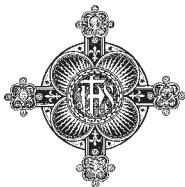


Św. Ignacy Loyola

# ĆWICZENIA DUCHOWNE



Wydawnictwo WAM • Księża Jezuici

## UWAGI WSTĘPNE

1

*[służące] do zdobycia pewnego zrozumienia Ćwiczeń Duchownych, które tu następują, i pomocne tak temu, który ich udziela, jak i temu, który je odprawia*

**Uwaga pierwsza.** Pod tym mianem „Ćwiczenia Duchowne” rozumie się wszelki sposób odprawiania rachunku sumienia, rozmyślenia, kontemplacji, modlitwy ustnej i myślniej i inne działania duchowne, jak o tym będzie dalej mowa. Albowiem jak przechadzka, marsz i bieg są ćwiczeniami cielesnymi, tak podobnie ćwiczeniami duchownymi nazywa się wszelkie sposoby przygotowania i usposobienia duszy do usunięcia wszystkich uczuć nieuporządkowanych, a po ich usunięciu – do szukania i znalezienia woli Bożej w takim uporządkowaniu swego życia, żeby służyło dla dobra i zbawienia duszy.

2

**Uwaga druga.** Ten, co drugiemu podaje sposób i plan rozmyślania lub kontemplacji, powinien opowiedzieć mu wiernie historię danej kontemplacji czy rozmyślania, przechodząc tylko od punktu do punktu z krótkim i treściwym objaśnieniem. Albowiem ten, co kontempluje, biorąc za podstawę prawdę historyczną, jeśli sam przez własne rozważanie i rozumowanie znajdzie coś, co mu lepiej pomaga do zrozumienia lub przeżycia danej historii, czy to dzięki własnemu rozumowaniu, czy też dzięki mocy Bożej oświecającej jego umysł, więcej znajdzie smaku i owocu duchownego, niż gdyby dający mu Ćwiczenia dużo wyjaśniał i rozwodził się nad znaczeniem danej historii. Bo przecież nie obfitość wiedzy, ale wewnętrzne odczuwanie i smakowanie rzeczy zadowala i nasycza duszę.

3

**Uwaga trzecia.** Ponieważ we wszystkich dalszych ćwiczeniach duchownych posługujemy się aktami rozumu, by rozważać, i aktami woli, by miłować, należy przeto zwrócić uwagę na to, że w aktach woli, kiedy rozmawiamy ustnie lub

myślnie z Bogiem, Panem naszym, lub z Jego świętymi, wymagane jest większe uszanowanie z naszej strony, niż kiedy posługujemy się tylko rozumem dla zrozumienia.

**Uwaga czwarta.** Na odprawienie Ćwiczeń, które tu następują, przeznaczają się cztery tygodnie, odpowiadające podziałowi Ćwiczeń na cztery części. Część pierwsza mianowicie jest rozważaniem i kontemplowaniem o grzechach; część druga jest o życiu Chrystusa, Pana naszego, aż do Niedzieli Palmowej włącznie; część trzecia o Męce Chrystusa, Pana naszego; czwarta wreszcie o Zmartwychwstaniu i Wniebowstąpieniu, z dodaniem trzech sposobów modlitwy. Jednakże nie trzeba tego tak rozumieć, jakoby każdy tydzień musiał koniecznie trwać 7 lub 8 dni. Zdarza się bowiem, że w pierwszym tygodniu jedni później znajdują to, czego szukają, mianowicie skrucę, boleść duszy i łzy z powodu grzechów, inni znów są gorliwsi od tamtych i więcej doznają poruszeń i doświadczeń od różnych duchów. Trzeba zatem nie-

kiedy skrócić tydzień, innym znów razem przedłużyć go. I podobnie [postępować należy] we wszystkich innych tygodniach, szukając owocu stosownie do danego przedmiotu [Ćwiczeń]. Całość jednak trzeba skończyć mniej więcej w 30-stu dniach.

**5 Uwaga piąta.** Temu, który przyjmuje i odprawia Ćwiczenia, wielce pomoże, jeśli wejdzie w nie wielkodusznie i z hojnością względem swego Stwórcy i Pana i złoży Mu w ofierze całą swą wolę i wolność, aby Boski Jego Majestat tak jego osobą, jak i wszystkim, co posiada, posługiwał się wedle najświętszej woli swojej.

**6 Uwaga szósta.** Kiedy ten, co daje Ćwiczenia, zauważy, że w duszy odprawiającego Ćwiczenia nie zachodzą żadne poruszenia duchowe, jakimi są pocieszenia lub strapienia, i że nie poruszają nim żadne duchy, powinien go wiele wypytywać o Ćwiczenia, czy je odprawia o porach przeznaczonych i jak; podobnie też [niech go pyta] o *Uwagi dodatkowe (Addycje)*, czy je

pilnie zachowuje; i niech się szczegółowo pyta o każdą z tych rzeczy.

*O pocieszeniu i strapieniu zob. niżej 316–324.*

*O Uwagach dodatkowych (Addycjach) zob. 73–90.*

**Uwaga siódma.** Jeśli dający Ćwiczenia zauważy, że odprawiający je doznaje strapienia i pokus, niech nie będzie wobec niego twardy i szorstki, ale miły i łagodny, dodając mu otuchy i sił do dalszego postępu; niech też odkrywa przed nim podstępny nieprzyjaciela natury ludzkiej i niech go tak usposabia, by się przygotował na przyjęcie zbliżającego się pocieszenia.

**Uwaga ósma.** Dający Ćwiczenia, stosownie do potrzeb odprawiającego je, w wypadku strapiień i podstępów nieprzyjaciela, a to samo dotyczy i pocieszeń, może mu przedłożyć reguły pierwszego i drugiego tygodnia odnoszące się do rozeznania duchów (313–327; 328–336).

**Uwaga dziewiąta.** W stosunku do odprawiającego Ćwiczenia pierwszego tygodnia należy

7

8

9

zwrócić uwagę na rzecz następującą: Jeśli to jest człowiek nie mający doświadczenia w rzeczach duchownych i jeśli doznaje pokus grubych i jawnych, np. kiedy kusiciel ukazuje mu przeszkody do postępu w służbie Boga, Pana naszego, jakimi są trudy, zawstydzenie i obawa utraty honorów światowych itp., niech wtedy dający Ćwiczenia nie wyklada mu reguł drugiego tygodnia o różnych duchach. Bo o ile pomogą mu reguły pierwszego tygodnia, o tyle zaszkodzą mu reguły drugiego tygodnia, zawierają bowiem w sobie sprawy zbyt subtelne i zbyt wzniosłe, żeby je mógł zrozumieć.

- 10 Uwaga dziesiąta.** Gdy dający Ćwiczenia uważy, że odprawiający je doznaje napaści i pokus pod jakimś pozorem dobra, wtedy jest rzeczą stosowną przedłożyć mu wspomniane już reguły drugiego tygodnia. Zazwyczaj bowiem nieprzyjaciel natury ludzkiej więcej kusi pod pozorem dobra, gdy człowiek ćwiczy się na drodze oświecającej, która odpowiada ćwiczeniom drugiego tygodnia; natomiast na drodze oczysz-

czającej, która odpowiada ćwiczeniom pierwszego tygodnia, nie zdarza się to tak często.

**Uwaga jedenasta.** Dla odprawiającego Ćwiczenia pierwszego tygodnia jest rzeczą pożyteczną nie wiedzieć nic o tym, co będzie czynił w drugim tygodniu; owszem, niech tak usilnie stara się uzyskać to, czego szuka w pierwszym, jakby niczego dobrego nie spodziewał się znaleźć w drugim.

**Uwaga dwunasta.** Dający Ćwiczenia powinien bardzo kłaść na serce odprawiającemu je, żeby przez godzinę oddawał się każdemu z pięciu ćwiczeń czy kontemplacji, które co dzień się odprawia, i żeby starał się mieć zadowolenie w duszy, płynące ze świadomości, iż wytrwał w danym ćwiczeniu przez całą godzinę, a nawet raczej nieco dłużej niż krócej. Nieprzyjaciel bowiem zwykł niemało zabiegać o to, żeby nas doprowadzić do skrócenia godziny takiej kontemplacji, rozmyślenia lub [w ogóle] modlitwy.

11

12