

PRZEMIANA
W CHRYSUSA

„Niewielu jest ludzi na tym świecie, a przypuszczam nawet, że nie ma nikogo, kto byłby w stanie określić albo ocenić, jak wielce sam ze swej strony przeszkadza i jak wielce przeciwdziała temu, co nasz Pan chce zdziałać w jego duszy”.

Św. Ignacy Loyola, z listu do Franciszka Borgiasza, 1545

An abstract graphic consisting of numerous vertical strips of torn, textured paper, some light and some dark, arranged in a way that suggests the letters 'P' and 'A' in the background.

Alex Lefrank

PRZEMIANA W CHRYSYUSA

Przewodnik po dynamice
Ćwiczeń duchowych

Przełożył Grzegorz Rawski

Wydawnictwo WAM ■ Księża Jezuit

Tytuł oryginału:
Umwandlung in Christus
Die Dynamik des Exerzitien-Prozesses

© 2009 Echter Verlag GmbH, Würzburg
www.echter.de

© Wydawnictwo WAM • Księża Jezuici, 2016

Konsultacja merytoryczna: Jacek Siepsiak SJ
Redakcja i korekta: Katarzyna Stokłosa, Artur Czesak
Opracowanie indeksów: Artur Czesak
Projekt okładki: Andrzej Sochacki
Fot.: A. Sochacki
Skład: Edycja

NIHIL OBSTAT
Prowincja Polski Południowej Towarzystwa Jezusowego
Ks. Jakub Kołacz SJ, prowincjał
Kraków, 3 listopada 2016 r., l.dz. 63/2016

ISBN 978-83-7767-111-5

WYDAWNICTWO WAM
ul. Kopernika 26 • 31-501 Kraków
tel. 12 62 93 200 • faks 12 42 95 003
e-mail: wam@wydawnictwowam.pl
www.wydawnictwowam.pl

DZIAŁ HANDLOWY
tel. 12 62 93 254-255 • faks 12 62 93 496
e-mail: handel@wydawnictwowam.pl

KSIĘGARNIA WYSYŁKOWA
tel. 12 62 93 260
e.wydawnictwowam.pl

druk: GRAFARTI • Łódź

Przedmowa

Książka ta powstawała przez lata, w ciągu których miałem zaszczyt towarzyszyć wielu ludziom na drodze ich życia z Bogiem. Tak naprawdę bardziej niż moim jest ona dziełem właśnie tych osób. Jej powstanie zawdzięczam ich otwartości, zaufaniu i gotowości, by zaryzykować przygodę, jaką jest spotkanie z Chrystusem. W ten sposób Bóg mógł działać w ich życiu i spełniać swoje obietnice, o których na różny sposób zaświadcza Pismo Święte.

W moim przypadku Ćwiczenia św. Ignacego Loyoli nie znajdowały się wcale u początków powołania kapłańskiego. Tym, co sprawiło, że wkroczyłem na tę ścieżkę, była fascynacja Nowym Testamentem. Dopiero później ignacjańskie Ćwiczenia stały się moją osobistą drogą. Tą drogą uczyłem się chodzić, a następnie wprowadzałem na nią innych ludzi, aby to, o czym mówi Pismo Święte, stało się w naszym życiu rzeczywistością. Dlatego moja książka jest w ostatecznym rozrachunku książką o prawdzie i wiarygodności Biblii. Gdy po raz pierwszy zetknąłem się z ignacjańskimi Ćwiczeniami, miałem już za sobą długą i bogatą w różne doświadczenia historię życia. Jestem wdzięczny za to, że dzięki pismom Hugo Rahnera SJ (1900-1968) i pomocy mojego magistra nowicjatu Karla Fanka SJ (1906-1977) już w nowicjacie było mi dane poznać znaczenie Ćwiczeń w życiu Ignacego. Dzięki temu mogłem odkryć ducha książeczki Ćwiczeń duchowych, z którego powstała i w zgodzie z którym należy ją zastosować w praktyce. W ciągu czterdziestu lat mojej pracy z Ćwiczeniami starałem się nie stracić z pola widzenia tego ducha. Coraz bardziej odkrywałem, jak duch ten wcielał się w słowa Ćwiczeń duchowych.

Wielkim darem był dla mnie fakt, że pierwszą posługę duszpasterską sprawowałem we Wspólnocie Życia Chrześcijańskiego (WŻCh). Ta ignacjańska wspólnota osób świeckich uważa Ćwiczenia duchowe św. Ignacego za „źródło szczególne i charakterystyczne narzędzie” swej duchowości (*Zasady ogólne WŻCh*, nr 5). Wspólnie z grupą zaangażowanych współpracowników mogłem się całkowicie poświęcić pracy w WŻCh i wprowadzać ten program w życie. Pracę tę kontynuowałem w jezuickim zespole zajmującym się duchowością ignacjańską GIS (Gruppe für Ignatianische Spiritualität), przede wszystkim podczas

dwuletniego kursu poświęconego dawaniu rekolekcji ignacjańskich i towarzyszeniu duchowemu.

Książka ta powstała przede wszystkim z myślą o tych, którzy pomagają innym ludziom w pogłębianiu ich żywej relacji z Chrystusem. Dla tych osób, które w realizacji tego zadania odwołują się do Ignacego, szczególnie interesujące powinny być podrozdziały *Co na ten temat mówi Ignacy?* Dzięki nim czytelnicy mogą poznać znaczenie książeczki *Ćwiczeń duchowych dla Ignacego*. Podrozdziały *Pogłębienie tematu – dalsze pytania* podejmują natomiast aktualne zagadnienia. Wszystkim, którzy weszli już na drogę życia duchowego albo chcą nią pójść w przyszłości, książka pomoże zrozumieć lepiej to, co przeżyli, i otworzyć się bardziej na nowe doświadczenia.

Książka ta mogła się ukazać po tak długim czasie refleksji dzięki pomocy wielu osób. Jestem wdzięczny wszystkim tym, którym mogłem towarzyszyć w ich drodze rozwoju duchowego. Dziękuję członkom zespołu, z którymi mogłem pracować i dzielić się z nimi swymi przemyśleniami (niektórzy z nich uczestniczyli w powstaniu książki poprzez wymianę zdań i komentarz). Dziękuję moim przełożonym, którzy powierzyli mi to zadanie i stworzyli warunki do jego realizacji. Dziękuję także wielu innym osobom za wszelką praktyczną pomoc, której mi udzieliły. Spośród nich chciałbym wymienić moich współpracowników Andreasa Falknera SJ, Gundikara Hocka SJ, Willego Lamberta SJ, Petera Knauera SJ, jak również Hildegardę Ehrtmann, Ingeborg von Grafenstein, Marię Pollety, Kyrillę Schweitzer, kanonika Franza-Reinharda Daffnera oraz proboszcza Hermanna-Josefa Kreutlera. Duży udział w powstaniu książki ma również Martina Kober, która z wielkim poświęceniem opracowała przypisy, odnośniki, indeks i plik PDF. W dużym stopniu to dzięki niej tekst książki jest przejrzysty, zarówno z punktu widzenia językowego, jak logicznego.

Alex Lefrank SJ

Bühl (Badenia), Mannheim, czerwiec 2009

Wprowadzenie

Gdy podejmujemy refleksję nad **Ćwiczeniami**, czyli rekolekcjami ignacjańskimi, musimy przede wszystkim ustalić, w jakim znaczeniu należy używać tego słowa. O Ćwiczeniach możemy mówić na **trzech poziomach**:

- na poziomie kierownictwa,
- na poziomie ćwiczenia i doświadczenia,
- na poziomie refleksji.

Nawet jeśli w praktyce nie sposób jednoznacznie oddzielić od siebie tych poziomów, to jednak rozróżnienie to jest pożyteczne.

► Na **poziomie kierownictwa** znajdujemy się wtedy, gdy na przykład osoby zajmujące się towarzyszeniem duchowym w czasie rekolekcji mówią, mając na uwadze ściśle określony termin: „W tym czasie daję rekolekcje”. Pod tym pojęciem rozumie się pewne przedsięwzięcie, do udziału w którym zaproszone są inne osoby (być może za pośrednictwem jakiejś broszury czy ulotki). Osoby biorące udział w tego rodzaju przedsięwzięciu mówią wtedy o sobie: „Odprawiam rekolekcje”.

Pierwszy poziom obejmuje wszystko to, co bliżej charakteryzuje propozycję dotyczącą samych rekolekcji: miejsce i czas trwania rekolekcji, sposób zaangażowania duchowego oraz metoda prowadzenia.

Do tego poziomu należą także typowe określenia, za pomocą których różni się poszczególne rodzaje proponowanych rekolekcji: rekolekcje indywidualne i grupowe, rekolekcje trzy- i pięciodniowe mające bardziej charakter skupienia, rekolekcje ośmiodniowe bądź dziesięciodniowe i tak zwane Wielkie Rekolekcje trwające trzydzieści dni; rekolekcje z konferencjami i indywidualnym prowadzeniem duchowym; rekolekcje zamknięte (w klasztorze lub w domu rekolekcyjnym) i rekolekcje otwarte, czyli tak zwane Ćwiczenia w życiu codziennym.

Obok tych określeń mówi się czasem także o źródle albo szkole, z której czerpie lub do której odwołuje się dana propozycja rekolekcji. Istnie-

ją rekolekcje ignacjańskie, franciszkańskie albo karmelitańskie; rekolekcje w oparciu o duchowość Małej Teresy albo rekolekcje w duchu Karola de Foucaulta czy inne.

Dzięki książeczce **Ćwiczeń duchowych**¹ tradycja rekolekcji wywodząca się od **Ignacego z Loyoli** (1491-1556) w ciągu czterystu pięćdziesięciu lat zyskała szczególne znaczenie. Rekolekcje *ignacjańskie* są propozycją zgodną ze wskazaniami zawartymi w książeczce *Ćwiczeń duchowych* Ignacego.

Samą **książeczkę Ćwiczeń duchowych**² można zaliczyć do poziomu kierownictwa. Składa się ona z wielu merytorycznych i metodycznych instrukcji, które dotyczą konkretnego kształtu poszczególnych dni rekolekcji. Można ją porównać do książki kucharskiej, która nie zawiera gotowych potraw, ale proponuje przepisy pomocne w ich przygotowaniu. Możliwe jest także porównanie do scenariusza filmowego, który co prawda nie pozwala jeszcze zobaczyć samego filmu, ale daje możliwość przeczytania, w jaki sposób powstaje. Podobnie jest również w przypadku książeczki *Ćwiczeń duchowych*. Nie przedstawia ona bezpośrednio tego, co rzeczywiście przeżywają osoby odprawiające Ćwiczenia i postępujące zgodnie z zawartymi w książeczce Ćwiczeń zaleceniami. Stąd nie jest to z pewnością książka, którą można czytać niczym powieść.

Źródłem jej powstania jest jednak osobiste doświadczenie duchowe, które było udziałem Ignacego w pierwszych latach po nawróceniu³. Wkrótce po tych przeżyciach Ignacy zaczął korzystać – przy okazji kierownictwa duchowego innych osób – z przemyśleń na temat procesów duchowych, jakie zrodziły się pod wpływem jego osobistego doświadczenia. Oba źródła (osobiste doświadczenie i doświadczenie, które zdobył jako kierownik duchowy) łączą się w książeczce *Ćwiczeń duchowych*. Nie jest to jednak jakiś rodzaj relacji na temat tych doświadczeń, lecz *wytyczne* dla tych, którzy do odprawiania ćwiczeń duchowych chcą przyuczyć innych.

¹ W ówczesnym języku hiszpańskim tytuł tego dzieła brzmi: *Exercicios espirituales*; por. ● Monumenta Historica Societatis Jesu (MHSJ), t. 100.

² ● Ignatius von Loyola, *Gründungstexte der Gesellschaft Jesu*, Deutsche Werkausgabe, Bd. II (WA II), Echter, Würzburg 1998, s. 85-269; ● Ignatius von Loyola, *Geistliche Übungen und erläuternde Texte*, Benno, Leipzig 1978, s. 11-161; ● Ignatius von Loyola, *Geistliche Übungen*, Echter, Würzburg 1998. Najważniejsze nazwy zaczerpnięte z książeczki *Ćwiczeń duchowych* zostały podane dużymi literami. Słowa i zwroty zaznaczone w tekście tłustą czcionką pozwalają czytelnikowi podążać za wewnętrzną dynamiką procesu rekolekcyjnego. Informacje na temat literatury są w przypisach opatrzone punktem (●), by czytelnik mógł je łatwiej odnaleźć.

* Cytaty z książeczki *Ćwiczeń duchowych* (dalej: **ĆD**) – jeśli nie zaznaczono inaczej – podajemy w tłumaczeniu Mieczysława Bednarza SJ za: ● Ignacy Loyola, *Pisma wybrane*, t. II, Wydawnictwo WAM, Kraków 1968, s. 99-211. W tłumaczeniu zachowano numerację książeczki *Ćwiczeń duchowych* proponowaną w niemieckiej edycji. Por. też Michael Ivens SJ, *Przewodnik po Ćwiczeniach duchowych*, Wydawnictwo WAM, Kraków 2013 [przyp. tłum.].

³ W czasie rekonwalescencji w Loyoli (1521) oraz w Manresie (przede wszystkim od marca do września 1522), zob. w: ● Ignacy Loyola, *Opowieść Pielgrzyma* oraz inne biografie Ignacego.

To samo stwierdzenie odnosi się do tak zwanych **Dyrektorów**⁴, w których Ignacy i inni jezuici uzupełnili wskazówki podane w książeczce Ćwiczeń duchowych i objaśnili ich praktyczne zastosowanie.

Również niektóre **Listy**⁵ Ignacego Loyoli zawierają pewne instrukcje. Wprawdzie ich bezpośrednim punktem odniesienia nie są Ćwiczenia ani w formie zamkniętej, ani otwartej, zawierają jednak wskazówki istotne dla procesów duchowych oraz rady pomocne w duchowym radzeniu sobie z różnymi sytuacjami w życiu.

► Na **poziomie ćwiczenia i doświadczenia** osoby biorące udział w rekolekcjach mają do czynienia z pewną propozycją rekolekcji. W czasie odprawiania rekolekcji „ćwiczą się” w modlitwie i rozmyślaniu⁶ i doświadczają efektów tego ćwiczenia.

Gdy zada się im pytanie o to, jak „było”, wtedy mogą opowiedzieć o tym, czego doświadczyli. Niektórzy rekolektanci zapisują swoje doświadczenia przeżyte podczas rekolekcji w dzienniku duchowym.

Ignacy pozwolił nam również poznać część swoich doświadczeń dzięki zapiskom zawartym w jego „**Dzienniku duchowym**”⁷ z lat 1544-1545.

Ponadto gorąco namawiany przez innych w „**Opowieści Pielgrzyma**”⁸ Ignacy zawarł swego rodzaju sprawozdanie ze swoich doświadczeń z lat 1521-

⁴ • Ignatius von Loyola, *Gründungstexte der Gesellschaft Jesu*, Deutsche Werkausgabe, Bd. II (WA II), Echter, Würzburg 1998, s. 270-289; • Ignatius von Loyola, *Geistliche Übungen und erläuternde Texte*, Benno, Leipzig 1978, s. 165-193.

* W polskim tłumaczeniu cytaty ze wspomnianych w tekście *Dyrektorów* podajemy za: • Ignacy Loyola, *Pisma wybrane*, t. II, Wydawnictwo WAM, Kraków 1968, s. 216-238 [przyp. tłum.].

⁵ • Ignatius von Loyola, *Briefe und Unterweisungen*, Deutsche Werkausgabe, Bd. I (WA I), Echter, Würzburg 1993, s. 1-935; • Ignatius von Loyola, *Geistliche Übungen und erläuternde Texte*, Benno, Leipzig 1978, fragmenty s. 227-307.

* W polskim tłumaczeniu cytaty z listów św. Ignacego, jeśli nie zaznaczono inaczej, podajemy za: • Ignacy Loyola, *Pisma wybrane*, t. I, Wydawnictwo WAM, Kraków 1968, s. 490-585 [przyp. tłum.].

⁶ Por. **ĆD 1.2**: „Pod tym mianem «Ćwiczenia Duchowne» rozumie się wszelki sposób odprawiania rachunku sumienia, rozmyślania, kontemplacji, modlitwy ustnej i myślniej i inne działania duchowne, jak o tym będzie dalej mowa”.

⁷ • Ignatius von Loyola, *Gründungstexte der Gesellschaft Jesu*, Deutsche Werkausgabe, Bd. II (WA II), Echter, Würzburg 1998, s. 343-428; • Ignatius von Loyola, *Das Geistliche Tagebuch*, Herder, Freiburg 1961.

* W polskim tłumaczeniu cytaty z *Dziennika duchowego* Ignacego podajemy za: • Ignacy Loyola, *Pisma wybrane*, t. I, Wydawnictwo WAM, Kraków 1968, s. 322-388 [przyp. tłum.].

⁸ • Ignatius von Loyola, *Gründungstexte der Gesellschaft Jesu*, Deutsche Werkausgabe, Bd. II (WA II), Echter, Würzburg 1998, s. 1-84; • Ignatius von Loyola, *Geistliche Übungen und erläuternde Texte*, Benno, Leipzig 1978, fragmenty s. 195-221; Ignatius von Loyola, *Bericht des Pilgers*, Benno, Leipzig 1990; • Ignatius von Loyola, *Bericht des Pilgers*, Echter, Würzburg 2002.

* W polskim tłumaczeniu cytaty z *Opowieści Pielgrzyma* podajemy za: • Ignacy Loyola, *Pisma wybrane*, t. I, Wydawnictwo WAM, Kraków 1968, s. 172-264 [przyp. tłum.].

1539 (poczynając od nawrócenia w Loyoli⁹ aż po założenie „Towarzystwa Jezusowego” w Rzymie). W tej autobiograficznej opowieści, w której Ignacy mówi o sobie w trzeciej osobie, zostały przedstawione przeżycia Ignacego z jego osobistych „Ćwiczeń”¹⁰, z których narodziła się książeczka Ćwiczeń duchowych. Z tego względu „Opowieść Pielgrzyma” jest jedną z ważniejszych pomocy dla właściwego zrozumienia książeczki Ćwiczeń duchowych¹¹.

W przypadku **poziomu refleksji** chodzi o współdziałanie kierownictwa, ćwiczenia i owoców odprawianych ćwiczeń. Samo odprawianie ćwiczeń i doświadczenia zdobyte w nich są niewątpliwie jedyne w swym rodzaju i indywidualne. Po ich zakończeniu poszukuje się jednak za pośrednictwem refleksji wzajemnych powiązań, a także pewnych prawidłowości, które mogą mieć charakter normy ogólnej, wykraczającej poza owo indywidualne i niepowtarzalne wydarzenie.

Na trzecim poziomie poruszają się na przykład osoby odpowiedzialne za organizację Ćwiczeń duchowych albo za prowadzenie duchowe podczas rekolekcji, gdy dokonują oceny jakiegoś kursu rekolekcji, aby wyciągnąć wnioski istotne dla dalszych propozycji rekolekcyjnych. Także istotna część olbrzymiej literatury poświęconej rekolekcjom ignacjańskim została napisana na tym poziomie. Pośród niej najwięcej można zauważyć tekstów, które rozpatrują Ćwiczenia duchowe przede wszystkim z teologicznego i psychologicznego punktu widzenia¹².

Książeczkę Ćwiczeń duchowych można wprawdzie umiejscowić na poziomie kierownictwa, jednak uwzględnia ona także pozostałe dwa poziomy. Sposób, w jaki Ignacy powiązał instrukcje na temat odprawiania ćwiczeń z do-

⁹ W czasie rekonwalescencji po zagrażającym życiu zranieniu w walce podczas działań wojennych.

¹⁰ Podczas dziesięciomiesięcznego pobytu w Manresie (1522-1523). Wcześniej, w czasie trzydniowego pobytu w klasztorze benedyktynów w Montserrat, Ignacy prawdopodobnie zetknął się z • *Exercitatorio de la vida spiritual* opata Garcíá Jiménez de Cisnerosa (1455/56-1510), dzięki któremu zapoznał się ze szczegółowymi wskazówkami na temat medytacji (dla początkujących, dla postępujących w doskonałości oraz dla tych, którzy osiągnęli jedności z Bogiem).

¹¹ Szczególnie widoczne jest to u • Leo Bakker, *Freiheit und Erfahrung*. Temu dziełu osobiste zawdzięczaam istotne wnioski przydatne do zrozumienia książeczki Ćwiczeń duchowych.

¹² Zob. między innymi: • Hugo Rahner, *Ignatius von Loyola und das geschichtliche Werden seiner Frömmigkeit*; • Hugo Rahner, *Ignatius von Loyola als Mensch und Theologe*, s. 251-386; • Karl Rahner, *Die Logik der existentiellen Erkenntnis bei Ignatius*; w: *Das Dynamische in der Kirche*, s. 74-148; • Erich Przywara, *Deus semper maior, Theologie der Exerzitien*; • Gaston Fessard, *La Dialectique des Exercices spirituels de saint Ignace de Loyola* (t. 1: Liberté, Temps, Grâce; t. II: Fondement, Péché, Orthodoxie); • John J. English, *Spiritual Freedom, From an Experience of the Ignatian Exercises to the Art of Spiritual Guidance*; • Michael Schneider, „Unterscheidung der Geister”, *Die ignatianischen Exerzitien in der Deutung von E. Przywara, K. Rahner und G. Fessard*; • Stefan Kiechle, *Kreuzesnachfolge, Eine theologisch-anthropologische Studie zur ignatianischen Spiritualität*.

świadczeniem ćwiczącego, jest chyba jednym z najbardziej genialnych jego wynalazków. Stało się to możliwe, ponieważ sam wiele się zastanawiał nad swoimi doświadczeniami duchowymi oraz nad doświadczeniami osób, które prowadził. Z tej refleksji powstała książeczka *Ćwiczeń duchowych* i zawarte w niej instrukcje.

Niniejsza książka wzoruje się na książeczce *Ćwiczeń duchowych* i jej ścisłym powiązaniu między poziomami. Również ona jest owocem osobistego, konkretnego towarzyszenia innym osobom, podczas odprawianych przez nie rekolekcji. Jej punkt ciężkości nie znajduje się jednak na poziomie kierownictwa (jak w książeczce *Ćwiczeń duchowych*), lecz na poziomie doświadczenia. W praktyce towarzyszenia duchowego podczas rekolekcji jest się bowiem blisko tego poziomu, gdy osoby towarzyszące starają się uchwycić poruszenia ujawniające się podczas odprawiania ćwiczeń przez rekolektantów, aby uzyskać w ten sposób wskazówki pomocne dla następnego etapu ćwiczeń. W mojej książce nie przekazuję jednak poszczególnych doświadczeń tych ludzi, których było mi dane prowadzić w czasie rekolekcji. Moją intencją jest raczej przedstawienie tego, co jest typowe dla całego przebiegu procesu rekolekcyjnego oraz dla każdej z jego faz (TYGODNI w książeczce *Ćwiczeń duchowych*). Przy tej okazji wskazówki pomocne w prowadzeniu rekolektantów będą ujawniać się samoistnie. Podejmują one zalecenia z książeczki *Ćwiczeń duchowych* i wyjaśniają je dalej w kontekście dzisiejszych uwarunkowań. Dzięki opisaniu z jednej strony poruszeń i doświadczeń (które są owocem odpowiedniego polecenia), a z drugiej strony refleksji nad powiązaniami (które można zauważyć w czasie prowadzenia) dochodzi do połączenia trzech poziomów (kierownictwa, doświadczenia, refleksji).

Każdy człowiek jest tajemnicą. Jeszcze bardziej jego droga z Bogiem – albo raczej droga Boga z nim. Czy więc w ogóle możliwe jest przy tym założeniu ustalenie czegoś „typowego”? Czy przy tej okazji nie dochodzi do wchłonięcia tego, co indywidualne i jedyne w swym rodzaju, przez to, co ogólne i abstrakcyjne? Ignacy doskonale zdawał sobie sprawę z trudności związanych z tą problematyką. Mimo to podjął ryzyko, aby zaproponować *jeden* przewodnik *dla wielu*. Skłoniło go do tego osobiste doświadczenie. Odkrył bowiem, że przy całej różnorodności indywidualnych dróg duchowych istnieją jednak pewne **prawidłowości**, w których występują różne poruszenia wzywające do nawrócenia i naśladowania. Owych prawidłowości nie sposób rozpoznać na pierwszy rzut oka. Są bowiem strukturą wewnętrzną, którą wydobywa się z różnorodności zachodzących zjawisk, jakie ujawniają się pośród wewnętrznych procesów. Tylko dlatego, że istnieje *wewnętrzna struktura*, ta jedna książeczka może stać się odpowiednia i pomocna dla różnych osób. Dlatego jawi się ona jako zbiór merytorycznych

i metodycznych instrukcji oraz pomocy do refleksji. Nieustannie mówi jednak także o „owocach” (których należy oczekiwać jako rezultatu różnych ćwiczeń) i zestawia je z instrukcjami i refleksją. W tym zgodnym ze sobą przyporządkowaniu ujawnia się wyjątkowy charakter książeczki Ćwiczeń duchowych. Dlatego będzie ona zrozumiała tylko dla tych, którzy sami odprawili te ćwiczenia, do których książeczka ta udziela instrukcji. Tylko na podstawie własnego doświadczenia można wyrobić sobie wycucie tego, co może zachodzić w danej osobie w czasie rekolekcji. Ze zdumieniem doświadcza się wtedy, jak wiele podobnych rzeczy dokonuje się u wielu ludzi, choć w przypadku każdej osoby odprawiającej Ćwiczenia przejawia się to inaczej.

Osoba towarzysząca w Ćwiczeniach w rozumieniu Ignacego nie jest „mistrzem”, który chce kierować innych, aby szli jego drogą¹³. Jest raczej kimś, kto towarzyszy, podążając z innymi właściwą dla nich drogą ćwiczeń i doświadczenia na podstawie wycucia, które sam pozyskał, jeśli chodzi o wewnętrzne procesy i odpowiednie ukierunkowanie poszczególnych etapów Ćwiczeń duchowych. Na podstawie tego doświadczenia wspólnie przebytej drogi została właśnie napisana ta książka.

Duchowa **droga doświadczenia**, na którą ukierunkowana jest książeczka Ćwiczeń duchowych, nie ogranicza się do czasu rekolekcji. Bóg działa również poza tymi szczególnymi okresami, za pośrednictwem rozmaitych wydarzeń i spotkań w życiu codziennym. Im bardziej człowiek otwiera się na to, im bardziej żyje *modlitwą* także w życiu codziennym, tym bardziej – zawsze i wszędzie – zauważy Boże działanie i doświadczy go. Oto bowiem chodzi w ostatecznym rozrachunku: aby *żyć z Bogiem*.

Czas rekolekcji jest szczególnym środkiem pomocnym do realizacji tego celu. To czas wyjątkowej intensyfikacji doświadczeń. W otoczeniu, które sprzyja ciszy, skupieniu i ukierunkowaniu na relację z Bogiem w modlitwie, może łatwiej zapuścić korzenie coś nowego, może znaleźć ujście to, co od dawna się nagromadziło, można uświadomić sobie to, co było ukryte w głębi. Możliwe, że niektóre elementy tego doświadczenia zostaną później w **życiu codziennym** przysłonięte, ale powinny się przynajmniej raz ujawnić. Być może pewne rzeczy dadzą o sobie znać na nowo, z jeszcze większą intensywnością, właśnie pod wpływem wydarzeń życia codziennego. Nierzadko ważne owoce, o których wspomina książeczka Ćwiczeń duchowych, osoba zbiera dopiero po zakończeniu rekolekcji. Z tego powodu wartość dni spędzonych na rekolekcjach należy uznać za względną. Jako środek pozostają one w relacji do celu, o który

¹³ Por. • Ludwik Gonsalves da Cámara, *Memoriale, czyli Diariusz o św. Ignacym Loyoli*, Wydawnictwo WAM, Kraków 1995, 256: „Następnego dnia, rozmawiając ze mną na ten sam temat, Ojciec (Ignacy) powiedział mi, że nie ma jego zdaniem większego błędu w rzeczach duchowych niż chcieć kierować według samego siebie”.

chodzi w czasie ich trwania: aby *żyć z Bogiem i w obdarowaniu od Boga*. Dlatego też nie sposób powiedzieć, uogólniając, jaka propozycja rekolekcji byłaby najlepsza. Zależy to bowiem zawsze od konkretnej sytuacji i **dyspozycji** tego, który wyraża pragnienie odprawienia rekolekcji: jakie wewnętrzne i zewnętrzne przesłanki osoba przynosi ze sobą, rozpoczynając rekolekcje. Przede wszystkim istotne jest, jak wygląda życie tej osoby w relacji do Boga.

Ignacy zwrócił również uwagę na to, jak różny może być **czas** potrzebny danej osobie, aby dojrzały w niej określone owoce łaski. Jako przyczynę tego wymienia się gorliwość osoby odprawiającej Ćwiczenia i oddziaływania na rekolektanta „różnych duchów” (**ĆD 4.**⁴⁻⁷). Nie sposób więc dokładnie przewidzieć, co może się wydarzyć w jakimś człowieku podczas odprawiania ćwiczeń w ramach pięciu, ośmiu albo trzydziestu dni (w przypadku rekolekcji w życiu codziennym w okresie czterech albo sześciu tygodni, sześciu miesięcy albo całego roku). Z tego wynika, że istnieją duże różnice w tym, jak daleko ktoś postąpi w określonym czasie na drodze doświadczenia, którą wyznacza książeczka Ćwiczeń duchowych ze swymi etapami (TYGODNIAMI). To samo odnosi się także do trwających trzydzieści dni Wielkich Rekolekcji.

Niniejszej książki nie należy zatem rozumieć jako opisu tego, co się w każdym przypadku dokonuje w ustalonej liczbie dni. Musi pozostać sprawą otwartą kwestia, w *jaki sposób* w zależności od osoby odprawiającej rekolekcje opisany proces zachodzi w różnych etapach samych rekolekcji albo też dokonuje się poza nimi. Moja książeczka podąża za prawidłowościami duchowego procesu, który dokonuje się w człowieku. Informacje na temat czasu, które tu i ówdzie się pojawiają, przekazują jedynie pewne wyobrażenie o tym, w jaki sposób mogą narastać w rekolektancie wewnętrzne poruszenia. Pojawiające się wskazówki odnoszą się przede wszystkim do rekolekcji zamkniętych. W przypadku rekolekcji w życiu codziennym albo duchowego prowadzenia poza Ćwiczeniami duchowymi należałoby je odpowiednio zmodyfikować i uzupełnić.

1.

Wejść
w Ćwiczenia duchowe
niczym do wnętrza domu

Gdy osoby odprawiające Ćwiczenia opowiadają później o swych rekolekcyjnych doświadczeniach, mówią często, że przebyły pewną drogę. Co ciekawe, książeczka Ćwiczeń duchowych używa słowa „droga” tylko jeden raz w odniesieniu do tego, co dokonuje się podczas Ćwiczeń¹. Słowo „Fundament”, pojawiające się w **ĆD 23**.¹, nasuwa na myśl inny obraz: domu. Każdy dom ma bowiem fundament (przynajmniej w naszej kulturze). Fundament podtrzymuje wszystko, co znajduje się nad nim. Wielopiętrowy dom składa się z kilku kondygnacji: parter, pierwsze piętro, drugie piętro i kolejne piętra aż po poddasze. Kondygnacje moglibyśmy porównać z TYGODNIAMI książeczki Ćwiczeń duchowych, względnie z **fazami procesu rekolekcyjnego**. Każdy dom na parterze ma z reguły przedsionek. Wtedy parter odpowiadałby fazie wejścia w rekolekcje, pierwsze piętro PIERWSZEMU TYGODNIOWI, drugie DRUGIEMU TYGODNIOWI, trzecie TRZECIEMU TYGODNIOWI i ostatnie CZWARTEMU TYGODNIOWI w książeczce Ćwiczeń duchowych. U początków mojej posługi jako osoba towarzysząca w rekolekcjach w taki właśnie sposób widziałem to porównanie.

Jednak inne porównanie uważam za trafniejsze. Na parterze – najczęściej – znajduje się wejście. Miejsce PIERWSZEGO TYGODNIA książeczki Ćwiczeń duchowych („faza Kryzysu”) jest w moim odczuciu nie na pierwszym piętrze, ale w piwnicy. Dopiero DRUGI TYDZIEŃ książeczki Ćwiczeń duchowych („faza Naśladowania”) leży na pierwszym piętrze; TRZECI TYDZIEŃ („faza Cierpienia”) i CZWARTY TYDZIEŃ („faza Uwielbienia”) odpowiednio pod dachem i na dachu domu.

Określenie fazy początkowej jako „fazy Fundamentu” wywodzi się od nagłówka tekstu wyjściowego w książeczce Ćwiczeń duchowych, który brzmi „Zasada i Fundament” (**ĆD 23**.¹)*, który dla wielu stanowi początek procesu

¹ **ĆD 318**.²: „Bo jak w pocieszeniu prowadzi nas i doradza nam duch dobry, tak w strapieniu – duch zły, a przy jego radach nie możemy wejść na drogę dobrze wiodącą do celu”.

* W polskim tłumaczeniu nagłówków w **ĆD 23**.¹ brzmi: „Zasada pierwsza i podstawowa (Fundament Ćwiczeń)”. Jednak w oryginale hiszpańskim brzmi on: „PRINCIPIO Y FUNDAMENTO”, w związku z tym to nazewnictwo, stosowane także przez autora książki, zostało przyjęte w tłumaczeniu [przyp. tłum.].

rekolekcyjnego. Powód, dla którego etap ten traktujemy jako osobną (pierwszą) fazę, powinien stać się zrozumiały w następnych rozdziałach. Efektem tego podejścia jest jednak **numeracja**, odbiegająca od tej, jaką proponuje książeczka Ćwiczeń duchowych. Ignacy, mówiąc o CZTERECH TYGODNIACH, wymienił tylko *cztery* fazy. Gdy jednak doliczy się do tego fazę wstępną albo fazę Fundamentu jako osobną, wtedy cały proces jest podzielony na **pięć faz**: to, co w książeczce Ćwiczeń duchowych wymienia się jako PIERWSZY TYDZIEŃ, staje się już drugą fazą procesu rekolekcyjnego, DRUGI TYDZIEŃ w książeczce Ćwiczeń duchowych jest już trzecią fazą tego procesu (i tak dalej, licząc w ten sposób do samego końca)².

Gdy ktoś wchodzi do nowego domu, znajduje się w jego **przedsionku**, w pomieszczeniach, gdzie przyjmuje się gości, które z reguły znajdują się na parterze. Tu można wyczuć klimat domu, zetknąć się z jego atmosferą, odczekać nią. Czasem istnieje możliwość swobodnego spojrzenia w górę, aż po sam dach z dolnej części klatki schodowej. Co prawda nie sposób jeszcze rozpoznać, co znajduje się na poszczególnych kondygnacjach, ale daje to możliwość **przeglądu** całości (przynajmniej na poziome wertykalnym). Tego rodzaju pierwszy wgląd w cały proces Ćwiczeń umożliwił Ignacy dzięki tekstowi o ZASADZIE i FUNDAMENCIE w **ĆD 23**.

Gdy ogląda się nową budowlę, osoby zwiedzające zazwyczaj skłaniają się ku temu, aby najpierw wejść po schodach na górę i szczegółowo obejrzeć wyższe piętra. Dopiero na końcu, o ile w ogóle, schodzi się do piwnicy, aby przyjrzeć się pomieszczeniom gospodarczym. Coś podobnego, i to zbyt często, zdarza się w życiu duchowym. Ożywiona pierwszym nawróceniem osoba biegnie zaraz na górę i pragnie rozkoszować się pięknym widokiem, który wabi z wyższych pięter. Można z nich patrzeć w dół, podziwiać całą okolicę i cieszyć się tym, co się widzi. Osoba ta jest zachwycona, czuje się zdolna do najwyższych lotów i chciałaby się cieszyć z tego, co osiągnęła. Przy okazji jednak przeocza coś bardzo ważnego: nie pozna **Fundamentu**, jeśli obejmie w posiadanie dom jedynie od parteru po dach. Fundament leży *pod* wszystkimi kondygnacjami, w piwnicy. Dokładnie rzecz biorąc, dom nie tyle stoi na swoim fundamencie, ile na podstawie znajdującej się jeszcze niżej: na ziemi, która jest nam *dana*. To ona podtrzymuje dom.

Dzięki rozważaniom na temat właściwego fundamentu dochodzimy do obrazów biblijnych: domu, który został zbudowany na skale (Mt 7,24), oraz fundamentu, którym jest **Jezus Chrystus** (1 Kor 3,11). Tego, kto nie buduje na *tej* skale, porównuje się z budującym na piasku, którego dom runie pośród

² Przedstawiony w tej książce opis procesu rekolekcyjnego przyjmuje ten sposób liczenia. Jednocześnie podajemy leżące u podstaw teksty książeczki Ćwiczeń duchowych z ich odniesieniem do TYGODNI, wskazując tym samym na paralelnie ich rozumienie.

srożących się wokół potoków i wichrów (Mt 7,26-27). Wyobrażenie to dotyczy także czegoś, co niestety zdarza się nierzadko w praktyce Ćwiczeń duchowych. Ponieważ ktoś zapomniał zobaczyć piwnicę albo tylko pobieżnie zajrzał do niej, aby popędzić o wiele za szybko na wyższe piętra, dom Ćwiczeń duchowych zaczyna się walić, gdy szarpie nim silniejszy wiatr wątpliwości i kwestionowania.

Porównanie piwnicy domu do drugiej fazy procesu rekolekcyjnego (**faza Kryzysu**, która w książeczce Ćwiczeń duchowych odpowiada PIERWSZEMU TYGODNIOWI) wydaje się stosowne także z innego powodu. Do piwnicy usuwa się bowiem najczęściej to, czego nie chce się mieć w pomieszczeniach mieszkalnych: to, co wyszło z mody i jest zużyte, to, co nieuporządkowane i brudne. Wszystko to leży na dole i rozkłada się albo fermentuje i butwieje. Im dłużej trwa ten proces, tym bardziej nieprzyjemny zapach się nad tym unosi. Z czasem rośnie też niechęć do tego, aby w ogóle zaglądnąć do piwnicy. W rekolekcjach, w fazie Kryzysu, chodzi o to, aby przeciwstawić się temu oporowi i zejść do pomieszczeń piwnicznych, wpuścić tam światło i świeże powietrze. W ten sposób możliwe staje się także odkrycie gruntu, który leży pod piwnicą: to „Opoka naszego zbawienia” (Ps 95,1)³. Na niej spoczywa cały dom, „Fundamentu bowiem nikt nie może położyć innego, jak ten, który jest położony, a którym jest Jezus Chrystus” (1 Kor 3,11). *On* podtrzymuje wszystko, co na Nim jest zbudowane.

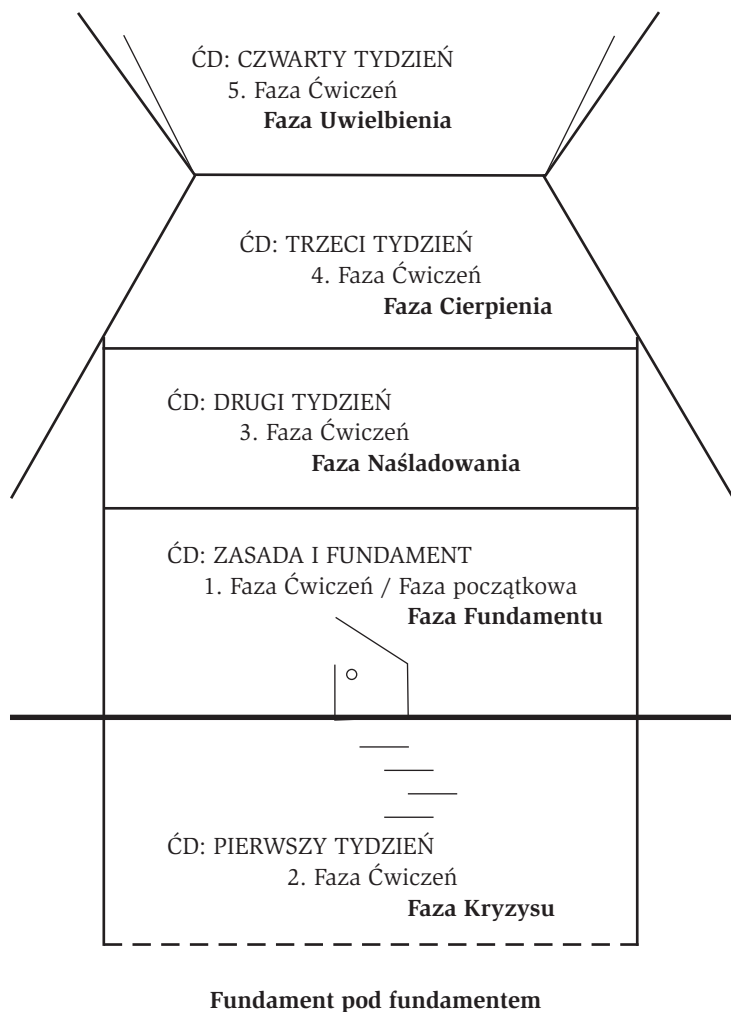
Gdy ktoś znajdzie ten właściwy fundament w fazie Kryzysu, gdy odkryje fundament pod fundamentem, wtedy nadchodzi czas, aby udać się na wyższe piętra domu Ćwiczeń duchowych. Motywem przewodnim nie będzie już ambicja, by wejść możliwie jak najwyżej, lecz objęcie w posiadanie domu, który nam ofiarowano i dano w posiadanie. Dom ten powinien stać się dla nas domem życia. Nada on naszemu życiu konkretny kształt i wskaże określony kierunek. Dlatego w trzeciej fazie procesu rekolekcyjnego (w **fazie Naśladowania**, odpowiadającej w książeczce Ćwiczeń duchowych DRUGIEMU TYGODNIOWI) chodzi o to, by w pójściu za Chrystusem znaleźć własne powołanie i posłannictwo.

Jeśli rozszerzymy porównanie procesu rekolekcyjnego do objęcia w posiadanie domu, doprowadzi nas ono na poddasze. Tam zauważymy, że jest ciasniej. Spady dachu sygnalizują, że coś się kończy. Można to potraktować jako wskazanie na czwartą fazę procesu rekolekcyjnego (**fazę Cierpienia**, odpowiadającą w książeczce Ćwiczeń duchowych TRZECIEMU TYGODNIOWI), w której chodzi o to, aby rekolektant doświadczył w sobie cierpienia i umierania Jezusa.

Można sobie też wyobrazić, że do domu należy znajdujący się na dachu taras, z którego swobodnie wodzi się wzrokiem po ziemi i wznosi oczy ku

³ Cytaty z Pisma Świętego podajemy za Biblią Tysiąclecia, wydanie IV [przyp. tłum.].

niebu. To porównanie winno zobrazować piątą fazę procesu rekolekcyjnego (**fazę Uwielbienia**, odpowiadającą w książeczce Ćwiczeń duchowych CZWARTEMU TYGODNIOWI), w której możemy przyjąć do swego wnętrza chwałę Zmartwychwstałego, przenikającą wszystko swym światłem.



Tak naprawdę to Bóg jest Tym, który wybudował dla nas dom. „Odprawiać Ćwiczenia” oznacza więc objąć w posiadanie **Jego dom** i nauczyć się w nim żyć. Proces rekolekcyjny polega więc na tym, aby stopniowo wstąpić na *wszystkie* kondygnacje, wejść do *wszystkich* pomieszczeń i zapoznać się z nimi na tyle dobrze, by się w nich zadowolić.

Widać tu przewagę obrazu domu nad obrazem drogi: fazy procesu rekolekcyjnego nie są po prostu etapami pewnej drogi, które ktoś może pozostawić za sobą, gdy już raz się z nimi zapozna. Tego rodzaju skojarzenie sugerowałby właśnie obraz drogi. Natomiast w obrazie domu nadal pozostają piętra. Piętro *nadal* można przechodzić, nawet jeśli w danym momencie nikt na nim nie przebywa. W związku z tym można pojmować fazy Ćwiczeń jako **obszary doświadczenia**. Zanim osoby odprawiające rekolekcje wkroczą na nie, są im obce. Być może mają jakąś wiedzę wstępną na ich temat i pewne ich wyobrażenie, ale to nie oznacza, że znają je już w rzeczywistości. Wkroczenie w jedną fazę Ćwiczeń jest wprowadzeniem kogoś w nowe doświadczenie. Zazwyczaj trzeba przy tym przezwyciężyć opory (tak jak w domu trzeba przejść przez progi). Gdy osoby odprawiające rekolekcje wejdą już jednak w nowy obszar doświadczenia i zapoznają się z nim, wtedy pozostaje on dla nich dostępny, nawet jeśli w danej chwili na nim nie przebywają. Przemienie to, co budziło opór i stanowiło przeszkodę do wkroczenia na ten obszar.

Tym, co pozostaje, jest nowe życie, które za każdym razem wypełnia poszczególne obszary doświadczenia. To życie wydaje plon: nadzieję i obietnicę w fazie Fundamentu, prawdę i miłosierdzie w fazie Kryzysu, pokorną miłość i wspaniałomyślność w fazie Naśladowania, gotowość pozostawienia wszystkiego i posłuszeństwo w fazie Cierpienia, przejrzystość i radość w fazie Uwielbienia. Oznacza to, że chociaż w określonym czasie punkt ciężkości codziennego życia znajduje się na jednym z pięter, to jednak inne piętra (na których osoba była już do tej pory obecna) pozostają nadal dla niej otwarte, bo wcześniej dobrze je poznała.

Porównanie procesu rekolekcyjnego z obrazem domu pomaga także odpowiedzieć na pytanie o **wyjątkowość albo powtarzalność** faz Ćwiczeń duchowych i przeżywanych w nich doświadczeń. Obraz drogi sugerowałby wyjątkowość: gdy przebyło się pewną drogę, to jest ona już za nami, a cel związany z jej przejściem został osiągnięty. Ponieważ wydaje się, że w praktyce Ćwiczeń duchowych wyjątkowość ta nie występuje w tej postaci, niektórzy znawcy przedmiotu uciekają się tu do obrazu spirali. W obrazie tym droga łączy się z kołem (symbolem powrotu). Stosownie do tego rozmaite fazy procesu mogłyby się powtórzyć na coraz głębszym, względnie coraz wyższym poziomie i w kolejnych rekolekcjach przebiegać za każdym razem od nowa. Obraz spirali byłby adekwatny nawet wtedy, gdyby istotna różnica między poszczególnymi fazami Ćwiczeń leżała przede wszystkim w różnych treściach proponowanych do modlitwy, którym osoby odprawiające rekolekcje poświęcają uwagę w każdej z faz. Jeśli nawet dla różnych faz procesu rekolekcyjnego proponuje się rozmaite treści do modlitwy, to jednak istotna różnica nie leży w tym merytorycznym ukierunkowaniu, lecz w rodzaju i głębi **egzystencjalnego**

poruszenia, które przez to działanie zostaje wywołane. Jest to spowodowane tym, że tak zwany przedmiot modlitwy (**ĆD 48.²**) nie jest tylko treścią, którą osoba odprawiająca rekolekcje powinna zająć się merytorycznie, aby być może później *dowiedzieć się* na ten temat czegoś więcej; treść ta jest czymś więcej – to świadectwo zbawczego działania Boga w historii. Kiedy osoba modląca angażuje się ze swą tęsknotą za zbawieniem w treść podaną do modlitwy, *dzieje się* coś w niej samej: oto wkracza w Bożą historię zbawczą. A to, co ogląda, modląc się, dokonuje się w niej samej – w podobny sposób dla wielu ludzi, a mimo to dla niej w sposób wyjątkowy i indywidualny.

Różnica między fazami Ćwiczeń duchowych uwidacznia się nie tyle w *treściach* modlitwy, ile raczej w *oddziaływaniu* modlitwy. Gdy człowiek zagłębia się w Ćwiczenia, pozwala na to, aby za każdym razem Bóg przemówił do niego i poruszył go w sposób coraz **głębszy i całościowy**. Wiara musi przeniknąć z głowy do serca. To ruch od peryferii do centrum. Przy tej okazji dochodzi do poruszenia w człowieku nowych, do tej pory niedostępnych pokładów. Gdy doszło już do tego rodzaju wnikięcia w nowy, głębszy obszar doświadczenia, wtedy obszar ten staje się zasadniczo otwarty i dostępny dla tego człowieka. Dlatego też tego rodzaju wnikięcia mają w sobie coś wyjątkowego. W porównaniu różnych faz Ćwiczeń do pięter domu jest to bardziej widoczne niż w obrazie spirali.

W tak zwanych **powtórnych rekolekcjach** osoba może dalej poznawać obszar doświadczenia, który we wcześniejszych rekolekcjach stał się dla niej dostępny. I tak posługując się obrazem domu: można zwiedzić i uczynić przedmiotem swego doświadczenia kolejne pomieszczenia na tym samym piętrze. To postępowanie dokonuje się wprawdzie na poziomie wcześniejszego doświadczenia, wnosi jednak w nie zupełnie coś nowego. W ten sposób nie tyle dochodzi do jego pogłębienia, ile raczej do poszerzenia. Obszary życia, które do tej pory pozostawały nietknięte, zostają włączone w proces modlitwy. Może jednak również się zdarzyć, że dostęp do jakiegoś piętra znów zostanie utrudniony. Osobie, która przez cały rok na nie nie weszła, stało się ono czymś obcym. Wtedy trzeba jeszcze raz przezwyciężyć swoje opory i ponownie wejść do pomieszczenia, które już kiedyś odkryliśmy.

Bóg jest tym, który buduje dom Ćwiczeń. Osoby odprawiające rekolekcje obejmują go w posiadanie, aby w nim zamieszkać. Bóg jest kimś *więcej* niż fundamentem. Jest Fundamentem *pod* fundamentem, skałą, na której stoi budowla. Dom jest *Jego* domem. Osoba odprawiająca rekolekcje nie jest jednak tylko użytkownikiem mieszkania. Ta przenośnia nie oddawałaby w pełni rzeczywistości relacji Boga z człowiekiem, o którą chodzi w Ćwiczeniach duchowych. Bóg i człowiek działają wspólnie w domu życia.

To sprawia, że tak naprawdę żadne porównanie nie jest adekwatne. Nierozwalne, wzajemne przenikanie się **Boskiej inicjatywy i ludzkiego starania**

się, Bożej łaski i ludzkiej wolności jest zdecydowanie zbyt intymne i niezgłębione, aby można było zamknąć je w jednym porównaniu. W Ćwiczeniach duchowych chodzi dokładnie właśnie o współlistnienie i wzajemne przenikanie się. Zadaniem procesu rekolekcyjnego nie jest rozdzielenie od siebie tej tajemniczej rzeczywistości, lecz dążenie do wrośnięcia w nią w sposób pełniejszy, głębszy i całościowy.

2.

Warunki konieczne
do rozpoczęcia
Ćwiczeń duchowych

2.1. Podjąć postanowienie o zmianie

Czas wielu ludzi wypełniony jest konkretnymi sprawami, które stanowią treść ich życia w rodzinie, w pracy zawodowej i w czasie wolnym. Tym wszystkim „żyjemy” – mówi się i uważa, że przy tej okazji doświadcza się „siebie”. Ludzie cieszą się z sukcesów w pracy i martwią się o to, jak ma im wystarczyć „do pierwszego”. Albo denerwują się zachowaniem dzieci i marzą z utęsknieniem o urlopie. Uwaga i energia są ukierunkowane na poradzenie sobie z wszystkimi wymaganiami, jakie niesie ze sobą życie, a równocześnie na to, aby znaleźć tę radość i zadowolenie, które sprawiają, że dni mają pewną **jakość życia**. Jeśli nie zdarzy się przy tym nic nadzwyczajnego, to czas mija bez pojawienia się w nim jakiegoś momentu przełomowego. Również **Bóg** może mieć miejsce w takim życiu: przykładowo w niedzielę w czasie Mszy św. albo w ocenie tego, co „słuszne”, a co „niesłuszne”, może także w okazyjnej albo nawet regularnej modlitwie. Bóg należy do życia, choć nie oznacza to równocześnie jakiejś istotnej zmiany w nim.

Czasem pojawia się jednak **moment przełomowy w życiu**. Często dochodzi do niego pod wpływem zewnętrznego impulsu albo na skutek zewnętrznego wydarzenia: może nastąpić to w wyniku spotkania z jakimś człowiekiem, na skutek wypadku, pod wpływem fascynującego filmu, interesującej książki albo kazania, które porusza. Różne mogą być przyczyny pojawienia się czegoś, co przerywa zwyczajny bieg wydarzeń i zmusza do zatrzymania się. Czasem **impuls do zatrzymania się** pochodzi z wnętrza człowieka: gdy narasta niezadowolone, gdy z większą mocą daje o sobie znać wspomnienie czasów błogiego i bezpiecznego dzieciństwa, gdy odczuwa się tęsknotę za czymś „*więcej* od życia”. Może to być także nieokreślone poczucie, że coś w moim życiu jest nie tak. W ostatecznym rozrachunku nie jest ważne, czy impuls do zatrzymania się pochodzi z zewnątrz, czy też bezpośrednio z własnego wnętrza. Ważne, czy zostanie przyjęty, czy też nie. Gdy człowiek uświadomi sobie ów impuls, wtedy zrodzi się w nim pytanie:

► Czy ma być nadal tak jak do tej pory?

Razem z tym pytaniem prawdopodobnie pojawią się jeszcze inne, dalej idące pytania – najpierw niewyraźnie, następnie coraz bardziej jednoznacznie. Będą to pytania podobne do poniższych:

- Dlaczego żyję tak, jak żyję?
- Jaki sens ma to wszystko?
- Co nakazuje mi zatrzymać się?
- Jakie znaczenie mogłoby to mieć dla mojego życia?

Dopóki osoba pozostaje jedynie przy pytaniach, dopóty nic się jeszcze w jej życiu nie zmienia. Pytania muszą znaleźć odpowiedzi. Tylko człowiek, który zadaje sobie te pytania, może na nie udzielić odpowiedzi. I nie mogą one pozostać jedynie na płaszczyźnie teoretycznej, ale muszą skonkretyzować się w decyzji.

O jakiego rodzaju decyzję tu chodzi? Wielu ludzi, którzy chcą **zmiany** w swym życiu, myśli wyłącznie o tym, jak zmienić zewnętrzne warunki swojego życia. Szukają nowego miejsca pracy, innego partnera w życiu albo bardziej interesującego hobby. Jeśli udało im się zrealizować coś z tego i zdecydowali się na nową sytuację, po pewnym czasie znów pojawiają się dawne pytania i uczucia (które pierwotnie skłoniły ich do tego, aby szukać zmiany). Dzieje się tak, ponieważ sami zabrali owe pytania ze sobą do nowej sytuacji. Powody, które rodziły w nich niezadowolenie albo niepokój, tkwią bowiem także w nich samych. Inni z kolei szukają zmiany wyłącznie we własnym wnętrzu. Postanawiają w przyszłości nie złościć się z powodu sytuacji, która rodzi w nich poczucie niezaspokojenia. Albo podejmują postanowienie, że w przyszłości będą się bardziej cieszyć. Postępując w ten sposób, z dużym prawdopodobieństwem poniosą porażkę. Nie sposób rozkazywać uczuciom i wewnętrznym postawom. Jeśli podjęta decyzja nie znajdzie wyrazu w konkretnych gestach, słowach albo działaniach, prawie zawsze pozostanie nieskuteczna.

Chodzi więc o nieodzowną decyzję, która dotyczy obu rzeczywistości: **wewnętrznego nastawienia i zewnętrznej sytuacji**. Żyjemy bowiem od wewnątrz do zewnątrz oraz od zewnątrz do wewnątrz. Wewnętrzne przeobrażenia ucieleśniają się na zewnątrz, a zmiany w rzeczywistości zewnętrznej oddziałują na nasze wnętrze.

W Piśmie Świętym jest wiele historii opowiadających o tego rodzaju **procesach przemiany**. Za sprawą zewnętrznych i wewnętrznych wydarzeń Bóg dokonuje zwrotu w życiu jednostek i całych narodów. Przybliżmy to zjawisko na jednym przykładzie.

Kiedy Duch Święty w dniu Zesłania zstąpił na Piotra, wygłosił on swoje pierwsze kazanie (Dz 2,14-36). Dla tłumu, który napłynął z wielu stron, na początku jest to wydarzenie zewnętrzne. Wyzwała coś w słuchaczach: „Gdy

to usłyszeli, przejęli się do głębi serca” (Dz 2,37a). Zatrzymali się. Zaczęli zadawać sobie pytania i wypowiadać je wobec Piotra i innych apostołów: „Cóż mamy czynić, bracia?” (Dz 2,37c). Teraz Piotr może zaproponować im odpowiedź na ich pytanie: „Nawróćcie się [...] i niech każdy z was ochrzci się w imię Jezusa Chrystusa” (Dz 2,38b). Czy przyjmą tę propozycję i zdecydują się na odpowiedź? „Ci więc, którzy przyjęli jego naukę, zostali ochrzczeni” (Dz 2,41a). Krok wewnętrzny (przyjęcie propozycji) ucieleśnia się w kroku zewnętrznym (zostaniu ochrzczone). Ograniczenie do tych, „którzy przyjęli jego naukę”, pokazuje wyraźnie, że zapadła tu decyzja indywidualna. Nawet jeśli było wielu („około trzech tysięcy dusz”), którzy podjęli tego rodzaju decyzję (Dz 2,41b), to jednak nie byli to wszyscy.

W odpowiedzi, którą zaproponował Piotr, chrzest i nawrócenie tworzą jedność. Przez praktykę chrztu dzieci w większości przypadków nie ma już tej jedności, przynajmniej patrząc z perspektywy czasu. Prowadzi to do tego, że wielu ochrzczonych nigdy nie podjęło osobistej decyzji odnośnie do ich chrztu. Mimo to uważa się ich za chrześcijan, a oni sami postrzegają się jako chrześcijanie. Z perspektywy nowotestamentalnego rozumienia wiary jest to wewnętrzna sprzeczność. Bycie chrześcijaninem oznacza bowiem: świadomie zdecydować się na **życie z Chrystusem**.

Ignacy przygotował ĆWICZENIA DUCHOWE dla ludzi, którzy zdecydowali się na zmianę w swym życiu. W ten sposób podjął **motyw nawrócenia** z Nowego Testamentu. Ignacy wyraża to słowem „uporządkować”. To, że nie chodzi przy tym tylko o zewnętrzne uporządkowanie (jako zmianę zewnętrznych warunków życia), uświadamia dosadnie, mówiąc: „Ćwiczenia duchowne [służące] do przewyciężenia samego siebie i do uporządkowania swego życia” (ĆD 21). Do realizacji *tego* celu w książeczce Ćwiczeń duchowych proponował pewne ćwiczenia. „Ćwiczenia” są czymś, co nabiera kształtu w przestrzeni i w czasie, a więc nie są czymś czysto wewnętrznym. Dlatego Ignacy porównuje je do ćwiczeń cielesnych. Można zdecydować, czy je wykonywać, czy nie. Jako ćwiczenia *duchowe* są jednak ukierunkowane na wnętrze człowieka, na jego „**duszę**”. To z nią ma się coś wydarzyć. Ma zostać „przygotowana” i „usposobiona” „do szukania i znalezienia woli Bożej w takim uporządkowaniu swego życia, żeby służyło dla dobra i zbawienia duszy” (ĆD 1.³⁻⁴).

Rozstrzygającą przesłanką konieczną do odprawienia Ćwiczeń duchowych w rozumieniu Ignacego jest zatem decyzja o uczynieniu czegoś, co zmieni **życie** danej osoby. Wielokrotnie będzie to stres psychologiczny, który mobilizuje siłę do podjęcia **decyzji**. Może to jednak być także radość albo miłość, która daje do tego impuls (na przykład radość z poznania pewnego człowieka z lektury czyjejś biografii), albo na nowo rozbudzona miłość do Boga, do *Stwórcy wszystkich rzeczy*.

2.2. Zdecydować się na odprawianie Ćwiczeń

Wielu ludzi, niezadowolonych ze swego życia, szuka **pomocnika**: specjalisty w jakiejś dziedzinie, od którego wiedzy i możliwości oczekuje poprawy swojego położenia czy uzdrowienia. Przede wszystkim dzieje się tak w odniesieniu do naszej kondycji fizycznej, ale jest też podobnie, gdy pojawiają się problemy natury psychicznej. Lekarz albo terapeuta mają znaleźć rozwiązanie i doprowadzić do uleczenia. Także w sferze duchowej istnieje tego rodzaju nastawienie: o ile wcześniej poszukiwany był bardziej osławiony „mistrz” Ćwiczeń duchowych z jego porywającymi konferencjami, tak dzisiaj jest to raczej doświadczona osoba, która towarzyszy na drodze Ćwiczeń.

Ignacy zaprasza do **odprawiania ćwiczeń** ludzi chcących zmienić swoje życie. Człowiek musi sam uczynić coś dla siebie. Odpowiedzialności za to nie może przerzucić na innych. Dlatego gotowość ta – samemu **chcieć** coś zrobić – jest drugą przesłanką niezbędną do rozpoczęcia rekolekcji zgodnych z duchem Ignacego. Na początku osoba ma tylko niejasne wyobrażenie na temat tego, *co należy robić*, oraz jak trzeba to wykonywać. W uwagach wstępnych do książeczki Ćwiczeń duchowych Ignacy podkreślił dwa aspekty: *charakter ćwiczenia* oraz *wielość* możliwych ćwiczeń: „Pod tym mianem «Ćwiczenia Duchowe» rozumie się wszelki sposób odprawiania rachunku sumienia, rozmyślenia, kontemplacji, modlitwy ustnej i myślniej i inne działania duchowe, jak o tym będzie dalej mowa” (ĆD 1.²).

Ignacy zwrócił także uwagę na coś innego: właściwym celem ćwiczeń nie jest zmiana siebie. Cel ten jest o wiele skromniejszy. Odprawiane ćwiczenia mają „przygotować” i „usposobić” duszę (ĆD 1.³). Tym samym zarysowuje się owo tajemnicze napięcie, które niejako przenika odprawiane ćwiczenia duchowe. Z jednej strony jest to ukierunkowana na cel **aktywność** osoby odprawiającej ćwiczenia, z drugiej jednak równocześnie oczekiwana **bierność**, zdanie się na Boże działanie. Na podstawie tego opisu można już przeczuć, że „postęp” w duchowym ćwiczeniu się polega na tym, że obie te postawy w coraz większym stopniu przenikają się nawzajem w osobie ćwiczącego. Przecucie, że własną aktywnością nie sposób *jednak* osiągnąć wszystkiego, to nieodzowna przesłanka do tego, aby rozpocząć Ćwiczenia duchowe. Dlatego Ignacy mówi o osobie „odprawiającej ćwiczenia” (ĆD 6.¹; 9.¹; 13.²) jako o tej, która ćwiczenia „przyjmuje” (ĆD 5.¹; 7.¹; 10.¹; 12.¹; 14.¹; 15.¹; 17.¹; 18.⁸; 22.¹)*.

* W polskim tłumaczeniu „Ćwiczeń duchowych” wyrażenie o osobie, która „przyjmuje” Ćwiczenia, jest obecne tylko w dwóch z wymienionych miejsc (ĆD 5.¹; 22.¹). W innych przypadkach mowa jest po prostu o „odprawiającym Ćwiczenia”. W języku hiszpańskim we wszystkich podanych tu miejscach Ignacy mówi o tym, kto je *rescibe*, czyli „przyjmuje” [przyp. tłum.].

2.3. Pozwolić się pokierować

Gotowość, aby coś **przyjąć**, ujawnia się już w tym, że osoba zgadza się, aby pokazano jej, jak odprawia się ćwiczenia. Do ĆWICZEŃ DUCHOWYCH Ignacego należy „ten, co drugiemu podaje sposób i plan rozmyślania lub kontemplacji” (ĆD 2.¹). Zakłada to, że osoby decydujące się na tę metodę *chcą* również tego, aby nimi pokierować zgodnie z pewną instrukcją.

Instrukcja nie jest jednak programem ćwiczeń, który od samego początku po ostatni szczegół został ustalony. Przypomina raczej wstępny projekt, który zostanie wypełniony szczegółami dopiero w trakcie ćwiczenia, niczym szablon, który nieustannie trzeba dopasowywać i na nowo precyzować. Aby było to możliwe, ten, kto „przyjmuje ćwiczenia” (między innymi ĆD 5.¹), powinien temu, kto „daje ćwiczenia” (ĆD 6.¹; 7.¹; 8.¹; 9.³; 10.¹; 12.¹; 14.¹; 15.¹; 17.³; 18.⁸; 22.¹), umożliwić wgląd w przebieg swego odprawiania ćwiczeń. Od osób odprawiających ćwiczenia oczekuje się zatem, że są zdolne i gotowe do tego, aby udzielić informacji na temat tego, jak odprawiają ćwiczenia, co się w nich dokonuje w czasie ich odprawiania oraz jaki jest ich owoc. Przede wszystkim chodzi o wewnętrzne poruszenia – nastroje i uczucia: radość i smutek, jasność albo ciemność, wewnętrzny spokój albo niepokój, złość albo zachwyt, wzburzenie albo nuda, energiczność albo bezwład (i podobne odczucia). Umiejętność mówienia na ten temat zakłada pewną zdolność do refleksji oraz chęć do jej podjęcia. Przeprowadzanie **refleksji** na temat wewnętrznych doświadczeń wymaga równocześnie od osoby poświęcenia uwagi temu zadaniu.

W instrukcji do ignacjańskich ćwiczeń można wyróżnić stronę metodyczną oraz merytoryczną. Strona metodyczna wskazuje na to, *jak* można się modlić; strona merytoryczna, *o co* chodzi w **modlitwie**. Modlitwa jest spotkaniem z żywym Bogiem. Człowiek odprawiający rekolekcje nie stoi naprzeciw Boga w pustym pomieszczeniu, ale trwa w historii, w której Bóg już mówił i działał. Pismo Święte jest świadectwem tej historii, historii zbawczej Boga z ludzkością. W niej i poprzez nią objawił Bóg samego siebie. Słowo Pisma Świętego to zatem uprzywilejowany przekaz, aby poznać Go i zbliżyć się do Niego coraz bardziej.

We wszystkich wskazówkach do ćwiczeń podanych w książeczce Ćwiczeń duchowych „materiał”, który rekolektanci mają wykorzystać do modlitwy, został zaczerpnięty przede wszystkim z **Biblii**. Jednocześnie Ignacy pokazuje, jak rekolektanci powinni z niego korzystać. Materiał ten, stając się poprzez rozważania osobistą modlitwą, zyskuje znaczenie dla drogi życiowej modlących się. Gotowość do tego, aby ktoś pokierował mną, oraz do mówienia o własnych doświadczeniach w modlitwie, to jednak nie wszystko. Rekolektant musi także wykazać zainteresowanie treścią historii zbawienia i dać Bogu okazję ku temu, by za pośrednictwem tego przekazu mówił do niego w całkowicie osobisty sposób.

2.4. Dokonać pewnych ustaleń

Zanim więc ktoś zaangażuje się w odprawianie konkretnych ćwiczeń według książeczki Ćwiczeń duchowych, należy ustalić, czy w wystarczającym stopniu zostały spełnione wymienione do tej pory przesłanki. Odnosi się to zarówno do ćwiczeń zamkniętych, jak i do ćwiczeń otwartych w życiu codziennym. Człowiek styka się z propozycją odbycia rekolekcji zazwyczaj za sprawą jakiejś ulotki czy broszury, bywa, że dowiaduje się o nich od osób trzecich. Gdy pisemnie lub telefonicznie rezerwuje jakiś termin odprawienia rekolekcji, można to rozumieć jako potwierdzenie tego, że osoba zainteresowana spełnia wszystkie przesłanki i akceptuje warunki uczestnictwa w rekolekcjach. Doświadczenie pokazuje jednak, że tak nie jest. Wiele osób czyta jedynie bardzo powierzchownie opis kursów i warunki uczestnictwa w nich. Jeżeli osoby zainteresowane nie dysponują odpowiednim doświadczeniem wstępnym, wtedy mają jedynie nieokreślone wyobrażenie o tym, co rozumie się przez słowa i pojęcia pojawiające się w czytany przez nie ogłoszeniu. Czasem dla samych czytających ten tekst nie jest jasne, na podstawie jakiej **motywacji** wyrażają zainteresowanie daną propozycją. Czy powodem tego jest chęć przynależności do grupy, w której jest przyjęte odprawianie rekolekcji? A może zabiegają o stanowisko, dla którego pozyskania korzystne byłoby ich uczestnictwo w rekolekcjach albo wręcz jest to warunek? Albo szukają rzeczywiście *zmiany* – dla swego życia, dla samych siebie?

Dlatego też konieczne jest, aby osoby zainteresowane rekolekcjami przed ich rozpoczęciem miały okazję do wypowiedzenia się na temat swych wyobrażeń o Ćwiczeniach. To pozwoli ustalić, czy rzeczywiście spełniają warunki do odprawienia Ćwiczeń. W jakiej formie i w jakim zakresie powinno to nastąpić, zależy od rodzaju i czasu trwania rekolekcji oraz okoliczności, w jakich dojdą one do skutku.

- W przypadku krótkich rekolekcji od trzech do pięciu dni zazwyczaj wystarczająca będzie pisemnie sformułowana informacja na temat wcześniejszych doświadczeń i określenie celu na odpowiednio sporządzonym formularzu.
- W przypadku dłuższych propozycji (przede wszystkim gdy są powiązane z indywidualnym prowadzeniem) trzeba w sposób bardziej kompletny omówić przesłanki i okoliczności.
- W przypadku rekolekcji indywidualnych od ośmiu do dziesięciu dni, a jeszcze bardziej w przypadku trzydziestodniowych Wielkich Rekolekcji moim zdaniem nieodzowna jest wyczerpująca, osobista **rozmowa wstępna**. W rozmowie tej chodzi o to, aby osoba zainteresowana rekolekcjami oraz osoba towarzysząca w Ćwiczeniach poznały się bliżej, aby intuicyjnie wyczuć, czy jest możliwa owocna relacja prowadzenia w czasie rekolekcji.

► W przypadku rekolekcji w życiu codziennym motywacja jest szczególnie ważna. Bez wyraźnego zdecydowania w codzienności życia zawodowego i rodzinnego nie byłoby możliwe wytrwanie przy regularnych porach przewidzianych na modlitwę. Dlatego w tym przypadku wcześniej należy bardzo dokładnie omówić wymogi uczestnictwa.

W tego rodzaju kontaktach wstępnych jasne stają się z jednej strony rola rekolektanta bądź rekolektantki, z drugiej – rola osoby towarzyszącej w Ćwiczeniach. Na czas zbliżających się rekolekcji do pewnego stopnia należy pewne rzeczy ustalić: osoba biorąca udział w rekolekcjach będzie odprawiała ćwiczenia, modląc się; przyjmie potrzebne do tego instrukcje i wskazówki; będzie gotowa mówić o swojej modlitwie (o ile uzgodniono prowadzenie indywidualne); z kolei osoba prowadząca udzieli wprowadzeń do modlitwy i będzie towarzyszyć rekolektantowi w procesie rekolekcyjnym. Ustalenia te rzadko formułuje się wyraźnie, ponieważ uważa się ten **podział ról** za normalny i oczywisty w odniesieniu do Ćwiczeń duchowych. Jeśli jednak zauważy się w tej kwestii jakąś niejasność, konieczne jest tego rodzaju ustalenie podziału ról.

Gdy w rozmowie wstępnej okaże się, że dana osoba nie spełnia w pożądanym stopniu warunków do rozpoczęcia rekolekcji, dobrze jest zaproponować jej inny typ ćwiczeń czy rekolekcji, bardziej odpowiadających jej rzeczywistym potrzebom. Należy uczynić to tak, by osoba ta nie poczuła się odrzucona, ale potraktowana z powagą. Należy też zaproponować jej dalszą pomoc.

Inna korzyść wynikająca z tego typu wstępnych działań wyjaśniających polega na tym, że osoby zainteresowane rekolekcjami nie czują się jak klienci kupujący bilet wstępu na jakąś imprezę, którą inni dla nich organizują, ale od samego początku doświadczają odwoływania się do swojej osobistej odpowiedzialności i inicjatywy, których wymaga od nich proces Ćwiczeń duchowych. Ich głęboko osobista decyzja dotycząca odprawienia rekolekcji zostanie przez to wzmocniona. Prowadzi to także do bardziej świadomego podejścia rekolektantów do odprawianych przez nich rekolekcji. To, na co mają nadzieję w te dni albo czego się lękają, stanie się w nich czymś żywym; być może także jest to już obecne w ich modlitwie. I tak oto proces Ćwiczeń duchowych w pewnej mierze już się dla nich rozpoczął.

W ten sposób kształtuje się wymagający rodzaj pracy rekolekcyjnej, który wprawdzie wymaga od osoby poświęcenia czasu i wysiłku, ale który jednocześnie okazuje się bardzo owocny⁵.

⁵ Od ponad trzydziestu lat Wspólnoty Życia Chrześcijańskiego (WŻCh) przekazują w ten sposób ćwiczenia ignacjańskie, które proponowane są w różnych formach rekolekcyjnych na każdy rok kalendarzowy (z propozycjami WŻCh związanymi z duchowością ignacjańską można zapoznać się w internecie na stronie: www.wzch.org.pl). Informacje na temat jezuickich propozycji rekolekcyjnych w Polsce na stronie www.jezuici.pl, a także na stronach internetowych poszczególnych domów rekolekcyjnych.