

RÓWNOWAGA DUCHOWA

WOKÓŁ SIEDMIU GRZECHÓW GŁÓWNYCH

Stanisław Biel SJ

Wydawnictwo WAM ■ Księża Jezuici
Kraków 2012

© Wydawnictwo WAM, 2012

Redakcja
Ewa Zamorska-Przyłuska

Korekta
Dariusz Godoś

Projekt okładki
Andrzej Sochacki

ISBN 978-83-7505-087-3

WYDAWNICTWO WAM
ul. Kopernika 26 • 31-501 Kraków
tel. 12 62 93 200 • faks 12 42 95 003
e-mail: wam@wydawnictwowam.pl
www.wydawnictwowam.pl

DZIAŁ HANDLOWY
tel. 12 62 93 254-255 • faks 12 62 93 496
e-mail: handel@wydawnictwowam.pl

KSIĘGARNIA WYSYŁKOWA
tel. 12 62 93 260, 12 62 93 446-447
faks 12 62 93 261
e.wydawnictwowam.pl

Drukarnia Wydawnictwa WAM
ul. Kopernika 26 • 31-501 Kraków

WSTĘP

Średniowieczni pielgrzymi ormiańscy rozpoczynali pobyt w Jerozolimie od katedry św. Jakuba. Przygotowywali się w niej przez trzy dni do spowiedzi. Następnie uczestniczyli w „siedmiu boskich liturgiach”, aby móc przeciwstawić się siedmiu grzechom głównym. „Boska liturgia” jest nazwą Eucharystii, celebrowanej w Kościołach Wschodnich. Najstarszym jej rytem jest Liturgia św. Jakuba. Jej autorstwo przypisuje się tradycyjnie pierwszemu biskupowi Jerozolimy – apostołowi Jakubowi. Obecnie bywa bardzo rzadko celebrowana (najczęściej raz w roku), niemniej w okresie bizantyjskim i krzyżowym uważana była za najbardziej czcigodną. Pielgrzymi, uczestnicząc w niej siedmiokrotnie, czerpali siłę do pokonywania słabości i grzechów. Liczba siedem oznacza pełnię, doskonałość. Stąd udział w doskonałej „Boskiej liturgii” umacniał w przeciwstawianiu się złu, którego symboliczną „pełnię” stanowi siedem grzechów głównych. *Równowadze duchowej* przyświeca podobny cel. Może zaprowadzić nas ku „boskiej liturgii”, która jest „dotykiem Boga”. Wymaga jednak dni przygotowań (refleksji, medytacji, modlitwy), które pomagają przeciwstawić się grzechom głównym, a następnie, poprzez siedem szczebli w budowaniu tego, co dobre, zmierzać w kierunku równowagi duchowej.

Omówione tu tradycyjnie wyodrębnione przez Kościół grzechy główne zostają przeciwstawione kierunkowi, w którym powinna zmierzać osobista praca duchowa. I tak miejsce pychy powinna stopniowo zajmować pokora, chciwości – wolność wewnętrzna, nieczystości – miłość, zazdrości – wdzięczność, braku umiaru – asceza, gniewu – umiejętność wyrażania uczuć, a lenistwa – służba.

Omawiając poszczególne grzechy główne, sięgnąłem do Biblii, prac klasycznych i współczesnych psychologów, jak również do osobistych doświadczeń. Jestem świadomy, że temat nie zostanie w ten sposób wyczerpany. Mam jednak nadzieję, że zamieszczone w książce refleksje pomogą choć odrobinę zbliżyć się do „boskiej liturgii”.

Życzę droгим Czytelnikom wielu owoców w osobistej drodze do równowagi duchowej.

Autor

I. W KIERUNKU ŻYCIA W PRAWDZIE

DOSKONAŁOŚĆ CZY PYCHA?

Między jezuitami krąży znany żart: „Pokora to bardzo rzadka i bardzo cenna cnota, ale ja na szczęście ją mam!”. To powiedzenie trafnie obrazuje, czym jest pycha. Człowiek pokorny nigdy nie powie o sobie, że taki jest, natomiast pyszny publicznie manifestuje swoją „pokorę”. Nieżyjący już mój współbrat zakonny opowiadał o rozmowie ze starszą, bardzo „uduchowioną” zakonnica. Przyszła do niego po poradę, gdyż jak twierdziła, osiągnęła już „dwunasty stopień”, czyli szczyt pokory. Nie wiedziała jednak, co czynić dalej. Po namyśle odpowiedział jej: „Teraz zejźdź ze szczytu na dół i rozpocznij wszystko od początku!”.

Termin „pycha” (*superbia* w języku łacińskim) kryje w sobie pozytywny rdzeń. *Pochodzi stąd, że ktoś dąży do spraw sięgających „sopra” – „ponad”, „wyżej” niż to, kim jest* (św. Tomasz z Akwinu). Dążenie „ponad”, „wyżej” samo w sobie jest pozytywne. Św. Ignacy z Loyoli podobne słowo *magis* („więcej”) uczynił jednym z filarów swojej duchowości. Całe życie duchowe jest zmierzaniem ponad, wyżej, jest przekraczaniem ograniczeń, barier i przeciętności. Bez przekraczania siebie i zewnętrznych granic nie byłoby wzrostu, lecz stagnacja i regres. Święta Teresa z Ávili napisała: *O tak, niech Bóg da, że wzrastanie nigdy nie ustanie; wiecie bowiem: kto nie*

wzrasta, kurczy się. Wydaje mi się niemożliwym, że miłość mogłaby się zadowolić tym, aby pozostać w tym samym miejscu.

Zdążanie wyżej (zwłaszcza gdy nie szanuje godności i praw innych) może przybierać grzeszne, a czasami wręcz patologiczne formy. Pojawia się pycha. Nie bez powodu Kościół umieścił ją na pierwszym miejscu wśród grzechów głównych. Jest ona bowiem źródłem wszystkich pozostałych. Ewagriusz z Pontu opisuje ją w metaforyczny sposób: *Pycha jest obrzękiem duszy wypełnionej ropą, jeśli dojrzeje, pęknie i sprawi wielki odór.* Współczesny człowiek zagubił „hierarchię” grzechów. Zwykle za najcięższe uważamy grzechy związane ze sferą seksualną. Zapominamy, że pierwsze przykazanie dotyczy miłości Boga, bliźniego i siebie (por. Mt 22, 34-40), a pycha jest jego zaprzeczeniem. Ojcowie Kościoła podkreślają, że każdy grzech kryje w sobie pierwiastek pychy. *Uważają ją za królową wad, korzeń drzewa, na którym wyrasta każdy rodzaj złego owocu* (G. Cucci). Pisze św. Augustyn: *Staraj się dociec, na czym polega każdy grzech, i zobaczysz, czy potrafisz znaleźć jakiś, który nie mógłby być określony jako pycha. Rozumowanie jest tu takie: każdy grzech, jeśli się nie myli, jest wyrazem pogardy wobec Boga, a wszelką postacią pogardy wobec Boga jest pycha. Cóż bowiem jest większym wyrazem pychy niż pogarda Boga? Każdy zatem grzech jest pychą.*

Święty Ignacy z Loyoli opisuje działanie szatana jako „zarzucanie łańcuchów, sieci” (*Ćwiczenia duchowne*, 142). Jest to działanie stopniowe, które systematycznie usidla człowieka, koncentrując na sobie i prowadząc do pychy. Etapami pośrednimi jest pragnienie bogactw, posiadania oraz prestiż, zaszczyty, pozycja społeczna, ludzka chwała.

Pycha jest „ostatnią siecią” szatana. Gdy doprowadzi do niej człowieka, jego „misja” w zasadzie jest zakończona. Może spokojnie zająć się innymi. Panuje dziś powszechne przekonanie, że sukcesem szatana jest przekonanie ludzi, że jest iluzją, wymysłem albo niegroźnym straszakiem. Sądzę, że groźniejsze jest utwierdzenie człowieka w jego perfekcji, superdoskonałości, niezależności, czyli w pysze. Dotyczy to zwłaszcza osób duchownych i dążących do doskonałości. Linia dzieląca doskonałość od pychy jest bardzo cienka. Tymczasem pokora jest w stanie pokonać wszystkie „sieci szatana”. Gdy św. Antoni Pustelnik je zobaczył, zapytał z przerażeniem Boga: *Któż może ich uniknąć?* I usłyszał odpowiedź: *Pokora*.

KTÓŻ JAK BÓG? KTÓŻ JAK JA?

Pycha wyraża się przede wszystkim w relacjach. W stosunku do Boga prowadzi do Jego negacji i odrzucenia. Człowiek pyszny sam siebie uważa za boga i centrum świata. Sądzi, że jest niezależny i wszechmocny, podobnie jak król babiloński: *Wstąpię na niebiosy; powyżej gwiazd Bożych postawię mój tron. Zasiądę na Górze Obrad, na krańcach północy. Wstąpię na szczyty obłoków, podobny będę do Najwyższego (Iz 14, 13-14)** albo niczym władca pysznego bogatego starożytnego miasta Tyru: *Ja jestem Bogiem, ja zasiadam na Boskiej stolicy, w ser-*

* Wszystkie cytaty biblijne pochodzą z Biblii Tysiąclecia, wyd. trzecie poprawione, Poznań-Warszawa 1982.

cu mórz. Pan jednak uświadamia człowiekowi: *a przecież ty jesteś tylko człowiekiem a nie Bogiem, i rozum swój chciałeś mieć równy rozumowi Bożemu* (Ez 28, 2). Źródłem pychy króla Babilonu i Tyru (i każdego człowieka) jest narcyzm, zapatrzenie w siebie, szczylenie się własną pięknnością i doskonałością: *Serce twoje stało się wyniosłe z powodu twej piękności, zanikła twoja przezorność z powodu twego blasku* (Ez 28, 17). Izajasz widział w postaci króla Babilonu człowieka wypełnionego odrażającą pychą i arogancją. Kierując się aspiracjami przekraczającymi jego własną pozycję i zdolności, przypominał wyniosłego władcę mającego zbyt wybujałe wyobrażenie o swoich możliwościach: *szatana* (W.C. Kaiser i in.).

Podobne przestrogi kryje ostatnia księga Nowego Testamentu, Apokalipsa. Bogactwo, samowystarczalność, poddanie się wyłącznie ludzkiemu sposobowi myślenia sprawiło, że Kościół laodycejski popadł w pychę, sądził, że niczego nie potrzebuje, jest samowystarczalny. W rzeczywistości był ślepy. Nie widział nawet, jak bardzo oddalił się od pierwotnej gorliwości. Zamiast gorący stał się letni. Dlatego słyszy mocne słowa: *Ty bowiem mówisz: „Jestem bogaty” i „wzbogaciłem się”, i „niczego mi nie potrzeba”, a nie wiesz, że to ty jesteś nieszczęsny i godzien litości, i biedny, i ślepy, i nagi* (Ap 3, 17). Powinien nabyć prawdziwego duchowego balsamu (por. Ap 3, 18), którym jest skrucha i nawrócenie, czyli radykalna wewnętrzna przemiana.

Wyrazem dumy i pychy człowieka starożytnego były zigguraty, górujące nad miastem piramidy schodkowe, utwierdzające nie tylko jego sławę, ale również miejscowego bóstwa. *Już w trzecim tysiącleciu przed Chr. sumeryjski ksią-*

że Gudea chełpił się, że wznosił swoją budowlę w Lagasz (dla boga Ninnu) „aż do nieba” (M. Peter). Zigguraty były symbolem niezależności mieszkańców ziemi, którzy nie godząc się na swoje miejsce we wszechświecie i pyszniąc się swoją potęgą, chcieli sięgnąć nieba i przejąć prerogatywy Boga (bóstwa) (por. Rdz 11, 1-9).

Podobnymi „ambicjami” wykazali się wcześniej pierwsi rodzice (por. Rdz 3, 1nn). Chociaż cieszyli się Bożymi darami, przyjaźnią i bliskością samego Stwórcy, zapragnęli być jak On: posiadać tajemnicę dobra i zła, decydować o moralności. Ulegli więc pokusie szatana: *wie Bóg, że gdy spożyjecie owoc z tego drzewa, otworzą się wam oczy i tak jak Bóg będziecie znali dobro i zło* (Rdz 3, 5). Pokusa węża nie oznaczała, że ludzkość posiadałaby nieskończoną wiedzę podobną do boskiej ani że zakazany owoc był rodzajem afrodyzjaku, który skłonił ludzi do nieznanym im dotąd relacji seksualnych lub cielesnych. Zamiast tego wąż kusił doświadczeniem tego, czego ludzie zawsze pragną: *niezależności i wolności* (W.C. Kaiser i in.). Adam i Ewa uwierzyli szatanowi, że mogą posiadać Bożą prawdę i mądrość, Jego potęgę i nieśmiertelność, zostać bogami. Konsekwencje ich pychy, braku zgody na bycie stworzeniem, pragnienie nieograniczonej suwerenności i dorównywania Stwórcy odczuwamy do dzisiaj.

Pycha nie jest domeną jedynie człowieka. Zaczyna się już w świecie duchów czystych, aniołów. Właściwie można powiedzieć, że jest ich jedynym i najcięższym grzechem, który doprowadził do ich upadku. Aniołowie są najdoskonalniejszymi duchowymi stworzeniami Boga: *posiadają rozum i wolę: są stworzeniami osobowymi i nieśmiertelnymi. Przewyż-*

szają doskonałością wszystkie stworzenia widzialne. Świadczy o tym blask ich chwały (Katechizm Kościoła Katolickiego, 330). Taki sposób obdarowania aniołów przez Stwórcę winien zaowocować wdzięcznością, miłością i niewzruszonym zaufaniem. Tymczasem pojawiła się myśl zniekształcająca relację z Nim. „Zbuntowany anioł” odrzucił zaproszenie do relacji miłości i przyjaźni z Trójcą Świętą. Uległ złudnemu poczuciu samowystarczalności, niezależności, a nawet więcej, sam równał się ze Stwórcą. Misją anioła jest służba Bogu: są sługami i wysłannikami Boga. Ponieważ zawsze kontemplują „oblicze Ojca... który jest w niebie” (Mt 18, 10), są wykonawcami Jego rozkazów (Katechizm Kościoła Katolickiego, 329). Tymczasem w swojej pysze anioł zrywa relację miłości łączącą go z Bogiem, w sposób nieodwołalny mówi: *Nie będę służyć!* (Jr 2, 20). Wybiera niezależność, „wolność” i w efekcie śmierć. Z anioła przemienia się w szatana. Jezus mówi o jednej ze swoich wizji: *Widziałem szatana, spadającego z nieba jak błyskawica* (Łk 10, 17).

Pycha jest wyrazem buntu wobec Boga, który bywa jawny lub (częściej) skrywany. Słusznie zauważa Piet van Breemen: *Nasz bunt przeciwko Bogu zawsze maskujemy. Jesteśmy zbyt przeszkoleni i wytrenowani pod względem religijnym, aby buntować się otwarcie.* Zamiast miłości i wdzięczności wobec Stwórcy, któremu wszystko zawdzięczamy, pojawiają się żale, pretensje, niezadowolenie, pesymizm, narzekanie na Niego, osądzanie Go bądź udzielanie Mu dobrych rad. Słowa, które powinny być linią przewodnią całego życia: *Któż jak Bóg?*, zostają zastąpione przez inne: *Któż jak ja?* Narcystyczna kontemplacja siebie prowadzi w efekcie do

demonicznej logiki; odrzuca relacje miłości i zaufania Bogu i tworzy świat oparty na egoizmie i antywartościach. Święty Doroteusz z Gazy w *Naukach* opisuje przykład stopniowej degradacji wynikającej z pychy: *Znałem kiedyś człowieka, który doszedł do godnego pożałowania stanu. Zaczęło się od tego, że kiedy ktoś z braci mówił do niego, on każdym gardził i mawiał: „A któż to taki? Nie ma autorytetu oprócz Zosymasa i jego szkoły!” Potem i tych zlekceważył i zaczął mówić: „Nikt tylko Makary!” Wkrótce potem już twierdził: „Któż to jest Makary? Tylko Bazyli i Grzegorz!” Wnet i tych zlekceważył, mówiąc: „Któż to Bazyli i któż to Grzegorz? Tylko Piotr i Paweł!” Powiadam mu: „Zaiste, bracie, i tymi jeszcze pogardzisz”. I wiercie mi, że w krótkim czasie zaczął już mówić: „Któż to jest Piotr i któż to jest Paweł? Nikt, tylko sama Trójca Święta!” Wreszcie wyniósł się i nad Boga samego i tak skończył. Dlatego musimy walczyć, bracia, z pierwszym rodzajem pychy, żebyśmy stopniowo nie doszli do pychy ostatecznej.*

Człowiek pyszny miesza cele ze środkami. W miejsce Boga i jego chwały stawia swoje własne motywacje, czysto egoistyczne. W sposób zawołowany próbuje je usprawiedliwiać. Przypomina wówczas Judasza z jego iluzorycznym altruizmem (por. J 12, 4-6). Maskuje własne egoistyczne cele, motywując je wzniosłymi ideałami. Prorok Eliasz, zapytany przez Boga w czasie jednej z wizji: *Co ty tu robisz, Eliaszu?*, odpowiedział: *Żarliwością rozpałiłem się o chwałę Pana, Boga Zastępów* (1 Krl 19, 13-14). Eliasz w sposób bezkompromisowy poświęcił się służbie Bogu i trosce o Jego chwałę. W podobny sposób działał Paweł, zarówno przed, jak i po nawróceniu. Jego celem była chwała Boża. Z całą pasją walczył o sprawy Bo-

ga Jahwe, a później niezmordowanie głosił Ewangelię Jezusa. Negatywnym przykładem są faryzeusze. Pycha, która w ich przypadku przybrała formę obłudy i hipokryzji połączonej z cynizmem, doprowadziła do śmierci Jezusa. W imię Boga (i religii) skazali na śmierć Niewinnego. Pod wzniosłymi ideałami, także duchowymi i religijnymi, kryli małe, ludzkie namiętności, pragnienia i cele, zdemaskowane wcześniej przez Jezusa (zob. Mt 23).

Przypowieść Jezusa o faryzeuszu i celniku (por. Łk 18, 9-14) trafnie punktuje różnice między pychą a pokorą, prawdą o sobie. Modlitwa faryzeusza za fasadą pobożności okazuje się „bezbożna”. Bóg jest jedynie przykrywką dla zadufanego w sobie „ja”. Religia jest mu potrzebna, by się dowartościować, wywyżżyć. Ten człowiek o nic Boga nie prosi, niczego od Niego nie oczekuje. Uwypukla osiągnięcia, a pomija słabości i błędy. Postępuje jak skrupulatny buchalter, sądząc, że w tym podoba się Bogu, albo że jest wręcz podobny do Boga. Ta postać pychy *sprowadza Boga do narzędzia władzy, a religię do ideologii, kanału reklamującego naszą domniemaną wartość* (G. Cucci). Przeciwnieństwem faryzeusza jest celnik. Stoi przed Bogiem jak żebrak, zawstydzony i pełen skruchy, gdyż zrozumiał swój grzech. Wie, że grzech czyni go dalekim od Boga. Nie usprawiedliwia się ani nie porównuje z innymi, jak czynił faryzeusz. Nie czuje się lepszy przez kontrast z innymi. Ma świadomość, że potrzebuje Boga, Jego miłosierdzia i łaski, by móc żyć inaczej. Jego modlitwa, słowa i postawa świadczą o pokornej miłości.

Faryzeusza cechuje pycha, wyniosłość, pogarda wobec innych. Celnika – poczucie grzeszności i miłość. Przeciwwa-

gą dla pychy jest miłość, której podstawę stanowi akceptacja. Bez akceptacji nie ma miłości. A bez miłości nie ma pokory. Stąd pychę może pokonać tylko miłość. *Miłość i pycha są sobie przeciwne: jeśliby człowiek pyszny kochał, straciłby swoją pychę, ponieważ miłość domaga się wyjścia z siebie i stwierdzenia, że sami sobie nie wystarczamy, a przede wszystkim, że inny interesuje nas bardziej niż my sami. Wtedy znajdujemy się rzeczywiście na antypodach pychy* (G. Cucci).

IMIONA PYCHY

1. Zakochany w sobie

Karen Horney, dziś niemal legenda współczesnej psychiatrii i psychoanalizy, wskazuje na kilka rodzajów pychy, które dotyczą relacji z innymi oraz mają źródło w wyidealizowanym „ja”. Przyjrzyjmy się im pokrótce, gdyż mają one wpływ na nasze relacje z Bogiem, innymi i sobą.

Najbardziej znaną postacią pychy jest narcyzm. Nazwa wywodzi się od Narcyza, młodego myśliwego z mitologicznej starożytnej Arkadii. Był synem nimfy Liriope i rzeki Kefisos, *czarującym młodzieńcem tak wielkiej urody, że nigdy wcześniej nie udało się stworzyć obrazu, który miałby w sobie tyle wdzięku* (T. Cantelmi, F. Orlando). Jednak pozostał niewrażliwy na uczucia, jakie wzbudzał. Odrzucił miłość nimf. Jedną z nich, Echo, nikła z rozpacz, aż pozostał po niej tylko głos. *Oburzone siostry Narcyza poskarżyły się Nemesis na jego egoizm i obojętność, bogini zaś postanowiła pomścić wzgardzone*

dziewczeta (J. Schmidt). Przepowiednia Terezjasza wieściła, że będzie żył, dopóki nie zobaczy własnego odbicia. Podczas polowania Nemesis zawiodła go nad źródło, by się odświeżył. Gdy zobaczył swoje odbicie w wodzie, zakochał się w nim. *Zakochany w twarzy, którą odbijało lustro wody i której nie mógł dosięgnąć, Narcyz zapomniał o jedzeniu i picciu i z wolna jął zapuszczać korzenie nad strumieniem, aż przemienił się w kwiat noszący jego imię, przeglądający się w wodzie całą wiosnę i lato, aż zwiędnie jesienią* (J. Schmidt).

Już sama historia Narcyza wskazuje, czym jest nazwany od jego imienia rodzaj pychy. *Kocha on tylko siebie, nie ma możliwości poznawania innych, przyjmując od nich jedynie podziw, by szybko o nim zapomnieć* (G. Cucci). Gregory Zilboorg stwierdza: *Termin „narcyzm” nie oznacza zwykłego egoizmu czy egocentryzmu, jak się uważa. Oznacza on dokładnie taki stan umysłu, taką spontaniczną postawę człowieka, ze względu na którą jednostka najczęściej wybiera – zamiast innych ludzi – siebie samą za obiekt swej miłości. Nie w tym rzecz, iż nie kocha ona, czy może nawet nienawidzi innych i pragnie wszystkiego wyłącznie dla siebie. Jest ona w głębi duszy zakochana w sobie i poszukuje wszędzie zwierciadła, w którym może zachwycać się sobą i zalecać się do własnego odbicia.*

Lillian Glass ilustruje przypadek Narcyza postawą słynnego hollywoodzkiego aktora, który w czasie balu zabawił nowo poznaną kobietę. Gdy po dłuższym czasie zorientował się, że mówił wyłącznie o sobie i swoich sukcesach aktorskich, wykrzyknął: *Och, przepraszam, jestem tak niegrzeczny. Od dwóch godzin mówię tylko o sobie. Porozmawiajmy teraz o tobie. Co o mnie myślisz?*

SPIS TREŚCI

WSTĘP	5
1. W KIERUNKU ŻYCIA W PRAWDZIE	7
Doskonałość czy pycha?	7
Któż jak Bóg? Któż jak ja?	9
Imiona pychy	15
Garbata pokora	28
Moje serce się nie pyszni	32
Pokora dzisiaj?	38
Pobożność mija, głupota zostaje	40
„Mała droga” świętej Teresy	44
2. W KIERUNKU WOLNOŚCI WEWNĘTRZNEJ	48
Idolatria	48
Współczesne uzależnienia	53
Chciwość czy spryt?	58
Chciwość a ubóstwo	62
Święta obojętność	67
Być wolnym, aby służyć	71
3. W KIERUNKU MIŁOŚCI	74
Czysty – nieczysty	74
Lęki	78
Uzależnienie emocjonalne	83
Wykorzystywanie innych	86
Pornografia, autoerotyzm	92
Człowiek istotą relacyjną	95
<i>Eros, filia, agape</i>	100

4. W KIERUNKU WDZIĘCZNOŚCI	104
Zazdrość czy zawiść?	104
Uczucie niekochane	109
Zazdrosny Bóg?	112
Biblijni zazdrośnicy	115
Antidotum na zazdrość: wdzięczność	122
5. W KIERUNKU ASCEZY	128
Zmysłowość – dobra czy zła?	128
Jeść, aby żyć	130
Odcienie braku umiaru	136
Bulimia i anoreksja	139
Alkohol i używki	143
Asceza i post	152
6. W KIERUNKU WYRAŻANIA UCZUĆ	164
Gniew dobry czy zły?	164
Gniew Boga	167
Skutki ludzkiego gniewu	174
Współczesne wyzwalacze gniewu	179
Moda na asertywność	182
Praca nad uczuciami	185
7. W KIERUNKU DIAKONII	189
Istota lenistwa	189
Jak obłocoony kamień	191
Praca Boga, praca człowieka	196
Pracoholizm	200
Acedia	204
Wypocznijcie nieco!	208
Ludzie dla innych	212
BIBLIOGRAFIA	218