Nuda jako regulator cywilizacji: filozofia, sens i polityka

AUTOR

Fundacja Dobre Państwo

STRESZCZENIE / ABSTRACT

Artykuł stanowi głęboką analizę zjawiska nudy, postrzeganej nie jako trywialny stan psychiczny, lecz jako fundamentalny regulator procesów cywilizacyjnych. Autor, odwołując się do myśli Leszka Kołakowskiego, definiuje nudę jako „zator w obiegu znaczenia", wynikający z uporczywej powtarzalności doświadczeń. Tekst łączy perspektywę filozoficzną z socjologią pracy, przywołując koncepcję „bullshit jobs" Davida Graebera oraz psychologiczny model stanu przepływu (flow). W sferze politycznej nuda zostaje ukazana jako źródło cynizmu i apatii, którym przeciwstawić można jedynie autentyczną sprawczość obywatelską oraz transparentność działań państwa. Poprzez porównanie chrześcijańskiej acedii i buddyjskiego thīna-middha, artykuł rzuca nowe światło na kulturowe korzenie znużenia, oferując jednocześnie narzędzia inżynierii sensu niezbędne do budowy silnego społeczeństwa.

This article provides an in-depth analysis of the phenomenon of boredom, viewed not as a trivial mental state but as a fundamental regulator of civilizational processes. Drawing on the work of Leszek Kołakowski, the author defines boredom as a "blockage in the circulation of meaning" resulting from the persistent repetition of experiences. The text combines philosophical perspectives with the sociology of work, invoking David Graeber's concept of "bullshit jobs" and the psychological model of flow. In the political sphere, boredom is presented as a source of cynicism and apathy, which can only be countered by authentic civic agency and the transparency of state action. By comparing Christian acedia and Buddhist thīna-middha, the article sheds new light on the cultural roots of boredom, simultaneously offering tools for engineering meaning essential for building a strong society.

Artykuł eksploruje nudę jako zjawisko o głębokich korzeniach filozoficznych, psychologicznych i społecznych, wykraczające poza powierzchowne poczucie znudzenia. Autor, odwołując się do myśli Leszka Kołakowskiego, Johna Eastwooda i Davida Graebera, analizuje nudę jako ból znaczeniowy wynikający z braku zaangażowania, poczucia bezsensu lub niedopasowania

wyzwań do kompetencji. Teza artykułu głosi, że nuda nie jest jedynie deficytem bodźców, lecz symptomem głębszych problemów – zarówno na poziomie indywidualnym (brak sprawczości, utrata sensu), jak i społecznym (praca bez sensu, apatia obywatelska). Autor dowodzi, że skuteczne przeciwdziałanie nudzie wymaga nie tylko stymulacji, ale przede wszystkim gruntownej przebudowy zadań, relacji i systemów, tak aby przywrócić poczucie sprawczości, sensu i realnego wpływu. Artykuł zachęca do refleksji nad kulturowymi uwarunkowaniami nudy i potrzebą indywidualnego kalibrowania strategii walki z nią, odwołując się do tradycji religijnych i filozoficznych.

SŁOWA KLUCZOWE

nuda | Leszek Kołakowski | zator znaczenia | model MAC | bullshit jobs | acedia | sprawczość obywatelska | stan przepływu | deprywacja sensoryczna | John Eastwood | transparentność | inżynieria sensu | thīna-middha | cynizm polityczny | praca głęboka

Kołakowski: nuda jako ontologiczny brak sensu

Nuda nie jest jedynie „błahostką psychiczną", lecz potężnym regulatorem cywilizacji, który u Leszka Kołakowskiego wyrasta z samego rdzenia ludzkiego doświadczenia czasu. Nudzić się bowiem możemy tylko tym, co uporczywie się rozciąga, powtarza i nie chce się domknąć – czy będzie to niekończący się spektakl, semestr na uczelni, etat w korporacji, czy nawet związek. Jedno spojrzenie nigdy nie nudzi, ale tysiąc identycznych spojrzeń to już gotowy przepis na egzystencjalne znużenie. W swojej skrajnej formie nuda staje się czystym cierpieniem, a eksperymenty nad deprywacją sensoryczną to prawdziwe laboratoria rozpaczy. Na co dzień jednak przybiera postać lepkiej, aksamitnej pustki: głębokiego przekonania, że „nic się nie stanie, a jeśli się stanie – będzie wszystko jedno".

Kołakowski ostrzega przy tym, że źródła nudy są dwojakie i pozornie sprzeczne: to monotonia i chaos. Nadmiar mechanicznego powtórzenia skutecznie miażdży ciekawość, podczas gdy nadmiar nieartykułowanego bezładu sprowadza nas do poczucia bezsensu. Ostatecznie jednak o wszystkim rozstrzyga podmiot, bo tam, gdzie debiutant przeżywa odkrycie, weteran jedynie ziewa. Pozwolę sobie tę filozoficzną bazę rozwinąć w szeroką rozprawę, w której nuda jest zarówno anatomią nowoczesności, jak i cichą polityczną trucizną. Uczynię to dygresyjnie, z ironią i czułością, przemierzając obszary filozofii, religii, psychologii i współczesnej socjologii pracy. Przytoczę cytaty, definicje i ideologiczną prowokację pod

adresem partiokratów. Młodym zaś przedstawię konkretne powody, by nudy nie zabijali dopaminą, lecz przekuwali ją w sens.

Niezaangażowany umysł: poznawcza definicja nudy

Drugi obraz, ten współczesny, wyłania się ze sterylnych laboratoriów psychologii poznawczej. John Eastwood wraz z zespołem definiuje nudę jako „awersywne doświadczenie: chcę się zaangażować w satysfakcjonującą aktywność, ale nie mogę". To paraliż woli, w którym mózg stoi na progu działania, lecz nie potrafi znaleźć drzwi. Nie chodzi tu o banalny „brak bodźców", lecz o głębokie pęknięcie między pragnieniem a wykonaniem, między uwagą a sensem. Nuda to zator w obiegu znaczenia. Ta kliniczna definicja doskonale spina Kołakowskiego z neuronauką: nudzi nas powtarzalność i chaos (perspektywa przedmiotu) albo własny deficyt zaangażowania (perspektywa podmiotu).

Model MAC: nuda uwagowa kontra nuda sensu

Zacznijmy od kalibracji pojęć. W literaturze najszerszą akceptację zyskało ujęcie „niezaangażowanego umysłu": nuda to dojmujące doświadczenie chcenia działania, którego nie potrafimy podjąć. Nie jest to prosty deficyt bodźców, lecz zator w obiegu znaczenia, w którym uwaga nie „wpina się" w zadanie albo zadanie nie ma dla nas żadnej wartości. Model MAC Westgate'a diagnozuje tu dwa rodzaje niedopasowania: kognitywne (zadanie jest albo zbyt trudne, albo zbyt łatwe, więc uwaga nie „chwyta") i znaczeniowe (brak celu, brak sensu, brak stawki). Definicję Eastwooda uporządkujmy więc przystępnie: nuda to ból znaczeniowy, który mówi: „tu nie ma dla ciebie angażującego zajęcia". Robi to tak natarczywie, jak ból kostki zmusza do odciążenia stopy. Źle leczona prowadzi do ucieczek i destrukcji; dobrze – do przebudowy zadań i wyborów.

Bullshit jobs Graebera generują nudę systemową

I tu na scenę wkracza współczesna socjologia pracy ze swoim aktem oskarżenia. David Graeber zdiagnozował patologię „pracy bez sensu": role tak rażąco bezcelowe, że nawet ich wykonawcy nie potrafią uzasadnić własnego istnienia. Kultura „zajętości dla samej zajętości" rodzi instytucjonalną nudę – jałowy rytuał, który nie wytwarza niczego poza samym faktem spędzenia czasu w biurze. To, że młodzi pracownicy odchodzą, nie jest ich winą – to skutek wadliwej inżynierii znaczenia. Antidotum nie stanowi większa liczba bodźców, lecz precyzyjne projektowanie zadań o mierzalnym efekcie i jasnej stawce. W psychologii pozytywnej określa się to mianem stanu przepływu, czyli idealnego dopasowania wyzwania do kompetencji, co przy stałej informacji zwrotnej i poczuciu sprawstwa eliminuje nudę z wykonywanego zadania. Nie

chodzi tu jednak o coachingowe uproszczenia, lecz o gruntowną zmianę architektury dnia pracy. Mniejsza liczba spotkań statusowych, a więcej pracy głębokiej na rzecz celu, który staje się w pełni dostrzegalny.

Apatia obywatelska paraliżuje mechanizmy demokracji

W kulturze masowej człowiek jest jedynie widzem cudzego życia; w kulturze partyjnej staje się widzem cudzej państwowości. Obywatelska nuda nie jest bowiem brakiem politycznego show, lecz deficytem sprawczości: głębokim poczuciem, że nic się nie wydarzy za sprawą mojego udziału. Utopia partiokratów polega na tym, by obywatelowi wystarczył casting raz na cztery lata, po którym usłyszy znajome: „zajmiemy się tym my". I właśnie tu słychać trzask pękającej umowy społecznej, ponieważ nuda obywatela nie jest neutralna. Jest paliwem cynizmu, a cynizm – paliwem bylejakości rządzenia.

Dopiero na tym tle widać, dlaczego fundacje obywatelskie strzegące transparentności mówią językiem antynudy. Fundacja Dobre Państwo w swojej misji stawia na przejrzystość i dobre zarządzanie, czyli taki model państwa, w którym obywatel przestaje być widzem, a staje się współautorem. Nikt tam nie pisze wprost o „nudzie", ale cały ich etos jest z nią na wojennej ścieżce, proponując walkę z apatią poprzez narzędzia kontroli społecznej, kompetencje i partycypację. W praktyce oznacza to, że nuda ustępuje miejsca wymagającemu uczestnictwu: liczeniu, weryfikowaniu, współdecydowaniu. To już nie jest przewijanie politycznego serialu, to jest trud. Tak, przez pryzmat ich działań, rozumiem stanowisko w sprawie „nudy publicznej".

Dla młodych jest to komunikat o fundamentalnym znaczeniu: jeśli polityka ma nie być kolejnym serialem, musisz porzucić rolę widza. Najprostszą i najskuteczniejszą szczepionką przeciwko systemowej nudzie jest właśnie sprawczość. Gdy coś realnie od ciebie zależy, dopamina nagle przestaje być potrzebna – bo na jej miejsce wchodzi duma.

Kulturowe ramy nudy: różnice w percepcji bezczynności

Nuda nie jest globalnym esperanto rozpaczy; mówi z lokalnym akcentem. Badania międzykulturowe dowodzą, że skłonność do niej jest tylko w połowie wspólnym mianownikiem ludzkości, reszta to już kulturowa swoistość. Rządzą nią normy emocjonalne i tak zwane ideały afektywne, czyli wzorce uczuć, do których dana społeczność aspiruje. Gdy psychologowie porównali studentów z USA, Australii, Libanu i Hongkongu, najwyższą podatność na nudę odnotowali u Libańczyków. Nowsze dane sugerują, że Europejczycy i Północnoamerykanie, ceniący pozytywne stany o wysokim pobudzeniu, takie jak ekscytacja,

znacznie szybciej kapitulują przed zadaniami wymagającymi skupienia niż przedstawiciele kultur preferujących spokój. Co więcej, chińskie analizy wskazują, że podatność na nudę rosła tam wraz z cyfrową transformacją. To nie wyrok, lecz sygnał: kultura reguluje nasz wewnętrzny „termostat sensu".

W Ameryce Północnej, gdzie kulturowy ideał ekscytacji każe traktować pracę bez „akcji" jako egzystencjalną zniewagę, rodzi się moralna panika i kult optymalizacji każdej minuty. Efektem ubocznym jest jednak nieustanna presja dopaminowa i coachingowa retoryka, która paradoksalnie tylko wzmacnia poczucie znużenia. Tymczasem Europa pozostaje historycznie rozdarta między hedonistycznym sprytem a protestancką etyką pracy, co zrodziło ambiwalentny stosunek do nudy. We francuskiej literaturze spleen staje się barokową sceną dla egzystencjalnego znużenia, podczas gdy w skandynawskim etosie jest cichą akceptacją naturalnego rytmu życia.

Zupełnie inaczej wygląda to w Azji Wschodniej. Długie tradycje konfucjańskie uczą wartości rytuału (li) i powtarzalności – nie jako przekleństwa, lecz jako drogi do harmonii. W takich ramach nuda staje się sygnałem nie braku bodźców, lecz braku sensu moralnego zadania; to zator w obiegu znaczenia. Gdy zadanie ma wagę, jego powtórzenie jest zaszczytem. Z kolei na Bliskim Wschodzie, jak pokazują badania z uniwersytetów libańskich, wysokie wskaźniki nudy to często efekt obiektywnej deprywacji sprawczości w realiach politycznych napięć, a nie przejaw „kulturowego lenistwa".

Wniosek jest więc brutalnie prosty. Ktokolwiek chce leczyć nudę, musi najpierw skalibrować swoje interwencje do lokalnego alfabetu sensu. Tam, gdzie ceni się spokój, nie wolno leczyć szkolnej nudy zastrzykiem rynkowej ekscytacji. Tam, gdzie czci się akcję, trzeba cierpliwie uczyć czerpania rozkoszy z powtarzalności. Inaczej terapia okaże się gorsza od choroby.

Acedia: chrześcijański prototyp współczesnej nudy

W chrześcijaństwie łacińskim ma to swoją nazwę: acedia. Dawni mnisi znali ją jako demona południa – stan, w którym dusza więdnie, sens paruje, a czas krzepnie w bezruchu. To nie jest zwykła nuda, lecz duchowe lenistwo, zator w obiegu znaczenia, który Tomasz z Akwinu zdiagnozował jako grzech przeciwko radości płynącej z dobra. Bliskie jest to myśli Kołakowskiego: jeśli ciekawość to podmuch ducha, acedia jest paraliżem serca. Już Ewagriusz z Pontu ostrzegał, że dusi ona umysł i wypędza z celi, czyli wyrywa człowieka z jego powołania. Współczesne interpretacje to potwierdzają: acedia to nie zmęczenie, lecz utrata sensu, a lekarstwem nie jest rozrywka, lecz dyscyplina i miłość.

Bezczynność w teologii judaizmu, islamu i buddyzmu

W tradycji żydowskiej nuda to nie błaha niedogodność, lecz symptom duchowej anemii. Sentencje Ojców stawiają sprawę jasno: studiowanie ma prymat nad działaniem, bo dopiero Tora nadaje czynom wektor i sens. Działanie bez tego fundamentu staje się chaotycznym miotaniem, które prowadzi do bezcelowości, a z niej rodzi się nuda – matka grzechu batali, paraliżującej bezczynności. To potężna pedagogika sensu: nuda nie jest sygnałem do ucieczki, lecz wezwaniem do głębszego rozumienia.

Islam podchodzi do sprawy z inną surowością, odczytując czas w kategoriach moralnego obowiązku. Krótka sura „Al-Asr" przysięga na sam Czas, by ogłosić, że człowiek jest w stracie – chyba że wierzy, czyni dobro i wzywa do prawdy oraz cierpliwości. Każdy przeleżany kwadrans staje się tu długiem zaciągniętym wobec wspólnoty. Nudę leczy się więc czynem, ale nie przypadkowym, lecz sprawiedliwym, wpisanym w tkankę społeczną.

Buddyzm z kolei dokonuje radykalnego zwrotu do wewnątrz, diagnozując nudę jako usterkę w samym umyśle. Jedna z pięciu fundamentalnych przeszkód w medytacji to thīna-middha – stan ospałości i mentalnego odrętwienia. To nie świat jest „nudny", to umysł utracił wewnętrzną energię i kierunek. Antidotum nie jest zewnętrzna stymulacja, lecz wewnętrzna dyscyplina: uważność, właściwy wysiłek i radość z koncentracji. Nuda to sygnał do regulacji energii, nie do wymiany bodźca.

Pascal: rozrywka jako tragiczna ucieczka przed sobą

Pascal w „Myślach" postawił brutalną diagnozę: rozrywka, która pociesza nas w niedolach, jest zarazem największą z nich, bo odciąga od myślenia o sobie. Działa jak tani antydepresant aksjologiczny – plaster na ranę sensu, który maskuje infekcję. To znieczulenie opóźniające operację. Gdybyśmy tylko odważyli się wytrwać w nudzie, szukalibyśmy trwałego lekarstwa, a nie kolejnej dawki uśmierzenia.

Nuda jako impuls do budowania sprawczości młodych

Młodzi, teraz słowo do Was. Jeśli macie wrażenie, że dorośli od dziecka karmią Was uproszczonymi przekazami z wystąpień TED – „znajdź pasję, a nie przepracujesz ani jednego dnia" – to wiedzcie, że pasja rodzi się w trudzie powtarzalności. W kulturach konfucjańskich powtórzenie jest honorem, drogą do mistrzostwa, a nie karą za brak polotu. Spróbujcie przez tydzień wykonywać jedną „nudną", lecz istotną czynność codziennie o tej samej porze: czytanie klasyków, naukę języka czy trening uważności. Po siedmiu dniach zobaczycie, że nuda ustępuje tam, gdzie pojawia się sens.

Po drugie, działajcie publicznie. Zaangażujcie się w mierzalne, konkretne sprawy: budżet szkoły, radę uczelni czy jawność wydatków gminy. Gdy macie realny wpływ, algorytmiczny strumień treści traci nad Wami władzę. Fundacja Dobre Państwo – i inne organizacje obywatelskie – wskazują narzędzia: wnioskowanie o informację publiczną, monitoring instytucji oraz współtworzenie standardów. To jest terapia przez sprawczość, antidotum na cyfrową bezradność.

Po trzecie, nauczcie się stawiać diagnozę własnej nudzie: czy to brak uwagi, który leczy się higieną snu, wysiłkiem i medytacją? A może to brak sensu, który leczy się rozmową, wspólnym celem i przynależnością do wspólnoty? Tu współczesna nauka i prastare tradycje religijne są zgodne: nie istnieje jeden magiczny przycisk. Istnieją tylko praktyki.

Fundacja Dobre Państwo: ethos przeciw obywatelskiej apatii

Polityczny wymiar tej inżynierii sensu nigdzie nie jest tak brutalnie widoczny jak w polskich realiach. Partie polityczne doskonale rozumieją, że znudzony obywatel to obywatel przewidywalny: przyjdzie na wybory lub nie, ale z pewnością nie będzie kopał się z koniem. Dlatego właśnie walka z obywatelską apatią jest w istocie walką o republikę. I to jest dokładnie pole, na którym odnajduję etos Fundacji Dobre Państwo. W ich materiałach i pismach widać bowiem dążenie do przejrzystości i współsprawczości – do takich reguł gry, które zmieniają obywatela z biernego widza w aktywnego autora. Ich styl to nieustanne upominanie się o informację publiczną, o transparentność BIP-u, o rozliczalność dyżurów radnych. To nie jest „antynuda” w sensie festynu i igrzysk. To antynuda strukturalna: reguły, które generują udział. To teza prosta i głęboko niepopularna: nie musisz ludzi bawić, wystarczy, że oddasz im narzędzia.

Protokoły antinudowe w edukacji i administracji

Zacznijmy od przypomnienia mapy, którą już narysowaliśmy. Nuda uwagowa to załamanie toru koncentracji – zadanie jest albo zbyt łatwe, albo zbyt trudne, więc umysł nie trzyma „ręki na pulsie”. Nuda sensu to z kolei deficyt wartości – nawet poznawczo zoptymalizowane wyzwanie nie niesie żadnej stawki, nie widać, komu służy, co zmienia, jaki ślad po sobie zostawia. Walczymy zatem dwiema dźwigniami naraz: dopasowaniem kognitywnym oraz zakotwiczeniem aksjologicznym. Gdy którekolwiek z nich szwankowało, Kołakowski nazywał to wprost: albo monotonia, albo chaos. A po stronie człowieka – „świat, w którym nic się nie stanie, a jeśli się stanie, będzie wszystko jedno”.

W liceum nuda zaczyna się zwykle od ontologicznego nieporozumienia: nauczyciel wierzy, że skoro przekazał treść, to wydarzyło się uczenie; uczeń czuje, że jedynie przesunęły się slajdy, więc nie wydarzyło się nic. W to pęknięcie wkładamy prosty, choć wymagający protokół. Najpierw ustanawiamy cel, który ma odbiorcę poza murami klasy. Pojęcie „odbiorcy zewnętrznego” jest tu kluczowe: to ktoś, kto nie jest nauczycielem, a komu wręczamy wynik naszej pracy, z którego realnie skorzysta. Gdy poloniści czytają „Dżumę”, zamiast pisać referaty, projektują małe badania mowy publicznej w mieście: jak lokalne instytucje opowiadają o kryzysie, jakich używają metafor, jak konstruują odpowiedzialność. Adresatem staje się biblioteka albo rada młodzieżowa, która publikuje wnioski. Uwaga natychmiast wskakuje na wyższe obroty, bo zadanie jest żywe, a sens wyrasta z faktu, że ktoś poza wystawiającym oceny to czyta i wdraża.

Drugi krok to różnicowanie progu trudności bez upokorzeń. W nauczycielskim żargonie oznacza to, że ten sam trzon zadania ma trzy ścieżki: podstawową, rozwojową i mistrzowską. Nie po to, by tworzyć getta, lecz by każdy mógł odczuć ożywcze napięcie między swoją kompetencją a wyzwaniem, które rodzi przepływ. Wreszcie rytm: lekcja nie jest maratonem ekspozycji, lecz krótką sinusoidą skupienia i oddania głosu. Kiedy na koniec dnia młodzi ludzie pytają: „po co mi to?”, nie zbywamy ich banałem o maturze. Wracamy do odbiorcy zewnętrznego i do stawki. Ktoś użył waszej pracy. To jest właśnie moment, w którym przecinamy nudę sensu.

Na poziomie godziny wychowawczej znakomitym narzędziem bywa „audyt czasu martwego” w szkole. Uczniowie z zegarkiem w ręku liczą, gdzie przecieka im dzień: ile minut tracą w kolejkach do toalet, ile na czekaniu na nauczyciela, ile na wypełnianiu formalności prowadzących donikąd. Następnie rozpisują dwie interwencje możliwe do wdrożenia tu i teraz oraz jedną, która wymaga wsparcia dyrekcji. Nie trzeba wielkich pieniędzy – wystarczy oddać im część odpowiedzialności. Nuda zmienia wektor, bo w miejscu bierności pojawia się realna współwłasność szkoły.

Na uniwersytecie seminarium bywa paradoksalnie najnudniejszą formą życia naukowego, gdyż zamienia badanie w recytację. Odwracamy ten proces, wprowadzając zasadę „głosu, który ma konsekwencje”. Seminarium nie kończy się prezentacją, ale wytworem o oczekiwanym zastosowaniu: metaanalizą potrzebną komisji etyki badań, miniraportem dla wydziału o barierach w studiowaniu dla osób pracujących, rekomendacją cyfrowych standardów cytowania. Wyjaśniam tu kluczową kategorię decyzji, czyli aktu, po którym zmienia się jakaś reguła. Jeśli

Utopia bez nudy: Kołakowski o końcu człowieczeństwa

Pokusa utopii jest wieczna: świat bez konfliktu, bez tarcia, bez trudnych emocji – a przy tym, o ironio, bez nudy. Na takie fantazje Kołakowski miał jedną odpowiedź: to byłby koniec świata ludzkiego. Tam, gdzie wszystko przewidziano, ciekawość umiera, a jej miejsce zajmuje sterylny, martwy spokój. Dlatego wolę

republiki wadliwe, ale tętniące życiem; szkoły z pracą domową, byle sensowną; religie, które nie uciekają od acedii, lecz uczą ją przekuwać w siłę; i państwo, które wzywa obywateli do obowiązków, a nie do wzruszeń nad reżyserowanym spotem.

Jeśli dziś czujesz nudę, uczyń z niej swoje narzędzie, zanim ona uczyni z ciebie narzędzie.

Chroniczna nuda: degradacja zdrowia i więzi społecznych

Nie należy trywializować: nuda nie jest jedynie psychologiczną błahostką, którą można zbyć wzruszeniem ramion. Stanowi ona raczej akcelerator destrukcji: potęguje impulsywność, skłania do ryzykownych zachowań i rozprasza uwagę, co rzutuje na zdrowie publiczne oraz bilans przedsiębiorstwa. Badania jednoznacznie łączą ją z błędami w zawodach wymagających czujności, z ucieczką w substancje psychoaktywne i hazard oraz z erozją zdrowia psychicznego. W pracy zaś staje się cichym sabotażystą, skłaniając do zachowań kontrproduktywnych – od pasywnej rezygnacji po aktywne podważanie sensu podejmowanych działań.

> Nuda, choć powszechna, nie jest uniwersalnym językiem rozpaczy, lecz odzwierciedleniem lokalnych alfabetów sensu. Zamiast uciekać w iluzoryczne pocieszenie, wykorzystajmy ją jako kompas wskazujący brakujące elementy układanki, jako wezwanie do poszukiwania głębszego zaangażowania i autentycznego sensu. Czy w świecie, który nieustannie nas rozprasza, potrafimy usłyszeć cichy szept nudy, który prowadzi nas ku bardziej autentycznemu życiu?

Inspiracje

[1] **"Mini wykłady o maxi sprawach"** Leszek Kołakowski

Polski filozof i historyk idei, najbardziej znany z krytycznej analizy myśli marksistowskiej, zwłaszcza w dziele „Główne nurty marksizmu". Później skupił się na kwestiach religijnych. Wyrzucony z Polski w 1968 roku, był stypendystą All Souls College w Oksfordzie.

*Polish philosopher and historian of ideas, best known for his critical analysis of Marxist thought, particularly in **Main Currents of Marxism**. He later focused on religious questions. Expelled from Poland in 1968, he was a Fellow at All Souls College, Oxford.*

All Souls College, Oxford (formerly University of Warsaw)

Literatura uzupełniająca

Książki

Autorzy przywoływani w artykule:

[1] **"Main Currents of Marxism: Its Rise, Growth, and Dissolution"**

Leszek Kołakowski

1978 | W. W. Norton & Company

[2] **"Modernity on Endless Trial"**

Leszek Kołakowski

1990 | University of Chicago Press

Google Scholar

[3] **"Religion: If There Is No God...: On God, the Devil, Sin, and Other Worries of the So-Called Philosophy of Religion"**

Leszek Kołakowski

1982 | Oxford University Press

[4] **"Why Is There Something Rather Than Nothing?: 23 Questions from Great Philosophers"**

Leszek Kołakowski

2007 | Penguin Books

Literatura pokrewna (Google Scholar):

[5] **"Out of My Skull"**

James Danckert, John D. Eastwood

2020 | Harvard University Press

Google Scholar

[6] **"Evagrius Ponticus: The Praktikos. Chapters on Prayer (Cistercian Studies Series)"**

Evagrius Ponticus

1972 | Cistercian Publications

Google Scholar

[7] **"Acedia and Its Discontents: Metaphysical Boredom in an Empire of Desire"**

R.J. Snell

2015 | Angelico Press

Artykuły naukowe

Autorzy przywoływani:

[1] **"What makes work meaningful - or meaningless?"**

Catherine Bailey, Adrian Madden

2016 | MIT Sloan Management Review

Google Scholar

[2] **"A Perspectival Account of Acedia in the Writings of Kierkegaard"**

Brandon Dahm, Jared Brandt, Derek McAllister

2020 | Religions

Google Scholar

[3] **"The Unengaged Mind: Defining Boredom in Terms of Attention"**

John D. Eastwood, Alexandra Frischen, Mark J. Fenske, Daniel Smilek

2012 | Perspectives on Psychological Science

Google Scholar

[4] **"Trait Boredom as a Lack of Agency: A Theoretical Model and a New Assessment Tool"**

Dana Gorelik, John D. Eastwood, James R. Danckert

2023 | Assessment

[5] **"People are increasingly bored in our digital age"**

Katy Y Y Tam, Michael Inzlicht

2024 | Communications Psychology

Google Scholar

[6] **"Boring thoughts and bored minds: The MAC model of boredom and cognitive engagement"**

Erin C Westgate, Timothy D Wilson

2018 | Psychological Review

Google Scholar

[7] **"A psychologically rich life: Beyond happiness and meaning"**

S Oishi, EC Westgate

2022 | Psychological Review

[8] **"Existential escape of the bored: A review of meaning-regulation processes under boredom"**

Andrew B. Moynihan, Eric R. Igou, Wijnand A. P. van Tilburg

2024 | European Review of Social Psychology

Google Scholar

[9] **"Acedia: Its Evolution from Deadly Sin to Psychiatric Syndrome"**

Mark D. Altschule

1965 | British Journal of Psychiatry

Google Scholar

[10] **"Leading away from God: acedia, believers and the church"**

Lisa Graham McMinn

2025

Google Scholar

[11] **"The Sapphire Light of the Mind: The Skemmata of Evagrius Ponticus"**

William Harmless, Raymond R. Fitzgerald

2001 | Theological Studies

[12] **"Evagrius Ponticus' Rejection of a Magical Understanding of Grace"**

Ariel Guiance

2023

Google Scholar

Artykuły pokrewne (Google Scholar):

[13] **"The Self-Poisoning of the Open Society"**

Leszek Kołakowski

[14] **"What Is Left of Socialism?"**

Leszek Kołakowski

[15] **"Can the Devil Be Saved?"**

Leszek Kołakowski

APA ONE Publishing System

Fundacja Dobre Państwo © 2026

Article ID: 3ef20211-7a9a-428b-bf09-78a6bd8d764e