

Dr hab. Krzysztof Leśniewski

Prawosławna terapia hezychastyczna jako alternatywa dla chrześcijan poszukujących pomocy psychoterapeutycznej

Współczesny człowiek często doświadcza poczucia zagubienia w świecie, utraty sensu życia, różnorodnych zniewoleń i męczących „konieczności”, które powodują, że nie cieszy się on pełnym szczęściem. Z tymi problemami związane jest zmniejszenie czy utrata sił witalnych, czego zazwyczaj bezpośrednią przyczyną jest wszechobecny stres. Można by powiedzieć, że za sprawą stresu człowiek nie cieszy się pełnym szczęściem. Ciągła pogoń za kolejnymi sukcesami, osiągnięciami i nieumiejętność, a nawet niezdolność – do odpoczynku doprowadzić może do trwałego zmęczenia psychicznego. Zazwyczaj przejawia się to w pracoholizmie, alkoholizmie czy ucieczce w doznania zmysłowe za sprawą narkotyków. Nie zawsze musi to prowadzić do popadnięcia w jakąś skrajność. Często po prostu człowiek ma poczucie psychicznego czy fizycznego zmęczenia, jakiegoś wewnętrznego rozdarcia, które sprawia, że zaczyna szukać pomocy psychoterapeutycznej. Nie czuje się bowiem w pełni zdrowy. Chciałby zmienić swoje życie, ale sam, albo nie bardzo wie jak, albo też nie czuje, że ma w sobie wystarczająco dużo sił, by się samemu tego podjąć. W skrajnych przypadkach zmuszony jest skorzystać z pomocy neurologicznej czy psychiatrycznej. W tym kontekście pomocne będzie zastanowienie się nad dwoma podstawowymi kategoriami istotnymi z punktu widzenia poczucia szczęścia człowieka, a mianowicie zdrowia i choroby.

Kategoria zdrowia nie jest łatwa do zdefiniowania. Kryje ona w sobie wiele różnych treści. Światowa Organizacja Zdrowia w 1948 roku przyjęła, iż zdrowie to „nie tylko całkowity brak choroby, czy kalectwa, ale także stan pełnego, fizycznego, psychicznego i społecznego dobrostanu (*well-being*)”. Definicja ta jednoznacznie określa, iż zdrowie to nie tylko brak choroby, ale również pewien rodzaj integralnego dobrostanu – dobrego samopoczucia, który związany jest z czymś więcej niż tylko zdrowiem fizycznym czy psychicznym, ale dotyczy też stanu umysłu człowieka i jego dobrych relacji społecznych. Zdrowie jest zatem przeciwieństwem stanu chorobowego oraz rzeczywistością, która nieustannie domaga się wzmacniania poprzez odpowiedni tryb życia (na co ma wpływ jakość pokarmu, wody, powietrza, ruch fizyczny, odpoczynek) oraz sposób myślenia i panowania nad emocjami. We współczesnej definicji zdrowia zauważyć można połączenie kwestii

zdrowia z życiem wewnętrznym i społecznym człowieka oraz jego osobistą troskę o kondycję fizyczną. Bez wątplenia w ten sposób sformułowana definicja zdrowia przyczyniła się do powolnej, ale konsekwentnej zmiany paradygmatu leczenia człowieka, troski o jego zdrowie czy wręcz funkcjonowania medycyny. Choć intensywność zmian jest różna w różnych krajach, to jednak zmienia się całkowicie sposób traktowania pacjenta. Odchodzi się od modelu socjomedycznego, w ramach którego lekarz to przede wszystkim inżynier leczący maszynę ludzkiego organizmu, ku modelowi socjoekologicznemu, w którym istotne jest, by lekarz nie był tylko inżynierem od spraw organizmu i zdrowia, ale również psychologiem rozumiejącym, że ma do czynienia z żywym konkretnym człowiekiem, który cierpi oraz z jego osobowością. Współczesny model medyczny, przyjęty przez Światową Organizację Zdrowia i coraz powszechniejszy w wielu placówkach medycznych na całym świecie, akcentuje podmiotowe traktowanie człowieka. Pacjent przestaje być bezduszną uszkodzoną maszyną.

Druga kategoria to kategoria choroby. To ona zazwyczaj powoduje cierpienie, którego człowiek doświadcza na płaszczyźnie fizycznej, psychicznej i duchowej. Cierpienie uświadamia kruchość ludzkiej natury oraz stanowi przypomnienie, że zdrowie i życie biologiczne są czymś, co jest ograniczone w czasie, ze względu na przybliżającą się śmierć¹. Tematy dotyczące choroby, cierpienia, bólu przebijają się jednak z trudem, gdyż we współczesnym, zlaicyzowanym świecie traktuje się często życie biologiczne jako jedyną formę życia możliwego dla człowieka, a zdrowie psychiczne jako radość z dobrego samopoczucia, pojmowanego niemal wyłącznie w kategoriach materialistycznych. Za wszelką cenę dąży się do niwelowania bólu oraz unikania wszelkich form cierpienia. Śmierć biologiczna uważana jest przez wielu jako absolutny koniec ludzkiej egzystencji. Z powyższych względów wielu współcześnie żyjących ludzi od medycyny oczekuje swojego zbawienia, które zazwyczaj pojmowane jest jako nieprzerwane trwanie w stanie zdrowia i wydłużanie czasu życia. W tej sytuacji lekarz staje się „nowym kapłanem współczesności oraz królem, który posiada nad ludźmi władzę życia i śmierci, jak również prorokiem ostatecznego losu człowieka”². Stanowisko współczesnego człowieka w odniesieniu do choroby, cierpienia, śmierci i roli lekarza ma swe podstawy w szerszych założeniach antropologicznych oraz w nadziei ludzkości na przezwycięzenie wszelkich chorób oraz na długie, szczęśliwe życie bez żadnych cierpień. Tymczasem nie da się oddzielić ciała od duszy oraz od wymiaru duchowego, który jest dla człowieka bardziej podstawowy niż wymiar

¹ J.-C. Larchet, *The Theology of Illness*, transl. by J. Breck, M. Breck, Crestwood, NY 2002, s. 9.

² J.-C. Larchet, *The Theology of Illness*, s. 11-12.

biologiczny. Oczywiście ciało jest niezwykle ważne, gdyż nie tylko wyraża osobę i do pewnego stopnia jest osobą, ale mimo wszystko osoba jako taka – nieskończenie przekracza granice ciała³. Odrzucenie wymiaru duchowego człowieka i leczenie go jedynie na płaszczyźnie biologicznej i psychicznej stanowi przejaw wielkiego redukcjonizmu antropologicznego, wyrażającego się urzeczowianiem stworzenia Bożego, które w swej istocie ma zapodmiotowane niezaprzeczalne odniesienie do Boga.

Humanistyczne tendencje w światowej, konwencjonalnej medycynie są odpowiedzią na powszechne wołanie o zmianę modelu leczenia człowieka, wołania o model bardziej człowiekowi przyjazny, liczący się z jego wielowymiarowością. Czy jednak forma i intensywność „humanizacji” modelu leczenia człowieka w medycynie konwencjonalnej są wystarczające? Czy w pełni uwzględniają integralność i swoistą „wielopoziomowość” bytu ludzkiego? Można by przytoczyć wiele „za” i „przeciw” słuszności obecnego kierunku rozwoju współczesnej medycyny. Jedno jednak wydaje się pewne. Gdyby kierunek ten był w pełni słuszny, uwzględniający całkowicie wszystkie wymiary w człowieku, czyż obserwowalibyśmy taki zwrot ku medycynie niekonwencjonalnej, np. chińskiej czy azjatyckiej, ku różnorodnym systemom terapeutycznym czy ku szkołom duchowości różnego pochodzenia? Czegóż jeszcze poszukują współcześni, jeśli już w zasięgu ręki mają medycynę opisywaną modelem socjo-ekologicznym – jak już wcześniej wspomniano – czyli medycynę „zhumanizowaną”?

Współczesna medycyna nie dysponuje lekarstwami, gwarantującymi uzdrowienie całego człowieka – we wszystkich jego sferach. Sfery duchowej w człowieku nie leczą żadne środki farmakologiczne. Świadomość ograniczeń tradycyjnej medycyny, a może i intuicyjne odczucie, że metody leczenia ograniczające się do oddziaływania na płaszczyznę fizyczną bądź psychiczno-fizyczną nie są ani wystarczające, ani skuteczne, każą człowiekowi poszukiwać pomocy mistrzów duchowych czy „jasnowidzów”.

Co atrakcyjnego i pociągającego kryje się w istniejących od wieków, wielkich systemach medycznych: chińskich, indyjskich, afrykańskich czy greckich? Nie miejsce tutaj na dokładną analizę, ale wydaje się, że ich wspólną cechą charakterystyczną jest holistyczne traktowanie osoby ludzkiej oraz związek leczenia z wiarą w magię lub wiarą wynikającą z wyznawanej religii. Warto odnotować, że już na kilka wieków przed naszą erą, w tradycji medycyny chińskiej traktowano ciało ludzkie jako system współzależnych części składowych,

³ J.-C. Larchet, *The Theology of Illness*, s.14: „The body does not only express the person; to a certain extent it *is* the person. The person does not merely *have* a body, it *is* a body, even though the person as such infinitely transcends bodily limits. This is why everything that involves the body involves the person as a whole” .

mających tendencję do utrzymania naturalnej równowagi. Chorobę rozumiano jako brak tej równowagi, którą zachwiać mogło działanie wielu czynników, jak np. nieodpowiednie odżywianie, zbyt mały ruch ciała, brak snu, czy zaburzone relacje społeczne⁴. Zadaniem lekarza miała być przede wszystkim prewencja, czyli niedopuszczenie do powstania i rozwoju choroby.⁵

W czasach antycznej Grecji, czego wymownym przykładem jest postawa Hipokratesa (460-377 p.n.e.), lekarz był nie tylko znawcą chorób i sposobów ich leczenia, ale również mędrcem i filozofem, który leczył nie tylko ciało, ale również i duszę człowieka. Dobrze wyraża to starodawne przysłowie: „Gdy dusza choruje, to i ciało nie domaga”. W starożytności sposób życia w zdrowiu i radzenie sobie w chorobie, były miernikami poziomu kultury. Piękno i cnota stanowiły jedność, ćwiczenia fizyczne łączono z muzyką, tańcem i poezją, co służyło zarówno ciału jak i duszy. W postępowaniu leczniczym najwyższą rangę nadawano diecie, następnie lekom, a najniższą chirurgii. Taka hierarchia również wyraźnie wskazuje, że najważniejsza była prewencja, a więc utrzymanie stanu zdrowia i jego wzmacnianie.⁶

Wszystkie wielkie religie świata mają swoje własne rozumienie człowieka, a w związku z tym również jego zdrowia i choroby. W naszym kręgu kulturowym dominującą rolę pełniło i pełni chrześcijaństwo. To właśnie kategorie antropologiczne, wypracowane wewnątrz chrześcijaństwa, warunkują (bądź powinny czy mogłyby warunkować) współczesne rozumienie zdrowia i choroby w naszym kręgu kulturowo-religijnym.

W chrześcijaństwie pojmowanie zdrowia i choroby uwarunkowane jest wieloma czynnikami, wynikającymi z hermeneutyki tekstów objawionych, jak i wpływów danej epoki. W tradycji Kościoła interpretowano zdrowie człowieka nie tylko jako nieobecność choroby i cierpienia, lecz również jako zdolność do znoszenia tych przypadłości. Do choroby podchodzono jak do swoistego testu religijnego. Niekiedy traktowano ją jako skutek grzechu. Ból i śmierć uznawano za zasadnicze cechy ludzkiego istnienia. W wiekach średnich na Zachodzie wypracowano nawet ideał ascezy, będącej w całkowitej opozycji do starożytnego

⁴ Por. D.J. Harper, *The Conception of Illness in Early Chinese Medicine as Documented in Newly Discovered Third and Second Century B.C. Manuscripts. Part I*, "Sudhoffs Archiv" 74(1990), s. 210-235.

⁵ Por. P.U. Unschuld, *Medicine in China: A History of Ideas*, Berkeley and Los Angeles, CA 1985; W.G. Worgalik, E.S. Wojaźmiński, *Zarys chińskiej medycyny*, Warszawa 1964; Z. Królicki, *Tradycyjna medycyna chińska – prawo pięciu elementów*, Wrocław 1994; Z. Królicki, *Tradycyjna medycyna chińska - teoria Zang – Fu*, Wrocław 1994.

⁶ Por. J. Longrigg, *Greek Medicine: From the Heroic to Hellenistic Age. A Source Book*, New York 1998; J. Longrigg, *Greek Rational Medicine: Philosophy and Medicine from Alcmaeon to the Alexandrians*, London 1993; J. Niżnikiewicz, *Tajemnice starodawnej medycyny i magii*, Gdańsk 2003, s. 127-149; E.D. Phillips, *Greek Medicine: Philosophy and Medicine from Alcmaeon to the Alexandrians*, London 1973.

łączenia zdrowia z pięknem fizycznym i moralnym, co wynikało z dominacji prądów eschatologicznych, głoszących bezwartościowość ziemskiego życia. Były to oczywiście prądy ekstremalne, trudne do pogodzenia z głębszym przesłaniem Ewangelii.

Blizszy wgląd w nauczanie Kościoła już od pierwszych wieków, pozwala na stwierdzenie, że w chrześcijaństwie zdrowie człowieka odnosi się do jego trzech elementów strukturalnych: do ciała, duszy i ducha. Zdrowie człowieka w takim ujęciu to nie tylko posiadanie urody i zdrowia fizycznego, ale również zdrowie na płaszczyźnie psychicznej i duchowej.

Bez wątpienia chrześcijaństwo jest religią, która prowadzi ku uzdrowieniu. W tym ogólnym stwierdzeniu kryją się treści mające swoje uzasadnienie zarówno w Osobie i nauczaniu Jezusa Chrystusa, na co bezpośrednio wskazuje świadectwo Ewangelii, jak i w całej wielkiej tradycji patrystycznej, liturgicznej i ascetycznej Kościoła. Przedwieczne Słowo Boga stało się człowiekiem, aby go zbawić. Prawda o Wcieleniu i jego skutkach dla upadłej, grzesznej i chorej ludzkości przekracza granice naszego rozumienia. Wejście Mesjasza Jezusa Chrystusa w świat pogrążony w ciemnościach wniosło światłość, która rozpromienia serce każdego człowieka. Bóg-Człowiek w czasie ziemskiego życia nie tylko głosił wszystkim Dobrą Nowinę o zbawieniu, ale też sam uzdrawiał z chorób: duchowych, psychicznych i fizycznych. Jezus jest Zbawicielem (gr. *Soter*)⁷, który nie tylko zbawia (gr. *sozo*) od groźnego niebezpieczeństwa⁸, ale również uzdrawia chorych⁹. Termin *sozo* pojawia się szesnaście razy w ewangelicznych opisach uzdrowień dokonanych przez Jezusa. Często jest w nich powiedziane, że to wiara, jaką miał proszący o uzdrowienie, uzdrowiła go. Zatem, zbawienie nie ogranicza się tylko do sfery fizycznej człowieka, ale dotyczy również jego sfery duchowej¹⁰. Z Ewangelii według św. Marka wynika, że bycie zbawionym jest równoznaczne z wejściem do Królestwa Bożego¹¹. Sam Jezus, mówi o Sobie, że „Syn Człowieczy przyszedł szukać (gr. *dzetesai*) i zbawić (gr. *sosai*) to, co zginęło”¹². *Soteria* więc odnosi się zarówno do terażniejszości jako znalezienie, jak i do przyszłości jako wejście do Królestwa Bożego¹³. Jezus jest Lekarzem (gr. *iatros*) ludzi¹⁴. Sam powiedział: „Nie potrzebują lekarza zdrowi, lecz

⁷ Por. Łk 2,11; Dz 5,31; 13,23; Flp 3,20; Ef 5,23; 1 J 4,14.

⁸ Por. Mt 8,25; 14,30.

⁹ Por. Dz 4,9; Jkb 5,15.

¹⁰ Por. Łk 7,50; Mt 8,25.

¹¹ Por. Mk 10,25-26; Łk 13,20-24.

¹² Łk 19,10.

¹³ Por. G. Fohrer, *Sozo, soteria*, w: G. Kittel, G. Friedrich (eds), *Theological Dictionary of the New Testament*. Abridged in one volume by G.W. Bromiley, Grand Rapids, Mich. 1985, s. 1135.

¹⁴ Por. Łk 4,23. Grecki termin *iomai* występuje w perykopalach, gdy Jezus, tak jak lekarz, leczy część ciała człowieka, natomiast *therapeo* miał zastosowanie w uzdrowieniach całego ciała, a *sodzo* w odniesieniu do zbawienia. Trzeba jednak pamiętać, że uzdrowienie posiada wiele aspektów włączających ciało, duszę i ducha,

ci, którzy się źle mają. Nie przyszedłem powołać sprawiedliwych, ale grzeszników” (Mk 2,17). Uzdrawienia Jezusa są wyjątkowe, gdyż niekiedy wykorzystuje uzdrowienie jako pierwszy krok w kierunku oczyszczenia z grzechów, lub najpierw przebacza (por. Mt 9,2), a dopiero potem uzdrawia. Cuda uzdrowienia to znaki (por. J 2,11, 23; 4,48), zapowiedź i przedsmak ostatecznego zwycięstwa nad królestwem Szatana. Ten mesjanistyczny i eschatyczny kontekst nadaje uzdrowieniom Jezusa wyjątkowe znaczenie w historii zbawienia, ze względu na wyjątkowość Jego Osoby i misji. Uzdrawianie jest bezpośrednio związane z wypędzaniem złych duchów, które to są źródłem wielorakich chorób człowieka. Z tego też względu, Jezus obdarza Swoich uczniów władzą wypędzania demonów (gr. *eksousian ekballein ta daimonia*)¹⁵. Posługa uzdrawiania w Imię Jezusa dotyczy zarówno uzdrowienia cielesnego, jak i duchowego. Świadczy o tym nakaz Zbawiciela: „Idźcie i głosście: ‘Bliskie już jest królestwo niebieskie’. Uzdrawiajcie chorych (gr. *asthenountas therapeute*), wskrzeszajcie umarłych (gr. *nekrous egeirete*), oczyszczajcie trędowatych (gr. *leprous katharidzete*), wypędzajcie złe duchy (gr. *daimonia ekballete*)!”¹⁶.

Realizacja nakazu Chrystusa, aby wypędzać demony i uzdrawiać, bardzo żywa w czasach apostoelskich, znalazła swe przedłużenie w posłudze świętych w minionych wiekach istnienia Kościoła, tak na Wschodzie, jak i na Zachodzie. W szczególny sposób nakaz ten został potraktowany w kręgach monastycznych chrześcijaństwa wschodniego. Nie uważano by był on tylko wezwaniem do natychmiastowego i cudownego uzdrawiania chorych w Imię Jezusa Chrystusa, lecz również dokonującym się w Kościele procesem leczenia człowieka przez Boga na płaszczyźnie duchowej. W praktyce oznaczało to walkę ze złymi duchami, które są sprawcami różnorodnych chorób człowieka oraz wyzwolenie spod wpływu pożądlivosti (gr. *pathi*), paraliżujących życie duchowe i oddziałujących na szeroko rozumianą sferę psychiki ludzkiej, co przejawia się również w zaburzeniach procesów fizjologicznych. W ciągu wieków wiele niezrozumienia i niejasności związanych było z rozumieniem greckiego pojęcia *pathos*, które interpretowane było zazwyczaj bardzo negatywnie. Tymczasem termin *pathos* nie tylko oznacza pożądlivość, czyli patologiczny skutek działania złych duchów na człowieka, ale także namiętność, która jest właściwa naturze człowieka lecz wymaga odpowiedniego ukierunkowania i transformacji. Pouczenia ascetyczne zazwyczaj dotyczą *pathi* rozumianych jako pożądlivosti, które mają negatywny

które są różne i wzajemnie ze sobą powiązane. Por. S. Muse, *Your Faith Is Making You Well: Psychotherapy in an Orthodox Christian Context*, w: *Sickness or Sin? Spiritual Discernment and Differential Diagnosis*, ed. by J. Chirban, Brookline, Mass. 2001, s. 91.

¹⁵ Por. Mk 3,15.

¹⁶ Mt 7,8.

wpływ na psycho-fizyczno-duchowe wymiary w człowieku oraz oddziałują na jego relacje do Boga, innych ludzi i świata. Podatność na *pathi* ma swoje korzenie w grzechu i upadku pierwszych rodziców. Jego skutki tragicznie naznaczyły naturę ludzką i poszczególne władze człowieka oraz jego sposób przeżywania ziemskiej egzystencji.

Choć Jezus Chrystus darował, przez ofiarę z Siebie w Misterium Paschalnym – nowe życie, uzdrowienie i zbawienie, to przyjęcie go jest możliwe, gdy człowiek otworzy się i zapragnie mieć udział w darze Boga. Chrzest otwiera tę drogę, na której można doświadczyć obecności Chrystusa Lekarza uzdrawiającego również przez bierzmowanie, Eucharystię, spowiedź czy namaszczenie chorych¹⁷. Potrzeba jedynie, aby upadły, grzeszny i chory człowiek z całego serca pragnął współpracować ze swoim Uzdrawicielem. Nie jest możliwe uzdrowienie dla tych, którzy nie odczuwają potrzeby leczenia czy też odmawiają aktywnego współdziałania (gr. *synergeia*) z uzdrawiającą łaską Bożą¹⁸.

Od początku istnienia Kościoła Chrystusowego chrześcijanie w oparciu o Ewangelię i inne teksty biblijne oraz w odniesieniu do ówczesnego stanu nauki podejmowali refleksję nad tym, jak rozumieć chorobę i zdrowie człowieka oraz co praktycznie czynić, by człowiek mógł stać się coraz bardziej zintegrowany wewnętrznie oraz zjednoczony z Bogiem. Niektórzy udawali się na pustynie czy inne miejsca odosobnione, by osiągnąć wyciszenie wewnętrzne (gr. *hesychia*), uzdrowienie z chorób duchowych i doświadczyć bliskości Boga miłującego człowieka. Na bazie osobistych doświadczeń tych, którzy radykalnie poszli za Chrystusem, od IV wieku kształtować się zaczęła duchowość, którą na chrześcijańskim Wschodzie nazwana duchowością hezychastyczną, czyli wskazującą w jaki sposób osiągnąć wyciszenie wewnętrzne i harmonię pomiędzy wszystkim sferami w człowieku: ciałem, duszą i umysłem. Duchowość ta stała się metodą terapeutyczną, która stanowiła syntezę Dobrej Nowiny z mądrością filozofów i doświadczeniem starożytnych ascetów.

Hezychastyczna metoda uzdrawiania człowieka, stanowiąca istotę duchowości hezychastycznej, była wypracowywana i doskonalona w ciągu wielu wieków w środowiskach monastycznych chrześcijańskiego Wschodu. Można wyróżnić cztery główne okresy

¹⁷ Na temat terapeutycznego rozumienia sakramentów w Kościele prawosławnym, zob. K. Leśniewski, *Misteria inicjacji chrześcijańskiej w duchowej tradycji prawosławia*, RT 52(2005), z. 7, s. 61-83; Tenże, *Boska Liturgia jako terapeutyczne misterium Kościoła prawosławnego*, RT 51(2004), z. 7, s. 123-154; P. Meyendorff, *The anointing of the sick: some pastoral considerations*, VTQ 35(1991), no. 2-3, s. 241-255; C.R. Hutcheon, *The Euchelaion – mystery of restoration: anointing in the Byzantine tradition*, „Worship” 76(2002), no 1, s. 25-42; Ch. Hall, *The use of the holy oils in the Orthodox Churches of the Byzantine tradition*, w: *Oil of gladness*, London 1993, s. 101-112; A. Sawicki, *Sakrament namaszczenia chorych. Próba systematyzacji wiedzy o misterium świętego oleju*, „Elpis” 2(2000), z. 2, s. 133-152.

¹⁸ Por. K. Leśniewski, *Terapeutyczne doświadczenie Boga w duchowości prawosławnej*, RT 50(2003), z. 7, s. 45.

kształtowania się duchowości hezychastycznej, związane z dominującą rolą poszczególnych ważnych ośrodków monastycznych. Pierwszy okres to czas Ojców Pustyni i krzewienia się życia mniszego na Pustyni Egipskiej¹⁹, drugi okres, zwany synaickim, przypada na czasy wielkich autorytetów duchowych pozostających w relacji z Monasterem św. Katarzyny na Synaju²⁰, trzeci okres to czas studytów w Konstantynopolu²¹ i czwarty okres to czas rozkwitu życia monastycznego na Athosie²², zwykle nazywany jako athonicka szkoła duchowości²³.

Metoda hezychastyczna funkcjonowała również w wielu środowiskach monastycznych w krajach słowiańskich. Wprowadzała w głębokie przeżywanie obecności Boga. Praktykujący ją doświadczali różnorodnych efektów leczniczych, na poziomie ciała, duszy i ducha (umysłu), przez co stawali się świadkami działania uzdrawiającej łaski Bożej.

Do rozpowszechnienia hezychastycznej metody uzdrawiania człowieka przyczyniła się antologia pt. *Filokalia ton hieron neptikon*, która została przygotowana przez św. Nikodema Hagiorytę²⁴ (1749-1809) oraz mnicha z athonickiego monasteru Dionisiou i późniejszego biskupa Koryntu – św. Makarego Notarasa (1731-1805). Antologia ta wydana w Wenecji w 1782 roku została przełożona na języki chrześcijańskiego Wschodu i Zachodu: cerkiewnosłowiański, rosyjski, rumuński, angielski, francuski czy niemiecki. We fragmentach doczekała się również przekładu na język polski. W jej skład weszły zasadniczo dzieła duchowej tradycji chrześcijańskiego Wschodu, których autorami byli m.in. św. Izajasz Pustelnik (ok. 370 – 491), Ewagriusz z Pontu (ok. 345 – 399), św. Marek Eremita (V lub VI w.), św. Hezychiusz z Synaju (VI lub VII w.), św. Nil z Ancyry (zm. ok. 430), św. Diadoch z Fotyki (ok. 400 – 486), Św. Jan z Karpathos (prawd. VII w.), św. Teodor Wielki Asceta (prawd. ok. V w.), św. Maksym Wyznawca (580 – 662), św. Talazjusz z Libii (k. VI – VII w.), św. Jan z Damaszku (675-749), św. Teognostos (2 poł. VIII w. lub XIV w.), św.

¹⁹ Por. D.J. Chitty, *The Desert A City. An Introduction to the Study of Egyptian and Palestinian Monasticism under the Christian Empire*, Crestwood, NY 1995.

²⁰ Por. L. Eckenstein, *A History of Sinai*, London 1921; J. Galey, *Sinai and the Monastery of St. Catherine*, Cairo 1985; A. Paliouras, *The Monastery of St. Catherine on Mount Sinai*, Sinai 1985; J.J. Hobbs, *Mount Sinai*, Austin, Tx 1995.

²¹ A. Borrelly, *Les Studites*, w: *Monachisme d'Orient et d'Occident*, Sénanque 1984, s. 79-100.

²² Z bogatej bibliografii na temat życia monastycznego na Świętej Górze Athos warto szczególnie polecić: R.M. Dawkins, *The Monks of Athos*, New York, NY 1936; S. Loch, *Athos. The Holy Mountain*, New York, NY 1959; Th. Merton, *Le Mont Athos, république de la priere*, Cont 12(1960), s. 92-110; E.F. Fortino, *Il monachismo nell'Athos*, SFr 67(1970), s. 197-231; P. Sherrard, *Athos the Mountain of Silence*, London 1960; K. Lake, *The Early Days of Monasticism on Mount Athos*, Oxford 1909; Arch. Wasilij (Kriwoszein), *Afon w duchownej żizni prawosławnej Cerkwi*, "Bogosłowskiye Trudy" 36(1996), s. 40-68; A.M. Witting, *Der Heilige Berg von Byzanz*, Würzburg 1985.

²³ Por. J. Naumowicz, *Wstęp*, w: *Filokalia. Teksty o modlitwie serca*, Kraków 2002, s. 8-19.

²⁴ Na temat życia i twórczości św. Nikodema Hagioryty zob. B. Bobrinskoy, *Encounter of Traditions in Greece. St Nicodemus of the Holy Mountain (1749-1809)*, w: *Christian Spirituality. Post-Reformation and Modern*, ed. by L. Dupré and E. Saliers, volume 18 of *World Spirituality: An Encyclopedic History of the Religious Quest*, New York, NY 1996, s. 447-457.

Filoteusz z Synaju (prawd. IX lub X w.), Eliasz Kapłan (prawd. k. XI lub pocz. XII w.), Teofan Mnich (nie wiadomo), św. Piotr z Damaszku (prawd. XI lub XII w.), św. Symeon Metafrasta (2 poł. IX – 1 poł. X w.), św. Symeon Nowy Teolog (949 – 1022), Nikitas Stethatos (ok. 1020 – ?), Teoleptos z Filadelfii (1250-1322), Nicefor Pustelnik (2 poł. XIII w.), św. Grzegorz z Synaju (ok. 1265 – 1346), św. Grzegorz Palamas (1296-1359) oraz dwa dzieła św. Jana Kasjana (365-435), wybitnego mistrza duchowego i pisarza ascetycznego chrześcijańskiego Zachodu, którego nauczanie stanowi „syntezę duchowości wschodniej i zachodniej pierwotnego monastycyzmu”²⁵. W *Filokalii* nie ma niczego, co miałyby charakter polemiczny i byłoby choćby w najmniejszym stopniu antyzachodnie czy antykatolickie. W pierwszym wydaniu weneckim z 1782 r. znalazła się nawet aprobata rzymskokatolickich cenzorów Uniwersytetu z Padwy, iż księga ta „nie zawiera niczego, co jest przeciwne Świętej Katolickiej Wierze”²⁶.

Autorzy filokaliczni podkreślali, iż osobiste praktykowanie metody hezychastycznej, pod kierunkiem doświadczonego przewodnika duchowego, powinno być integralnie włączone w udział w życiu liturgicznym i sakramentalnym Kościoła. Najlepszym, najbardziej eklezjalnym środowiskiem, dla rozwoju tej metody okazały się środowiska monastyczne. Tam też kierowali się laicy, by się z nią zapoznać i na miarę swoich możliwości uczyć się ją praktykować. Pielgrzymki do monasterów stanowiły i ciągle stanowią bardzo ważny element życia eklezjalnego wiernych w chrześcijaństwie wschodnim. W monasterach bowiem poszukuje się doświadczonego starca, który pomógłby w rozwiązaniu problemów egzystencjalnych i wskazał konkretne sposoby przemiany życia, by głębiej zjednoczyć się z Bogiem.

Chociaż środowiska monastyczne są najbardziej uprzywilejowanymi miejscami do praktykowania metody hezychastycznej, to jednak można pokusić się o stwierdzenie, iż metoda ta okazywała się skuteczna również tam, gdzie nie było tak rozwiniętego środowiska kościelno-sakramentalnego, ani doświadczonego przewodnika duchowego. Wystarczy spojrzeć na życie religijne w XIX-wiecznej Rosji. Wówczas to wielu laików doświadczało uzdrowienia i przemiany duchowej, dzięki zastosowaniu tej metody, mimo że nie byli na stałe związani z monasterami, nie brali systematycznego udziału w życiu eucharystycznym, ani nawet nie byli na stałe prowadzeni przez przewodników duchowych. Fenomen ten świadczy o tym, iż hezychastyczna metoda jest rzeczywistością otwartą i uniwersalną, nie ograniczającą

²⁵ A. Nocoń, *Wstęp*, w: Jan Kasjan, *Rozmowy z ojcami*, t. 1, *Rozmowy I-X*, Kraków 2002, s. 20.

²⁶ Por. *Licenza, Philokalia ton Hieron Neptikon*, Venetia 1782, s. 1207. Kolejne wydania *Filokalii*, które były drukowane w Atenach, nie zawierają już tej licencji.

się do danego środowiska religijnego, historycznego czy kulturowego, że autentycznie skierowana jest do każdego potrzebującego chrześcijanina, niezależnie od tego w jakim czasie i w jakim miejscu przyszło mu żyć.

Warunkiem właściwego zrozumienia metody hezychastycznej jest postrzeganie jej w kontekście prawosławnej nauki o synergicznym charakterze relacji pomiędzy Bogiem a człowiekiem. W relacji tej istnieje radykalna asymetria, niewspółmierność, a nawet przepaść, pomiędzy Energią Bożą, która jest niestworzona, a stworzoną energią człowieka. Pomimo ontologicznej przepaści człowiek i Bóg spotykają się na poziomie osobowym, gdyż współdziałanie (gr. *synergeia*) pomiędzy nimi jest możliwe jedynie w sferze „osobowego bycia”.

Faktem jest, iż w wyniku chorób powiązanych czy utożsamianych z pożądliwościami (gr. *pathi*), człowiek doświadcza wielu problemów z realizowaniem swojej wolności w taki sposób, by świadomie i konsekwentnie dążyć ku dobru. Wiąże się to często z doświadczeniem własnej bezsilności i wewnętrznej pustki, dla którego przezwycięzenia niezbędna jest głęboka przebudowa wnętrza człowieka, poprzez otwarcie się na wszystkich poziomach swego osobowego bytu na uzdrawiające działanie łaski Bożej.

Osiąganie uzdrowienia jest procesem synergicznym. Zatem nie sam Bóg działa i nie działa też sam człowiek. Skuteczne leczenie wymaga współdziałania człowieka z uzdrawiającą łaską Boga. W hezychastycznej metodzie leczenia człowieka nie ma więc miejsca na ideę o samozbawieniu człowieka. Takie podejście ma bez wątpienia uzasadnienie w samej logice dziejów zbawienia, w których decydującą rolę zawsze pełni Bóg przyzywający do Siebie ludzi, pogrążonych w ciemnościach grzechu. Zjednoczenie z Bogiem dokonuje się w osobach ludzkich w miarę ich wolnego zwrócenia się ku pełni Prawdy. Człowiek został zaproszony do uczestnictwa w życiu samego Boga, dzięki unii hipostatycznej pomiędzy dwoma naturami w Chrystusie: Boską i ludzką.

Fundamenty hezychastycznej metody leczenia człowieka tkwią w antropologii chrześcijańskiego Wschodu. Zrozumienie takich podstawowych kategorii antropologicznych, jak: dusza, duch, ciało, umysł, czy serce – jest możliwe dzięki uwzględnieniu kontekstu filozoficznego i uwarunkowań biblijnych, dogmatycznych oraz ascetycznych narzuconych przez konkretnych autorów sympatyzujących z różnymi szkołami filozoficznymi i teologicznymi. Warto podkreślić, że nawet jeśli autorzy filokaliczni piszą o poszczególnych komponentach w człowieku, to nie traktują ich jako niezależne byty, lecz po to, by ukazać w jakich relacjach pozostają w stosunku do siebie.

Z rozważań antropologicznych wynika, że dusza (gr. *psyche*) ludzka, choć jest rzeczywistością ze wszech miar wyjątkową, nie jest automatycznie chroniona przez Boga. Podlega ona różnym zagrożeniom w wyniku dziedziczonych skutków grzechu pierwszych rodziców oraz braku siły do ustawicznej koncentracji na Bogu. Umożliwia to oddziaływanie na duszę złym duchom, które starają się wziąć ją w niewolę i pogrążyć w pożądliwościach. Aby dusza była w stanie zdrowia trzeba ją leczyć z wielorakich chorób, które atakują jej władze: rozumną (duchową), popędliwą i pożadliwą. Dzięki temu może odzyskać ona swoją tożsamość i zjednoczyć się z Bogiem.

Rzeczywistością o strategicznym znaczeniu dla antropologii hezychastycznej, a w związku z tym i dla terapii, jest umysł (gr. *nous*), bowiem dzięki tej najwyższej władzy, człowiek jest w stanie poznawać Boga, wewnętrzną istotę rzeczy oraz zasady rzeczy stworzonych. Umysł posiada zdolność do poznawania Boskiej prawdy za pomocą bezpośredniego doświadczenia, intuicji bądź prostej percepcji, co predestynuje go do pełnienia najważniejszej roli w relacji do Boga. Jeśli umysł jest oczyszczony przez duchowe poznanie i kontemplację to staje się czystym i przejrzystym zwierciadłem Boga, organem widzenia duszy. Nie jest zatem dokładnie tym samym, co dusza, lecz darem Boga, który udoskonala i zbawia duszę. Do cech zależnych od stopnia jego oczyszczenia i zjednoczenia z Bogiem Ojcowie filokaliczni zaliczali: prostotę, duchowy blask, wolność od myśli, obrazów, kształtu i materialności. Tym, co najbardziej charakteryzuje umysł jest jego dążenie do Boga. Dzięki zdolności poznawczej (gr. *logiken dinamin*), pożądaniu (gr. *epithimetiken dinamin*) oraz popędlowości (gr. *thimiken dinamin*) może oczyścić się ze zła, czyli wyrzucić z siebie pożądliwości oraz wprowadzić i utrzymać pochodzącą od Boga świętość.

Podstawą każdej skutecznej terapii jest precyzyjna diagnoza, gdyż umożliwia zastosowanie najbardziej odpowiednich dla danego człowieka lekarstw. Tak też się dzieje w przypadku hezychastycznej diagnozy zaburzeń psycho-fizyczno-duchowych. Autorów filokalicznych najbardziej interesowało to, co się dzieje w wyobraźni (gr. *fantasia*) człowieka, gdyż ich zdaniem bezpośrednio przekłada się to myślenie i decyzje. Podkreślali oni, iż wyobraźnia stanowi podstawowy obszar diagnostyczny, bowiem to na jej poziomie szczególnie aktywne są złe duchy, które za pośrednictwem myśli połączonych z obrazami (gr. *logismoi*) oddziałują na umysł, wykorzystując do tego zmysły.

Złe myśli (gr. *poneroi logismoi*) kumulowane w wyobraźni, doprowadzają do patologii na poziomie ciała, duszy i ducha. Można więc mówić o związku przyczynowo-skutkowego pomiędzy atakami demonów a konkretnymi chorobami, określanymi jako *pathi*. W tradycji hezychastycznej usystematyzowano negatywne, pochodzące od złych duchów,

„doznania”, jakim podlega człowiek w ramach schematu ośmiu myśli (gr. *logismoi*), przeradających się w namiętności/pożądliwości (gr. *pathi*). Ojcowie filokaliczni wyróżniali od czterech do siedmiu etapów przechodzenia od *logismoi* do *pathi*, począwszy od prowokacji demonów, a skończywszy na grzesznych czynach, stanowiących konkretny wyraz niewoli, wyrażającej się dominacją danej pożądliwości, w wyniku osłabienia, a nawet bezwolności woli człowieka.

Zaburzenia pogrupowane zostały w odniesieniu do struktury osoby ludzkiej. Na poziomie ciała zagrażają: obżarstwo (gr. *gastrimargia*), nieczystość/rozwiązłość (gr. *porneia*) i chciwość (gr. *philarguria*); na poziomie duszy: gniew (gr. *orge*), smutek (gr. *lype*) i acedia (gr. *acedia*); a na poziomie ducha: próżność (gr. *kenodoksja*) i pycha (gr. *hiperfania*).

Poziom ciała traktowany był przez Ojców filokalicznych jako najniższy i dotyczący najbardziej podstawowych potrzeb człowieka, związanych z utrzymaniem i przedłużeniem życia. Demony swymi atakami starają się zawładnąć wyobraźnią człowieka w taki sposób, by rozbudzić w nim nienasyconą oraz coraz bardziej perwersyjną dążność do ich zaspokajania.

Choroby duszy: gniew, smutek i acedia – współcześnie traktowane są jako przejawy dysfunkcji życia psychicznego człowieka. Zaburzenia te występują na osi, której skrajnymi punktami są agresja i depresja. Ich przyczyn można doszukiwać się w niemożliwym do pełnego zaspokojenia pędzie ku urzeczywistnieniu pożądliwości z poziomu ciała. Patologia błędnego koła przyczynowo-skutkowego, które ma obracać się coraz szybciej i bardziej intensywniej, aby umożliwić czerpanie rozkoszy z doznań zmysłowych związanych z podstawowymi potrzebami człowieka, rozbija jego jedność psycho-fizyczno-duchową i powoduje stan chorobowy, który dobrze oddaje termin wrogość w odniesieniu do innych i siebie.

Sfera ludzkiego ducha jest szczególnie atakowana przez demony, które starają się w podstępny sposób uniemożliwić człowiekowi zbawienie. Dwie choroby ludzkiego ducha, a mianowicie: próżność, czy żądza próżnej sławy oraz pycha są bardzo trudne do wyleczenia.

Skuteczna terapia hezychastyczna zależy od urzeczywistnienia w praktyce szeregu warunków wstępnych oraz praktycznych zaleceń dotyczących walki z poszczególnymi zaburzeniami psycho-fizyczno-duchowymi i uzdrawiającej modlitwy. Z analizy pism Ojców filokalicznych wynika, iż proces powrotu do zdrowia uwarunkowany jest odpowiednim przygotowaniem człowieka, dzięki któremu może on coraz to bardziej otwierać się na działanie Boga. Proces ten polega na radykalnym zwróceniu się ku Bogu, co w praktyce oznacza konsekwentne dążenie do przemiany umysłu (gr. *metanoia*), by oderwać się od grzesznych przywiązań i otrzymać łaskę Bożą oraz na osiągnięciu stanu głębokiej skruchy

(gr. *katanyksis*), czyli równoczesnego uświadomienia sobie własnej grzeszności, jak i darowanego przez Boga przebaczenia. Dzięki temu chrześcijanin może w szczerości serca wyznać swoje przewinienia i prosić o przebaczenie przeszłych win. Tak przemiana umysłu, jak i głęboka skrucha mają charakter dynamiczny. Są darem pochodzącym od Boga, a zarazem trzeba dołożyć wielu starań, by je otrzymać.

Do drugiej grupy warunków skutecznej terapii hezychastycznej zaliczyć można świadome oczekiwanie na własną śmierć (gr. *mneme thanatou*) oraz rozważanie Sądu Ostatecznego, w czasie którego dokona się ostateczne zwycięstwo Chrystusa nad wszelkim złem. W tym odradzającym otwarciu się na Boga bardzo pomocny jest dar łez, będący znakiem rozpoczętego procesu przemiany duchowej człowieka.

W celu panowania nad sobą i nieulegania pokusom powodowanym przez wyobrażenia (gr. *fantasiai*), myśli (gr. *logismoï*) oraz namiętności/pożądliwości (gr. *pathi*) pochodzenia demonicznego niezbędna jest kontrola umysłu poprzez: uwagę (gr. *prosoche*)²⁷, czujność (gr. *nepsis*)²⁸ oraz wyciszenie wewnętrzne (gr. *hesychia*).

Ojcowie filokaliczni traktowali terapię hezychastyczną kompleksowo. Z jednej strony udzielali konkretnych pouczeń, mających na celu skuteczną walkę z wyobrazeniami pochodzenia demonicznego oraz chorobami ciała (obżarstwo, nieczystość, chciwość), duszy (gniew, smutek, acedia) i ducha (próżność i pycha), a z drugiej strony uważali za niezbędną uzdrawiającą modlitwę. Celem ich wskazówek była pomoc człowiekowi w całościowym, we wszystkich jego wymiarach, otwarciu się i koncentracji na Bogu. Z tego też względu zalecali, by w czasie modlitwy zachowywać odpowiednią postawę ciała i praktykować odpowiedni sposób oddychania, tak by włączyć się w proces jednoczenia się Bogiem również na poziomie fizjologii.

W metodzie hezychastycznej szczególną rolę odgrywa śpiew i recytacja psalmów, zarówno indywidualna, jak i wspólnotowa. Psalmody jest pomocna w głębszym rozumieniu Słowa Bożego i walce ze złymi myślami oraz w leczeniu się z pożądliwości. Ułatwia też wraz z czytaniem Ewangelii – osiągnięcie koncentracji na Bogu, rozbudzając pragnienie

²⁷ Uwagę (gr. *prosoche*) określano zazwyczaj jako „strzeżenie umysłu” (gr. *noos teresin*), „strzeżenie serca” (gr. *kardiaken filaken*), „czujność” (gr. *nepsin*) czy „noetyczne wyciszenie” (gr. *noeran hesychian*). Uwaga jest nie tylko „wyciszeniem serca”, gdyż jest również „zamierzonym wyciszeniem języka”.

²⁸ Czujność (gr. *nepsis*) jest „metodą duchową” (gr. *methodos pneumatike*) mającą na celu z pomocą Bożą rozróżnienie myśli (gr. *diakrasis logismon*), jak również całkowite uwolnienie człowieka od pożądliwych myśli i słów (gr. *empathon noematon kai logon*) oraz od popełniania złych czynów (gr. *poneron ergon*). Możliwe to jest oczywiście pod warunkiem, że czujność praktykowana jest gorliwie i przez długi czas. Praktykowanie czujności uzdalnia do wypełniania przykazań Bożych. Dzięki niej człowiek staje się goźdzen błogosławieństwa przyszłego wieku, a ponadto staje się też możliwe, oczywiście do pewnego stopnia, poznanie nie pojmowalnego Boga i Jego misteriów. Zanim czujność stanie się głównie koncentracją na Bogu, to przez długi czas polegać musi głównie na ustawicznym zatrzymywaniu myśli przy wejściu do serca.

kontemplacji i stanowiąc wspaniałe przygotowanie do praktykowania nieustannej modlitwy Jezusowej. W krótkiej formule: „Panie Jezu Chryste, Synu Boży zmiłuj się nade mną grzesznym” kryje się wielka prawda o słabości i chorobie człowieka oraz o uzdrowieniu i zbawieniu, jakim obdarza Bóg miłujący człowieka. Pierwsza część modlitwy Jezusowej objawia prawdziwą naukę wiary o Wcielonym Synu Bożym, a druga część zawiera prośbę o zmiłowanie, która jest nieodzowna ze względu na duchową kondycję człowieka. Dzięki nieustannemu praktykowaniu modlitwy Jezusowej przy wsparciu Ducha Świętego możliwe jest coraz pełniejsze otwieranie się na obecność uzdrawiającego Pana.

Ta psychosomatyczna metoda modlitwy całkowicie odróżnia się, pomimo zewnętrznych podobieństw, od wszelkich technik medytacyjnych, stosowanych w innych religiach, gdyż jej centrum jest Osoba Wcielonego Boga. Stąd też pierwszorzędne znaczenie ma koncentracja umysłu na Bogu, a pozycja ciała czy kontrola oddechu mają tę koncentrację wspomagać. Wypowiadanie modlitwy Jezusowej połączone z oddechem sprawia, że łatwiejsze staje się osiągnięcie wyzwolenia od zagrożeń ze strony demonów i różnych form zła.

Według autorów filokalicznych modlitwa Jezusowa pomaga w odrzucaniu demonicznych wyobrażeń, w walce ze złymi myślami, w wyzwoleniu się z pożądliwości oraz uzdrowieniu umysłu i duszy. Celem psalmodii, czytania Ewangelii i modlitwy Jezusowej jest osiągnięcie coraz to intensywniejszego skupienia na Bogu, określanej w metodzie hezychastycznej jako pamięć o Bogu (gr. *mneme tou Theou*). Za sprawą pamięci o Bogu umysł odzyskuje pierwotny żar miłości i staje się zdolny do coraz to intensywniejszego kontemplowania Osoby i obecności swego Pana, jak również leczy się z tego wszystkiego, co go przygnębia i rozprasza oraz osiąga bojaźń Bożą, wzrost w cnotach i oświecenie.

Współczesny człowiek łaknie zdrowia. Nieustająco zadaje sobie pytanie, co robić i jaką drogą należy podążać, by cieszyć się pełnią zdrowia? Hezychaci, lecząc w ciągu wieków chrześcijan, którzy mieli podobne pragnienia, jak my dzisiaj – wiedzieli, jak leczyć, by chorzy chrześcijanie uzyskali zdrowie. Za punkt wyjścia przyjmowali oni prawdę, iż prawie każdy chrześcijanin jest w jakimś sensie chory. Tak długo choruje, jak długo nękają go niszczące wyobrażenia (gr. *fantasiai*), miotają nim pożądliwości (gr. *pathi*) i podlega wpływom złych duchów. Przekładając to na język współczesnej psychologii można powiedzieć, że tak długo mamy do czynienia z zaburzeniami w funkcjonowaniu człowieka, jak długo w pełni nie panuje on nad sobą, pozostając zależnym od rozrywających go różnorodnych emocji, przeciwstawnych pragnień oraz uczuć i patologicznego stanu świadomości.

Metoda hezychastyczna może pomóc w rozumieniu siebie. Konsekwentne jej stosowanie daje poczucie scalenia siebie i odnalezienia sensu życia. Punktem wyjścia metody hezychastycznej jest głęboka znajomość człowieka, by w odpowiedni sposób prowadzić go ku spełnieniu. Metoda ta stanowi konkretne narzędzie, wypracowane przez Ojców filokalicznych, które mimo upływu wieków, nie straciło ze swojej aktualności. Aby je zrozumieć i wykorzystać w terapii poza prawosławnym środowiskiem monastycznym, wydaje się niezbędna akceptacja podstaw antropologii hezychastycznej oraz specyficznej terminologii do diagnozy i leczenia zaburzeń psycho-fizyczno-duchowych.

Reasumując, metoda hezychastyczna nie jest propozycją jedynie dla prawosławnego chrześcijanina, chociaż zrodziła się w tym kręgu kulturowo-społeczno-religijnym, ale również dla każdego współczesnego człowieka, wierzącego w Chrystusa, niezależnie od jego przynależności konfesyjnej. W tym sensie można twierdzić, że stanowi ona najbardziej ekumeniczną formę duchowości chrześcijańskiej. Wynika to z faktu, iż powstała w pierwszych wiekach nie podzielonego Kościoła i nie ma charakteru polemicznego. Nie jest ani antykatolicka, ani antyprotestancka. Choć zakorzeniona jest głęboko w liturgicznej tradycji prawosławia, to można ją przeszczepić na grunt innych tradycji kościelnych, a nawet stosować w leczeniu psychoterapeutycznym czy psychiatrycznym. Nie będzie to oczywiście łatwe, gdyż trzeba się liczyć z trudnościami, jakie mogą wywołać stosowane w niej kategorie antropologiczne. Kategorie te są całkowicie zrozumiałe w ramach teologii, wewnątrz której powstały. Nie da się ich jednak bezpośrednio zastosować w psychologii czy psychiatrii, które korzystają z odmiennego układu pojęć i ciągle jeszcze w zbyt dużym stopniu bazują na redukcjonistycznej antropologii post-oświeceniowej. Dla metody terapeutycznej, ukonstytuowanej w ramach duchowości hezychastycznej, typowe są terminy, które albo nie funkcjonują we współczesnej psychologii, albo jeśli nawet literalnie są obecne, to zmienił się ich zakres treściowy. Dopiero na podłożu prawosławnej antropologii w pełni zrozumiałe stają się poszczególne elementy hezychastycznej metody uzdrawiania człowieka, dzięki której można zyskać nie tylko zdrowie w sensie psycho-fizyczno-duchowym, ale także pogłębić relację z Bogiem.

* * *

Kościół – Ciało Chrystusa i wspólnota wierzących w Duchu Świętym jest również Szpitalem, czyli miejscem w którym dokonuje się leczenie i uzdrowienie człowieka. Takie rozumienie Kościoła bliskie było już św. Janowi Chryzostomowi, o czym świadczy jego

interpretacja przypowieści o miłosiernym Samarytaninie (por. Łk 10,30-35)²⁹. Podobnie bowiem, jak Samarytanin opatrzył rany poszkodowanego i rannego człowieka, zawiózł go do zajazdu i tam się o niego troszczył do czasu, aż wyzdrowiał, tak samo Chrystus troszczy się o poranionego człowieka, zabiera go do zajazdu, jakim jest Kościół-Szpital i dba o niego aż do całkowitego wyzdrowienia. Św. Jan Chryzostom wyjaśnia, powołując się na Psalm 38 (Ps 38,6: „Cuchną, ropieją me rany na skutek mego szaleństwa”), że rany są spowodowane przez grzechy, a Samarytaninem jest teraz Chrystus, który przychodzi na ziemię, by uleczyć zranionego człowieka. Zbawiciel doprowadza poranionego grzesznika do zajazdu, czyli do Kościoła i powierza go gospodarzowi – św. Pawłowi, a przez św. Pawła, kapłanom, nauczycielom i posługującym w Kościele, by oni zaopiekowali się chorym i przyłożyli na jego rany plastry, którymi są: mowa prorocka oraz nauczanie Ewangelii – Słowo Boże Starego i Nowego Testamentu, jak również sakramenty i duchowe pouczenia. Kościół Chrystusowy jest zatem Szpitalem, w którym leczy się tych, którzy zachorowali na grzech, a rola biskupów i kapłanów polega na terapii Ludu Bożego³⁰.

²⁹ Por. PG 62, 755-757.

³⁰ Por. Hierotheos, Metropolitan of Nafpaktos, *The illness and cure of the soul in the Orthodox Tradition*, transl. by E. Mavromichali, Levadia 1993, s. 28.