

ANTONI JOZAFAT NOWAK OFM  
Lublin

## PSYCHOLOGICZNE PRZESŁANKI ZDROWEJ ASCEZY\*

Psychologię można w zasadzie podzielić na dwie epoki: psychologię nieempiryczną i psychologię empiryczną<sup>1</sup>. Pierwsza obejmuje okres co najmniej od buddyzmu (VI w. przed Chr.) aż do połowy XIX w. Charakteryzował ją przede wszystkim cel etyczno-moralny. Chodziło w niej o to, by człowiek

---

\* Referat wygłoszony 25 X 1989 r. podczas Sympozjum „Asceza w życiu chrześcijanina” na ATK w Warszawie.

<sup>1</sup> Początki psychologii nieempirycznej sięgają buddyzmu, którego psychologia interesowała się przede wszystkim życiem duchowym człowieka, ucząc wnikania we własne „ja”. Następnie dużą rolę odegrał Arystoteles (383-321). Jego dzieło *Etyka* jest w zasadzie psychologią, opisuje bowiem sposoby ludzkiego zachowania się. Z kolei trzeba wymienić stoików (III w. przed Chr.) – słynne *Medytacje* M. Aureliusza były niezwykle rozwiniętą psychologią, uczącą techniki opanowywania emocji. Idąc dalej, należy wymienić św. Augustyna (354-430), którego *Wyznania* są dowodem bardzo wnikliwej obserwacji wewnętrznych doświadczeń. Jeśli zaś chodzi o Tomasza z Akwinu (1225-1274), to – zdaniem E. Fromma – spotykamy u niego wysoko rozwinięty system psychologii, z którego można się więcej nauczyć aniżeli z wielu współczesnych podręczników. Akwinata analizuje np. takie pojęcia, jak: pycha, pokora, skromność, poczucie małowartościowości. Bodajże pierwszym psychologiem głębi jest B. Spinoza (1632-1677). Można go uważać za ojca tego kierunku. Spinoza twierdził, że człowiek jest świadom swoich życzeń, ale nie zna ich motywacji. Zagadnieniem natomiast nieświadomych motywacji oraz sferą irracjonalności zajęła się w sposób szczególny freudowska psychoanaliza.

Druga epoka nauk psychologicznych rozpoczęła się w połowie XIX w. i trwa po czasy współczesne. Na przestrzeni jednego stulecia powstała bogata specjalizacja w naukach psychologicznych. Można wyliczyć co najmniej kilkanaście działów psychologii empirycznej. Są to np.: psychologia ogólna, charakterologia, psychologia osobowości, zwana również motywacyjną, psychologia kliniczna, religii, głębi, fizjologiczna, rozwojowa, dziecka defektywnego, farmakopsychologia, geo-kosmopsychologia, parapsychologia, psychologia społeczna, prenatalna, pastoralna, życia wewnętrznego.

stawał się coraz lepszy, by stawał się coraz bardziej człowiekiem. Wiek XIX również dla psychologii stanowił wiek przełomowy. Druga połowa tego stulecia może być uznana za czas narodzin psychologii empirycznej. Chciano uwolnić psychologię od metafizycznych obciążeń. Zarówno G. T. Fechner swoim dziełem *Elemente der Psychophysik* (1860), jak również W. Wundt, który swoje podstawowe dzieło zatytułował *Grundzüge der physiologischen Psychologie* (1883), wcześniej zaś napisał *Beiträge zur Theorie der Sinneswahrnehmung* (1862), wyłączyli psychologię z dziedziny badań filozoficznych na rzecz badań eksperymentalnych. Wydawało się, że psychologia, która znalazła dla siebie nowy przedmiot materialny oraz formalny, już nie powróci do spraw religii, a nawet odłączy się od wszelkich zagadnień filozoficznych, etycznych i ascetycznych.

Rzeczywistość okazała się inna. Jednym z pierwszych wymiarów bytowania ludzkiego, który próbowano przebadac testami, był wymiar religijny człowieka<sup>2</sup> Pionierami empirycznej psychologii religii są E. D. Starburck i W. James. Pierwszy (uczeń W. Jamesa) utracił zasadę metodyczną w tym sensie, że zlekceważył naturalne ukierunkowanie człowieka na Absolut. Interesował go tylko wewnętrzny przebieg psychiczny, którego owocem jest zmiana postawy – tzw. problem nawrócenia. W. James z kolei interesował się nade wszystko religijnym doświadczeniem<sup>3</sup> Już z końcem XIX w. psychologia skierowała się ku zagadnieniom, od których pragnęła się uwolnić. *Homo religiosus* został ponownie odkryty w psychologii, a nawet przez psychologię, chociaż sam fenomen religijnych doświadczeń był rozmaicie interpretowany. Jeżeli bowiem psychologia ma rzeczywiście służyć człowiekowi, wtedy nie może być obojętna wobec tak specyficznie ludzkiego schematu, jakim jest funkcja religijna<sup>4</sup>. Należy ona, obok języka twierdzeń, do istotnych wymiarów, które wyłączają człowieka ze świata zwierząt. „Człowiek bez religii nie byłby już człowiekiem” (M. Eliade).

<sup>2</sup> Por. A. Hardy, *Der Mensch – das betende Tier. Religiosität als Faktor der Evolution*, Stuttgart 1979, s. 86-91.

<sup>3</sup> Por. H. M. P o z z i, *Die Religionspsychologie im zwanzigsten Jahrhundert*, [w:] *Die Psychologie des 20. Jahrhunderts*, Bd. XV, hrsg. von G. Condrau, Zürich 1979, s. 76 n.

<sup>4</sup> Szczególnie zwolennicy teorii instynktu w psychologii oraz kierunki behawioralne utraciły całościową wizję człowieka. Nie interesuje ich bowiem człowiek jako człowiek, lecz tylko jego sposób zachowania się. Co tkwi za tymże modelem zachowania się – ich zdaniem pytanie tego typu jest już natury filozoficznej i dlatego nie interesuje ono psychologię. W ten sposób psychologia stała się nie tylko psychologią bez duchowości, bez duszy, ale nawet psychologią bez człowieka w tym znaczeniu, że interesuje ją tylko produkt – co człowiek robi – oraz w jaki sposób można człowiekiem manipulować. Tak rozumiana psychologia nie znajduje żadnego punktu styku z ascetyką, nie dostarcza ona żadnych przesłanek dla zdrowej ascezy.

## I. EMOCJONALNY WYMIAR CZŁOWIEKA

Problemy psychiczne, a w szczególności zaburzenia na tle emocjonalnym, zaczęły budzić coraz większe zainteresowanie. To właśnie Z. Freud zwrócił uwagę na to, że nie wolno lekceważyć życia emocjonalnego, zaburzenia bowiem w tej warstwie ludzkiej osobowości mają swój wyraz w stanach psychicznych, które nazywamy nerwicami. Należy tutaj pamiętać, że to Freud w swoich badaniach powracał do celu, jakim kierowała się psychologia nieempiryczna. Był on bardzo czuły na ludzkie cierpienie. Pragnął człowiekowi dopomóc być sobą, być lepszym, stać się bardziej wolnym. Życie emocjonalne może bowiem przyspieszyć proces leczenia, zlekceważone zaś staje się czynnikiem chorobotwórczym. Udział faktorów psychogennych, które odgrywają naczelną rolę w zaburzeniach nerwicowych, nie podlega dyskusji, nawet gdyby stwierdzono, że u ich podłoża są czynniki natury somatycznej<sup>5</sup>

Freudowi zawdzięczamy, że medycyna poszukuje również czynników psychogennych. Nawet sam termin „choroby endogenne” wszedł do medycyny – w tym znaczeniu, że są to choroby, które wynikają z całości somatyczno-psychicznej. Posługujemy się terminem „psychopochodne”, chociaż nie potrafimy wytłumaczyć, w jaki sposób zjawiska psychiczne i duchowe mogą wywierać wpływ na zjawiska cielesne<sup>6</sup> Nowy dział medycyny „psychosomatyka” jest próbą całościowego rozumienia człowieka. Ostatecznie to nie chory organ cierpi, lecz człowiek.

Mówiąc o nerwicach, mamy na myśli zaburzenia o charakterze czynnościowym w zasadzie odwracalnym, który można zaliczyć do dwóch grup zakłóceń: wadliwa reakcja na bodziec lub też wadliwa postawa. W samej zaś postawie – idąc po linii koncepcji ks. W. Prężyny – zakłócenie to może dotyczyć czynnika intelektualno-poznawczego, emocjonalno-dążeniowego lub relacyjnego. Postawa rozumiana jako relacja do przedmiotu znaczy, że może ona wobec poznanego przedmiotu mieć charakter pozytywny, negatywny lub obojętny<sup>7</sup>

Omówiony z grubsza problem życia emocjonalnego oraz związanych z nim zaburzeń naświetla konieczność zdrowego środowiska życia wewnętrznego i

---

<sup>5</sup> Por. T. B i l i k i e w i c z, *Psychiatria w praktyce ogólnolekarskiej*, Warszawa 1964, s. 21.

<sup>6</sup> Por. R. S i e b e c k, *Neurosenlehre im Rahmen der allgemeinen Heilkunde*, [w:] *Handbuch der Neurosenlehre und Psychotherapie*, Bd. I, hrsg. von V. E. Frankl [u.a.], München 1959, s. 302.

<sup>7</sup> Ks. W. P r ę ż y n a, *Intensywność postawy religijnej a osobowość*, Lublin 1973, s. 25.

zewnątrznego. Człowiek musi zabiegać o homeostazę, o integrację wszystkich swoich dynamizmów tak duchowych, jak i psychicznych oraz cielesnych. Troska o higienę psychiczną jest niezmiernie ważna. Równocześnie jest ona nieosiągalna bez wytężonej pracy nad sobą<sup>8</sup> Kontrola nad emocjami nie pozwala, by konflikty się nawarstwiały, lecz dąży ona do ich spokojnego rozwiązania. Praca nad sobą zapobiega zakłóceniom funkcjonalnym, zmniejsza zasięg pogranicza normy psychicznej, do której zaliczamy nerwice.

## II. SCHEMAT SPECYFICZNIE LUDZKI

Pytając o przesłanki psychologiczne, które by spełniały rolę pomocniczą dla zdrowej ascezy, trzeba sobie koniecznie uświadomić wielorakość prądów nauk psychologicznych. Ostatecznie w każdym z nich można znaleźć cechy godne podkreślenia, nawet w kierunkach behawioralnych, które cały proces formacji, przystosowania się do otoczenia rozumieją na zasadzie kary i nagrody.

Sobór Watykański II podkreśla wartość nauk świeckich. Oddają one cenne usługi w wychowaniu. Poczesne miejsce zajmuje tutaj psychologia. Vaticanum II mówiąc o psychologii, dodaje niezmiernie ważny przymiotnik: „zdrowa” „Zasady chrześcijańskiego wychowania winny być ściśle przestrzegane i należycie uzupełniane nowszymi osiągnięciami zdrowej psychologii i pedagogiki”<sup>9</sup> Trzeba koniecznie postawić pytanie, co należy rozumieć pod terminem „zdrowa psychologia” Nie podlega dyskusji, że tylko „zdrowa psychologia” może dostarczyć przesłanek dla zdrowej ascezy. Jeżeli przez zdrową ascezę będziemy rozumieli określony wysiłek duchowy, psychiczny, a nawet fizyczny celem osiągnięcia doskonałości moralnej – aż po zjednoczenie z Bogiem<sup>10</sup>, wtedy musimy sięgnąć do takiej psychologii, dla której specyficznie ludzki schemat uzdolniający człowieka do kontaktu z Bytem Transcendentnym

---

<sup>8</sup> Polskie Towarzystwo Higieny Psychiczej zapoczątkowało w 1959 r. druk kwartalnika „Zdrowie Psychiczne” Na polskim terenie badań higiena psychiczna była szczególnym przedmiotem zainteresowań K. Dąbrowskiego. Do głównych pozycji tego autora zaliczamy następujące: *Higiena psychiczna*, Warszawa 1962; *Spółeczno-wychowawcza psychiatria dziecięca*, Warszawa 1964<sup>2</sup>

<sup>9</sup> *Dekret o formacji kapłańskiej „Optatum totius”*, 11, [w:] *Sobór Watykański II. Konstytucje, dekrety, deklaracje*, Poznań 1968.

<sup>10</sup> Por. J. M a j k o w s k i, *Asceza*, I: *Psychologia ascezy*, [w:] *Encyklopedia Katolicka*, t. I, pod red. F. Gryglewicz, R. Łukaszyka, Z. Sulowskiego, Lublin 1973, kol. 978-980.

nie jest obcy<sup>11</sup>. Wydaje się, że Sobór Watykański II pod terminem „zdrowa psychologia” rozumie działy nauk psychologicznych, które liczą się z takimi wartościami, jak godność człowieka, wolność i odpowiedzialność w działaniu, z naturalną potrzebą znalezienia odpowiedzi na dręczące pytania o sens życia, cierpienia, radości, śmierci. Człowiek poszukując sensu życia, poszukuje *de facto* Boga. J. Majkowski pisze, że „praktyczna psychologia ascezy ujmuje człowieka w jego całości statyczno-dynamicznej; uwzględnia zarówno biologiczną, jak i filozoficzną oraz teologiczną wizję człowieka; nadto ustala w życiu wewnętrznym optymalny model duchowości i cechy istotne tego modelu”<sup>12</sup>. Dla zdrowej psychologii człowiek nie jest zlepkiem systemów psychofizycznych. Rozumie ona człowieka jako zorganizowaną całość, która cieszy się wyjątkową pozycją w świecie przyrody.

Sobór Watykański II, podkreślając doskonałość osoby ludzkiej, zaznacza: „Dlatego trzeba tak kształtować ducha, aby rozwijała się zdolność podziwiania, wnikania w głąb, kontemplacji i urabiania sobie sądu osobistego oraz zdolności kształcenia zmysłu religijnego, moralnego i społecznego”<sup>13</sup>. Nie tylko problem sensu życia stał się przedmiotem badań psychologicznych, ale nawet teologiczny termin „osoba” wszedł do wielu współczesnych kierunków psychologicznych<sup>14</sup>. Psychologia powróciła do problemów, od których w XIX stuleciu pragnęła się uwolnić.

Człowiek do niczego w życiu nie dojdzie bez zasady celu i porządku<sup>15</sup>. Już sam rozwój ontogenetyczny wyróżnia człowieka ze świata zwierząt. Przechodzi on bowiem swoiste etapy rozwojowe – od stanu głębokiej nieświadomości do świadomego istnienia, od głębokiej heteronomii do autonomii,

---

<sup>11</sup> W myśl nauki Soboru Watykańskiego II nie można uznać za zdrową psychologię takiego kierunku, który widzi człowieka w relacji do świata zwierząt. Taka bowiem psychologia manipuluje człowiekiem. Wszelka manipulacja człowiekiem uderza w jego godność i wartość jako osoby.

<sup>12</sup> Art. cyt., kol. 979.

<sup>13</sup> *Konstytucja duszpasterska o Kościele w świecie współczesnym „Gaudium et spes”*, 59, [w:] *Sobór Watykański II. Konstytucje, dekryty, deklaracje*.

<sup>14</sup> Rzutowy przegląd badań w tym zakresie różnych kierunków psychologicznych, które zabiegają o całościowe ujęcie i rozumienie człowieka, zob. Z. U c h n a s t, *Koncepcja człowieka jako osoby w psychologii humanistyczno-egzystencjalnej*, [w:] *Człowiek – pytanie otwarte*, pod red. K. Popielskiego, Lublin 1987, s. 77-100.

<sup>15</sup> Z. Freud powiedział swego czasu z przekąsem, że nerwica jest przywilejem człowieka. Otóż w ironii tej mieści się dużo prawdy. Zwierzę może również zachorować na nerwicę, przeżywać stany depresji. Okrutne obchodzenie się ze zwierzęciem może spowodować reakcje neurotyczne. Nie wolno jednak interpretować nerwicy człowieka na sposób analogiczny z takim stanem u zwierzęcia. Nerwica człowieka dotyka bowiem nie tylko szerszej płaszczyzny bytu, ale i jakościowo odmiennego sposobu bytowania. Dotyka ona płaszczyzny biologicznej, psychicznej, społecznej i duchowej.

od pasywności do aktywnej osoby historycznej. W tym trudnym procesie personalizacji progresywnej człowiek jest ustawicznie otwarty na drugie „ty”. Ten właśnie schemat ukierunkowuje człowieka na „Ty” Transcendentne. Jeżeli człowiek nie rozwija swego specyficznego ludzkiego schematu, który go ukierunkowuje ku Transcendencji, wtedy siłą prawa psychicznego uczyni z własnych przeżyć, życzeń, wrażeń miernik wszelkich wartości. Zdrowa psychologia przestrzega przed taką formacją życia wewnętrznego. Człowiekowi nie wolno absolutyzować rzeczy relatywnych, prowadzi to bowiem do zaburzeń nie tylko emocjonalnych, ale i społecznych<sup>16</sup> Warto w tym miejscu przypomnieć pierwsze przykazanie Dekalogu: „Nie będziesz miał cudzych bogów obok Mnie!” (Wj 20, 2). W Kazaniu na Górze wchodzi ono bardzo głęboko w ludzkie serce, warunkując zdrową postawę wobec Boga, drugiego „ty”, wobec samego siebie oraz wobec świata przyrody: „Błogosławieni ubodzy w duchu, albowiem do nich należy królestwo niebieskie” (Mt 5, 3). Postawa całkowitej zależności od Boga uczy stawania się panem własnej ziemi, tzn. ciała. Tutaj przecinają się płaszczyzny wzajemnego wpływu zdrowej psychologii i zdrowej ascezy. Obie dziedziny ubogacają się nawzajem. Zdrowa psychologia zabiega o to, by schemat specyficznego ludzkiego, ukierunkowany na Absolut, nie uległ patologii w sensie natężenia i w sensie ukierunkowania. Cele biologiczne nie są w stanie udzielić odpowiedzi na nurtujące pytania człowieka, bowiem: „Nie samym chlebem żyje człowiek” (Mt 4, 4). Cel duchowy, który wychodzi poza wymiary naturalności, jest niezbędnym warunkiem zdrowia duchowego<sup>17</sup>

### III. HARMONIA ŻYCIA WEWNĘTRZNEGO

Zdrowa psychologia oraz zdrowa asceza integrują osobowość. Integracja jest swoistym owocem harmonii postawy, światopoglądu, życia emocjonalnego. Brak harmonii życia wewnętrznego może być objawem wielu schorzeń

---

<sup>16</sup> I. A. Caruso (*Engel und Sündenbockkomplex*, „Der Psychologe”, 4(1953), H. 1, s. 5 n.) pyta, czy czasem urojenia totalitaryzmu nie są takie, że sprowadzają Absolut do form społecznych.

<sup>17</sup> Por. C. G. Jung, *Analytische Psychologie und Erziehung*, Heidelberg 1927, s. 40. Człowieka cechuje postawa religijna, w której zawiera się poszanowanie godności ludzkiego życia oraz wiara w jego sens. Por. t e n ż e, *Two Essays on Analytical Psychology*, New York 1928, s. 106.

neurotycznych<sup>18</sup> Zapytajmy: co się dzieje w ludzkiej psychice, jeżeli podstawowy schemat specyficznie ludzki, który uzdolnia człowieka do korespondencji z Absolutem, zostanie wyparty, skierowany na wartości względne?

## 1. POTRZEBA HIERARCHII WARTOŚCI

Błędne pokierowanie swoim „ja” w relacji do hierarchii wartości wykrzywia obraz samego Boga. Miernikiem wszelkich wartości staje się człowiek. Wszelka wartość, która w odniesieniu do Boga jest tylko wartością relatywną, ulega absolutyzacji. W miejsce Boga wchodzi totalny człowiek, który wyłamał się z hierarchii wartości. Nie uważa hierarchii wartości za wymiar obiektywny, lecz za uzależniony od subiektywnego osądu. Człowiek, który ma za zadanie poznawać hierarchię wartości, staje się istotą, która tę hierarchię określa, decyduje o niej. Immanentyzm wartości prowadzi do wypowiedzenia Bogu – *non serviam*.

Psychologia podkreśla, że człowiek musi zaakceptować hierarchię wartości, jest to warunek *sine qua non* właściwego rozwoju, a tym samym uczy go pokory, wskazując, że istnieją wartości wyższe niż „ja” psychiczne. Ostrzega przed wewnętrznym rozdarciem. Zamknięty w sobie człowiek nie potrafi integrować się na coraz wyższych poziomach rozwojowych. Miłość, cnota, Bóg itp. stają się pojęciami bez treści<sup>19</sup> Owocem tak uformowanej postawy będzie lęk egzystencjalny, utrata sensu życia, której mogą towarzyszyć myśli samobójcze.

## 2. POSTAWA WOBEC WŁASNEGO „JA”

Brak psychologicznej harmonii pomiędzy świadomością a podświadomymi tendencjami, przekonaniami oraz emocjami tworzy mechanizm obronny projekcji. Niewłaściwa postawa wobec własnego istnienia budzi z czasem poczucie winy, niepokój sumienia. Charakterystyczna jest tutaj nieporadność w odrzuceniu źródła tejże dysharmonii, którym jest absolutyzacja rzeczy relatywnych. Człowiek, szukając drogi wyjścia ze swoich kłopotów psy-

---

<sup>18</sup> Problem nerwicy i religii ma swój ciekawy rozwój – zob. A. J. N o w a k, *Nerwica a religia w aspekcie psychologii głębi*, „Colloquium Salutis”, 4(1972) 205-227.

<sup>19</sup> Por. I. A. C a r u s o, *Psychoanalyse und Synthese der Existenz*, Freiburg 1952, s. 7-11.

chicznych, karze samego siebie. Niestety, „asceza” przy błędnej postawie wobec własnego „ja” prowadzi raczej do tików neurotycznych, do depresji, do walki z natrętnymi myślami, odnośnie do których neurotyk sądzi, że pochodzą od szatana. Psychologia personalistyczna ostrzega przed próbą odwrócenia całego porządku. Tak ważne jest zakotwiczenie „ja” psychicznego w obiektywnej hierarchii wartości.

### 3. POSTAWA WOBEC OTACZAJĄCEGO ŚWIATA

Człowiek musi zająć realną, obiektywną postawę wobec całej rzeczywistości, w której żyje. Absolutyzowanie samego siebie kształtuje postawę, dla której własne doświadczenia emocjonalne, przeżycia stają się niemalże ostatecznym argumentem w sensie – „ja tego doświadczyłem, a więc proszę: żadnej dyskusji” Owocem takiej postawy będzie łańcuch doświadczeń, gdzie jedno przeżycie domaga się następnego. Otaczająca rzeczywistość zaczyna człowieka zniewalać. Z immanencji przerzuca się do pseudotranscendencji. Uczucie staje się kryterium wartości życia, rozumiane jako pożądanie. Wszystko posiadać, niczego nie tracąc. Lęk przed decyzją. Decyzja bowiem zamyka inne możliwości życia.

Zakłócona postawa wobec otaczającej rzeczywistości, wobec drugiego człowieka tłumi proces poznawania samego siebie. Człowiek ucieka od prawdy o samym sobie, stąd lekceważenie koniecznych obowiązków, przy równoczesnym przecenianiu obowiązków wymagowanych<sup>20</sup>. Człowiek, który wyzbył się „Ty” Transcendentnego, poszukuje wartości fetysza w rzeczach, gromadzi doznania. Żyjąc w świecie wartości materialnych, człowiek znajduje się w stanie obłąkania. Taka konkretyzacja prowadzi do agresji<sup>21</sup>.

## IV. PRELIMINARIA

Psychologia nie jest kompetentna, by specyficznie ludzkiemu schematowi, który ukierunkowuje człowieka na Absolut, dostarczyć konkretnego przedmiotu. Leży to w kompetencji Objawienia, teologii, religii, filozofii. Zdrowa

---

<sup>20</sup> Por. tamże, s. 62-69.

<sup>21</sup> Por. tamże, s. 90-94.



psychologia potrafi jednak wykazać, że w podmiocie drzemie *capacitas*, która umożliwi mu nawiązanie kontaktu z Transcendencją.

Powróćmy do ascetyki. Otóż sam termin „ascetyka”, wzięty z kultury hellenistycznej, wprowadzili do języka chrześcijańskiego Klemens Aleksandryjski i Orygenes<sup>22</sup>. Pod tym terminem rozumiemy w zasadzie wszystko, co dotyczy chrześcijańskiej dojrzałości oraz doskonałości. Gdy mówimy o ascezie w aspekcie moralnym – jest ona bliższa pojęciu *metanoia*, gdy w aspekcie mistycznym – jej celem jest wzrastające wewnętrzne doświadczenie Boga. Podział ten ma charakter metodologiczny, praktycznie bowiem nie można w chrześcijańskim ujęciu ascezy tych aspektów rozdzielać. Asceza, współpracując z łaską, zmierza do zjednoczenia człowieka z Bogiem<sup>23</sup>. Należy tutaj podkreślić, że nauka Kościoła świętego nigdy nie akceptowała tzw. ascezy kultycznej, tzn. ascezy dla samej ascezy, której celem jest nierzadko manipulacja energią psychiczną, by drogą tylko i wyłącznie własnego wysiłku dojść do „wewnętrznej doskonałości”, bez odniesienia do zjednoczenia z Bogiem. Wszelkiego rodzaju praktyki, takie jak post, wstrzemięźliwość, post eucharystyczny, czuwania nocne itp., zawsze powinny mieć jeden cel: przygotować wewnątrz człowieka na zjednoczenie z Bogiem. Tego rodzaju ćwiczenia są wyrazem ofiarnej miłości osoby człowieka wobec Osoby Chrystusa. Chodzi tu zatem o relacje międzyosobowe. Dlatego asceza w katolickim rozumieniu nie ma nic wspólnego z samodoskonaleniem czy samoodkupieniem. Pozostaje ona wyrazem dobrej woli człowieka, by przyjąć Światłość Prawdziwą i Nią żyć (por. J 1, 9-12) i tak stawać się coraz bardziej dzieckiem Boga.

Psychologia podkreślając, że człowiek jest ukierunkowany ku Transcendencji, ostrzega przed absolutyzacją rzeczy relatywnych, ideologii, systemów i dzięki temu jakby przygotowuje człowieka do współpracy z łaską. Łaska Chrystusa wprawdzie nie potrzebuje nieodzownej równowagi psychicznej, podobnie jak nie jest identyczna łaska ze zdrowiem psychicznym; psychologia troszczy się o harmonię życia wewnętrznego, Kościół święty natomiast swoją zbawczą misją zabiega o uświęcenie każdego człowieka, również psychicznie chorego – asceza ma swój istotny wymiar w wierze. Aby jednak postawa wiary wobec Osoby Jezusa Chrystusa była postawą dojrzałą, konieczne jest dojrzałe podłoże psychiczne. W akcie wiary człowiek wychodzi z ciasnoty własnego „ja”, transcenduje siebie i całkowicie ufa Chrystusowi. Wszelkie bowiem zniewolenie, absolutyzowanie rzeczy relatywnych oddala od wiary

---

<sup>22</sup> Por. F. W u l f, *Ascese (Aszetik)*, [w:] *Sacramentum mundi*, Bd. I, Basel-Wien 1967, s. 358. Odrębnym działem nauk teologicznych stała się ascetyka dopiero w XVII w., w XVIII w. zaś odłączyła się od mistyki (por. tamże).

<sup>23</sup> Por. M a j k o w s k i, art. cyt., kol. 978.

(por. 1 Tm 6, 3-10). Psychologiczny dystans w stosunku do otaczającej rzeczywistości współpracuje z łaską. Dzięki temu człowiek jest przygotowany na poznanie Chrystusa. Im głębiej Chrystusem żyje, tym doskonalej poznaje wartość i godność siebie jako osoby.

Człowiek jednak ustawicznie ulega pokusie, by poznawać siebie i świat poza Bogiem czy nawet bez Boga (por. Rdz 3, 1-7). Ustawiczne ćwiczenie w akcie wiary możemy określić jako ascezę zasadniczą. Wiara bowiem nie jest czymś danym raz na zawsze. Wymaga ona codziennego świadectwa, skarb wiary bowiem przechowujemy w naczyniach glinianych (por. 2 Kor 4, 7). Na innym miejscu napisze Paweł Apostoł, aby nie brać wzoru z tego świata (por. Rz 12, 2), pragnąc tym samym powiedzieć, że trzeba się od tego świata duchowo odrywać, by całą mocą skupić się na Bogu. Dopiero w zjednoczeniu z Bogiem zaczyna człowiek inaczej, dogłębniej, realniej odczytywać porządek tego świata, zachowując wobec niego dystans wolności. Najlepszymi gospodarzami dóbr tego świata są mistycy! Rozumieją oni gospodarkę jako czynną służbę życiu i miłości Boga oraz bliźniemu – aż do zapomnienia o sobie samym. Asceza zatem dynamizuje naturalną zdolność człowieka w nawiązywaniu dialogu z Transcendencją. Natomiast wszelkie wypieranie, zagłuszanie tego dynamizmu, schematu może sprawić, że człowiek staje się ślepy na Światłość, która oświeca każdego człowieka (por. J 1, 9)<sup>24</sup>. Sobór Watykański II zauważa: „Inni znów tak sobie Boga wymyślają, że twór ten, odrzucany przez nich, żadną miarą nie jest Bogiem Ewangelii”<sup>25</sup> Ten trud wzrastania w wierze nie był obcy nawet apostołom. To oni prosili słowami: „Przymnóż nam wiary!” (Łk 17, 5). Asceza wiary jest ascezą egzystencjalną. Im radykalniej człowiek ją uprawia, tym głębiej, jaśniej doświadcza w swym wnętrzu woli Bożej. Tak wzrastali święci, wielcy charyzmatycy Kościoła. W nim bowiem poznajemy, kim jest Bóg Prawdziwy. Bez Kościoła świętego nie byłoby św. Franciszka z Asyżu.

Naturalną konsekwencją ascezy w wierze jest świadomość grzechu. Psychologia wyraźnie mówi nam, że człowiek jest istotą, która ma egzystencjalny wymiar winy.

Higiena psychiczna przestrzega przed wszelką próbą manipulowania poczuciem winy. Poczucie winy jest przebiegiem psychicznym, który powstaje, trwa i ginie. Jeżeli przebieg ten zatrzyma się, stanie się czymś trwałym,

<sup>24</sup> Odnośnie do psychologicznej idei Boga zob. ks. Z. Chlewiński, *Bóg*, VIII: *Psychologiczne uwarunkowania idei Boga*, [w:] *Encyklopedia Katolicka*, t. II, pod red. F. Gryglewicza, R. Łukaszyka, Z. Sułowskiego, Lublin 1976, kol. 982-987. Zob. też: A. J. Nowak, *Kształtowanie się idei Boga*, „Tygodnik Powszechny”, 23(1969), nr 23, s. 1.

<sup>25</sup> *Konstytucja [...] „Gaudium et spes”*, 19.

wtedy niszczy on harmonię wewnętrzną i może nawet doprowadzić do reakcji rezygnacyjnej samobójczej. Z reguły spotykamy w nerwicy uprzednio wypartą winę, która ujawnia się w błędnie zlokalizowanym poczuciu winy<sup>26</sup>. Zdaniem C. G. Junga nerwica jest zawsze namiastką właściwego cierpienia<sup>27</sup>. Psychologia ucząc człowieka dojrzałej postawy wobec poczucia winy, staje się pomocna do właściwego ustosunkowania się człowieka wobec świadomości grzechu, do ćwiczeń w sakramencie pokuty. Jung twierdzi np., że wina egzystencjalna nie może być usunięta metodami psychologicznymi, lecz musi być ona odpuszczona, przebaczona<sup>28</sup>.

Nie wszystkie napięcia w życiu wewnętrznym kwalifikują się do psychoterapii. Dynamizm rozwojowy człowieka charakteryzuje się bolesnym szukaniem własnej tożsamości, sensu życia, cierpieniem, sytuacjami konfliktowymi. Ten skomplikowany tok rozwojowy, w którym przeplatają się radość i smutek, zdrowie i cierpienie, zadowolenie i depresja, poczucie winy oraz świadomość wewnętrznego ładu, jest realny w każdym z nas. Na każdym etapie rozwojowym, jak nam to wspaniale prezentuje teoria psychospołeczna E. H. Eriksona<sup>29</sup>, spotyka człowiek swoiste trudności, przeszkody, które mogą być źle rozwiązane. Gdy śledzimy proces personalizacji progresywnej w aspekcie psychologicznym, wtedy można by tenże proces określić językiem teologicznym jako swoistą, bardzo indywidualną drogę krzyżową. Psychologia uczy nas zrozumienia tego procesu, zabiega o to, by człowiek nie uległ utopiom, jakoby można było żyć, rozwijać się bez trudności i poza wszelkim cierpieniem. Jest rzeczą niemożliwą, by osiągnąć doskonałość poznania, relatywną wolność bez przeszkód, taka bowiem koncepcja istnienia i rozwoju jest iluzją. Osobowość ludzka rozwija się z trudem, jest ukierunkowana ku doskonałemu poznaniu oraz ku pełnej wolności. Człowiek dojrzewając w trudzie, wyzwala się z miłości narcystycznej, by zwrócić się ku drugiej osobie<sup>30</sup>. Ktokolwiek wychodzi z ciasnoty własnego „ja”, a jest to

---

<sup>26</sup> Por. I. A. C a r u s o, *Psychanalyse pour la personne*, Paris 1962, s. 52.

<sup>27</sup> *Psychologie und Religion*, Zürich 1940, s. 136.

<sup>28</sup> Za: W. B i t t e r, *Angst und Schuld in theologischer und psychotherapeutischer Sicht*, Stuttgart 1962, s. 9. Problem winy teologicznej, moralnej i egzystencjalnej zob. W. V. S i e b e n t h a l, *Schuldgefühl und Schuld bei psychiatrischen Erkrankungen*, Zürich 1956. Zob. też: G. B e n e d e t t i, *Der psychisch leidende und seine Welt*, Stuttgart 1964. Należy tutaj zwrócić uwagę na istotną różnicę pomiędzy poczuciem winy a świadomością grzechu. Terminów tych nie wolno używać zamiennie. Por. A. J. N o w a k, *Pastoralpsychologische Auffassung des Bußsakramentes*, „Archiv für Religionspsychologie”, 15(1982) 267-276.

<sup>29</sup> *Kindheit und Gesellschaft*, Stuttgart 1957.

<sup>30</sup> Por. C a r u s o, *Psychanalyse pour la personne*, s. 40 n.

przecież jedyna droga osobistego rozwoju, ten zawsze będzie narażony na kryzysy, błędy, przeszkody.

Chrześcijanin nie może zdrowej ascezy inaczej rozumieć, jak tylko jako sposób uczestniczenia w życiu Chrystusa. Dlatego zdrowa asceza jest ascezą krzyża. W krzyżu nabiera ona swoistego sensu i mocy oczyszczającej. Przez chrzest św. został chrześcijanin zanurzony w śmierć i zmartwychwstanie Chrystusa. Człowiek, który żyje wartością ascezy, widzi swoją nadzieję w krzyżu. „O crux ave, spes unica” – modli się Kościół. Cierpienie nabiera głębokiego sensu. Wtedy człowiek, doświadczony trudnymi etapami rozwojowymi lub nagłym bolesnym doświadczeniem tak w życiu wewnętrznym, jak i w życiu zewnętrznym, nie kłóci się z Bogiem, lecz ten bolesny znak dzięki ascezie krzyża potrafi odczytać pozytywnie. Człowiek współczesny próbuje „zstąpić” z krzyża. Gonitwa za doświadczeniami, przeżyciami, przyjemnościami stała się tak namiętna, że człowiek zmienia swoje uczucia, przekonania jak przedmioty. Nawet takie wartości, jak Kościół, ojczyzna, kapłaństwo, małżeństwo nie liczą się wobec osobistego doświadczenia. Stan kapłański, małżeński tak długo są „kochane”, jak długo są użyteczne dla własnego „ja”. W Chrystusie odczytuje człowiek zupełnie inaczej sens swego cierpienia. Wie, że ostatecznym celem miłującego Boga jest nawrócenie grzesznika. Cierpienie staje się w życiu człowieka wiary, ascezy krzyża jednym ze sposobów upodobnienia się do ukrzyżowanego Chrystusa. Chrystus bez krzyża – to oszustwo i ktokolwiek pragnie zmartwychwstać do życia, ten musi skonać na krzyżu. Z krzyża nie wolno zstępować nawet za cenę rzekomego zbawienia innych (por. Mt 27, 42). Chrystus słuszności drogi krzyża nie uzasadnia słowami. Idzie tą drogą i domaga się, aby każdy, kto się do Niego przyznaje, przyznawał się również do krzyża, i dlatego tak surowo skarcił św. Piotra, który usiłował odwieść Chrystusa od decyzji podjęcia krzyża (por. Mk 8, 31-33; Mt 16, 21-23). „Jeśli kto chce pójść za Mną, niech się zaprze samego siebie, niech weźmie krzyż swój i niech Mnie naśladowuje!” (Mk 8, 34). Tak rozumiana asceza krzyża staje się równocześnie urealnieniem Kazania na Górze. Pięknie wyraża ten wymiar ascezy nasza pieśń kościelna:

W krzyżu cierpienie, w krzyżu zbawienie,  
 W krzyżu miłości nauka.  
 Kto Ciebie, Boże, raz pojąć może,  
 Ten nic nie pragnie ni szuka.  
 W krzyżu ośłoda, w krzyżu ochłoda  
 Dla duszy smutkiem zmroczonej.  
 Kto krzyż odgadnie, ten nie upadnie  
 W boleści sercu zadanej.

Człowiek na tyle odnajduje swoje „ja”, na ile żyje Chrystusem. Kto stracił siebie dla Chrystusa, ten ponownie odnajduje siebie w Chrystusie w sposób tak bogaty i głęboki, że przekracza ono wszelkie oczekiwania. „Teraz zaś już nie ja żyję, lecz żyje we mnie Chrystus” (Ga 2, 20).

Jak już zaznaczyliśmy, zdrowa psychologia widzi i rozumie człowieka jako istotę, którą charakteryzuje zdolność nawiązywania kontaktu z Transcendencją. Wyparcie tego dynamizmu daje bardzo przykre konsekwencje w życiu człowieka. Analiza egzystencjalna określa sumienie jako głos Transcendencji w człowieku<sup>31</sup>. Celem otwartej postawy człowieka nie może być nawrót do pierwotnych struktur; byłoby to zaprzeczenie sensu personalizacji progresywnej. Dojrzała, zintegrowana osobowość nie unika tematyki śmierci<sup>32</sup>. W świetle procesu personalizacji celem życia nie może być śmierć, jak sobie tego życzył Z. Freud, lecz życie. Celem życia jest życie<sup>33</sup> – jest dalsze życie, jest więcej życia. Człowiek znajduje się jako osoba na drodze osobowej miłości i zmierza do osobowego poznania, teraz bowiem poznaje jakby w zwierciadle (por. 1 Kor 13, 12).

Zasygnalizowane przesłanki psychologiczne korespondują z ascezą w jej wymiarze eschatologicznym. Jest to naturalna konsekwencja ascezy wiary i ascezy krzyża. Chrześcijanin przynależy do Kościoła pielgrzymującego i dlatego rozumie to życie doczesne jako pielgrzymowanie. Kościół pielgrzymujący zbudowany jest na silnych fundamentach, którego architektem jest sam Bóg (por. Hbr 11, 10). Kto pielęgnuje życie sakramentalne, ten praktykuje ascezę eschatologiczną, pielgrzymuje wąską drogą, która kończy się ciasną bramą (por. Mt 7, 13-14). W trudnościach doczesnego życia Matka-Kościół udziela człowiekowi sił i sakramentalnej mocy, by nie popadł w stan rezygnacji oraz nie uległ pokusie zejścia na wygodną i szeroką drogę, która wiedzie na zatracenie (por. Mt 7, 13). W trudach sakramentalnego życia, w ustawicznym powracaniu w sakramencie pojednania do sakramentu chrztu św., praktykuje chrześcijanin ascezę eschatologiczną, którą tak pięknie rysuje Paweł Apostoł: „Mówię, bracia, czas jest krótki. Trzeba więc, aby ci, którzy mają żony, tak żyli, jakby byli nieżonaci, a ci, którzy płaczą, tak jakby nie płakali, ci zaś, co się radują, tak jakby się nie radowali; ci, którzy nabywają, jak gdyby nie posiadali; ci, którzy używają tego świata, tak jakby z niego nie

---

<sup>31</sup> Por. V. E. Frankl, *Der Unbewußte Gott*, Wien 1949, s. 74. Zob. też: t e n ż e, *Das Gewissen in der Neurose*, [w:] *Handbuch der Neurosenlehre und Psychotherapie*, Bd. II, hrsg. von V. E. Frankl [u.a.], München 1958, s. 707; A. J. Nowak, *Sumienie w ujęciu V. E. Frankla*, „Collquium Salutis”, 13(1981) 227-233.

<sup>32</sup> Por. E. C. Adams, *Das Werk von E. H. Erikson*, [w:] *Psychologie des 20. Jahrhunderts*, Bd. III, hrsg. von D. Fricke, Zürich 1977, s. 317 n.

<sup>33</sup> Por. I. A. Caruso, *Bios, Psyche und Person*, Freiburg 1957, s. 312, 330.

korzystali. Przemija bowiem postać tego świata” (1 Kor 7, 29-31). Tekst ten rysuje nam zdrową ascezę, daleką od wszelkiej ascezy kultycznej. W podanym tu tekście asceza i mistyka tworzą jedno w życiu ucznia Chrystusowego.

## V. REFLEKSJE KOŃCOWE

Zawarte tutaj myśli należy potraktować jako próbę ukazania istotnych zakresów ludzkiego życia, płaszczyzn, na których korespondują zdrowa psychologia i zdrowa asceza. Psychologia niewątpliwie oddaje cenne usługi życiu wewnętrznemu, ale również ascetyka jest niezmiernie ważna w kształtowaniu harmonii życia. Asceza służy integrowaniu osobowości. O zdrowej ascezie mówimy wtedy, gdy rozwija się harmonijnie w aspekcie wiary, krzyża i eschatologii.

Kończąc, zwróćmy uwagę jeszcze na jeden bardzo istotny wymiar ludzkiego istnienia. Człowiek ma bogate życie popędowe. Popędy należą do bycia człowiekiem. Mają one istotny wkład w ukierunkowanie rozwoju człowieka. Od momentu poczęcia nie rozwija się człowiek jako człowiek, lecz jako człowiek-mężczyzna lub człowiek-kobieta. Akceptacja i zrozumienie swego wymiaru cielesnego jest wyrazem współpracy z darem Boga. Bóg bowiem dotyka swą łaską człowieka w całości takim, jakim on jest w swych wymiarach egzystencjalnych. Człowiek nie jest „igraszką” sił popędowych, nie został on bezwolnie wydany ich mocy. Jest on w swoich popędach przeduchowiony, w swej wolności duchowej zaś musi być rozumiany razem z popędami (I. A. Caruso). Działa on bowiem jako osoba.

W sakramentalnym życiu doświadczają człowiek bytowania w Chrystusie i dlatego o wiele głębiej rozumie swą godność i wartość. To Matka-Kościół swoją sakramentalną pedagogiką kształtuje sakramentalną osobowość. Istotnym determinantem zachowania się takiej osobowości jest świadomość łączności z Chrystusem. Warto w tym miejscu zaznaczyć, że nie mamy definicji ascezy, która by była ogólnie przyjęta. Bywa ona określana jako *via purgativa*, *via illuminativa* oraz *via unitiva*. Ta ostatnia dotyczy mistyki<sup>34</sup>. Globalne ujęcie ascezy w życiu ucznia Chrystusowego, który równocześnie na co dzień żyje wiarą, krzyżem, eschatologią, nie pozwala na manipulowanie sferą popędową. Odważnie akceptuje on swój wymiar cielesny jako dar miłującego Boga i będzie go rozwijał w relacji do Osoby Jezusa Chrystusa. Ta właśnie relacja charakteryzuje się ustawicznym otwieraniem się człowieka na całą

<sup>34</sup> Por. W u l f, art. cyt., s. 367.

rzeczywistość – aż po ukochanie Chrystusa w każdym człowieku (por. Mt 25, 35-40). W Chrystusie doświadcza człowiek swoistej integracji własnego wnętrza<sup>35</sup>.

Modyfikacja sfery popędowej może mieć charakter sublimacji, tolerancji na frustrację lub integracji. Integracja zmierza ku temu, by życie popędowe miało naprawdę wymiary ludzkie, natomiast sublimacja i tolerancja na frustrację nie akceptują danego przez naturę wymiaru cielesnego. Błędne pokierowanie sferą popędową tworzy cień osobowości, w którym mieszczą się wszelkie przykre doświadczenia (C. G. Jung). Zdarza się, że po pewnym czasie cień osobowości gwałtownie wchodzi w pole świadomości, powodując ogromne cierpienia, zakłócenia harmonii życia wewnętrznego. Jest to skutek błędnej pracy nad sobą. Człowiek cierpi z powodu wewnętrznego rozbicia, nieudanej próby rozwiązywania problemów we własnym „ja”

Przyczyn takiego stanu rzeczy nie należy szukać w zdrowej ascezie, w braku wyładowywania takich czy innych popędów<sup>36</sup>. Asceza globalna (wiary, krzyża, eschatologii) do takich stanów nie doprowadza. Zdrowej ascezie obca jest wszelka manipulacja sferą popędową. Cierpienia psychiczne, które mają swe źródło w cieniu osobowości, nie wolno też utożsamiać z „nocą zmysłów” (św. Jan od Krzyża), z „nocą duszy” (św. Wincenty Pallotti). Cierpienia psychiczne uwarunkowane cieniem osobowości mają charakter intrapsychiczny, „noc zmysłów” zaś ma charakter interpsychiczny; mamy tutaj do czynienia z całkowitym zanurzeniem się w ciemności, aby móc na nowo zmartwychwstać w Chrystusie. Cierpienia te nie są spowodowane błędną indywiduacją, nieudanym procesem odkrywania *Selbst*. Mistyk nie posługuje się metodą indywiduacji. W centrum jego zainteresowań nie znajduje się

---

<sup>35</sup> Osoba konsekrowana staje się panem swej ziemi (ciała), integrując się *in persona Christi*, natomiast małżonkowie *in persona ecclesiae*.

<sup>36</sup> Taką błędną interpretację spotykamy np. u J. Reykowskiego (*Z zagadnień psychologii motywacyjnej*, Warszawa 1970, s. 105 n.). Współżycie seksualne wcale nie jest warunkiem *sine qua non* w osiągnięciu dojrzałej osobowości. To właśnie brak ascezy seksualnej prowadzi aż po „prawne” zabijanie dzieci. Zabijanie poczętego życia jest najwyższym wyrazem zniewolenia wymiarem seksualnym (patologia). Zdrowa asceza prowadzi do autentycznej wolności. Św. Jan od Krzyża (*Droga na Górę Karmel*, [w:] t e n ż e, *Dzieła*, Kraków 1986, s. 160) pisze: „Naturalne bowiem pożądania (chodzi o te poruszenia, w których wola rozumna nie bierze udziału ani przedtem, ani potem) niewiele lub nic nie przeszkadzają duszy w zjednoczeniu, jeżeli są tylko pierwszymi poruszeniami i dusza na nie nie zezwala. Takich bowiem pożądań pozbyć się zupełnie w tym życiu nie można. One też nie przeszkadzają do tego stopnia, by dusza nie mogła dojść do zjednoczenia, choćby nie były, jak mówię, całkowicie wyniszczone, ponieważ natura może je posiadać, a jednak dusza według wyższej części rozumowej będzie od nich wolna. Zdarza się bowiem nieraz, że dusza będąc w wysokim zjednoczeniu modlitwy odpocznienia we władzach woli, mimo że ma te poruszenia w części zmysłowej, nie odczuwa ich jednak w wyższych władzach duszy, które trwają w modlitwie”

własne „ja”, lecz Chrystus. „Noc zmysłów”, „noc duszy” – to bolesne dojrzenie w poznawaniu Chrystusa. To proces głębokiego uświadomienia sobie własnej postawy ubóstwa, która szeroko otwiera osobę na bogactwo, jakim jest Chrystus.

W apokryficznym Liście do Etiopczyków czytamy słowa, które miał wypowiedzieć Chrystus: „Ludzie małej wiary, chcecie znać prawdę bez bólu?”<sup>37</sup> Poznawcza droga Prawdy, którą jest Chrystus, jest drogą wąską, kamienistą, krzyżową! Św. Jan od Krzyża pisze: „Jeżeli oczyszczenie ma być prawdziwe, cierpienie to, choćby było najgwałtowniejsze, musi trwać przez kilka lat”<sup>38</sup>. Tego typu cierpienia duchowe muszą być doprawdy wielkie, skoro św. W. Pallotti uważał je za największe, jakich kiedykolwiek w życiu doświadczył, i nikomu ich nie życzył<sup>39</sup>

Dojrzała asceza nie modyfikuje sfery życia popędowego sublimacją ani tolerancją na frustrację, lecz ubogacona łaską wiary, korzysta z danych psychologicznych, by przy pomocy Ducha Świętego człowiek mógł stawać się panem swej „ziemi”<sup>40</sup>. Tak pojęta asceza nie tworzy cienia osobowości. Świętość bowiem, do której zmierza uczeń Chrystusa współpracując (asceza) z łaską, nie jest czymś, co można raz osiągnąć i zatrzymać w ukryciu, lecz zadaniem dnia codziennego, ustawicznym zapuszczaniem korzeni w Chrystusa oraz budowaniem swej osobowości na Chrystusie (por. Kol 2, 6-7).

## PSYCHOLOGISCHE PRÄLIMINARIEN EINER GESUNDE ASKETIK

### Z u s a m m e n f a s s u n g

Der Artikel weis im ersten Teil auf die wichtigen Dimensionen des Menschen hin. Dazu gehört sowohl die emotionelle Dimension, als auch die religiöse Dimension. Die Harmonie des inneren Lebens hängt von der Werthierarchie ab von der Haltung gegenüber der Aussenwelt und nicht zu letzt von der Haltung gegenüber der Religion.

Der Verfasser betont das der Mensch nach der Auffassung von M. Scheler ein Nein-sager ist. Er muß also auch die Welt der Triebe in der Hand haben. Doch ein mündiger Christ kann die Asketik nicht anders verstehen als nur im Bezug auf Christus hin. Er muß das Kreuz auf sich nehmen und Christus nachfolgen.

*Zusammengefaßt von Antoni Jozafat Nowak OFM*

<sup>37</sup> *Epist. apost. Aethiop.*, XXIV – cyt. za: C a r u s o, *Psychanalyse pour la personne*, s. 87.

<sup>38</sup> *Noc ciemna*, [w:] t e n ż e, *Dzieła*, s. 459.

<sup>39</sup> Por. za: F. B o g d a n, *Na drogach nieskończoności*, Poznań 1981, s. 97 n.

<sup>40</sup> Por. A. J. N o w a k, *Człowiek wiary nadziei miłości*, Katowice 1988, s. 75-86, 106-109.