

Stanisław Mrozek SJ

REKOLEKCJE W DOMU ZE ŚW. IGNACYM LOYOLĄ



Wydawnictwo WAM ■ Księża Jezuici
Kraków 2012

Wy, jezuici, macie swoje zakłete i sekretne rewiry duchowości...

Ks. Kard. Karol Wojtyła
po otrzymaniu *Pism wybranych*
św. Ignacego Loyoli

WPROWADZENIE

Oprócz tradycyjnych rekolekcji ignacjańskich zwanych zamkniętymi (w jakimś Centrum Duchowości czy Domu Rekolekcyjnym) św. Ignacy Loyola wskazał jeszcze inną możliwość odprawienia rekolekcji. Wymienił tzw. rekolekcje w ciągu życia, w których rekolektant nie opuszcza swego miejsca zamieszkania. Można je odprawić w domu. Jest to szczególnie korzystne, gdy wyjazd poza dom z różnych racji jest niemożliwy.

Rekolekcje, które stworzył Ignacy, trwają miesiąc. Składają się z czterech tygodniowych etapów. Każdy etap to duchowy proces, który ma swój cel i dynamikę. Można je odprawić w ciągu miesiąca lub poszczególne tygodnie roz-

łożyć na rok czy też lata. To już zależy od woli i możliwości rekolektanta.

W niniejszej publikacji zostały uwzględnione te cztery tygodniowe etapy, ale w dużym skrócie. Dokonano wyboru ważniejszych medytacji i kontemplacji. Nie wykorzystano wielu uwag, reguł i wskazań św. Ignacego Loyoli zawartych w książeczce *Ćwiczenia Duchowne* [CD].

Św. Ignacy Loyola swoją metodę rekolekcji nazwał *Ćwiczeniami duchownymi* (zob. pierwszą uwagę wstępną do książeczki *Ćwiczenia...*), w których na pewno chodzi o „**przygotowanie i usposobienie duszy po to, żeby pozbyć się nieuporządkowanych przywiązań, a gdy się ich pozbędziemy, żeby szukać woli Bożej i odnajdywać Ją w ułożeniu własnego życia tak, by zbawić duszę**” (CD 1).

W konkretnie *Ćwiczenia duchowne są wielorakimi sposobami modlitwy* (medytacyjnej, kontemplacyjnej, autorefleksyjnej...) pomocnej na samym początku w odnalezieniu klucza do filozofii życia i systemu wartości, czyli odpowiedzi na pytanie: Skąd jestem? Kim jestem? Po co żyję? Tak bowiem odsłania się prawda o człowieku, o świecie i Bogu – Stworzycielu, zwana *Fundamentem Ćwiczeń Duchownych*.

Ćwiczenia z kolei zaprowadzają Boży ład w człowieku (droga oczyszczająca) i pomagają

mu rozeznąć wolę Bożą względem siebie (droga oświecająca). Są zatem opartym na ewangelicznej kontemplacji stopniowym dawaniem odpowiedzi na dalsze istotne pytania człowieka: Jak żyć? Co mam robić w życiu? (próba wyboru drogi życiowej, ewentualnie reforma dokonanego już wyboru stanu życia).

W końcu rekolektant w swoim powołaniu utwierdza się na drodze wzmacniającej i jednoczącej. Są to dwa ostatnie etapy *Ćwiczeń*.

Warunki owocnego przeżycia proponowanych rekolekcji domowych ze św. Ignacym:

W domach rekolekcyjnych można spotkać informację: **Bóg przemawia w ciszy**. Dlatego istotnym warunkiem rozmodlenia się jest wyciszenie się, możliwość skupienia się (zob. Mt 6, 6; *ĆD* 20).

Do nabycia nawyku i systematyczności w **modlitwie rekolekcyjnej dobrze jest trzymać się możliwie stałej pory. Przewidzieć ten stosowny czas** (około pół godziny), i **to optymalny**; inaczej przeszkadza w modlitwie np. zmęczenie, rozproszenie, hałas.

Jeśli dysponujemy wolnym czasem, możemy codziennie poświęcić jedną godzinę na kolejną medytację czy kontemplację. Natomiast jeśli jesteśmy mocno zajęci, to jeden raz w tygodniu należy odprawić wspomnianą modlitwę (por. *ĆD* 12).

Wskazane jest czynić powtórki chociaż **ważniejszych Ćwiczeń duchownych** w dostępnej porze, a także **robić na koniec dnia rachunek sumienia** rozumiany jako rewizja życia i modlitwa autorefleksyjna (zob. ĆD 43).

Aby wynieść zdrowy, pożywny i trwałe owoc z samych *Ćwiczeń*, św. Ignacy m.in. pisze: „**Nie obfitość wiedzy, ale wewnętrzne odczuwanie** [rozumienie – S.M.] **i smakowanie rzeczy zadowala i nasycza duszę**” (ĆD 2). Gdzie indziej znów pisze: „W punkcie, w którym znajdę to czego szukam, zatrzymam się i spocznę, i dopóki się tu nie nasycę, nie będę niespokojny o przejście do następnego punktu” (ĆD 76).

Uwaga:

Cytaty według tłumaczenia o. Mieczysława Bednarza SJ, *Ignacy Loyola. Pisma wybrane*, Wyd. WAM, Kraków 1968.

Wszystkie wprowadzone do tekstu wyróżniki pochodzą od autora – S.M.

Osoby, które nie znają lub nie mają doświadczenia w modlitwie medytacyjno-kontemplacyjnej, zachęcam do zapoznania się z moją publikacją pt. *Jak się rozmodlić?* (Wyd. WAM, Kraków 2009). Podano tam też inne metody modlitwy ignacjańskiej. Krótkie pouczenie jak modlić się

medytacją (rozmyślaniem) i kontemolacją podaje w ANEKSIE – str. 229 niniejszej publikacji.

Bardzo zalecane jest mieć jakiegoś doświadczonego kierownika duchowego (znającego duchowość ignacjańską), aby z nim co jakiś czas porozmawiać o swojej drodze *Ćwiczeń*, o swoich problemach, niepokojach i wątpliwościach. Można też w wielu sprawach się poradzić i zobiektywizować np. swoje podejmowane postanowienia rekolekcyjne. Idzie też o to, aby nie ulegać wpływom i podstępom złego ducha.

Dużą korzyść przyniesie, jeżeli wejdzie się w ćwiczenia rekolekcyjne z wielkodusznością i wspaniałomyślnością wobec Stwórcy i Pana swojego (zob. *ĆD* 5). Chodzi o to, by dać z siebie wszystko i być gotowym na przyjęcie każdej woli Bożej, jaka nam się objawi. Tu nasze siły nie wystarczą. Trzeba Siły Wyższej, szczególnej łaski Bożej, by się otworzyć na chrześcijański żar, na miłość Bożą. Stąd potrzeba stałego rozmodlenia, prośb zwłaszcza do Ducha Świętego i Maryi Wspomożycielki, czy wreszcie do św. Ignacego Loyoli – Patrona wszystkich rekolekcji.

Na koniec podaję podstawowy zestaw rekolekcyjnej literatury pomocniczej

1. *Pismo Święte Starego i Nowego Testamentu*, Wyd. Pallotinum, Poznań-Warszawa.
2. Św. Ignacy Loyola, *Ćwiczenia Duchowne*, Wyd. WAM, Kraków 2008 (wg tłumaczenia o. Jana Ożoga SJ).
3. Tomasz á Kempis, *O naśladowaniu Chrystusa*, Wyd. WAM, Kraków.

Rekolekcje i co dalej?

Będę wracać do swoich poczynionych notatek, przemyśleń, oświeceń i postanowień, np. z okazji skupienia miesięcznego czy też przygotowując się do spowiedzi świętej. Ponadto jako uczeń Chrystusa nie zapomnę być apostołem tej drogi *Ćwiczeń*, by i inni mogli się stawać bogatymi przed Bogiem, korzystając ze skarbcza duchowości ignacjańskiej.

Na większą chwałę Boga i cześć Maryi, Matki Kościoła

Ks. Stanisław Mrozek SJ