

Konferencja I Na rozpoczęcie rekolekcji

Dziś, w pierwszą niedzielę Wielkiego Postu, rozpoczynamy rekolekcje radiowe prowadzone według metody świętego Ignacego Loyoli. Ich motto: *Ujrzyć wszystko na nowo w Chrystusie*, jest hasłem Jubileuszowego Roku Ignacjańskiego, który zaczął się w maju ubiegłego roku, a zakończy – w tym roku, 31 lipca. Jest to czas, gdy cała ignacjańska rodzina świętuje pięćsetlecie nawrócenia Ignacego Loyoli i czterechsetlecie jego kanonizacji.

20 maja 1521 roku młody Iñigo – później Ignacy – jako żołnierz hiszpańskiego wicekróla Nawarry został ciężko ranny w bitwie podczas obrony Pampeluny. Wskutek doznanych obrażeń i decyzji o powtórny nastawieniu kości w zranionej nodze został przykuty do łóżka na wiele miesięcy. Z nudów zaczął czytać żywoty świętych. Sięgnął po taką lekturę nie z zamiłowania, ale dlatego, że w domu w Loyoli nie było romansów rycerskich, o które prosił. Tak zaczęła się jego przemiana. Jak pisze jeden z biografów Ignacego, *młody człowiek, który marzył o bohaterskich czynach i dopiero co poddał się cierpieniom z własnej woli – dla przyjemności skorygowania wady fizycznej – odkrył inny rodzaj wielkich czynów i męczeństw, którym poddawano się również z własnej woli, choć dla zupełnie innych celów. Odkrył świętych z krwi i kości!*¹

Pod wpływem lektury Ignacy podjął decyzję: postanowił zostać rycerzem Jezusa Chrystusa. Opuścił rodzinną Loyolę i pod pretekstem powrotu na dwór wicekróla Nawarry wybrał się w drogę – z pragnieniem dotarcia do Jerozolimy, by w tym świętym mieście odprawić pokutę i oddawać się umartwieniom. Wędrując do Barcelony, zatrzymał się w niewielkim miasteczku o nazwie Manresa. Miał w nim spędzić kilka dni, a pozostał – kilkanaście miesięcy. To właśnie tu, na brzegu rzeki Cardoner, Ignacemu dane było przeżyć to, co stało się kamieniem milowym na jego duchowej drodze. Po kilkudziesięciu latach wydarzenie to opisał w „Opowieści Pielgrzyma”, czyli autobiografii, w następujących słowach:

I kiedy tak szedł zatopiony w swoich modlitwach, usiadł na chwilę zwrócony twarzą ku rzece, która płynęła głęboko w dół, i gdy tam tak siedział, zaczęły się otwierać oczy jego umysłu. Nie znaczy to, że oglądał jakąś wizję, ale że zrozumiał i poznał wiele rzeczy tak duchownych, jak i odnoszących się do wiary i wiedzy. A stało się to w tak wielkim świetle, że wszystko wydało mu się nowe. To, co wtedy pojął, nie da się szczegółowo wyjaśnić, choć było tego bardzo wiele. [...]

*Stało się to w ten sposób, że w umyśle jego pozostała taka jasność, iż mu się zdawało, że stał się innym człowiekiem, i że posiada inny umysł niż ten, który miał przedtem.*²

Przemiana życia, nowe spojrzenie na wszystko: świat, ludzkie życie, historię ludzkości i nieustannie obecnego w niej Boga – to łaska przeżycia odnowy. Ignacemu dane było wniknąć duchowo w tajemnicę Bożej miłości i Jego Królestwa. To przeżycie wyzwoliło w nim nową energię, nowe pokłady miłości wobec innych. Zaprażył „pomagać duszom”, to znaczy, pomagać ludziom odnajdywać Boga obecnego i działającego w nich samych i w świecie, w którym żyją.

Celem naszych rekolekcji też jest duchowa odnowa. Pragniemy, by wszystkie osoby biorące w nich udział doświadczyły tej nowości, której Źródłem jest sam Bóg. Wszyscy mamy w niej udział przez chrzest: stajemy się „nowym stworzeniem”. W tym sakramencie otrzymaliśmy łaskę, która uzdalnia nas do wiary w Boga i pokładania w Nim nadziei, daje zdolność życia i działania pod natchnieniem Ducha Świętego i pozwala wzrastać w dobru.³

Święty Ignacy przypomina nam, że Bóg jest nie tylko Stwórcą, ale nieustannie podtrzymuje w istnieniu świat i ludzi, jest nieustannie aktywny, także w naszym życiu – tu i teraz.

Specyfiką tych rekolekcji jest to, że odprawimy je nie w ciszy, odosobnieniu i odrywaniu od codzienności, ale pośród zgiełku naszych zajęć, spotkań, obowiązków, niespodziewanych wydarzeń. Dzięki temu będziemy mogli lepiej wpleść w rekolekcyjne doświadczenie nasze zwykłe sprawy i bardziej z Bogiem spojrzeć na całe swoje życie. Zawierzenie Bogu we wszystkich wydarzeniach codziennego życia, również tych, które pozornie mogą utrudnić albo zakłócić nasze uczestnictwo w rekolekcjach, pomoże nam nie tylko owocnie je odprawić, ale także czerpać z ich owoców w przyszłości.

Pamiętajmy, że różne praktyki duchowe, takie jak modlitwa, medytacja, rachunek sumienia, które podejmujemy w okresie rekolekcji bardziej intensywnie niż na co dzień, pełnią rolę służebną w stosunku do przemiany naszego życia. Praktyki te mają pomóc nam w większym otwarciu się na Bożą obecność i Jego działanie w tym, co składa się na całe nasze życie: duchowe, osobiste, rodzinne, zawodowe ... W czasie rekolekcji nie koncentrujemy się więc na modlitwie, ale na naszym życiu w jedności z Bogiem.

Trzeba też pamiętać, że doświadczenie Boga w życiu codziennym jest inne niż na modlitwie. W czasie modlitwy, kiedy świadomie i bezpośrednio zwracamy się do Boga, łatwiej jest nam dostrzec, poczuć Jego obecność. Możemy jednak przeżywać taki czas, w którym nawet na modlitwie tej Obecności nie doświadczamy. Wtedy tylko wiara, zawierzenie i wierność pozwalają nam przy Nim wytrwać. Dlatego tak ważna jest wiara w to, że Bóg jest z nami we wszystkim, czym żyjemy. Potrzebujemy też cierpliwości wobec siebie i naszych

doświadczeń – także rekolekcyjnych. Prawdziwa przemiana wymaga czasu i rzadko od razu widzimy jej owoce.

Podstawą owocnego odprawienia rekolekcji jest szacunek do dotychczasowego doświadczenia Boga, nawet gdy uważamy je za bardzo małe. Ono jest punktem wyjścia – udział w tych rekolekcjach jest kolejnym etapem naszego życia, konsekwencją wszystkiego, co przeżyliśmy dotąd. Niezależnie od tego, czy i w jakim stopniu sobie to uświadamialiśmy, byliśmy przez Boga prowadzeni, On nam nieustannie towarzyszył, dlatego tak ważne jest, aby nie przekreślać historii swojego życia, ani nie umniejszać jej znaczenia, ale z wdzięcznością odkrywać w niej wierność i dobroć Boga.

*
* *

Rekolekcje będą trwały cztery tygodnie. Każdego tygodnia, codziennie – od poniedziałku do piątku – będziemy rozważać, czyli medytować, wybrany fragment Pisma Świętego. Aby ułatwić i ukierunkować jego medytację, dołączone będą do niego pewne wskazówki, sugestie dotyczące treści i przebiegu modlitwy, czyli wprowadzenie do medytacji. Sobota będzie dniem przeznaczonym na przeprowadzenie medytacji powtórkowej, to znaczy na powtórzenie wybranego z całego tygodnia rozważania – tego, które, w naszym odczuciu, wymaga pogłębienia albo szczególnie nas poruszyło. W niedzielę nie będziemy odprawiać medytacji, ale wysłuchamy rekolekcyjnej konferencji.

Oprócz codziennej medytacji raz w tygodniu spotkamy się z osobą towarzyszącą. W tym roku, z powodu obostrzeń sanitarnych, spotkania te będą odbywały się zdalnie – przez telefon lub za pośrednictwem internetu. W tym czasie będziemy mogli porozmawiać z osobą towarzyszącą o tym, czego doświadczamy w czasie rekolekcji. Zadaniem takiej osoby nie jest rozwiązywanie naszych problemów, czy udzielanie rad na temat naszego życia, ale pomoc w dostrzeżeniu tego, jak Bóg nas prowadzi. Zachęcamy do korzystania z tej możliwości, ponieważ rozmowa z osobą, która ma pogłębioną znajomość rekolekcji ignacjańskich i jest do nas życzliwie nastawiona, pomoże w uporządkowaniu naszego doświadczenia.

Jednak rozmowa z osobą towarzyszącą nie jest warunkiem owocnego odprawienia rekolekcji: w naszych rekolekcjach rokrocznie uczestniczy wiele osób, które nie odbywają takich rozmów.

Na zakończenie – kilka praktycznych uwag dotyczących medytacji. Punktem wyjścia do rekolekcyjnej medytacji jest modlitwa dotychczas przez nas praktykowana – teraz będziemy starali się poszerzyć ją o to, co jest zaproponowane na każdy dzień rekolekcji. Trzeba jednak pamiętać o tym, że chodzi o „poszerzenie”, a nie – zakwestionowanie swoich dotychczasowych doświadczeń. Nie pozwólmy też, aby nasze wyobrażenie o tym, jak powinna przebiegać medytacja, stało się ważniejsze od tego, co Bóg mówi do nas tu i teraz.

Dobrze jest znaleźć stałą porę i miejsce codziennej modlitwy. Powinna ona trwać nie krócej niż 30 minut i nie dłużej niż 45 minut. Jest to czas samej medytacji, bez przygotowania i modlitw wstępnych, które zajmują dodatkowych kilka minut. Należy zdecydować, ile czasu chce się przeznaczyć na medytację, i starać się jej nie skracać, ale też nie przedłużać.

Pora odprawiania medytacji powinna wynikać z rytmu dnia. Ważne jest też znalezienie miejsca sprzyjającego modlitwie i koncentracji, miejsca, w którym nikt nie będzie przeszkadzał. Oczywiście trzeba pamiętać o wyłączeniu telefonu. Postawa ciała podczas medytacji również powinna pomagać w skupieniu. Dobra jest postawa siedząca, przy zachowaniu wyprostowanych pleców.

Po wysłuchaniu wprowadzenia warto odszukać podany fragment Pisma Świętego i przeczytać go uważnie kilka razy, aby przyswoić sobie jego treść. Dobrze jest zastanowić się nad tym, co w tym tekście porusza mnie w sposób szczególny. Podstawą medytacji jest słowo Boże zawarte w Piśmie Świętym, a nie komentarz z wprowadzenia do medytacji, który ma tylko pomóc zwrócić uwagę na pewne aspekty. Jeżeli zaproponowane wprowadzenie nam pomaga, to dobrze, jeżeli nie – spokojnie koncentrujemy się na fragmencie z Pisma Świętego. Podkreślmy: nie rozważamy tekstu wprowadzenia do medytacji, ale podany fragment Pisma Świętego!

Samą medytację rozpoczynamy od uczynienia znaku krzyża. Chodzi o uświadomienie sobie, że staję przed Bogiem, moim Stwórcą i Odkupicielem. Bardzo ważne jest, aby nie przechodzić zbyt powierzchownie przez ten pierwszy etap medytacji. Od dobrego wejścia w prawdę o Bożej obecności zależy w dużej mierze, czy modlitwa będzie owocna.

Następny krok to modlitwa przygotowawcza, w której proszę Boga, *aby wszystkie moje zamiary, decyzje i czyny były skierowane w sposób czysty do służby i chwały Jego Boskiego Majestatu*⁴. Są to słowa świętego Ignacego. W tej modlitwie, która nie zmienia się przez całe rekolekcje, chodzi o czystość intencji, o to, żeby naprawdę szukać Boga, a nie siebie. Jest ona wyrazem naszej zgody i zarazem prośby, żeby to On, nasz Bóg i Pan, kierował tą modlitwą.

Teraz należy przywołać zaproponowany we wprowadzeniu obraz, wyobrazić sobie rozważaną scenę biblijną. To wyobrażenie ma nam pomóc wejść głębiej w medytowany fragment Pisma Świętego – patrzeć, słuchać, odczuwać; a także – zobaczyć siebie w tej scenie.

Kolejny punkt to prośba o konkretny owoc medytacji, który jest podany we wprowadzeniu. Oczywiście nie odbiera to Panu Bogu możliwości obdarzenia nas czymś, czego się nie spodziewaliśmy. Nie trzeba bać się prosić o to, co podpowiada serce. Bóg skoryguje moją prośbę – być może pod koniec medytacji zrozumie, że należało ją sformułować inaczej.

Po nim następuje właściwa medytacja. Jest to modlitwa, która otwiera całego człowieka na obecność i działanie Boga. Trzeba uważnie patrzeć i słuchać, by poznać, jaką prawdę przekazuje mi Bóg w rozważanym tekście biblijnym. Słowo Boże rozważane na medytacji jest zawsze skierowane do konkretnego człowieka i chce rzucić światło na jego aktualną sytuację. Nie chodzi o to, żeby poznać teoretycznie jakąś ogólną prawdę o Bogu. Istotne jest, żeby wejść w siebie, to znaczy do swego serca, i przyjrzeć się, jakiego rodzaju uczucia (emocje) i poruszenia woli (pragnienia) rozważane słowo we mnie wywołuje. W jaki sposób oświetla ono moje życie – całe życie: przeszłe, teraźniejsze i przyszłe. Co Bóg chce mi pokazać, do czego zaprosić? Jaka jest moja odpowiedź? Co mogę zrobić w konkretnych sytuacjach mojego życia? Święty Ignacy zachęca, by podjąć trud rekolekcji z hojnością i wielkodusznością. Niech moja odpowiedź będzie taka, do jakiej czuję się wezwany. Nie zapominajmy też o wdzięczności za Bożą opiekę i prowadzenie w całym naszym dotychczasowym życiu.

Podczas medytacji mogą pojawiać się trudności ze skupieniem: pustka, albo przeciwnie – gonitwa myśli. Nie należy się tym przejmować, spokojnie wracając do rozważanego tekstu i obrazu. Czasem jednak jakaś myśl czy obraz uporczywie wraca. Warto wtedy się zatrzymać i bliżej jej przyjrzeć.

W medytacji nie należy się spieszyć. Święty Ignacy pisał: *Nie ilość wiedzy, ale wewnętrzne odczuwanie i smakowanie rzeczy zadawała i nasycza duszę*⁵. Nie trzeba „przerobić” wszystkich proponowanych treści, lecz skupić się na tym, co nas zatrzymało.

Całą medytację należy zakończyć serdeczną, bezpośrednią rozmową z Bogiem Ojcem, z Chrystusem lub z Maryją. Dobrze jest podziękować za inspiracje, które pojawiły się podczas modlitwy, szczerze mówić o trudnościach, prosić o pomoc.

Na zakończenie odmawiamy modlitwę *Ojciec nasz*. Po medytacji należy poświęcić chwilę na refleksję nad jej przebiegiem i zapisać inspiracje z niej płynące.

Nasze rekolekcje odbywają się w Wielkim Poście. Wszyscy jesteśmy wezwani do odnowienia i pogłębienia więzi z naszym Panem, Jezusem Chrystusem, by w ten sposób lepiej przeżyć tajemnicę Jego Męki, Śmierci i Zmartwychwstania. Jezus głosi, że „bliskie jest królestwo niebieskie” – nowa społeczność, w której uczestniczymy także my. Pragniemy, aby doświadczenie Misterium Paschalnego zaowocowało głębszym wniknięciem w tajemnicę tego Królestwa, i dało siłę do uczestnictwa w jego budowaniu z Chrystusem w zwykłych okolicznościach naszego życia. Mamy nadzieję, że proces rekolekcji pozwoli nam zobaczyć, jak On działa w naszym życiu, jak nas prowadzi i ku czemu dziś nas zaprasza.

¹ José Ignacio Tellechea Idígoras, *Ignacy Loyola. Sam i na piechotę*.

² Święty Ignacy Loyola, *Opowieść Pielgrzyma*, p. 30–31.

³ Na podstawie: *Katechizm Kościoła katolickiego*, p. 1265–1266.

⁴ Święty Ignacy Loyola, *Ćwiczenia duchowne*, p. 46.

⁵ Tamże, p. 2.