

Duchovné cvičenia sv. Ignáca z Loyoly

Výraz „duchovný“ pochádza z lat. „spiritualis“ – „spiritus“ – „dych, duch, život“.¹ Ide o podstatný a nezameniteľný prvok v človekovi, ktorý ho oživuje a tak sa bytosť stáva sama sebou. Nový zákon poukazuje na „duchovného“ ako toho, kto je obdarený Duchom Svätým. On zjavuje pravé rozmery ducha v človekovi a uschopňuje ho pre život v Kristovi. Kto sa narodil z Boha (*porov. Jn 3,6*), zrieka sa tela a jeho skutkov (*porov. Hebr 6,1*), aby bol schopný prinášať ovocie Ducha, ktorý dáva život.²

Výraz „cvičenie“ pochádza z lat. „exercitatio“ alebo „exercitare“ – „vytrvale cvičiť“.³ Všeobecne sa teda výrazom *duchovné cvičenia - exercície* definujú všetky duchovné činnosti⁴, – meditácia, spytovanie svedomia, ruženec, atď., ktoré napomáhajú k dokonalosti. Základným prvkom *exercícií* je vzdialenie sa od bežných povinností na odľahlé miesto do samoty a ticha.⁵

Francesco Rosi de Gasperis poukazuje na to, že výraz *duchovné cvičenia* má vo východnej i západnej kresťanskej duchovnosti dlhú tradíciu. Už niekoľko stáročí sa upresňuje a objavuje význam a úloha tohto výrazu najčastejším komentovaním 2 Tim 4,7-8: „*Dobrý boj som bojoval, beh som dokončil, vieru som zachoval. Už mám pripravený veniec spravodlivosti, ktorý mi v onen deň dá Pán, spravodlivý sudca; a nielen mne, ale aj všetkým, čo milujú jeho príchod.*”

¹ Porov. ŠPAŇÁK, J. – HRABOVSKÝ, J.: *Latinsko-slovenský a slovensko-latinský slovník*. Bratislava : Slovenské pedagogické nakladateľstvo 1969, s. 609.

² Porov. LEÓN – DUFOUR, X. a spol.: *Slovník biblickej teológie*. Trnava : Dobrá kniha 2003, s. 152-154.

³ Porov. ŠPAŇÁK, J. – HRABOVSKÝ, J.: *Latinsko-slovenský a slovensko-latinský slovník*, 232.

⁴ „askéza“ – z lat. „ascesis“ – v pôvodnom význame išlo o akékoľvek cvičenia, ktorých cieľom bol pokrok v duchovnom živote. Biblické výrazy – „bedliť“, „pokánie“ a „obrátenie“, „pôst“. V kresťanstve mal technický význam a označoval súbor snáh, skrze ktoré sa chcel dosiahnuť pokrok v mravnom a náboženskom živote s cieľom dosiahnuť ideál kresťanskej dokonalosti. Kresťanská askéza uznáva odriekanie a sebazápor, ktoré je podriadené Božiemu pôsobeniu v duchovnom živote. Askézu pestovali už u Židov, hlavne nazirejci a v prvotných časoch kresťanstva mnísi a pustovníci. V kresťanskom staroveku sa tento výraz používal namiesto výrazu *duchovné cvičenia*. Porov. PETROSILLO, P.: *Křesťanství od A do Z*. Kostelní Vydří : Karmelitánské nakladatelství 1998, s. 19; Porov. KOLEKTÍV PROFESOROV A DOCENTOV CMBF.: *Malý teologický lexikón*. Bratislava : SSV 1977, s. 39; Porov. LEÓN-DUFOUR, X. a spol.: *Slovník biblickej teológie*. Trnava : Dobrá kniha 2003, s. 40, 596, 646.

⁵ Porov. PETROSILLO, P.: *Křesťanství od A do Z*, s. 54.

Autor poukazuje však aj na nebezpečenstvá zneužitia termínu *duchovné cvičenia*, ktoré tu bolo v minulosti a trvá až dodnes, keď sa jeden výraz potiera či redukuje na úkor toho druhého. Vyzdvihovanie cvičenia len na úroveň nejakých technik, v ktorých ide často o “duševné, psychické cvičenie” a život “podľa Ducha” sa redukuje len na “duševný život”, vedie iba k ľudským prirodzeným horizontom.

Vzniká riziko, že človek si nie je vedomý svojho duchovného rozmeru. Na druhej strane je tu nebezpečenstvo totálneho spiritualizmu, ktorý zdôrazňuje pôsobenie Ducha len na dušu a popiera telo človeka. *Duchovné cvičenia* predovšetkým nechávajú priestor dynamike Ducha, ktorý vyžaduje človekovu slobodnú aktivitu vo všetkých úrovniach ľudského bytia a počíta aj s prostredím, ktoré človeka obklopuje.⁶ Podľa Masiniho sa tak celý človek otvára pôsobeniu Ducha Svätého, ktorý ho vovádza do „plnej pravdy“ (porov. Jn 16,13). „Pravdou“ je sám Kristus v celej svojej realite a ako píše sv. Pavol, poznať ho možno „podľa tela“ alebo „podľa ducha“ (porov. Rim 1,3-4).

Prejavenie sa Ježiša „podľa tela“ bolo jeho prechodným zjavením, pretože od chvíle, keď bol Ježiš vzatý do slávy, započal svoje pravé určenie; má “duchovné telo”. Ono je reálne pre neho, ale aj pre tých, ktorí v neho veria. Apoštol Pavol poukazuje na existenciu ľudí telesných, ktorí sú ovládaní svojimi pudmi; prirodzených, ovládaných prirodzenými sklonmi a duchovných⁷, oživovaných a pretvorených Duchom, ktorý pochádza od Boha.⁸ *Podstatnou úlohou všetkých duchovných cvičení je pomôcť človeku otvoriť sa pôsobeniu Ducha, aby sa stal duchovným človekom, podobným Kristovi.*

Výraz Duchovné cvičenia u sv. Ignáca z Loyoly

⁶ Porov. ROSSI DE GASPERIS, F.: *Biblia a Duchovné cvičenia*. Trnava : CIS Sub Crucis Vexillo 2009, s. 13.

⁷ „Duchovný človek“ je ten, ktorý má Kristovo zmýšľanie. Najautentickejšiu pravdu dosahuje, keď s Kristom zdieľa jeho „myseľ“ – myslenie a city, čo je najväčším darom Ducha. Toto “cítienie” v človeku dokazuje, že sa stal “duchovným”, čo znamená, že sa v ňom zavíšil kruh vzťahov Najsvätejšej Trojice - Kristus dáva človeku svojho Ducha, Duch mu zdieľa Kristovo zmýšľanie a tak je človek vedený k skutočnosti Boha ako Otca. Človek sa tak stáva v Duchu schopným poznať Krista ako pravdu vteleného a osláveného Slova a žiť v súlade s ním. Podľa Pavla takto získaná pravda o Kristovi prostredníctvom Ducha zhrňuje podstatu toho, čo znamená byť kresťanom – duchovným človekom – mať Kristovo zmýšľanie. Porov. MASINI, M.: *Lectio divina, Úvod do “lectio divina”*. Kostelní Vydří : Karmelitánske nakladateľstvá 1993, s. 18

⁸ Porov. MASINI, M.: *Lectio divina, Úvod do “lectio divina”*, s. 17-18.

Svätý Ignác z Loyoly napísal knihu *Duchovné cvičenia – Exercitia spiritualita*, ktorá obsahuje zmes rôznych metód modlitby, meditácií a kontemplácií, pravidiel a poznámok, rád a pokynov. Systematicky prepracoval a usporiadal rôzne témy. Zostavenie cvičení prešlo dlhým vývojovým procesom od Manrézy až do prvých rokov jeho pobytu v Ríme, od r. 1522 do r. 1523.⁹ *Kniha Duchovné cvičenia, alebo Exercície je tu preto, aby sa konala, nie myslela, aby sa nečítala ale žila.* Nie sú prednáškovým textom a ani ich nemožno chápať ako moralizujúcu deklaráciu synodálneho, pastoračného, alebo teologického programu, ktorý je vopred daný.¹⁰ Len kto zažil ich účinok, môže pochopiť presnú metódu a preniknúť do nej. A nemožno zažiť účinok, ak sme si neosvojili ich zmysel, teda duchovný postoj, ktorý vyjadruje čistý vzťah seba k Bohu a seba k sebe. Dynamika, prítomná v metóde cvičení, obsahuje čistú, náročnú cestu, ktorá privádza exercitanta k procesu obrátenia.¹¹

U Ignáca teda „*výrazom «duchovné cvičenia» označujeme akýkoľvek spôsob spytovať si svedomie, rozjímať, kontemplovat', ústne i v duchu sa modliť a iné duchovné činnosti, ako o tom bude reč. Lebo ako prechádzať sa, kráčať a bežať sú telesné cvičenia, práve takisto sa volajú duchovnými cvičeniami všetky spôsoby pripraviť a naladiť si dušu,...*“ (DC 1).

Baráth vysvetľuje, že vo výraze *duchovné cvičenia* je vyjadrená ochota exercitanta¹² zapojiť všetky svoje sily, cvičiť sa. Napriek svojej snahe má si byť vedomý toho, že všetko je milosťou a darom od Boha. Ignác bol presvedčený o potrebe spolupráce celého človeka, ktorú v celom exercičnom procese nazýva

⁹ Porov. PETERS, W. A. M.: *Predstavenie a výklad Duchovných cvičení sv. Ignáca*, s. 15; Porov. PETROSILLO, P.: *Křesťanství od A do Z*, s. 54; Porov. SVĚTÝ IGNÁC Z LOYOLY.: *Duchovné cvičenia*. Dobrá kniha 1995, s. 7.

¹⁰ Porov. ENN, J.: *Exercície a Písmo sväté*. Olomouc : Refugium Velehrad - Roma 2006, s. 10.

¹¹ Porov. FESSARD, G.: *Dialektika Duchovných cvičení Ignáce z Loyoly*, s. 51-52.

¹² “Ten, kto si robí duchovné cvičenia” (DC 11,18,19,20,) – exercitant, je ten, kto prijíma cvičenia a robí si ich. Ignác v *Duchovných cvičeniach* hovorí o troch druhoch exercitantov, ale nevyčerpáva tým ďalšie kategórie ľudí. Porov. PETERS, W. A. M.: *Predstavenie a výklad Duchovných cvičení sv. Ignáca*. Trnava : CIS Sub Crucis Vexillo 2009, s. 15

“cvičením”¹³. Jednotlivé cvičenia majú exercitantovi pomôcť disponovať sa, “naladiť si dušu”, aby lepšie dosiahol cieľ.¹⁴ Preto Ignác odporúča exercitantovi, že „*tým viac pokročí, čím viac sa odlúči od všetkých priateľov a známych a od každej pozemskej starosti...*” (DC 20). Pre Ignáca je veľmi dôležitý určitý odstup od bežných starostí, aby bol vytvorený priestor pre ticho a samotu, preto pozýva exercitanta na púšť. Tá je miestom prítomnosti Boha, ktorý chce hovoriť s konkrétnym človekom a žiť v realite jeho života.¹⁵

Cieľ Duchovných cvičení

Ignác a neskôr aj jeho spoločníci si uvedomovali zázraky obrátenia, ktoré sa udiali v *Duchovných cvičeniach* a priniesli úžasne pôsobivé výsledky. Preto Ignác podáva pravidlá a návrhy, rady a vedenia ohľadom vonkajšieho správania i vnútornej dispozície exercitanta, ktoré umožnia exercitantovi lepšiu spoluprácu s Božou milosťou. Je totižto nádherné právo každého človeka, ak prijme Ignácove rady, že Boh sám bude s ním hovoriť. Ignác, poukazujúc na vnútornú dispozíciu exercitanta, pokladá za dôležitejšie prijímať a vnímať to, čo Boh spôsobuje, než akékoľvek pravidlá, „*lebo nie mnoho vedomostí nasycuje a uspokojuje dušu, ale vnútorné precítenie a vychutnávanie vecí*” (DC2).

Vyžaduje sa teda spolupráca človeka s Bohom, aby sa dosiahol cieľ. Čo chce Božia činnosť dosiahnuť, čomu Boh učí exercitanta? Boh, počas pobytu v Manréze, dal poznať Ignácovi hlboký náhľad do tajomstva Najsvätejšej Trojice, ktorá mu ukázala, ako stvorila svet (*porov. DC 236-237*). Videl stvorenie ako činnosť Boha nie v minulosti, ale ako dynamickú prítomnosť. Učenie, ktoré sa nachádza zvlášť vo videní pri rieke Cardoner, Ignácovi ukázalo poriadok a harmóniu celého stvorenstva

¹³ Peters upozorňuje na nesprávne chápanie slova “cvičenie”, ako vojenského výrazu, ktoré často viedlo k vnímaniu *Duchovných cvičení* ako asketickej príručky. Podstata výrazu tkvie v tom, že v *Duchovných cvičeniach* ide o spoluprácu medzi Stvoriteľom a stvorením a Ignác sa veľmi stará o to, aby pri nej bol exercitant usilovný, ochotný a veľkodušný. Porov. PETERS, W. A. M.: *Predstavenie a výklad Duchovných cvičení sv. Ignáca*, s. 9.

¹⁴ Porov. BARÁTH, B.: *Uviesť svoj život do súladu s Božou vôľou*. Nitra : Spoločnosť Božieho Slova 2000, s. 15.

¹⁵ Porov. NEUNER, T. J.: *Na cestě s ním*. Olomouc : pre vnitřní potřebu vydal Matice cyrilometodějská MCM, s. 8 – 13.

ako diela Trojice a priľnutie k nej. Cieľom *Duchovných cvičení* je teda „*pripraviť a naladiť si dušu, aby sa pozbavila všetkých nezriadených náklonností a aby po zbavení sa ich hľadala a našla Božiu vôľu v usporiadaní vlastného života na spásu svojej duše*“ (DC 1). Hlavným činiteľom v *Duchovných cvičeniach* je Boh a jeho hlavnou činnosťou je usporiadať a obnovovať poriadok u exercitanta, aby ho uschopnil pre prijatie darov a milostí¹⁶ (porov. DC 16) a „*aby jeho božská Velebnosť používala tak jeho osobu ako aj všetko čo má, podľa svojej najsvätejšej vôle*“ (DC 5).

Osobná skúsenosť Boha

Duchovné cvičenia vo svojej podstate umožňujú každému človekovi, ktorý do nich vstúpi, priamo **v priestore svojej slobody, mať zážitok Boha**. Nejde o obrazy či ľudské slová, ale o priamy zážitok Trojjediného Boha, ktorého možno zažiť v ňom samom, ale ktorého nikto nikdy nevidel. Istota skúsenosti sa nedeje prostredníctvom ľudských činiteľov, ale vyžaduje poslušnosť Duchu Svätému. *Duchovné cvičenia sú privilegovaným časom, kedy Boh sám sa darúva exercitantovi*.¹⁷ Karl Rahner, nechávajúc prehovoriť Ignáca, poukazuje na platnosť toho, že **Boh môže a chce hovoriť so svojím stvorením bezprostredne a človek ho smie skutočne zažiť**. Môže si osvojiť disponovanosť Božej slobody nad svojím životom, ktorú už nebude vypočítavať odbornými znalosťami. Ignác sám potvrdzuje, vychádzajúc z vlastnej skúsenosti, že **zakúsil Boha samého, a nie ľudské slová o ňom**. Boha, ktorý sám seba dáva poznať skúsenosťou. **Bol silne presvedčený o tom, že milosť, ktorú dostal on, je dostupná pre mnohých**.¹⁸ (Porov. DC 18,19,20). Zážitok Boha, ako tvrdí Rossi de Gasperis, je čistá milosť, ktorá sa nedá dosiahnuť pomocou ľudských techník, ani ľudskou vedomosťou. **Metódy mu však môžu byť veľmi nápomocné. A keďže ide o slobobodnú komunikáciu Boha s človekom, Boh ju vo svojej slobode neodopiera**. Je to milosť, typická pre novozákonný ľud, kde Boh komunikuje priamo s človekom v živote Logos – Syna, prostredníctvom Ducha, ktorý sídli vo svedomí každého

¹⁶ Porov. PETERS, W. A. M.: *Predstavenie a výklad Duchovných cvičení sv. Ignáca*, s. 8-11.

¹⁷ Porov. ROSSI DE GASPERIS, F.: *Biblia a Duchovné cvičenia*, s. 14-15.

¹⁸ Porov. RAHNER, K.: *Má dnes Ignác z Loyoly ešte čo říci?* Velehrad : Refugium Velehrad - Roma 2007, s. 11-13.

človeka a volá *Abba*. Vzkriesený Kristus sa zjavuje priamo a naplňa túžby svojich bratov. Zdieľa seba každému úprimne veriacemu v priateľstve “z tváre do tváre” (porov. Ex 33, 11) alebo ako snúbenec “z úst do úst” (porov. Nm 12, 7-8).¹⁹

Bohom oslobodená sloboda

Enn hovorí, že *Duchovné cvičenia* sú vo svojej najvnútornejšej podstate stretnutím s Bohom. Opisuje ich ako nachádzanie Boha, keď človek pred Bohom, pripodobňujúc sa Kristovi, nachádza cestu k väčšej blízkosti i láske k Nemu a k ľuďom. Toto stretnutie sa podľa Ignáca uskutočňuje cez dve iniciatívy:

➤ **Božiu iniciatívu:** kde Boh pôsobí skrze „...*duchovné hnutia v duši...*” (porov. DC 6) a

➤ **Ľudskú iniciatívu:**²⁰ „*Duchovné cvičenia na premáhanie seba samého a na usporiadanie vlastného života bez rozhodovania pod vplyvom nejakej nezriadenej náklonnosti*” (porov. DC 21).

V *Duchovných cvičeniach* prebieha striedanie “stavov duše exercitanta” (porov. DC 330), ktorý oslobodený od hriechu, ten je prvotným a prvoradým neporiadkom,²¹ hľadá s celou vážnosťou Boha. Tieto stavy nemožno redukovať iba na schopnosti duše. Je potrebné vnímať ich ako účinky Božieho Ducha a skúmať ich vo svetle pravdy, aby sme vo svedomí rozlíšili zjavenie konkrétnej Božej vôle²². Nie je cieľom cvičení viesť dušu do extázy, ale disponovať exercitanta skrze modlitbu k prijatiu Božej lásky, v ktorej sa jeho viera stane tvorivou. Konkrétna osoba hľadá a nachádza Božiu vôľu pre život v každom jeho aspekte.²³ Potrebujeme si neustále

¹⁹ Porov. ROSSI DE GASPERIS.:

²⁰ Porov. ENN, J.: *Exercicie a Písmo sväté*. Olomouc : Refugium Velehrad – Roma 2006, s. 21.

²¹ Porov. PETERS, W. A. M.: *Prestavenie a výklad Duchovných cvičení sv. Ignáca*, s. 11.

²² Pod pojmom “Božia vôľa” Baráth rozlišuje: 1. základnú Božiu vôľu – a; *stvoriteľská vôľa*, ktorou Boh túži po konkrétnom človeku; - b; *vôľa zmluvy* – Boh túži mať so svojím ľuďom a s konkrétnym človekom spoločné dejiny; - c; *záujem Boha o vôľu a túžby človeka* – SZ a NZ nám ukazujú Boha, ktorý sa pýta človeka na jeho túžby; a 2. konkrétnu vôľu jednotlivca – vyrastá zo základnej Božej vôle. Človek kladie Bohu podobné otázky, ako si ich kladú partneri: “Čo chceš? Čo chcem ja? Čo chceme obaja?” Pri hľadaní a objavovaní Božej vôle má exercitantovi pomôcť rozlišovanie duchov, ktoré je úzko spojené s hľadaním Božej vôle. Porov. BARÁTH, B.: *Uviesť svoj život do súladu s Božou vôľou*, s. 79-80:

²³ Porov. ROSSI DE GASPERIS, F.: *Biblia a Duchovné cvičenia*, s. 15 - 16.

uvedomovať prísľub, v ktorom žijeme, že sme milovaní a máme večnú platnosť a že nevýslovný Boh sa nám slobodne predstavuje a prisľubuje. Ak sa mu dávame, nie sme stratení, naopak, on nás vtedy dáva nám samým. Bez Boha by sme večne blúdili priestorom svojej slobody a svojich rozhodnutí a nakoniec skončili neistí v zúfalstve, pretože všetko by zostávalo zatlačiteľné niečím iným.²⁴

Spolu s Rossi de Gasperisom môžeme tvrdiť, že **cieľom, ku ktorému cvičenia vedú, je dobre urobená voľba človeka**. Exercitant oslobodený od nezriadených náklonností a sebeckva veľkodušne a s čistotou srdca odpovedá na osobné povolanie v dejinách, poznávajúc ho ako Božiu vôľu. V podstate ide o habituálnu voľbu²⁵, teda neustále obracanie sa k Bohu v ľudskej existencii človeka, ktorý reaguje vierou na výzvy Božieho slova prihovárajúceho sa k srdcu exercitanta. **Duchovné cvičenia sú časom a školou pravej slobody a dobrých volieb, kde sa naša sloboda stáva Božou slobodou v konkrétnom čase a uschopňuje nás pre nový kult. Tento skutok slobody sa deje v samote lásky, ktorú sprostredkúva oddelenosť a ticho exercitanta**. Je dôležité poznamenať, že Boh neobmedzuje svoje konanie len na dobu *Duchovných cvičení* v určenom čase, ale pozýva exercitanta hľadať jeho vôľu a žiť ju počas celého života.²⁶

Dynamika Duchovných cvičení

Pojem “celé *Duchovné cvičenia*” predstavuje u Ignáca časové rozpätie 30 dní, ktoré Ignác rozdelil do štyroch týždňov. „*Hoci sa pre nasledujúce cvičenia používajú štyri týždne, zodpovedajúce štyrom čiasťkam, na ktoré sú rozdelené cvičenia...*“ (DC 4). Schéma, ponúknutá Ignácom, nám dáva klasický popis toho, čo sa deje v duši exercitanta, ak do nej vstúpi Boh. Aj keď poukazuje na všeobecný proces, predsa je

²⁴ Porov. RAHNER, K.: *Má dnes Ignác z Loyoly ešte čo říci?* Olomouc : Refugium Velehrad – Roma 2007, s. 22.

²⁵ Výrazom voľba sa tu myslí oveľa viac ako rozhodnutie ohľadom životného stavu alebo spôsobu života. Z DC 20 je zjavné, že *Duchovné cvičenia* sú pre tých, ktorí túžia po každom možnom pokroku. Exercitant má okrem rozhodnutia sa pre Krista, dosiahnuť aj správny poriadok a harmóniu v hociktorom stave alebo živote, ktorý mu dá vyvoliť Boh. Sám Ignác je toho dôkazom, pretože k rozhodnutiu sa pre životný stav u neho nedošlo na konci pobytu v Manréze, ale odhaľoval ho postupne. Porov. PETERS, W. A. M.: *Predstavenie a výklad Duchovných cvičení sv. Ignáca*, s. 13.

²⁶ Porov. ROSSI DE GASPERIS, F.: *Biblia a Duchovné cvičenia*, s. 16.

potrebné brať do úvahy originalitu každého človeka, pretože ľudská bytosť je rôznorodá a Boh v nej pôsobí originálnym spôsobom. Preto je vhodné hovoriť o týždňoch ako o častiach, časoch, ktorými duša prechádza. Dĺžka zotrvania v jednotlivom týždni závisí od potreby exercitanta, môže totiž vzniknúť situácia, že exercitant potrebuje zostať vo fáze prvého týždňa dlhšie alebo zostáva v druhom týždni dovtedy, kým nenájde to, po čom túži (*porov. DC4*). Enn uvádza, že *Exercície sa vzťahujú na konkrétne ľudské situácie. Sú miestom, kde sa Boh stretáva s jednotlivým človekom. Ignácova metóda Duchovných cvičení počíta s touto originalitou*. Fessard, vnímajúc dynamiku cvičení, rozdelil tieto týždne alebo okruhy akoby na dva časy, v ktorých sú zobrazené jednotlivé okamihy slobody, a ich centrom je voľba. “Predtým” – čas 1. a 2. týždňa a “potom” čas 3. a 4. týždňa.

A: Prvý týždeň - „prvá časť obsahuje uvažovanie a nazeranie o hriechoch“ (*DC 4*). Keď exercitant vstupuje do diania *Duchovných cvičení*, základnou orientáciou je nasmerovanie a prežitie základného vzťahu k Bohu a k svetu skrze úvahu nad Princípom a fundamentom.²⁷ Po uvedomení si základného postoja, že je z lásky stvorený Bohom, prichádza k poznaniu seba ako hriešnika, ktorý žije v čase “predtým”. Počas prvého týždňa si uvedomuje, že v svojej slobode, ktorá bola stvorená k poslušnosti voči Bohu, sa rozhodol neposlúchať, dostal sa do stavu nebytia, teda hriechu, *deformare*.²⁸ Hriešnik si je vedomý svojho sebazničenia a s údivom zisťuje, že ešte žije. Dar, ktorý získal v deň stvorenia, sa premieňa v odpustenie. Smrť, ktorú si zasluhuje za svoj čin, neprichádza. V tej chvíli pochopí, že hriech bude reformovaný láskou v odpustení.

B: Druhý týždeň „život Krista, nášho Pána až po Kvetnú nedeľu včítane“ (*DC 4*). Exercitant prechádza do *reformare*²⁹, keď nesúhlasí s týmto postavením a

²⁷ “Človek je stvorený, aby chválil Boha, nášho Pána, vzdával mu úctu a slúžil mu a takýmto spôsobom si spasil dušu; a ostatné veci na povrchu zeme sú stvorené pre človeka, aby mu pomáhali dosiahnuť cieľ, pre ktorý je stvorený. Z toho nasleduje, že človek ich má natoľko užívať, nakoľko mu pomáhajú k jeho cieľu, natoľko sa ich zrieknuť, nakoľko mu v tom prekážajú. Preto je potrebné, aby sme sa urobili indiferentnými voči všetkým stvoreným veciam vo všetkom tom, čo je ponechané slobode našej ľubovôle a nie je jej to zakázané;...” (*DC 23*).

²⁸ “deformare” z lat. znetvorovať, zohavovať, zhanobiť, potupiť, poškvrniť; ŠPAŇÁK, J – HRABOVSKÝ, J.: *Latinsko-slovenský a slovensko-latinský slovník*, s. 172.

²⁹ “reformare” z lat. pretvoriť, obnoviť, zmeniť, zlepšiť; ŠPAŇÁK, J. – HRABOVSKÝ, J.: *Latinsko-slovenský a slovensko-latinský slovník*, s. 549.

uvedomuje si, že pre dosiahnutie života existuje jediné riešenie, a to prijatie opačného postoja, ktorý je postojom poslušnosti. Znovu obrátenie sa k tomu, od čoho sa človek odvrátil, nasledovanie toho, čo opustil. Zisťuje, že pred ním stojí dokonalá sloboda v dokonalej poslušnosti, a preto stačí iba chcieť, čo chce ona, podriaadiť celé bytie jeho bytiu.

Voľba - *conformare*³⁰ je stav, jediný spôsob, ako byť slobodný, znamená vybrať si to, čo od nás chce Boh. V podstate ide o voľbu nového stvorenia v Kristovi, pretože to staré, ovládané hriechom má byť zničené. Nebytie musí byť úplne vylúčené, musí zmiznúť všetko, čo je spojené s hriešnikom. V tom spočíva skúška slobody a smrti, ktorá je jediná, čo môže slobodu potvrdiť.

C: Tretí a štvrtý týždeň „*utrpenie Krista, nášho Pána a štvrtá vzkriesenie a nanebovstúpenie*“ (DC 4). Ak sa človek vo svojej slobode rozhodne pre Krista, prechádza do *confirmare*³¹, ktorý je stavom “bytia” a nastáva v čase “potom”, keď rozhodnutie patriť Kristovi vytiahlo koreň hriechu a tým zničilo všetko, čo sa stávalo proti milosti. Staré stvorenie stratilo vo vôli základ všetkého, čo je spojené s hriešnikom, pretože teraz na novom základe vzniká nové stvorenie.³² V treťom a štvrtom okruhu exercitant prežíva *Duchovné cvičenia* Božej spásnej vôle, aby nanovo a hlbšie zažil volanie Boha, ktorý ho neustále hľadá a povoláva k nasledovaniu.³³ Je pozývaný spolu s Kristom naplňať poslanie, spolu s ním trpieť a byť vzkriesený k novému životu.³⁴

D: Kontemplácia na nazeranie lásky. Ignác v úvode upozorňuje, že „*láska sa musí klásť viac do skutkov než do slov*“ (DC 230). „*Láska pozostáva vo vzájomnom obojstrannom darovaní, t.j. milujúci dáva a podieľa sa s milovaným o to, čo má alebo z toho, čo môže a má a tak aj naopak*“ (DC 231). Vďaka prekonanej skúške smrti hriechu a vďaka sile Boha rodí sa nové stvorenie k slávnemu obrazu

³⁰ “conformare” z lat.- tvoriť, formovať, utvárať, vyrovnávať; ŠPAŇÁK, J. – HRABOVSKÝ, J.: *Latinsko-slovenský a slovensko-latinský slovník*, s. 132.

³¹ “confirmare” z lat. upevňovať, posilňovať; ŠPAŇÁK, J. – HRABOVSKÝ, J.: *Latinsko-slovenský a slovensko-latinský slovník*, s. 131.

³² Porov. FESSARD, G.: *Dialektika Duchovných cvičení Ignáce z Loyoly*, s. 56-59.

³³ Porov. ENN, J.: *Exercície a Písmo sväté*, s. 21.

³⁴ Porov. AUGUSTIN, J.: *Duchovné cvičenia v praxi*, s. 18-22.

lásky, tzv. *transformare*.³⁵ Exercitant teraz žije v hlbokom spojení s Kristom a s ním zjednotený prijíma dary milosti, prichádzajúce z hora. Celé *Duchovné cvičenia* vrcholia modlitbou obetovania „Vezmi, Pane, a prijmi...” v ktorých sa exercitant stáva úplne indiferentným, dáva všetko, aby nazeral na Boha samého.³⁶

Pre vysvetlenie *Duchovných cvičení* ako jedinečného umeleckého diela Fessard používa **obraz katedrály zasvätenej pravému Bohu**. Už vstupná brána, ktorá víta veriaceho pri vstupe do katedrály, rozohráva hlavné línie stavby. Vo vnútornom priestore nachádzame prispôsobenie, nadväznosť, organizovanú zhodu všetkých architektonických prvkov, v ktorých centre je prítomný Boh. Podľa tohto obrazu môžeme poukázať na to, že Ignác v *Duchovných cvičeniach* dokázal zahrnúť božský moment v človeku, ktorý je momentom slobody. Centrom je voľba, z ktorej sa ako od svätostánku rozbiehajú všetky časti budovy ako lúče. Exercitant na začiatku cvičení po temnom prechode “vstupnou bránou”, keď sa kajúca duša v pravde a v bázni očisťuje od chýb, prechádza do žiarivej výšky “lode”, kde sa duša učí pri pohľade na „maľby výtražných okien“ tajomstva Krista. Pristupujúc k “oltáru” voľby je povolaná vystúpiť k Bohu s Darom, ktorým predkladá samu seba. Potom sa spojuje v obete kríža s Kristom a s jeho víťazstvom. Je pozvaná zakúšať budúcu slávu. Keď Kristus odíde do večnej slávy, zavíši sa ako katedrála “vežou” siahajúcou až k nebu, aby privolala oheň Ducha a nazerala na dary Lásky.

Metódy modlitby ponúknuté v *Duchovných cvičeniach*

Najoriginálnejšou črtou *Duchovných cvičení* je tá, že exercitant pri hľadaní Božej vôle vo vlastnom živote si cvičenia nerobí sám³⁷ a už vôbec nie na základe seba–analýzy a ani nik ho týmto spôsobom neskúma. V *Exercíciách* sa exercitant odoberá na vymedzený čas do samoty, kde denne venuje 4 až 5 hodín meditácii a kontemplácii navrhovaných tém a sláveniu Eucharistie. Baráth poukazuje na

³⁵ Porov. FESSARD, G.: *Dialektika Duchovných cvičení Ignáce z Loyoly*, s. 56-59.

³⁶ Porov. AUGUSTIN, J.: *Duchovné cvičenia v praxi*. Trnava : Dobrá kniha 1996, s. 18-22.

³⁷ “Ten, ktorý dáva cvičenia” (DC 2,8,9,10,12,14,15,17) – exercitátor, je osoba, ktorá je asistentom, pomocníkom Ducha Svätého pre toho, kto si koná cvičenia. Pre exercitanta je pomocníkom, priateľom, spoločníkom, oporou v samote, ktorý pomáha nachádzať a konať pravdu o sebe vo vzťahu k Bohu, sebe, ľuďom i svetu. Porov. ROSSI DE GASPERIS, F.: *Biblia a Duchovné cvičenia*, s. 17.

intenzívnosť modlitby v celom procese *Duchovných cvičení* ako na neodmysliteľnú a nenahraditeľnú skúsenosť, do ktorej je potrebné zapojiť celého človeka – telo i dušu. Človek má do cvičení zapojiť tzv. „cítiace myslenie“, ktoré sa líši od abstraktného myslenia. Ignác v *Duchovných cvičeniach* odporúča metódu, ktorú treba pri každej modlitbe dodržať. Základná metóda ignaciánskej meditácie obsahuje tieto základné prvky: prípravu, všeobecnú prípravnú modlitbu, čítanie textu – predstava miesta, zvláštnu prosebnú modlitbu, hľadanie a objavovanie, zotrvávanie – nazeranie – vychutnávanie (porov. DC2), záverečnú modlitbu a reflexiu.³⁸

Rosii de Gasperis hovorí, že obsah jednotlivých cvičení je vo veľkej miere zameraný, okrem prvého a štvrtého týždňa o nazeraní na dary lásky, na tzv. rozpamätávanie sa na dejiny spásy, ktoré vykonal Boh v ľudských dejinách: stvorenie, vykúpenie a tajomstvá života Krista. Upozorňuje na to, aby sme tieto spásonosné dejiny v *Duchovných cvičeniach* vykonalí verne a mali na mysli ich podstatný a pravý základ i význam. V druhom až štvrtom týždni sa exercitanti celý čas zaoberá čítaním evanjeliových udalostí a dovoľuje, aby prenikli do hĺbky jeho srdca. V tomto procese sa necháva viesť Božím Duchom. V *Duchovných cvičeniach* má podstatnú úlohu Duch Svätý, ktorý vychádzajúc od Otca a Syna, vydáva svedectvo o Synovi, ohlasuje ho učeníkom a dáva im pochopiť všetko to, čo Syn hovoril. Ducha Svätého je schopný prijať ten, kto je pozorný k Slovu. V *Duchovných cvičeniach* na záver nazerania, Ignác navrhuje tri rozhovory: s Máriou, Synom a s Bohom – Otcom³⁹. Duch Svätý je prítomný v modlitbách exercitanta a vo svedomí sa pre modliaceho stane vnímateľné jeho pôsobenie v čase, kedy sa poslušne oddáva počúvaniu Božieho slova.⁴⁰

³⁸ BARÁTH, B.: *Uviesť svoj život do súladu s Božou vôľou*, s. 17-22.

³⁹ „Nakoniec treba urobiť rozhovor mysliac na to, čo mám povedať trom Božským osobám alebo večnému vtelenému Slovu, alebo Matke a našej Panej, prosiac podľa toho, čo človek bude cítiť v sebe, aby mohol lepšie nasledovať a napodobňovať nášho Pána, ktorý sa len nedávno stal človekom. Potom sa pomodliť Otče náš.“ (DC 109) Sv. Ignác mal veľkú nábožnosť k Najsvätejšej Trojici a každý deň sa k nej modlieval. Mal tú milosť priblížiť sa k tajomstvu jej vnútorného života, pre ktorý použil obraz „troch klávesov“, ktoré vydávajú jeden harmonický tón – výmena, komunikácia, vzťah. Porov. DHÔTEL, J. C.: *Ignaciánska spiritualita*. Trnava : Dobrá kniha 2004, s. 26.

⁴⁰ Porov. ROSSI DE GASPERIS, F.: *Biblia a Duchovné cvičenia*, s. 17-18.

Miroslava Martina Lukčiková

(Duchovné cvičenia svätého Ignáca z Loyoly a lectio divina, Diplomová práca)