

Droga
Filokalii

Brunon Koniecko OSB



Droga
Filokalii

50-dniowe
ćwiczenie duchowe



TYNIEC

WYDAWNICTWO BENEDYKTYNÓW

Grafika na okładce:
Mikołaj Jastrzębski OSB

Redakcja:
Elżbieta Wiater

Superiorum permissu: Opactwo Benedyktynów
L.dz. 95/2023, Tyniec, dnia 10.10.2023
† Szymon Hiżycki OSB, opat tyniecki

Wydanie pierwsze: Kraków 2023

ISBN 978-83-8205-270-1

© Copyright by Tyniec Wydawnictwo Benedyktynów
ul. Benedyktyńska 37, 30-398 Kraków
tel. +48 534 037 299, +48 (12) 688-52-95
e-mail: zamowienia@tyniec.com.pl
www.tyniec.com.pl

Druk i oprawa:
Tyniec Wydawnictwo Benedyktynów
druk@tyniec.com.pl



SPIS TREŚCI



Wprowadzenie	7
Dzień pierwszy: <i>Filokalia</i> , czyli miłość tego, co piękne.	9
Dzień drugi: Nic nie jest większe niż miłość.	11
Dzień trzeci: Posiąć miłość i zostać porwanym w chmury!	13
Dzień czwarty: Piękno zbawi świat	16
Dzień piąty: „Stań do pięknych zawodów!”	19
Dzień szósty: <i>Dobrotolubie</i> , czyli miłość dobra	21
Dzień siódmy: Cóż więc masz wartościowego?	24
Dzień ósmy: Ojcowie	27
Dzień dziewiąty: Ojcowie neptyccy	31
Dzień dziesiąty: Ojcowie teoforyczni	34
Dzień jedenasty: Ojcowie Kościoła	36
Dzień dwunasty: Patrologia	40
Dzień trzynasty: Ojcowie Wschodu i Zachodu.	44
Dzień czternasty: Ojcowie Pustyni	47
Dzień piętnasty: Duchowa filozofia	50
Dzień szesnasty: Działanie	54
Dzień siedemnasty: Kontemplacja	57
Dzień osiemnasty: Umysł.	60
Dzień dziewiętnasty: Oczyszczenie	64

Dzień dwudziesty: Oświecenie67
Dzień dwudziesty pierwszy: Doskonałość.70
Dzień dwudziesty drugi: Ciało73
Dzień dwudziesty trzeci: Duch.77
Dzień dwudziesty czwarty: Dusza.80
Dzień dwudziesty piąty: Myśl84
Dzień dwudziesty szósty: Rozum89
Dzień dwudziesty siódmy: Obrazy92
Dzień dwudziesty ósmy: Wyciszenie.94
Dzień dwudziesty dziewiąty: Namiętność.97
Dzień trzydziesty: Beznamiętność.	100
Dzień trzydziesty pierwszy: Nawrócenie	103
Dzień trzydziesty drugi: Umiar.	106
Dzień trzydziesty trzeci: Cnota.	108
Dzień trzydziesty czwarty: Acedia.	111
Dzień trzydziesty piąty: Przebóstwienie	114
Dzień trzydziesty szósty: Serce	117
Dzień trzydziesty siódmy: Straż serca	121
Dzień trzydziesty ósmy: Uważność	124
Dzień trzydziesty dziewiąty: Pamięć o Bogu	127
Dzień czterdziesty: Praktyka	130
Dzień czterdziesty pierwszy: Hezychia	134
Dzień czterdziesty drugi: Metoda antyretyczna.	138
Dzień czterdziesty trzeci: Modlitwa	142
Dzień czterdziesty czwarty: Medytacja	146
Dzień czterdziesty piąty: Modlitwa Jezusowa	150
Dzień czterdziesty szósty: Imię Jezus.	153
Dzień czterdziesty siódmy: Chrystocentryzm	155
Dzień czterdziesty ósmy: Modlitwa nieustanna.	158
Dzień czterdziesty dziewiąty: Świętość	162
Dzień pięćdziesiąty: Droga	164



WPROWADZENIE



„Droga *Filokalii*” to 50-dniowe ćwiczenie. Dlaczego taka nazwa? Otóż jesteśmy przyzwyczajeni, że w okresach Adwentu czy Wielkiego Postu podejmujemy rekolekcje, różnego rodzaju ćwiczenia i praktyki pobożne. W Wielkim Poście odprawiamy bardzo popularne nabożeństwo Drogi krzyżowej. Współcześnie w okresie wielkanocnym zaczęto praktykować Drogę świątła. W nawiązaniu do tych nazw powstała „Droga *Filokalii*”.

Czym ona jest? To droga do życia prawdziwie chrześcijańskiego! Polega ona na przybliżaniu duchowości i teologii *Filokalii*. Szlak ma to do siebie, że może być długi i nie wiadomo, ile potrwa jego przejście. Niniejsza propozycja jest tylko pewnym wprowadzeniem w duchowość wspomnianego zbioru tekstów. Nie wyczerpie ich treści, bo nie to jest jej celem.

Każdy dzień poświęcony jest innemu zagadnieniu. Na poszczególne dni zaproponowane zostały rozważania, cytaty z *Filokalii*, myśli Ojców, pytania do refleksji i zadania do wykonania. To zachęta do osobistego studium nad nauką Ojców.

Wybór tekstów, który jest podstawą tych rekolekcji, to szkoła duchowości, modlitwy i teologii. Jeśli chcesz poważnie traktować życie duchowe, to *Filokalia* jest dla ciebie. Jeśli chcesz budować swoją wiarę w oparciu o solidną duchowość, sprawdzoną w praktyce przez wieki, to *Filokalia* jest dla ciebie. Jeśli chcesz coś dla siebie zrobić, zmienić na lepsze w swoim życiu, czegoś nowego się dowiedzieć, to *Filokalia* jest dla ciebie.



DZIEŃ PIERWSZY
FILOKALIA, CZYLI MIŁOŚĆ TEGO, CO PIĘKNE



Filokalia to największy i najbardziej znany zbiór pism w duchowości Kościoła Wschodniego. Obejmuje teksty autorów chrześcijańskich z wieków od IV do XVII. To nie wszystkie teksty, jakie powstały w tym okresie, ale ich wybór. Możemy powiedzieć, że jest to wybór najpiękniejszych pism. Greckie słowo φιλοκαλία (*philokalia*) oznacza miłość tego, co piękne. Gdy ten termin odnosimy do książki, przyjmuje znaczenie „antologia”, czyli zbiór najpiękniejszych fragmentów pism Ojców.

Skoro *Filokalia* to miłość tego, co piękne, to spójrzmy na nasze życie. Co w nim miłujemy? Kogo miłujemy? Kogo darzymy szacunkiem, przyjaźnią? Kto jest dla nas ważny? Kto jest dla nas bliski? Co jest dla nas ważne? Podobnych pytań możemy stawiać więcej. W „Drodze *Filokalii*” zaczynamy od tego, co jest najważniejsze w życiu – od miłości.

Początkiem zbawienia i królestwa niebieskiego jest dla duszy miłość¹ (Pseudo-Antoni Wielki).

Dzięki *Filokalii* możemy poznać, w jaki sposób bardziej miłować albo dopiero zacząć miłować. Ojcowie uczą nas tej postawy oraz jej praktyki. Pseudo-Antoni Wielki powiedział, że „za sprawą miłości Boga, naszego Stwórcy, do człowieka, liczne są ludzkie drogi do zbawienia, które zawracają dusze i kierują je ku niebiosom”². *Filokalia* może być „drogą do zbawienia”, ponieważ uczy tego, co prowadzi do tego celu. W „Drodze *Filokalii*” będziemy się starali choć trochę przybliżyć głębię tytułowego wielkiego zbioru pism z duchowości chrześcijańskiej. Być może posłuży nam to jako pomoc w oczyszczeniu się w pewnym stopniu z różnych brudów ciała i ducha.

Definicja miłości: wzrost serdeczności wobec tych, którzy obrażają³ (św. Diadoch z Fotyki).

Ćwiczenie

Co w swoim życiu miłuję? Kogo miłuję? Kto jest dla mnie bliski?

¹ *Filokalia*, t. 1, tłum. C. DOBAK, Kraków 2023, s. 80 (dalej: *Filokalia*).

² Tamże, s. 79.

³ Tamże, s. 425.



DZIEŃ DRUGI
NIC NIE JEST WIĘKSZE NIŻ MIŁOŚĆ



W życiu chodzi o miłość. W życiu duchowym chodzi o miłość – najważniejsze przykazanie to miłość Boga i bliźniego. Co jest pierwsze? Pierwsze jest: *Śłuchaj, Izraelu, Pan jest naszym Bogiem – Panem jedynym. Będziesz miłował Pana, Boga twójego, z całego swego serca, z całej duszy swojej, ze wszystkich swych sił. Niech pozostaną w twym sercu te słowa, które ja ci dziś nakazuję. Wpoisz je swoim synom, będziesz o nich mówił przebywając w domu, w czasie podróży, kładąc się spać i wstając ze snu. Przywiążesz je do twojej ręki jako znak. Niech one ci będą ozdobą przed oczami. Wypisz je na odrzwiach swojego domu i na twoich bramach* (Pwt 6,4–9). Słowa te potwierdził Chrystus w swoim nauczaniu⁴, tak samo uczą Ojcowie filokaliczni:

⁴ Zob. Mk 12,29–30.

Słusznie miłość została nazwana stolicą cnót, głową Prawa i Proroków⁵ (św. Teodor z Edessy).

Na zakończenie Liturgii na cześć Męki Pańskiej w Wielki Piątek celebrans mówi:

Panie Jezu Chryste, nasze zmartwychwstanie i życie, podźwignij nas z grobu grzechów, nawiedź i napełnij duchową mocą. Spraw, abyśmy ugruntowani w wierze, nadziei i miłości mogli pojąć ze wszystkimi świętymi, jak wielka jest Twoja miłość. Tak bardzo nas umiłowałeś, że dla nas poniosłeś śmierć na krzyżu, aby żaden człowiek, który wierzy w Ciebie, nie zginął, ale miał życie wieczne. Który żyjesz i królujesz na wieki wieków⁶.

Ćwiczenie

Co jest najważniejsze w twoim życiu? Co jest pierwsze w twoim życiu? Kto jest najważniejszy w twoim życiu? Z jaką myślą zaczynasz dzień?

⁵ *Filokalia*, s. 560.

⁶ *Mszal rzymski dla diecezji polskich*, Poznań 2010, s. 147.