Co do śmierci tak poucza: „Trzeba, aby mnich ciągle trwał w gotowości, tak jakby musiał umrzeć jutro, a z kolei by tak używał swego ciała, jakby musiał z nim jeszcze żyć przez wiele lat” (*Practicus* 29). Ta myśl jest dobrym lekarstwem na przesadną miłość własną, gdyż medytacja o śmierci temperuje wszelkiego rodzaju egoizm. A co do pamięci o duchowej zapłacie tak zapewnia: „Jeśli bowiem wytrwasz, stanie się twoje serce tak jasne, jak wtedy, gdy ktoś czyści srebro” oraz w innym dziele dodaje: „Żaden inny demon nie podąża za demonem acedii. Tak więc po wygranej walce ogarnia duszę uspokojenie i niewysłowiona radość”. Nasz mnich zdaje się na koniec podpowiadać: „podczas walki pamiętaj o wielkiej nagrodzie, która cię czeka”.

³⁰ Por. Tamże, s. 80.

³¹ *O ośmiu duchach zła* 1, w: *Pisma ascetyczne*, t. I, s. 377.

³² *O modlitwie* 5, w: *Pisma ascetyczne*, t. I, s. 252.

³³ Por. G. BUNGE, *Ewagriusz z Pontu*, s. 292-293.

Podsumowując, powtórzmy iż objawami acedii według Ewagriusza są: niepokój wewnętrzny i chęć ciągłych zmian, przesadna troska o zdrowie, nienawiść do wyuczonego zawodu wraz z pragnieniem zdobycia innego, obwinianie innych, poszukiwanie rozrywki i towarzystwa innych ludzi, pozory cnoty, trudność w spełnianiu codziennych obowiązków, pokusa niszczącego maksymalizmu, niechęć do życia i myśli samobójcze. A jakie podaje rady mnich z Pontu: wytrwałość, wypowiedzenie swego cierpienia przez kierownikiem duchowym, wyznaczenie sobie właściwej miary we wszystkim, wstrzeźliwość, post, łzy przed Bogiem, skierowanie przeciw demonowi acedii odpowiedniego fragmentu z Pisma Świętego oraz medytacja nad śmiercią i nad nagrodą życia wiecznego.

SUMMARY

Evagrius Ponticus and his struggle against the capital sin of sloth (acedia)

Sloth is the sixth passionate thought in the Evagrian catalog. The main sign of sloth in monastic life is its appearance at noon, therefore the monk from Pontus associates it with *daemonium meridianum* from Ps 90 (91), 6. In an anchorite's life sloth appears as the hatred to anchorese, the hatred of one's own cell and manual work, brothers and finally oneself and the will to return to the world and people, a different cell or different work, the will to receive support from others or to be praised by people. Sloth can be cured by being faithful to everyday duties, persistence in the chosen way of living, place and job as well as resistance to the temptation of endless changes.

Key words: Evagrius Ponticus, sloth.