

JACEK HADRYŚ

Oziębłość duchowa a dążenie człowieka do komunii z Bogiem

Chrześcijańskie życie duchowe jest rzeczywistością dynamiczną. Rozpoczyna się z chwilą przyjęcia sakramentu chrztu świętego. Kiedy jednak ten sakrament przyjmuje niemowlę, to trudno mówić o świadomym życiu duchowym. Stąd też w teologii duchowości istnieje pojęcie personalizacji życia teologalnego, czyli przyjęcia w sposób świadomy i dobrowolny osobistej odpowiedzialności za swoje życie z Chrystusem. Zwykle owa personalizacja jest związana z doświadczeniem nawrócenia. Świadome chrześcijańskie życie duchowe podlega rozwojowi, dzieli się je na różne etapy, ale nie ulega wątpliwości, iż może się ono dokonywać w atmosferze lepszej lub gorszej. Najbardziej sprzyjający klimat w dążeniu do komunii z Bogiem stwarza postawa gorliwości chrześcijańskiej, natomiast przeszkodą niekiedy wręcz uniemożliwiającą to dążenie, jest tak zwana *acedia*, czyli letniość, oziębłość duchowa. Niniejsze opracowanie ma na celu ukazanie znaczenia tegoż klimatu gorliwości bądź oziębłości duchowej w dążeniu do zjednoczenia z Bogiem. Do opracowania tematu wykorzystano nauczanie ojców pustyni a także literaturę przedmiotu¹. Całość materiału podzielono na kilka części. W pierwszej zajęto się problematyką gorliwości chrześcijańskiej, w drugiej naturą oziębłości duchowej, w następnych jej przyczynami i wpływem na życie duchowe, a w ostatniej środkami zaradczymi. W zakończeniu zamieszczono krótkie podsumowanie.

Jacek H A R Y Ś, ks. dr hab., adiunkt w Zakładzie Teologii Moralnej i Duchowości, WT UAM, Poznań, e-mail: jacekh@amu.edu.pl

¹ Skorzystano także z – A. M o d l i Ń s k a: *Fenomen letniości zagrożeniem życia duchowego na podstawie literatury przedmiotu*. Praca magisterska z teologii duchowości obroniona w 2010 r. na Wydziale Teologicznym Uniwersytetu Adama Mickiewicza w Poznaniu, a w części dotyczącej modlitwy z J. H a d r y ś: *Aby lepiej modlić się*. Poznań 2002.

I. Gorliwość chrześcijańska

Gorliwość oznacza wytrwałe zaangażowanie się w realizację jakiegoś celu. W sensie religijnym mówimy o niej wtedy, kiedy mamy do czynienia ze stanem duszy charakteryzującym się intensywnym dążeniem do świętości. Nie chodzi zatem o chwilowe pragnienie, ale o stałe nastawienie i dążenie w kierunku komunii z Bogiem. Gorliwość taką można porównać do swoistej pasji, którą kojarzy się nawet z emocjonalnym zaangażowaniem, aczkolwiek nie jest od niego zależna i nie zawsze posiada taki charakter. Według świętego Tomasza jest ona owocem miłości, skutkiem jej natężenia². Święty Jan od Krzyża również wypowiada się o gorliwości w kontekście miłości o intensywnym charakterze³. Według Doktora Mistycznego gorliwość wynika z miłości Bożej obecnej w głębi duszy⁴.

Chrześcijańska gorliwość jest zatem efektem miłostnego działania Boga i przyjęcia go przez człowieka. Naznacza ona postawę człowieka dążącego do świętości z duchowym zapałem. Nie ulega wątpliwości, że kluczowe znaczenie w podtrzymywaniu gorliwości i jej rozwijaniu ma modlitwa oraz dbanie o żywą świadomość Bożej obecności w codzienności. Podczas modlitewnych spotkań z Bogiem można odkrywać przewyższającą wszystko wartość poznania Chrystusa i bycia z Nim (por. Flp 3, 8–9). Takie wewnętrzne poznanie prowadzi do postawy porzucenia wszystkiego dla Chrystusa i Jego miłości, którą odkrywa się jako drogocenną perłę czy skarb (por. Mt 13, 44–46). Powyższe nie oznacza natychmiastowej komunii z Bogiem, ale pragnienie porzucenia wszystkiego, aby być w tejże komunii i silną motywację do podjęcia działań w tym kierunku. Taka postawa nie tylko otwiera na działanie Bożej łaski, ale i uzdalnia do poświęceń niezbędnych na drodze prowadzącej do zjednoczenia z Bogiem. Przejawia się w podejmowaniu konkretnych działań służących realizacji owego pragnienia komunii z Bogiem, a ich charakter jest związany z aktualnym poziomem życia du-

² *Gorliwość jest skutkiem natężenia miłości. Wszak siła tym mocniej odpiera i zwalcza to wszystko, co się jej sprzeciwia, z im większym natężeniem dąży do czegoś. Skro zaś miłość jest dążeniem ku istocie ukochanej, to jasne, że usilna miłość dąży do przewycięzania wszystkiego, co się jej sprzeciwia* – T o m a s z z A k w i n u: *Suma teologiczna*, 28, 4 W: *Skrót zarysu teologii (Sumy Teologicznej) św. Tomasza z Akwinu OP*. Red. F. B e d n a r s k i. Warszawa 2000 s. 222.

³ *Zdarza się niekiedy, że ta mistyczna i miłosna teologia, rozplamieniacząc wolę, przenika równocześnie drugą władzę, tj. rozum. Napędza go poznaniem i światłem Bożym, tak miłym i subtelnym, że oświecona i wsparta nim wola nabiera w sposób przedziwny gorliwości. Płonie w niej wówczas bez jej współdziałania ten boski ogień miłości – tak żywym płomieniem, iż zdaje się duszy być żywym ogniem, a to na skutek głębokiego zrozumienia, jakie jej się tu udziela* – J a n o d K r z y ż a: *Noc ciemna II*, 12, 5, W: T e n ż e: *Dzieła*. Kraków 1998 s. 481–482.

⁴ *Tym płomieniem miłości jest (...) Duch Święty. Czuje Go dusza w sobie nie tylko jako ogień, który ją ogarnął i przemienił w słodką miłość, lecz również jako ogień, który nadto płonie w niej samej i czyni ją płomieniem* – J a n o d K r z y ż a: *Żywy płomień miłości I*, 3. W: T e n ż e: *Dzieła*, dz. cyt., s. 721.

chowego. Początkujący w życiu duchowym będą przede wszystkim starali się odrzucić to wszystko, co im przeszkadza w trwaniu przy Bogu, stąd ich gorliwość będzie się przejawiała przede wszystkim w podejmowaniu pracy nad sobą, czynów pokutnych, codziennego rachunku sumienia, regularnego korzystania z sakramentu pokuty. W miarę postępu w życiu duchowym gorliwość będzie pobudzała do coraz większego poznawania i naśladowania Chrystusa w celu upodobnienia się do Niego i nabycia Jego mentalności. Będzie wtenczas prowadziła do pogłębionego i systematycznego korzystania z sakramentów i karmienia siebie Słowem Bożym, a także do rozwijania w sobie cnót oraz charyzmatów i darów Ducha Świętego. Taka postawa będzie również prowadziła do zaangażowania się w życie Kościoła oraz jego ewangelizacyjną działalność. W dalszym etapie życia duchowego da się zauważyć determinację w dążeniu do modlitewnego trwania przy Bogu oraz wiernego podejmowania natchnień Ducha Świętego.

Gorliwość stanowi wewnętrzne nastawienie, które w sposób optymalny sprzyja dążeniu ku komunii z Bogiem. Z powyższego wynika, iż warto wiele uczynić, aby ją osiągnąć i na różne sposoby w sobie rozwijać. Jak już wspomniano, przede wszystkim może w tym pomóc odkrywanie głębin Bożej miłości i jej kontemplowanie, gdyż gorliwość rodzi się z miłości i prowadzi do coraz większej miłości⁵. Zachwyty miłością Bożą i pragnienie udzielenia miłosnej odpowiedzi na nią może motywować do podejmowania nawet wielkich wysiłków, aby być jedno z Tym, który do końca umiłował (por. J 13, 1). Inne sposoby pobudzania siebie do postawy gorliwości, poza modlitwą i świadomością Bożej obecności w codzienności, są sprawą bardzo indywidualną i wymagają dobrej znajomości siebie. Mogą także zmieniać się w zależności od osobistego duchowego rozwoju.

II. Natura letniości duchowej

Letniość, czyli *acedia*, lenistwo duchowe czy też duchowa ociężałość jest fenomenem, o którego definicję nie jest łatwo. Próbę określenia tego duchowego stanu podejmowało wielu autorów. Jednym z nich był żyjący w IV w. Ewagriusz z Pontu. Według niego *acedia* jest osłabieniem duszy, która nie potrafi się sprzeciwić pokusom⁶. Dusza przepelniona goryczą *acedii* cierpi i choruje, zachowując się tak jakby nie istniała już żadna nadzieja na pocieszenie⁷. Z kolei Jan Kasjan uważał *acedię* za stan duchowej pustki, który zniewala człowieka do snu

⁵ J. G o g o l a: *Teologia komunii z Bogiem*. Kraków 2003 s. 125.

⁶ Por. E w a g r i u s z z P o n t u: *Pisma ascetyczne*. T. 1. Kraków 1998 s. 393.

⁷ A. K a n i a: *Osiem przeszkód na drodze rozeznania duchowego*. W: <http://www.katolik.pl/index1.php?st=artykuly&id=1340> [odczyt z dn. 13 lipca 2010 r.].

albo wpędza w gwar działania. Grzegorz Wielki natomiast wskazywał na brak wewnętrznej chęci do życia, który odznacza się między innymi poczuciem rozpacz, zniechęcenia, osowiałości, zgorzknienia, roztargnienia, niestałości, gwałtowności⁸. Jan od Krzyża z pewnością nazwałby ją bierną nocą zmysłów, gdyż kryzys ten jest znakiem łaski, a kto go przetrwa zaczyna nowy etap życia duchowego⁹.

W *Leksykonie duchowości katolickiej* Stanisław Urbański określi oziębłość duchową mianem choroby woli, która pojawia się najczęściej na drodze oświecenia i polega na swego rodzaju wewnętrznym rozluźnieniu i osłabieniu życia duchowego¹⁰. Według Adolfa Tanquerey'a jest to choroba, która polega na pewnego rodzaju duchowym rozluźnieniu, które odpręża siłę woli, budzi wstręt do wysiłków i prowadzi tym sposobem do zwolnienia biegu życia chrześcijańskiego. Jest to pewnego rodzaju niemoc lub odrętwienie, które nie jest jeszcze śmiercią, lecz nieznacznie do niej prowadzi, osłabiając stopniowo nasze siły moralne. Porównać ją można do owych chorób przewlekłych, które jak na przykład suchoty, toczą powoli któryś z żywotnych narządów¹¹. Podobnie istotę oziębłości postrzega Antoni Słomkowski, zdaniem którego oziębłość rozwija się powoli i niepostrzeżenie, a jej skutki mogą być tragiczne i doprowadzić w efekcie do stanu śmierci duchowej¹².

Istotę letniości można bardziej zrozumieć po jej znakach rozpoznawczych, które da się sprowadzić do następujących: wielkiej łatwości w zwalnianiu się z ćwiczeń duchowych, niedbalstwa w wykonywaniu praktyk duchowych, lekceważenia codziennych sposobności do dobrego, bagatelizowania rzeczy drobnych, wybiegania myślą raczej w przeszłość niż w przyszłość, zajmowania się bardziej spełnionym niż opuszczonym dobrem, braku starania o rozwijanie cnót, działaniem bez jakiegokolwiek intencji, braku chęci poprawy wykrytych u siebie błędów, tendencji do szukania zmian w różnych dziedzinach życia¹³.

⁸ Por. Tamże.

⁹ Por. Tamże.

¹⁰ Por. S. Urbański: *Oziębłość duchowa*. W: *Leksykon duchowości katolickiej*. Red. M. Chmielewski. Lublin–Kraków 2002 s. 618.

¹¹ A. Tanquerey: *Zarys teologii ascetycznej i mitycznej*. T. 2. Warszawa 2003 s. 375–376.

¹² Por. A. Słomkowski: *Teologia życia duchowego*. T. 1. Ząbki 2002 s. 303–304.

¹³ Por. J. Gogola, dz. cyt., s. 130. *Die hauptsächlichsten Formen des „Mittagsdämons“ der Acedia sind: Innere Instabilität und Bedarf nach Veränderung (gedankliches und geografisches Vagabundieren); exzessive Sorge um die eigene Gesundheit (ständige Beschäftigung mit dem Essen); Abneigung gegen manuelle Arbeit (Faulheit und Trägheit); unkontrollierter Aktivismus (unter dem Mantel der Nächstenliebe); Vernachlässigung der monastischen Praktiken (Minimalismus der Observanzen); auffälliger Eifer in einigen asketischen Übungen (mit extremer Kritik am anderen); allgemeine Mutlosigkeit (Beginn einer Depression)*. W: B. Olivera: *Eine Traurigkeit*,

W świetle powyższego nietrudno zauważyć, iż choroba duszy zwana letniością stoi w jawnej opozycji wobec dążenia do komunii z Bogiem. Owszem, człowiek dotknięty tym duchowym letargiem żyje w łasce uświęcającej, uczęszcza na niedzielne i świąteczne Eucharystie, ale nie ma w sobie pragnienia dążenia do świętości, nie ma nawet specjalnych wyrzutów sumienia, jest zadowolony z siebie samego. Można go określić jako duchowego minimalistę wyzbytego z jakichkolwiek wznioślejszych duchowych pragnień.

III. Przyczyny letniości

W celu prawidłowego leczenia danej choroby konieczne jest trafne określenie jej przyczyn. Teza ta tyczy się również choroby duszy zwanej letniością. U jej źródeł leżą różnego rodzaju namiętności. *Acedia* stanowi końcowy etap niższych i bardziej subtelných namiętności¹⁴. Według Ewagriusza szczególnie związek łączy *acedię* ze smutkiem¹⁵. Pokusy *acedii* pojawiają się podczas trwania smutku jako wady duszy. Ewagriusz, tak jak inni Ojcowie Pustyni, mówił o dwóch rodzajach smutku, do których zaliczał: *pożyteczny smutek – po Bożemu* oraz *smutek grzeszny – tego świata*¹⁶. Smutek jest albo wynikiem niespełnionych pragnień albo następstwem gniewu. Pojawienie się więc *myśli* smutku świadczy o namiętnym przywiązaniu umysłu do materii, która sprawia nam przyjemność. Smutek *blokuje* dobro i unieruchamia wolę. Dzieło smutku jest z kolei niczym innym jak *miejscem* dla *acedii*. Głównymi cechami tego stanu są: zablokowana wola, zachwiana nadzieja, wypaczony zmysł wartości i czasu. Jest to osłabienie, znużenie i osamotnienie duszy¹⁷. Smutek stanowiący obciążenie dla duszy jest niewątpliwie następstwem niedbalstwa, nonszalancji i małoduszności. Lenistwo duchowe to wynik złego usposobienia woli i uczuciowości, w wyniku czego człowiek obawia się wysiłku i uchyla się od niego, by uniknąć związanego z nim trudu¹⁸.

Antoni Słomkowski za jedną z przyczyn zewnętrznych letniości podaje wpływ otoczenia, które narzuca swój areligijny sposób myślenia i wartościowa-

die das Verlangen nach Gott zersetzt. „Monastische Informationen”. R. 2008 nr 135 s. 9–18 <http://www.ocso.org/HTM/aglet2007-germ.htm> [odczyt z dn. 13 lipca 2010 r.].

¹⁴ Por. G. B u n g e: *Acedia-duchowa depresja*. Kraków 2007 s. 63–65.

¹⁵ Die Traurigkeit ist die Zwillingschwester der Acedia, sie sehen einander in gewisser Hinsicht ähnlich, aber sie sind nicht identisch. Der Traurige findet leichter ein Heilmittel für seinen Zustand, wohingegen der Mensch mit Acedia total eingekreist ist. Die Traurigkeit ist eine vorübergehende und teilweise Erfahrung; die Acedia ist ein fortdauerndes und umfassendes Erlebnis, und in diesem Sinn der menschlichen Natur entgegengesetzt. W: B. O l i v e r a, dz. cyt.

¹⁶ Por. L. M a c h e t a: *Demon południa i zafalszowanie egzystencji*. Kraków 2003 s. 29.

¹⁷ Por. Tamże, s. 31–33.

¹⁸ Por. R. G a r r i g o u - L a g r a n g e: *Trzy okresy życia wewnętrznego*. Poznań 1960 s. 390–391.

nia. Osobom żyjącym w gorliwym otoczeniu również może grozić oziębłość. Ma to miejsce zazwyczaj w początkowym okresie pracy nad sobą, gdy dana osoba nie dostrzega jeszcze jej owoców i popada w zniechęcenie. Do letniości może przyczynić się także zawód ze strony osoby, którą uważaliśmy za gorliwą. Bezpośrednio do oziębłości duchowej prowadzi duchowe lenistwo¹⁹.

Jerzy Gogola do przyczyn letniości zalicza przede wszystkim stałą zgodę na świadome grzechy powszednie, czyli swoiste przywiązanie się do nich. Człowiek, który zaakceptował w życiu popełnianie świadomych grzechów powszednich i nie chce z nimi zerwać, świadomie lub nieświadomie skazuje siebie na duchową oziębłość. Chodzi zatem o wewnętrzną nastawienie, a nie o doświadczenie własnej słabości towarzyszące szczeremu pragnieniu komunii z Bogiem. Popadnięciu w letniość sprzyja również zbyt wielkie przywiązanie do wygodnictwa i rzeczy światowych, gdyż koliduje ono z duchem ofiary i wspaniałomyślności, bez których dążenie do świętości nie jest możliwe. Także szukanie ludzkich pochwał i zbytne liczenie się z opinią innych grozi popadnięciem w duchową oziębłość, gdyż prowadzi do zafałszowania prawdy o swoim stanie duchowym oraz przeczy postawie radykalizmu ewangelicznego i świadczy o szukaniu bardziej siebie, niż woli Boga²⁰.

Jak z powyższego wynika, istnieje wiele przyczyn, które prowadzą do powstania oziębłości duchowej. Generalnie wszelkie odejścia od zasad ewangelicznych i infantylne próby łączenia życia chrześcijańskiego z zasadami głoszonymi przez ludzi nie żyjących Ewangelią narażają na popadnięcie w letniość. Styl życia, który uniemożliwia głębszy modlitewny czy sakramentalny kontakt z Bogiem także sprzyja oziębłości duchowej.

IV. Wpływ letniości na życie duchowe

Kiedy oziębłość trwa i rozwija się, to człowiek staje się coraz bardziej letni duchowo. Obowiązki religijne spełnia jedynie z przyzwyczajenia i coraz bardziej je zaniedbuje. Następuje u niego powolne zamykanie się na Boga²¹. Pierwszym niebezpieczeństwem oziębłości jest pewnego rodzaju *zaślepienie sumienia*, kolejnym *osłabienie woli*, co prowadzi do stopniowego *osłabiania sił duszy*.

Jako pierwsze *zaatakowane* zostaje sumienie, które powinno być kształtowane cały czas tak, aby uważało za dobre to co Bóg uważa za dobre, a za złe to co również Bóg uważa za złe²². Wyróżnić możemy kilka form jego zniekształ-

¹⁹ Choć wielu innych autorów uważa lenistwo duchowe za synonim oziębłości.

²⁰ Por. J. G o g o l a, dz. cyt., s. 128.

²¹ A. T a n q u e r e y, dz. cyt., s. 378–379.

²² Por. Tamże, s. 378.

ceń. Pierwszą z nich jest sytuacja, w której sumienie wydaje błędny sąd co do samej normy moralności, uważając za dobre to co jest złe i odwrotnie. Inną formą wypaczonego sumienia jest tak zwane sumienie przewrotne, faryzejskie, przy którym źle interpretuje się obowiązki wobec Boga, siebie i bliźnich, przywiązując nadmierną uwagę do spraw o drugorzędym znaczeniu, zaniedbując przy tym rzeczy istotne. Może dojść także do sytuacji, w której nie tylko sam osąd jest błędny, ale zepsuciu ulega samo prąsumienie, związane z wrodzoną zdolnością poznania dobra i zła²³. Generalnie do ośpienia sumienia dochodzi wtenczas, gdy człowiek poznaje co jest dobre a co złe, jednak trwale nie czyni dobra, które poznał. Do takiej sytuacji doprowadza także nieustanne powtarzanie tych samych grzechów, z których człowiek się spowiada, ale ich nie żałuje i nie podejmuje postanowienia poprawy, co owocuje zanikiem tak zwanych *wyrzutów sumienia*²⁴.

Według Garrigou-Lagrange lenistwo duchowe prowadzi do zaniedbywania obowiązków religijnych, koniecznych dla naszego zbawienia. Przykładem może być opuszczanie Mszy świętej niedzielnej – początkowo wynikające z zaniedbania, w konsekwencji doprowadza do tak zwanego *rozluźnienia duchowego*. Jest to stan, który jest rodzajem anemii duchowej, przygotowującej grunt dla ciężkiej choroby duszy²⁵. Ciągła chęć do wynajdowania wymówek i pomniejszania grzechów doprowadza do spaczenia sądu, tak że grzechy ciężkie są uznawane za grzechy lekkie, a te drugie bagatelizowane. Człowiek w stanie *rozluźnienia duchowego* nie jest w stanie rozpoznać ciężkości popełnianych czynów lub grzechów. Brak mu również nastawienia, by za nie żałować²⁶. W początkowej fazie *wyrzuty sumienia* pojawiają się, ale są zagłuszane. W końcu sumienie przestaje *pracować* w sposób prawidłowy²⁷. Aby nie doprowadzić do tego typu zaburzeń, należy dbać o sumienie poprzez modlitwę, ofiarę i postawę pokory²⁸.

Wypaczenie sumienia w sposób stopniowy doprowadza do osłabienia woli w człowieku. Jest to kolejne niebezpieczeństwo wynikające ze stanu lenistwa duchowego. Kiedy dusza zostaje dotknięta oziębłością duchową, wtenczas każde odniesienie do wartości będzie spełniane wyłącznie na sposób pożądlivy i popełdliwy. Oznacza to, że odczuwanie wartości nie będzie urzeczywistniane przez akty woli ale przez aktywność popędów i pożądań²⁹. *Acedia* uderza w ten sposób

²³ Por. A. Słomkowski, dz. cyt., s. 166.

²⁴ Por. Tamże, s. 166.

²⁵ Por. R. Garrigou-Lagrange, dz. cyt., s. 394.

²⁶ Por. A. Tanqueray, dz. cyt., s. 378–379.

²⁷ Por. R. Garrigou-Lagrange, dz. cyt., s.394–395.

²⁸ Por. A. Słomkowski, dz. cyt., s. 166–167.

²⁹ Por. L. Macheta, dz. cyt., s. 53–54.

w wartości podstawowe, niezbędne do osiągnięcia wartości absolutnych³⁰. Człowiek duchowo oziębły dąży do obranego celu używając jednakże środków oddalających od niego, gdyż kieruje się nie aktem woli, ale popędlivością i pożądlivością. Wybiera wygodę oraz wartości służące witalności. Pożądlivość staje się dla niego źródłem stagnacji, która prowadzi do zniechęcenia i zubożenia³¹. W gniewie człowiek oziębły chociaż sprzeciwia się temu co obecne, nie dąży do wyeliminowania tego co mu przeszkadza, ale chcąc pozbyć się przedmiotu nieskutecznego, usuwa przedmiot niewygodny, który nie sprzyja jego witalności. *Acedyczna* pożądlivość prowadzi do utraty uczucia pozytywnych wartości, czyli do zaniku nadziei, z kolei *acedyczna* popędlivość jest przyczyną wzmagania odczucia wartości negatywnych, czyli kieruje w stronę nienawiści obecnego³². *Acedia* wprowadza wolę w stan przewlekłej stagnacji. Frustracja potęguje uczucie smutku, który osłabia wolę, a pożądlivość i popędlivość przejmują funkcje woli. Poprzez bezczynność wola zostaje wprowadzona w stan inercji. W rezultacie staje się ona niezdolna do działania. Z czasem następuje swoiste odwrócenie się od dobra, a w konsekwencji radykalny zanik wymiaru woli w człowieku³³. *Acedia* poprzez sparaliżowanie woli doprowadza do spustoszenia w świecie ludzkich wartości. Staje się źródłem monotonii i nudy egzystencjalnej. Blokując całkowicie wolę człowieka w stosunku do dobra unieruchamia dobrą wolę oraz cnoty, które mają w niej oparcie³⁴. Poprzez częste ustępstwa na rzecz zmysłowości i pychy w rzeczach drobnych doprowadza do ustępstw w sprawach ważniejszych.

Inną konsekwencją stanu oziębłości jest *wstręt do wysiłku*, uleganie skłonnościom natury i zamiłowaniu do przyjemności. Doprowadza to do nadużywania łaski i powoduje opór wobec natchnień Ducha Świętego. Człowiek w końcu popada w grzech ciężki chociaż łudzi samego siebie, że jest to grzech powszedni fałszując tym samym swoje sumienie. Taka sytuacja prowadzi do destrukcji życia duchowego³⁵.

Ponadto oziębłość duchowa powoduje opieszałość w modlitwie, mać pokój oraz powoduje takie same skutki jak występują przy przywiązaniu do grzechu

³⁰ Por. Tamże, s. 54.

³¹ Por. Tamże, s. 55.

³² Por. Tamże, s. 56. *Die Acedia ist ein komplexes Gemisch aus Gedanken und Leidenschaft, sie nährt sich von den Affekten der Jähzornigkeit und zugleich der Begehrlichkeit, und sie weckt gewöhnlich alle anderen Laster. Das erklärt, warum ihre Erscheinungsformen extrem widersprüchlich sein können: Faulheit und Aktivismus, Lähmung und Raserei, Frustration und Aggressivität, Flucht vor dem Guten und Hingabe an das Schlechte. So erklärt sich, warum das Ergebnis eine Art innere Desintegration ist.* W: B. O l i v e r a, dz. cyt.

³³ Por. L. M a c h e t a, dz. cyt., s. 56–57.

³⁴ Por. Tamże, s. 57.

³⁵ Por. A. T a n q u e r e y, dz. cyt., s. 379.

lekkiego³⁶. Prowadzi także do życia w iluzji dotyczącej stanu życia duchowego, gdyż człowiek nią dotknięty nie dostrzega duchowych zagrożeń. Zwykle uważa siebie za kogoś jak najbardziej normalnego, a ludzi gorliwych za przesadnie pobożnych. Aby usprawiedliwić siebie lubi porównywać siebie z mniej gorliwymi, gdyż na ich tle wypada lepiej. Można traktować oziębłość duchową jako stan gorszy od stanu grzechu ciężkiego, gdyż w przypadku popełnienia grzechu śmiertelnego, człowiek zauważając swój czyn dąży do powrotu do Boga, natomiast w przypadku *acedii* nie dostrzega grożącego mu niebezpieczeństwa³⁷.

V. Środki zaradcze

Oziębłość duchowa jest chorobą duszy i warto uczynić wszystko, aby w nią nie popaść. Do najważniejszych środków zaradczych, które mogą pomóc w uniknięciu niebezpieczeństwa duchowej oziębłości, zalicza się ascezę, modlitwę oraz kierownictwo duchowe.

Pojęcie ascezy w chrześcijaństwie łączy się ściśle z życiem duchowym. Z jednej strony oznacza wysiłek zmierzający do usunięcia przeszkód na drodze prowadzącej do zjednoczenia z Bogiem, z drugiej dążenie do urzeczywistnienia komunii z Bogiem³⁸. Święty Jan Apostoł wskazał na pożyteczność ciała, oczu i pychę życia (por. 1J 2, 17), co przyczyniło się to do wyodrębnienia trzech zasadniczych kierunków ascezy chrześcijańskiej: postu, jałmużny i modlitwy. Zrozumienie ascezy nie jest możliwe bez właściwego uporządkowania hierarchii wartości, która stanowi podstawę wielu ascetycznych praktyk religijnych. Cały ludzki wysiłek, zwany chrześcijańską ascezą, zmierza do uświęcenia siebie i świata. Chcąc uniknąć popadnięcia w letniość należy zdać sobie sprawę z konieczności praktyk ascetycznych. Trzeba przy tym jednakże pamiętać, że asceza zawsze musi być środkiem do celu, nigdy samym celem. Podejmując ascezę powinno się przede wszystkim zadbać o zaprowadzenie i podtrzymywanie ładu moralnego, o aktywizowanie cnót oraz o gotowość i zdolność do znoszenia sytuacji traumatycznych, a także do podejmowania zadań mających stanowić pomoc w duchowym rozwoju³⁹. Wysiłek ascetyczny, podobnie jak fizyczny, początkowo może być uciążliwy, z czasem jednak staje się łatwiejszy, a w osobie wyrabia się gotowość do ponoszenia go. Wysiłek ten odnosić się może do wielu dziedzin życia, dlatego też mówić możemy między innymi o ascezie życia religijnego, ascezie pracy i odpoczynku, czy też o ascezie stosunków międzyludzkich.

³⁶ Św. Jan od Krzyża: *Droga na Górę Karmel*. I, 12. W: Tenże: *Dzieła*, dz. cyt., s. 178.

³⁷ Zob. A. Słomkowski, dz. cyt., s. 305.

³⁸ Por. J. Gogola, dz. cyt., s. 208–209.

³⁹ Por. J. Zbiciak: *Asceza w świeckim życiu poświęconym Bogu*. W: *Asceza odczłowieczenie czy uczyłowieczenie*. Red. W. Słomka. Lublin 1985 s. 211–212.

Wszelkie wyrzeczenia i wysiłki podejmowane na drodze ascezy mają na celu zapanowanie rozumu i woli nad władzami zmysłowymi. Jest to o tyle ważne, że to właśnie sfera zmysłowa szczególnie jest narażona na wpływ negatywnych czynników z zewnątrz. Czynniki te wpływają ujemnie na postawę człowieka wobec duchowych wartości zwiększając w ten sposób niebezpieczeństwo popadnięcia w stan letniości⁴⁰.

Nie tylko asceza, ale również modlitwa ma ogromne znaczenie dla życia chrześcijańskiego i dla rozwoju duchowego. Jest ona również skutecznym środkiem zaradczym przeciwko oziębłości duchowej. W literaturze spotykamy się z wieloma określeniami modlitwy. Ewagriusz nazwał ją *obcowaniem umysłu z Bogiem*⁴¹. Generalnie można powiedzieć, iż modlitwa jest spotkaniem dwóch osób, Boga i człowieka, które się kochają i wzajemnie poszukują. Nie sposób wymienić wszystkich słów Zbawiciela stanowiących zachętę do modlitwy. Przede wszystkim jednak Jezus nauczył swoich uczniów modlitwy *Ojciec nasz* (por. Mt 6,9–13), pochwalał poświęcanie czasu na osobisty kontakt z Nim (por. Łk 10,42), usilnie zalecał ufność i wytrwałość w modlitwie (por. Mt 7,7–11; Łk 11,5–13; Łk 18,1–8). Nauczając o modlitwie Chrystus podkreślał potrzebę nawrócenia serca, które miało się realizować między innymi poprzez pojednanie z bliźnimi (por. Mt 5,23–24), modlitwę za prześladowców i miłość do nieprzyjaciół (por. Mt 5,44–45). W kontekście modlitwy mówił Zbawiciel o potrzebie pokory (por. Łk 18,9–14), wewnętrznej dyspozycyjności wobec woli Bożej (por. Mt 7,21), czujności w oczekiwaniu na Jego przyjście (por. Łk 21,34–36), a także w walce z pokusami (por. Łk 22,40). W świetle Chrystusowego nauczania dotyczącego modlitwy trudno wyobrazić sobie chrześcijanina dążącego do komunii z Bogiem bez modlitwy. Modlitwa według słów Zbawiciela jest czymś naturalnym, potrzebnym do wypełniania woli Bożej. Nie można oprzeć się pokusom bez czuwania na modlitwie, nie można bez niej miłować nieprzyjaciół, nie można także owocnie pomagać sobie i bliźnim. Z samej więc nauki Jezusa Chrystusa o modlitwie wynika jej niezbędność, wręcz konieczność dla duchowego życia człowieka i przezwyciężania pokusy letniości. Względy praktyczne potwierdzają jej ważność na drodze do komunii z Bogiem, w tym również przy pokonywaniu pokusy oziębłości duchowej. Jan Paweł II w adhortacji apostołskiej *Christifideles laici* zauważył niepokojące tendencje występujące w dzisiejszym świecie: rozszerzanie się zubożenia religijnego i ateizmu, deptanie godności ludzkiej, nasilanie się różnego rodzaju konfliktów (por. ChL 3–6). Zubożenie religijne i ateizm rozszerzają się uporczywie w rozmaitych formach. Najczęściej spotykaną z tych form jest sekularyzm, który przejawia się przez zapomnienie o Bogu, przekonanie, że nie ma On żadnego znaczenia w życiu,

⁴⁰ Por. A. S ł o m k o w s k i, dz. cyt., s. 191–192.

⁴¹ E w a g r i u s z z P o n t u, dz. cyt., s. 252.

odrzuć Boga, uwielbianie rozmaitych *bożków* i dechrystianizację całych społeczeństw (por. ChL 4). W encyklice *Sollicitudo rei socialis* zwrócił Jan Paweł II uwagę na występujące w świecie formy bałwochwalczego kultu pieniądza, różnych ideologii, klasy, technologii (por. SRS 37). Swoistego rodzaju niebezpieczeństwo stanowi zagubienie właściwej hierarchii wartości i eliminowanie bądź zastępowanie innymi wartościami Boga w codziennym życiu. Bardzo trudno jest w takiej sytuacji kroczyć przez życie drogą Bożych przykazań i oprzeć się pokusie letniości. By wytrwać przy Bogu trzeba być w bardzo bliskiej łączności z Nim (por. J 15, 5). Chrystus mówił o konieczności trwania w Nim, aby przynieść owoc (por. J 15, 4). Ta łączność z Nim realizuje się szczególnie podczas spotkań w sakramentach świętych i na modlitwie. Modlitwa jest potrzebna, by w czasach tak rozpowszechnionego neopogaństwa wytrwać w wierności Bogu i postawie gorliwości.

Obok ascezy i modlitwy również kierownictwo duchowe jest jednym z podstawowych środków zaradczych przeciwko letniości. Już św. Bazyl zaleca podjęcie wysiłku, aby znaleźć człowieka, który mógłby służyć za kierownika bardzo pewnego w pracy uświęcania⁴². Także św. Hieronim poucza, że nie należy wchodzić na nieznaną drogę bez przewodnika, by nie zbłądzić. Św. Augustyn pisze natomiast, że: *jak niewidomy nie może iść drogą bez przewodnika, tak nikt nie może postępować bez kierownika*⁴³. Także Jan Kasjan w *Rozmowach Ojców* stwierdza, że najlepszym środkiem dla przezwyciężenia pokus jest wyjawienie ich dobremu doradcy, który będzie w stanie człowieka oświecić. Podobnego zdania są także inni święci, między innymi Teresa z Avila, Jan od Krzyża czy Franciszek Salezy⁴⁴. Nietrudno zauważyć, iż w przypadku *acedii*, która sama w sobie jest częstokroć dla danej osoby rzeczywistością trudno uchwytną, obecność kierownika duchowego jest bardzo pożądana. Zawsze potrzebne jest działanie prewencyjne, polegające w tym przypadku na inspirowaniu do życia w gorliwości. Konieczna jest wnikliwa obserwacja penitenta ze strony jego kierownika duchowego. Przede wszystkim nie należy lekceważyć pierwszych symptomów letniości, takich jak fizyczne i moralne zmęczenie monotonią życia, nieuzasadnione, a powtarzające się niewierności czy niedbałość w wypełnianiu obowiązków. Zadaniem kierownika jest uświadomienie danej osobie niebezpieczeństwa stanu, ku któremu zmierza i zmobilizowanie do przeciwstawienia się tej sytuacji. W przypadku popadnięcia w letniość postawa kierownika duchowego musi być bardzo zdecydowana. Powinien wyjaśnić penitentowi, że jego duchowe życie jest w niebezpieczeństwie oraz podpowiedzieć konkretne działania, do których zaliczyć należy modlitwę, zarówno ze strony penitenta jak i kierownika,

⁴² Por. R. Garrigou-Lagrangé, dz. cyt., s. 260.

⁴³ Tamże, s. 261.

⁴⁴ Por. Tamże, s. 261–262.

a także codzienną Eucharystię, postawę skruchy, umartwienie, pokutę cielesną, regularną spowiedź i uporządkowanie codziennego życia. Istnieje analogia między lenistwem duchowym, a snem. Aby kogoś obudzić ze snu należy zburzyć jego spokój, podobnie w przypadku omawianego fenomenu należy zastosować jakiś wstrząs. Może nim być podjęcie jakiegoś nadzwyczajnego umartwienia, gdyż nawet jeśli dotknie ono jedynie psychiki, to również spowoduje skutki duchowe. Po tej samej linii działa zazwyczaj Bóg, poprzez dopuszczanie różnych wydarzeń czy okoliczności, takich jak choroba, publiczne upokorzenie czy wewnętrzny zawód⁴⁵. Ważne jest także, aby kierownik duchowy starał się mobilizować penitenta do podjęcia tych działań i monitorował ich realizację pomagając w przewycięzaniu pojawiającego się zniechęcenia.

Jak wykazano w niniejszym opracowaniu, na drodze do zjednoczenia z Bogiem niezwykle ważną rolę posiada odpowiedni klimat towarzyszący procesowi uświęcenia. Optymalna sytuacja ma miejsce wtenczas, kiedy w danej osobie istnieje w sposób stały intensywne pragnienie komunii z Bogiem. Ów stan gorliwości chrześcijańskiej pomaga w dążeniu do Boga zgodnie ze specyfiką życia duchowego na poszczególnych etapach jego rozwoju. Gorliwy chrześcijanin *pasjonuje się* dążeniem do pełni życia w Bogu co owocuje większą motywacją do podejmowania wymagań z tym związanych i nie pozwala na przeciętność. Przeciwnością gorliwości jest *acedia*, czyli oziębłość duchowa czy letniość. Oznacza ona swoisty duchowy letarg, który cechuje się postawą minimalistyczną w życiu duchowym stanowiącą poważną przeszkodę na drodze do zjednoczenia z Bogiem. Wśród przyczyn popadnięcia w ów letarg wymienia się przede wszystkim stałą zgodę na świadomie grzechy powszednie. Oziębłość duchowa destrukcyjnie działa przede wszystkim na sumienie i wolę danej osoby doprowadzając ją do duchowej wegetacji. Poprzez podejmowanie ascezy oraz systematycznej i pogłębionej modlitwy istnieje pod opieką kierownika duchowego możliwość przeciwstawienia się tej duchowej chorobie i jej leczenia, a także, co jest szczególnie ważne, wczesnego wykrycia i zahamowania jej rozwoju.

⁴⁵ Por. Tamże, s. 148–150.