

Mykola Kozlovets,
Doctor of Sciences (Phylosophy), Professor
Zhytomyr Ivan Franko State University
ORCID:000-0002-5242-912X
mykola.kozlovets@ukr.net

Liudmyla Hutsalo,
PhD in History, Associate Professor,
Zhytomyr Ivan Franko State University,
ORCID:0000-0002-2627-3520
Hutsalo-L@zu.edu.ua

MONASTYCYZM JAKO FENOMEN DUCHOWOŚCI WEWNĘTRZNEJ W WYMIARZE ANTROPOLOGICZNYM I EGZYSTENCJALNYM

Artykuł poświęcony jest filozoficzno-religioznawczej analizie monastycyzmu jako holistycznemu uczeniu duchowemu, łączącemu praktyki ascetyczne, modlitwę wewnętrzną, mistyczną kontemplację i refleksję teologiczną. Monastycyzm jest postrzegany jako szczególnie rodzaj duchowego doświadczenia, którego celem jest radykalna transformacja ludzkiej podmiotowości poprzez proces oczyszczenia serca, skupienia świadomości i intensyfikacji postrzegania sakralnej obecności. Ujawniono istotę monastycznej ascezy jako praktyki duchowej, zorientowanej na przemianę świadomości i osiągnięcie harmonii między wewnętrznym i zewnętrznym wymiarem bytu. Szczególną uwagę zwraca się na zjawisko modlitwy wewnętrznej jako metody uzyskania głębokiej ciszy umysłu, która stwarza warunki do kształtowania mistycznego horyzontu bytu. Ustalono duchowo-praktyczne formy realizacji ideału monastycznego. Ustalono, że monastycyzm nie sprowadza się do indywidualnego mistycyzmu, ale stanowi szczególnie model wspólnoty duchowej, w której ascetyczny styl życia łączy się z służbą etyczną, praktykami kulturotwórczymi, myśleniem teologicznym i tradycją liturgiczną. W wymiarze filozoficznym monastycyzm jest interpretowany jako projekt transformacji ludzkiej egzystencji, mający na celu przewyciężenie fragmentacji i wyobcowania charakterystycznego dla zwykłego doświadczenia. Stan wewnętrznej ciszy jawi się jako ontologiczny warunek osiągnięcia jedności i otwartości na absolutyzowane źródło bytu. Duchowość monastyczna jest opisywana jako przejście od zewnętrznej różnorodności do wewnętrznej prostoty, od dyskursywności do holistycznej wizji, od egocentrycznego doświadczenia do odnowionej struktury podmiotowości, która jest zdolna do współistnienia z transcendencją. Udowodniono, że monastycyzm jest nie tylko odrębnym kierunkiem praktyki duchowej, ale fundamentalną doktryną filozoficzno-antropologiczną, oferującą uniwersalny model duchowego wzrostu, w którym wewnętrzna modlitwa, kontemplacja, powściągliwość moralna i wolność duchowa tworzą holistyczną ścieżkę samostworzenia. To uczenie łączy głębię ontologiczną i praktykę etyczną, co czyni jego jedną z najbardziej pojęciowych tradycji mistyki chrześcijańskiej.

Słowa kluczowe: antropologia religijna, bizancjum, prawosławie, duchowa asceza, ontologia, transcendencja, ideologia, doświadczenie duchowe, doskonałość, osobowość, samotność.

**Микола Козловець, Людмила Гуцало. Чернецтво як феномен внутрішньої
духовності в антропологічному та екзистенційному вимірах**

Стаття присвячена філософсько-релігієзнавчому аналізу чернецтва як цілісного духовного вчення, яке поєднує аскетичні практики, внутрішню молитву, містичне споглядання та богословську рефлексію. Чернецтво розглянуто як специфічний тип духовного досвіду, спрямований на радикальну трансформацію людської суб'єктивності

через процес очищення серця, зосередження свідомості та інтенсифікації сприйняття сакральної присутності. Розкрито сутність чернечої аскези як духовної практики, зорієнтованої на перетворення свідомості та досягнення гармонії між внутрішнім і зовнішнім виміром буття. Особлива увага приділяється феномену внутрішньої молитви як методу набуття глибинної тиші розуму, що створює умови для формування містичного горизонту буття. Встановлено духовно-практичні форми реалізації чернечого ідеалу. Визначено, що чернецтво не зводиться до індивідуального містицизму, а формує особливу модель духовної спільноти, де аскетичний спосіб життя поєднується з етичним служінням, культуротворчими практиками, богословським мисленням і літургійною традицією. У філософському вимірі чернецтво інтерпретується як проект трансформації людського існування, спрямований на подолання роздробленості та відчуженості, характерних для звичайного досвіду. Стан внутрішньої тиші постає як онтологічна умова досягнення єдності та відкритості абсолютизованому джерелу буття. Чернеча духовність описується як рух від зовнішньої багатоманітності до внутрішньої простоти, від дискурсивності до цілісного бачення, від егоцентричного досвіду до оновленої структури суб'єктивності, яка здатна до співбуття з трансцендентним. Доведено, що чернецтво є не лише окремим напрямом духовної практики, а фундаментальним філософсько-антропологічним вченням, що пропонує універсальну модель духовного зростання, де внутрішня молитва, споглядання, моральна стриманість і духовна свобода формують цілісний шлях самотворення. У цьому вченні поєднуються онтологічна глибина й етична практика, що робить його однією з найконцептуальніших традицій християнської містики.

Ключові слова: релігійна антропологія, візантизм, православ'я, духовна аскеза, онтологія, трансцендентність, ідеологія, духовний досвід, досконалість, особистість, усамітнення.

Mykola Kozlovets, Liudmyla Hutsalo. Monasticism as a Phenomenon of Inner Spirituality in Anthropological and Existential Dimensions

The article is devoted to the philosophical and religious analysis of monasticism as a holistic spiritual teaching that combines ascetic practices, inner prayer, mystical contemplation and theological reflection. Monasticism is considered as a specific type of spiritual experience aimed at the radical transformation of human subjectivity through the process of purification of the heart, concentration of consciousness and intensification of the perception of the sacred presence. The essence of monastic asceticism as a spiritual practice oriented towards the transformation of consciousness and achieving harmony between the inner and outer dimensions of being is revealed. Special attention is paid to the phenomenon of inner prayer as a method of acquiring deep silence of the mind, which creates conditions for the formation of the mystical horizon of being. Spiritual and practical forms of realizing the monastic ideal are established. It is determined that monasticism is not reduced to individual mysticism, but forms a special model of spiritual community, where an ascetic lifestyle is combined with ethical service, cultural practices, theological thinking and liturgical tradition. In the philosophical dimension, monasticism is interpreted as a project for the transformation of human existence, aimed at overcoming the fragmentation and alienation characteristic of ordinary experience. The state of inner silence appears as an ontological condition for the attainment of unity and openness to the absolutized source of being. Monastic spirituality is described as a movement from external diversity to internal simplicity, from discursiveness to holistic vision, from egocentric experience to a renewed structure of subjectivity, which is capable of coexistence with the transcendent. It is proven that monasticism is not only a separate direction of spiritual practice, but a fundamental philosophical and anthropological teaching that offers a universal model of spiritual growth, where inner prayer, contemplation, moral restraint and spiritual freedom form a holistic path of self-creation. This teaching combines ontological depth and ethical practice, which makes it one of the most conceptual traditions of Christian mysticism.

Keywords: *religious anthropology, Byzantium, Orthodoxy, spiritual asceticism, ontology, transcendence, ideology, spiritual experience, perfection, personality, solitude.*

Określenie problemu i jego związek z ważnymi zadaniami naukowymi i praktycznymi.

Monastycyzm jako tradycja duchowo-ascetyczna stanowi jedno z najbardziej złożonych i najmniej jednoznacznie interpretowanych zjawisk mistyki chrześcijańskiej. Pomimo znacznej liczby badań teologicznych, historyczno-doktrynalnych i kulturoznawczych, jego treść filozoficzno-antropologiczna, wewnętrzna struktura praktyk duchowych i podstawy ontologiczne są nadal przedmiotem dyskusji. Głównym problemem jest określenie, w jaki sposób hezychastyczna praktyka wewnętrznej ciszy, skupienia świadomości i ciągłej modlitwy tworzy szczególnie rodzaj duchowego doświadczenia, wykraczającego poza tradycyjne kategorie religijne i wymagającego własnego aparatu pojęciowego.

Problematyka wynika również z ambiwalencji zjawiska hezychastycznego: z jednej strony hezychazm pojawia się jako tradycja mistyczna o czysto religijnym charakterze, a drugiej jako antropologia filozoficzna zorientowana na transformację struktury podmiotu ludzkiego i jego wewnętrznego świata. To właśnie ta dwoistość, duchowo-praktyczna, a jednocześnie ontologiczno-filozoficzna, utrudnia jej interpretację i wymaga zintegrowanych badań, które łączyłyby podejścia religioznawcze, filozoficzne, antropologiczne i psychologiczne.

Dodatkowej aktualności problemu nadaje fakt, że hezychazm nie sprowadza się do historycznie zlokalizowanej praktyki, ale jest uniwersalnym modelem duchowej transformacji, który opiera się na wewnętrznej pracy nad świadomością, przewyciężaniu duchowego rozdrobnienia i uzyskaniu stanu całości. Jednocześnie dyskurs naukowy wciąż nie wypracował całościowego zrozumienia, w jaki sposób wewnętrzną modlitwę, ciszę umysłu i ascetyczną samodyscyplinę można opisać w kategoriach antropologii filozoficznej i czy można je uznać za formę fenomenologii wewnętrznego doświadczenia.

Analiza badań i publikacji podstawowych. Problematyka monastycyzmu ma długą historię badań w literaturze teologicznej, filozoficznej, religioznawczej i kulturoznawczej, jednak jej konceptualne opracowanie pozostaje fragmentarycznym. Najbardziej rozwiniętym aspektem jest tradycyjnie element dogmatyczno-teologiczny, w ramach którego podejmowano próby usystematyzowania doktryny hezychastycznej, analizy jej miejsca w chrześcijańskiej tradycji duchowej, zrozumienia sporów teologicznych, które towarzyszyły powstaniu doktryny wewnętrznej modlitwy i uczenia o ubóstwie.

Znaczną uwagę przyciągała również historyczno-doktrynalna rekonstrukcja dziedzictwa hezychastycznego, ukierunkowana na badanie powstawania praktyk ascetycznych, rozwoju monastycznych form organizacji i przekazywania literatury patrystycznej. Badano liturgiczne cechy praktyki, symboliczną strukturę modlitwy, specyfikę duchowego kierownictwa, a także recepcję tradycji hezychastycznej w różnych środowiskach kulturowo-religijnych.

Filozoficzny wymiar hezychazmu, pomimo indywidualnych prób jego interpretacji, do tej pory nie uzyskał wystarczającej konceptualizacji systemowej. Poza wystarczającą uwagę pozostaje kwestia wewnętrznej struktury doświadczenia hezychastycznego, jego ontologicznych podstaw, antropologii kordocentrycznej, mechanizmów tworzenia mistycznej „wizji” i fenomenologii ciszy jako szczególnego stanu świadomości. Niedostatecznie rozwinięty pozostaje również aksjologiczny aspekt hezychazmu, w szczególności sposób, w jaki jego duchowe praktyki kształtują paradygmat etyczny, strukturę podmiotowości i model duchowego samozgłębienia.

We współczesnym dyskursie naukowym wciąż wyczuwalna jest fragmentaryczność podejść interdyscyplinarnych: istniejące badania często koncentrują się na odrębnych liniach, teologicznych, historycznych lub psychoduchowych, bez oferowania integralnego modelu analizy fenomenu. Wymaga pogłębienia i zbadania mistycyzmu hezychastycznego w kontekście współczesnej antropologii filozoficznej, fenomenologii religii, psychologii duchowości i etyki doświadczeń wewnętrznych.

Prezentacja głównego materiału i uzasadnienie uzyskanych wyników naukowych. Tradycja prawosławna pojawiła się w kulturze ukraińskiej nie tylko jako system wiary lub obrzędowości, ale

jako strukturalnie tworzący duchowy uniwersum, który zintegrował archetypowe głębokie warstwy mentalności i stał się podstawą formowania się ukraińskiej jaźni kulturowo-egzystencjalnej. To właśnie w prawosławiu odbyła się konstytucja tych symbolicznych form, które nakreśliły horyzont tożsamości narodowej, modele pamięci zbiorowej, wyobrażenia o człowieku i wspólnocie, duchową hierarchię wartości. Przyjęcie chrześcijaństwa Bizantyjskiego, które na zewnątrz wygląda jak historycznie uwarunkowany akt polityczno-kulturowy, w rzeczywistości miało charakter głębokiego przejścia światopoglądowego od pogańskiej religijności kosmicznej do personalistycznej antropologii chrześcijańskiej.

Starożytna rusińska świadomość religijna okazała się wystarczająco dojrzała, aby przyjąć monoteistyczny transcendentálny Absolut, który w warunkach istniejących kosmogonicznych wyobrażeń wymagał całościowego przemyślenia wszechświata, miejsca człowieka i natury sakralnej. Fakt, że bizantyjski model chrześcijaństwa został zintegrowany bez znaczących konfliktów kulturowych, wynika z otwartości tradycji wschodniochrześcijańskiej na lokalne formy etnokulturowe: jej symboliczna struktura nie zniszczyła autochtonicznych archetypów, ale włączyła je do szerszego uniwersalistycznego horyzontu [5, c. 93]. W tym sensie prawosławie stało się nie tylko mediatorem religijnym, ale także antropologicznym, formą kultury, która wyznaczała granice tego, co dopuszczalne, pożądane i duchowo znaczące.

Ponieważ Kościół Bizantyjski przez prawie półtora tysiąclecia był centrum duchowo-ontologicznej refleksji cywilizacji prawosławnej, "bizantynizm" stał się nie tylko zbiorem norm liturgicznych lub kanonicznych, ale szczególnym rodzajem myślenia kulturowo-duchowego. Wpłynął nie tylko na praktykę kościelną Rusi-Ukrainy, ale także na strukturę światopoglądu, na tryby postrzegania czasu i historii, na fenomenologię doświadczenia sakralnego. Współdziałając z autochtonicznymi pojęciami sakralności, paradygmat bizantyjski stał się podstawą do kształtowania ukraińskiej wersji prawosławnego światopoglądu, w którym pojęcia "ukrainiec" i "prawosławny" zaczęły funkcjonować jako synkretyczne kategorie tożsamości kulturowej [9].

Autonomiczna w funkcjonowaniu w ramach patriarchatu Konstantynopola ukraińska tradycja kościelna rozwinęła swoisty typ kultury eklezjalnej, która opierała się na takich zasadach, jak soborowość, jakościowo różniąca się od zachodniego racjonalistycznego indywidualizmu; pociąg apostołski jako forma historycznej samoidentyfikacji; dystansowanie się od władzy świeckiej jako aksjomatyczna zasada wolności bytu kościelnego; dydaktyczność jako forma intelektualno-duchowego drutu; tolerancja jako przejaw antropologicznej otwartości. Wszystko to ukształtowało swoisty ontologiczny typ ukraińskiego prawosławia nie tylko zjawiska religijnego, ale także zjawiska antropologii kulturowej.

Rozprzestrzenianie się hezychazmu w ukraińskiej przestrzeni duchowej było świadectwem głębokiej wewnętrznej potrzeby kultury w doświadczeniu wewnętrznego skupienia, w intencji "oczyszczenia serca" i mistycznego poznania Boga. Tradycja hezychastów, importowana poprzez kontakty monastyczne athos-bułgarskie, znalazła w Ławrze Pieczerskiej sprzyjające środowisko do rozwoju. Wspomniane w liście archimandryty Dositheusa praktyki modlitwy Jezusowej, milczenia, „inteligentnego działania” otworzyły przestrzeń do kształtowania szczególnego rodzaju podmiotowości duchowej-podmiotowości zorientowanej na wewnętrzną transformację, przewyciężenie namiętności psychicznych i uzyskanie integralności ontologicznej [10].

Dlatego Kijowsko-Pieczerska tradycja monastycyzmu, ustanowiona przez mnicha Teodozjusza w X-XI wieku, ukształtowała model życia duchowego, który łączył ascezę, pracowitość, służbę innym i praktyki kulturalne od przepisywania ksiąg po kronikę. W tych procesach wyrzeczenia pełniła nie tylko funkcję doskonalenia moralnego i etycznego, ale także funkcję dyscypliny ontologicznej mającej na celu ukształtowanie pewnego rodzaju antropologii duchowej, w ramach której osoba ludzka była uważana za zdolną do deifikacji poprzez oczyszczenie i wewnętrzną pracę.

Wpływ hezychazmu można również prześledzić w sferze edukacyjnej: kształtowanie się ukraińskiej tradycji duchowo-intelektualnej jest nierozdzielnie związane z kulturowo-cywilizacyjnym gestem księcia Włodzimierza Wielkiego. Reforma edukacyjna Włodzimierza była nie tyle decyzją administracyjną, ile transformacją ontologiczną poprzez wprowadzenie nowego

sposobu myślenia kulturowego opartego na antropologii chrześcijańskiej [1, c. 15]. Tworzenie szkół, tworzenie wielojęzycznej wykształconej elity, wprowadzenie greckojęzycznej książki wszystko to odzwierciedlało powstanie nowego typu duchowości, zorientowanej na tekst, znaczenie, logos, a nie tylko na obrzęd czy zwyczaj.

"Dioptra" Filipa Monotropa zajęła ważne miejsce w recepcji myśli hezychastycznej, ponieważ oferowała nie tylko ascetyczną technikę, ale także rozbudowany model antropologiczny, w ramach którego ludzką podmiotowość rozumiano jako wewnętrznie podzieloną, ale powołaną do całości [3, c. 79]. "Dusza-władczyni" i "ciało-służąca" w strukturze tekstu nie stanowią dualistycznej opozycji, ale dynamiczne bieguny jednej ludzkiej natury, która jest w trakcie tworzenia. Takie podejście jest zgodne z bizantyjskim neoplatonizmem i hezychastyczną koncepcją "oczyszczenia serca", w której wewnętrzny konflikt nie jest oznaką zepsucia, ale strukturalną przesłanką duchowego wzrostu. W ten sposób "dioptra" wprowadzała ukraińskiego czytelnika w przestrzeń wschodniochrześcijańskiej ascetyki filozoficznej, gdzie samowiedza jest postrzegana jako droga powrotu do pierwotnej harmonii ontologicznej.

Rozpowszechnienie tego dzieła w ukraińskich przestrzeniach świadczy o tym, że kultura duchowa Rusi-Ukrainy zmierzała w kierunku pogłębienia wewnętrznego, intymnego i osobistego wymiaru doświadczenia religijnego. To właśnie ta intencja do "życia wewnętrznego", nieodłącznie związana z tradycją hezychastyczną, okazała się bliska mentalności Ukraińców, dla których charakterystyczny jest kordocentryzm – skłonność do doświadczania świata przez serce jako centrum wiedzy duchowej [13]. Ukraiński typ religijności dążył do integracji doświadczeń emocjonalno-zmysłowych, intuicyjnych i bezpośrednio egzystencjalnych, co stworzyło korzystny grunt dla postrzegania hezychastycznych koncepcji oczyszczenia myśli, wewnętrznej koncentracji i nieustannej modlitwy.

Ta psycho-i duchowo-antropologiczna otwartość doprowadziła do tego, że idee hezychazmu nie tylko zostały włączone do życia kościelnego, ale także stały się składnikiem szerszego paradygmatu kulturowo-duchowego. Ukraińska duchowość przez wieki zachowywała priorytet nie racjonalno-teoretycznej, a mianowicie wiedzy doświadczałnej, co czyni ją bliższą tradycyjnej mistyce chrześcijańskiej niż logoscentrycznej scholastyce zachodniej. W tym sensie kultura ukraińska nie dążyła do transformacji świata zewnętrznego, ale do samodoskonalenia człowieka, do kształtowania wewnętrznej integralności, do osiągnięcia harmonii między duchowym a cielesnym. Dlatego religia, moralność i sztuka stały się wiodącymi formami duchowej ekspresji Ukraińców, podczas gdy nauki racjonalnego typu są drugorzędne w stosunku do etosu serca.

Na tym tle nie jest zaskakujące, że praktyki religijne „uświęcania życia” błogosławieństwa życia codziennego, wydarzeń rodzinnych, cykli życia poprzez tradycje bizantyjskiego brewiarza stały się długotrwałym elementem ukraińskiej kultury duchowej. Idea sakralizacji życia codziennego, głęboko zakorzeniona w tradycji prawosławnej, nabrała na Ukrainie szczególnej formy: wiara nie była uważana za sferę odrębnej działalności religijnej, ale za sposób istnienia, przenikający życie, pracę, relacje pokrewieństwa, relacje z naturą [11].

W swoim historycznym rozwoju Kościół Prawosławny na Ukrainie zachował wysoki poziom autonomii-liturgicznej, teologicznej, językowej i kulturowej. Wprowadzenie języka staroukraińskiego (starosłowiańskiego) do użytku liturgicznego i muzycznego, przeprowadzonego przez Cyryla i Metodego i wspieranego przez ukraińskich uczonych w piśmie, przyczyniło się nie tylko do rozpowszechnienia wiedzy chrześcijańskiej, ale także do powstania tożsamości językowej, dzięki której sakralne słowo zyskało specyficzne brzmienie narodowe. Stało się to podstawą dalszego kształtowania ukraińskiej tradycji duchowej i książkowej.

Metropolia Kijowska, znajdująca się pod jurysdykcją Konstantynopola, była otwarta na intelektualne impulsy z Bizancjum, więc idee hezychazmu przenikały do ukraińskiego środowiska kościelnego nie tylko poprzez pojedyncze dzieła, ale także poprzez ogólną atmosferę życia duchowego. Rola metropolity Teognosta była szczególnie znacząca: jako Grek z pochodzenia i człowiek z duchowej szkoły Athos, przyczynił się do zakorzenienia etosu hezychastycznego na ziemiach ukraińskich, w szczególności w regionie Wołyńskim.

Rozprzestrzenianie się hezychazmu na Ukrainie w XIV-XVI wieku przejawiało się przede wszystkim w tłumaczeniu i rozpowszechnianiu korpusu literatury patrystycznej. Wzrost zainteresowania dziełami chrześcijańskich neoplatonistów, Jana z Synaju, Izaaka Syryna, Symeona nowego Teologa, Hesychiusza z Synaju, Maksyma Wyznawcy, Pseudo-Dionizego Areopagita, świadczy o tym, że ukraińska kultura duchowa wchodziła w kontekst filozoficzno-mistycznego dyskursu charakterystycznego dla chrześcijańskiego Wschodu [8].

Tak więc ukraińska recepcja hezychazmu nie była mechanicznym przeniesieniem praktyk bizantyjskich, ale procesem głębokiej integracji kulturowej i fenomenologicznej reinterpretacji, w wyniku której hezychazm stał się organicznym elementem ukraińskiej duchowości. Rozprzestrzenianie się hezychazmu na terytorium mitropolii Kijowskiej w XIV-XV wieku było nierozdzielnie związane z działalnością wielu wybitnych postaci kościelnych, którzy występowali nie tylko jako nosiciele tradycji monastycznej, ale także jako tłumacze filozoficzno-ascetycznego światopoglądu Wschodu. Metropolita Kuprijan (ok. 1330–1406), uformowany w duchowym środowisku Bułgarii, Konstantynopola i Athos, stał się jednym z kluczowych pośredników między bizantyjskim hezychazmem a ukraińską sferą mentalno-kulturową. Jego działalność nie ograniczała się do spraw liturgicznych: miała charakter głęboko intelektualny. Przywiezione przez niego serbskie i bułgarskie korpusy teologiczne zawierały teksty polecane przez mistrzów hezychastów jako narzędzia duchowego samokształcenia i kultu. Praca tłumaczeniowa i kopiująca, którą zainicjował Kuprijan, świadczyła o tym, że ukraińska duchowość stopniowo wkraczała w szeroką przestrzeń wschodniochrześcijańskiej ascetyki.

Jeszcze większy wpływ ideologiczny wywarł Metropolita Grigorij Camblak (1364–1426) – wybitny przedstawiciel bułgarsko-bizantyjskiego środowiska intelektualnego i uczeń patriarchy Eutymiusza. Dzieła Camblaka, w szczególności "słowo pochwały dla Eutymiusza Tyrnowskiego", "Opowieść o przeniesieniu relikwii św. Paraskewy" i "Życie Stefana Dechańskiego", stanowiły holistyczny system pedagogiki duchowej, w którym hezychastyczne doświadczenie wewnętrznej koncentracji przedstawiało jako dominujący sposób chrześcijańskiego samopoznania [3, c. 200]. Dzieła te, nasycone motywami ontologicznymi, opisami wewnętrznego działania łaski i filozoficznymi dysputami serbskich mnichów z XIV wieku, ukształtowały w środowisku ukraińskim specyficzny typ myślenia religijno-praktycznego, który skupiał się nie na kulcie zewnętrznym, ale na wewnętrznej transformacji ludzkiej natury.

W XV-XVI wieku hezychazm stopniowo stał się elementem ukraińskiej kultury religijnej, wpływając na religijno-konserwatywne kręgi intelektualne, ostrogskich uczonych w piśmiectwie tradycjonalistów, Iwana Wyszeńskiego, Hioba Kniaginickiego, później Paisija Welickowskiego, a nawet myślicieli o wyraźnie filozoficznym światopoglądzie, takich jak Hryhorij Skoworoda i Pamfil Jurkiewicz. Wpływ ten nie był przypadkowy: ukraińska duchowość zawsze była wrażliwa na te formy wiedzy religijnej, które kładą nacisk na wewnętrzną wolność, serdeczną samowiedzę i osobiste poszukiwania egzystencjalne, czyli na to, co stanowi istotę doświadczenia hezychastycznego.

Athos jako centrum prawosławnej ascezy i praktyki hezychastycznej odegrał kluczową rolę w życiu duchowym świata prawosławnego. Jego wpływ na Bałkany, Kaukaz, Europę Środkowo-Wschodnią, a zwłaszcza Ruś-Ukrainę, determinował nie tylko świadomość religijną, ale także kulturę polityczną, ponieważ hezychazm tworzył rodzaj ascetycznego przywództwa, w którym władza była postrzegana jako służba, a nie dominacja. Dlatego pielgrzymki ukraińskich mnichów na Athos w XIV-XVI wieku, ich powrót z nowymi tłumaczeniami dzieł patrystycznych, traktatami Grzegorza Palamy, Nila Kawasili i innymi tekstami ascetycznymi przyczyniły się do powstania pewnego rodzaju intelektualnego „energicznego kręgu” między Athosem a metropolią Kijowską, dzięki któremu upadek po najeździe mongolskim został zrekompensowany duchową odnową.

Mnisi z Athos aktywnie przyłączyli się do przywrócenia ukraińskiego życia monastycznego, przekazując techniki modlitwy, nauki o "oczyszczeniu umysłu", schemat duchowej samokontroli i wewnętrzne działanie łaski. W tym sensie Athos stał się nie tylko geograficzną lokalizacją wyrzeczenia, ale także symbolem transcendentalnej pionu, łączącej to, co ziemskie i niebiańskie, człowieka i Absolut [12].

Ciekawą i mało zbadaną stroną jest wsparcie finansowe książąt kijoworusińskich i świeckich dla klasztorów Athos. Darowizny, które mnisi Athos zbierali na ziemiach ukraińskich, zapewniały materialną podstawę do istnienia klasztorów, które cierpiały z powodu presji podatkowej Imperium Osmańskiego. W ten sposób społeczność ukraińska przyłączyła się do zachowania duchowej autonomii Athos, który w środowisku dominacji Islamskiej przekształcił się w rodzaj "duchowej cytadeli" chrześcijaństwa. To pokazuje, że duchowa wymiana między Afonem a Ukrainą miała charakter dwustronny: nie tylko Afon dawał Ukraińcom duchowość, ale także Ukraińcy chronili Afon jako świętą przestrzeń wszechprawosławnej wagi.

Szczególną rolę w podtrzymywaniu tradycji afońskich odegrała Wołyń. W XVI wieku miasto Ostrog stało się centrum interakcji między ukraińską, grecką i Athoską tradycją monastyczno-ascetyczną. Tutaj, dzięki księciu Wasilijowi-Konstantinowi Ostrogskiemu, Akademia Ostrogska stała się pierwszym ośrodkiem pełnoprawnej systemowej edukacji chrześcijańsko-humanitarnej. Akademia łączyła słowiańsko-grecko-łacińską naukę z duchowością prawosławną, co czyniło ją wyjątkowym zjawiskiem w krajobrazie kulturowym Europy Wschodniej.

To właśnie w Ostrogu powstało środowisko intelektualne, które utrzymywało aktywne kontakty z Athosem. Nauczali tu Cyryl Lukaris, Nikifor Kantakuzen i inni działacze związani z konstantynopolitańskim kręgiem duchowym. Pracowali tu Hiob Kniażnicki i Kuprijan Ostrożanin, którzy później zostali mnichami z Athos. Do tego środowiska należał również Iwan Wszeński, jeden z najbardziej oryginalnych ukraińskich pisarzy duchowych, którego monastycyzm Athos ukształtował jego ascetyczną filozofię.

Założenie drukarni w Ostrogu miało nie tylko znaczenie kulturowo-edukacyjne, ale także głębokie hezychastyczne: czyniło ono teksty tradycji ascetycznej dostępnymi dla szerokich kręgów ukraińskich czytelników. Książka przekazana przez księcia Ostrogskiego z dziełami Palamy i Kawasili stała się kluczowa dla rozpowszechnienia teologii palamickiej w regionie.

Nowy etap ewolucji tradycji hezychastycznej na ziemiach ukraińskich po upadku Rusi Kijowskiej był spowodowany silnym wpływem południowo-słowiańskiego odrodzenia duchowego i intelektualnego wzrostu, który historiografia określa jako "odrodzenie hezychastyczne" XIV–XV wieku. proces ten miał nie tylko znaczenie teologiczne, ale także kulturowo-cywilizacyjne: przyczynił się do powstania nowej jakości starożytnej kultury ukraińskiej, literatury i sztuki chrześcijańskiej, określając ich ontologiczną i aksjologiczną orientację.

W XVI wieku Wołyń, przede wszystkim Ostrog i Łuck, pojawia się jako kluczowy region duchowo-kulturowej recepcji hezychazmu i intensywnego dialogu z Athosem. To tutaj, w środowisku Ostrogskiego kręgu uczonych w piśmie i monastycyzmu, w przeddzień Unii Berestejskiej miała miejsce głęboka integracja tradycji Athoskiej ascetycznej w struktury życia społecznego i kościelnego. Okres ten można określić jako "ukraińskie odrodzenie hezychastyczne" końca XVI – początku XVII wieku, ponieważ właśnie wtedy hezychazm staje się systemowym czynnikiem odnowy ukraińskiego prawosławia.

Jednym z najbardziej znanych afonitów ukraińskiego pochodzenia był starzec Iwan Wszeński – postać, w której asceza Athoska przybrała formę filozoficzno-polemicznego światopoglądu. Wszeński, po prawie czterech dekadach życia na świętej górze, przeniósł na Ukrainę nie tylko doświadczenie monastyczne, ale także głęboką intelektualną tradycję duchowego oporu i moralnego oczyszczenia. Jego dzieła polemiczne stały się podstawą nowego gatunku ukraińskiej literatury duchowej, który kładł nacisk na wewnętrzne oczyszczenie Kościoła i powrót do pierwotnej prostoty Apostolskiej [6, c. 140]. To nie był tylko kierunek literacki – była to próba stworzenia nowego rodzaju podmiotowości chrześcijańskiej.

W ścisłej współpracy z Wszeńskim działał hieroschimnich Hiob (Kniażnicki), założyciel Maniawskiej pustelni, który stał się ukraińskim odpowiednikiem życia monastycznego Athoskiego. Pustelnia Maniawska przekształciła się w sieć duchową, która zjednoczyła dziesiątki klasztorów i pustelni Zachodniej Ukrainy, ustanawiając precedens dla rozwoju lokalnej, ale głęboko zakorzenionej w powszechnej tradycji "geografii hezychast" ukraińskiego monastycyzmu.

Odbudowa klasztoru Poczajowskiego przez Hioba Żelaznego była kontynuacją tego procesu ucieleśnieniem duchowości Athoskiej w lokalnej tradycji [7, c. 85–87].

W XVI–XVII wieku monastycyzm Athos odegrał wyjątkową rolę w zachowaniu i odnowie prawosławia na Ukrainie. To właśnie duchowe impulsy Athos przyczyniły się do reformy klasztorów, ożywienia działalności literackiej, artystycznej, estetycznej i muzycznej, rozwoju tradycji polemicznej, a także mobilizacji ukraińskich Kozaków do udziału w obronie Kościoła. Kozacy z kolei twórczo zinterpretowali tradycję monastyczną: ukształtował się swoisty model "kozackiej pobożności", który obejmował braterstwo, przestrzeganie ślubów, czczenie Bogurodzicy jako Niebiańskiej Patronki, tworzenie własnych pustelni, udział w pielgrzymkach, przyjmowanie mnichów przez poszczególnych kozaków. Była to wyjątkowa synteza: etos monastyczny i kodeks wojskowy tworzyły duchowo-moralny rdzeń tożsamości kozackiej.

Szczególną wagę w tym kontekście nabiera zasnowany na Athosie ukraińskim starzcem Paisijem Welyczkowskim "małorosyjska" pustelnia Ilinska, która stała się ikonicznym zjawiskiem nie tylko w historii słowiańskiego monastycyzmu na świętej górze, ale także w ogólnej strukturze bractwa monastycznego Athos XVIII wieku. W pustelni Ilinskiej nastąpiło przywrócenie i twórcza asymilacja tradycji starzości i hezychazmu, powstała własna szkoła duchowa, która przekształciła klasztor w ważne ognisko duchowości, oświecenia i książki, którego wpływ odczuwano daleko poza Athos – na Ukrainie, ziemiach rumuńsko-mołdawskich, na Bałkanach i w Grecji. Później pustelnia stała się również duchowym i kulturalnym centrum ukraińskiej emigracji kozackiej XVIII wieku, nabierając wyrazistych cech "małorosyjskiego" klasztoru, w którym znaczną część bractwa stanowili byli Kozacy zaporozcy z Zadunajskiej Siczy i Kubania [7].

Pomimo konfliktów zbrojnych i niestabilności politycznej drugiej połowy XVII–XVIII wieku, które towarzyszyły istnieniu państwowości kozacko-hetmańskiej, więzi duchowo-kulturowe między ukraińskim monastycyzmem, kozactwem i Athosem nie tylko nie są przerywane, ale nabierają nowej dynamiki. Ważną formą tej syntezy była współpraca w dziedzinie ksiąg w XVII–XVIII wieku na zamówienie klasztorów Athos w ukraińskich drukarniach klasztornych wydawano książki liturgiczne i teologiczne, które były przekazywane na Athos do użytku liturgicznego i duchowo-intelektualnego. Szczególną rolę w tym procesie odegrała ukraińska starszyna Kozacka, która postrzegała materialne wsparcie athoskich siedzib jako integralny element własnego statusu i duchowego powołania. Jak świadczą listy pamięci, wśród ktytorów, donatorów i ofiarodawców klasztorów athoskich w tym czasie było wielu ukraińskich getmanów i przedstawicieli szlachetnej warstwy kozackiej.

Do wzmocnienia kontaktów ukraińsko-athoskich przyczyniło się również pojawienie się w XVIII wieku nowych ukraińskich komórek zakonnych na Athos, założonych przy wsparciu Kozaków. Ożywiło to wymianę duchowo-kulturową, wzmocniło autorytet Athosa w ukraińskiej świadomości religijnej, pobudziło cyrkulację modeli duchowych, teologicznych, artystycznych i liturgicznych. Jednocześnie upadek ukraińskich komórek monastycznych na górze Athos był związany z wydarzeniami Greckiej rewolucji narodowo-wyzwoleńczej w latach 1821–1829, w wyniku której wiele ukraińskich pustelni i klasztorów zostało spustoszonych i zamkniętych; ich pełne odrodzenie nigdy się nie wydarzyło.

W tym kontekście szczególnie wymowna jest interpretacja ukraińskiej pobożności w pracy N. Kostomarowa "Księga bytu narodu ukraińskiego". Analizując narodowy model pobożności, badacz podkreśla, że w epoce moralnego i kulturowego kryzysu realizmu Europejskiego XIX wieku, kiedy zsekularyzowana "pseudokultura" dała początek duchowej dzikości, to prawosławna Ukraina, która "zawsze trzymała się prawa Bożego", zachowała potencjał duchowej odnowy Europy. Ukraińskie kozactwo, kultywujące ideały równości, braterstwa i wysokich cnót moralno-estetycznych, wraz ze sprawiedliwymi mnichami-hezychastami tworzyło, według Kostomarowa, duchowe jądro tożsamości narodowej [2, c. 7]. Do tego rdzenia zalicza również wychowanków szkół braterskich i Akademii Kijowsko-Pieczerskiej, postrzegając w nich nosicieli mądrości hezychastycznej i pobożności ukraińskiej.

Ukraiński hezychazm XVIII–XIX wieku reprezentowany jest przez trzy podstawowe formy pobożności: Ławrską, Afonską i Podolsko-akademicką. Forma ławr związana z statutem Studyckim

przejawiała się w anachoretizmie, pustelnictwie, praktykowaniu ciągłej modlitwy Jezusowej jako sposobu na osiągnięcie mistycznego stanu wewnętrznego skupienia. Pierwszą hezychastyczną pustynią studycką z pustelnikami Peczerskimi założył Piotr Mogila w lesie Golosejewskim, co symbolicznie kontynuowało tradycję Kijowsko-Peczerską "lokalnego Athos". Żywoty mnichów hezychastów z Kijowa, takich jak Hryhorij-towarzysz, który według legendy był podnoszony podczas modlitwy, pokazują, jak głęboko zakorzeniony w tradycji Kijowskiej jest mistyczny model doświadczenia ascetycznego.

Druga fala hezychazmu kijowskiego wiąże się z działalnością metropolity Filareta, który będąc w bliskim duchowym związku z tradycją pustyni Optyńskiej, spadkobiercą szkoły paisijskiej, potajemnie przyjął schemat i dokonał ascetycznego wyczynu Hezychasta, łącząc posługę arcybiskupską z praktyką wewnętrzną modlitwy, dobroczynności, służby biednym i pokrzywdzonym. Wśród kijowskich ascetów epoki ukraińskiego baroku i późniejszych czasów wymienieni są hieromnisi Parteniusz, Teofil, Wassian, Hiob, o. Aleksey-wszystkie oni tworzyli specyficzny typ "mistycznej służby", w której konturowanie nie przeciwstawiało się duszpasterstwu [4].

Wśród ukraińskich teologów, filozofów, działaczy społecznych i muzyków epoki baroku warto wyróżnić postacie Paisia Weliczkowskiego, Wasilija Grygorowicza-Barskiego, Hryhorija Skoworody, protopiereusza katedry Sofijskiej Jana Lewandy i Artemiusza Wedela. Każdy z nich w swój sposób dokonał twórczego przyswojenia tradycji hesychastycznej. Tak więc Artemiusz Wedel, według świadectwa badacza W. Askoczenskigo, był w ciągłym stanie modlitwy, znał Psalterz na pamięć, słuchał wyłącznie muzyki duchowej i często płakał podczas wewnętrznego oczyszczenia duszy. Społeczność kijowska czciła go już za życia jako sprawiedliwego, w którym artystyczny geniusz łączył się z głęboką ascetyczną duchowością.

Jeszcze jednym rodzajem ukraińskiej pobożności, który wyróżnia A. Makarow, była pobożność "chutorowa", powszechna wśród społeczności kijowskiej XVIII–XIX wieku. Jej nosiciele świadomie odmówili miejskich udogodnień, przenieśli się na chutor Kureniwka, gdzie prowadząc proste życie gospodarcze wraz z Kozakami–strażnikami granicy, kultywowali chrześcijańską pracę, ciszę, modlitwę i duchową koncentrację. Chutor Kureniwka stał się dla nich symbolicznym środowiskiem, w którym asceza łączyła się z braterską pracą i duchowym poszukiwaniem. Ten styl życia znalazł odzwierciedlenie w dziełach Hryhorija Skoworody, Mikołaja Kostomarowa, w tekstach "chutorowych" Tarasa Szewczenki, a także w dziedzictwie Pantelejmona Kulisa. W ten sposób etos hezychastyczny organicznie wszedł do kulturowego kodu ukraińskiej literatury i filozofii społecznej.

Tak więc w pobożności chujtorowej barokowej Ukrainy harmonijnie połączyły się trzy źródła duchowości: starożytna klasztorna "święta bieda", bractwo kozackie oparte na wolnej pracy na ziemi oraz akademicka mądrość chrześcijańska z jej ideałami bezsrebrnictwa, powściągliwości i "zdobywania darów Ducha Świętego" [4, c. 110]. Ta synteza ukształtowała nowy model ukraińskiego doświadczenia religijnego, w którym osobista praca duchowa była nierozzerwalnie związana z etyczną służbą wspólnocie.

Nauczanie i duchowa praktyka hezychazmu wywarły zatem głęboki wpływ na prawosławną myśl teologiczną i ogólnie na ukraińską duchowość. Hezychaci łączyli ascetyczne odosobnienie z aktywną walką o czystość wiary, wewnętrzną dyscyplinę z odpowiedzialnością wobec świata, modlitwę z twórczością duchową. Rezultatem takiej syntezy był szczególnie rodzaj światopoglądu, w którym mistyczna kontemplacja przechodziła w działanie etyczne, a duchowe oczyszczenie w zdolność do refleksji teologicznej i tworzenia kultury. Z wielkości, jaką osiąga ludzkie serce w doświadczeniu żywej komunii z Bogiem, narodziła się nowa odpowiedzialność za świat, śmiałość myśli i głębia religijno-filozoficznej wizji – te cechy, które ukształtowały ukraińską ścieżkę duchową.

Wnioski i perspektywy dalszych badań. Monastycyzm jest całościową tradycją duchowo-antropologiczną, łączącą dyscyplinę ascetyczną, modlitwę wewnętrzną, praktykę kontemplacyjną i specyficzną formę doświadczenia mistycznego. Centralnym elementem uczenia hezychastycznego jest skupienie się na wewnętrznej ciszy i oczyszczeniu serca, co zapewnia przejście od rozdrobnionej, fragmentarycznej struktury świadomości do stanu duchowej całości i harmonii ontologicznej. Hezychazm pokazuje wyjątkowy sposób rozumienia ludzkiej natury. Z jednej strony pojawia się jako

duchowa praktyka mająca na celu przekształcenie psychicznych i cielesnych sił człowieka; z drugiej strony, jako model antropologiczny, oferujący holistyczną wizję człowieka w jego dzieleniu się z transcendentnym. W tradycji modlitwy wewnętrznej powstaje koncepcja "antropologii serca", w ramach której wewnętrzne skupienie jest postrzegane jako metoda przywrócenia pierwotnej głębi ludzkiego bytu. Wykazano, że praktyki hezychastycznej nie można sprowadzić jedynie do doświadczenia mistycznego lub do techniki religijnej. Stanowi wielowymiarowy paradygmat duchowy, który integruje medytacyjne formy samoleczenia, powściągliwość moralną, ascetyczną samodyscyplinę i specyficzne nastawienie etyczne. Ten paradygmat może tworzyć trwałe wspólnoty duchowe, które łączą wymiar kontemplacyjny z działalnością intelektualną, kulturową i edukacyjną. Hezychazm pojawia się nie tylko jako składnik tradycji mistyki chrześcijańskiej, ale jako koncepcja filozoficzno-antropologiczna, która zapewnia człowiekowi narzędzia duchowej integracji i samorealizacji. Zachowuje znaczenie we współczesnym dyskursie humanitarnym, ponieważ oferuje głęboki model interakcji człowieka z transcendentnym, a jednocześnie wyznacza ścieżkę kształtowania wewnętrznej wolności, całości i duchowej dojrzałości.

Wykazwykorzystanych źródeł i literatury

1. Біднов В. О. Церковні справи на Україні. Тарнів: Видавництво «Українська Автокефальна Церква», 1921, 47 с.
2. Костомаров М. І. Книга буття українського народу. [Б. м. : б. и., 2015]. 23 с.
3. Крالیук П. М., Якубович М. М. Василь Суразький: апологія православної традиції. Острого: Видавництво Національного університету «Острозька академія», 2011. 212 с.
4. Макаров А. М. Барокові корені київського благочестя. *Духовний світ бароко. Збірник статей*. 1997. С. 105–112.
5. Огієнко І. Українське монашество [Упоряд., авт. іст.–біогр. нарису та коментарів М. С. Тимошик]. Київ: Наша культура і наука, 2002. 393 с.
6. Чижевський Д. Іван Вишенський. Філософські твори: у 4 т. Київ: Смолоскип, 2005. С. 130–141.
7. Шумило С. В. Розвиток українсько-афонських духовно-культурних зв'язків у XVII – першій третині XIX ст. Дис. на здобуття наук. ступеня канд. іст. наук. 26.00.01 – Теорія та історія культури. Київ, НАКККІМ, 2021. 303 с.
8. Krocak J. Hezychazm na Rusi. Wpływy, idee, postaci. *Teologia i Człowiek*. 2017. T. 36. № 4. S. 51–72. URL: <https://apcz.umk.pl/TiCz/article/view/TiCz.2016.043/0> (дата звернення: 12.09.2025).
9. Leśniewski K. W poszukiwaniu otwartej duchowości chrześcijańskiej: (perspektywa prawosławna). *Elpis*. 2002. Vol. 4. S. 53–73. URL: <https://www.elpis.uwb.edu.pl/index.php/Elpis/article/view/483> (дата звернення: 12.09.2025).
10. Mytnik I. Modlitwa Jezusowa jako dziedzictwo duchowe Polaków i Ukraińców. *Studia Ucrainica Varsoviensia*. 2019. № 7. S. 97–108. URL: https://www.researchgate.net/publication/338029105_Modlitwa_Jezusowa_jako_dziedzictwo_duchowe_Polakow_i_Ukraińcow (дата звернення: 12.09.2025).
11. Przybył-Sadowska E. Naturalne metody stymulacji doświadczenia ekstazy w praktykach prawosławnych hezychastów. *Studia Religiosa*. 2011. Tom 44. S. 121–133. URL: <https://ejournals.eu/czasopismo/studia-religiologica/artukul/naturalne-metody-stymulacji-doswiadczenia-ekstazy-w-praktykach-prawoslawnych-hezychastow> (дата звернення: 12.09.2025).
12. Sobczyk A. Hezychia jako owoc modlitwy Jezusowej według pism wybranych ojców z XIII/XIV wieku z góry Athos. *Teologia i Człowiek*. 2013. T. 21. № 1. S. 107–122. URL: <https://apcz.umk.pl/TiCz/article/view/TiCz.2013.006> (дата звернення: 12.09.2025).
13. Tofiluk J. Hezychazm i jego wpływ na rozwój duchowości. *Elpis*. 2002. Vol. 4. Iss. 6. S. 97–106. URL: <https://bazhum.muzhp.pl/media/texts/elpis/2002-tom-4-numer-6/elpis-r2002-t4-n6-s87-106.pdf> (дата звернення: 12.09.2025).

References (translated & transliterated)

1. Bidnov, V. O. (1921). Tserkovni spravy na Ukraini [Church affairs in Ukraine]. Tarniv: Vydavnytstvo "Ukrainska Avtokefalna Tserkva" [in Ukrainian].
2. Kostomarov, M. I. (2015). Knyha buttia ukrainskoho narodu [The Book of the Life of the Ukrainian People]. [Б. м. : б. и.]. [in Ukrainian].
3. Kraliuk, P. M., Yakubovych, M. M. (2011). Vasyl Surazkyi: apolohiia pravoslavnoi tradytsii [Vasyl Sourazhsky: an apology for the Orthodox tradition]. Ostroh: Vydavnytstvo Natsionalnoho universytetu "Ostrozka akademiia" [in Ukrainian].

4. Makarov, A. M. (1997). Barokovi koreni kyivskoho blahochestia [Baroque roots of Kyivan piety]. *Dukhovnyi svit baroko. Zbirnykstatei*, 105–112 [in Ukrainian].
5. Ohienko, I. (2002). Ukrainske monashestvo [Ukrainian monasticism]. [Uporiad., avt. ist. – biohr. narysu ta komentariv M. S. Tymoshyk]. Kyiv: Nasha kultura i nauka [in Ukrainian].
6. Chyzhevskiy, D. (2005). Ivan Vyshenskiy. Filosofski tvory: u 4 t. [Ivan Vyshensky. Philosophical works: in 4 volumes]. Kyiv: Smoloskyp, 130–141 [in Ukrainian].
7. Shumylo, S. V. (2021). Rozvytok ukrainsko-afonskykh dukhovno-kulturnykh zviazkiv u XVII – pershiitretyni XIX st. [The development of Ukrainian-Athonite spiritual and cultural ties in the 17th – first third of the 19th century]. *Dys. na zdobuttia nauk. stupenia kand. ist. nauk. 26.00.01 – Teoriia ta istoriia kultury*. Kyiv, NAKKKIM [in Ukrainian].
8. Krocak, J. (2017). Hezychazm na Rusi. Wplywy, idee, postaci [Hesychasm in Ruthenia. Influences, Ideas, and Figures]. *Teologii i Człowiek*, 36 (4), 51–72. URL: <https://apcz.umk.pl/TiCz/article/view/TiCz.2016.043/0> (reference date: 12.09.2025) [in Polish].
9. Leśniewski, K. (2002). W poszukiwaniu otwartej duchowości chrześcijańskiej: (perspektywa prawosławna) [In Search of an Open Christian Spirituality: (An Orthodox Perspective)]. *Elpis*, 4, 53–73. URL: <https://www.elpis.uwb.edu.pl/index.php/Elpis/article/view/483> (reference date: 12.09.2025) [in Polish].
10. Mytnik, I. (2019). Modlitwa Jezusowa jako dziedzictwo duchowe Polaków i Ukraińców [The Jesus Prayer as the spiritual heritage of Poles and Ukrainians]. *Studia Ucrainica Varsoviensia*, 7, 97–108. URL: https://www.researchgate.net/publication/338029105_Modlitwa_Jezusowa_jako_dziedzictwo_duchowe_Polakow_i_Ukraińcow (reference date: 12.09.2025) [in Polish].
11. Przybył-Sadowska, E. (2011). Naturalne metody stymulacji doświadczenia ekstazy w praktyka chprawosławnych hezychastów [Natural methods of stimulating the experience of ecstasy in the practices of Orthodox hesychasts]. *Studia Religiologica*, 44, 121–133. URL: <https://ejournals.eu/czasopismo/studia-religiologica/artikul/naturalne-metody-stymulacji-doswiadczenia-ekstazy-w-praktykach-prawoslawnych-hezychastow> (reference date: 12.09.2025) [in Polish].
12. Sobczyk, A. (2013). Hezychia jako owoc modlitwy Jezusowej według pism wybranych ojców z XIII/XIV wieku z góry Athos [Hesychia as the fruit of the Jesus Prayer according to the writings of selected 13th/14th century fathers from Mount Athos]. *Teologia i Człowiek*, 21 (1), 107–122. URL: <https://apcz.umk.pl/TiCz/article/view/TiCz.2013.006> (reference date: 12.09.2025) [in Polish].
13. Tofiluk, J. (2002). Hezychazm i jego wpływ na rozwój duchowości [Hesychasm and its influence on the development of spirituality]. *Elpis*, 4 (6), 97–106. URL: <https://bazhum.muzhp.pl/media/texts/elpis/2002-tom-4-numer-6/elpis-r2002-t4-n6-s87-106.pdf> (reference date: 12.09.2025) [in Polish].

Статтю отримано 01.09.2025 року.

Прийнято до друку 16.10.2025 року.