

3. Повесть временных лет / Памятники литературы Древней Руси. — С. 82.
4. Там само. — С. 193.
5. Грушевский М.С. Очерки истории украинского народа / М.С. Грушевский. — К., 1991. — С. 406.
6. Боровський Я.Є. Світогляд давніх киян / Я.Є. Боровський. — К.: Наукова думка, 1972. — С. 4.
7. Семчишин М. Тисяча років української культури / М.Семчишин. — К., 1993. — С. 22.
8. Боровський Я.Є. Світогляд давніх киян. — С. 34.
9. Семчишин М. Тисяча років української культури. — С. 24.
10. Боровський Я.Є. Світогляд давніх киян. — С. 27–28.
11. Там само. — С. 30.
12. Українська культура: лекції. — С. 197–222.
13. Там само. — С. 197–222.
14. Потебня А.А. Философия языка / А.А. Потебня // Слово и миф. — М.: Правда, 1989. — С. 498.

## SUMMARY

**Natalia Nedzelska**

### ON THE FEMININE IN RELIGIOUS LIFE OF UKRAINE

The author breaks the problem of places women in religious and social life in Ukraine. Women traditionally takes a high place in society since pre-Christian times to the present day.

Keywords: religion, female sex, female deities, Paganism, Christianity, fall, salvation.

*Тамара Тюріна, Ліліана Кудрик,  
Андрій Зачепа, Тетяна Равчина*

## ДУХОВНИЙ РОЗВИТОК ТА САМОРОЗВИТОК ОСОБИСТОСТІ: РЕЛІГІЙНИЙ ПІДХІД

*Як би не було темно навкруги,  
як би не було страшно, пам'ятай,  
що в цю темряву ти повинен внести світло,  
у цю сферу ненависті ти повинен внести любов,  
у цю дисгармонію ти повинен внести гармонію.*

*Святитель Василій Великий*

Розглядаються мета, зміст та засоби духовного розвитку та саморозвитку особистості, характеризуються етапи духовного зростання у процесі її наближення до Бога, розкривається внутрішня сутність молитовної практики з позицій православного християнства.

*Ключові слова:* духовний розвиток та саморозвиток, молитовна практика, православний ісихазм, етапи духовного перетворення, преображення людини.

У наш час формується нове розуміння структури людини: її цілісності, триєдності, де першоосновою є її духовне начало. При цьому особлива увага приділяється духовному розвитку та саморозвитку — стрижню, основі людини. Духовність має надособистісну природу, а тому вивчення цього феномена з позицій аналітичної науки певною мірою обмежене. Традиційна наука спрямована передусім на пізнання зовнішньої людини, духовність пов'язана з внутрішньою, глибинною сутністю особистості, яку досліджують та пояснюють релігійні та духовні філософські вчення<sup>1</sup>.

Про мету, шляхи та засоби духовного розвитку та саморозвитку, ступені, етапи перетворення, преображення людини мовиться в класичній йозі, буддизмі, піфагорействі, кабалі, суфізмі, християнстві, духовно-езотеричних філософських вченнях тощо<sup>2</sup>.

У наукових, релігійних, та духовно-езотеричних філософських джерелах зустрічаємо різні розуміння мети духовного саморозвитку: пробудження творчих здібностей, прихованих резервів людини; активізація ДНК і зміна генного коду; перехід на рівень енергетичного автотрофного живлення; розвиток інтуїції; досягнення стану просвітлення і святості, особистісного богоспілкування; досягнення звільнення, духовної свободи (нірвани, самадхі, мокші); досягнення стану внутрішньої гармонії з собою, відчуття єдності з природою, Землею і Космосом тощо.

Метою пропонованої статті є: розглянути ціль, зміст та засоби духовного розвитку та саморозвитку особистості; охарактеризувати етапи її духовного зростання у процесі її наближення до Бога з позицій православного християнства.

Протягом віків саме релігією були віднайдені відповідні засоби духовного розвитку та саморозвитку особистості, вивчалися його внутрішні механізми, розкривалися відповідні шляхи до вищого ступеня духовного росту.

Духовність за християнським віровченням — це віра в Бога, відчуття в собі Духа Божого, його енергії Життя.

У працях Отців православ'я поняття “духовність” означає найвищу здатність розумної душі (духу) розуміти і приймати Бога, де Бог сприймається як втілення Духа, як абсолютне Добро, Світло, Любов. “Блаженні вбогі Духом, бо їх є Царство Небесне” (Матвія 5:3)<sup>3</sup>.

Мета духовного саморозвитку у християнстві — це Богопізнання, особистісне Богоспілкування через молитву.

Згідно з богословськими джерелами, внутрішнім механізмом духовного самовдосконалення людини є Божі Заповіді — головні закони зовнішнього і внутрішнього життя. Усвідомлене наслідування вчення Христа, дотримання заповідей Божих, прояснення в собі образу Божого наближає людину до Бога.

Процес духовного самовдосконалення, зміни, трансформації, перетворення людини при її наближенні до Бога включає кілька етапів.

Першим етапом на шляху духовного розвитку та саморозвитку людини, за християнською релігією, є “самоаналіз”: Сповідь, Причастя, що дають можливість дати самооцінку своїм думкам, почуттям, діям, поведінці з позиції добра і зла. Вони допомагають людині усвідомити свої помилки, отримати прощення і насагу до подальшого духовного самовдосконалення.

Другим етапом є оволодіння нижчими пристрастями й імпульсами, викорінення пристрастей та формування протилежних до них чеснот. Чистота думок, почуттів, слів і вчинків, повна відсутність егоїстичних намірів, безкорисна праця, розвиток почуття єдності зі всім існуючим і, найголовніше, — любов до Бога, людей і навколишнього світу сприяють духовному зростанню людини.

Наступний етап на шляху духовного саморозвитку є перетворення, що передбачає не просто вдосконалення людини, а її докорінну зміну, благодатне переродження людини за допомогою Святого Духа — здобуття Духа Святого. Для досягнення благодатного переродження необхідні не тільки особисті зусилля людини щодо власного духовного саморозвитку, але й благодать Святого Духа, яку посилає Бог.

Плодами дії в людині Святого Духа є “Любов, радість, мир, довготерпіння, благодать, милосердя, віра, покірність, стриманість (Гал. 5, 22-29). Крім того, людям, що ведуть духовне життя, в нагороду від Нього даються духовні дари: Дух страху Божого (синівське благоговіння перед Богом). Дух пізнання (дар пророцький і пастирський). Дух сили (дар сили духовної, кріпость душі і сила волі). Дух поради (дар духовного проводу, наставництва). Дух порозуміння (чуйність душі до всього доброго й святого). Дух мудрості (уміння жити за заповідями Божими). Дух Господній (дар благочестя й праведності).

Високодуховна людина живе у спілкуванні з Богом, за волею Божою і перебуває у любові Божій — що і означає виконувати своє людське призначення на Землі.

Особлива увага духовному розвитку та саморозвитку приділяється у християнській православній духовній практиці — ісихазмі\*, мета якої — повне єднання із Богом ще під час земного життя.

\*Ісихазм — містична течія у християнстві — досліджує духовний розвиток та саморозвиток особистості, розвиток її духовного світу. Це вчення про

Суттю доктрини ісихазму є обоження людини — злиття з Богом, з'єднання усіх енергій людини з Божественною енергією. Це духовний досвід зміни енергійного стану людини, вища мета якого передбачає абсолютне поєднання людини з Богом, проте не сутнісно, а енергійно: уподобатися у своїх енергіях з Богом.

Засобом, що дозволяв досягнути такого стану, визнавалась відповідна молитовна практика — умна або ж Ісусова молитва. “Молитва є розмовою розуму з Богом,” — зазначається в одному з найперших трактатів ісихастської традиції — “Слові про молитву” ави Євагрія Понтійського<sup>4</sup>. Молитовний (літургійний) стан душі сприяє виявленню так званих розумних або духовних почуттів, які виникають у подвижника силою благодаті,

Згідно традиції ісихазму, в духовному процесі можливий такий рівень сходження, коли відбувається Преображення, перехід у новий стан, новий образ буття розуму, душі і тіла, усіх рівнів та вимірів людини, таємниче возз'єднання тварних енергій людської істоти з Божественною енергією, благодаттю. У цьому процесі духовний саморозвиток як шлях до Бога співпадає зі шляхом “до самого себе”, своєї внутрішньої єдності і гармонії.

Отже, вершина духовної практики в ісихазмі означала холистичний процес преображення, перетворення у нову природу людини, викликаний енергією Цілого<sup>5</sup>.

Як вже зазначалося раніше, мета духовного саморозвитку за християнським віровченням є досягнення стану особистісного спілкування з Богом через молитву. Зупинимося на цьому феномені більш детально.

У християнстві молитва розглядається як акт безпосереднього спілкування з Богом, можливість з'єднання людини з Ним. Іноді вона містить в собі звернення до Бога з мольбою про можливість знайти себе у цьому великому світі, дати відіння, розуміння свого земного шляху, іноді — надати душевні і фізичні сили, зміцнити дух, щоб вистояти тощо.

---

самоорганізацію духовного досвіду, становлення єдності з Богом, при якому сама людина досягає містичного поєднання з Ним.

Ісихазм виник в кін. III — на поч. IV ст. серед ранньохристиянських монахів Єгипту, Палестини і Малої Азії. Богословсько-теоретичне обґрунтування ісихазму отримав у XVIII-XX ст. Ісихазм представлений іменами Пасія Величковського, Тихона Задонського, Серафіма Боровського. Ігнасія Брянчаніновa, Феодана Затворника, Сілуана Афонського, Йосифа Афонського та ін.

Ісихатський досвід означає індивідуальний внутрішній стан людини, усвідомлено досягнутий нею у процесі поступового духовного розвитку, у якому переживається поєднання усіх енергій людини з Божественним.

Вища мета молитви — це спроба піднятися духовно, злитися з божеством, пізнати істину, пробудити сплячі сили людини, які відкривають її шлях у вищі світи.

Виділяють такі функції молитви:

- Звернення людини до Бога;
- Преображення природи людини;
- Соборне єднання людини з людиною в Дусі.

Кожна молитва — медитативна за своєю суттю. Тому саме через молитву людина входить у відповідний стан і починає жити у новому вимірі. Моли-товна духовна практика — це засіб пережити в собі Божественний потік енергії, духовні потоки світла, злитися з ними і жити в них. У людини виникає відчуття “злиття з безмежним”, “розчинення у сонячному світлі” тощо.

Молитва — це одночасно і праця, і мистецтво, і творчість.

Істинна молитва — це світло душі спрямоване до Бога. У відповідь на таку молитву на людину сходять мир, спокій і радість, те, що називається благодаттю.

З позицій останніх досягнень сучасної науки (теорія фізичного вакууму), молитва — це не просто звернення до надприродної істоти у формі прохання, а певний складний психофізіологічний феномен. Це своєрідний взаємозв'язок між людиною як наділеною свідомістю біологічною сутністю і певним Абсолютом чи Божественним Інформаційним полем, над свідомістю.

На можливість внутрішнього зв'язку з Богом кожної окремої людини через молитву вказують і сучасні вчені. За словами академіка Г. І. Шипова, “посередники між людиною і Богом не потрібні. Торсійні поля розповсюджуються миттєво по усьому Всесвіту. Це означає, що при щирому і чистому устремлінні з будь-якої точки, де б ви не знаходилися, є можливим миттєвий зв'язок з Богом.”<sup>6</sup>

Процес духовного розвитку та саморозвитку у сходженні до Бога починається з каяття, сповіді, причастя як переосмислення цінностей життя і усвідомленого очищення своєї психіки від негативних психічних проявів: егоїзму, самоті тощо. Наступні ступені пов'язуються з трансформацією думок і почуттів людини: формуванням високих почуттів, конструктивного мислення, доброї волі; усвідомленим культивуванням в собі таких найкращих душевних якостей, як любов, милосердя, співчуття до навкілля, почуття емпатії, єдності з усім світом; почуття відповідальності не тільки за себе, але за весь світ; формуванням усвідомленого прагнення жити і діяти за Заповідями Божими, творити себе за образом і подобою Божою. І останній етап — благодатне переродження, утворення духовно преображеної

людини на основі поєднання особистих зусиль людини і Божої благодаті, тобто за допомогою Святого Духа.

Смирення, мудрість, стан духовної довершеності є характерними для людини такого рівня розвитку. Високодуховна людина стає відкритою як для прийняття Божественної благодаті, так і сама стає джерелом духовності для інших і світу.

1. Тюріна Т. Г. Феномен духовності особистості. Монографія. — Львів: СПОЛОМ, 2009. — 232с.
2. Тюріна Т. Г. Духовна педагогіка: Витоки, сутність та перспективи розвитку. Монографія. — Львів: СПОЛОМ, 2005. — 276с.
3. Біблія або книги Святого Письма Старого й Нового Заповіту. — К.: Україна, 1992. — 1376с.
4. Добротолубіе. — Т. 2. — Свято-Троїцкая Сергієва Лавра, 1992. — 760с.
5. Телиженко Л. В. Мистический опыт как антропологический модус: синергетический поход. Монография. — Сумы: ВВП "Мрия-1", ТОВ, 2007. — 176с.
6. Тихоплав В. Ю., Тихоплав Т. С. Великий переход. — СПб: ИД "ВЕСЬ", 2002. — 256 с.

## SUMMARY

**Tamara Tiurina**

### INDIVIDUAL'S SPIRITUAL DEVELOPMENT AND SELF-DEVELOPMENT: RELIGIOUS APPROACH

The article considers objectives, content and means of an individual's spiritual development and self-development; stages of spiritual growth during the process of his/her approaching to God are characterized; inner essence of prayer practice from the position of the Orthodox Christianity is revealed.

Keywords: spiritual development and self-development, prayer practice, Orthodox Hesychasm, stages of spiritual transformation, transfiguration of a human.

*Наталія Гаврілова*

## СХІДНІ РЕЛІГІЇ В СУЧАСНОМУ УКРАЇНСЬКОМУ ДУХОВНОМУ ПРОСТОРІ

Зосереджено увагу на причинах виникнення східних релігій в сучасній Україні, на їх ключових особливостях, географії поширення та тих ідеях, що привертають увагу пересічних громадян України. Констатується явище включення духовних традицій Сходу про сутність та мету людського існування у релігійне життя українців.

*Ключові слова: орієнталізм, Схід і Захід, неорелігії східного походження, східна релігійність, самопізнання.*