

Magdalena Wach

Amerykańskie Stowarzyszenie Praktyków Filozoficznych APPA

Filozofia transformacji jako odpowiedź na kryzys sensu i realizmu świata

Wprowadzenie

Współczesny świat charakteryzuje się dynamicznymi przemianami kulturowymi, społecznymi i technologicznymi. Przyspieszenie życia, pluralizm wartości oraz zanikanie stabilnych struktur wspólnotowych prowadzą do kryzysu tożsamości jednostki i poczucia sensu istnienia. Kryzys sensu i tożsamości coraz częściej spleta się z kryzysem realizmu, rozumianym jako załamanie relacji między doświadczeniem a światem. Zanik wspólnego horyzontu znaczeń, rozmycie granicy między tym, co autentyczne i symulowane, a także dominacja kultury wirtualnej, prowadzą do utraty poczucia rzeczywistości. Jean Baudrillard wskazywał, że w epoce symulaków i „hiperrzeczywistości” obraz zaczyna zastępować to, co realne, aż do momentu, w którym nie sposób już rozróżnić przedstawienia od tego, co przedstawiane¹. Kryzys realizmu nie dotyczy jedynie epistemologii, lecz dotyka samego rdzenia egzystencji, jednostka traci zakorzenienie w świecie, który jawi się

¹ Zob. J. Baudrillard, *Symulakry i symulacja*, tłum. S. Królak, Warszawa 2005, s. 10–13.

teraz jako niestabilny, fragmentaryczny i podatny na dowolne rekonfiguracje. W konsekwencji, trudniejsze staje się zarówno rozumienie siebie, jak i rozpoznanie prawdy o rzeczywistości. Jak zauważa Zygmunt Bauman, w społeczeństwie płynnej nowoczesności człowiek doświadcza „egzystencjalnej niepewności”, jego życie staje się serią projektów, które nie gwarantują trwałości ani głębi znaczeniowej². Podobnie Charles Taylor podkreśla, że utrata wspólnych ram narracyjnych w kulturze prowadzi do fragmentacji tożsamości i niepewności co do własnych wyborów moralnych³. Zanik świata wspólnego, o którym pisała Hannah Arendt, przejawia się nie tylko w rozpadzie przestrzeni dialogu i doświadczenia współdzielonego, ale także w erozji tego, co uznawane było niegdyś za obiektywne, trwałe i konstytutywne dla rzeczywistości społecznej⁴.

W tym kontekście pojawia się pytanie: czy istnieje filozoficzna odpowiedź umożliwiająca odbudowę sensu i tożsamości, nie poprzez powrót do stabilnych form przeszłości, lecz poprzez głęboką transformację? Celem niniejszego artykułu jest ukazanie filozoficznej transformacji człowieka, jego narracji i relacji ze światem, jako propozycji zdolnej do przezwycięzania współczesnego kryzysu sensu i realizmu.

Diagnoza kryzysu

Jednym z najbardziej charakterystycznych wymiarów współczesności jest narastające poczucie kryzysu, które obejmuje zarówno sferę sensu egzystencjalnego, jak i doświadczenie świata jako rzeczywistości realnej i wspólnej. Kryzys ten nie ogranicza się do

² Zob. Z. Bauman, *Płynna nowoczesność*, tłum. T. Kunz, Kraków 2006, s. 9–15.

³ Zob. C. Taylor, *Źródła podmiotowości. Narodziny tożsamości nowoczesnej*, tłum. M. Gruszczyński, Warszawa 2001.

⁴ Zob. H. Arendt, *Kondycja ludzka*, tłum. A. Łagodzka, Warszawa 2010, s. 64–67.

wymiaru indywidualnego. Przeciwnie, ma charakter kulturowy, społeczny i ontologiczny. W warunkach przyspieszenia, permanentnej produktywności i zaniku trwałych struktur odniesienia, człowiek traci zdolność zakorzenienia w świecie oraz sprawczość w rozumieniu klasycznym. Utrata ta wiąże się z erozją tożsamości, rozpadem sensowności doświadczenia i trudnością odróżnienia tego, co realne, od tego, co symulowane.

Diagnozy współczesności formułowane przez filozofów i socjologów nowoczesności i ponowoczesności wskazują, że mamy do czynienia z sytuacją, w której podmiot zostaje pozbawiony przestrzeni dystansu, kontemplacji i wspólnotowej orientacji. Na ten kryzys nakłada się nieustanna presja autoafirmacji, indywidualnej samorealizacji i ciągłej optymalizacji siebie, w wyniku których dochodzi do wyczerpania i dezorientacji. Zjawiska te prowadzą ku erozji realizmu egzystencjalnego, osłabiając relację między człowiekiem a światem.

Współczesny kryzys nie jest wydarzeniem nagłym ani lokalnym, lecz procesem rozciągniętym w czasie i przenikającym różne wymiary życia. Jednym z najważniejszych jego diagnostów jest pochodzący z Korei Południowej i piszący po niemiecku filozof, Byung-Chul Han⁵, który opisuje współczesność jako epokę autoeksploatacji, nadmiaru przejrzystości i zaniku inności. Według Hana, jednostka nie jest już podmiotem opresji zewnętrznej, lecz własnym agresorem, przejmującym logikę wydajności i produktywności. W „społeczeństwie zmęczenia” i „społeczeństwie przejrzystości” zanika przestrzeń kontemplacji, milczenia, dystansu oraz tego, co nieukazane i niewyeksponowane.

Han wskazuje też, że współczesny człowiek żyje w świecie, w którym nadmiar informacji nie prowadzi do poznania, lecz do

⁵ B.-Ch. Han, pomimo azjatyckiego pochodzenia i mocnego ugruntowania w tradycji Wschodu, jest zadeklarowanym katolikiem, na którego rozważania powoływał się w swojej Encyklice *Dilexit Nos. O miłości ludzkiej i Bożej Serca Jezusa Chrystusa* papież Franciszek, a wielu komentatorów odnajduje w jego filozofii wyraźne wątki antropologii chrześcijańskiej. Jest jednym z najchętniej czytanych współcześnie filozofów.

utruty zdolności do kontemplacji i rozeznania. W efekcie myślenie staje się reaktywne, a nie refleksyjne; obecność zostaje zastąpiona ekspozycją, a relacja funkcją. Filozof opisuje zjawisko „pozytywności,” które eliminuje doświadczenie negatywności jako warunku refleksji, sensu i przemiany. Bez momentu negatywnego, braku, dystansu i odcięcia, człowiek traci zdolność tworzenia znaczeń.

Diagnoza Hana koresponduje z analizami opisującymi zanikanie świata wspólnego. Hannah Arendt pisała o rozpadzie przestrzeni publicznej, w której ludzie mogliby współdziałać i doświadczać wspólnotowej rzeczywistości. Zanik „świata wspólnego” oznacza nie tylko kryzys polityczny, ale także utratę rzeczywistości rozumianej jako to, co między nami i poza nami, a nie tylko to, co wewnątrz prywatnej świadomości.

Ponowoczesny świat wymusza na człowieku stałe przyspieszanie i prowadzi do tego, że społeczeństwo staje się „społeczeństwem zmęczenia”. Termin został zaproponowany przez Hana i jednocześnie jest tytułem jego zbioru esejów⁶, w którym stawia on radykalne i niezwykle celne diagnozy współczesnego świata i społeczeństwa. Również w radykalny sposób odrzuca kierunek rozwoju współczesnej cywilizacji. Han poddaje analizie różne elementy funkcjonowania społeczeństwa. Obnaża cyfrowy panoptikon społeczeństwa transparenacji, w którym wszystko jest jawne, wystawione na publiczny ogląd, pozbawione wszelkich zakazów i nakazów. Człowiek żyje tu w przestrzeni wolności, która jest wolnością pozorną, stale samego siebie wyzyskując, co prowadzi go do depresji.

Han sugeruje, że w świecie, w którym nie ma czasu na odpoczynek i świętowanie, w świecie pozbawionym miłości, rytuału, ale też bólu i różnicy, musi dojść do zdecydowanego przełomu. Tym przełomem jest załamanie w wyniku przepracowania, zmęczenie noszące znamiona radykalnej zmiany.

⁶ B.-Ch. Han, *Społeczeństwo zmęczenia i inne eseje*, przeł. R. Pokrywka, M. Sutowski, Warszawa 2022.

Swój wywód Han rozpoczyna od stwierdzenia, że „każda epoka ma swoje dominujące choroby”⁷, a chorobami typowymi dla początków XXI wieku są wszelkie choroby układu nerwowego, takie jak depresja, zespół nadpobudliwości z deficytem uwagi (ADHD), zaburzenie osobowości typu borderline czy syndrom wypalenia zawodowego⁸. Jego zdaniem przyczyną tych chorób nie jest coś negatywnego, ale nadmiar pozytywności, wszechobecny przymus szczęścia i ciągłej samooptrymalizacji, samodoskonalenia.

Han pisze o przemocy pozytywności, która to przemoc nie jest wcale wroga, niczego nie odbiera, ale przesyca, prowadząc do wyczerpania⁹. Śledzi przemianę „społeczeństwa dyscyplinarnego” Michela Foucaulta w „społeczeństwo osiągnięć”, w którym główną cechą nieświadomości społecznej jest ciągle dążenie do maksymalizacji produkcji. W społeczeństwie wydajności negatywne schematy zakazu i techniki dyscyplinujące tracą na sile oddziaływania, ustępując paradygmatowi osiągnięć. Paradygmat osiągnięć jest, zdaniem Hana, „pozytywnym schematem możliwości”, który jest o wiele bardziej wydajny niż „negatywny schemat powinności”¹⁰.

Han przywołuje definicję depresji Alaina Ehrenberga¹¹, który źródeł depresji upatruje w przejściu od społeczeństwa dyscyplinarnego do społeczeństwa osiągnięć: „Kariera depresji rozpoczyna się wówczas, kiedy dyscyplinarny model sterowania zachowaniem, który w autorytarny sposób – metodą zakazów przypisywał odpowiednie role klasom społecznym i obydwu płciom, ustępuje

⁷ Zob. tamże, s. 19.

⁸ Zob. tamże.

⁹ Zob. tamże, s. 28.

¹⁰ Zob. tamże, s. 29.

¹¹ Alain Ehrenberg (ur. 1950) francuski socjolog, znany z głównej pracy na temat depresji klinicznej: *Znużenie jaźnią*. Jego praca koncentruje się na kulturze indywidualizmu we współczesnych czasach i jej związku ze zdrowiem psychicznym. Od 2023 r. jest dyrektorem ds. badań w Centre National de Recherche Scientifique (CNRS) w Paryżu.

na rzecz normy nakłaniającej każdego do powzięcia osobistej inicjatywy: zobowiązuje nas do bycia sobą [...]. Człowiek depresyjny nie jest w formie, jest wyczerpany wysiłkiem stawania się sobą¹². Han definicję tę poszerza o aspekt niedostatku więzi, wynikającego z charakterystycznej dla współczesnych społeczeństw atomizacji i fragmentacji, a także o zjawisko przemocy systemowej w postaci presji sukcesu, która prowadzi do „wyczerpanej, wypalonej duszy”. Nakaz osiągania sukcesów określa Han jako nowy imperatyw społeczeństwa pracy¹³. Społeczeństwo pracy tworzy nowy typ człowieka, który pozostaje bezbronny wobec atakującego go nadmiaru pozytywności. „Człowiek w depresji – pisze Han – to *animal laborans*, które samo siebie wyzyskuje, tyle że dobrowolnie, bez zewnętrznego przymusu, stając się katem i ofiarą jednocześnie. [...] Depresja [...] przychodzi wówczas, gdy podmiot osiągnąć nie może już moc. Wyraża się najpierw jako zmęczenie działaniem i możliwością¹⁴.”

Tak kluczowy, w rozumieniu Hana, nadmiar pozytywności jest też nadmiarem wszelkiego rodzaju impulsów, informacji i pokus. Nadmiar ten w radykalny sposób zmienia ludzką uwagę i jej strukturę. Sposób, w jaki człowiek postrzega rzeczywistość, staje się rozproszony i maksymalnie podzielony. Ludzkie życie coraz bardziej staje się walką o przetrwanie, w której wyniku szerzą się w sposób pandemiczny zjawiska takie jak mobbing. Tymczasem, co podkreśla Han, ludzka kultura, w tym filozofia, zawsze rozwijały się dzięki innemu rodzajowi uwagi, dzięki uwadze kontemplacyjnej. Głęboka uwaga jest coraz bardziej wypierana przez nadpobudliwość. Nadpobudliwość to jeszcze inny rodzaj uważności, taki, w którym występuje szybka zmiana koncentracji, szybkie zmiany w koncentracji nad różnymi zadaniami, szybkie przeskakiwanie między źródłami informacji i różnego rodzaju procesami. Nadpobudliwość nie toleruje nudy, szczególnie tej głębokiej,

¹² Han, *Społeczeństwo zmęczenia i inne eseje*, dz, cyt., s. 29–30.

¹³ Zob. tamże, s. 29.

¹⁴ Tamże, s. 31.

będącej podstawą dla zaistnienia jakiegokolwiek procesu twórczego. Zdaniem Hana, głęboka nuda stanowi szczyt odprężenia duchowego, tak jak sen stanowi szczytowy punkt ludzkiej cieleśności¹⁵.

Filozofia jako droga przemiany – źródła idei

Jeżeli przyjąć, że współczesny kryzys sensu i realności świata, opisany przez Byung-Chul Hana, ma charakter nie tylko społeczny, ale duchowo-egzystencjalny, to odpowiedzi nań nie sposób szukać wyłącznie w ramach nowoczesnych kategorii psychologicznych czy socjologicznych. Kryzys, o którym mówi Han, sięga głębiej, bo dotyczy samej kondycji świadomości i sposobu, w jaki człowiek odnosi się do świata i samego siebie. W tym sensie nie jest to wyłącznie problem nowoczesności, lecz przejaw trwającej w dziejach duchowej choroby: utraty zdolności do wewnętrznego zwrotu, do refleksyjnego kontaktu z rzeczywistością i ze sobą samym.

Właśnie dlatego zrozumienie tego kryzysu wymaga sięgnięcia do źródłowego momentu, w którym filozofia nie była jeszcze systemem pojęć ani teoretyczną spekulacją, lecz sposobem życia i przemiany. W obliczu współczesnej fragmentaryzacji podmiotu i powierzchowności doświadczenia, powrót do antycznego rozumienia filozofii pozwala uchwycić zapomniany wymiar myślenia jako ćwiczenia duchowego. W epoce, która utraciła wewnętrzny wymiar refleksji, *philosophia* w jej pierwotnym sensie może ponownie stać się drogą do jedności: między poznaniem i życiem, teorią i praktyką, świadomością i światem.

To właśnie tę ideę – filozofii jako przemiany egzystencji – przywraca w swojej interpretacji francuski filozof, Pierre Hadot. Jego badania nad antycznymi szkołami filozoficznymi ukazują, że

¹⁵ Zob. tamże, s. 33.

myślenie filozoficzne rodziło się z potrzeby duchowego przekształcenia człowieka, a nie tylko z czysto intelektualnej ciekawości. W świecie przepelnionym informacją, lecz pozbawionym mądrości, powrót do koncepcji Hadota staje się próbą rekonstrukcji pierwotnego sensu filozofii: jako sztuki życia, która prowadzi do *metanoi*, do przemiany wewnętrznej i odzyskania prawdziwej relacji z rzeczywistością.

Już w filozofii greckiej myślenie i życie nie stanowiły odrębnych dziedzin. Filozofia była rozumiana jako *bios philosophikos* – sposób życia oparty na praktykowaniu prawdy, a nie jedynie na jej kontemplacji. Sokrates, zgodnie z przekazem Platona, utożsamiał mądrość z troską o duszę, a refleksję filozoficzną z procesem moralnego oczyszczenia i samopoznania. Jak zauważa Pierre Hadot, „dla starożytnych filozofia nie była dyskursem teoretycznym, lecz sposobem życia, który miał przynieść wewnętrzną przemianę”¹⁶. W tym sensie filozofia transformacji stanowi powrót do źródeł, do rozumienia filozofii jako praktyki kształtowania siebie. Już w koncepcji *epimeleia heautou* – troski o siebie – obecny był wymiar przemiany: nie chodziło o introspekcję w sensie psychologicznym, lecz o ćwiczenie ducha, które prowadzi do życia zgodnego z rozumem i cnotą. Filozofia była terapią duszy, prowadzącą od niewiedzy i lęku ku wolności i pogodzie ducha (*ataraxia*).

Ten wymiar terapeutyczny i egzystencjalny filozofii był następnie rozwijany przez szkoły hellenistyczne. Stoicy, epikurejczycy i sceptycy oferowali różne drogi ku wewnętrznemu spokojowi, ale każda z nich zakładała, że myślenie ma moc przemieniającą. Zgodnie z maksymą Epikteta, „nie rzeczy same nas niepokoją, lecz sądy, jakie o nich wydajemy”¹⁷. Przemiana dokonywała się poprzez przekształcenie sposobu widzenia świata – a więc poprzez filozofię rozumianą jako praktykę duchową.

¹⁶ Zob. P. Hadot, *Filozofia jako ćwiczenie duchowe*, tłum. Piotr Domański, Warszawa 2003, s. 35.

¹⁷ Zob. Epiktet, *Encheiridion, czyli krótkie wyłożenie nauki Epikteta*, tłum. L. Joachimowicz, Warszawa 1997, s. 5.

Hadot pokazuje, że filozofia antyczna była zbiorem „ćwiczeń duchowych”, mających na celu przemianę całej egzystencji: „Każda szkoła filozoficzna proponowała pewien sposób życia, który miał uczynić człowieka wolnym i szczęśliwym”¹⁸.

Pogłębimy teraz rozważania nad zagadnieniem przekształceniowej roli filozofii. Zdaniem Pierre`a Hadota, człowiek praktykujący filozofię jako sztukę życia, wchodzi na drogę przemiany. W jego bycie zachodzi proces konwersji. Wytlumaczymy zatem, czym jest konwersja i w jaki sposób działa.

Konwersja to słowo pochodzące od łacińskiego *conversio*, oznaczającego zmianę kierunku, zwrot. Słowo łacińskie odpowiada dwóm słowom greckim, które mają różne znaczenie. W jego skład wchodzi więc słowo *epistrophe*, oznaczające zmianę kierunku, odnoszące się też do idei powrotu (może to być albo powrót do siebie, albo powrót do źródeł) oraz słowo *metanoia*, oznaczające zmianę sposobu myślenia lub jego korektę, odnoszące się do idei odrodzenia i przemiany. Zdaniem Hadota, ta przejawiająca się w pojęciu konwersji opozycja idei „powrotu do źródeł” i „odrodzenia” wywarła niezwykle silny wpływ na świadomość Zachodu, szczególnie od narodzin chrześcijaństwa. Hadot twierdzi wręcz, że idea konwersji ma dla Zachodu znaczenie konstytutywne¹⁹.

Aby konwersję dobrze zrozumieć należy, zdaniem Hadota, przyrzeć się jej z różnych punktów widzenia: historycznego, socjologicznego, psychologicznego, teologicznego i filozoficznego. Każdy z tych punktów odniesień wskazuje na dwie istotne kwestie. Po pierwsze na wolność człowieka jako istoty, która zdolna jest do przejścia całkowitego przekształcenia i w jego wyniku spojrzenia na swoją przeszłość i przyszłość i dokonania ich oceny. Po drugie pokazuje wyraźnie, że to przekształcenie możliwe jest dzięki działającym z zewnątrz: łasce Bożej lub społecznemu przymusowi²⁰.

¹⁸ Zob. Hadot, *Filozofia jako ćwiczenie duchowe*, dz. cyt., s. 34.

¹⁹ Zob. P. Hadot, *Ćwiczenia duchowe i filozofia starożytna*, tłum. P. Domański, Warszawa 2018, s. 207–208.

²⁰ Zob. tamże, s. 208.

Patrząc na zagadnienie konwersji przez pryzmat socjologii, należy zwrócić uwagę na to, jak istotnie wpływają na człowieka wszelkie zmiany otoczenia społecznego. Zmiana środowiska może często przybrać charakter kryzysu i dokonać radykalnej zmiany w osobowości jednostki, która aspiruje do wejścia do nowej, innej grupy społecznej. W tym sensie, zmiana otoczenia może znacząco zmienić świadomość²¹.

Psychologiczne ujęcie tego zagadnienia pojawiło się po raz pierwszy na przełomie XIX i XX wieku i miało oparcie w licznie zgromadzonych dokumentach i świadectwach, wyjaśniających pojęcia takie jak świadomość podprogowa i jej wpływ na zmiany zachodzące w świadomości. Współcześnie, podejście psychologiczne uwzględnia raczej odkrycia dotyczące fizjologii, w szczególności wpływu pewnych uwarunkowań fizjologicznych na możliwe zmiany w osobowości²².

Hadot zwraca uwagę, że z historycznego punktu widzenia, zjawisko konwersji występowało częściej w aspekcie politycznym i filozoficznym niż religijnym. Dodatkowo, konwersja polityczna i filozoficzna były ze sobą powiązane. W starożytnej Grecji zjawiska konwersji najczęściej doznawano właśnie na gruncie politycznym, gdzie stopniowo i systematycznie rozwijane sztuki retoryczne i oratorskie, miały zdolność „odmieniania duszy” i przekonywania do zmiany²³.

Konwersja filozoficzna była z tą polityczną związana i mniej rozpowszechniona, stwarzała jednak możliwości głębszej przemiany. Trzeba zrozumieć, że dla Platona filozofia była konwersją polityczną, przez którą dokonywała się zmiana państwa, ale aby się ona dokonała, należało najpierw zmienić ludzi, a tego dokonać mógł jedynie filozof, który jako człowiek „nawrócony” na filozofię, jest jedynym zdolnym do przemieniania innych. Filozof zdobył

²¹ Zob. Hadot, *Ćwiczenia duchowe i filozofia starożytna*, dz. cyt., s. 214.

²² Zob. tamże.

²³ Zob. tamże, s. 209.

się na odwagę, aby odwrócić wzrok od świata cieni, wyszedł z jaskini i skierował się ku światłu i idei Dobra. Taki krok jest możliwy dla każdego, ale nie każdy się nań decyduje. Większość ludzi patrzy w niewłaściwą stronę. Dlatego też głównym celem kształcenia (wychowanie to właśnie konwersja) jest nawrócenie wzroku ludzkiego na właściwy kierunek, którym jest idea Dobra. Dopiero gdy społeczeństwo przekształci swoją duszę całkowicie, a filozofowie będą zarządzać państwem, możliwa będzie jego konwersja²⁴.

Według Hadota, filozofia starożytna nigdy nie jest jedynie tworzeniem abstrakcyjnego systemu teoretycznego. Stanowi natomiast rodzaj wezwania, aby za jej pośrednictwem wyrwać się ze stanu, w którym tkwi człowiek, odnaleźć swoją pierwotną naturę (gr. *epistrophe*) i przejść całkowite przekształcenie swojej istoty i sposobu bycia (gr. *metanoia*). To właśnie słowo filozofa ma moc dokonywania tak radykalnej zmiany, ma moc przemieniania duszy, doprowadzenia do całkowitego zerwania z dotychczasowym sposobem życia, ubierania się, odżywiania, rezygnacji z prowadzonej dotychczas działalności (szczególnie politycznej). To filozof ma możliwość wprowadzenia adeptów na ścieżkę ćwiczeń duchowych, które dokonają całkowitej zmiany w moralności jednostki i docelowo doprowadzą do osiągnięcia spokoju duszy. To właśnie filozofia dysponuje środkami pozwalającymi jej na nawracanie dusz. Taka filozofia staje się aktem konwersji, konwersji bardziej jednostek niż państw. W takim trybie filozofia działała w szkołach stoickich, epikurejskich czy neoplatonickich²⁵.

Hadot przypomina, że dla stoików, byt żywy, przeniknięty Logosem świata, ożywiany był przez *tonike kinesis*, a więc przez ruch wibracyjny z wewnątrz na zewnątrz i z zewnątrz do wewnątrz. Organizmy żywe pozostają tym samym w stałym napięciu pomiędzy dwiema siłami: tą, która wprawia je w ruch i wywołuje ich wzrastanie, i tą, która pozwala im na przyswajanie i doświad-

²⁴ Zob. tamże, s. 210.

²⁵ Zob. tamże.

czanie za pośrednictwem zmysłów. Celem mędrca jest uświadomienie sobie tego napięcia. Ruch duszy powinien być, zdaniem stoików, zawsze skoordynowany z ruchem wszechświata²⁶.

Neoplatonizm rozumie ten rytm Logosu jako opozycję pomiędzy wyrażanym w ruchu zewnętrznym życiem a wyrażanym przez umysł powrotem do wewnątrz, do tożsamości. Byt stanowi jedność tego podwójnego ruchu, a spoczynek, wyjście i konwersja stanowią jego części składowe. *epistrophe* jest w neoplatonizmie związana z rytmem życia, z oddechem. Jest nawet samą definicją życia duchowego, postrzeganego jako zmianę położenia duszy w wiecznym ruchu bytu. Byt jest doskonały, a jego doskonałość wyraża się w powrocie do właściwego źródła. Tak rozumiana *epistrophe* jest jednocześnie *anamnesis*, jest przypomnieniem pierwotnej jedności²⁷.

Hadot przekonuje, że najintensywniej konwersja przejawia się w judaizmie i chrześcijaństwie, czyli religiach tzw. „świadomości nieszczęśliwej” (określenie G.W.F. Hegla). W tych religiach następuje zachwianie równowagi w wymianie tego, co boskie i tego, co ludzkie, a także rozłam pomiędzy człowiekiem a naturą. Mamy tu do czynienia z konwersją religijną, podobną do tej filozoficznej, jednak o bardziej radykalnym charakterze, przyjmującej postać absolutnej wiary w Boskie słowo i wolę zbawienia. Spotykamy się tu ponownie z powrotem do źródeł, do idealnego stanu, do pełni doskonałości Bożej. Starotestamentowy Bóg wielokrotnie nawołuje do „nawracania się”, ustami proroków często zachęca do odejścia od grzechu, do dokonania skruchy, która umożliwi całkowity przewrót²⁸.

„Zaprawdę powiadam wam: Jeśli się nie odmienicie i nie staniecie się jak dzieci, nie wejdzicie do Królestwa Niebieskiego”²⁹.

²⁶ Zob. P. Hadot, *Filozofia jako edukacja dorosłych: teksty, perspektywy, rozmowy*, przeł. P. Bobowska-Nastarzewska, Warszawa 2023, s. 62.

²⁷ Zob. tamże.

²⁸ Zob. Hadot, *Ćwiczenia duchowe i filozofia starożytna*, dz. cyt., s. 210.

²⁹ Mt 18, 3. Cytaty biblijne za: *Pismo Święte Starego i Nowego Testamentu. Biblia Tysiąclecia*, oprac. Zespół Biblistów Polskich z inicjatywy Benedyktynów Tynieckich, Poznań 2000.

Tymi słowami Chrystus wzywa do *metanoi*. Konwersją na chrześcijaństwo jest właśnie *metanoia*³⁰, która dokonuje się w akcie ponownych narodzin: „Trzeba wam się powtórnie narodzić; To, co się z ciała narodziło, jest ciałem, a to, co się z Ducha narodziło, jest Duchem”³¹. Zatem chrześcijańska konwersja to zarazem *epistrophe* i *metanoia* – nawrócenie i odrodzenie. *epistrophe* przejawia się w pragnieniu powrotu do łona matki, aby narodzić się na nowo³². Tu mamy do czynienia z przeplataniem się wydarzeń zewnętrznych z wewnętrznymi. Wydarzeniem zewnętrznym jest dla chrześcijan chrzest, wewnętrznym jest konwersja, doświadczenie, które wynika z chrztu, będącego symbolem ponownych narodzin³³.

Chrześcijańska konwersja jest możliwa dzięki wierze w Królestwo Boże, które zapowiada Chrystus. Boskie znaki objawiające się w jego cudach są pierwszymi czynnikami tej konwersji. *metanoia*, która zachodzi w człowieku dzięki wierze w ukrzyżowanego Chrystusa, jest radykalnym doświadczeniem śmierci przeżywanej w duchu, bez udziału jakichkolwiek rytuałów. W wyniku tej radykalnej przemiany rodzi się zupełnie nowy człowiek. Jak pisze Hadot: „*epistrophe* jest przebudzeniem ze snu, przypomnieniem czuwania: *anamnesis*, *metanoia* jest śmiercią i zmartwychwstaniem: *anastasis*. To odnowienie rozciąga się na świat: «Oto czynię wszystko nowe»”³⁴.

Zdaniem Hadota, w momencie, gdy chrześcijaństwo zwróciło się ku grecko-rzymskiej filozofii, dwa rodzaje konwersji zaczęły się na siebie nakładać, co dobrze widać w interpretacji słów Ewangelii, dokonanych przez Klemensa Aleksandryjskiego. W odniesieniu do fragmentu: „Kto straci swą duszę, znajdzie ją”³⁵, Kle-

³⁰ Zob. Dz 2, 38.

³¹ J 3, 6–7.

³² Zob. Hadot, *Filozofia jako edukacja dorosłych*, dz. cyt., s. 63.

³³ Zob. Hadot, *Ćwiczenia duchowe i filozofia starożytna*, dz. cyt., s. 211.

³⁴ Tamże.

³⁵ Por. Mt 16, 25.

mens tłumaczy: „To więc oznacza: «znaleźć duszę», czyli poznać samego siebie. Zwrot zaś do spraw boskich tłumaczą stoicy jako wynik nowego ustawienia się duszy, mianowicie w kierunku mądrości. Platon natomiast tłumaczy zwrot do spraw boskich jako zwrot duszy ku czemuś lepszemu i odwrócenie się od dnia, który noc przypomina”³⁶.

Dokonując takiej interpretacji, Klemens zauważa, że *metanoia* i *epistrophe*, stanowiące odpowiedź na to samo ludzkie dążenie, zbudowały w ludzkiej świadomości dwa odmienne bieguny interakcji. Po Klemensie interakcja pomiędzy *epistrophe* i *metanoią* rozwijała się w chrześcijańskiej teologii i mityce, gdzie boskość postrzegano jako stale rozwijającą się i kurczącą jedność. W tym rozumieniu w roli *epistrophe* występuje łączący wszystko Duch Święty³⁷. Idąc dalej tym tokiem rozumowania, Hadot tłumaczy trynitarnie oddziaływanie historii zbawienia: „historyczne wciele nie Jezusa odpowiada ruchowi wyjścia, ekstazy, unicestwienia boskości, a powrót Jezusa na łono Ojca z całą ludzkością w Duchu Świętym odpowiada ruchowi powrotu do siebie i samouwiele bnie unicestwionej Boskości”³⁸.

Poprzez te dwa bieguny pomiędzy *epistrophe* i *metanoią* myśl zachodnia, zachowując wciąż relację z przeszłością, wchodzi na zupełnie nową drogę. W tej myśli zachodniej, filozofia, zdaniem Hadota, zawsze rozumiana była jako „akt konwersji związany z samą strukturą rzeczywistości”³⁹. Tak rozumiany akt konwersji jest aktem powrotu do źródeł, doświadczania przez człowieka swojej własnej genezy. Akt konwersji jest więc aktem inwersji. Różne zjawiska z historii filozofii starożytnej tłumaczyć można jako inwersję inwersji. Jest nią tak wyjście kajdaniarzy z jaskini platońskiej, jak odrzucenie przez mędrców rzeczy ze świata

³⁶ Klemens Aleksandryjski, *Kobierce*, przeł. J. Niemirska-Pliszczyńska, Warszawa 1994, IV, 6, 27, 2.

³⁷ Hadot, *Filozofia jako edukacja dorosłych*, dz. cyt., s. 64.

³⁸ Tamże, s. 64.

³⁹ Tamże.

zewnątrznego, jak też ekstaza u Plotyna. Inwersja jest pierwszym, niemalże instynktownym odruchem człowieka wobec świata. Dla filozofów akt inwersji jest rodzajem grzechu, upadku duszy, sytuacją odwrócenia istoty ludzkiej. Odwrócenie przejawia się pod postacią zapomnienia, oderwania od źródła⁴⁰. Człowiek, poszukując stabilności, kieruje się do świata form i przedmiotów, które pragnie posiadać. Ten kierunek może okazać się dla człowieka śmiertelnym, bo przez niego istota ludzka rozdrabnia się, odchodzi od źródła. I tu z pomocą przychodzi filozofia, która oferuje swojego rodzaju wybawienie. Tym wybawieniem jest właśnie konwersja, powrót do źródeł. Powrót, który w swoim założeniu jest bolesny, bowiem wyrwa człowieka ze znanego mu stanu, odrywa go od rzeczy, kierując w stronę radykalnej przemiany widzenia rzeczywistości⁴¹. Dochodzi do połączenia z pierwotną jednością. Dzięki realizacji tego pragnienia przeżycia własnej genezy, człowiek ma możliwość na nowo zapanować nad sobą. W ten sposób filozoficzna *epistrophe* staje się odrodzeniem, odnowieniem siebie. To nawrócenie jest nowym początkiem. Jest nową zasadą. Hadot porównuje tę nową zasadę do Chrystusa, który „jest zasadą zarówno tego, co było przed Nim, jak i tego, co jest po Nim, i zmienia w ten sposób wszystko”⁴².

Filozofia starożytna jest więc dla Hadota przede wszystkim konwersją, rozumianą jako powrót do siebie. Ten powrót do swej prawdziwej istoty możliwy jest dzięki nagłemu wyrwaniu się z nieświadomości i przekierowaniu się do świadomości. Jest to punkt wyjścia dla rozwoju zachodniej filozofii. Hadot podkreśla oczywiście, że filozofia przez swoje dzieje była bardziej aktem konwersji niż tylko jej teorią. Jej odzwierciedlenie odnajduje w *cogito* Kartezjusza, *amor intellectualis* Spinozy i w *intuicji trwania* Bergsona. Konwersja zawsze jest oderwaniem i zerwaniem ze swojskością, fałszem tak zwanej postawy zdroworozsąd-

⁴⁰ Zob. tamże, s. 65.

⁴¹ Zob. tamże, s. 65–66.

⁴² Tamże, s. 67–68.

kowej, rozumianej jako coś naturalnego. Wyraża się w powrocie do głębi istoty, do tego co autentyczne i pierwotne. Jest czymś, co przekształca przeszłość i przyszłość. Tych cech starożytnej konwersji filozoficznej Hadot doszukuje się w różnych przejawach filozofii współczesnej, szczególnie w redukcji fenomenologicznej, proponowanej przez Edmunda Husserla, Martina Heideggera i Maurice'a Merleau-Ponty'ego⁴³.

Podsumowując, Hadot stwierdza: „Zjawisko konwersji ukazuje w sposób szczególnie wyraźny nieprzeciętną dwoistość rzeczywistości ludzkiej i nieuniknioną wielość systemów interpretacyjnych, jakim może ona podlegać. Jedni zobaczą w niej znak boskiej transcendencji, objawienie łaski, podstawę jedynej prawdziwej wolności, inni – zjawisko czysto psychofizjologiczne lub socjologiczne, którego studiowanie pozwoliłoby może udoskonalić techniki sugestii i metody przekształcania osobowości. Filozof skłonny będzie sądzić, że jedynym prawdziwym przekształceniem człowieka jest konwersja filozoficzna”⁴⁴. I dodaje: „Pod jakimkolwiek względem ją rozpatrywać, filozoficzna konwersja zawsze jest drogą do wolności wewnętrznej, do nowego postrzegania świata, do autentyczności bytu”⁴⁵.

Filozofia jako doświadczenie transformacji

Współczesne zainteresowanie pojęciem „filozofii transformacji” wpisuje się w szerszy zwrot ku praktycznym, egzystencjalnym i fenomenologicznym wymiarom myślenia filozoficznego. Po okresie dominacji filozofii analitycznej i hermeneutyki dyskursu, myślenie transformacyjne stanowi próbę przywrócenia pierwotnego sensu filozofii jako *metanoicznego* „sposobu życia”, nie zaś jedynie systemu refleksji teoretycznej. W tym znaczeniu termin

⁴³ Zob. Hadot, *Ćwiczenia duchowe i filozofia starożytna*, dz. cyt., s. 217.

⁴⁴ Tamże, s. 217.

⁴⁵ Tamże.

„filozofia transformacji” nie odnosi się do jednej szkoły czy kierunku, lecz do całego pola poszukiwań, w którym łączą się inspiracje antyczne, fenomenologiczne, egzystencjalne i duchowe. Punktem wspólnym jest przekonanie, że myślenie filozoficzne nie może być zredukowane do interpretacji rzeczywistości, lecz powinno otwierać możliwość przemiany sposobu jej doświadczania.

Współczesne ujęcia transformacji nie traktują przemiany jedynie jako moralnego doskonalenia czy intelektualnego ćwiczenia, lecz jako proces zmiany horyzontu egzystencjalnego, czyli przejścia od pewnego sposobu bycia, rozumienia i odczuwania świata, do innego. Transformacja oznacza więc wydarzenie w podmiocie, które dotyczy jego zdolności do relacji, percepcji, obecności i sensu. Filozofia w tym ujęciu staje się praktyką, umożliwiającą wgląd we własne sposoby doświadczania, a tym samym otwiera przestrzeń dla ich przekroczenia. Tak rozumiana przemiana nie jest aktem woli ani efektem zewnętrznej interwencji, lecz ruchem świadomości, który można opisać w kategoriach fenomenologicznych: odsłaniania tego, co pozostawało ukryte w codziennym doświadczeniu.

Współczesne użycie terminu „filozofia transformacji” wyrasta więc z napięcia między teorią a praktyką, między rozumieniem a przeżywaniem. Oznacza ono nie tyle metodę, co sposób uprawiania filozofii, który zakłada jedność myślenia i przemiany. Filozofia staje się tu formą życia (*bios philosophikos*), a zarazem drogą egzystencjalnego dojrzewania i duchowej rekonstrukcji. Nie chodzi przy tym o duchowość oderwaną od świata, lecz o duchowość zakorzenioną w doświadczeniu realności, w tym, co fenomenologicznie dane, a zarazem otwarte na transcendencję znaczenia. Właśnie w tym miejscu możliwe staje się spotkanie inspiracji Hadotowskiej, filozofii jako ćwiczenia duchowego, z fenomenologiczną wrażliwością, którą rozwija w swoich pracach filozof Andrzej Kapusta⁴⁶, interpretując transformację jako przemianę sposobu obecności świadomości w świecie.

⁴⁶ Zob. A. Kapusta, *Filozofia jako terapia: badania nad doświadczeniem transformacji*, Lublin 2025.

Tak rozumiana filozofia transformacji nie dąży do tworzenia nowego systemu pojęć, lecz do pogłębienia doświadczenia: do przejścia od „refleksji o życiu” do „refleksyjnego życia”. W tym sensie stanowi ona próbę zintegrowania tego, co antyczna myśl ujmowała jako *epistrophe*, zwrot ku sobie i ku prawdzie bycia, z fenomenologicznym rozumieniem świata jako pola ujawniania sensu. Przemiana nie jest wynikiem intelektualnej decyzji, lecz efektem głębokiego spotkania: z rzeczywistością, z innym człowiekiem, z własnym doświadczeniem i z tajemnicą bycia.

W ujęciu Andrzeja Kapusty, filozofia transformacji jawi się jako fenomenologiczny projekt przemiany sposobu świadomościowego kontaktu z rzeczywistością, a zarazem jako egzystencjalna droga odzyskiwania sensu i realności świata. Kapusta, pozostając w dialogu z tradycją fenomenologiczną Husserla i Heideggera, odczytuje transformację nie tyle jako zmianę poglądów, ile jako radykalne przekształcenie horyzontu percepcji i rozumienia. W tym sensie transformacja ma charakter ontologiczno-egzystencjalny: dotyczy samego sposobu bycia człowieka w świecie, a nie tylko jego przekonań o świecie.

W duchu Husserlowskiej fenomenologii⁴⁷ Kapusta podkreśla, że przemiana poznawcza musi prowadzić do „redukcji naturalnej postawy”, do zatrzymania bezrefleksyjnego przyjmowania świata jako oczywistego i do otwarcia się na jego fenomenalne ujawnianie. Transformacja filozoficzna rozpoczyna się więc w momencie, gdy świadomość przestaje traktować świat jako zbiór rzeczy dostępnych użyciu, a zaczyna doświadczać go jako pola sensów, które domagają się odsłonięcia. Filozoficzna *epistrophe* zyskuje tu wymiar fenomenologiczny, jest powrotem do samego doświadczenia jako źródła znaczenia, do pierwotnego „dania się świata”, zanim zostanie on zredukowany przez schematy poznawcze i instrumentalne.

Jednocześnie Kapusta, podobnie jak Heidegger, wskazuje, że ów powrót do świata nie jest powrotem neutralnym czy czysto

⁴⁷ Zob. E. Husserl, *Medytacje kartezjańskie. Wprowadzenie do fenomenologii*, tłum. Andrzej Wajs, Warszawa 1982, s. 57–59.

poznawczym. Transformacja świadomości wymaga egzystencjalnego otwarcia, przez które człowiek może doświadczyć siebie jako „bycia-w-świecie” – istoty współtworzonej przez relacje, troskę i czasowość. Heideggerowska analiza bycia „rzuconym w świat” (*Geworfenheit*) i ontologicznej „troski” o własne istnienie (*Sorge*) pokazuje, że przemiana filozoficzna nie polega na ucieczce od świata, lecz umożliwia bardziej autentyczne, świadome zamieszkiwanie go. Transformacja w tym sensie jest ruchem ku „pierwotności” doświadczenia, ku temu, co pozwala światu znowu stać się miejscem znaczenia, a nie jedynie tłem działań czy projekcji technicznych.

Inspirując się Merleau-Pontym, Kapusta rozwija wymiar cielesno-egzystencjalny transformacji. Świadomość nie jest tu czystym podmiotem, lecz zawsze jest ucieleśniona i zakorzeniona w konkretnym świecie percepcyjnym. Oznacza to, że przemiana filozoficzna musi dotyczyć także sposobu cielesnego bycia, sposobu, w jaki postrzegamy, reagujemy, odczuwamy i uczestniczymy w świecie. Transformacja świadomości jest więc równocześnie transformacją percepcji, przemianą zmysłowego sposobu obecności wobec rzeczywistości. W tym sensie filozofia transformacji staje się nie tylko praktyką duchową, ale też ćwiczeniem uważności, cielesnej obecności i zakorzenienia⁴⁸.

W tym ujęciu, myślenie filozoficzne jest procesem, który może prowadzić do odzyskania świata w jego pierwotnej fenomenalności, świata, który nie jest już tylko obiektem poznania, lecz polem współobecności i sensotwórczej relacji. Transformacja jawi się więc jako droga od alienacji ku uczestnictwu, od obojętnego oglądu ku wrażliwemu współbyciu. W ten sposób filozofia transformacji przywraca równowagę między refleksją a doświadczeniem, między myśleniem a życiem, wskazując, że przemiana poznawcza, emocjonalna i duchowa są nierozdzielne.

⁴⁸ Zob. M. Merleau-Ponty, *Fenomenologia percepcji*, tłum. M. Kowalska, Warszawa 2001, s. 155.

Filozofia transformacji jako droga wyjścia z kryzysu

W tym miejscu zrozumiałe staje się, dlaczego refleksja nad filozofią transformacji wymaga ponownego odczytania diagnoz współczesnej kondycji duchowej i kulturowej. Jeżeli przemiana filozoficzna dotyczy sposobu obecności świadomości w świecie, to musi ona uwzględniać także historyczno-cywilizacyjne uwarunkowania tej obecności. Filozofia transformacji nie rozwija się w próżni, ale w kontekście głębokiego kryzysu percepcji, uwagi i relacji, który jest znakiem rozpoznawczym epoki cyfrowej. To właśnie tutaj spotykają się intuicje fenomenologiczne z krytyczną analizą współczesności, jaką proponuje Byung-Chul Han.

Han, czerpiąc z hermeneutyczno-fenomenologicznej tradycji Heideggera, opisuje współczesność jako czas utraty głębi doświadczenia i zaniku relacyjnego kontaktu ze światem. Cywilizacja hiperkomunikacji, nadprodukcji bodźców i przyspieszenia temporalnego wytwarza, jak twierdzi, kulturę pozornej obecności, w której człowiek przestaje doświadczać rzeczywistości, a zaczyna ją konsumować. Kryzys sensu, o którym pisze Han, nie ma więc wyłącznie wymiaru psychicznego czy społecznego, lecz ontologiczny: dotyczy sposobu, w jaki świat i inni ludzie przestają się nam „pokazywać” jako rzeczywiści. W tym sensie jego rozpoznania stanowią filozoficzne tło dla konieczności transformacji rozumianej już nie tylko jako zmiana postaw, lecz jako odzyskiwanie realności świata.

O ile fenomenologia Kapusty ukazuje przemianę jako drogę do ponownego zamieszkania w świecie poprzez pogłębienie relacji z jego fenomenalnością, o tyle diagnoza Hana ujawnia, jak bardzo współczesny człowiek utracił zdolność do takiego zamieszkiwania. Kultura cyfrowa i ekonomia uwagi rozbijają ciągłość doświadczenia, fragmentaryzują świadomość i pozbawiają ją ciszy, która jest warunkiem refleksji i obecności. W tym sensie jego krytyka może być odczytana jako negatywna fenomenologia naszych czasów, opisująca zanik „światowości świata”, utratę kontaktu z tym, co realne i sensotwórcze.

Filozofia transformacji staje się zatem odpowiedzią na tę diagnozę: nie tylko postulatem powrotu do rzeczywistości, ale także praktyką jej odzyskiwania. Przez rekonstrukcję relacji z czasem, pamięcią i ciałem, przez rozwijanie zdolności kontemplacji i milczenia, przez ćwiczenia duchowe w rozumieniu Hadota, filozofia transformacji przeciwstawia się logice rozproszenia i produktywności. Jej celem jest odbudowanie zdolności do obecności, do „bycia przy świetle”, które nie jest już ucieczką od chaosu nowoczesności, lecz jego twórczym przekroczeniem.

Wobec zaniku świata wspólnego, filozofia transformacji oferuje możliwość jego ponownego konstytuowania poprzez refleksję, dialog i uważność egzystencjalną. W obliczu symulaków nie proponuje eskapizmu, lecz zdolność rozpoznawania różnicy między obrazem a rzeczywistością. W społeczeństwie przejrzystości przywraca wartość tego, co nieprzezroczone, niewystawione, wewnętrzne. W płynnej nowoczesności nie neguje zmiany, lecz nadaje jej kierunek i sens, przekształcając ją w proces formowania podmiotowości. W świecie postprawdy pozwala odbudować zaufanie epistemiczne, nie poprzez dogmatyczną pewność, ale przez krytyczną troskę o sens.

Ostatecznie filozofia transformacji jawi się jako droga podążania za mądrością, która nie tyle ucieka od kryzysu, co czyni go punktem wyjścia do odnowy. W tym sensie współczesny kryzys może być rozumiany jako sytuacja graniczna w znaczeniu, jakie nadał jej Karl Jaspers – moment, w którym człowiek doświadcza własnej skończoności i konieczności przemiany. Filozofia transformacji pozwala w takim doświadczeniu dostrzec nie tylko zagrożenie, lecz także możliwość przekroczenia siebie, otwarcie na nowy sposób bycia i odnowione rozumienie świata. Jej ambicją nie jest restauracja dawnego ładu, lecz przywrócenie zdolności doświadczenia realności, w sobie, między ludźmi i w świecie wspólnym. Dzięki temu, stanowi możliwą odpowiedź na współczesne pęknięcie egzystencjalne, łącząc refleksyjność z praktyką przemiany i nadając kryzysowi sens formacyjny zamiast destrukcyjnego. ■

The Philosophy of Transformation as a Response to the Crisis of Meaning and the Reality of the World

SUMMARY

The article explores the concept of the philosophy of transformation as a possible response to the contemporary crisis of meaning and the loss of the world's reality. It begins with Byung-Chul Han's diagnosis of late modernity, marked by excess, acceleration, and the erosion of experiential depth. The central part of the study focuses on Pierre Hadot's interpretation of ancient philosophy as a way of life, a path of *metanoia* realized through spiritual exercises aimed at inner transformation. Hadot's perspective reveals philosophy as a practical form of wisdom that restores the unity of thought, action, and reflection. In light of contemporary reinterpretations, especially Andrzej Kapusta's phenomenological approach, the philosophy of transformation appears as a practice of regaining the reality of both the self and the world, a reconfiguration of presence that turns existential crisis into a formative process rather than a destructive one.

Keywords: philosophy of transformation; crisis of meaning; metanoia; spiritual exercises; Pierre Hadot; Byung-Chul Han; Andrzej Kapusta; phenomenology; experience of reality

BIBLIOGRAFIA

- Arendt Hannah, *Kondycja ludzka*, tłum. A. Łagodzka, Warszawa 2010.
- Bauman Zygmunt, *Płynna nowoczesność*, tłum. T. Kunz, Kraków 2006.
- Baudrillard Jean, *Symulakry i symulacja*, tłum. S. Królak, Warszawa 2005.
- Epiktet, *Encheiridion, czyli krótkie wyłożenie nauki Epikteta*, tłum. L. Joachimowicz, Warszawa 1997.
- Hadot Pierre, *Czym jest filozofia starożytna*, tłum. P. Domański, Warszawa 2018.

- Hadot Pierre, *Ćwiczenia duchowe i filozofia starożytna*, tłum. P. Domański, W. Klenczon, Warszawa 2019.
- Hadot Pierre, *Filozofia jako edukacja dorosłych: teksty, perspektywy, rozmowy*, przeł. P. Bobowska-Nastarzewska, Warszawa 2023.
- Han Byung-Chul, *Spółczesność zmęczenia i inne eseje*, tłum. R. Pokrywka, M. Sutowski, Warszawa 2022.
- Husserl Edmund, *Medytacje kartezjańskie. Wprowadzenie do fenomenologii*, tłum. Andrzej Wajs, Warszawa 1982.
- Kapusta Andrzej, *Filozofia jako terapia: badania nad doświadczeniem transformacji*, Lublin 2025.
- Klemens Aleksandryjski, *Kobierce*, przeł. J. Niemirska-Pliszczyńska, Warszawa 1994.
- Merleau-Ponty Maurice, *Fenomenologia percepcji*, tłum. M. Kowalska, Warszawa 2001.
- Pismo Święte Starego i Nowego Testamentu. Biblia Tysiąclecia*, oprac. Zespół Biblistów Polskich z inicjatywy Benedyktynów Tynieckich, Poznań 2000.
- Taylor Charles, *Źródła podmiotowości. Narodziny tożsamości nowoczesnej*, tłum. M. Gruszczyński, Warszawa 2001.