

Ćwiczenia Duchowe św. Ignacego (314 – 322)

Reguły [rozeznania duchów I] [służące] do odczucia i rozeznania w pewnej mierze różnych poruszeń, które dzieją się w duszy: dobrych, aby je przyjmować, złych zaś, aby je odrzucać

Reguła 1. Ludziom, którzy przechodzą od grzechu śmiertelnego do grzechu śmiertelnego, nieprzyjaciół [szatan] ma przeważnie zwyczaj przedstawiać przyjemności zwodnicze i sprawia, że wyobrażają sobie rozkosze i przyjemności zmysłowe, aby ich tym bardziej utrzymać i pogrążyć w ich wadach i grzechach. Duch zaś dobry w takich ludziach stosuje sposób [działania] zgoła przeciwny, kłując ich i gryząc sumienia ich przez prawo naturalnego sumienia.

Reguła 2. U tych zaś, co usilnie postępują w oczyszczaniu się ze swoich grzechów a w służbie Boga, Pana naszego, wznoszą się od dobrego do lepszego, rzecz ma się odwrotnie niż w regule pierwszej. Wtedy bowiem właściwością ducha złego jest gryźć, zasmucać i stawiać przeszkody, niepokojąc fałszywymi racjami, aby przeszkodzić w [dalszym] postępie; właściwością zaś ducha dobrego jest dawać odwagę i siły, pocieszenie, łzy, natchnienia i odpocznienie, zmniejszając lub usuwając wszystkie przeszkody, aby [mogli] postępować naprzód w czynieniu dobrze.

Reguła 3. O pocieszeniu duchowym. Pocieszeniem nazywam [przeżycie], gdy w duszy powstaje pewne poruszenie wewnętrzne, dzięki któremu dusza rozpala się w miłości ku swemu Stwórcy i Panu, a wskutek tego nie może już kochać żadnej rzeczy stworzonej na obliczu ziemi dla niej samej, lecz tylko w Stwórcy wszystkich rzeczy; podobnie i wtedy [jest pocieszenie], gdy wylewa łzy, które ją skłaniają do miłości swego Pana, czy to na skutek żalu za swe grzechy, czy to współczując Męce Chrystusa, Pana naszego, czy to dla innych jakich racji, które są skierowane wprost do służby i chwały jego. Wreszcie nazywam pocieszeniem wszelkie pomnożenie nadziei, wiary i miłości i wszelkiej radości wewnętrznej, która wzywa i pociąga do rzeczy niebieskich i do właściwego dobra [i zbawienia] własnej duszy, dając jej odpocznienie i uspokojenie w Stwórcy i Panu swoim.

Reguła 4. O strapieniu. To, co jest przeciwieństwem reguły trzeciej, nazywam strapieniem. I tak ciemność w duszy, zakłócenie w niej, poruszenie do rzeczy niskich i ziemskich, niepokój z powodu różnych miotań się i pokus, skłaniający do nieufności, bez nadziei, bez miłości. Dusza stwierdza wtedy, że jest całkiem leniwa, letnia, smutna i jakby odłączona od swego Stwórcy i Pana. Albowiem jak pocieszenie jest przeciwieństwem strapienia, tak i myśli rodzące się z pocieszenia są przeciwieństwem myśli rodzących się ze strapienia.

Reguła 5. W czasie strapienia nigdy nie robić [żadnej] zmiany, ale mocno i wytrwale stać przy postanowieniach i przy decyzji, w jakiej się trwało w dniu poprzedzającym strapienie, albo przy decyzji, którą się miało podczas poprzedniego pocieszenia. 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.

Reguła 6. Chociaż w strapieniu nie powinniśmy zmieniać poprzednich postanowień, to jednak jest rzeczą wielce pomocną usilnie zmieniać samego siebie [nastawiając się] przeciw temu strapieniu, np. więcej oddając się modlitwie, rozmyślaniu, rzetelniejszemu badaniu [sumienia] i do pewnego stopnia pomnażać nasze praktyki pokutne.

Reguła 7. Będący w okresie strapienia niech zastanawia się nad tym, jak to Pan, dla wypróbowania go, zostawił go jego władzom naturalnym, ażeby stawiał opór różnym poruszeniom i pokusom nieprzyjaciela: albowiem może on tego [dokonać] z pomocą Bożą, na której mu nigdy nie zbywa, chociaż tego wyraźnie nie odczuwa, bo Pan odebrał mu dużo zapału, wielką [odczuwaną] miłość i silną łaskę, pozostawiając mu jednak łaskę wystarczającą do osiągnięcia zbawienia wiecznego.

Reguła 8. Będący w okresie strapienia niech się sili na wytrwanie w cierpliwości, która jest przeciwna napaściom, jakie go spotykają, i niech myśli, że rychło dozna pocieszenia, jeśli tylko z pilnością przeciwstawi się temu strapieniu, jak było powiedziane w regule szóstej.

Reguła 9. Dla trzech głównych racji znajdujemy się w strapieniu.

Pierwsza: Ponieważ jesteśmy oziębli, leniwi lub niedbali w naszych ćwiczeniach duchownych; i tak z powodu naszych win oddala się od nas pocieszenie duchowe.

Druga: [Bóg chce nas] wypróbować, na ile nas stać i jak daleko postąpimy w jego służbie i chwale bez takiego [odczuwanego] wsparcia pocieszeń i wielkich łask.

Trzecia: [Bóg nam chce dać] prawdziwe poznanie i uświadomienie sobie, tak iż byśmy to wewnątrznie odczuli, że nie w naszej mocy jest zdobyć i zatrzymać wielką pobożność, silną miłość, łzy czy też inne jakie pocieszenie duchowe, lecz że to wszystko jest darem i łaską Boga, Pana naszego, i żebyśmy nie panoszyli się w cudzym gnieździe, podnosząc się rozumem do jakiejś pychy czy próżnej chwały i przypisując sobie pobożność lub inne jakieś skutki pocieszenia.