

Йоаннис Каминис

УНИНИЕТО – СТАРИЯТ ДЕМОН В СЪВРЕМЕННАТА ЕПОХА

Abstract: Ioannis Kaminis, *Acedia – an Old Demon in Modern Times*.

The goal of the current article is to present an overview of the so-called in patristic literature demon or passion of acedia and its activity as it is described in various monastic and patristic texts. Moreover, the article presents the signs of acedia-despondency, how it influences not only the monk but also every one of us and how this feeling-passion is still relevant in modern times, as one of the symptoms of depressive disorder. Apart from this the article presents some ways of overcoming this passion, ancient remedies taken from various patristic and monastic texts.

Keywords: *Acedia, Despondency, Depression, Monasticism, Sin, Passion, Evagrius Ponticus, Demons*

Демонът или бесът на унинието заема важно място в раннохристиянската демонология. Един от първите оригинални монашески мислители на Изток – Евагрий Понтийски – го определя като най-тежкия от всички други помисли (λογισμοί), защото учи човешкия ум да бъде непохватен, страхлив и разсеян¹. Същият демон² напада монасите особено по времето на псалмопението, намеквайки им, че молитвата е обременителна и внушавайки в техните сърца отегчение³. Евагрий го нарича също „пладнешки демон“ (δαίμων μεσημβρινός), защото напада монаха към 10:00 часа сутринта до към

¹ Évagre le Pontique, *Traité Pratique ou Le Moine*, t. II, SC 171, ed. Antoine Guillaumont & Claire Guillaumont (Paris: Editions du Cerf, 1971), 564.

² Българските преводи на Свещ. Писание гръцката дума δαίμων обикновено се превежда с „бяс“, но в доста широка богословска литература днес се използва и думата „демон“.

³ Νεῖλος ὁ Σιναΐτης, *Πρὸς Εὐλόγιον Μοναχόν*, Кеф. Н' (PG 79, 1104 D). Става дума за съчинение на Евагрий, запазено под името на Нил Синайски.

1:00 часа след обяд¹:

„И първо слънцето му се вижда като че се забавя или дори като неподвижно, така че денят да изглежда петдесет часа дълъг. Тогава той (демонът/бесът) принуждава монаха да гледа през прозореца и да се втурва из килията си да наблюдава слънцето, за да види колко време остава до деветия час (15:00) и да хвърля погледа си във всички посоки, в случай че някой от братята е там. После навежда на мисълта му омраза към мястото, в което пребивава, начина му на живот и към ръчната работа; и също – че няма любов у братята, и също – че за него няма утешител (Плач Йер. 1:17-21). Ако някой през онези дни е огорчил монаха, демонът добавя и това, за да усиле омразата му. Кара го да желае други места, където лесно може да намери всичко, от което се нуждае, и да се занимава с по-лесен и удобен занаят; и като добавя, че това да се харесаш Господу не зависи от мястото. Навсякъде може Бог да бъде почитан. Към всичко това присъединява още и спомена за семейството на монаха и за предишния му живот, а и му подсказва, че той все още има дълго време да живее, повдигайки пред очите му видение за мъките на аскетичния живот. Така че използва всяко средство, за да движи монаха и да го прави да се откаже от борбата. Никой друг демон не следва след него, но след борбата, душата получава спокойно състояние и неизречима радост“².

Първият църковен писател, който подробно описва униинието

¹ Évagre le Pontique, op. cit., 520.

² Évagre le Pontique, op. cit., 521-526: Καὶ πρῶτον μὲν τὸν ἥλιον καθορᾶσθαι ποιεῖ δυσκίνητον ἢ ἀκίνητον, πεντηκοντάωρον τὴν ἡμέραν δεικνύς. Ἐπειτα δὲ συνεχῶς ἀφορᾶν πρὸς τὰς θυρίδας καὶ τῆς κέλλης ἐκπηδᾶν ἐκβιάζεται, τῷ τε ἡλίῳ ἐνατενίζειν πόσον τῆς ἐνάτης ἀφέστηκε, καὶ περιβλέπεσθαι τῆδε κάκεισε μη τις τῶν ἀδελφῶν. Ἐτι δὲ μίσος πρὸς τὸν τόπον ἐμβάλλει καὶ πρὸς τὸν βίον αὐτόν, καὶ πρὸς τὸ ἔργον τῶν χειρῶν· καὶ ὅτι ἐκλέλοιπε παρὰ τοῖς ἀδελφοῖς ἡ ἀγάπη καὶ οὐκ ἔστιν ὁ παρακαλῶν· εἰ δὲ καὶ τις κατ' ἐκείνας τὰς ἡμέρας εἶη λυπήσας τὸν μοναχόν, καὶ τοῦτο εἰς αὔξησιν τοῦ μίσους ὁ δαίμων προστίθησιν. Ἄγει δὲ αὐτόν καὶ εἰς ἐπιθυμίαν τόπων ἐτέρων ἐν οἷς ῥαδίως τὰ πρὸς τὴν χρεῖαν ἔστιν εὐρεῖν καὶ τέχνην μετελθεῖν εὐκοπωτέραν μᾶλλον καὶ προχωροῦσαν· καὶ ὡς οὐκ ἔστιν ἐν τόπῳ τὸ εὐαρεστεῖν τῷ Κυρίῳ προστίθησιν· πανταχοῦ γάρ, φησί, τὸ θεῖον προσκυνητόν. Συνάπτει δὲ τούτοις καὶ μνήμην τῶν οἰκειῶν καὶ τῆς προτέρας διαγωγῆς· καὶ χρόνον τῆς ζωῆς ὑπογράφει μακρόν, τοὺς τῆς ἀσκήσεως πόρους φέρων πρὸ ὀφθαλμῶν· καὶ πᾶσαν τὸ δὴ λεγόμενον κινεῖ μηχανὴν ἵνα καταλελοιπῶς ὁ μοναχὸς τὴν κέλλαν φύγῃ τὸ στάδον. Τοῦτῳ τῷ δαίμονι ἄλλος μὲν εὐθύς δαίμων οὐχ ἔπεται· εἰρηλικὴ δὲ τις κατάστασις καὶ χαρὰ ἀνεκκλήλητος μετὰ τὸν ἀγῶνα τὴν ψυχὴν διαδέχεται. Прев. мой.

като явление в живота на аскета, е Евагрий Понтийски¹. Според него това състояние се определя като неестествена (οὐκ ἔχουσα τὸ κατὰ φύσιν) отпуснатост на душата, чувство за изтощение, което не може да се съпротивлява на изкушенията². Унинието е наречено:

„Ефирно приятелство, заблудител на нашите стъпки, омраза към трудолюбието, битка срещу спокойствието, буря през времето на псалмопоеието, леност в молитвата, отслабване на аскезата, неуместна сънливост, съновъртеж, тежест на лудостта, омраза към килията, противник на аскетичните мъки, враг на търпението, намордник на вниманието, незнание относно Писанията, участник в печалта, часовник на глада“³.

В западната средновековна традиция унинието (ἀκηδία) се възприема като леност. Обаче смисълът на гръцката дума е многостранен, защото освен леност, може да означава и небрежност към живота, безделие, отегчение, досада, равнодушие, изтощение, безчувственост и безгрижие⁴. В ново време се смята, че унинието споделя много

¹ За живота на Евагрий Понтийски вж. Παλλάδιος ἐπίσκοπος Ἐλενουπόλεως, *Ἡ πρὸς Λαῦσον Ἱστορία* (PG 34, 1188-1195); *Coptic Palladiana II: The Life of Evagrius* (Lausiac History 38), првд. Tim Vivian, *Coptic Church Review Vol. 21 N. 1* (2000); Σωκράτης Σχολαστικός, *Ἐκκλησιαστικὴ Ἱστορία* (PG 67, 516-521); Ἑρμείας Σωζομένος, *Ἐκκλησιαστικὴ Ἱστορία* (PG 67, 1381-1388); Γρηγόριος ὁ Θεολόγος, *Ἴστον τῆς Διαθήκης* (PG 37, 393), В-С; Rufinus Aquilensis, *Historia Monachorum* (PL 21,448-449); *Ἀποφθέγματα τῶν ἁγίων Γερόντων* (PG 65, 173-176); Gennadius, *Liber de Viris Illustribus*, ed. E.C Richardson, (Leipzig: J.C Hinrichs'sche Buchhandlung, 1896): 65; Eusebius Hieronymus, *Epistolae, Epistola CXXXIII* (PL 22, 1151).

² Νεῖλος ὁ Σιναΐτης, *Τὰ Ὀκτώ Πνεύματα τῆς Πονηρίας*, Κεφ. ΙΓ' (PG 79, 1157 D).

³ Νεῖλος ὁ Σιναΐτης, *Περὶ τὰς ἀντίζυγούς τῶν ἀρετῶν κακίας* (PG 79, 1144 В-С-D): Ἀκηδία, φιλία ἀερική, βημάτω περιαγωγὸς, φιλεργίας μῖσος, ἡσυχίας μάχη, ψαλμωδίας ζάλη, εὐχῆς ὄκνος, ἀσκήσεως χαλνῶσις, ἄωρος νυσταγμὸς, περιστρεφόμενος ὕπνος, μανίας βάρος, κέλλης μῖσος, πόνων ἀντίπαλος, καρτερίας ἀντίζυγος, μελέτης κήμωτρον, Γραφῶν ἀμαθία, λύτης μέτοχος, ὠρολόγιον πείνης. Прев. мой.

⁴ На старогръцки думата се формира от префикса за отрицание α- и κήδος, която означава „грижа“. Тоест етимологично думата ἀκηδία означава „безгрижие, небрежност“. В християнския контекст това състояние се определя като безгрижие към спасението и себе си, когато монахът е отегчен, пренебрегва работата си и молитвите, и също става с миряните: когато са отегчени, изпадат в състоянието на безгрижие, не се грижат за себе си и мислят само как да избягват от това състояние и да намерят начини, за да се разсейват. В по-късния гръцки език се използва думата κηδεία, която означава погребален обред т.е. грижа за мъртвия, оттук на

общи признаци с клиничната депресия¹. Симптомите на унинието могат да бъдат телесни и душевни. Първите симптоми са сънливост, обща отпадналост или слабост, като например ярко изразена нестабилност в коленете, болки в крайниците и треска². Св. Йоан Лествичник също описва телесните симптоми на унинието казвайки, че:

„Бесът на унинието произвежда тричасово треперене, главоболие, горещина, болки в стомаха. А когато дойде деветият час, дава възможност малко да се съвземем. Когато вече и трапезата е сложена, кара ни да скочим от леглото, но после, в часа за молитва, отново отежнява тялото; потапя в сън ония, които стоят на молитва и в ненавременните прозвяки грабва стиховете от устата им“³.

Св. преп. Теодора Александрийска също описва такива телесни симптоми:

„Добре е да се живее в исихия, защото благоразумният човек живее в исихия. Наистина велико е за девица или за монах да практикуват исихия, особено по-младите. Обаче трябва да знаеш, че веднага щом някой реши да живее в исихия, идва злият и отежнява душата с униение, малодушие, зли помисли; уморява тялото чрез болести, отпуснатост; отслабва коленете и всички членове и отнема силата на душата и тялото. Поради това боледува и не може да се моли в събранието. Но ако сме бдителни, всичко това отпада. Имало монах, който всеки път, когато започвал да се моли, треска и температура го хващали и страдал от главоболие. Тогава той казвал на себе си: „ето боледувам и близо съм до смъртта, така че сега ще стана преди да умра и ще се моля.“ И чрез този помисъл, той се принуждавал да се моли. Когато приключел молитвата си, треската също изчезвала“⁴.

славянски "опело".

¹Вж. Andrew Solomon, *The Noon Day Demon: An Atlas of Depression*, (New York: Scribner 2001).

² Вж. Andrew Crislip, „The Sin of Sloth or the Illness of the Demons? The Demon of Acedia in Early Christian Monasticism“, *The Harvard Theological Review*, Vol. 98 No. 2 (2005) 143-169.

³ Преп. Йоан Лествичник, *Лествица*, прев. Нюйорски митр. Йосиф (София: Синодално Издателство, 1982), 8, 101.

⁴ *Ἀποφθέγματα τῶν ἁγίων Γερόντων* (PG 65, 201C-D): Καλὸν τὸ ἡσυχάζειν· ἀνὴρ γὰρ φρόνιμος ἡσυχίαν ἄγει. Μέγα γὰρ ἀληθῶς παρθένω ἢ μοναχῶ, ἡσυχάζειν· μάλιστα δὲ τοῖς νέοις. Ἀλλὰ γίνωσκε, ὅτι προθῆται ἡσυχάσαι, εὐθέως ὁ πονηρὸς ἔρχεται καὶ βαρεῖ τὴν ψυχὴν, ἐν ἀκηδίαῖς, ἐν ὀλιγοψυχίαῖς, ἐν λογιμοῖς· βαρεῖ καὶ τὸ σῶμα, ἐν ἀσθενείαις,

Освен телесните симптоми, унинието влияе и на психическото състояние на монаха, поведението и отношението му към другите монаси. Липсата на внимание към молитвата и общо негодувание относно монашеския начин на живот са основните психични симптоми на унинието, които се проявяват в монасите. Монахът няма желание да чете или да се моли – нещо, което много подробно е описано от Евагрий Понтийски:

„Когато чете този, който страда от униние, прозява се често и лесно се приспива; той разтрива очи и разтяга ръцете си; отвръща очите си от книгата, взира погледа си в стената и отново се връща към четенето за малко; прелиствайки страниците, търси с любопитство края на текста, брой страниците и изчислява броя на колите, не му харесват почеркът и украсата на книгата, после затваря книгата и я поставя връз главата си, та накрая и заспива, но няма дълбок сън, защото тогаз глад разбужда душата му и се налага да се погрижи за нуждите си. Монахът, страдащ от униние, е ленив в молитвата и дори не казва молитвените слова. Както болният човек, който не може да носи тежък товар, по същия начин и човек, страдащ от униние, не може да изпълни Божието дело усърдно. Първият е загубил силата на тялото, а другият е разпуснал силите на душата“¹.

Освен това, унинието напада монаха по време на псалмопение-

ἐν ἀτονίᾳ, ἐν λύσει γονάτων καὶ ὄλων τῶν μελῶν, καὶ λύει τὴν δύναμιν τῆς ψυχῆς καὶ τοῦ σώματος· καὶ ὅτι ἀσθενῶ καὶ οὐκ ἰσχύω βαλεῖν τὴν Σύναξιν. Ἄλλ’ ἐὰν νήσωμεν, πάντα ταῦτα διαλύονται. Ἦν γὰρ τις μοναχός· καὶ ὡς ἤρχετο βαλεῖν τὴν Σύναξιν, ἐλάμβανεν αὐτὸν ῥίγος καὶ πυρετός, καὶ ἡ κεφαλὴ τονῶ ὀχλεῖτο· καὶ οὕτως ἔλεγεν ἑαυτῷ, ὅτι. Ἴδου ἀσθενῶ, καὶ ἐνίστε ἀποθνήσκω· ἐγερθῶ οὖν πρὶν ἀποθάνω, καὶ βάλω τὴν σύναξιν. Καὶ τῷ λογισμῷ τούτῳ ἐβιάζεται ἑαυτὸν, καὶ ἔβαλε τὴν Σύναξιν καὶ ὡς κατέπαυεν ἡ σύναξις, κατέπαυε καὶ ὁ πυρετός. Прев. мой.

¹ Νεῖλος ὁ Σιναΐτης, *Τὰ Ὀκτὼ Πνεύματα τῆς Πονηρίας*, Κεφ. ΙΔ (PG 79, 1160 B-C). Ἀναγινώσκων ἀκηδιαστής χασμάται πολλά, καὶ πρὸς ὕπνον καταφέρεται εὐχερῶς, τρίβει τὰς ὄψεις, καὶ διατείνει τὰς χεῖρας, καὶ τοῦ βιβλίου τοὺς ὀφθαλμοὺς ἀποστήσας, ἐνατενίζει τῷ τοίχῳ, πάλιν ἐπιστρέψας ἀνέγνω μικρὸν, καὶ ἀναπτύσσων τὰ τέλη τῶν λόγων περιεργάζεται, ἀριθμεῖ τὰ φύλλα, καὶ τὰς τετράδας ἐπιψηφίζει, ψέγει τὸ γράμμα καὶ τὴν κόσμησιν, ὕστερον δὲ πτύξας ὑπέθηκε τῇ κεφαλῇ τὸ βιβλίον, καὶ καθέουδι ὕπνον οὐ πάνω βαθύν, ἡ γὰρ πείνα λοιπὸν διεγείρει αὐτοῦ τὴν ψυχὴν, καὶ τὰς ἑαυτῆς φροντίσεις ποιεῖ. Ἀκηδιαστής μοναχός, ὀκνηρὸς εἰς προσευχὴν, καὶ οὐ μὴ λαλήσει ποτὲ ῥήματα προσευχῆς· ὥσπερ γὰρ ὁ νοσῶν οὐ βαστάζει φορτίον βαρὺ, οὕτω καὶ ἀκηδιαστής οὐ μὴ ποιήσει ἔργον Θεοῦ ἐπιμελῶς· καθήρηται μὲν γὰρ ὁ μὲν τὴν δύναμιν τοῦ σώματος, ὁ δὲ τοὺς τόνους ἐκλέλυται τῆς ψυχῆς. Прев. мой.

то, внушавайки му, че то е тежко, и нападайки го чрез непристойни мисли, свързани с плътта¹. Унинието се появява и като силно желание за бягство от килията². Страдащият от него може да пожелае да намери други хора, за да общува, и поради това да поиска да се премести на друго място³. Монасите, разочаровани от живота си, могат да бъдат принудени от тази страст да търсят друга килия с надеждата, че така могат да бъдат по-добри отшелници⁴ или пък унинието да провокира спомени за предишния им живот, за да напуснат съвсем монашеството⁵. Намерението на демона на унинието е да убеди монаха да изостави манастира си и дори като цяло – монашеския живот. Всички тези симптоми обикновено са свързани с унинието и всъщност са подобни на състоянието на отегчение, умора или досада; монахът се е уморил от аскетичния начин на живот и търси всякакви възможности и оправдания, за да избегне от аскетичните практики.

Унинието обаче не се появява само като чувство на отегчение или досада, а изкушава монаха да извърши благотворителни дейности, но така, че да ги изпълни с неумереност и грешна мотивация. Това е най-коварният начин, по който демонът на унинието опитва да отклони монаха от аскетичния живот. Обикновено се проявява като силно желание за грижа по отношение на болните или чрез извършване на други благотворителни дейности. Евагрий Понтийски пише, че страдащият от униние монах предлага да посещава болните, но го прави за собствената си цел и бързо иска да изпълнява разни услуги за другите, но само мисли за собственото си удовлетворение⁶. Същото споменава и св. Йоан Лествичник:

¹ Νεῖλος ὁ Σιναΐτης, *Πρὸς Εὐλόγιον Μοναχόν* (PG 79, 1104D, 1106A-B).

² Νεῖλος ὁ Σιναΐτης, *Τὰ Ὀκτώ Πνεύματα τῆς Πονηρίας* Κεφ. ΙΓ (PG 79, 1157D).

³ Euagrius Ponticus, *Ἀντιρρητικός*, *Abhandlungen der Königlich Gesellschaft der Wissenschaften zu Göttingen Philologisch-Historische Klasse, Wilhelm Frankenberg, ed. trans V. 13, N. 2, (Berlin:Weidmannsche Buchhandlung, 1912) 6.4, 6.9 6.24, 6.26, 6.33, 6.35, 6.52, 6.53, 521-522; Νεῖλος ὁ Σιναΐτης, *Τὰ Ὀκτώ Πνεύματα τῆς Πονηρίας*, Κεφ. ΙΓ (PG 79, 1157).*

⁴ Euagrius Ponticus, *Ἀντιρρητικός*, 6.33, 527.

⁵ Ibid. 6.4, 6.6, 6.23, 6.35, 6.39, 6.44, 6.45, 6.46, 6.53, 523-531.

⁶ Νεῖλος ὁ Σιναΐτης, *Τὰ Ὀκτώ Πνεύματα τῆς Πονηρίας*, Κεφ. ΙΓ (PG 79, 1157D).

„Унинието подбужда към гостоприемство; уговаря да даваме милостиня от ръчния труд; усърдно подбужда да посещаваме болни, като ни напомня за Оногова, Който е казал: *болен бях и Ме посетихте* (Мат. 25:36). То увещава да посещаваме скърбящите и малодушните и, бидейки самото то малодушно, внушава ни да утешаваме малодушните“¹.

Един такъв случай относно унинието се описва и в сборника *Aprothegmata Patrum*, когато един монах посещава св. преп. Арсений Велики и му казва, че има помисли, които му внушават да не пости нито да работи, а поне да посети болните, защото и тази дейност е признак за любов. Тогава св. Арсений разбира, че този помисъл произхожда от демоните и му казва да отиде да яде, да пие и да спи, само да не изоставя килията си. Защото само търпението държи монаха в правилния порядък – да си остане в келията².

Още по-опасно за монасите е когато демонът на унинието ги насърчава да предприемат прекомерни аскетични подвизи. Демонът на унинието използва словата на Свещ. Писание и думите на светците, за да насърчи монасите към прекомерния аскетизъм, защото по този начин ще могат да подражават на подвизите на светците³. Евагрий Понтийски пише, че демонът на унинието подражава на този на чревоугодията и предлага на монаха пълно отстъпление – да живее в усамотение и след това го призовава да подражава св. Йоан Предтеча и на първите отшелници като св. Антоний Велики. Демонът върши това с цел монахът да не издържи дългото и нечовешко усамотение и тогава срамно да избегне от мястото си, за да може същият този демон да се хвали и да каже, че е „надделял над оногова“⁴. Св. Йоан Лествичник също пише за изкушението да се подражава на трудните аскетични подвизи на великите аскети:

„Похвално е да се удивляваме на трудовете на тези светци; спасително е да им подражаваме. Но да пожелаем изведнъж да станем подража-

¹ Преп. Йоан Лествичник, *op. cit.*, 100-101. Прев. Нюйорски митр. Йосиф

² *Περὶ τοῦ Ἀββᾶ Ἀρσενίου, Ἀποφθέγματα τῶν ἁγίων Γερόντων ΙΑ* (PG 65, 89C-D).

³ Andrew Crislip, „The Sin of Sloth or the Illness of the Demons? The Demon of Acedia in Early Christian Monasticism”, 153.

⁴ Évagre le Pontique, *Sur Les Pensées*, ed. Paul Géhin & Claire Guillaumont et Antoine Guillaumont, SC 438 (Paris :Editions du Cerf, 1998), p. 277.

тели на техният живот, е безразсъдно и невъзможно¹.

Това означава, че униинето не предизвиква само леност, отегчение и досада, а влияе също върху онези, които живеят много аскетично:

„Живеещите въвн от света биват мъчени от бесовете на преяждането и блудството, ако имат в изобилие всичко, потребно им; ако ли пребивават в подвижнически места, отдалечени от всякакво утешение, такива биват изкушавани от демоните на униинето и ропота².

Това, което трябва да вземем предвид е, че униинето не е състояние, което може да се наблюдава само при монаси или отшелници. Това погрешно мнение може да произхожда от недоразумението, че съществува свят само за монаси и отшелници, чиито проблеми не засягат живота на другите християни, които не живеят като тях. По този начин една съществена истина се пренебрегва, т.е. страстите и пороците, които тормозят човечеството, са едни и същи във всяко време и място. Това, което се променя, са конкретните форми, чрез които те се появяват. Според Евагрий Понтийски противниците на човеците, страстите и демоните-бесове, които подбуждат злите помисли, са едни и същи по целия свят, въпреки че има различни нива в интензивност на борбата³.

Всъщност униинето много често се идентифицира с депресия. Истината е, че признаците на униинето се включват в тази болест, която се класифицира като голямо депресивно разстройство (ГДР), т.е. психично разстройство, характеризиращо се с всеобхватно потиснато настроение, придружено с ниска самооценка и загуба на интерес или удоволствие от дейности, които нормално носят удовлетворение и радост. По-скоро униинето може да е проява на краткотраен (4-13 дни) депресивен епизод, при който са налични 4 от 8-те симптоми на ГДР⁴. Естествено, има и други прояви на униинето, които на

¹ Преп. Йоан Лествичник, *op. cit.*, 52. Прев. Нюйорски митр. Йосиф

² *Ibid.*, p. 158.

³ Gabriel Bunge, „Acedia – A Disease Typical only of Monks?“, *Despondency: The Spiritual Teaching of Evagrius Ponticus on Acedia*, trnsl. Anthony P. Gythiel (New York: St. Vladimir's Seminary Press, 2011).

⁴ Тези симптоми са следните: 1. Потиснато настроение през по-голямата част на

пръв поглед не се разкриват като такива. Например Евагрий пише:

„Относно помисъла на демона/беса на унинието, който мрази ръчната работа, която практикува; и по-този начин иска да учи друг занаят, който ще го поддържа по-добре и ще бъде по-лесен“¹.

Изкушението да се разглежда работата като източник на проблеми трябва да е било широко разпространено по времето на Евагрий Понтийски². Днес това чувство се среща често, както и по онова време и по същите причини. Ранните монаси спечелвали хляб чрез плетене на кошници – проста, почти механична работа, която със сигурност е била доста монотонна. Въпреки това еднообразието на работата е била основната цел, защото по този начин умът на монасите е по-свободен и те могат да се молят и да се намират в състояние на съзерцание, без да се разсейват от други неща³. Когато един монах обаче изпада в униние, качеството на тази работа се изопачава, а самата работа се превръща в мъка. Същото чувство е характерно и за съвременната епоха, в която човек разполага със средствата на технологията, улесняващи ежедневието. Въпреки това технологията много пъти води до многостранна разсеяност и последицата от това е, че човекът не може да се съсредоточи в определена задача. От една

деня, почти всеки ден, посочвано като чувство на печал, празнота или безнадеждност. 2. Намален интерес или никакво усещане за удоволствие при всички или почти всички дейности през по-голямата част на деня, почти всеки ден. 3. Значителна загуба на тегло, когато човекът не пази в диета или увеличаване на теглото; намаляване или увеличаване на апетита почти всеки ден. 4. Безсъние или прекомерен сън почти всеки ден. 5. Психомоторна възбуда, тревога или забавяне почти всеки ден (наблюдавано от други, не само чрез изразяването на субективни чувства на тревога, безпокойство или забавяне) 6. Умора или загуба на енергия почти всеки ден 7. Чувство на безполезност или чувство на прекомерерна вина (които могат да бъдат заблуждаващи) почти всеки ден. 8. Понижена способност на мисленето и съсредоточеността или нерешителност почти всеки ден. 9. Повтарящи се мисли за смъртта (не само страх от смъртта) повтарящи се идеи за самоубийство, или опит за самоубийство или конкретен план за самоубийство. American Psychiatric Association, *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* (Washington DC: 2013) 161-183.

¹ Euagrius Ponticus, *Ἀντιρρητικός*, 521. Прев. мой.

² Вж. Ibid. 6.33 , 527; Νεῖλος ὁ Σιναΐτης, *Τὰ Ὀκτὼ Πνεύματα τῆς Πονηρίας*, Кеф. II (PG 79, 1160): Ὁ ἀσθενῶν οὐκ ἀρκεῖται τροφῆ μᾶ, καὶ ἀκηδιστῆς μοναχὸς ἐν ἔργῳ ἐνί.

³ Gabriel Bunge, op. cit., 95-100.

страна, фактът, че имаме много избори в съвременния свят – поради технологиите – означава повече свобода, а от друга страна, ни затруднява, защото не знаем какво точно да изберем.

Днес униинието се появява често и като вътрешна тревога, неопределено безпокойство, което въвлича човека в борба срещу самия себе си. За да избяга от това чувство, човек трябва да намери начини да се разсейва и – разбира се – от незапомнени времена съществуват средства да се избягва страстта на униинието, т.е. разсейването чрез забавления, които светът предлага. Днес съществува цяла индустрия за развлечения и пътувания, която е заета само с това – да облекчи тежестта на униинието за съвременните люде, или по-скоро да им попречи дори да осъзнаят, че са засегнати от това дългодревно зло. Съществуват сериали и видео игри, разсейващи човека, но често водещи го до пристрастяване. Всъщност всички тези развлечения се възползват от чувството на безпокойство и страх човек да не остане сам със себе си. Униинието обаче не може да се лекува чрез тези средства, които се оказват само временни и вредни, защото то винаги се връща още по-силно от преди и всеки път се изискват по-големи дози развлечение.

Днес униинието може да се прояви и като работохолизъм, т.е. когато вътрешното безпокойство се превръща в непрестанна заетост и активност, маскирана под добродетелта на трудолюбието. Това не е нищо друго освен опасна самозаблуда. Това е заблудата на пълния календар от срещи и задължения, заслепяващи човека, за да не отпрати поглед към вътрешната си празнота. Става още по-опасно, когато човекът мисли, че по този начин постига високи цели. Колкото по-дълго продължава тази самозаблуда, толкова по-пагубни са последициите ѝ.

Естествено, съществуват начини, които могат да помогнат за справяне с униинието. Евагрий Понтийски представя търпението (ὕπομονή) като добродетел, която се противопоставя на униинието:

„Търпение, отрязване на униинието, отсичане на злите помисли, грижа за смъртта, изучаване на кръста, закован страх, ковано злато, закондателство за бедствия, книга на благодарността, броня на спокойствието, оръжие срещу мъките, пламенно трудолюбие, пример на

добродетелите“¹.

Търпението заедно със сълзите потиска унинието; омразата към насладите кара светската печал да замълчи². Св. Йоан Лествичник пише, че надеждата убива унинието и отчаянието, а св. Йоан Касиан Римлянин препоръчва смелостта срещу унинието³. Ключът към изгонването на унинието е да бъдат прогонвани всички други пороци: печалта, сребролюбието, блудството и чревоугодията⁴. Унинието винаги напада човека с извънредна сила и както пише Евагрий Понтийски, дърпа човека под шията (ὕπὸ φάρυγγος ἐλκομένην)⁵, затова се изисква издържливост и търпение, та да бъде тази страст победена:

„Когато сме подтиснати от демона на унинието, трябва със сълзи да разделим душата си на две, едната част да насърчава другата, сеешки добри надежди в себе си и пеейки словата на св. Давид. Защо униваш, душо моя, и защо се смущаваш? Уповавай се на Бога, защото аз още ще славя Него, моя Спасител и моя Бог“ (Пс. 41:6). По време на изкушението не бива да изоставяме нашата келия, каквото оправдание и да измислим, трябва да останем вътре и да упорстваме и смело да приемаме всички идващи демони, особено този на унинието, който е най-тежък от всички, но пък довежда душата до съвършенство (когато той си отива). Избягването на такива борби учи ума да е непохватен, страхлив и беглец. Казваше нашият светия и опитен учител: по този начин трябва да се подготвя монахът, сякаш утре ще умре, но в същото време трябва да се грижи за тялото си, сякаш ще живее с него много години занапред. Първото отсича помислите на унинието и прави монаха да бъде по-ревностен, а второто запазва тялото и съхранява самообладание в умереност“⁶.

¹ Νεῖλος ὁ Σιναΐτης, *Περὶ τὰς ἀντιζηγούσ τῶν ἀρετῶν κακίας* (PG 79, 1144C-D): Ὑπομονή, ἀκηδίας διακοπή, λογισμῶν κατακοπή, θανάτου μέριμνα, σταυροῦ μελέτη, καθηλωμένος φόβος, τυπτόμενος χρυσός, θλίψεων νομοθήκη, βίβλος εὐχαριστίας, θώρας ἡσυχίας, πόων ὄπλον, ἀναξέουσα καλλιπονία, ἀρετῶν ὑπογραφή. Прев. мой.

² Νεῖλος ὁ Σιναΐτης, *Παραίνεσις πρὸς Μοναχούς* (PG 79, 1236 A-B): Ἀκηδιαν καταστέλλει ὑπομονή, καὶ δάκρυα, λύπην δε κοσμικὴν κατασιγάζει τὸ πρὸς τὰς ἡδονὰς μίσος.

³ Преп. Йоан Лествичник, op. cit., 211, прев. Нюйорски митр. Ἰωσиф; Joannes Casianus, *Collationes* (PL 49, 639BC).

⁴ Andrew Crislip, op. cit., 155.

⁵ Euagrius Ponticus, *Ἀντιρρητικός*, 57, 531.

⁶ Évagre le Pontique, *Traité Pratique ou Le Moine*, t. II (SC 171): Ὅταν τῷ τῆς ἀκηδίας περιπέσωμεν δαίμονι, τὸ τῆνικαῦτα τὴν ψυχὴν μετὰ δακρῶν μερίσαντες τὴν μὲν παρα-

Унинието може да се появи като непреодолимо изкушение, човек трябва да се изправи срещу него въоръжен с постоянност и упоритост. Евагрий пише, че когато този помисъл напада монаха, той трябва да остане в килията си и да не оправдава себе си, намирайки разни начини да се разсейва, т.е. трябва да остане сам със себе си и да посрещне смело всички помисли, които го нападат. Такова поведение изглежда обратното на онова, което всеки щеше да направи. Следователно това, от което имаме нужда, когато безпокойството ни завладява, не е да търсим нови начини да се разсейваме, нито да отвлечаме вниманието си от това, което правим, а да сме упорити срещу изкушението и да вършим неотклонно задачата, с която сме се заели.

Друго средство, с което човек може да се изправи срещу унинието, е да мисли непрекъснато за деня на смъртта си. Естествено, тази практика идва от Платон, който определя философията като изучаване на смъртта, т.е. според него трябва да се обърне внимание на смъртта, ако някой иска да живее достойно¹. Да мислиш за смъртта, означава да имаш всеки момент съзнанието, че ще умреш, да живееш, приемайки, че това съществуване е нещо временно и животът не е нещо друго освен една възможност, борба, изпитание. Изучаването на смъртта е също непрекъснатата борба срещу себелюбието, защото унинието не е нищо повече освен прекомерно оценяване на земния и материалния живот и неговите неизбежни бедствия и не-

καλοῦσαν τὴν δὲ παρακαλουμένην ποιήσωμεν, ἐλπίδας ἀγαθὰς ἑαυτοῖς ὑποσπεύροντες καὶ τὸ τοῦ ἀγίου Δαυΐδ κατεπάδοντες· ἵνα τι περίλυπος εἶ, ἢ ψυχὴ μου, καὶ ἵνα τι συνταράσσεις με; ἔλιπσον ἐπὶ τὸν Θεόν, ὅτι ἐξομολογήσομαι αὐτῷ· σωτήριον τοῦ προσώπου μου καὶ ὁ Θεός μου. Οὐ δεῖ κατὰ τὸν καιρὸν τῶν πειρασμῶν καταλιμπάνειν τὴν κέλλαν προφάσεις εὐλόγους δῆθεν πλαττόμενον, ἀλλ' ἔνδον καθῆσθαι καὶ ὑπομένειν καὶ δέχεσθαι γενναίως τοὺς ἐπερχομένους ἀπαντας μὲν, ἐξαιρέτως δὲ τὸν τῆς ἀκηδίας δαίμονα, ὅστις ὑπὲρ πάντας βαρύτερος ὢν δοκιμωτάτην μάλιστα τὴν ψυχὴν ἀπεργάζεται. Τὸ γὰρ φεύγειν τοὺς τοιοῦτους ἀγῶνας καὶ περιίστασθαι ἀτεχνον τὸν νοῦν καὶ δειλὸν καὶ δραπέτην διδάσκει. Ἔλεγε δὲ ὁ ἅγιος καὶ πρακτικώτατος ἡμῶν διδάσκαλος· οὕτω δεῖ αἰεὶ παρασκευάζεσθαι τὸν μοναχὸν ὡς αὔριον τεθνηξόμενον, καὶ οὕτω πάλιν τῷ σώματι κεχρησθαι ὡς ἐν πολλοῖς ἔτεσι συζησόμενον. Τὸ μὲν γάρ, φησί, τοὺς τῆς ἀκηδίας λογισμοὺς περικόπτει καὶ σπουδαιότερον παρασκευάζει τὸν μοναχόν· τὸ δὲ σῶον διαφυλάττει τὸ σῶμα καὶ ἴσῃν αὐτοῦ αἰεὶ συντηρεῖ τὴν ἐγκράτειαν. Прев. мой.

¹ Πλάτων, *Φαίδων*, 67e (Κάκτος: Αθήνα, 1992), 94.

щастия. Затова, когато изучаваме смъртта, когато мислим за него, разбираме, че нашата истинска родина не се намира в земята. Така учим как да оценяваме състоянията на този земен живот безстрастно и да живеем по съответния начин. Като помним обаче постоянно смъртта, според думите на Евагрий трябва да се грижим за тялото и здравето си.

Друга стратегия, много важна, за да се изправим срещу унието, е следната: каквото вършим в живота си – от най-важното до най-дребното – да го вършим с внимание и усърдие. Всеки ден трябва да си поставяме цели и задачи и да работим върху тях, докато ги приключим. Трудната и постоянна работа, изпълнена с грижа и умереност, е като цяло важно средство за предотвратяване на вътрешното безпокойство, произхождащо от унието. Евагрий Понтийски също пише за тази тема:

„Грижи се да имаш ръчна работа и ако е възможно, ден и нощ да работиш, за да не бъдеш в тежест на никого. Но и преди всичко, за да можеш да даваш на другите, както призовава и св. ап. Павел. Защото по този начин ще можеш да пребориш и демона на унието и да отстраниш другите желания, които идват от противника. Демонът на унието се намира в безделието“¹.

Според Евагрий, за да се избегне човекът от унието, е нужна също непрекъснатата молитва: „През времето на такива изкушения, практикувай кратка и интензивна молитва“².

В заключение: демонът/бесът на унието се проявява посредством телесни и психични симптоми. Телесните симптоми могат да бъдат сънливост, треска или замайване, докато психичните се свързват с чувството на безпокойствие, вътрешна тревога, досада, отегчение и леност. Онези, които страдат от униение, се намират в двете

¹ Εὐάγριος ὁ Μοναχός, *Τῶν κατὰ Μοναχῶν Πραγματικῶν τὰ Αἴτια καὶ ἡ καθ' Ἦσυχίαν τούτων Παράθεσις* (PG 40, 1260 C-D): „Εργασίας χειρῶν φρόντιζε, καὶ τοῦτο αὐτό, εἰ δυνατόν, νυκτὸς καὶ ἡμέρας, πρὸς τὸ μὴ ἐπιβαρῆσαι τινα, μᾶλλον δὲ καὶ εἰς τὸ μεταδίδοναι, καθάπερ καὶ παραινεῖ λέγων ὁ ἱερὸς ἀπόστολος Παῦλος· ἵνα δὴ καὶ ἐν τούτῳ τὸν τῆς ἀκηδίας καταπалаίσης δαίμονα, καὶ τὰς ἄλλας πάσας ἐπιθυμίας τοῦ ἐχθροῦ διάρῃς. Ἐπίκεται γὰρ τῇ ἀργίᾳ ὁ τῆς ἀκηδίας δαίμων. Прев. мой.

² Νεῖλος ὁ Σιναΐτης, *Περὶ Προσευχῆς* (PG 79, 1189A-B): „Ἐν καιρῷ τῷ τοιούτων πειρασμῶν, βραχεία καὶ ἐπιτεταμένη προσευχὴ κέχρησο.

крайности – или са в състояние на пълно отегчение и леност, или работят прекомерно до пълно изтощение. Лечението на унинието е възможно, ако човекът проявява търпение и издържливост срещу тази страст. Според Евагрий Понтийски за преодоляването му може също да помогне усърдната ръчна работа, както и пребиваването в умереност, помнене за смъртта и, разбира се, интензивната молитва. В учението на отците-отшелници всъщност тези средства помагат на човека да бъде по-съсредоточен във всеки момент от живота си и тази съсредоточеност, а също и оценяването на всеки момент в този живот е нещо, което може да помогне за преодоляването на въпросната страст.

Библиография

Извори

Ἀποφθέγματα τῶν ἁγίων Γερόντων. PG 65.

Γρηγόριος ὁ Θεολόγος. Ἴσον τῆς Διαθήκης. PG 37

Eusebius Hieronymus. Epistolae. PL 22.

Euaagrius Ponticus. Ἀντιρρητικός. Abhandlungen der Königlich Gesellschaft der Wissenschaften zu Göttingen Philologisch-Historische Klasse. Ed. trnsl. Frankenberg, Wilhelm. V. 13, N. 2. Berlin: Weidmannsche Buchhandlung, 1912.

Évagre le Pontique. Traité Pratique ou Le Moine t II. SC 171. Paris :Editions du Cerf, 1971.

———. *Sur Les Pensées*. SC 438. Paris :Editions du Cerf, 1998.

Εὐάγριος ὁ Μοναχός. Τῶν κατὰ Μοναχῶν Πραγμάτων τὰ Αἴτια καὶ ἡ καθ'Ἦσυχίαν τούτων Παράθεσις. PG 40.

Ἑρμείας Σωζόμενος. Ἐκκλησιαστικὴ Ἱστορία. PG 67.

Gennadius. Liber de Viris Illustribus. Ed. Richardson, E.C. Leipzig: J.C Hinrichs'sche Buchhandlung, 1896

Преп. Йоан Лествичник. Лествица. Ррвд. Ньюорски митр. Йосиф. София: Синодално Издателство 1982

Joannes Cassianus. Collationes. PL 49.

Νεῖλος ὁ Σιναΐτης. Περί Προσευχῆς. PG 79.

———. Παραίσεις πρὸς Μοναχοὺς. PG 79.

———. *Περί τὰς ἀντιζυγούς τῶν ἀρετῶν κακίας*. PG 79

———. Πρὸς Εὐλόγιον Μοναχόν. PG 79.

———. Τὰ Ὀκτὼ Πνεύματα τῆς Πονηρίας. PG 79.

Rufinus Aquilensis. Historia Monachorum. PL 21.

Παλλάδιος ἐπίσκοπος Ελενουπόλεως. Ἡ πρὸς Λαῦσον Ἱστορία. PG 34

Πλάτων. Φαίδρος. Αθήνα: Κάκτος, 1992.

Изследвания

American Psychiatric Association. Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders. Washington DC: 2013.

Bunge, Gabriel. Despondency: The Spiritual Teaching of Evagrius Ponticus on Acedi. Trnsl. .Gythiel, P. Anthony. New York: St. Vladimir's Seminary Press, 2011.
„Coptic Palladiana” II: The Life of Evagrius Lausiaca History 38. Trnsl. Tim Vivian.
Coptic Church Review 21 n. 1 (2000)

Crislip, Andrew. „The Sin of Sloth or the Illness of the Demons? The Demon of Acedia in Early Christian Monasticism.” *The Harvard Theological Review.* 98, no. 2 (2005).

Solomon, Andrew. The Noon Day Demon: An Atlas of Depression. New York: Scribner, 2001.