

ZKUŠENOST S DUCHOVNÍM DOPROVÁZENÍM V PERSPEKTIVĚ IGNACIÁNSKÉ SPIRITUALITY

FRANTIŠEK HYL MAR

ABSTRACT

Experience of Spiritual Direction in the Perspective of Ignatian Spirituality

After a brief presentation of basic forms of spiritual direction and after stressing the importance of personal spiritual experience, the article describes Ignatian concept of human being in relation with God and God's adversary and gives an overview of Ignatian spiritual exercises as a general dynamic of human spiritual journey. On this basis, the paper presents fundamental elements of spiritual direction from the perspective of Ignatian spirituality: attitude of openness, awareness of external events and interior movements, sharing of interior life, contemplative prayer, discernment of interior movements, recognition of one's own weakness and of God's acceptance, finding one's way in the following of Christ. The article regards the particularity of the Ignatian approach to spiritual direction in the interconnection of these seven elements, in their dynamics and in the importance of the examen and discernment.

Key words

Spiritual Direction; Ignatian Spirituality; Spiritual Exercises; Examen; Spiritual Discernment.

DOI: 10.14712/23363398.2015.75

1. Základní podoby duchovního doprovázení

Mezi různými úkoly v pastoraci a ve svém řeholním společenství považuji duchovní doprovázení za to nejpozoruhodnější, čím mám čest se prakticky a teoreticky zabývat, a v tomto příspěvku bych chtěl zaznamenat něco ze své zkušenosti s ním.

Člověka provází sám Bůh, ale jeho komunikace se stává srozumitelnější, doplňuje-li ji nebo zprostředkovává lidský dialog. Duchovním

doprovázením nebo vedením se rozumí řada duchovních rozhovorů osoby, která mluví o svém vztahu k Bohu a o životě z Boží perspektivy s jinou osobou, jež jí pomáhá se ve vztahu k Bohu a k životu z Boží perspektivy lépe orientovat.

První a nezbytnou podmínkou duchovního doprovázení je vnímavé naslouchání a bedlivá pozornost ze strany doprovázejícího. Doprovázený musí chtít a umět nějakým způsobem vyjádřit, co prožívá. Doprovázející se za svěřené duše modlí a oslovují je příkladem svého života. V jednodušší formě doprovázející doprovázeným připomíná zásady duchovního života a ujišťuje a povzbuzuje je na cestě k Bohu. V hlubší formě doprovázení doprovázející pomáhá doprovázeným interpretovat ve vztahu k Bohu to, co prožívají, a vede je k samostatnějšímu a zralějšímu zvládnutí životních a duchovních situací.¹

Slovo doprovázení naznačuje delší období společné cesty, ale mohl by sem patřit i každý vážný duchovní rozhovor. Trvá jen několik minut nebo hodin, jeho ovoce však může člověka provázet celý život. Duchovní doprovázení někdy probíhá i psanou formou, která umožňuje přesněji formulovat a sledovat tok uvažování v delším časovém horizontu. Za jakousi formu doprovázení můžeme považovat i duchovní četbu, při níž se rozehraje živá interakce mezi zkušeností autora textu a čtenáře.

Duchovní doprovázení církev poskytuje především kandidátům kněžského a řeholního života. Kněží, stálí jáhni a řeholní osoby jsou vybízeni k tomu, aby této služby celý život jako příjemci využívali, jakkoli se nejčastěji jedná o pravidelnou svátost smíření rozšířenou o duchovní radu či povzbuzení. Zájem o duchovní doprovázení projevují i laici, kteří o ně žádají především duchovní osoby, u nichž předpokládají kompetenci a autoritu. Schopnost duchovně doprovázet však není dána církevním úřadem, vychází spíše ze zvláštního daru. I laici mohou doprovázet, pokud mají charisma, které se projevuje tím, že je druzí žádají o hlubší rozhovory, a základní formaci.

¹ V češtině vyšlo na téma duchovního doprovázení základní dílo William A. Barry – William J. Connolly. *Praxe duchovního doprovázení*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství 2009; dále publikace Józef Augustyn. *Praxe duchovního vedení*. Olomouc: Nakladatelství Velehrad 1997; Thomas Merton. *Duchovní vedení a rozjímání*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství 1997 a Anselm Grün. *Doprovázení na duchovní cestě*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství 2014. Rozsáhlá bibliografie ve světových jazycích je dostupná v elektronických médiích, viz např. Spiritual Directors International Web Library. <http://www.sdiworld.org/resources/web-library/general-collection> [2015-05-25] a Orientamenti bibliografici sulla direzione spirituale. http://www.seminariobergamo.it/Amministrazione/gestione_libri/Upload/Orientamenti%20bibliografici%20sulla%20direzione%20spirituale.pdf [2015-05-25].

V praxi může duchovní doprovázení navazovat na svátost smíření a připojení i jen náznaku duchovního rozhovoru ke zpovědi vnímavým penitentům prospěje. Vlastní moc duchovního rozhovoru naproti tomu nestojí a nepadá s vyznáním hříchů. Duchovní doprovázení má své stálé místo, ač časově omezené, v individuálně provázených duchovních cvičeních, při nichž exercitanti denně hovoří s exercitátorem.

Touhu po duchovním doprovázení vzbuzuje chápání víry jako vztahu. V méně přehledných situacích při hledání životní cesty a v náročných životních obdobích se probouzí přirozená potřeba sdílení a rady a někdy prostě volá o pomoc duchovní a lidská nouze. Tehdy se při duchovním provázení pootevírají i situace, jichž se nakonec mohou nebo dokonce musejí ujmout odborníci z jiných oborů. Duchovní doprovázení, které se zabývá tím, co člověka tíží, ve vztahu k Bohu, se pak stává součástí širšího procesu. Je-li ovšem orientace člověka v duchovní oblasti vážně narušena, mohlo by jej duchovní provázení odvádět od přijetí jiné, v tu chvíli zásadnější pomoci, a je třeba od něj upustit.

Duchovní vedení a doprovázení je nezbytné v kněžské a řeholní formaci a je žádoucí při zvládání náročnějších období duchovní cesty každého věřícího. Fakticky však není široce dostupné a k poctivému křesťanskému životu nakonec ani nutné. Věřící se s ním většinou prakticky setkají tehdy, když v hlubším rozhovoru (např. při svátosti smíření, ale i mimo ni) dokážou vyslovit něco ze svého vnitřního života a dostane se jim chápavé odezvy. Každý člověk však v případě potřeby ocení duchovní rozhovor a ideálně by všichni měli mít v církvi takovou možnost k dispozici.

2. Duchovní zkušenost v kontextu moderní doby

Křesťané dnes obvykle potřebují víc vnitřních opor víry než v dobách společensky silné církve, proto se častěji odvažují samostatně hledat Boha a zkušenost s ním. Na druhé straně mívají mnozí jednotlivci a skupiny v církvi k duchovní zkušenosti nedůvěru. Oceňují především učení víry, morální zásady, svátostný život a instituci církve jako vnější strukturu, ve které nacházejí záruku pravdy a jednoty. Jenže vnitřní svět člověka se nedá dlouhodobě ignorovat a nelze na něj nedbat.

Na počátku moderní doby, kdy člověk západní civilizace začal výrazněji vnímat sebe nejen skrze společnost, ale skrze svůj osobní vnitřní

vesmír, stojí postava Ignáce z Loyoly. Prokázal, že osobní duchovní zkušenost, ač zpočátku nepřehledná, nemusí ohrožovat víru a jednotu, ale může se stát vzácným místem Božího zjevení se jednotlivci ve prospěch společenství. Jen je potřeba naučit se nezkráceně ji vnímat a správně interpretovat. Neprojevuje se v ní totiž pouze člověk a Bůh, ale i síly Bohu a člověku nepřátelské. Ignácova duchovní zkušenost má kořeny v církevní tradici a ve všeobecné lidské moudrosti. Ignác ji písemně zachytil v několika textech² a v osobní komunikaci předal svým společníkům v jezuitském řádu, který ji dodnes nese a rozvíjí.³ Ignaciánská duchovní zkušenost je kompatibilní s jinými spiritualitami i s poznatky jiných oborů vědění o vnitřním životě člověka a dokáže nemálo přispívat ke kultivaci života jednotlivců a lidské společnosti.

V následujících dvou odstavcích nejprve představíme Ignácovo pojetí člověka a nastíníme základní strukturu a dynamiku jeho duchovních cvičení. V dalším odstavci pak ukážeme, jak některé prvky a dynamika exercicií nacházejí uplatnění v duchovním doprovázení.

5. Pojetí člověka ve vztahu k Bohu a k Božím odpůrci

Pojetí duchovního života a doprovázení závisí na vizi člověka a jeho vztahu k Bohu. Ignaciánský přístup odpovídá zdravému rozumu, průsečíku humanisticky orientovaných věd o člověku i křesťanské tradici: Člověk má vždy možnost sám se rozhodovat a také to dělá. Uprostřed podmínek nejruznějšího druhu a intenzity a v atmosféře Boží milosti si může volit a volí svou cestu, ač si to často nedostatečně uvědomuje, sám před sebou či před druhými to skrývá a někdy v tom sobě i druhým brání.

² V češtině: Ignác z Loyoly. *Souborné dílo: Duchovní cvičení. Vlastní životopis. Duchovní deník*. Velehrad: Refugium Velehrad-Roma 2005. *Výbor z listů a instrukcí svatého Ignáce z Loyoly, zakladatele Tovaryšstva Ježíšova*. Praha: Vyšehrad 1940. Původní Ignácovy texty dnes mohou znít archaicky a snad i tvrdě, poučený výklad však v nich nalézá jemnou moudrost a zdravý optimismus založený na nesmírně pozitivním obrazu Boha.

³ David Lonsdale. *Oči k vidění, uši k slyšení. Úvod do ignaciánské spirituality*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství 2005. Jean-Claude Dhôtel. *Ignaciánska spiritualita*. Trnava: Dobrá kniha 2004. Hugo Rahner. *Ignác z Loyoly a dějinné pozadí jeho spirituality*. Olomouc: Refugium Velehrad-Roma 2012. Bibliografie viz např. Jesuit collaborative. *Helping you Grow Closer to God*. <http://jesuit-collaborative.org/guide-part-ii> [2015-05-25] a Rossano Zas Friz. *Bibliografia italiana sulla spiritualità Ignaziana*. <http://www.ignaziana.org/biblio-italia.pdf> [2015-05-25].

Svoboda je Boží dar a možnost, kterou má člověk v životě moudře uskutečňovat. V tom mu brání nejenom vnější překážky (politické, ekonomické, sociální atd.), ale také překážky vnitřní. Ty poslední Ignác nazývá *neuspořádané náklonnosti*, španělsky *afecciones desordenadas*⁴. Jsou to překážky nejen rozumové, např. zahnížděné nepravdy a polopravdy, ale i pocitové a psychosomatické, sklony vůle a špatné návyky. Souvisejí s nedostatečnou zralostí, se zraněními a závislostmi a projevují se fixacemi, neuvědomělým jednáním a dalšími negativními projevy vnitřního života, o kterých hovoří i současné vědy o člověku. Navenek se projevují příklonem ke stvořeným „věcem“, mezi které patří i lidské vztahy, vlastnosti, společenské a materiální podmínky a postavení, sebepojetí, výchova apod., bez ohledu na pořádek a cíl zamýšlený Stvořitelem. Bezděky zde vyvstává na mysli i výraz „lpění“, používaný v některých mimokřesťanských duchovních tradicích.

Životním úkolem člověka je poznávat své neuspořádané sklony, zbatovat se jich a učit se nakládat (disponovat) se svým životem v souladu s Boží vůlí ke spáse své duše, tj. k naplnění svého života zralou láskou k Boží chvále a k prospěchu bližních [DC 1]. Člověk má růst ve svobodě a nabízet ji Bohu [DC 5 a 234], poznávat Boží vůli a uschopňovat se k životu a jednání podle ní.

Přítom ovšem Ignác v duchu křesťanské tradice počítá s důležitou skutečností, kterou sekulární vize lidského života přehlížíjí, totiž že člověku na cestě k Bohu překáží a škodí Boží odpůrce, zlý duch, „nepřítel lidské přirozenosti“ [DC 7], „nepřítel našeho prospěchu a věčné spásy“ [DC 333]. Ten klame lidský rozum, oslabuje vůli a podněcuje neuspořádané emoce. Ignác neradí, aby se člověk zabýval samotným nepřítelem, ale aby si bedlivě všímal, kdy a jak se nepřítel v jeho nitru projevuje, aby se jím nenechal ovlivňovat a nevytvářel si nedobré návyky a sklony. V pravidlech rozlišování duchů [DC 313–336] Ignác o nepříteli mimo jiné říká, že není tak mocný, jak se zdá, a že se jej člověk nemusí a nemá bát. Když se proti němu rázně zakročí, nepřítel ztrácí pozice, a to snadněji, než by se soudilo z dojmu, kterým působí [DC 325]. O tom, co jej odvádí z Boží cesty, má člověk hovořit s někým zkušeným [DC 326] a má poznávat a bránit svá slabá místa, na která nepřítel nejčastěji útočí [DC 327]. Nepřítel není stejně mocný jako Bůh a může uškodit jen v míře, ve které mu to člověk neznalostí

⁴ Ignác z Loyoly. *Duchovní cvičení*, č. 1 a 21 (dále [DC 1 a 21], odkazuje se na čísla odstavců v textu).

a nedbáním mravních a duchovních zásad umožní. Nad klamy zlého ducha, jakkoli někdy záłudnými a jindy hrozivými, lze při respektování moudrých duchovních rad vždycky zvítězit.⁵

4. Duchovní cvičení jako dynamika lidské duchovní cesty

Ignácova *duchovní cvičení* nabízejí člověku pomoc, aby se vymanil z vlivu svých neuspořádaností a dokázal vnímat a přijímat Boží hlas vzhledem k volbě nového životního povolání nebo k reformování stávajícího života a aby zakusil radost a užitek s tím spojené. Jejich součástí jsou reflektovaná rozjímání nad tajemstvími života Ježíše Krista, cílené duchovní úvahy⁶ a duchovní rozhovory.

Exercicie se skládají ze čtyř výrazných bloků, tzv. *týdnů*. Na počátku *prvního týdne* [DC 21nn] v úvaze zvané *východisko a základ* [DC 23] exercitanti uvažuje o cíli svého života. Je stvořen proto, aby chválil Boha, ctil jej a sloužil mu, a chce-li tohoto cíle dosáhnout, musí usilovat o vnitřní svobodu (indiferenci) a ostatní své pozemské cíle uspořádat tak, aby mu v cestě nebránily, ale pomáhaly. V dalším průběhu *prvního týdne* exercitanti dochází k otřásajícímu poznání své slabosti a hříšnosti [DC 55 a 63], ale současně k uzdravujícímu doteku Božího milosrdenství [DC 59–61]. Podaří-li se mu to, spatří sebe, Boha a svět novými očima. V následujícím *druhém týdnu* [DC 91nn] exercitanti rozjímá důležité momenty Ježíšova veřejného působení a na pozadí duchovních útěch a neútěch se ptá, zda jej Bůh nevolá k následování Ježíše jeho prostým a pozemsky nezajištěným způsobem uprostřed námah a nepochopení. Ve *třetím týdnu* [DC 190nn] prožívá exercitanti s Kristem jeho opuštěnost, utrpení a smrt, chvíle, kdy se „božství skrývá“ [DC 196]. Ve *čtvrtém týdnu* [DC 218nn] pak zakouší radost z jeho oslavení a z toho, jak se v jeho obnoveném lidství projevuje Boží působení, které těší a posiluje člověka v pozemském údělu, dává mu sílu milovat a sloužit a naději na věčnost.

V duchovních cvičeních hraje rozhodující úlohu velkodušné otevření se exercitanta Bohu [DC 5], jeho samostatná a vnitřně prožívaná

⁵ Srov. Józef Augustyn. *Kde jsi, Adame? První týden ignaciánských exercicií*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství 1998, s. 245–247.

⁶ Provolání pozemského krále [DC 91–98], Úvod k úvaze o stavech [DC 135], Rozjímání o dvou praporech [DC 136–148], Rozjímání o třech dvojicích lidí [DC 149–157], Tři způsoby pokory [DC 165–168], Vlastní úvahy k vykonání volby [DC 169–189] a Nazírání k nabytí lásky [DC 230–237].

modlitba [DC 2] a otevřenost v rozhovorech s exercitátorem [DC 17]. Exercitátor nepředkládá své myšlenky, ale nabízí biblické texty k modlitbě⁷ a prakticky zaměřené doprovodné úvahy⁸. V denních rozhovorech pomáhá exercitantovi orientovat se v tom, co se v něm během cvičení děje, přičemž respektuje dynamiku a průběh vztahu mezi exercitantem a Bohem [DC 6–10 a 15]. Exercicie neukazují jen na cíle a ideály, ale poskytují prostředky k jejich dosažení. Propojují duchovní i praktický život a člověk v nich zřetelněji vnímá Boží působení, svou touhu po Bohu a současně překážky a odpor vůči němu. V prostředí zakoušené Boží dobroty člověk vidí a přijímá své slabosti a s pomocí pravidel k rozlišování vnitřních hnutí⁹ je schopen zaznamenávat i matoucí působení zlého ducha a vracet se ze slepých uliček na Boží cesty.

Zásadním úsekem exercicií, který přináší užitek nejširšímu okruhu lidí, je jejich *první týden* včetně *východiska a základu*. Bez odhodlání podřídit své osobní touhy Bohu totiž nemá smysl hledat jeho vůli. Chybějící poznání a přijetí své slabosti a hříšnosti a nedostatek prožitku Boha jako odpouštějícího a milosrdného zase podryvá síly člověka na cestě následování Krista. Teprve poté, když prožil skutečnosti obsažené v *prvním týdnu* exercicií (což se pochopitelně může stát a stává v životě i mimo exercicie a bez jejich znalosti), se z křesťana *de iure* stává křesťan *de facto*. Cvičení dalších *týdnů*, která pomáhají k nabytí větší vnitřní svobody, k jednání a k životu z lásky a k nasazení v nezištné službě Bohu a lidem v nalezeném životním povolání, Ignác nabízel jen těm, od kterých mohl později očekávat větší užitek.

Při obnově způsobu dávání ignaciánských exercicií ve druhé polovině minulého století se vynořily zajímavé paralely se současnými psychologickými a pedagogickými přístupy k lidské osobě. Ukázalo se, že exercicie se dají chápat v širokém slova smyslu jako praktická cesta k sebepoznání a sebezpřijetí člověka v živém vztahu k dobrému Bohu. To pak umožňuje realistické přijímání druhých lidí a světa vůbec a uzdravování daných i utrpených ran a může se stát zdravým základem následného hledání místa člověka ve světě k lásce a službě.

⁷ V knížce *Duchovní cvičení* se používají od *druhého týdne* ([DC 101nn]). V současné době se vhodné biblické texty používají i v *prvním týdnu* včetně *východiska a základu*.

⁸ Viz pozn. 4 a dále např. tzv. přídávky [DC 73nn].

⁹ Pravidla odpovídající více prvnímu týdnu [DC 313–327] a Pravidla spíše pro druhý týden [DC 328–336].

Přestože ignaciánská duchovní cvičení trvají jen několik dní nebo týdnů, lze říci, a praxe to potvrzuje, že jejich dynamika a pedagogika odpovídá dynamice a pedagogice celoživotního lidského hledání sebe a vztahů k druhým, ke světu a k Bohu. Jakási znalost a zkušenost exercicií proto nesmírně pomáhají při doprovázení lidí na duchovní cestě. V následujícím odstavci se z perspektivy ignaciánských exercicií podíváme na základní rozcestí duchovní cesty člověka a na nezbytné a klíčové duchovní nástroje, bez nichž není možné se na této cestě orientovat a kráčet po ní.

5. Zásadní momenty duchovního doprovázení

Postoj otevřenosti. Podmínkou smysluplného duchovního hledání je schopnost hledajícího uznat, že cíl hledání, tj. Bůh, se vymyká jeho moci a že mu bude muset podřídit všechny své jiné cíle, což jej bude stát nemalou námahu. Pro mnohé lidi už v tomto bodě duchovní cesta skončí. Nedokáží si představit, že by šli za něčím jiným než za svým, nebo je odradí obtíže cesty. V souladu s křesťanskou tradicí Ignác takovým lidem staví před oči tzv. *první stupeň pokory*, to znamená respekt k Božím přikázáním [DC 165], aby na cestě za svými cíli neškodili druhým.

Jiní lidé budou ochotni začít „vítězit sami nad sebou a dávat svůj život do pořádku“ [DC 21]. Není nutné ani možné, aby to dokázali hned, zpočátku stačí dobrá vůle. Tuto vůli formuluje exerciční úvaha *východisko a základ* [DC 23] a vyjadřuje přípravná modlitba, kterou Ignác předepisuje před každým rozjímáním: „Prosím tě, Bože, aby všechny moje úmysly, jednání a skutky směřovaly čistě ke službě a chvále tvé božské Velebnosti“ [DC 46]. V nějaké formě by oba texty měl mít doprovázený stále před očima. Platí to ovšem i pro doprovázejícího, který jako zprostředkovatel zůstává stranou přímého vztahu doprovázeného s Bohem a brání se pokušení hrát jinou roli. Cíl, směr a tempo své životní cesty hledá sám provázený, který zve doprovázejícího, aby s ním nějakou dobu krácel, ale hlavním vůdcem a průvodcem obou je Bůh.

Již na začátku nebo brzy během doprovázení by si doprovázený měl ujasnit průběžné cíle svého hledání: např. naučit se rozjímavě modlit, zjistit důvody „Božího mlčení“, prověřit si intuici ve věci životního povolání, oživit a prohloubit vztah k Bohu, zvládnout náročnou životní situaci, objevit překážky ve vztazích k Bohu a lidem, hlouběji poznat

sebe apod. Musí se také rozhodnout pro kázeň života podle příkázání a rozjímavé modlitby, reflexe a duchovních rozhovorů. Někdy se doprovázení musí zaměřit na omezenou schopnost takového rozhodnutí, což obvykle souvisí s pokřiveným obrazem Boha, světa a samotného doprovázeného.

Vnímání vnějšího dění a vnitřních hnutí. Doprovázení se neobejde bez umění doprovázeného zaznamenávat, co se děje v jeho životě a nitru. K tomu slouží duchovní cvičení zvané *examen* neboli *zpytování*, ne však ve smyslu klasického *zpytování svědomí* jako výčtu hříchů před svátostí smíření, ani čistě rozumové reflexe. V *examen*u si doprovázený v Boží přítomnosti a v duchu modlitby připomíná veškeré důležité vnější a vnitřní dění v určitém časovém úseku, aby s ním pak mohl pracovat a hledat v něm Boha a jeho cesty. Ignác mluví v exerciciích o tzv. *zvláštním (partikulárním) zpytování* [DC 24–31], při němž exercitant po jistou dobu sleduje určitou svou nedokonalost a to, jak se mu s ní daří nakládat. Současná ignaciánská spiritualita toto pojetí rozšiřuje a užívá pojmu *zpytování vědomí*.¹⁰ Myslí jím vnímavý a rozlišující postoj (bdělost) vzhledem ke všemu, co se děje v životě člověka v oblasti myšlenek, slov, skutků a také v oblasti jeho emotivních (somatických) reakcí na rozmanité životní skutečnosti. Při něm se nehodnotí, ale všechno důležité se vnímá a registruje. Je při něm také potřeba odlišovat projevy rozumu, vůle a citů a u myšlenek a pocitů rozeznávat jejich ovoce (k čemu vedou) a aktivně se k nim stavět podle pravidel rozlišování duchů. Vnímání vnějších a vnitřních skutečností v Bohu úzce souvisí s uměním rozjímavé modlitby, o kterém bude řeč dále.

Examen je modlitba a nesmírně zajímavé a užitečné duchovní cvičení, vlastně vůbec nejdůležitější. Proto jej Ignác sám nikdy nevynechával. Bez tohoto pozoruhodného prostředku je komunikace s Bohem, který se v životě člověka projevuje skrze všechny vnější i vnitřní životní okolnosti, velice ochuzena, stejně tak i snaha o vědomý a zodpovědný život.¹¹ *Examen* nebo jiný způsob vnímání vnitřních hnutí v podob-

¹⁰ George A. Aschenbrenner. *Consciousness Examen*. *Review for Religious* 31, 1 (1972), s. 14–21. Viz též český překlad francouzské verze článku: George A. Aschenbrenner. Každodenní zpytování svědomí. In: Józef Augustyn. *Hledání Boha. Duchovní cvičení svatého Ignáce z Loyoly*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství 2004, s. 28–42.

¹¹ Ignácův první popis zkušenosti zpytování viz *Poutník. Vlastní životopis sv. Ignáce z Loyoly*, č. 7–9. In: Ignác z Loyoly. *Souborné dílo*, s. 111–322. Záznam ze dne 12. března 1544, č. 144–153, z Ignácova *Duchovního deníku*. In: Ignác z Loyoly. *Souborné dílo*, s. 323–452, je působivým svědectvím jeho pozdější schopnosti průběžně vnímat

ném duchu poskytují duchovnímu doprovázení „materiál“, o kterém se hovoří a který se interpretuje. Pokud se doprovázený zmiňuje jen o vnějších věcech, doprovázející jej musí vést k hlubší reflexi. Zvláště se bude ptát na myšlenky a pocity vůči Bohu a na komunikaci s ním: „co říká doprovázený Bohu a Bůh jemu, co cítí vůči Bohu a jaký postoj k němu zaujímá Bůh“.

Sdílení vnitřního života. Duchovní prožitky jsou intimní a nesnadno se o nich hovoří. Lidé bývají v této oblasti nejistí a obávají se sebeklamu a trapnosti. Mnozí doprovázení se proto nejprve musejí učit mluvit o svém vnitřním životě. V tom pomáhá četba duchovní literatury, ve které doprovázený může objevit vlastní zkušenost a výrazové prostředky. Doprovázející musí znát aspoň základy duchovního jazyka, jehož doprovázený používá.

Duchovní sdílení není možné bez důvěry. K ní přispívají vrozené nebo naučené schopnosti doprovázejícího a jeho laskavý a otevřený přístup, zčásti je však nepředvídatelná a jako taková darem milosti. Podporuje ji pozornost, kterou doprovázející doprovázenému věnuje, a projevy jeho kompetentnosti. Jejím dosažením může vyžadovat na obou stranách velkou trpělivost.

Někteří doprovázení se lépe vyjadřují pojmově, jiní v obrazech nebo příbězích. Někteří jsou velice struční, jiní mluví mnoho, ale nejdou k jádru. Někteří sdělí velmi důležité skutečnosti teprve po dlouhé době, i po letech. Někteří utíkají od sebe a jiní se od sebe nemohou odpoutat. Doprovázející je na uvedené tendence upozorňuje a vede je k vyvážené a věcné komunikaci. I krátký duchovní rozhovor může být efektivní, ale v pravou chvíli je nutné vytvořit příležitost k vypovězení potřebného i v širších souvislostech.

Rozjímavá modlitba. Na duchovní cestě nesmírně prospívá umění rozjímat nad biblickým textem, a to nejen na rovině rozumového uvažování, ale ve smyslu prožívání a zakoušení [DC 2]. Vzájemně se zde doplňují vnímavé naslouchání Božímu slovu při liturgii, rozjímavé čtení *lectio divina* a imaginativní modlitba.¹² Teprve afektivní rozjímání,

i velmi jemná vnitřní hnutí. Neobyčejně zdařile představuje praxi examenu jako modlitby kniha *Examen Prayer: Ignatian Wisdom for Our Lives Today*. New York: The Crossroad Publishing Company 2006. Slovenský překlad: Timothy M. Gallagher. *Spytovanie svedomia alebo Modlitba examen podľa Ignáca Loyolského*. Trnava: Dobrá kniha 2013.

¹² Viz např. [DC 102–109] a [DC 111–117]. Podrobnější návod viz Timothy M. Gallagher. *An Introduction to Prayer: Scriptural Reflections According to the Spiritual Exercises*. New York: The Crossroad Publishing Company 2008 a Timothy M. Gallagher.

při kterém se v člověku rozněcují i vnitřní hnutí, přináší jasnější vhled do Božích i lidských hlubin. Když se Boží slovo setká s životem rozjímajícího, vyvolá v něm vzpomínky a emoční reakce. Pomáhá číst život v Božím Duchu. Vyvolaná hnutí mívají přirozenou psychosomatickou komponentu, ale současně i komponentu duchovní, která souvisí se vztahem k Bohu, s vírou, nadějí a láskou. Známkou účinnosti modlitby není míra její libosti, ale přítomnost vnitřních hnutí, ať příjemných nebo ne. Poctivá modlitba vždy přináší nějaké dobro a i to, že „se při ní nic neděje“, je důležitá skutečnost hodná pozornosti. Po rozjímavé modlitbě má proto vždy následovat *examen*, reflexe [DC 77], nejlépe zapisovaná, při níž se zaznamenávají vnitřní hnutí, která se při modlitbě objevila. Modlitba s reflexí přináší mnohonásobně víc užítku než bez ní a ovoce reflektované modlitby by mělo být prvořadým námětem rozhovorů při duchovním doprovázení. Teprve skrze takovou modlitbu se život stává duchovně srozumitelným.

Doprovázející bude s doprovázeným procházet i obdobími, kdy modlitba nepovede k prožitku Boží přítomnosti. Nesmí se lekat a musí umět doprovázeného vést k očišťování a k trpělivému snášení zkoušek věrnosti modlitbě. Naučit se s užítkem rozjímat není vždy a pro každého snadné. Vina bývá přičítána rozumu, ale překážkou bývají i z různých důvodů potlačované nebo nezvládané pocity. Pomoci zde mohou cvičení tělesné, smyslové a pocitové vnímavosti.¹⁵ V optimistickém Ignácově pojetí neleží problémy v komunikaci s Bohem na Boží, ale na lidské straně.¹⁴ Nesnáze v modlitbě Bůh člověka netrápí, ale něco důležitého mu sděluje.

V posledních letech dochází oblíbenosti kontemplativní modlitba s opakováním jednoho nebo několika málo slov.¹⁵ Nenamáhá rozum, uklidňuje myšlenky a působí na psychosomatiku. O podobné modlitbě se

Meditation and Contemplation: An Ignatian Guide to Praying with Scripture. New York: The Crossroad Publishing Company 2008. Augustyn. *Kde jsi, Adame?*, s. 20–41. Týž. *Dej mi napít. Druhý týden ignaciánských exercicií.* Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství 1999, s. 5–14. Krzysztof Osuch. Ignaciánská meditace. In: Augustyn. *Hledání Boha*, s. 57–69.

¹⁵ Viz [DC 259] a mnohem podrobněji např. Anthony de Mello. *Sádhana. Cesta k Bohu.* Brno: Cesta 1996. Franz Jalics. *Kontemplative Exerzizien: eine Einführung in die kontemplative Lebenshaltung und in das Jesusgebet.* Würzburg: Echter Verlag 1994.

¹⁴ Srov. důvody duchovní neútěchy v *Duchovních cvičeních* [DC 322].

¹⁵ Např. Jalics. *Kontemplative Exerzizien.* Jan Šedivý. *O kontemplaci. Kamínky v mozaice spirituality.* Brno: Cesta 2014. John Maine. *Okamžik Krista. Cestou meditace.* Brno: Cesta 1999. *Upřímná vyprávění poutníka svému duchovnímu otci.* Velehrad: Refugium Velehrad-Roma 2007.

hovoří i v knížce exercicií [DC 258]. Rozjímání nad Písmem a kontemplativní modlitba nestojí v protikladu. Oba způsoby modlitby se doplňují a zralý duchovní život si nevystačí jen s jedním z nich. Vždyť i lidé běžně střídají slovní komunikaci s chvílemi beze slov. Oba způsoby modlitby mohou vést ke chvílím vytržení v Boží přítomnosti, při obou se vynořují důležité životní momenty, které se v reflexi zaznamenávají a v rozhovoru interpretují. Oba způsoby modlitby působí terapeuticky na tělo, duši i ducha. Doprovázení na své cestě zkoušejí různé způsoby modlitby. V duchovních rozhovorech je dobré prověřovat účinnost aktuálně praktikované modlitby, případně se ptát, zda by neprospěla nebo není nutná nějaká změna. Z repertoáru modliteb nemusí žádný způsob trvale vypadnout. Každý najde uplatnění a i ty nejprostší mají velkou působivost.

Rozlišování vnitřních hnutí. Vlastním a nejdůležitějším úkolem duchovního doprovázení je pomoc při rozlišování myšlenek a duchovních hnutí. S větší či menší podporou doprovázejícího se doprovázený snaží orientovat ve spleti vnitřních hnutí rozeznávajících se v jeho životě a v modlitbě. Tato vnitřní hnutí zaznamenává při reflexi (*examen*) a sděluje je v rozhovoru. S přispěním doprovázejícího rozlišuje, která hnutí jej vedou k dobrému (k Bohu), méně dobrému či zlému, a učí se na ně aktivně reagovat, tj. odmítat cesty méně dobré a špatné a aktivně směřovat k Bohu. Doprovázené často překvapí, že se nemusí rozhodovat jen mezi objektivním dobrem a zlem, ale že většina běžných rozhodnutí se odehrává mezi tím, co je pro ně osobně lepší nebo méně dobré. Základní schopnost rozlišování dobrého, lepšího, horšího a špatného je dána každému křesťanu, ale i jemnějšímu rozlišování ve složitých případech se lze naučit.¹⁶ Doprovázející obvykle zjišťuje, že zachovává-li si čistý úmysl, pokoj a spojení s Bohem, pak jej při rozhovorech i v na první pohled velmi nepřehledných situacích obvykle napadne vhodné slovo a rada.

Nesmírně účinným nástrojem jsou v této souvislosti pravidla rozlišování vnitřních hnutí (duchů) z ignaciánských duchovních cvičení.¹⁷

¹⁶ „Jinému zase je dáno (od Ducha svatého), aby dovedl rozeznávat, jakým duchem se co nese“ (1 Kor 12,10). „Milování, každému duchu hned nevěřte, ale zkoumejte duchy, zdali jsou z Boha“ (1 Jan 4,1).

¹⁷ Text pravidel viz: Pravidla odpovídající více prvnímu týdnu [DC 313–327] a Pravidla spíše pro druhý týden [DC 328–336]. Vysvětlení pravidel viz: Augustyn. *Kde jsi, Adamě?*, s. 242–271. Marko Rupnik. *O duchovním otcovství a rozlišování*. Velehrad: Refugium Velehrad-Roma 2001. Marko Rupnik. *O duchovním rozlišování. Cesta ke zralosti*. Velehrad: Refugium Velehrad-Roma 2002. Timothy M. Gallagher. *The Discernment*

Jejich podrobnější vysvětlení přesahuje možnosti tohoto článku, proto uvedeme jen několik skutečností. Pravidla nenabízejí konkrétní příklady působení různých duchů, ani v nich nejde o „makrorozlišování“ ve smyslu životní volby, což bývá delší a náročný proces na pozadí dynamiky *druhého až čtvrtého* týdne exercicií.¹⁸ Úvod k pravidlům *prvního týdne* zní: „Pravidla, aby se nějak vycítila a poznávala rozličná hnutí, která vznikají v duši: dobrá aby se přijímala a špatná aby se odmítala“ [DC 313]. Týkají se tedy něčeho, co je možné nazvat „mikrorozlišováním“, průběžného uvědomování a vyhodnocování okamžitých vnitřních stavů (myšlenek a smyslových a duchovních hnutí vlastních a pocházejících od různých duchů) a hlavně včasného a správného reagování na ně, tj. odmítání zla nebo menšího dobra a konání (většího) dobra.

Pravidla jsou intuitivně jasná a mnoho lidí je fakticky používá, přesto je víc než doporučeníhodné, aby si je doprovázející důkladně prostudoval a v praxi vyzkoušel, aby je pak dokázal doprovázenému ve vhodných chvílích připomínat a učit ho aplikovat je. Pravidla učí zodpovědnému myšlení, chtění, citění a jednání ve stálé komunikaci s Bohem¹⁹.

Poznání vlastní křehkosti a Božího přijetí. V prvním týdnu exercicií vede Ignác exercitanta k vnitřnímu poznání svých hříchů a Božího milosrdenství. Hříchem se zde nerozumí pouze mravně špatná myšlenka, slovo nebo skutek, ale také neuspořádané náklonnosti, kořeny hříšných skutků, například tzv. hlavní hříchy, závislosti, nezralé myšlení a jednání atd. Doprovázení má v duchu *prvního týdne* přispívat k tomu, aby doprovázený nesváděl vinu na druhé nebo na nepříznivé okolnosti a nezavíral oči před svými nedostatky, ale aby v drobných

of Spirits: An Ignatian Guide for Everyday Living. New York: The Crossroad Publishing Company 2005. Timothy M. Gallagher. *Spiritual Consolation: An Ignatian Guide for Greater Discernment of Spirits.* New York: The Crossroad Publishing Company 2007.

¹⁸ Józef Augustyn. *Jak hledat a nalézat Boží vůli.* Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství 1997. Timothy M. Gallagher. *Discerning the Will of God: An Ignatian Guide to Christian Decision Making.* New York: The Crossroad Publishing Company 2009.

¹⁹ Viz také Pravidla ve službě udělování almužen [DC 337–344] a Poznámky k poznávání skupulí [DC 345–351]. Jiné úvahy o rozlišování duchů najdeme v Ignácově dopise Terezii Rejadell: *Výbor z listů a instrukcí svatého Ignáce z Loyoly*, s. 20–24, a v článku Philip Endean. *Discerning Behind the Rules: Ignatius' First Letter to Teresa Rejadell.* *The Way Supplement*, 64 (1989), s. 37–50. Další klasické texty jezuitské i jiné provenience viz Giovanni Battista Scaramelli. *Pravidla pro rozlišování duchů.* Brno: Jiří Brauner – Kartuziánské nakladatelství 2015.

i závažných situacích přiznával svůj díl spoluzodpovědnosti, nesprávné používání svobody a neuspořádané sklony. Současně má být doprovázený veden k tomu, aby zakoušel Boží pomoc, přijetí a milosrdenství, a tak stále znovu objevoval podstatu křesťanské víry a důvod vděčnosti Bohu. Opuštění a přijetí také snímá tíživé břemeno perfekcionismu a realistické uznání vlastních schopností i mezi bere vít z plachet pocitům nadřazenosti a nedostatečnosti, které chodívají ruku v ruce.

Dokud doprovázený nedojde k bolestnému poznání vlastních mezí a stínů a k přijetí opuštnosti, zůstává na povrchu, „Bůh mlčí“ a pokusy o duchovní pokrok frustrují. Doprovázející jej má, při respektování jeho možností, ohleduplně vybízet, aby se tomuto poznání dlouhodobě nevyhýbal. Pokud doprovázený vstoupí do náročné dynamiky poznávání sebe, musí být doprovázející schopen směřovat jej k prožitku Božího milosrdenství a nepodmíněného přijetí. To je nejdelikátnější úsek duchovní cesty. Opakuje se v průběhu života člověka v na různých úrovních a v různé intenzitě znovu a znovu. K jeho překonání je někdy vhodné odkázat doprovázeného na ignaciánské exercicie.

V této fázi při duchovním doprovázení vycházejí na světlo i různá zranění a s nimi spojené emoční stopy, vztahové závislosti, osobní nezralosti, nepřijetí sebe apod. Doprovázející má umět upozornit, poradit a odkázat na vhodnou literaturu, v případě potřeby na odborníky. Sám se má držet duchovního aspektu jevů a vést doprovázeného k zakoušení Božího přijetí a podpory při uzdravování a při růstu ve zralosti. Prožívání vlastních nedostatků a Božího přijetí obvykle doprovázejí emoce doprovázeného. Jejich odezvu v sobě musí doprovázející vnímat a zpracovávat.

K vnitřnímu sebepoznání prospívá doprovázeným i systematictější přístup, při němž si zmapují zvláštnosti, slabosti a silné stránky svého osobnostního typu, své povahy. Aplikace osobnostní typologie není podmínkou duchovního doprovázení, ale přesto bývá velmi užitečná pro kultivaci vztahů k lidem i k Bohu. Osvědčuje se zde enneagram. Mnoha lidem dnes zážitek dynamiky enneagramu poskytuje konkrétní a prakticky užitečný vhled do jejich přirozeného vnitřního světa. Z něj se pak někteří odhodlají ke vstupu i do světa duchovního. Těm, kdo již nějakou duchovní zkušenost mají, otevírá enneagram oči vůči přirozené osobní dynamice, která doplňuje celkový obraz jejich osoby a pomáhá jim uvádět duchovní zkušenost do života. Zde je úkolem doprovázejícího osvětlovat rozdíl a analogii mezi dynamikou osobnostních typů a hlubší a všeobecnější dynamikou duchovní a obě správně doceňovat.

Hluboké uznání vlastních slabostí není možné bez vnitřně poznaného a přijatého obrazu Boha, kterému doprovázený může s důvěrou „dovolit být svým Bohem“. Proto je třeba doprovázenému často připomínat a pomáhat mu existenciálně zakoušet osvobozující pravdy víry o Boží dobrotě, vykoupení a odpuštění hříchů, o tom, že mu Bůh pomáhá a stojí na jeho straně. K tomu je ovšem potřeba v pravdě vnímat také bolestné zkušenosti a léčky nepřitele, jež působení dobrého Boha v nitru člověka zpochybňují.

Hledání cesty v následování Krista. Současně s tím, jak se při doprovázení očisťuje a projasňuje vztah mezi člověkem a Bohem, rušený falešnými obrazy Boha a sebe, skutečnou vinou, pocity viny a dalšími vlivy, otevírá se dobré vůli člověka prostor k lásce a službě Bohu a bližním. Láska a služba však může mít různé podoby, které je potřeba v malém i velkém rozlišovat a volit mezi nimi, přičemž se s užitek uplatní zkušenost s dynamikou *druhého, třetího a čtvrtého týdne* exercicií. Vše se má odehrávat v prostředí a v duchu církve.

Vzorem lásky a služby je vždy život Ježíše Krista rozjímaný podle evangelií. Proto musí mít doprovázená osoba živý kontakt s Písmem. Někomu bude stačit vnímavé naslouchání liturgických čtení nebo hlouběji prožívaný breviář, jiný bude potřebovat denní rozjímaní a v některých situacích i koncentrované rozjímaní v rámci exercicií. Prolínající se modlitba a reálný život spolu s duchovními hnutími, v nichž se projevují rozum, vůle, city a srdce člověka, Boží působení a vliv různých duchů, tvoří prostředí, ve kterém vnímavému člověku Bůh ukazuje své cesty, ať už v drobných nebo zásadních věcech. Vnitřním znamením Boží cesty je klidný souhlas rozumu a současně duchovní útěcha, tj. sílící víra, naděje a láska, Boží blízkost. S neúspěchy, které oslabují víru, naději a lásku, se člověk dokáže vypořádávat podle pravidel rozlišování. Příklad Kristova utrpení pomáhá nést životní nesnáze a Kristovo vzkříšení je pak spolu s vědomím dobré volby zdrojem vitálního a pozitivního přístupu ke skutečnosti a ochoty přijímat realitu a uprostřed ní milovat a sloužit.

Lidé obvykle chtějí začít duchovní cestu hledáním Boží vůle, ale zápas o přijetí vlastní slabosti a Božího odpuštění nelze obejít. Například pod vnější zbožností a solidností se může objevit nezdravé soustředění na sebe, které nemusí být plně vědomé ani chtěné, ale může mít hluboké kořeny a vždy znesnadňuje pokojné přijímání Božích cest. Dobré lidi, kteří prakticky následují Krista, trápí negativismus, pesimismus a nedostatek radosti. Někdo zase zjistí, že se zraňujícím

způsobem vnitřně odmítá a trestá. Tyto i jiné problémy postihují současně sféru duchovní i psychickou, ochromují vztahy k Bohu, k lidem i k sobě, bývají silné a zažité, nesnadno se uvědomují a ještě nesnadněji nahrazují zdravějšími způsoby uvažování a jednání.

V tom všem doprovázený nesmírně ocení pomoc doprovázejícího, který se nenechá zmást a ví, kdy se vrátit k *prvnímu týdnu*, k dynamice připouštění si a (od)pouštění (se) hříchů a kdy připomínat pravidla rozlišování druhého týdne a nutnost aktivního odporu a odvracení se od myšlenek a pocitů podněcovaných nepřítelem. Doprovázející by měl doprovázeného vést k samostatnému posuzování situací, k četbě zdravé duchovní a psychologické literatury a v případě nutnosti i k využívání psychologické pomoci. Neměl by povzbuzovat a varovat vlastní autoritou, ale tak, že doprovázenému ukáže, na jakých skutečnostech své úsudky zakládá. Měl by vést doprovázeného k tomu, aby si v každé situaci dokázal zachovat co nejpozitivnější obraz Boha. To bere vítr z plachet nepřítele, který se Boží obraz snaží zakalit a Boží dobrotu a přízeň zpochybnit.

6. Doprovázení jako umění a tajemství

K úvahám o duchovním doprovázení patří i otázka jeho délky a supervize. Délka doprovázení bývá věcí dohody. Platí, že rozhovory může doprovázený přerušit kdykoli, a doprovázející je ukončí, nepřinášejí-li delší dobu užitek nebo se ze vztahu zúčastněných ztrácí zdravý odstup. Supervize duchovního doprovázení se v českém prostředí teprve rodí a doprovázející se zatím převážně učí sami z vlastní zkušenosti a z literatury. Proto chce tento článek přispět ke sdílení a reflexi v širším kruhu.

Duchovní doprovázení počítá s Bohem, který se zajímá o člověka a vede jej náročnou cestou k plnosti, s Bohem, jehož vedení je čitelné a jehož záměry předčí pouhé lidské cíle. Doprovázení pomáhá člověku hledat jedinečný způsob, kterým by mohl podle Boží vůle přispívat k vytváření Božího království. Napomáhá vitální komunikaci s Bohem, která je základním kamenem křesťanské víry i společenství církve, a tím nesmírně posiluje víru, naději a lásku zúčastněných.

Duchovní doprovázení je umění a dar, řídí se však také objektivními pravidly. Prvky ignaciánského přístupu představené v tomto článku odrážejí obecnou dynamiku duchovní cesty, a proto jsou užitečným nástrojem. Jednotlivě jsou známé a používané i v jiných spiritualitách

a praxe potvrzuje, že jejich uplatňování nebrání osobitému přístupu doprovázejících a neomezuje doprovázené pocházející z různých duchovních škol. Specifikum ignaciánského přístupu spočívá ve vzájemném provázání a dynamice uvedených prvků, v důrazu na *examen*, který spojuje víru s životem, a v pravidlech rozlišování, která umožňují „rozumět Božímu jazyku“. Je to přístup systematický, jednoduchý a pružný, který nezapomíná, že vztah Boha a člověka je nade všechno tajemstvím neobyčejné Boží přízně a lásky.

*Kozí 8
602 00 Brno
e-mail: f.hylmar@jesuit.cz*