

# Misiarczyk, Leszek

---

## Myśli zmysłowej części duszy i sposoby walki z nimi według Ewagriusza z Pontu

---

Studia Płockie 29, 147-165

---

2001

Artykuł został zdigitalizowany i opracowany do udostępnienia w internecie przez Muzeum Historii Polski w ramach prac podejmowanych na rzecz zapewnienia otwartego, powszechnego i trwałego dostępu do polskiego dorobku naukowego i kulturalnego. Artykuł jest umieszczony w kolekcji cyfrowej [bazhum.muzhp.pl](http://bazhum.muzhp.pl), gromadzącej zawartość polskich czasopism humanistycznych i społecznych oraz w kolekcji mazowieckich czasopism regionalnych [mazowsze.hist.pl](http://mazowsze.hist.pl).

Tekst jest udostępniony do wykorzystania w ramach dozwolonego użytku.

*Ks. Leszek Misiarczyk*

## **MYŚLI ZMYŚLOWEJ CZĘŚCI DUSZY I SPOSOBY WALKI Z NIMI WEDŁUG EWAGRIUSZA Z PONTU**

### **Wstęp**

Mistrzowie życia duchowego i psychologowie słusznie chyba podkreślają, iż największym wrogiem człowieka są jego własne myśli. Któż bowiem z nas nie doświadczył w sobie prawdziwości tego stwierdzenia bezskutecznie „bijąc się” z własnymi myślami lub starając się „walczyć” z nimi? Ileż bezzsensnych nocy naznaczonych lękiem o siebie, naszych bliskich, rozpamiętywaniem doznanych zranień i przykrości, gniewem i złością, obawą o przyszłość czy wręcz lękiem przed śmiercią? Wielokrotnie zapewne próbowaliśmy wmawiać sobie, iż nie ma powodu do obaw, że „jakoś tam będzie”, że inni są przecież w jeszcze gorszej sytuacji i sobie radzą. Może nawet powierzaliśmy się Panu Bogu, zawsze jednak gdzieś na dnie duszy pozostawał ciągle ten przedziwny i nieusuwalny osad obaw nie pozwalający uwolnić się od lęków i myśli. Uciekaliśmy wtedy w pracę, spotkania z innymi ludźmi czy nawet modlitwę, wszystko by uwolnić się od owych nieznosnych myśli. Wiemy również jak bezskuteczne były to próby. Własne myśli potrafią tak człowieka „opętać”, iż mogą doprowadzić go do rozpacz, obsesji, nerwicy, niechęci do życia, tracenia energii witalnych, a nawet do depresji psychicznej czy duchowej. Są to takie doświadczenia graniczne, kiedy wydaje się jakby życie „wyszło” z człowieka. Łączy się to prawie zawsze z naszymi lękami, wyobrażeniami czy negatywnymi przeżyciami z przeszłości. Każdy z nas wie doskonale jak trudno jest tak naprawdę szczerze przebaczyć temu, kto nas zranił, upokorzył, obraził. Nieprzepracowane wewnętrznie zranienia tkwią w nas często nadal zepchnięte do podświadomości i powracają przy pierwszej okazji. Reagujemy wtedy agresją wobec niewinnych ludzi lub wobec samych siebie, czyli depresją<sup>1</sup>. Jeśli tak się dzieje, oznacza to, iż rzeczywiste problemy w człowieku zostały tylko przysłowiowo „przyklepane”, tkwią w nim nadal i powracają w takiej właśnie postaci. Wzrastająca ostatnio liczba ludzi chorych na depresję w Polsce łączy się niewątpliwie

<sup>1</sup> Por. J. Augustyn, *Ojciec wzruszył się głęboko*, Kraków 1999, s. 126-127.

z faktem, iż wcześniej wielu wstydziło się przyznawać do tej choroby, łączonej często potocznie z chorobami psychicznymi. Niemniej jednak świadczy to także o zmniejszonej odporności psychicznej młodszego pokolenia Polaków i pogłębiającej się neurotyzacji naszego życia codziennego, a także prawdopodobnie również o spłyceciu naszej wiary w Boga.

Każdy z nas doświadcza codziennie dziesiątki mniejszych lub większych zranień. Stosunkowo łatwo jest radzić sobie z drobnymi przykrościami, zdecydowanie gorsze natomiast bywają doznane wielkie krzywdy, które niejako stygmatyzują całe nasze życie. Bardzo trudno jest zgwałconej nastoletniej dziewczynie czy córce alkoholika zaufać w przyszłości innemu mężczyźnie. Nie tylko jednak owe wielkie zranienia, lecz nawet te drobne, jeśli nie są systematycznie „czyszczone”, odkładają się na duszy i w psychice człowieka zmniejszając jego odporność na kolejne. A rani nas bardzo wiele rzeczy i sytuacji: słowa i czyny innych ludzi, niezrealizowane nasze pragnienia, plany i wyobrażenia. Już jednak starożytni myśliciele tacy jak Epiktet i św. Jan Chryzostom odkryli bardzo ważną zasadę życiową: nikt nie może być zraniony, jeśli sam nie zrani siebie, tzn. nie ranią nas osoby z ich czynami czy słowami lub rzeczy, lecz nasze o nich wyobrażenia lub wobec nich oczekiwania. Projektujemy na otaczającą nas rzeczywistość nasze wyobrażenia, pragnienia czy wręcz zranienia i obrażamy się jeśli ona im nie odpowiada. Wielu ludzi zadaje sobie często pytanie: co zrobić, aby osoba która mnie zraniła, obraziła czy wręcz upokorzyła nie posiadała nadal nade mną władzy dominując w naszych myślach? Jak „wyrzucić” z naszych myśli ból wynikający z niezrealizowanych pragnień? Niektórzy wybierają wtedy drogę stoików: „nic nie pragnij, a nie będziesz rozczarowany”, inni, cyniczną koncentrację na sobie i swoich potrzebach, jeszcze inni usiłują walczyć z takimi myślami. Szybko odkrywają jednak pewien paradoks: im bardziej starają się walczyć ze swoimi myślami, tym bardziej one ich napadają. Bezpośrednia walka z różnego rodzaju negatywnymi myślami jest paradoksalnie najlepszym sposobem na związaną się z nimi na zawsze. A wtedy może grozić nam obsesja lub depresja. Psychologia współczesna próbuje podpowiadać jak sobie radzić w takich sytuacjach, ale często powtarza tutaj wnioski do jakich doszli mnisi chrześcijańscy już w IV wieku. Nawet więcej, często rady owych chrześcijańskich mistrzów życia duchowego wydają się skuteczniejsze niż przepracowania *stricte* psychologiczne. Takim mistrzem życia duchowego na nowo ostatnio odkrywaniem jest niewątpliwie Ewagriusz z Pontu.

### 1. Nauka duchowa Ewagriusza

Szczegóły dotyczące życia Ewagriusza, określanego często mianem „psychologa wczesnego monastycyzmu”, znajdujemy w napisanej po grecku, ale zachowanej w różnych językach wczesnego chrześcijaństwa *Historia Lausica* Palladiusza<sup>2</sup>.

<sup>2</sup> Historia tekstu jest dosyć skomplikowana. C. Butler, *The Historia Lausiaca of Palladius*, vol. 1-2, Cambridge 1904 wydał krótszą wersję grecką tekstu w oparciu o którą powstały now-

Refleksje obecne w jego pismach są wieloaspektowe i wielowątkowe: poczynając od egzegezy Pisma Świętego, poprzez spekulacje teologiczne<sup>3</sup>, kosmologiczne, antropologiczne aż do nauki ascetycznej i mistycznej. Tutaj skoncentruję się jedynie na niektórych aspektach antropologii oraz nauki ascetycznej i mistycznej mnicha z Pontu<sup>4</sup>.

Do najważniejszych pisma ascetycznych, gdyż zasadniczo na nich będzie się koncentrowała uwaga obecnych rozważań, należą traktaty: *O praktyce ascetycznej*, *O poznaniu*, *Rozdziały gnostyczne*, *Rozważania*, *O modlitwie*, *Trzy rozdziały o modlitwie*, *Traktat dla Eulogiusza*, *Do mnichów mieszkających we wspólnotach*, *Pouczenia dla mnichów*, *Podstawy życia monastycznego*, *O sporze z myślami* (*Antirrhetickus*), *O różnych rodzajach złych myśli*, *O ośmiu duchach zła*, *O wadach, które są przeciwne cnotom*, *Definicje różnch namiętności duszy*, *Apoftegmaty*<sup>5</sup>. Liczne teksty nie przetrwały niestety do naszych czasów bądź dotarły tylko w tłumaczeniu łacińskim, syryjskim czy armeńskim. Ewagriusz bowiem i jego pisma padły ofiarą sporów orygenistycznych w VI w. Jeśli chodzi natomiast o tematykę myśli i sposobów radzenia sobie z nimi, to powraca ona w licznych dziełach ascetycznych pontyjskiego mnicha, najbardziej jednak w trzech traktatach poświęconych tylko tej tematyce: *O sporze z myślami*, *O różnych rodzajach złych myśli*, *O ośmiu*

sze wydania tekstu greckiego A. Lucot, Palladius. Histoire Lausiaque, Paris 1913 z tłum. francuskim i G. J. M. Palladio. La Storia Lausiaca, Milano 1974 z tłum. włoskim; E. Amélinau, De „Historia Lausiaca” quaenam sit huius ad monachorum Aegyptorum historiam scribendam utilitas, Parisii 1887, s. 73-124 wydał wersję koptyjską z tłumaczeniem francuskim; korektę wersji koptyjskiej z nowym tłumaczeniem i komentarzem zawdzięczamy G. Bunge – A de Vogüé, Quatre ermites égyptiens d'après les fragments copts de l'Histoire Lausiaque, Bellefontaine 1994. Zainteresowanych odsyłam do polskich tłumaczeń wersji greckiej i koptyjskiej: Palladiusz, Opowiadania do Lausosa, tłum. St. Kalinkowski, wstęp i opracowanie ks. M. Starowiejski, Źródła Monastyczne 12, Kraków 1996, s. 177-182; O życiu Ewagriusza, tłum. L. Neścior w: Ewagriusz z Pontu. Pisma Ascetyczne, t. 1, Źródła Monastyczne (EM) 18, Kraków 1998, s. 89-103 oraz studium E. Wipszyckiej, Historia Lausiaca Palladiusza, w: Chrześcijaństwo u schyłku starożytności, red. T. Derda, E. Wipszycka, Warszawa 1997, s. 229-279, o Ewagriuszu s. 259-269.

<sup>3</sup> Do typowo teologicznych pism Ewagriusza zalicza się *List do Melanii*, którego jednak rzeczywistym adresatem był raczej Rufin oraz *List dogmatyczny o Trójcy Najświętszej*. Charakter rozważań teologicznych posiadają także komentarze do ksiąg Pisma świętego Ewagriusza.

<sup>4</sup> Kompletną bibliografię studiów oraz listę wydań pism Ewagriusza prezentuje L. Neścior w: Ewagriusz z Pontu. Pisma Ascetyczne, s. 47-85. Z opracowań obcojęzycznych na uwagę zasługują wydania traktatów Practicus i Gnosticus w: Évagre le Pontique. Traité pratique ou le moine, Sch 170/171, Paris 1971 i Évagre le Pontique. Le Gnostique ou a celui qui est devenu digne de la science, Sch 356, Paris 1989, wyd. przez A. i C. Guillaumont oraz studia tych autorów i opracowania G. Bunge z których ostatnio zostało przetłumaczone na j. polski Ewagriusz z Pontu – mistrz życia duchowego, Źródła Monastyczne 19, Kraków 1998. W Polsce natomiast specjalistą od myśli Ewagriusza jest L. Neścior, którego szczegółowe opracowania będą cytowane dalej.

<sup>5</sup> Krótkie omówienie treści tych i innych pism Ewagriusza przedstawia L. Neścior w: Ewagriusz z Pontu. Pisma Ascetyczne..., s. 36-44; A. i C. Guillaumont w: Évagre le Pontique. Traité pratique..., s. 29-37.

*duchach zła*. Zasady radzenia sobie z myślami wpisuje Ewagriusz oczywiście w szerszy kontekst swojej nauki ascetycznej bez poznania której nie jest możliwe ich zrozumienie. Spróbujemy więc najpierw przedstawić syntetycznie tę naukę<sup>6</sup>.

Nauka ascetyczna i mistyczna Ewagriusza zakłada oczywiście określoną antropologię. Z objawienia czerpie nasz mnich informację o stanie człowieka stworzonego i tajemnicy grzechu pierworodnego, natomiast z platonizmu niejako „opis fenomenologiczny” obecnej kondycji ludzkiej. Człowiek stworzony na obraz i podobieństwo Boże i dzięki temu właśnie zdolny poznać Boga, poprzez pierworodny grzech zwątpienia w dobroć Bożego prawa stracił ową pierwotną jedność. Doskonała harmonia i jedność zostały zastąpione sytuacją ciągłego napięcia pomiędzy trzema władzami człowieka: duchem/umysłem (*νοῦς*), duszą (*ψυχή*) i ciałem (*σῶμα*). Życie ludzkie i wszelkie wysiłki ascetyczne zmierzają właśnie do tego, aby niejako ciągle na nowo przywracać ten obraz Boży w człowieku i ową harmonijną jedność. Wcielenie Syna Bożego i dzieło odkupienia przez Niego dokonane uzdrowiło człowieka i przywróciło tę jedność a także niejako ciągle dokonuje tego dzieła, gdy człowiek współpracuje właśnie poprzez ascezę z łaską Bożą. Pierwotna jedność człowieka i wolność od zła pozostaje nadal podstawową właściwością natury ludzkiej nigdy do końca nie zniszczonej, lecz osłabionej grzechem pierworodnym tak że człowiek nie posiada jej teraz na stałe, lecz musi ją niejako ciągle na nowo zdobywać. Grzech pierworodny nie zniszczył do końca w człowieku „nasion dobra”, tych załączków cnót wszczepionych w akcie stworzenia<sup>7</sup>.

Człowiek więc według Ewagriusza to ciało (*σῶμα*), dusza (*ψυχή*) i duch (*νοῦς*). Wszystkie te elementy są z natury dobre, stworzone i chciane przez Boga. Ewagriusz nie uległ gnostyckiej czy manichejskiej pokusie pogardy dla ludzkiego ciała. Najważniejszym elementem w człowieku jest duch, umysł, który najbardziej nosi w sobie podobieństwo Boże. W samej zaś duszy, czyli tym co dzisiaj nazwalibyśmy sferą psychiczną, nasz mnich rozróżnia część rozumną i część namiętną, część namiętna zaś składa się dodatkowo jeszcze z części zmysłowej (pożądliwej) i emocjonalnej (popędliwej)<sup>8</sup>. Część rozumna duszy łatwiej podporządkowuje się władzy ducha, umysłu, natomiast najwięcej problemów sprawia człowiekowi część namiętna jego duszy wraz z dwoma swymi siłami tj. pożądliwością i popędliwością. Choć zdaniem mnicha pontyjskiego asceza ma na celu integrację całego człowieka, to chodzi głównie o oczyszczenie i uporządkowanie owej części namiętnej duszy po to, by umysł mógł łatwiej łączyć się z Bogiem, a ciało nie było tylko narzędziem realizacji pragnień zmysłowej i emocjonalnej części duszy. Oczywiście, Ewagriusz świadom jest, iż uzdrowienie i integracja człowieka dokonuje się

<sup>6</sup> Opieram się tutaj na wstępie L. Neściora w: Ewagriusz z Pontu. Pisma ascetyczne..., s. 23-36 i wstępie A. i C. Guillaumont w: Évagre le Pontique. Traité pratique..., s. 38-63.

<sup>7</sup> Zdaniem L. Neściora, Stoicki ideał zgodności z naturą w nauce Ewagriusza z Pontu, w: F. Drączkowski – J. Pałucki (red.), *Godność chrześcijanina w nauczaniu Ojców Kościoła*, Lublin 1996, s. 115-136 Ewagriusz czerpał w tej materii obficie z myśli stoickiej.

<sup>8</sup> Por. Practicus 15, ed. A. i C. Guillaumont, Sch 171, s. 536-538. O Praktyce ascetycznej, tłum. polskie E. Kędziorek w: Ewagriusz z Pontu. Pisma Ascetyczne..., s. 203-230, tutaj s. 210.

zawsze mocą łaski Bożej, ale osobisty wysiłek ascetyczny czyni osobę bardziej dyspozycyjną, otwartą na Boga i Jego łaski.

Ewagriusz opisuje drogę ku Bogu w trzech zasadniczych etapach, które weszły później na stałe do kanonu chrześcijańskiej teologii duchowości. Są to: *πρακτική*, *γνωστική*, *θεολογική* jak czytamy w jednym z tekstów „chrześcijaństwo jest nauką Chrystusa, naszego Zbawiciela, która składa się z praktyki ascetycznej, fizyki i teologii”<sup>9</sup>. Pierwsza z nich, „praktyka [ascetyczna] jest duchową metodą, która oczyszcza namiętą część duszy”<sup>10</sup>. Według Ewagriusza, nie chodzi tutaj jedynie o teorię, lecz o praktykę wypróbowaną przede wszystkim w swoim własnym życiu. Dusza podlegając namiętnościom zaciemnia umysł i czyni z ciała narzędzie realizacji swoich pragnień, szczególnie zaś pożądlivości i popędliwości. Namiętą część duszy może więc być oczyszczona poprzez praktyki ascetyczne jak wstrzeźliwość, post, nocne czuwania, modlitwę, anachorezę, ubóstwo, zachowywanie przykazań, uczynki miłosierdzia<sup>11</sup>. Pisał Ewagriusz: „dusza rozumna działa zgodnie z naturą, gdy jej część pożądliva dąży do cnoty, popędliwa walczy o cnotę, a rozumna oddaje się kontemplacji bytów”<sup>12</sup>. Warto podkreślić, iż Ewagriusz nie tylko pozytywnie wypowiadał się o ludzkim ciele, lecz także nie dopatrywał się niczego negatywnego w samej ludzkiej naturze. Elementy natury ludzkiej jak potrzeby ciała czy popędy i emocje duszy są naturalnie dobre i w pierwotnej fazie ich pojawiania się są moralnie neutralne. Mogą oczywiście stać się podstawą do grzechu, jeśli byłyby przez człowieka źle używane, ale same z natury nie są złe<sup>13</sup>. Drugim etapem wędrówki człowieka do Boga jest etap „wiedzy”<sup>14</sup>. Składają się na niego „fizyka” i „teologia”. Podczas gdy w praktyce ascetycznej inicjatywa należy do człowieka, w poznaniu głównym działającym jest sam Bóg. Zaraz na wstępie trzeba jednak podkreślić, iż fizyka dla Ewagriusza, to nie nasza dzisiejsza fizyka empiryczna. „Fizyka” dla naszego mnicha to swego rodzaju kontemplacja aspektu duchowego bytów stworzonych. U podłoża tej teorii leży niewątpliwie kosmologia platońska uzupełniona o elementy chrześcijańskie. Wszelkie byty istniejące posiadają duchowe racje swojego istnienia, platończycy powiedzieliby idee, do których może dotrzeć człowiek poznający, a poprzez nie do samego Stwórcy. „Fizyka” więc dla Ewagriusza to kontemplacja przez człowieka oczyszczonego ascezą duchowej rzeczywistości, która jest fundamentem, podłożem rzeczywistości materialnej. To inaczej odkrywanie nadprzyrodzonego sensu rzeczywistości stworzonej. Trzecim natomiast etapem na drodze ku Bogu jest tzw. *θεολογική*.

<sup>9</sup> Practicus 1. Sch 171, s. 498. Pisma Ascetyczne, s. 206.

<sup>10</sup> Practicus 78. Sch 171, s. 666. Pisma Ascetyczne, s. 224.

<sup>11</sup> Por. L. Neścior, *Πρακτική* jako walka ze złymi myślami, *Vox Patrum* 17 (1997) z. 32-33, s. 177-186.

<sup>12</sup> Practicus 86. Sch 171, s. 676. Pisma Ascetyczne, s. 224.

<sup>13</sup> Por. L. Neścior, Wstęp, w: Ewagriusz z Pontu. Pisma Ascetyczne..., s. 26.

<sup>14</sup> Ewagriusz traktuje o gnostykach, czyli ludzi prawdziwie poznających Boga, nie zaś „fałszywych gnostykach” w traktacie *Gnosticus*, ed. A. i C. Guillaumont, Sch 356, Paris 1989, tłum. polskie K. Bielawski w: Ewagriusz z Pontu. Pisma Ascetyczne..., s. 233-245.

Również i tutaj nie chodzi jednak Ewagriuszowi o teologię we współczesnym rozumieniu, czyli refleksję rozumową nad objawieniem, lecz doświadczenie Boga i działania Jego mocy, kontemplację Boga.

Początkiem wszelkiej drogi ku Boga jest wiara rozumiana podwójnie: wiara w istnienie Boga i akceptacja nauki Kościoła podczas chrztu św. oraz jej praktykowanie<sup>15</sup>. Ewagriusz za stoikami podkreśla, iż namiętność (*πάθος*) jest chorobą duszy ludzkiej, zaś beznamiętność (*ἀπάθεια*) zdrowiem i celem życia człowieka wierzącego. Nasz autor koryguje jednak doktrynę stoików: nie chodzi o wyzbycie się naturalnych namiętności, gdyż jest to niemożliwe, ani też o manichejskie określanie ich jako z natury złych czy bezpośrednią walkę z nimi, ale o rozpoznanie ich i nieuleganie im dzięki pomocy łaski Bożej i wysiłkowi ascetycznemu. Przybliżanie się do Boga, coraz głębsze poznawanie Go i rozumienie Jego tajemnic łączy się bowiem ściśle z wyzwaniem się spod panowania namiętności. Wiara więc jako życie zgodne z nauką Ewangelii i Kościoła pozostaje w ścisłym związku z beznamiętnością (*apatheia*). *Apatheia* według Ewagriusza to taki stan umysłu człowieka w którym nie jest on miotany mocami części namiętnej duszy, szczególnie zaś gniewu i żądz, ani nawet myślami o nich<sup>16</sup>. W dziele *De malinis cogitationibus* 35 Podkreśla, iż *apatheia* to nie tylko wyzbycie się złych czynów, ale przede wszystkim złych myśli: „beznamiętnością nie nazywam wyzbycia się grzechu uczynkiem – to bowiem nazywa się wstrzemięźliwością – lecz to, co niszczy duchowo namiętne myśli”<sup>17</sup>. *Apatheia* jest trudnym, ale możliwym do osiągnięcia stanem życia człowieka tutaj na ziemi<sup>18</sup>. Osiąga się ją dzięki łasce Bożej i ascezie, ona zaś rodzi w człowieku miłość do Boga i ludzi. Właściwym więc celem ascezy nie jest, jak by się mogło pozornie wydawać, *apatheia*, ale wzrastanie w miłości, czego oczywiście warunkiem niezbędnym jest właśnie beznamiętność. Miłość natomiast prowadzi człowieka do głębszego poznania i kontemplacji samego Boga. Zewnętrznym znakiem miłości jest pokora i łagodność. Człowiek, który osiągnął stan beznamiętności i wolności szczególnie od gniewu, wzrasta w miłości i poznaniu Boga. Ewagriusz ma na myśli oczywiście nie poznanie teoretyczne, które byłoby

<sup>15</sup> W tekście *Sententiae ad Monachos* 124. Tekst grecki w H. Greßmann, *Nonnenspiegel und Mönspiegel des Evagrius Pontikos*, TU 39 (1913) s. 152-165. Tłum. polskie M. Grzelak, w: *Ewagriusz z Pontu. Pisma Ascetyczne...*, s. 285-297, tutaj s. 295 Ewagriusz przestrzega „Nie lekceważ świętych prawd (*δόγματα*), które ustanowili twoi ojcowie. Wiary chrztu twego nie porzucaj i nieodrzucaj duchowej pieczęci, aby Pan był blisko twojej duszy i chronił cię w złym dniu”.

<sup>16</sup> W piśmie *Practicus* 67 czytamy „wolność od namiętności osiągnęła nie ta dusza, która nie doznaje namiętności wobec rzeczy, ale ta, która pozostaje niewzruszona nawet na wspomnienie o nich” – por. Sch 171, s. 652. *Pisma Ascetyczne*, s. 222.

<sup>17</sup> *De malignis cogitationibus* 35. PG 79,1200d-1233a i edycja uzupełniająca PG 40, 1236c-1244b; tłum. polskie O różnych rodzajach złych myśli L. Neścior, w: *Ewagriusz z Pontu. Pisma Ascetyczne...*, s. 330-372, tutaj s. 366.

<sup>18</sup> Por. A. i C. Guillaumont, *Évagre le Pontique. Traité pratique...*, s. 98-112; Ch. Joest, *Die bedeutung von 'Akedía' und 'Apatheia' bei Evagrius Pontikos*, *Studia Monastica* 35 (1993) s. 7-53; L. Neścior, *Pojęcie apatheii w pismach Ewagriusza z Pontu*, *Studia Paradayskie* 6-7 (1997) s. 105-133.

skutkiem spekulacji rozumowych, ale takie, które jest bezpośrednim doświadczeniem obecności Boga w sposób nadprzyrodzony i mistyczny. Po tych wstępnych rozważaniach przejdziemy teraz do krótkiej prezentacji nauki Ewagriusza o myślach i sposobach radzenia sobie z nimi oraz analizy trzech konkretnych namiętności zmysłowej części duszy: obżarstwa, nieczystości i chciwości.

## 2. Nauka o myślach mnicha pontyjskiego

Jak już zostało wspomniane, zasadniczą przyczyną choroby duszy ludzkiej – według Ewagriusza – są namiętności, czyli niewłaściwe używanie poszczególnych władz duszy: zmysłowej, emocjonalnej i rozumnej. Namiętnością dla mnicha pontyjskiego nie jest jednak jakiś rodzaj intensywnego uczucia jakie rozumiemy dzisiaj pod tym terminem, lecz silne przywiązanie myśli (logismoj) do osoby, rzeczy czy wyobrażenia. Namiętności objawiają się w człowieku poprzez myśli, które Ewagriusz nazywa często demonami<sup>19</sup>. Mnich pontyjski podkreśla jednak, iż z natury ludzkiej, naturalnie dobrej, nie wychodzi żadna myśl zła: „trzy myśli przeciwstawiają się myśli demonicznej, usuwając ją, gdy utrzymuje się w umyśle: jedna – anielska, druga – pochodząca z naszej woli skłaniająca się ku temu, co lepsze, i trzecia – powstająca z ludzkiej natury... Dobrej myśli przeciwstawiają się tylko dwie myśli, mianowicie demoniczna oraz ta, która pochodzi z naszej woli zwracającej się ku temu co gorsze. Z natury zaś żadna zła myśl nie pochodzi”<sup>20</sup>. Złe myśli pochodzą więc albo od demonów albo z naszej woli, nigdy zaś z natury człowieka. Z tego właśnie powodu złe myśli same w sobie we wstępnej fazie ich pojawiania się nie podpadają pod ocenę moralną. Często niestety już w owej wstępnej fazie nasze „ja” rozpoczyna z nimi walkę ze względu właśnie na błędną ocenę moralną. Walka z myślami należy do podstawowych zadań mnicha żyjącego samotnie, ale mogłaby się stać również ważnym elementem w swego rodzaju autoterapii współczesnych ludzi. Ucho dzisiejszego czytelnika może trochę dziwić terminologia mnichów wczesnochrześcijańskich, którzy istotę życia monastycznego upatrywali właśnie w walce z demonami. Odnosimy wrażenie jakoby posiadali pewien rodzaj obsesji na tym tle. Jest to jednak wrażenie powierzchowne. Głębsze poznanie sposobu w jaki mnisi określali naturę ludzkich myśli i porównanie ich refleksji z wnioskami psychologii ukazuje zadziwające podobieństwa. Mnisi pod terminem „demon” rozumieli opisaną za pomocą języka symbolicznego rzeczywistość zła wymykającą się zarówno dokładnemu opisowi jak również kontroli naszej świadomości. Być może dzisiaj, używając języka współczesnej psychologii pewne rzeczy nazwalibyśmy inaczej, ale chyba ciągle pozostanie otwartym pytanie jaki język opisuje dokładniej i lepiej rzeczywistość zła: ten współczesnej psychologii naukowej czy tamten symboliczny. Niewątpliwie redukcijnym byłoby odmówienie

<sup>19</sup> Zob. L. Neścior, Kategorie myśli w nauce acetycznej Ewagriusza z Pontu, *Roczniki Humanistyczne* 44 (1996) z. 3, s. 203-230.

<sup>20</sup> *De maligis cogitationibus* 31. PG, 79, 1200-1233. *Pisma Ascetyczne*, s. 361.



demonom istnienia, o czym informuje nas zresztą objawienie, i sprowadzenie ich tylko do myśli, skłonności woli, nieuświadomionych kompleksów czy emocji. Tak czynią niektóre kierunki współczesnej psychologii. Nawet jednak one pozostają bezradne w sytuacji, gdy pacjent jest całkowicie zdrowy z psychologicznego punktu widzenia, natomiast prawdopodobnie „opętany” przez bliżej nieokreślone, zewnętrzne siły zła. Rozsądny psycholog czy psychiatra nie będzie wykluczał *a priori* wpływu naprzyrodzonych sił zła, a w konkretnych przypadkach odwoła się do współpracy z egzorcystą. Wykluczenie *a priori* nadprzyrodzoności z życia człowieka okazuje bezskuteczne, gdyż ona i tak pozostaje mimo zakłęb wielu nowożytnych szamanów. Ewagriusz i inni mnisi pisząc o demonach nie mają na myśli opętania w sensie ścisłym, a jedynie podkreślają, iż środkiem poprzez który działają demony są myśli zdominowane przez emocje. Dlatego też tak naprawdę prawdziwa walka toczy się nie z myślami człowieka, lecz z demonami<sup>21</sup>. Dla Ewagriusza związek pomiędzy *logismos* a „demonem” jest tak ścisły, że używa tych terminów zamiennie. Można nawet powiedzieć, iż demonem jest myśl niejako „uosobiona”. Opisuje on rzeczywistość psychiczną człowieka przy pomocy języka symbolicznego, ale ten opis jest bardzo zbliżony do wniosków o autonomii kompleksów i projekcji znanego psychologa C. G. Junga<sup>22</sup>. Tam gdzie mnisi mówią o wprowadzaniu człowieka w błąd przez demony, Jung dopatruje się projekcji, czyli nieświadomego przypisywania mojego subiektywnego stanu ducha lub psychiki przedmiotowi lub osobie zewnętrznej. Powodem projekcji według Junga są kompleksy, czyli sytuacje zdeterminowane przez emocje sprzeczne ze stanem zwykłej świadomości, których wspomnienie nadal łączy się z gwałtownym ładunkiem emocjonalnym, często wypierane ze świadomości<sup>23</sup>. Według teorii Junga kompleksy posiadają dosyć duży stopień autonomiczności, którym udaje się często przejąć władzę nad naszym *ego* poprzez proces szybkiej, automatycznej i często nieświadomej identyfikacji *ego* z samym kompleksem. Człowiek, który jest we władzy owego autonomicznego kompleksu jest w jakimś sensie przez niego „opętany”<sup>24</sup>. W przypadku kompleksu osobowego (nieświadomości indywidualnej), który powstaje poprzez wyparcie pewnych treści ze względów moralnych, Jung radzi zin-

<sup>21</sup> O demonologii Ewagriusza por. wstęp A. i C. Guillaumont w: *Évagre le Pontique. Traité pratique...*, s. 94-98.

<sup>22</sup> Jung rozróżnia „treści nieświadomości osobowej” związane z przeżyciami konkretnej jednostki od „treści nieświadomości kolektywnej” tzn. istniejących w człowieku niejako *a priori* archetypów, z których najważniejsze to: cień, anima, animus – por. C. G. Jung, Cień, w: *Archetypy i symbole. Pisma wybrane*, tłum. J. Prokopiuk, Warszawa 1993, s. 68-72. Zob także komentarz J. Prokopiuk, Jung, czyli gnoza XX wieku, w: *Archetypy i symbole...*, s. 5-57.

<sup>23</sup> Por. tamże.

<sup>24</sup> W C. G. Jung, *Rebis, czyli kamień filozofów* Dzieła wybrane, tłum. J. Prokopiuk, Warszawa 1989, s. 197 czytamy: „Kiedy bowiem powiadam, że ktoś jest opętany przez złego ducha, to tym samym opisuję fakt, że opętany właściwie nie jest chory w sposób prawomocny, lecz pozostaje pod niewidzialnym wpływem duchowym, którego w żaden sposób nie można opanować. Tym niewidzialnym «czymś» jest tzw. kompleks autonomiczny, pewna nieświadoma treść, która nie podlega świadomej woli”.

tegrować go, natomiast w przypadku przedostania się archetypu (treści nieświadomości kolektywnej) do świadomości jednostki radzi trzymać się od nich z daleka<sup>25</sup>. Podczas gdy Jung mówi o kompleksach zatrzymując się w pewnym sensie tylko na płaszczyźnie psychicznej człowieka, Ewagriusz zdaje się podkreślać, iż kompleksy stają się narzędziami w rękach demonów do walki z ludźmi. Jung radzi więc to, co mnisi określali mianem przepędzenia demonów lub przepędzenia własnych myśli. Proponowali oni by właśnie na demony, obrazy treści nieświadomych, projektować nasze negatywne treści, czyli skierować w ich kierunku naszą złość i gniew. Projektowanie na zewnątrz rozpoznanych treści naszej nieświadomości i naszych emocji uwalnia od nich. Według Ewagriusza demony walczą z ludźmi w dwójaki sposób: poprzez pokusy materialne oraz poprzez myśli i wyobrażenia. Dostyc oczywiście są pokusy materialne, natomiast walka za pomocą myśli jest bardziej wyrafinowana. Ponieważ demony same nie potrafią wytwarzać ludzkich myśli, niejako podczepiają się pod myśli ludzkie na temat rzeczywistości zewnętrznej. Myślenie człowieka jest w dużej mierze myśleniem wyobrazeniowym, tzn. rozum tworzy obrazy o świecie zewnętrznym. Myślimy często za pomocą obrazów. Dlatego też demony wykorzystują pamięć, wyobraźnię, zmysły i temperament człowieka by go zwieść, przywołują wspomnienia w celu wzbudzenia w nim gwałtownych uczuć, posługują się snem, fantazją, a także przekraczaniem miary i wzbudzaniem waśni między ludźmi. Odkrywają słabe strony człowieka, jego skłonności i uzależnienia. Utrwalają je ukrywając się właśnie za myślami, temperamentem czy też naturalnymi skłonnościami. Według Ewagriusza, gdy myśli, nastroje, emocje i inne namiętności chcą opanować człowieka atakują go od zewnątrz, i intuicja ta jest zgodna z teorią o nieświadomych kompleksach, które odczuwamy jako działanie istot w jakimś sensie „samodzielnych”, jako namiętności narzucających się nam niejako z zewnątrz.

Ewagriusz rozróżniał osiem głównych *logismoï*, które atakują człowieka: *γαστριμαργία* – obżarstwo (łakomstwo), *πορνεία* – nieczystość, *φιλαργυρία* – chciwość, *λύπη* – smutek, *ὀργή* – gniew (złość), *ἀκηδία* – acedia, *κενοδοξία* – próżność i *ὑπερηφανία* – pycha<sup>26</sup>. Łatwo dostrzeżemy tutaj podstawy późniejszej kościelnej nauki o tzw. siedmiu grzechach głównych rozwiniętej z nielicznymi zmianami przez św. Grzegorza Wielkiego w *Moralia*. Zdaniem mnicha pontyjskiego, za każdy z tych grzechów odpowiedzialny jest inny demon. Nie atakują one nigdy razem wywołując te same myśli czy pragnienia, ale każdy pojedynczo, jeden po drugim posługując się odrębną techniką. Pisał Ewagriusz „spośród demonów, które sprzeciwiają się praktyce ascetycznej, pierwsze do walki powstają te, które odpo-

<sup>25</sup> Por. A. Grün, *Jak sobie radzić ze złem?*, Kraków 1999, s. 10-19; tenże, *Autosugestia. Jak myśleć pozytywnie*, Kraków 2001, s. 53n; tenże, *O duchowości inaczej*, Kraków 2000, s. 20n. 43n.; tenże, *Krzyż – symbol człowieka odkupionego*, Kraków 1998, s. 71n.

<sup>26</sup> *Practicus* 6, ed. A. i C. Guillaumont, SCh 171, s. 506-508. *Pisma ascetyczne*, s. 206-207. Szerzej na temat teorii ośmiu głównych myśli u Ewagriusza, jej źródeł i kolejności samych myśli zob. wstęp A. i C. Guillaumont w: *Évagre le Pontique. Traité pratique*, s. 63-98; L. Neščior, *Πρακτική jako walka ze złymi myślami*, *VoxP* 17 (1997) z. 32-33, s. 177-186,

wiadzialne są za żądę obżarstwa, i te, które podsuwają nam chciwość pieniędzy, oraz te, które zachęcają nas do szukania ludzkiej chwały. Wszystkie inne, które po nich z kolei następują, przejmują zranionych przez tamte<sup>27</sup>. A. i C. Guillaumont są zdania, iż choć co prawda zauważa się ścisły związek pomiędzy porządkiem słynnych ośmiu złych myśli a częściami duszy, ale przesadą byłoby stwierdzenie, iż hierarchia myśli u Ewagriusza oparta jest na trójstopniowym podziale duszy na zmysłową (popędliwą), emocjonalną (impulsywną, pożądliwą) i rozumową. Taki podział, ich zdaniem, znajdujemy choćby u Kasjana, natomiast w pismach Ewagriusza nie jest on zaprezentowany wyraźnie<sup>28</sup>. To prawda, iż tego typu myślenie w pismach Ewagriusza jest bardziej założone, niż wyraźnie opisane. Sami owi badacze pism mnicha pontyjskiego podkreślają jednak, iż według niego niewątpliwie obżarstwo, nieczystość i chciwość ukazują działanie części duszy zwanej ἐπιθυμητικός, gniew i smutek, części duszy określanej jako θυμικός, natomiast acedia jest myślą ogarniającą całą duszę człowieka, zaś próżność i pychę nie odnosi on nigdy do części λογιστικός. Wydaje się, iż z faktu, że acedia według nauki Ewagriusza dotyka całej duszy, nie zaś tylko jakiejś jej części nie wynika wcale, że jego hierarchia myśli nie była oparta na trójstopniowym podziale duszy. Wreszcie, prawdą jest, że nie określa on próżności i pychy jako myśli części λογιστικός. Trudno oczywiście polemizować z wybitnymi specjalistami od pism Ewagriusza, ale odnosi się wrażenie, iż niesłusznie utożsamiają oni λογιστικός z νοῦς, intelektem, samą istotą bytu rozumowego. Ewagriusz zdaje się widzieć w duszy również jakąś część rozumną różną jednak od νοῦς, która rodzi właśnie próżność i pychę.

Trzy pierwsze myśli, czyli obżarstwo, nieczystość i chciwość rodzą się właśnie w części zmysłowej duszy i są podstawowymi popędami natury ludzkiej z którymi mnich musi najpierw podjąć walkę. Nie można walczyć z nimi na zasadzie wykluczenia ich, ponieważ zazwyczaj się to nie udaje. Ważne jest umiejętne ich zintegrowanie i mądre opanowanie. Wmawianie sobie, że ich w nas nie ma albo też spychanie do podświadomości tak naprawdę nie przynosi żadnego skutku. Zdecydowanie trudniej można sobie poradzić z dwoma następnymi myślami jak smutek, gniew (złość), które poruszają część emocjonalną albo impulsywną duszy. Atakują one tego, kto zwyciężył myśli zmysłowej części duszy i zbliża się do granic beznamietności (apatheia). Zupełnie odmienne natomiast jest działanie demona acedii, który ogarnia całą duszę niejako „wysysając” z niej życie. Acedia przypomina bardzo taki stan człowieka, który współczesnym językiem określamy mianem depresji. Najtrudniej natomiast opanować próżność i pychę, myśli części rozumnej duszy. Opanowują one co prawda rozumną część duszy, lecz nie mają dostępu do νοῦς. Stąd możliwość ich opanowania poprzez ascezę i z pomocą łaski Bożej. Ewagriusz opisuje zarówno sposoby działania każdego z tych demonów jak również ich zwalczania. W dalszej części zobaczymy szczegółowo owe trzy namietności zmysłowej części duszy.

<sup>27</sup> De malignis cogitationibus I. PG 79, 1200d. Pisma Ascetyczne, s. 206.

<sup>28</sup> Por. A. i C. Guillaumont, Évangre le Pontique. Traité pratique, s. 93, przypis 3.

### 3. Myśli zmysłowej części duszy i sposoby walki z nimi

Ewagriusz opisuje działanie poszczególnych demonów w dziełach *Practicus 6n.*, *De malignis cogitationibus* oraz *De octo spiritibus malitiae*. Podkreśla wyraźnie, iż nie od nas zależy czy owe myśli dręczą duszę człowieka czy też nie, ale od nas zależy czy trwają i wzniecają namiętności czy nie (*Practicus 6*). Myśli/demony nie atakują człowieka wszystkie razem, ale kolejno i po namiętnościach jakie w nas wzbudzają możemy poznać moment ich nadejścia. Pierwsze do walki stają demony obżarstwa, chciwości pieniędzy i szukania ludzkiej chwały. Jest to więc równoczesny atak na zmysłową i popędliwą część duszy. Dopiero zranionych przez tamte atakują inne (*por. De malignis cogitationibus 1*). Zdaniem Ewagriusza demony zmysłowej części duszy, które w pierwszej kolejności atakują człowieka to obżarstwo, nieczystość i chciwość.

#### 3.1. Myśl o obżarstwie

Myśl o obżarstwie atakuje człowieka w dwojaki sposób: zachęca do porzucenia ascezy albo popycha do braku umiaru w ascezie. Pierwszy sposób nasz mnich opisuje następująco: „Myśl o obżarstwie kusi mnicha do szybkiego porzucenia ascezy. Stawia mu przed oczy żołądek, wątrobę i śledzionę, i wodną puchlinę, i długotrwałą chorobę, wreszcie niedostatek środków koniecznych do życia i brak pomocy lekarskiej. Podsuwa mu wielokrotne wspomnienia o braciach, którzy zapadli na takie właśnie dolegliwości. Czasem zaś nawet zachęca chorych, by odwiedzali wstrzemięźliwych braci, opowiadali im o swoich przypadłościach i o tym, jak się rozchorowali właśnie wskutek ascezy”<sup>29</sup>. Na przykładzie tych słów widzimy wyraźnie, iż Ewagriusz przemawia tutaj jako doświadczony mistrz w rozeznawaniu własnych myśli. Potocznie bowiem rozumując wydawałoby się, iż myśl o obżarstwie powinna zachęcać człowieka do jedzenia ponad miarę, do przejadania się. Okazuje się, że jest to przekonanie błędne. Często już to wstępne błędne rozeznanie naszych myśli i pragnień może prowadzić do fałszywej diagnozy. Zdaniem Ewagriusza myśl o obżarstwie jest bardziej subtelna. Koncentruje uwagę człowieka raczej na konsekwencjach głodowania niż na samym jedzeniu w nadmiarze. Kiedy atakuje nas taka myśl, przedstawia wtedy naszej świadomości pozornie racjonalne powody właśnie przeciw „głodowaniu”. Mamy więc tutaj do czynienia z typowo psychologicznym mechanizmem racjonalizacji. Jeśli współczesna psychologia podpowiada nam, iż przejadanie się jest formą reakcji na lęki obecne w człowieku<sup>30</sup>, to mechanizm ten doskonale uchwycił Ewagriusz już w IV wieku. Myśl o obżarstwie przedstawia nam po prostu rozumowe argumenty za tym, że nie warto czegokolwiek sobie odmawiać. Argumenty te maskują jednak rzeczywiste

<sup>29</sup> *Practicus 7*, ed. A. i C. Guillaumont, SCh 171, s. 508-510. Pisma Ascetyczne, s. 207.

<sup>30</sup> K. Horney, *Neurotyczna osobowość naszych czasów*, Warszawa 1982, s. 44-55 wymienia cztery pozorne sposoby ucieczek przed lękami: racjonalizacja lęku w świadomości, zaprzeczanie przeżywanemu lękowi, odurzanie go alkoholem, narkotykami i np. „konsumowaniem” wszystkiego oraz unikanie sytuacji, myśli czy przeżyć, które mogą wzbudzić lęk.

pragnienia lub pozorne łęki. Mechanizm ten funkcjonuje w dwojaki sposób: urojony lęk o własne zdrowie sprawia, iż myśl o obżarstwie objawia się pod płaszczykiem racjonalności lub odwrotnie, pozornie racjonalne argumenty wzbudzają w nas lęk o własne zdrowie. Nie jest wcale łatwo przerwać ten typowy mechnizm błędnego koła. Ewagriusz wymienia najpierw konkretne części ciała jakie wyobraźnia stawia nam przed oczami, aby nas przekonać, że niedobór pokarmu zrujnuje nie tylko nasze zdrowie w ogóle, ale konkretne narządy człowieka. Są to więc w kolejności: żołądek, wątroba, śledziona. Mamy więc tutaj przedstawione narządy w kolejności posiłkujące się przyjmowanym pokarmem. Oczywiście cały ten proces odbywa się tylko dzięki sile wyobraźni, gdyż niewielu z nas w konkretnym momencie pamięta jak wyglądają te narządy, na dodatek jeszcze chore. Potem, gdy uporamy się już z wizjami chorego żołądka, wątroby i śledziony, pojawia się lęk o bliżej nie sprecyzowaną, lecz długotrwałą chorobę wywołaną głodem. Każdy z własnego doświadczenia wie jak męczący bywa taki bezprzedmiotowy lęk. Jak niezmiernie trudno mu przeciwdziałać. Wreszcie dopada nas obawa o to, czy w przyszłości wystarczy nam pokarmu i innych środków do życia. Jeśli więc już stoi przed nami wystarczająco dużo dań, nie powinniśmy sobie żałować, bo ostatecznie i tak w przyszłości może się zdarzyć sytuacja kiedy trzeba będzie głodować. Na dodatek, gdy już rozchorujemy się z braku odpowiedniego pożywienia, gdzie wtedy znajdziemy odpowiednią pomoc lekarską! Mnich pontyjski rzeczywiście w mistrzowski sposób uchwycił stopniowe przechodzenie myśli kuszącej do porzucenia ascezy od stawiania przed oczami człowieka chorych niektórych narządów wewnętrznych człowieka poprzez choroby nią wywołane aż do lęku o brak środków do życia i opiekę lekarską w przyszłości. Cały ten proces odbywa się oczywiście niejako wirtualnie, tylko w myślach i wyobrażeniach człowieka, i nie zawsze znajduje potwierdzenie w rzeczywistym stanie. Ktoś może być otoczony dobrą opieką lekarską oraz posiadać wystarczające zabezpieczenie materialne, ale kruchość życia ludzkiego i tak wzbudzi w nim podobne myśli. Dzisiaj moglibyśmy przywołać dodatkowe elementy z naszego życia, które podsycą jeszcze bardziej tamte stare obawy: bezrobocie, funkcjonowanie służby zdrowia i kas chorych itp., lecz istota mechnizmu pozostaje zasadniczo ta sama. Ewagriusz pisze oczywiście zawsze o pozornym głodowaniu, czyli odmawianiu sobie nadmiaru pokarmu i nigdy nie zachęcał do postaw manichejskich czy też pseudo-ascetycznego dręczenia siebie głodem. Myśl o obżarstwie nie zatrzymuje się jednak w tym momencie. Do dalszego dręczenia ascety wykorzystuje wspomnienia i obecność. Wspomnienia o tych ludziach, którzy zapadli na tego typu dolegliwości. Dolegliwości zresztą nie zawsze wywołane ascezą, lecz także innymi czynnikami. Siła wyobraźni i pamięci jest jednak tak wielka, iż potrafi skutecznie człowieka przestraszyć. Demon obżarstwa czasem nawet zachęca chorych, aby opowiadali o swoich chorobach, które mogły, ale wcale nie musiały być wywołane właśnie autokontrolą w jedzeniu. Opowieści jak wiemy rozpalają wyobraźnię, a jeszcze bardziej czynią to świadectwa innych ludzi. Musimy przyznać, iż opanowanie myśli o obżarstwie nie jest czymś łatwym, ale raczej procesem długotrwa-

łym i trudnym. Często może nam się wydawać, że to przecież takie proste, wystarczy spożywać tylko tyle, ile jest konieczne do życia. Problemem jest jednak owa słynna miara konieczności, a także rzeczywiste podłoże myśli o obżarstwie, czyli lęk. Ewagriusz uczy nas, iż cały ten proces przebiega w naszych myślach i niekoniecznie zależy od stanu faktycznego. Lęk przed głodem, główna przyczyna myśli o obżarstwie bywa często zupełnie urojony i nieuświadomiony. Ponieważ obżarstwo jest przyczyną dwóch kolejnych grzechów, nieczystości i chciwości, demon ten nie przedstawia się człowiekowi jako zły, ale właśnie jako zachęcający do rozsądnej i racjonalnej troski o własne zdrowie. Ewagriusz nie nazywa jeszcze tego mechanizmu racjonalizowaniem, ale w jego opisie posiada on już właśnie takie cechy.

Drugim sposobem walki demona obżarstwa z człowiekiem jest pokusa braku umiaru w wyrzeczeniach. W traktacie *O różnych rodzajach złych myśli* Ewagriusz zauważył: „Kiedy demon obżarstwa, który toczył liczne i częste walki, nie może zniszczyć utrwalonej wstrzemięźliwości, wtedy nakłania umysł, by pragnął najsurowszej ascezy”<sup>31</sup>. Nieumiarkowana wstrzemięźliwość przypomina bardzo mechanizm, który w psychologii określa się mianem autokarania się. Myśl człowieka krąży wtedy pomiędzy skrajnościami: nie odmawiaj sobie niczego – odmów sobie wszystkiego. Mamy więc tutaj do czynienia z błędnym kołem i mechanizmem, który współczesna psychologia określa mianem: pocieszania się – karania się. Psychika dąży bowiem w sposób naturalny do pewnej równowagi. Tylko właściwe rozeznanie tego typu myśli pozwoli przerwać błędne koło pocieszania się i karania się uwarunkowane błędną oceną i oczekiwaniami w stosunku do samych siebie: przesadne wymagania – całkowita pogarda.

### 3.2. Demon nieczystości

Demon nieczystości, zdaniem Ewagriusza, jest drugą w kolejności myślą, która atakuje człowieka zaraz po myślach o obżarstwie. W traktacie *O różnych rodzajach złych myśli* nasz mnich zdaje się sugerować, iż demon ten dopada człowieka, który uległ obżarstwu „nie można bowiem wpaść w sidła ducha nieczystości, jeśli się nie upadło najpierw za sprawą demona obżarstwa”<sup>32</sup>. Związek pomiędzy obżarstwem a nieczystością jest jeszcze wyraźniej ukazany w innym tekście: „powściągliwość rodzi wstrzemięźliwość, obżarstwo zaś jest matką rozpasania”<sup>33</sup>. Ewagriusz tak opisuje naturę myśli nieczystych: „demon nieczystości wymusza pożądanie odmiennych ciał. Szczególnie silnie atakuje żyjących wstrzemięźliwie, aby ją porzucili, przekonani, że niczego przez nią nie osiągną. Kala on duszę i nakłania do czynów niegodziwych, mówienia różnych słów i słuchania ich w odpowiedzi, tak jakby obiekt [pożądania] był widoczny i obecny”<sup>34</sup>. Również w tym

<sup>31</sup> De malignis cogitationibus 35. PG 79, 1200d-1233a. Pisma Ascetyczne, s. 365.

<sup>32</sup> De malignis cogitationibus 1. PG 79, 1200d. Pisma Ascetyczne, s. 329.

<sup>33</sup> De octo spiritibus malitiae 4. PG 79, 1145. O ośmiu duchach zła, tłum. polskie L. Neścior, w: Ewagriusz z Pontu. Pisma Ascetyczne..., s. 381.

<sup>34</sup> Practicus 8, ed. A. i C. Guillaumont, Sch 171, s. 510-512. Pisma Ascetyczne, s. 207.

wypadku mnich pontyjski opisuje różne etapy działania demona nieczystości. Najpierw „wymusza on pożądanie ciał odmiennych”. Określenie „wymusza” trzeba tutaj rozumieć nie w sensie absolutnego przymusu do czegoś, co wcale nie jest naturalną potrzebą człowieka, ale w znaczeniu gwałtowności działania takiej myśli. Ewagriusz nie był manichejczykiem, który negowałby dobroć naturalnego popędu seksualnego w człowieku niejako „wymuszanego” tylko przez demona nieczystości. „Wymuszanie” trzeba tutaj rozumieć jako swego rodzaju działanie zniewalające. Pisze o tym wyraźnie w piśmie *O praktyce ascetycznej* 51 „jeśli będziesz obserwować demony, odkryjesz, że dwa z nich są najszybsze i prześcigają niemal poruszenia naszego umysłu: demon nieczystości i demon porywający nas do bluźnierstwa przeciw Bogu”. Demon nieczystości szczególnie silnie atakuje tych wszystkich, którzy żyją we wstrzemięźliwości zachęcając ich do jej porzucenia. Teoretycznie mogłoby chodzić tutaj zarówno o tych, którzy sami z własnej woli wybrali życie wstrzemięźliwe jak i o tych, którzy żyją tak niejako wbrew sobie. Następne słowa precyzują jednak, iż Ewagriusz ma na myśli tych wszystkich, którzy żyją wstrzemięźliwie dla Królestwa Bożego. Warto zauważyć zasadniczą taktykę działania demona nieczystości w tym przypadku. Atakuje on bowiem dialektycznie: raz wzbudzając pożądanie odmiennych ciał, innym razem ukazując bezsensowność wstrzemięźliwości. Kolejność nie jest bynajmniej przypadkowa. Myśl nieczysta, bardzo zresztą szybka, rozpala pożądanie wyolbrzymiając potrzebę z której asceta rezygnuje, z drugiej zaś strony, pomniejszając motywację wstrzemięźliwości. Krótko mówiąc, demon nieczystości zdaje się podpowiadać mnichowi: „rezygnujesz z tak wielkiej przyjemności jaką daje seks a wszystko dla bliżej nieokreślonego Królestwa Bożego. I tak niczego dzięki wstrzemięźliwości nie osiągniesz!” Widzimy więc wyraźnie, iż elementem kluczowym w działaniu myśli nieczystej jest wzbudzenie niewiary, wątpliwości: „nigdy nie dojdiesz do wstrzemięźliwości absolutnej, a przez częściową nic nie osiągniesz!” Demon ten zgodnie z nauką Ewagriusza, kłała duszę, zaciemnia rozum nieczystymi myślami i wyobrażeniami wykorzystując do tego celu przede wszystkim fantazję i wyobraźnię człowieka. Kiedy rozum został już zaciemniony, wtedy myśl nieczysta popycha mnicha do „czynów niegodziwych, mówienia różnych słów i słuchania ich w odpowiedzi”. Nietypowa jest tutaj kolejność: czyny, mówienie, słuchanie. Wydawałoby się, iż powinna ona być odwrotna: od mówienia/słuchania do czynów. Ostatnie zdanie niekoniecznie więc stanowić musi ciąg następujących po sobie postaw. Mówienie słów i słuchanie ich w odpowiedzi łączy się z pracą fantazji i wyobraźni, które niejako uobecniają i czynią jakby widzialnym przedmiot pożądania. Autor nie precyzuje czy ma na myśli rozmowy i słuchanie innych osób czy też raczej swego rodzaju dialog wewnętrzny. Może chodzić zarówno o jedno jak i o drugie, przy czym owe „rozmowy” wewnętrzne są zdecydowanie trudniejsze do opanowania. Demon ten nie tylko nakłania do niegodziwych czynów, ale niszczy duszę człowieka obezwładniając umysł gwałtowną namiętnością. Stosunkowo łatwo rozpoznać tę myśl, gdy objawia się pożądaniem odmiennych ciał lub wyobraźnią, która „uobecnia” te ciała, trudniej natomiast oprzeć się kluczowemu mechanizmowi

wątpienia w sens wstrzemięźliwości. Tylko silna motywacja i mocna wiara w sens wstrzemięźliwości jako środek do głębszej więzi z Bogiem, ufność Bogu i Jego łasce pozwala wtedy przetrwać.

### 3.3. Chciwość

Trzecią i ostatnią myślą zmysłowej części duszy jest chciwość. Ewagriusz tak ją opisuje: „chciwość zwraca uwagę na długą starość, niezdolność do ręcznej pracy, przyszły głód będący jej następstwem i spowodowane nim choroby, i gorycz ubóstwa, i to, z jak wielkim wstydem będzie się przyjmować od innych środki konieczne do życia.”<sup>35</sup> Podobnie jak w przypadku obżarstwa myśl o chciwości nie objawia się w prymitywnym instynkcie „posiadać więcej”. Podłoże postawy chciwości jest zdecydowanie głębsze. Nie tylko psychologia współczesna, ale już Ewagriusz w IV wieku doszedł do wniosku, iż zasadniczą przyczyną popychającą człowieka do nadmiernego gromadzenia dóbr jest lęk o przyszłość lub brak poczucia bezpieczeństwa teraz. Lęk często nieświadomiony i nie zawsze uwarunkowany rzeczywistą sytuacją zagrożenia. Znamy i spotykamy takich ludzi, którzy choć posiadają wystarczające zabezpieczenie materialne na przyszłość, to jednak ciągle czegoś się lękają. Obawiają się, iż zabezpieczenie tylko materialne jest niewystarczające. Demon chciwości nie zachęca więc wbrew pozorom do chciwości tylko dla samej chciwości czy żądz posiadania, ale znowu przybiera szlachetne szaty racjonalności. Gromadzenie dóbr daje wielu ludziom pozorne poczucie bezpieczeństwa. Jeśli pojawia się w naszej głowie myśl o chciwości, to najpierw zwraca naszą uwagę na czekającą nas długą starość. Truizmem będzie przypomnienie, iż są to głównie przewidywania czynione w wyobraźni i często zupełnie wyimaginowane. Nikt bowiem z ludzi nie zna lat swego życia ani nie wie czy jego starość będzie długa czy też krótka. Człowiek jednak jest przekorny w swoim myśleniu: „a jeśli moja starość będzie długa, co ja wtedy pocznę”. Jeśli już demonowi chciwości udało się wmówić człowiekowi długą starość, bardzo szybko podsuwa mu na myśl jej logiczne konsekwencje. Starość oznacza oczywiście niezdolność do pracy. Ewagriusz pisał o pracy ręcznej, ale dzisiaj te obawy możemy oczywiście rozszerzyć o inne rodzaje pracy czy nawet o bezrobocie w jeszcze młodszym wieku. Niezdolność do pracy ręcznej w starożytności chrześcijańskiej przekładała się oczywiście bardzo często na głód. Myśl o chciwości, podobnie zresztą jak inne myśli, odwołuje się do wyobraźni, a ta jak wiemy jest uwarunkowana historycznie. Dlatego też w naszych czasach wyobraźnia podsunie nam długą starość, niedołężność, niską emeryturę czy rentę, drogie leki, których przecież każda osoba w podeszłym wieku używa wiele itp., a wszystko po to, by nastraszyć nas pytaniem: „czy wystarczy mi środków na życie, czy też czeka mnie głód”. Istota mechanizmu, który tak dogłębnie uchwycił Ewagriusz jest taka sama. Głód natomiast jak wiemy, jest przyczyną wielu chorób. Choroby to kolejny „logiczny”, pozornie racjonalny, straszak, którym dręczy nas demon chciwości. Demon chciwości nie poprzestaje

<sup>35</sup> Practicus 9, ed. A. i C. Guillaumont, Sch 171, s. 512. Pisma Ascetyczne, s. 207.



jednak na udrękach ciała, przechodzi teraz do dwóch udręk moralnych. Chodzi o „gorycz ubóstwa” i „wstyd” bycia zależnym od innych ludzi. Myśl o chciwości prowadzi człowieka do użalania się nad sobą „tyle lat będziesz ciężko pracował i oto czeka cię życie w ubóstwie albo całkowita zależność od innych, jeśli sam nie zabezpieczysz swego własnego bytu na przyszłość”. Znajdziemy oczywiście wiele przykładów z naszego otoczenia na potwierdzenie takiego rozumowania. U podłoża owej „goryczy ubóstwa” i „wstydu zależności od innych” leży oczywiście najbardziej cenione przez każdego człowieka „prawo” do niezależności zakamuflowane określeniem „nie chcę być ciężarem dla nikogo”. Potrzeba dużo pokory by zgodzić się na swoje ubóstwo, które przecież nie jedną ma twarz, a także umieć przyjmować od innych środki konieczne do życia. Taka zależność nie niszczy przecież podstawowej godności człowieka. Dobrze jest umieć z godnością wspierać innych, ale także z godnością przyjmować dar. Warto wreszcie dodać, iż zdaniem Ewagriusza istnieje ścisły związek pomiędzy chciwością i smutkiem, który pojawia się właśnie zaraz po chciwości. Smutek rodzi się bowiem z powodu niespełnionych pragnień albo na skutek wspomnień o dobrach pozostawionych przez ascetę.

Jak łatwo zauważyć, Ewagriusz nie opisuje tutaj tylko jakieś prymitywne odruchy prowadzące do obżarstwa, nieczystości czy chciwości, ale proces myślowy dziejący się w głębinach osobowości człowieka lub wręcz w jego podświadomości. Poprzez uważną somoobserwację przejrzał on nie tylko naturę myśli, ich różnorodność, mechanizmy i sposoby w jakie się objawiają, ale także podał skuteczne narzędzia do radzenia sobie z nimi. W przedziwny bowiem sposób trzy wyżej przedstawione myśli łączą się ze sobą.

Pierwszym etapem radzenia sobie z różnymi myślami, a więc także i z obżarstwem, nieczystością i chciwością jest według Ewagriusza ich rozeznawanie, szukanie ich rzeczywistych przyczyn, miejsca, czasu i kolejności ich pojawiania się oraz związku pomiędzy nimi. Długa i szczerza obserwacja własnych myśli jest warunkiem ich opanowania. Konieczne jest również minimum wiedzy o naturze i funkcjonowaniu myśli w człowieku oraz sposobach ich pojawiania się. Jeśli brakuje tej wiedzy wówczas myśli te będą odbierane jako zupełnie racjonalna troska o własne zdrowie i przyszłość albo prawo do przyjemności. Ponieważ jednak w trakcie samego pojawiania się myśli nasz umysł jest zmacony i niemożliwa jest jej właściwa obserwacja, Ewagriusz radzi uczynić to później<sup>36</sup>. Należy dopuścić do siebie myśl, który nas dręczy, gdyż wtedy niestety często z powodu błędnej oceny moralnej automatycznie spychamy ją do podświadomości. Myśl zepchnięta w „lochy podświadomości” nadal jednak na nas wpływa i niejako odbiera energię naszemu „ja”. Tylko wejście w pewną późniejszą „zażyłość” z myślą, pozwoli nam przejrzeć mechanizmy jej funkcjonowania. Ewagriusz poleca trzy metody walki z tego typu myślami. Po pierwsze, należy jak najszybciej nazwać pojawiającą się myśl, uczucie czy pragnienie, wtedy łatwiej zachować pewien konieczny dystans.

<sup>36</sup> De malinis cogitationibus 9. PG 79, 1230a. Pisma Ascetyczne, s. 338.

Nasze „ja” bowiem bardzo szybko utożsamia się z silnym uczuciem czy emocją lub wyobrażeniem i uniemożliwia zachowanie owego dystansu. Trzeba wtedy pamiętać, iż złość, gniew czy lęk jest we mnie, ale ja nie jestem złością, gniewem lub lękiem. Moje „ja” ciągle zachowuje niezależność. Nazwanie myśli czy rodzącego się w nas pragnienia, a także zwerbalizowanie go przed kimś lub nawet samym sobą, posiada już samo w sobie wartość terapeutyczną. Przyznanie się przed samym sobą do niektórych naszych negatywnych myśli lub emocji i dopuszczenie ich do świadomości uwalnia od nich. Bezskuteczna jest natomiast próba walki z nimi siłą woli i umysłu. Trzeby nauczyć się pozwalać myśli przychodzić i odchodzić stojąc w wyobraźni z własnym „ja” niejako „obok”. „Dialog” z myślami nie powoduje, że one zaraz znikną, ale odbiera im niejako ostrze działania. Dobrym sposobem jest więc rozmowa z nimi i sprowadzanie ich pytaniami *ad absurdum*.

Drugą metodę jaką proponuje Ewagriusz, jest tzw. metoda antyretyczna, tzn. skierowanie w kierunku demona/myśli fragmentu tekstu z Pisma Świętego. Można także skierować nasz gniew przeciwko niemu, i jest to jedyna sytuacja, kiedy gniew jest dopuszczalny w nauce ascetycznej mnicha pontyjskiego. Gniew bowiem wypędza myśli z rozumu. Można również wykorzystać wzajemną wrogość demonów/myśli między sobą, np. próżności i nieczystości albo jak św. Antoni Pustelnik wyśmiewać i wyszydzać złe myśli. Gdy więc niejako rozbiję identyfikację mojego „ja” ze złą myślą czy uczuciem, wtedy pozwalam umysłowi nabrać odpowiedniego dystansu i mieć właściwy wgląd w moją sytuację. Następnie wypowiadam z wiarą odpowiednie, nieprzypadkowo dobrane słowa z Pisma Świętego przeciwko dręczącej mnie myśli. Pozwoli to na chwilowe uzdrowienie stanu emocjonalnego i powolne zdystansowanie się od złej myśli. Dzięki Słowu Bożemu sam Bóg walczy po naszej stronie. Dalej, by wzmocnić ową niewielką przestrzeń wolności od złej myśli należy pokrzepić blakający się umysł przez czytanie duchowe, czuwanie i modlitwę. Widzieliśmy, iż w przypadku myśli o obżarstwie, nieczystości i chciwości nie dotyczą one zachęty do przejadania się, grzeszenia nieczystością czy gromadzenia dóbr, lecz lęku o własne zdrowie, lęku przed bezsensownym wysiłkiem i lęku o naszą długą starość. Tak naprawdę to lęk jest podłożem tego typu podstaw, muszę więc przywołać teksty z Pisma Świętego zachęcające do ufności i występujące przeciw lękowi. Ewagriusz proponuje więc w traktacie *O sporze z myślami* I, 11 by np. przeciwko myśli o naszym zgorzknieniu i nędzy przywołać Psalm 23,1 „Pan jest moim pasterzem, niczego mi nie braknie”, przeciwko myślom nieczystym słowa Psalmu 6,9 „Odstąpcie ode mnie wszyscy, którzy zło czynicie, bo Pan usłyszał głos mojego płaczu” zaś przeciw myśli o chciwości słowa „Otwórz szczerze rękę swemu bratu uciśnionemu lub ubogiemu twej ziemi” (Pwt 15,11). Zasadniczą trudnością jest właściwe określenie demona/myśli i znajomość technik przez niego używanych. Jeśli fałszywie określe istotą działania poszczególnych myśli, wtedy także wybioram nietrafne Słowo Boże. W traktacie *O sporze z myślami* Ewagriusz przytacza różne cytaty biblijne skierowane przeciwko poszczególnym demonom/myślom, które mogą służyć pomocą. Oznaką zwycięstwa nad myślami/demonami jest dla Ewagriusza *apatheia*, stan beznamiętności

w którym rozum dostrzega swoje własne światło: „Królestwo niebieskie jest beznamiętnością duszy połączoną z prawdziwym poznaniem bytów”<sup>37</sup>. Psychologia, choćby w wydaniu Junga, określa ten stan jako odzyskanie własnego „ja” i takie zintegrowanie nieświadomości i zranień do niej zepchniętych, że nie są one już szkodliwe ani przyczyną projekcji emocji czy wyobrażeń na otaczającą nas rzeczywistość. Pisał Jung „jeśli uda się uczynić jaźń nowym ośrodkiem grawitacji jednostki, to powstaje osobowość, która cierpi jakby tylko na swoich niższych piętach, natomiast na wyższych jest w szczególności sposób oderwana zarówno od bolesnych, jak i od radosnych wydarzeń”<sup>38</sup>.

Trzecim sposobem opanowania myśli jest taktyka, którą ok. tysiąc lat później św. Ignacy Loyola określił mianem zasady *agere contra*. Istnieją ludzie dla których dopuszczenie do siebie myśli negatywnych by z nimi walczyć może okazać się z różnych powodów całkowicie zgubne. Jeśli nie potrafią się z nimi obchodzić albo są bardzo głęboko zranieni, powinni starać się je zaraz odrzucać. Jung, jak widzieliśmy, mówi wtedy o tzw. treściach nieświadomości zbiorowej, archetypach, które trzeba wykluczyć z podmiotu by nie niszczyć osobowości. W przypadku np. obżarstwa Ewagriusz radzi podjąć działanie zmierzające do ograniczenia pokarmu: „kiedy nasza dusza pragnie urozmaiconych pokarmów, niech się wówczas ograniczy do chleba i wody, aby dziękować nawet za ten skromny kęs. Sytość bowiem domaga się rozmaitych dań, głód zaś uważa, że szczęściem jest dostatek chleba”<sup>39</sup>.

Znakiem całkowitego przepędzenia tego typu myśli nie jest, zdaniem Ewagriusza, wyzbycie się grzechu uczynkiem – co byłoby wstrzemięźliwością, ale opanowanie nawet myśli o obżarstwie, nieczystości lub chciwości, czyli zasadniczo lęku przed głodem, obaw przed bezsensownością wyrzeczeń czy lęku o własne zdrowie i przyszłość. Widzieliśmy, że obżarstwo jest często uwarunkowane nieświadomym lękiem o własne zdrowie, nieczystość obawą o bezsensowność zmagania się o czystość zaś chciwość lękiem przed pozostaniem bez środków do życia i całkowitą zależnością od innych. Trzeba przyznać, że Ewagriusz stawia poprzeczkę bardzo wysoko, ale jednocześnie wiele obiecuje: wewnętrzny pokój, radość i ciągle świeży dynamizm życia. Osiągnięcie bowiem stanu beznamiętności (*apatheia*) nie oznacza wcale pasywnej apatii, ale wyzwolenie nowych żywotnych energii duchowych i psychicznych z głębin osobowości człowieka oraz egzystencję bardziej autentyczną i godną wielkości człowieka.

\*\*\*

Ewagriusz wymienia osiem zasadniczych myśli/demonów dręczących duszę człowieka i podaje sposoby walki z nimi. Są to: obżarstwo, nieczystość, chciwość, smutek, gniew (złość), acedia, próżność i pycha. Pierwsze trzy, czyli obżarstwo,

<sup>37</sup> Practicus 2, ed. A. i C. Guillaumont, Sch 171, s. 498. Pisma Ascetyczne, s. 207.

<sup>38</sup> Cytat za J. Prokopiuk, Jung, czyli gnoza XX wieku, w: Archetypy i symbole..., s. 28.

<sup>39</sup> Practicus 16, ed. A. i C. Guillaumont, Sch 171, s. 540. Pisma Ascetyczne, s. 210.

nieczystość i chciwość rodzą się w części zmysłowej (pożądliwej) duszy, smutek i chciwość w części emocjonalnej (popędliwej), acedia opanowuje całą duszę, natomiast próżność i pycha część rozumną duszy człowieka. Krótka analiza odpowiednich tekstów mnicha pontyjskiego pozwoliła zauważyć, iż myśli o obżarstwie i chciwości wcale nie atakują człowieka wprost namawiając do przejadania się lub gromadzenia niepotrzebnych bogactw, ale wzbudzają lęk przed głodem lub brakiem środków do życia w przyszłości. Łatwo tutaj dostrzec mechanizm określany przez współczesną psychologię mianem racjonalizacji. Nieczystość natomiast byłaby w takim kontekście myślą pocieszającą przed tego typu lękami

Ewagriusz podaje trzy sposoby walki z myślami zmysłowej części duszy: po pierwsze, zachęca do właściwego rozeznawania poszczególnych myśli, jako inny sposób sugeruje metodę antyretyczną, tzn. przepędzenie tego typu myśli o lęku odpowiednim fragmentem Słowa Bożego, natomiast jaką trzecią proponuje metodę *agere contra*.

## SUMMARIUM

Dissertatiuncula haec post introductionem tribus partibus constat: in prima doctrina spiritualis Evagrii Pontici breviter exponitur, in altera doctrina de cogitationibus monachi Pontici delineatur et in tertia autem cogitationibus solum sensualis animae partis describuntur.

Evagrius octo praebet praecipuas cogitationes/daemoniorum temptationes atque modos agendi contra eas describit: gastrimargia (gula), fornicatio (impuritas), philargyria (avaritia), tristitia, ira, acedia, vanitas et superbia. Primae tres, id est gastrimargia, impuritas et avaritia in parte sensuali animae nascuntur, tristitia et ira in parte emotionali, acedia ad totam animam refertur, vanitas et superbia ad rationalem spectat animae partem. Secundum monachi Pontici mentem, cogitationes de gastrimargia deque avaritia hominem non agrediuntur directe adhortando ad manducandum vel ad accumulandum, sed timorem famis aut paupertatis incitant. Impuritas autem ad consolatio incitat qui huiusmodi timores habet.

Evagrius tres modos agendi contra cogitationes sensualis animae partis exponit: singularum cogitationum recognitio, lectio aptorum Sacrae Scripturae textuum, agere contra.