

Mariusz Finkielsztein

## Nuda a lenistwo, gnuśność i acedia

Uniwersytet Warszawski

*Stwierdziłem, że jak dotąd unikałem problemu definicji. Bardzo słusznie. Po co miałem się wdawać w teologiczne kwestie związane z accidia i tedium vitae. Uznałem za konieczne powiedzieć jedynie, że ludzkość od samego początku doświadcza stanów nudy, lecz nikt nigdy nie podjął jej sprawy jasno i otwarcie jako samodzielnego tematu.*

–Saul Bellow

Spośród tytułowych pojęć „nuda” jest zdecydowanie najmłodsza. Toposy lenistwa i gnuśności są tak stare jak sama cywilizacja, acedia ma antyczny rodowód – nuda natomiast, rozumiana w sposób zbliżony do współczesnego, pojawiła się dopiero pod koniec XVIII wieku<sup>2</sup>. Doświadczenie tych samych lub bardzo do siebie fenomenologicznie zbliżonych stanów w różnych epokach, w zależności od zmieniającego się kontekstu kulturowego, wiązało się na ogół z odmiennym nazewnictwem, oceną i konceptualizacją – i w tym sensie nuda, jak przekonuje wielu autorów<sup>3</sup>, mogła na-

<sup>1</sup> S. Bellow, *Dar Humboldta*, tłum. K. Tarnowska, A. Konarek, Warszawa 1982, s. 226.

<sup>2</sup> Słowa określające nudę w różnych językach pojawiały się już dużo wcześniej. W języku polskim słowo „nuda” po raz pierwszy odnotowane zostało w XVI wieku w znaczeniu nudności i złego samopoczucia (por. *Słownik polszczyzny XVI wieku*, t. 18, red. M. R. Mayenowa, Wrocław et al., s. 563). *Ennui*, określenie nudy w języku francuskim, pochodzi natomiast z dwunastowiecznej poezji trubadurów i początkowo było używane na określenie udręki związanej z tęsknotą za ukochaną (podobne znaczenie nudy występuje w wyrażeniu frazeologicznym „nudzić za kims” – ‘tęsknić za/po kims’, por. *Słownik frazeologiczny języka polskiego*, red. S. Skorupka, Warszawa 1967, s. 522). Angielskie *boredom* pojawiło się, co prawda, dopiero w pierwszej połowie XIX stulecia, jednak czasownik *to bore* (początkowo ‘przeczuciwać, przekłuć’ lub ‘czuć coś pustym [hollow]’), od którego pochodzi, datuje się na X wiek (por. A. Pease, *Modernism, Feminism and the Culture of Boredom*, New York 2012, s. 2).

<sup>3</sup> Por. R. Nisbet, *Nuda* [w:] eadem, *Przesady. Słownik filozoficzny*, tłum. M. Szczubiałka, Warszawa 1998; P. Toohey, *Historia nudy*, tłum. K. Ciarciańska, Warszawa 2012.

wiedzać ludzkość od samych jej początków pod innymi nazwami (*taedium vitae*, *horror locis*, *acedia*, *melancholia*, *splin*). Nie da się zaprzeczyć, iż współczesna nuda (zarówno jej kulturowe reprezentacje, jak i społeczne postrzeganie) jest w dużej mierze wynikiem długiej tradycji kulturowej, mającej swój początek w starożytności, i że obok nowych motywów mieszają się w niej różnorodne elementy należące uprzednio do dyskursywnego repertuaru melancholii, acedii czy splinu. Jednak, jak dotąd, nie poddano głębszej definicyjnej refleksji relacji pomiędzy nudą a konceptami ją poprzedzającymi, w tym acedią oraz gnuśnością i lenistwem. Niniejszy artykuł ma na celu podjęcie tej sprawy jasno i otwarcie poprzez jak najbardziej wyczerpujące zdefiniowanie pojęcia nudy, a następnie analizę relacji pomiędzy nią a lenistwem/gnuśnością i acedią. Z uwagi jednak na niewspółmierność złożoności tematu i objętości tekstu, będzie on miał charakter raczej dobrze udokumentowanego, ale wstępnego zarysowania problemu niż ostatecznie ustalonej wykładni.

## Nuda

Nudzie, w porównaniu do jej wcześniejszych kuzynek, poświęcono jeszcze relatywnie niewiele naukowej refleksji. Radosław Okulicz-Kozaryn zauważył, że „[d]ługo udawało się nudzie odstręczać od siebie poważną naukę”<sup>6</sup>, natomiast według amerykańskiego socjologa Jacka Barbaleta „nuda nie jest szeroko dyskutowana [...], jeżeli w ogóle przywoływana, jest raczej uważana za rzecz oczywistą, niż badana”<sup>7</sup>. Wydaje się, że duża część autorów przyjmuje założenie, iż każdy intuicyjnie wie, czym jest nuda, nie ma więc potrzeby jej definiowania, wystarczy zdroworozsądkowe rozumienie<sup>8</sup> – a jeżeli już trzeba podać jej definicję, większość badaczy zadawała się jednym z funkcjonujących, najczęściej jednowymiarowych, sformułowań ją określających. Z przeprowadzonej przeze mnie analizy wynika, że w 479 tekstach opublikowanych w języku polskim i angielskim, mających słowo „nuda” w tytule<sup>9</sup>: w 205 (42,8%) auto-

4 Łac. ‘znużenie życiem’, ‘wstręt do życia’, wyrażenie pochodzące z pism Aulusa Gelliusa, jako część szerszej koncepcji filozoficznej pojawia się w pismach Seneki Młodszeo.

5 Łac. ‘strach przed pozostawianiem w jednym miejscu’, zjawisko opisywane przez rzymskich pisarzy na przykładzie bogatego człowieka, który nieustannie przemieszcza się pomiędzy swoimi domami na wsi i w mieście, ponieważ nie jest w stanie spokojnie przebywać w jednym miejscu, potrzebuje ciągłych zmian, aby rozproszyć swoją nudę [*taedium*].

6 R. Okulicz-Kozaryn, *Nuda w zwiarcieadle nudy*. *Roman Jarowski* [w:] *Nuda w kulturze*, red. P. Czaplinski, P. Śliwiński, Poznań 1999, s. 101.

7 J. Barbalet, *Boredom and Social Meaning*, „The British Journal of Sociology” 1999, No. 4, s. 633. Ten i wszystkie pozostałe cytaty z tekstów obcojęzycznych we własnym tłumaczeniu filologicznym – M. F.

8 Por. np. D. Darden, A. Marks, *Boredom. A Socially Devalued Emotion*, „Sociological Spectrum” 1999, No. 1, s. 14.

9 Korpus poddany analizie zawierał 363 artykuły (14 w języku polskim i 349 w języku angielskim), 24 książki (4 w języku polskim i 20 w języku angielskim), 67 rozdziałów w książkach (31 w języku

rzy nie podają żadnej definicji nudy, w 107 (22,3%) formułują jedynie ogólne stwierdzenia na jej temat albo podają definicje niepoprawne formalnie (definiowanie *ignotum per ignotum*, definicje negatywne, za szerokie lub za wąskie), zaś w 132 (27,6%) cytują definicje innych autorów. Tylko w 35 publikacjach (7,3%) autorzy sformułowali oryginalną definicję badanego zjawiska, nie zawsze jednak znacząco odbiegającą od określeń pojawiających się w słownikach.

Zgodnie z definicjami słownikowymi, nuda to przede wszystkim „niemiły stan, niemiłe uczucie spowodowane zwykle becznością, brakiem interesującego zajęcia, brakiem wrażeń, monotonią życia”<sup>10</sup> oraz „uczucie przygnębienia wywołane brakiem lub jednostajnością wrażeń”<sup>11</sup>. Nuda jest zatem stanem postrzeganym negatywnie, kojarzonym najczęściej z becznością, brakiem zainteresowania i bodźców oraz monotonią. Podobny repertuar określeń pojawia się również w wielu publikacjach *stricte* naukowych. Nuda jest opisywana na przykład jako emocja związana z „długotrwałym wystawieniem na monotonną stymulację”<sup>12</sup>, „emocjonalna odpowiedź na środowisko, które jest niezmiennie lub które zmienia się w sposób powtarzalny i wysoce przewidywalny”<sup>13</sup> lub „stan relatywnie niskiego pobudzenia i braku satysfakcji, przypisywany nieadekwatnie stymulującej sytuacji”<sup>14</sup>. W tej wizji nuda jest przede wszystkim wypadkową ilości bodźców dostępnych w otoczeniu oraz ich percepcji przez jednostkę, atrofią doświadczenia bądź „doświadczeniem bez właściwości”<sup>15</sup>. W otoczeniu/życiu jednostki nie dzieje się nic, co przełamywałoby codzienny, rutynowy bieg spraw, byłoby warte zapamiętania i satysfakcjonujące poznawczo. Nuda zatem zasada się na podstawowej dla człowieka potrzebie stymulacji, „pragnieniu treści”<sup>16</sup>, jest wynikiem konfliktu pomiędzy potrzebą intensywnej aktywności poznawczej a brakiem bodźców lub niezdolności do bycia pobudzonym<sup>17</sup>. Dystynktywną właściwością nudy jest stan pewnego niepokoju, zniecierpliwienia, potrzeba zmiany, „pragnienie, aby zaan-

---

polskim i 36 w języku angielskim) oraz 25 prac magisterskich i doktorskich (1 w języku polskim i 24 w języku angielskim). Analizowane teksty w znaczącej większości reprezentowały psychologię (243 teksty), w mniejszej zaś części studia kulturowe (literatura, kino, sztuka – 78 tekstów), filozofię (49 tekstów), socjologię (34 tekstów) oraz pedagogikę (22 tekstów). Resztę tekstów (53) można zakwalifikować do antropologii, teologii, historii albo zarządzania.

10 *Słownik języka polskiego*, t. 2: L–P, red. M. Szymczak, Warszawa 1995, s. 380.

11 *Język polski. Współczesny słownik języka polskiego*, t. 1: A–N, red. B. Dunaj, Warszawa 2007, s. 1022.

12 J. O’Hanlon, *Boredom. Practical Consequences and a Theory*, „Acta Psychologica” 1981, No. 1, s. 54.

13 D. Davies et al., *Monotony and Boredom* [w:] *Stress and fatigue in human performance*, red. G. Hockey, Chichester 1983, s. 1.

14 W. Mikulas, S. Vodanovich, *The Essence of Boredom*, „Psychological Record” 1993, No. 1, s. 1.

15 E. Goodstein, *Experience without Qualities, Boredom and Modernity*, Stanford 2005, s. 1.

16 K. Marx, *Early Writings*, London 1992, s. 398.

17 Na przykład w wyniku choroby, por. O. Fenichel, *On the Psychology of Boredom* [w:] eadem, *Organization and Pathology of Thought*, New York–London 1951.

gażować się w niesprecyzowaną, satysfakcjonującą aktywność<sup>18</sup>, przy jednoczesnym braku zainteresowania czy obojętności wobec obecnie doświadczanej sytuacji. Nudę charakteryzuje także poczucie zamknięcia w pułapce i chęć ucieczki. Nie jest ona więc tym samym, co apatia, z którą jest niekiedy mylona<sup>19</sup>, ponieważ w odróżnieniu od nudy apatia oznacza całkowity brak emocji, brak chęci zmiany sytuacji, poddanie się.

Dystynktywne dla nudy jest również wrażenie dłużenia się czasu. Jednostka doświadczająca tego stanu ma poczucie permanentnego uwięzienia w teraźniejszości. Nuda jest doświadczeniem upływu czasu – brak zaangażowania poznawczego na optymalnym dla potrzeb danej jednostki poziomie „prowadzi do świadomej percepcji upływu czasu, który w rezultacie zdaje się dłużyć”<sup>20</sup>.

Nuda „to tylko nazwa pewnego rodzaju frustracji”<sup>21</sup>, rodzaj „irytującego niepokoju po tym jak życzenie zderzy się z nieustępliwą rzeczywistością”<sup>22</sup>, „porażka oczekiwań”<sup>23</sup>, pojawiająca się w wyniku różnicy pomiędzy naszymi oczekiwaniami, pragnieniami, potrzebami a rzeczywistością. Możemy nudzić się na wykładzie, po którym oczekiwaliśmy, że będzie dostarczał nam wartościowych i potrzebnych informacji, podczas gdy w rzeczywistości okazało się, że zawiera informacje niedopasowane do naszego poziomu wiedzy i aspiracji – informacje w nim zawarte są albo już dobrze nam znane (zbyt łatwe), albo całkowicie dla nas niezrozumiałe (zbyt trudne), albo irrelewantne (niedopasowane do naszych zainteresowań). Nudzić możemy się na przykład, oglądając film lub czytając książkę, po których oczekiwaliśmy prostej rozrywki, a które okazały się wymagające poznawczo. Bohaterowie romantyczni nudzili się ukochanymi, ponieważ nie odpowiadały one ich wyobrażeniom o kobiecie idealnej, a relacja pomiędzy kochankami rozmięła się z ich wyobrażeniami miłości.

Nudne będą wszystkie rzeczy, które jednostka w danej chwili postrzega jako niemające personalnego sensu, znaczenia, celu i które w jej percepcji „nie będą miały żadnych konsekwencji”<sup>24</sup> dla jednostkowej przyszłości (bliższej lub dalszej). Nudna będzie konwersacja, która jest przypadkowa i prowadzona na nieinteresujący dla da-

18 P. Baratta, *The “Noonday Demon”, Weariness, Inattention, or All of the Above? Refining the Definition and Measurement of State Boredom*, Ontario 2014, s. 21.

19 Por. m.in. S. Bench, H. Lench, *On the Function of Boredom*, „Behavioral Sciences” 2013, No. 3, s. 463.

20 J. Eastwood et al., *The Unengaged Mind: Defining Boredom in Terms of Attention*, „Perspectives on Psychological Science” 2012, No. 5, s. 490.

21 S. Sontag, *Przeciw interpretacji i inne eseje*, tłum. M. Pasicka et al., Kraków 2012, ss. 407–408.

22 B. Jeronimus, O. Laccelle, *Frustration* [w:] *Encyclopedia of Personality and Individual Differences*, ed. V. Zeigler-Hill, T. Shackelford, 2017 [on-line:] [https://link.springer.com/content/pdf/10.1007%2F978-3-319-28099-8\\_815-1.pdf](https://link.springer.com/content/pdf/10.1007%2F978-3-319-28099-8_815-1.pdf) [19.03.2018].

23 P. Conrad, *It’s Boring. Notes on the Meanings of Boredom in Everyday Life*, „Qualitative Sociology as Everyday Life” 1997, No. 4, s. 474.

24 D. Brisset, R. Snow, *Boredom. Where the Future Isn’t*, „Symbolic Interaction” 1993, No. 3, s. 239.

nej osoby temat. Nudne mogą okazać się zajęcia, postrzegane przez studentów jako nieprzydane w życiu zawodowym. Jednostka może widzieć w danej aktywności sens, jednak nie uznawać, iż jest on istotny z jej punktu widzenia. Student może postrzegać dane zajęcia jako istotne dla dziedziny wiedzy lub nawet dla siebie w przyszłości, ale nieistotne z punktu widzenia jego aktualnych celów, aspiracji czy zainteresowań, gdy na przykład jest zmęczony, przepracowany lub zakochany.

W wielu definicjach nuda jest konceptualizowana jako „negatywny stan, w którym jednostka nie jest w stanie skoncentrować lub skupić uwagi”<sup>25</sup>, „stan braku koncentracji uwagi wobec tego, co jednostka robi, połączony z brakiem satysfakcji”<sup>26</sup>, czy – używając innych terminów – brak zaangażowania w interakcję z otoczeniem, „poczucie nie bycia zaabsorbowanym lub zaangażowanym przez wydarzenia bądź aktywności”<sup>27</sup>. Jednostka znudzona wyłącza się z interakcji, jest zdystansowana, czasami wyalienowana z otoczenia (fizycznego lub społecznego), nie bierze udziału w rzeczywistości dziejącej się wokół. Nuda stanowi przeciwieństwo zainteresowania, entuzjazmu, ciekawości, zaskoczenia i zaangażowania<sup>28</sup>.

W literaturze przedmiotu wyróżnia się zazwyczaj dwa podstawowe rodzaje nudy: nudę sytuacyjną i egzystencjalną. Obie cechują się dosyć podobnymi charakterystykami, jednak ich zakres i czas oddziaływania diametralnie się różnią. Nuda sytuacyjna jest krótkotrwałym stanem afektywnym (emocją lub uczuciem<sup>29</sup>), zależnym w głównej mierze od sytuacji, w której chwilowo znajduje się jednostka. Nie jest stanem zbyt poważnym, jako że znika zazwyczaj równocześnie z okolicznościami, które były jej przyczyną. Taką nudą jest nuda wykładu, nuda lekcji szkolnej, nuda poczekalni, nuda konwersacji, nuda seansu filmowego czy nuda bezczynności. Jednakże, bądź to przez nagromadzenie nud sytuacyjnych, bądź przez innego rodzaju okoliczności życiowe, jednostka może doświadczać tzw. nudy egzystencjalnej, która jest nastrojem, postawą filozoficzną, długotrwałym stanem duchowym. Ten rodzaj nudy doczekał się

25 P. Baratta, op. cit., s. 21.

26 M. Martin et al., *Rethinking Occupational Deprivation and Boredom*, „Journal of Occupational Science” 2012, No. 19, s. 58.

27 J. Barbalet, op. cit., s. 634.

28 Część autorów za przeciwieństwo nudy uważa doświadczenie przepływu [*flow*], badane i opisywane przez psychologa społecznego, Mihály Csíkszentmihályiego. Charakteryzuje się ono całkowitym zaangażowaniem, totalnym skupieniem uwagi na wykonywanej czynności w połączeniu z „zawężeniem świadomości”, zatriciem samo-świadomości oraz poczuciem sprawczości (por. M. Csíkszentmihályi, *Beyond Boredom and Anxiety*, San Francisco 2000).

29 Część autorów uważa, iż można doświadczać nudy bez świadomości tego faktu (por. L. Svendsen, *A Philosophy of Boredom*, London 2005; S. Healy, *Boredom, Self, and Culture*, Rutherford 1984) – co oznacza, że może być emocją (nieświadomą lub świadomą) lub uczuciem (z definicji świadomym). Przykładem może być sytuacja mylenia nudy z innymi emocjami, które następują po niej lub maskują jej obecność, np. frustracją, irytacją czy zniecierpliwieniem.

bogatej literatury, szczególnie wśród dwóch grup autorów: filozofów i literatów. Nuda egzystencjalna jest opisywana jako egzystencjalny ból, oznaczający „bankructwo serca i rozumu i stanowiący początek suchot duszy”<sup>30</sup>. Jean-Paul Sartre nazywał ją „trądem duszy”<sup>31</sup> a Arthur Schopenhauer łączył z poczuciem bezwartościowości egzystencji<sup>32</sup>. Nuda egzystencjalna to głęboki kryzys aksjologiczny, w którym wszystko wydaje się bezcelowe i bez znaczenia, staje się nam obojętne. Żadna rzecz nie jest ważniejsza od drugiej, byt jawi się jako absurdalny, niepotrzebny, bezwartościowy. Nic nas nie czeka, nic nie jest warte naszej uwagi, nic nas nie angażuje ani nie interesuje, co więcej, nie wyobrażamy sobie, aby coś mogło nas wyrwać ze stanu permanentnej aksjologicznej indyferencji. W przeciwieństwie zatem do nudy sytuacyjnej, nuda egzystencjalna jest stanem dużo poważniejszym, silniej zinternalizowanym, totalnym. Jej przedmiotem jest nie konkretna sytuacja czy seria sytuacji, ale całe życie jednostki – i to raczej jako egzemplifikacja ogólnej zasady bezsensowności życia ludzkiego niż wyraz jakiegoś partykularyzmu.

Mamy w nudzie do czynienia z wyraźnie widocznym kolażem różnych tradycji kulturowych, jak gdyby pewne doświadczenia, odczucia i pojęcia były, w zależności od epoki, łączone w różne, ale podobne koncepcje, dostosowane do potrzeb, wrażliwości i pojęć ludzi w nich żyjących. Stąd nuda egzystencjalna ma wiele wspólnych cech z melancholią, splinem czy *taedium vitae*, a nuda sytuacyjna zdaje się spokrewniona z lenistwem i objawiać się w *horror loci*. Jednak, aby móc wytyczyć, choćby orientacyjnie, granice pomiędzy tytułowymi pojęciami, należy uzbroić się w definicje. Nuda sytuacyjna jest zatem krótkotrwałą, negatywnie postrzeganą emocją lub uczuciem, które objawia się brakiem koncentracji uwagi i brakiem zaangażowania w interakcję z otoczeniem społecznym lub fizycznym, spowodowanym atrofią poczucia jednostkowego sensu. Nuda egzystencjalna natomiast byłaby nastrojem, stanem duchowym charakteryzującym się poczuciem bezwartościowości, bezsensowności, bezcelowości i absurdalności życia, objawiającym się alienacją i indyferencją aksjologiczną.

## Lenistwo i gnuśność a nuda

Niejednokrotnie można spotkać się z poglądem, nie zawsze wyrażonym wprost, o tożsamości nudy i beczynności czy odpoczynku. Wiele osób, z którymi rozmawiałem w ramach moich badań poświęconych zagadnieniu nudy<sup>33</sup>, stwierdzało, iż chciałoby mieć czas, żeby się „ponudzić”. Inni jednym tchem dodawali, że chętnie by się

30 M. Bizior-Dombrowska, *Romantyczna nuda. Wielka nostalgia za niczym*, Toruń 2016, s. 298.

31 M. Martin et al., *The Phenomenon of Boredom*, „Qualitative Research in Psychology” 2006, No. 3, s. 195.

32 Por. A. Schopenhauer, *Aforyzmy o mądrości życia*, tłum. J. Garewicz. Warszawa 1997.

33 Badanie dotyczące zagadnienia nudy w środowisku uniwersyteckim przeprowadzane w latach 2013-2018 wśród studentów i pracowników dydaktyczno-naukowych Uniwersytetu Warszawskiego (wywiady grupowe ze studentami – n=32, ankieta internetowa wśród studentów – n=364, pogłębione



trochę „polenili” – lenistwo natomiast rozumiane było jako odpoczynek i beczynność. Utożsamienie owych pojęć dobrze widać również u niektórych myślicieli, takich jak Erich Fromm, który stosował określenia „lenistwo” i „nuda” zamiennie, gdy pisał: „[L]enistwo nie tylko nie jest normalne; lenistwo jest objawem patologii umysłowej. W istocie, jedną z najdotkliwszych form cierpienia umysłowego jest nuda”<sup>34</sup>.

Można przytoczyć kilka argumentów odzwierciedlających podobieństwo znaczenia tych pojęć. Oprócz tego, że oba kojarzone są potocznie z beczynnością, oba także traktowane są jako rodzaj występku. Kiedyś w ich interpretacji przeważała wykładnia moralna: bycie beczynnym i nieproduktywnym oraz marnowanie czasu było uznawane za grzech, dziś są raczej opisywane w terminach świeckiego pogwałcenia etyki pracy, imperatywu produktywności czy konsumpcji, marnowania osobistego potencjału i prostej drogi do osiągnięcia życiowej porażki. Zarówno lenistwu, jak i nudzie przypisywany jest nieraz potencjał krytyczny. Oba bywają interpretowane jako wyraz „niepoddawania się nieustannej gonitwie za naszymi (własnymi lub wmówionymi) pragnieniami, zdolność do zatrzymania się w swym zabieganiu po to, by się rozkoszować szczęściem chwili”<sup>35</sup>. Opisywane są jako wyraz sprzeciwu wobec kapitalistycznej etyki pracy, czego przykładem był dziewiętnastowieczny *flâneur*, przechadzający się ulicami Paryża z żółciem na smyczy, który uznany za lenia i obiboka przez mieszczkańskich kapitalistów rozmyślnie dezawuował wartość pracy, eksponując nadmiar wolnego czasu pożytkowanego na sprawy ubioru, podniebienia, romansu, ale i ducha. Z tą ostatnią właściwością łączy się interpretowanie lenistwa i nudy w kategoriach refleksyjności, (samo)poznania oraz kreatywności. To właśnie w tych dwóch stanach, zdaniem niektórych, możliwa jest prawdziwa refleksja – gdy nie jesteśmy zajęci mnogością otaczających nas bodźców oraz pogonią za nimi, mamy czas, niezbędny spokój i zasoby poznawcze, aby być twórczymi i zastanawiać się nad rzeczami, o których nie myślimy na co dzień. Ostatnią rzeczą, która zbliża lenistwo/gnuśność do nudy jest sposób, w jaki bywają one graficznie przedstawiane. Można to zobaczyć, zestawiając postać z obrazu Pietera Breughla Starszego *Desidia (Gnuśność)* z jednym z wielu stereotypowych przedstawień ukazujących nudę dostępnych w Internecie (rys. 1) – ich mowa ciała jest do siebie niezwykle zbliżona, obie postaci podpierają głowę ręką, wyglądają na senne, mają przymknięte oczy. Gdyby szukać rozróżnień, można by stwierdzić, iż nuda jest raczej przedstawiana w pozycji siedzącej, chociaż dążącej do pozycji horyzontalnej, zaś lenistwo/gnuśność raczej w pozycji leżącej lub wpołleżącej.

---

wywiady indywidualne z pracownikami dydaktyczno-naukowymi – n=72, obserwacja uczestnicząca zajęć uniwersyteckich, zebrani akademickich oraz konferencji naukowych).

34 E. Fromm, *Zdrowe społeczeństwo*, tłum. A. Tanalska-Dulęba, Kraków 2012, s. 275.

35 U. Schnabel, *Sztuka leniuchowania. O szczęściu niecierpienia*, tłum. V. Grotowicz, Warszawa 2014, s. 55.



Rys. 1. Peter Bruegel Starszy, *Desidia*; *Szczyt nudy*, Demotywatory.pl.

Do tej pory w artykule używałem terminów „lenistwo” i „gnuśność” zamiennie, należy jednak zastanowić się, czy w istocie są to stany tożsame. Na poziomie słownikowych i potocznych definicji lenistwo i gnuśność są w zasadzie nierozróżnialne, lenistwo opisywane jest jako „niechęć do pracy; opieszałość, gnuśność; nieróbstwo, próżniactwo”<sup>36</sup>, a gnuśność jako próżniactwo i niechęć do pracy. Oba stany charakteryzowałyby się zatem ogólną niechęcią do podejmowania aktywności, w szczególności do „nierobienia tego, co się robić powinno”<sup>37</sup>. Oba związane są z beczynnością dłuższą, niż jest to wymagane dla potrzeb odpoczynku oraz fizycznej lub psychicznej regeneracji. Jednakże, jak pokazuje w swojej pracy Marcin Zdrenka, nie są to pojęcia synonimiczne i da się ustanowić między nimi granicę (por. tab. 1). Przede wszystkim – lenistwo raczej się przydarza i jest wynikiem zderzenia z jakimś problemem, trudem, który trzeba przezwyciężyć, gnuśność natomiast stanowi raczej trwałą dyspozycję, postawę wynikającą z przeprowadzonej dekonstrukcji dostępnych aktywności/celów i uznaniem ich za niewarte podjęcia/realizacji.

Tab. 1. Różnice pomiędzy lenistwem a gnuśnością<sup>38</sup>

Kryterium	Lenistwo	Gnuśność
Skala	przydarza się	trwała dyspozycja, „horyzont odniesienia”
Jednostkowość/ Zbiorowość	Jednostka	jednostka lub zbiorowość

36 *Lenistwo* [w:] *Słownik języka polskiego*, red. W. Doroszewski, Warszawa 1966 [on-line:] <https://sjp.pwn.pl/doroszewski/lenistwo;5446351.html> [19.03.2018].

37 J. Petry-Mroczkowska, *Acedia – lenistwo* [w:] eadem, *Siedem grzechów głównych dzisiaj*, Kraków 2004, s. 207.

38 M. Zdrenka, *O gnuśności. Studium lenistwa i jego kontekstów*, Toruń 2012, ss. 201–202.



Pojemność	tendencja do zawężania znaczenia – konkret: nieróbstwo	tendencja do rozszerzania, nieostrość pojęcia
Pierwotna przyczyna	zderzenie się z trudem, który trzeba przezwyciężyć, zmęczenie się nim, lub projektowanie go w przyszłych działaniach – poddanie się	przeniknięcie myślą poprzez działanie, zdekonstruowanie wartości powziętego celu i jego unieważnienie; brak sensu, absurdalność, bezcelowość

Podane rozróżnienie można, w moim przekonaniu, zestawić z podziałem na nudę sytuacyjną i egzystencjalną. Pierwsza z nich miałaby wspólne cechy z lenistwem, druga z gnuśnością. Zarówno lenistwo, jak i nuda sytuacyjna są stanami raczej krótkotrwałymi, kojarzonymi z beczynnością i brakiem zaangażowania. Lenistwo jednak zatrzymuje się na tym poziomie i przypisuje się mu zazwyczaj przede wszystkim wewnętrzne przyczyny (jest to defekt charakteru), dla nudy natomiast beczynność jest tylko jedną z okoliczności, w których jednostka może ją odczuwać. Jej przyczyny są na ogół raczej zewnętrzne (choćby komponent osobowościowy również jest obecny), nie jest tylko niechęcią do pracy czy wysiłku, a raczej niechęcią do obecnej sytuacji, która rodzi chęć zmiany i podjęcia niesprecyzowanej innej aktywności. Silnie różnicuje oba pojęcia także percepcja czasu – w lenistwie jest on czymś nieistotnym, jego upływ jest niezauważalny, nuda zaś wywołuje poczucie dłużenia się czasu oraz zwiększa świadomość jego upływu. Dużo więcej podobieństwa wykazują gnuśność i nuda egzystencjalna, bowiem obie opierają się na poczuciu bezsensowności, bezcelowości i bezwartościowości życia lub działania. W moim przekonaniu stanem pierwotnym byłaby nuda egzystencjalna, a gnuśność stanowiłaby jedynie jedną z jej możliwych konsekwencji.

Skoro, jak wynika z przeprowadzonej analizy, lenistwo i nuda nie są tożsame, należy zadać pytanie o ich wzajemne relacje. W trakcie moich badań nad nudą spotkałem się ze stwierdzeniami, iż tylko leniwi ludzie mają czas na nudę/mogą się nudzić, a zatem z przekonaniem, że to lenistwo jest przyczyną nudy. Taka optyka jest prawdopodobnie skutkiem całkowitego utożsamienia lenistwa i beczynności – możemy je obserwować już u autorów oświeceniowych, którzy także wskazywali lenistwo jako przyczynę nudy, rozumianej jako przeciwieństwo pracy i aktywności<sup>39</sup>. W moim przekonaniu jednak relacja pomiędzy nudą a lenistwem ma raczej odwrotny kierunek. To znudzenie tym, co robimy lub tym, co musimy zrobić, objawia się lenistwem – i dopiero poprzez refleksję w stanie nudy staje się gnuśnością. Przykładem tego może być syndrom wynudzenia zawodowego [*boreout*], na który składają się trzy komplementarne elementy: niedociążenie pracą, brak zaangażowania oraz nuda. Twórcy pojęcia, Philippe Rothlin i Peter Werder, wskazują wprost, iż pracownicy cierpiący na *boreout* „są zmuszani do bycia leniwymi”<sup>40</sup>. Główną przyczyną lenistwa w pracy według autorów jest zbyt mała

39 Por. np. I. Krasicki, *Pan Podstoli*, Olsztyn 1994, s. 131.

40 P. Rothlin, P. Werder, *Boreout! Overcoming Workplace Demotivation*, London–Philadelphia 2008, s. 21.

liczba interesujących i stanowiących wyzwanie obowiązków oraz nuda tym wywołana. Innym przykładem jest objaw lenistwa, w którym istotną rolę odgrywa nuda, stanowi prokrastynacja. Z badań psychologów wynika, iż pomiędzy nudą a prokrastynacją zachodzi silna pozytywna korelacja ( $r = 0,49$ )<sup>41</sup> oraz że jej kierunek biegnie od nudy do prokrastynacji. Stwierdzono bowiem, iż ludzie mają tendencję do odkładania tych zadań, które są niestymulujące, nudne, nieprzyjemne, trudne lub odgórnie narzucone<sup>42</sup>.

Podobna relacja przebiega pomiędzy nudą a gnuśnością, co widoczne jest na przykładzie Ilii Iljicza Obłomowa, tytułowego bohatera powieści Iwana Gonczarowa. Gnuśny, zubożały rosyjski szlachcic jest śmiertelnie znudzony i przez prawie połowę powieści leży w łóżku, nie podejmując w zasadzie żadnych aktywności poza rozmową. Wszystkie dostępne zajęcia odpowiednie dla jego grupy społecznej wywołują w nim głębokie znudzenie. Spotkania towarzyskie są nudne, niezależnie od ilości zebranych osób czy poruszanych tematów i ich ilości (Obłomowa nudzi rozmowa tylko na jeden temat, jak i o wszystkim), jest to według niego

ciągła gonitwa, ciągła gra lichych namiętności, zwłaszcza chciwości, zabieganie sobie drogi nawzajem, plotki, obmowy, uszczypliwości, owo oglądanie od stóp do głowy [...] Nuda, nuda, nuda!... Gdzie tam znajdziesz człowieka? Gdzie jego jedność wewnętrzna? Gdzie on się schował, jak się rozmiął na drobne?<sup>43</sup>

Równie nudna wydawała mu się praca zarobkowa – w jego mniemaniu synonim nudy – którą szybko porzucił, aby nigdy więcej jej nie podejmować. Słowem, Obłomow stał się gnuśny, ponieważ był znudzony, nie widział sensu podejmowania aktywności, ponieważ wszystkie wydawały mu się bezcelowe i całkowicie pozbawione znaczenia.

## Acedia a nuda

Acedia, chociaż jako pojęcie w teologii chrześcijańskiej pojawiła się już w późnej starożytności, a okres swojej świetności przeżywała w wiekach średnich, nadal wydaje się żywym i eksplanacyjnie wartościowym pojęciem. Mówi o niej papież Franciszek, prowadzone są na jej temat rekolekcje, wskazywana jest jako poważny problem ery cyfrowej i konsumpcyjnej<sup>44</sup>. Acedia to „brak troski”, obojętność, rodzaj duchowej depresji,

41 Por. H. Wan et al., *Understanding Non-Work Presenteeism. Relationships between Emotional Intelligence, Boredom, Procrastination and Job Stress*, „Personality and Individual Differences” 2014, No. 65, ss. 86–90.

42 Por. A. Blunt, T. Pychyl, *Volitional Action and Inaction in the Lives of Undergraduate Students. State Orientation, Procrastination and Proneness to Boredom*, „Personality and Individual Differences” 1998, No. 6, ss. 837–846.

43 I. Gonczarow, *Obłomow*, tłum. N. Drucka, Warszawa 1978, ss. 202–203.

44 Por. E. Harris, *Pope: Christians are never bored – they persevere with love* [on-line:] <https://www.catholicnewsagency.com/news/pope-christians-are-never-bored-they-persevere-with-love-41723>

demotywuującego smutku, paraliżu duszy, „syndrom wypalenia religijnego”<sup>45</sup>, stan duchowego zniechęcenia i znużenia. Po raz pierwszy przywołana przez św. Ambrożego, wnikliwie analizowana przez Ewagriusza z Pontu i Jana Kasjana, była początkowo opisywana i kojarzona przede wszystkim jako choroba mnichów. Stanowiła jedną z ośmiu złych myśli – zestawienia będącego poprzednikiem katalogu grzechów głównych, w którym do dziś ukrywa się pod mianem lenistwa/gnuśności.

Już w tej krótkiej charakterystyce można odnaleźć pewne elementy, które można uznać za wspólne acedii i nudzie egzystencjalnej i prawdopodobnie nie należy się dziwić, iż są autorzy, którzy uznają acedię za formę nudy. Wojciech Bałus wskazuje, iż „acedię zwykło się opisywać jako *taedium vitae*, poczucie nieprzewyciężonej gnuśności, nudy i niechęci do życia, przynajmniej do tego, jakie się prowadzi”<sup>46</sup>. Filozofowie o silnie chrześcijańskim nastawieniu, tacy jak Blaise Pascal czy Søren Kierkegaard, uznawali nudę za nowożytną kontynuację acedii czy wręcz – zdechrystianizowaną acedię. Podstaw dla takiej tezy istnieje co najmniej kilka. Z pism Ewagriusza wyłania się obraz mnicha, który, cierpiąc na acedię, wykazuje objawy, które dziś przypisalibyśmy z dużą dozą prawdopodobieństwa nudzie. Są to bezczynność, senność, brak zaangażowania, problemy z koncentracją uwagi, dłużenie się czasu i silna chęć zmiany aktywności czy sposobu życia. Acedyczny mnich „nienawidzi tego, co jest, pożąda zaś tego, czego nie ma”<sup>47</sup>. Acedia „sprawia, że słońce zdaje się poruszać zbyt wolno lub wręcz nie poruszać wcale, a dzień tak się dłuży, jakby miał pięćdziesiąt godzin”<sup>48</sup>. Jego

[w]zrok [...] tkwi ciągle w oknie, a jego umysł wyobraża sobie odwiedzających. Zaskrzypiały drzewi – ów wyskoczył, usłyszał głos – wychylił się przez okno i nie odejdzie stąd, aż siedząc, zdrętwieje. Opanowany przez acedię przy czytaniu wciąż ziewa i łatwo wpada w senność. Pociera oczy i przeciąga się, to znów odwracając oczy od księgi, spogląda na ścianę, znowu obraca się i czyta nieco, i kartkując – bada dokładnie końcówki wypowiedzi. Liczy kartki i ustala liczbę rozdziałów, gani pismo i zdobienie. Wreszcie zamyka księgę, kładzie pod głowę i wpada w sen niezbyt głęboki [...]”<sup>49</sup>.

W historii acedii dominowały dwa wzajemnie uzupełniające się jej rozumienia: zewnętrzne, w którym nacisk położony był na zaniedbywanie obowiązków względem Boga i bliźnich oraz wewnętrzne, podkreślające *stricte* duchową stronę doświadczenia, wyjałowienie ducha, kryzys duchowy. Pierwsze rozumienie łączyłoby się w więk-

[26.04.2018]; rekolacje wielkopostne Benedyktynów z Tyńca, np. *Osiem duchów zła – acedia* [on-line:] [https://www.youtube.com/watch?v=B\\_T3erTobuw](https://www.youtube.com/watch?v=B_T3erTobuw) [26.04.2018].

45 L. Macheta, *Demon południa i zafalszowanie egzystencji. O acedii starożytnego mnicha i zbędności inteligentia rosyjskiego w XIX wieku*, Kraków 2003, s. 14.

46 W. Bałus, *Acedia i jej następstwa*, „Znak” 1992, nr 9, s. 101.

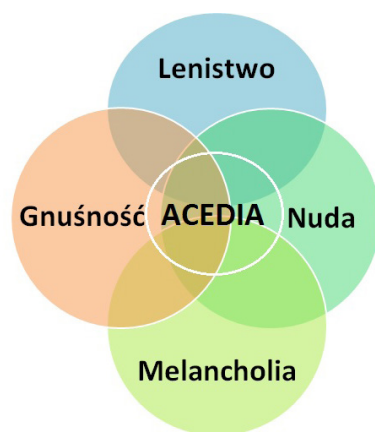
47 Ewagriusz z Pontu, *Pisma ascetyczne*, t. 1, tłum. K. Bielawski, Kraków 2007, s. 148.

48 Ibidem, s. 208.

49 Ibidem, ss. 427–428.

szym stopniu z nudą sytuacyjną i lenistwem, drugie z nudą egzystencjalną, gnuśnością i melancholią (z którą acedia była często zestawiana lub, dużo rzadziej, nawet utożsamiana). Podobnie zatem jak nuda, acedia jest pojęciem złożonym, wieloaspektowym, łączącym w sobie bardzo różne elementy: od prostej nudy i lenistwa do duchowego smutku, melancholii, depresji, nudy egzystencjalnej i gnuśności (rys. 2). I chociaż acedia i nuda nie są w mojej ocenie tożsame, to gdyby szukać historycznej koncepcji najbliższej temu, co współcześnie rozumiemy pod pojęciem nudy, byłyby to właśnie acedia – ale pozbawiona religijnego odium grzeszności i melancholijnego smutku.

W artykule zaproponowałem, bazując na dostępnej literaturze przedmiotu, oryginalną definicję nudy oraz starałem się określić relacje łączące ją z lenistwem, gnuśnością i acedią. Twierdzę, że nuda charakteryzowana przez brak koncentracji uwagi, brak zaangażowania, brak poczucia sensu, poczucie dłużenia się czasu oraz chęć zmiany jest przyczyną lenistwa/gnuśności i pojęciem fenomenologicznie zbliżonym do acedii. Jak chciałem pokazać, wszystkie tytułowe pojęcia są ze sobą powiązane, ale nie tożsame (ich relacje przedstawia rys. 2). Nuda sytuacyjna ma wspólne cechy z lenistwem, nuda egzystencjalna z gnuśnością, acedia zaś łączy w sobie elementy wszystkich poprzednich, zawierając w sobie ponadto silny komponent melancholijnego smutku.



Rys. 2. Model relacji pomiędzy nudą, gnuśnością, lenistwem, acedią i melancholią.

## Bibliografia

- Batus W., *Acedia i jej następstwa*, „Znak” 1992, nr 9.
- Baratta P., *The “Noonday Demon”, Weariness, Inattention, or All of the Above? Refining the Definition and Measurement of State Boredom*, Ontario 2014.
- Barbalet J., *Boredom and Social Meaning*, „The British Journal of Sociology” 1999, No. 4.
- Bellow S., *Dar Humboldta*, tłum. K. Tarnowska, A. Konarek, Warszawa 1982.
- Bench S., Lench H., *On the Function of Boredom*, „Behavioral Sciences” 2013, No. 3.
- Bizior-Dombrowska M., *Romantyczna nuda. Wielka nostalgia za niczym*, Toruń 2016.
- Blunt A., Pychyl T., *Volitional Action and Inaction in the Lives of Undergraduate Students: State Orientation, Procrastination and Proneness to Boredom*, „Personality and Individual Differences” 1998, No. 6.
- Brisset D., Snow R., *Boredom. Where the Future Isn’t*, „Symbolic Interaction” 1993, No. 3.
- Conrad P., *It’s Boring: Notes on the Meanings of Boredom in Everyday Life*, „Qualitative Sociology as Everyday Life” 1997, No. 4.
- Csikszentmihályi M., *Beyond Boredom and Anxiety*, San Francisco 2000.
- Darden D., Marks A., *Boredom. A Socially Devalued Emotion*, „Sociological Spectrum” 1999, No. 1.
- Davies D., Shackleton R., Parasuraman V., *Monotony and Boredom [w:] Stress and fatigue in human performance*, ed. G. Hockey, Chichester 1983.
- Eastwood J. et al., *The Unengaged Mind: Defining Boredom in Terms of Attention*, „Perspectives on Psychological Science” 2012, No. 5.
- Ewagriusz z Pontu, *Pisma ascetyczne*, t. 1, tłum. K. Bielawski, Kraków 2007.
- Fenichel O., *On the Psychology of Boredom [w:] eadem, Organization and Pathology of Thought*, New York–London 1951.
- Fromm E., *Zdrowe społeczeństwo*, tłum. A. Tanalska-Dulęba, Kraków 2012.
- Gonczarow I., *Obłomow*, tłum. N. Drucka, Warszawa 1978.
- Goodstein E., *Experience without Qualities, Boredom and Modernity*, Stanford 2005.
- Harris E., *Pope: Christians are never bored – they persevere with love* [on-line:] <https://www.catholicnewsagency.com/news/pope-christians-are-never-bored-they-persevere-with-love-41723> [26.04.2018].
- Healy S., *Boredom, Self, and Culture*, Rutherford 1984.
- Jeronimus B., Lacculle O., *Frustration [w:] Encyclopedia of Personality and Individual Differences*, ed. V. Zeigler-Hill, T. Shackelford, 2017 [on-line:] [https://link.springer.com/content/pdf/10.1007%2F978-3-319-28099-8\\_815-1.pdf](https://link.springer.com/content/pdf/10.1007%2F978-3-319-28099-8_815-1.pdf) [19.03.2018].
- Krasicki I., *Pan Podstoli*, Olsztyn 1994.
- Lenistwo* [w:] *Słownik języka polskiego*, red. W. Doroszewski, Warszawa 1966 [on-line:] <https://sjp.pwn.pl/doroszewski/lenistwo;5446351.html> [19.03.2018].

- Macheta L., *Demon południa i zafalszowanie egzystencji. O acedii starożytnego mnicha i zbędności inteligenta rosyjskiego w XIX wieku*, Kraków 2003.
- Martin M. et al., *Rethinking Occupational Deprivation and Boredom*, „Journal of Occupational Science” 2012, No. 19.
- Martin M. et al., *The Phenomenon of Boredom*, „Qualitative Research in Psychology” 2006, No. 3.
- Marx K., *Early Writings*, London 1992.
- Mikulas W., Vodanovich S., *The Essence of Boredom*, „Psychological Record” 1993, No. 1.
- Nisbet R., *Nuda* [w:] *Przesady. Słownik filozoficzny*, tłum. M. Szczubiałka, Warszawa 1998.
- Nuda* [w:] *Język polski. Współczesny słownik języka polskiego*, t. 1: A–N, red. B. Dunaj, Warszawa 2007.
- Nuda* [w:] *Słownik frazeologiczny języka polskiego*, red. S. Skorupka, Warszawa 1967.
- Nuda* [w:] *Słownik języka polskiego*, t. 2: L–P, red. M. Szymczak, Warszawa 1995.
- Nuda* [w:] *Słownik polszczyzny XVI wieku*, t. 18, red. M. R. Mayenowa, Wrocław et al. 1988.
- O’Hanlon J., *Boredom. Practical Consequences and a Theory*, „Acta Psychologica” 1981, No. 1.
- Okulicz-Kozaryn R., *Nuda w zwierciadle nudy. Roman Jaworski* [w:] *Nuda w kulturze*, red. P. Czapliński, P. Śliwiński, Poznań 1999.
- Pease A., *Modernism, Feminism and the Culture of Boredom*, New York 2012.
- Petry-Mroczkowska J., *Acedia – lenistwo* [w:] eadem, *Siedem grzechów głównych dzisiaj*, Kraków 2004.
- Rothlin P., Werder P., *Boreout! Overcoming Workplace Demotivation*, London–Philadelphia 2008.
- Schnabel U., *Sztuka leniuchowania. O szczęściu nicnierobienia*, tłum. V. Grotowicz, Warszawa 2014.
- Schopenhauer A., *Aforyzmy o mądrości życia*, tłum. J. Garewicz, Warszawa 1997.
- Sontag S., *Przeciw interpretacji i inne eseje*, tłum. M. Pasicka et al., Kraków 2012.
- Svendsen L., *A Philosophy of Boredom*, London 2005.
- Toohy P., *Historia nudy*, tłum. K. Ciarcińska, Warszawa 2012.
- Wan H. et al., *Understanding Non-Work Presenteeism: Relationships between Emotional Intelligence, Boredom, Procrastination and Job Stress*, „Personality and Individual Differences” 2014, No. 65.
- Zdrenka M., *O gnuśności, studium lenistwa i jego kontekstów*, Toruń 2012.



## Spis ilustracji

1. Peter Brueghel Starszy, *Desidia* [on-line:] [http://www.britishmuseum.org/research/collection\\_online/collection\\_object\\_details.aspx?objectId=1334925&partId=1](http://www.britishmuseum.org/research/collection_online/collection_object_details.aspx?objectId=1334925&partId=1) [29.12.2017], *Szczyt nudy*, Demotywatory.pl [on-line:] <http://demotywatory.pl/2264834/Szczyt-nudy> [29.12.2017].
2. Model relacji pomiędzy nudą, gnuśnością, lenistwem, acedią i melancholią.

## Streszczenie

Tekst ma na celu zdefiniowanie pojęcia nudy z wykorzystaniem interdyscyplinarnego korpusu publikacji naukowych, a także nakreślenie dystynkcji pomiędzy nudą, lenistwem, gnuśnością i acedią. Nuda, pomimo swojego społecznego zasięgu, rzadko bywa przedmiotem definicyjnej refleksji. Terminu tego, także w kontekście akademickim, używa się najczęściej w potocznym, zdroworozsądkowym rozumieniu, które traktuje nudę jako doświadczenie silnie związane (jeśli nie wręcz tożsame) z beczynnością, odpoczynkiem, lenistwem lub monotonią. Niniejszy tekst wskazuje na elementy wspólne między owymi konceptami, kwestionując jednak ich równoznaczność.

## Summary

### **Boredom and laziness, sloth, and acedia**

Boredom, in spite of its social ubiquity, is rarely the subject of definitional reflection. Most people, including a large group of scholars, employing the term 'boredom' use it in colloquial, common-sense meaning, which treats boredom as an experience strongly connected (if not identical) with inaction, rest, laziness and/or monotony. This article aims to (1) define the concept of boredom, based on the interdisciplinary corpus of scientific publications and (2) to sketch the distinction between boredom, laziness, sloth and acedia.