

# De Fontibus Salvatoris

Informácie z duchovného Centra Salvator v Bratislave

## **Opierať sa do vesiel!**

*Moderný kresťan by mal vedieť, čo je modlitba, aké druhy modlitby by mohol skúsiť, ale predovšetkým by sa mal „vedieť“ modliť. Orientáciou na ceste hľadania modlitby chce byť aj tretia časť nášho seriálu...*

Pred niekoľkými týždňami sme sa ešte sťažovali, od mnohých som počula tieto slová: „Aká dlhá zima - strašné. Hróza! Kedy sa konečne oteplí. Nech môžem znova nosiť sandále a odložiť tie ťažké zimné topánky!“ A keď príroda vykúzlila viac farieb, zrazu je hneď veselšie.

Dlhá zima - to môže byť aj duševný stav mnohých z nás; tma, chlad, osamelosť, ale môže nás to tiež viesť hlbšie do našich hlbín...

V našom seriáli o modlitbe sme si spomínali slová: *obrátenie, askéza, púšť, pokúšanie na púšti...* Hovorili sme o dôležitosti **odchodu** pre **nový začiatok**. Odísť zo svojho vlastného otroctva, z neslobody, z miesta, ktoré nás nenechá žiť a ktoré nás väzní ako v krajine smrti.

V tieto dni naplno zakúšame jar v prírode, no môžeme ju zakúšať aj duchovne. Po procese očisťovania, obrátenia a duchovného zápasu nasleduje proces prechodu k novému životu, proces prebúdzania.

Ak sa spýtame, čo je to meditácia, väčšina ľudí nám odpovie, že je to stíšenie alebo uzobratie mysle. Stíšenie potrebujeme aj kvôli tomu, že nie sme schopní myslieť tak, aby to adekvátne odrážalo realitu, tak ako nie je možné, aby sa na rozbúrenej hladine zrkadlil mesiac. Musíme najprv utíšiť vody, „spomaliť opičie skákanie“. Až keď je myseľ pokojná a sústredená, môžeme nazerať na nový život.

A keď rozprávame o procese prebúdzania, použijeme jednu metaforu, ktorá hovorí o tom, že meditácia je ako veslovanie po rieke s cieľom dostať sa na druhý breh. Aj prebúdzanie alebo túžba po novom živote je ako chcieť sa dostať na druhý breh a nesmieme zabúdať na to, že je dôležité opierať sa do vesiel. Inak sa môže stať, keď sa ocitneme uprostred rieky a pocítíme príjemné teplo poludňajšieho slniečka, budeme v silnom pokušení vytiahnuť veslá a vyhrievať sa. Aj keď to, čo nasleduje je príjemné, nakoniec nás strhne prúd. Dostať sa na druhú stranu vyžaduje neustále sa opierať do vesiel.

*Čo je ten druhý breh, ktorý chcem dosiahnuť?*

Metafora, ktorú sme si spomenuli, nás upozorňuje na to, keď sme sa pristihli v stave odvedenia pozornosti a disciplíny, ktorý je možno príjemný, ale znamená premárnenie času v prázdnote, ten nás nedostane na druhý breh. A nezabúdajme tiež, že je nutné, aby sme nerobili veci sami, ale hľadali pri tom spojenie s Bohom.

V pôstnom čísle modlitbového seriálu sme si hovorili o vyhľadávaní ticha, o hľadaní vonkajšieho pokoja a mlčania. Teraz sa posúvame ďalej a hovoríme, že ticho a mlčanie nie je samoučelné, a to nie je samotným cieľom, ale v popredí stojí láska ku Kristovi.

Vysvetlíme si to na príklade zo života púštnych otcov: Opát Ammon zasadil 50 mier obilia, aby ho neskôr mohol upotrebiť a vystavil ho slnku. No predtým, než by bolo dobre dozrelo, zbadal na tom mieste niečo, čo tomu nebolo prospešné. Tak povedal svojim nasledovníkom: „*Podme odiaľto preč.*“ Oni ale boli z toho veľmi zarmútení. Keď ich tak videl, povedal im: „*Je vám ľúto chlebov? Videl som utekať bratov, ktorí museli zanechať čerstvo natreté dvere zamatovými pergamenovými listami s textami Svätého písma a ani ich nezatvorili, ale odišli preč a nechali ich otvorené.*“

Opustiť niečo, akokoľvek drahocenné, pre väčšie dobro!

*A vráťme sa ešte k otázke, čo je ten druhý breh, ktorý chcem dosiahnuť?*

Hovorili sme si, že zima nás môže viesť hlbšie do našich hlbín... V zime si radi zaspomíname na kachľové pece, liečivé pramene... Sú to také posvätné a príjemné spomienky a takéto spomienky sú veľmi dôležité. Môžeme sa nimi utešiť, ale môžeme tam aj nájsť kontakt. Možno si spomenieš, že sedíš na lúke ako dieťa alebo so súrodencami na pláži, alebo sa prechádzaš so psom v lese, možno ako navštevuješ kostol s babičkou, ako máš hlavu na ramene niekoho, alebo v náručí pre teba drahého človeka... Tieto vnútorné obrazy, tieto miesta, staré fotografie veľmi pomáhajú k vytvoreniu „druhého brehu“, ktorý chcem dosiahnuť.

**\*sestra Gracia Kováčová**

## **Nakoľko sme horľaví?**

Deti sú fascinované horiacou sviečkou. Akoby sa neustále chceli dotknúť ohňa dlaňou či mihajúcimi prstami, no akosi to nejde dlhšie, ako na chvíľku... V ohni je veľké tajomstvo, priťahuje nás, neraz som zbadal na tvárach blízkych akési zvláštne zabudnuté pohľady len tak vhozené do večernej vatry pri letnej „opekačke“. V ohni niečo musí byť, existuje nespočetné množstvo metafor a symbolov, ktoré ho viazu s Bohom, modlitbou, prežívaním viery. Emauzskí učenici sa po tom, čo spoznali, že sa s nimi zhováral vzkriesený Pán Ježiš, pýtali, či im nehořelo srdce, keď bol pri nich. Podľa ohňa v sebe ho teda mohli spoznať hneď, len boli asi príliš ohňovzdorní. Nakoľko ho poznáme my? Nakoľko sme horľaví? V máji máme sviatok zoslania Ducha Svätého, sviatok, keď sa delil oheň medzi apoštolov. Oheň, ktorý sa nás chce dotknúť na dlhšie, ako na chvíľku...

**\*Radoslav Matejov**

## Môj príbeh

*Milí čitatelia, nasledujúce príbehy vznikali v kontakte s Centrom Salvator. Autentické zážitky a skúsenosti odzrkadľujú dotyk modlitby, meditácie či duchovných cvičení. O svoj príbeh sa rozhodlo podeliť viacero ľudí a uverejňujeme ich postupne.*

Boh v mojom živote pôsobí a ja sa niekedy nestačím diviť, aké cestičky si nájde, aby sa dostal bližšie k môjmu srdcu. Dostala som sa sem prvýkrát vďaka mojej sestre, ktorá to „náhodou“ našla na internete. S manželom sme navštívili Salvator minulý rok prvýkrát a keďže sme hľadali už dlhšie, ako prehĺbiť svoju modlitbu, hneď nám to zarezonovalo. Odvtedy chodíme pravidelne na utorky s majstrom Eckhartom, čo je v tom kolobehu mestského života také zastavenie sa aspoň na chvíľku v tichu, a zároveň je to aj škola modlitby. Pre mňa osobne boli takým duchovným prelomom sedemdnňové Ignaciánske duchovné cvičenia, ktoré mi ponúkla po jednej jednodňovej duchovnej obnove sestra Gracia. Keďže som bola v období vyrovnávania sa so svojou minulosťou, bol to pre moju dušu ako balzam. Hovorí sa, že ticho lieči. V mojom prípade sa to určite potvrdilo!

A zistila som, že Boh v tichu hovorí.

Hovoril ku mne silno cez Božie Slovo – cez jeho príbehy, ktoré niektoré z nich sa stali aj mojimi príbehmi. Boh sa ku mne silno prihovárал aj cez obrazy a maľby. Viedlo ma to k lepšiemu sebazoznávaniu a otvárali sa mi oči. Moje slzy mali zmysel a privádzali ma k oslobodeniu. Celkovo ten čas siedmich dní ticha s duchovným sprevádzaním hodnotím pre mňa ako veľmi cenný.

Duchovné vedenie je dar a toho sa mi v kritickom období života dostalo v správnom čase na správnom mieste.

Ďakujem.

**Janka P.**

## Magis – viac!

*„Ja som cesta, pravda, život ....“*

Bola som v Salvatore upresniť si cestu svojho duchovného života. Pozrieť sa, kde je na nej zákruta, kde strmý kopec, stúpanie, či klesanie, púšť s hadmi a škorpiónmi, kde je oáza, kde na mňa čaká zakliesnený baran v trní, dbať, aby som neobetovala zbytočne Izáka, kde som si nevyšimla ukazovateľa smeru, kde ostré trnie na strmom kopci života sa mi zabodáva do môjho preplneného batoha so starosťami. Čo ma brzdí, čo mnou hýbe. Bolo treba vyprázdniť batoh, šliapať k vrcholom bez záťaží. Pochopiť, prečo mi Baláмова oslica pritlačila nohu o plot a prečo som ja, oduševnený človek, nevidela na svojej ceste anjela s mečom, ktorý sa mi postavil do cesty a zhatil moje plány. Prečo nemôžem ísť ďalej tak, ako doteraz. Oprieť sa o večné pravdy vo sv. Písme. Nájsť pravdu o sebe vo svojom srdci. Stretnúť sa s ňou, vyslovenou s láskou, v zrkadle duchovného sprievodcu. Aby ma priviedla späť k životu a život k Otcovi. Aby som sa vymanila z krízy.

Boh je dôvod, prečo som tu. Byť živá je šťastie. Boh je pre mňa prvoradý zmysel. Tak sa mi zjavil – ako životný zmysel po ťažkej kríze v ktorej som ho strácala.

Nedá sa chodiť po svete, vravieť: hľadá sa pre mňa životný zmysel. Zmysel vychádza z toho, čo človek žil, akými prostriedkami na pomyselnú horu života vystúpil a či, keď sa obzrie za seba, mu to, čo zo svojho života urobil, dalo, či

zobralo zmysel. Rozumieť životu, venovať sa tomu, čo je podstatné, väčšinu svojho času. Čas je to najvzácnejšie, čo máme. Je múdre ho organizovať. Občas sa zastaviť a prehodnotiť poradie hodnôt svojho hodnotového rebríka. Vidieť v tichu svojho vnútra, čo mi život a zdravie ničí, čo mi ho posilňuje. Vypočuť si v silenciu svojho Boha.

Milovať a milovaným byť – to je život cností, odlesk Božej tváre v nás, vedieť dobre uplatniť svoje talenty, dary a charizmy v službe spoločnosti, dobre žiť svoje rodičovské poslanie. Zvládnuť správne rovné aj kľukaté úseky životnej dráhy. To je pre mňa cesta blahoslavenstiev. Plán, ktorý pre každého z nás sám Otec určil a ktorý má v jeho očiach názov: životné šťastie. Kto sa tak žiť pokúša, je človekom, ktorý Boha – Lásku našiel. Lásku však možno zobudiť, len keď sa samotnej láske zachce – či božej, či ľudskej. **„Nebud'te lásku, kým sa jej samej nezachce“**. Milovať seba takú, aká som, a očakávať lásku. Príde. Jedného dňa sa jej zachce. Určite. Nemyslí na zlé, raduje sa z pravdy.

Kde narazím na zdroj, prameň živej vody, tam túžim zostať a čerpať. Salvator je pre mňa synonymom prameňa živej vody. Tam sa ja ako Samaritánka túžim napiť. Ako smädný pútnik v púšti sveta, získať poklady poznania čerpané z najlepšej praxe sprevádzajúcej sestry Gracie pre svoju duchovnú púť. Chápem volanie sv. Ignáca po **magis**, viac. Stále kráčať napred. Nezastaviť sa v oáze, na teplúčkem miestečku života, kde mi je dobre. Boh žiada odo mňa viac. Na duchovnej ceste sa nedá zastaviť. Kto sa zastaví, už v skutočnosti cúva. Kto už chce byť spiatočníkom? Veď to je strata Svetla, Zdroja, Viniča, zostať nenapojená. Nepochopenie života, Boha, bližneho, seba.

Všetci sme len hriechom – vlastným, či cudzím – poranené deti. Počali nás nedokonalí rodičia, život nám postavili či zrúcali svojím pohľadom na svet, na nás, na Boha. Vpečatili nám okrem dobra tiež svoje negatíva. Po nich prišli ďalší, ktorí na nás vrhali svoje brvná v oku. My sme často preberali do pohľadu na seba cudzie odsúdenia a nesprávne názory na nás. Zasiali pšenicu s kúkoľom do našej duše všetci, ktorí nás sprevádzajú životom. My sami a tí, ktorých nám Boh dal na cestu, opakujeme zlé vzory. V čase žatvy treba oddeliť kúkoľ od pšenice. Aby sme opravili zrúcaný chrám vlastnej duše.

**Pán je môj pastier, nič mi nechýba, ...**

Mala som tisíc otázok, no nie tisíc odpovedí. Modlitby, ústne aj tiché, v adorácii, kontemplácii, deviatniky k Duchu Svätému, ruženec. Nemusím dostať odpoveď na všetko. Ale ako dosiahnem uzdravenie v oblastiach, kde problému nedokážem dať meno, nejaký temný vzorec správania mi vzťahy ničí, ja ich nechcem tak žiť, ani prenášať na svoje deti. Ako dokážem problém vyriešiť, ak nemá meno? Ak každá myšlienka má svoj dôsledok, tak strážiť si myšlienky predstavuje moju mnohoročnú snahu, no stále padám do pascí. Ako na to?

Kde človek končí, tam Boh pokračuje. To je to, čo zažívam. On opravuje chrám mojej duše, aby mohol byť chrámom Ducha Svätého.

Hľadala som vnútorné uzdravovanie v Cirkvi. Roky pravidelných duchovných cvičení, obnov, čítanie duchovnej literatúry, sv. Písma rôznym spôsobom. Najviac som spoznávala seba v poslednom čase spôsobom „od Písma k životu“. Je to nesmierna hojivá sila na poranenia duše človeka,

ktorú nachádzam týmto spôsobom v Písme, a ktorá ma dokáže povzniesť nad všetku bolesť vlastného života...

Prosím viac ako dvadsať rokov: „Bože, daj mi silu prijať to, čo zmeniť nemôžem, odvahu zmeniť to, čo zmeniť môžem a múdrosť, aby som rozlíšila jedno od druhého.“

Hľadala som duchovného pastiera, prišlo pozvanie od Svätého Ducha, našla som sestru Gráciu, ktorá vedie vzdelávanie v Salvatore.

„**Pasie ma na zelených pašienkoch, vodí ma k tichým vodám, dušu mi osviežuje**“. Skutočne som načerpala vodu z prameňov spásy. V silenciu, pohľade do svojho vnútra, v stretnutiach s Pánom, osobným Spasiteľom v Božom slove. Stretám sa s Ježišom Učiteľom, Lekárom, Priateľom, Pánom. Dostala som výživu pre dušu, z ktorej budem čerpať ešte dlho. Je ako míľniky na mojej duchovnej ceste. Ukazovatele smeru.

Či je to učenie sv. Ignáca, bohatstvo overené vyše päťstoročnou tradíciou, či učenie Majstra Eckharta, pre nás účastníkov je to nevyčerpatel'ná studnica životnej múdrosti. Dá sa na nej postaviť obnova vnútorného chrámu duše. Na skale viery a v pevnosti a sile overenej duchovnej cesty. Vieme o stupňoch duchovného vývoja, o troch etapách duchovnej cesty každej duše vo fáze očistenia, osvietenia a zjednotenia. Kráča sa nám s týmto poznaním lepšie... Každé utrpenie sa nám nesie ľahšie, keď vieme, kam spejeme, ako sa tam dostaneme, aké môžeme používať prostriedky.

Rada sa sem vraciam. Prichádzam ako domov – rada, často. Dobré sa tu cítim. Tento duchovný útulok na ceste ocení každý, kto už má rodičov na večnosti, nemôže sa vrátiť na rodnú pôdu, do rodného domu, aby si obnovil sily tak, ako len rodina dokáže dať posilu do životných zápasov. Tu sa mi to deje. Načerpávam silu v krásnej záhrade, v tichej oáze mlčania, dobre vymedzeného súkromia, v pokojnom režime Centra a najviac v čerpaní živej vody zo Sv. Písma. Tiež v otvorení, dôvernom a hlbokom zdieľaní svojich pocitov s účastníkmi obnovy.

„...**vodí ma po správnych chodníkoch**“... Je dobré vedieť, že niekto predom mnou už prešliapal cestu, že som na ňu dobre pripravená po obnovách, ako keby som šla neprešliapanou cestou. Každá pomoc poskytujúca overené poznanie padne dobre. Šance, že spadnem do nejakej pasce, sú menšie. Aj keď pred Bohom nakoniec stojíme sami za seba. Sami sme pred ním v nahote svojho hriechu.

„...**nebudem sa báť zlého, lebo Ty si so mnou**“... Naučili sme sa, ako si upevniť denný modlitbový režim, boli nám ponúknuté viaceré spôsoby, ako pristupovať k čítaniu Sv. Písma, modlitba milujúcej pozornosti namiesto múk spytovania svedomia, vŕhad do skutočnosti, prečo sv. Ignác neodpúšťal zanedbávanie modlitby examenu. Je to cesta vnútorného rastu v láske. To je to, čo Boh od nás očakáva. Že sa my budeme umenšovať a v nás bude uvoľnené miesto zaberat' Ježiš Kristus. Že cnosti – dobro v človeku dané z Božej milosti, aj keď nie bez vlastnej spolupráce, odlesk Darcu v nás, prevýšia a vyženú z duše naše neresti. Aby sme mohli hovoriť: „**Už nežijem ja, ale žije vo mne Kristus**“.

Okrem pomoci z nauky sv. Ignáca sme dostali návod k svojpomoci. Vedie ma to k väčšej sebestačnosti. Dáva mi pocit bezpečia, slobody, pocit, že duchovne dozrievam, nemeškám. Smerujem k duchovnej dospelosti. Som si vedomá, odkiaľ som prišla, kam smerujem a mám k dispozícii účinné prostriedky ako do cieľa prídem. Keď zabľudím, prídem za svojím

pastierom: „...**pozná svoje ovce a ovce ho poznajú po mene**...“ - do spoločenstva spriaznených duší, ktoré pozerajú rovnakým smerom. Do svojho košiaru, domu na duchovnej polceste.

#### **Záver:**

*Strácame tu nepokoj sveta, z ktorého prichádzame, načerpáme vnútorný pokoj, s ktorým odchádzame. Som vd'čná Bohu, Cirkvi, za Svätého Ignáca, Majstra Eckharta, duchovnú sprievodkyňu sestru Gráciu, za všetky sestry, ktoré pracujú v úzadí, za spolupútnikov na duchovných podujatiach. Za skvelý nápad zriadiť duchovný dom v centre rušného mesta.*

*Za to, že sme vedení k životu na oslavu a chválu nášho Pána Stvoriteľa, za uvádzanie do mystiky. Za podchytenie nášho duchovného rastu.*

#### **Jarka S.**

Jedného dňa pred tromi rokmi mi napísal náš kamarát mail so zaujímavým návrhom. Týkal sa možnosti zúčastniť sa počas pôstneho obdobia pred Veľkou nocou duchovných cvičení podľa sv. Ignáca z Loyoly pod vedením sestry Gracie, ktorú už poznal z predchádzajúcich stretnutí. Priznám sa, že táto ponuka bola pre mňa veľkým lákadlom, ale mierne som zapochybovala nad účasťou môjho manžela Tomáša. Na moje prekvapenie rád súhlasil.

A tak sme sa nakoniec spolu s našimi priateľmi, tiež manželmi Petrom a Andrejkou, ocitli v priestoroch nám dovtedy neznámeho duchovného centra Salvator v prítomnosti usmiatej sestry Gracie. Srdečne nás privítala, trpezlivo nám vysvetlila podstatu duchovných cvičení prebiehajúcich podľa vzoru a odporúčaní tohto svätca a pripravila pre nás materiály s témami a podnetmi na každodenné zamyslenia. Precit'ovať úryvky zo Svätého Písma, zamýšľať sa nad zmyslom bytia ako takého a vytvárať si vlastné postoje k jednotlivým témam nebolo jednoduché. Najmä nájsť si priestor a čas na pravidelnú meditáciu v uponáhľanom dennom režime sa nám zdalo takmer nemožné.

Rozhodujúca však bola (Božia) vôľa. Tá nás sprevádzala po celý tento tajomný a zázračný čas. Tajomný – lebo sme nevedeli, čo nás čaká a premáhala nás zvedavosť, zázračný – lebo sme objavovali vzťah k samým sebe, k svojim blízkym, širšiemu okoliu a najmä k Bohu. Každý deň sa udial doslova malý zázrak v podobe pochopenia niečoho dôležitého či nájdania doteraz nepoznaného. Pri vzájomných stretnutiach, zdieľajúc všetky svoje vnemy počas prežitého týždňa, sme zažívali výnimočné chvíle radosti. Spočívali v uvedomení si, ako sa dokážeme vyjadrovať o svojich najvnútornejších pocitoch, otvorene prejavovať svoje názory a súčasne sa vzájomne počúvať, chápať a tešiť sa z toho. Boží zámer nás dokázal inšpirovať dokonca v hudobnej či poetickej tvorbe. Peter skomponoval pieseň, ktorou sme začínali naše stretnutia a Andrejka vydala zbierku básní, neskôr zhudobnených jej manželom. Najdôležitejšie však bolo, že sme sa cítili čistejšími a zatížili sme byť lepšími na Slávu Božiu. Srdečná vd'aka našej milej sestry Gracie za modlitby, citlivú podporu a správne nasmerovanie našich krokov na duchovnej ceste. Dokázali sme po nej svorne vo štvorici, vlastne v päťici, kráčať počas troch rokov a pevne verím, že budeme kráčať aj ďalej.

#### **S láskou**

**Jana Gregorová**



## PROGRAMOVÁ PONUKA CENTRA SALVATOR MÁJ 2018 – JANUÁR 2019



**Centrum Salvator**  
duchovné aktivity,  
konferencie a ubytovanie  
Jakubovo námestie 4 - 5  
811 09 Bratislava  
+421 907 274 723  
[duchovneaktivity@centrumsalvator.sk](mailto:duchovneaktivity@centrumsalvator.sk)

### Praktický duchovný život – spiritualita vo všednom dni Modlitbové utorky s Majstrom Eckhartom

– Postava, mystika a poučenia Majstra Eckharta.  
– TERMÍNY (vždy od 17.15 do 18.30): 22. máj; 5. jún; 19. jún; jesenné termíny ešte spresníme

### Modlitba za povolanie

– Modliť sa za svoje povolanie, alebo za povolanie blízkeho človeka, alebo niekoho, kto je nám nejakým spôsobom zverený.  
– TERMÍNY (každý druhý pondelok v mesiaci o 19.00 svätá omša a po nej polhodinová adorácia): 11. jún

### Duchovná obnova s otcom Jozefom Maretom – pokračovanie – Zbav nás zlého

– Gréckokatolícky kňaz o. Jozef Maretta má skúsenosť exorcistu. Ľudia sa na neho obracajú keď potrebujú pomoc, keď majú smútok, ťažkosť, mnohokrát v srdci horkosť. Hovorí, že im ponúka kristocentrickú terapiu, čo znamená, že nie on pomáha, ale iba sprostredkúva víťazstvo Ježiša Krista, ktorý priniesol spásu, radosť a pokoj.  
– TERMÍN: 25. máj – 27. máj  
– CENA: 25 eur/deň (ubytovanie + strava) 50 eur/2 dni + mestská daň 1,70 eur/deň + poplatok pre exercitátora 20 eur

### Cyklus jednodňových duchovných obnov – Škola mníšskych otcov a Žalmy ako modlitbový poklad

– Otcovia púšte odchádzajú do otvoreného geografického priestoru, aby žili novým životom. Na púšti vzniká nový svet. Aj my odchádzame do „púšte“, aby sme v sebe znovu objavili priestor, kde sa stretávame so svojím pravým „Ja“. Jedným z prostriedkov k stretnutiu sú žalmy, ktoré sa môžu dotýkať strachu, úzkosti, radosti i vďačnosti. Budú nás vovádzať k osobnému postaveniu sa pred Boha. Pravidelné mesačné duchovné obnovy na seba dynamicky nadväzujú, účasť však nie je záväzná a je možné vybrať si ktorúkoľvek časť duchovnej obnovy. Obnova prebieha vždy v tichu.  
– TERMÍNY (vždy od 9.30 do 19.00): **Púšť a môj svet – Ako sa stíšiť** – 9. jún  
– CENA: 13 eur/deň (celodenné občerstvenie, obed a večera)

### Doprevádzané exercície podľa svätého Ignáca

– Exercície – duchovné cvičenia otvárajú priestor a čas pre duchovný rast človeka a hlbší osobný vzťah s Bohom. V centre stojí stretnutie so životom Ježiša Krista, prostredníctvom ktorého sa exercitanti dostávajú do posvätného tajomstva vlastného bytia. Stretnutie umožňuje cestu k uzdraveniu. Exercície trvajú od 3 do 30 dní, sú sprevádzané osobou, ktorá sa dobre vyzná v dynamike exercičného procesu. Základnými elementmi sú ticho, modlitba, meditácia, rozjímanie zo svätého písma, účasť na svätej omši, sprevádzajúce rozhovory a ochota vydať sa na cestu vnútorného procesu.  
– TERMÍNY: letný 1. júl – 8. júl  
– CENA: 25 eur/deň (ubytovanie + strava) + mestská daň 1,70 eur/deň

### Povolaním človek 2 – duchovnú obnovu vedie Karel Satoria

– Český rímskokatolícky kňaz Karel Satoria pôsobil ako generálny vikár brnianskej diecézy, desať rokov strávil v kláštore v Sept Fons v strednom Francúzsku a teraz pôsobí v Dobříši. Cez svoju skúsenosť modlitby vysvetľuje, akú úlohu chce zohrať modlitba v našom povolaní - byť človekom.  
– TERMÍN: 30. november 2018 – 2. december 2018 – CENA: 26 eur/deň (ubytovanie + strava) 52 eur/2 dni + mestská daň 1,70 eur/deň + poplatok pre exercitátora 20 eur

### Marek Vácha a Zápas s anjelom

– Marek Orko Vácha je katolícky kňaz, administrátor vo farnosti Lechovice u Znojma, na fakulte sociálneho štúdia v Brne vedie seminár zameraný na vzťah kresťanstva a ekológie. Je prednosta Ústavu etiky na 3. lekárskej fakulte Karlovej univerzity. V roku 2002 žil šesť mesiacov v trapistickom kláštore Sept-Fons vo Francúzsku. Pozrieme sa s ním znova na jeden biblický príbeh. Jedným z najdôležitejších príbehov o zápase, či odpore v Biblii, je boj medzi Jakubom a anjelom. Úžasný príbeh o tom, že aj Boh zápasí. A Jakub boj prijíma a zápasí a nepoľavuje, až nakoniec vyhrá a získava požehnanie, hoci mu aj zostávajú trvalé telesné spomienky z tohto boja.  
– TERMÍN: 11. január 2019 o 18.00  
– CENA: 5 eur – účastnícky poplatok

### Filmové exercície s P. Janom Regnerom SJ

– Ignaciánske exercície, kde hlavným impulzom k meditácii sú filmy. Vhodný film podporuje alebo aj zosilňuje základnú dynamiku exercícií. Niekedy sa stane, že sa na plátne stretávame so scénami akoby z vlastného života, na ktoré sme už dávno zabudli. Niekedy sa zase film stáva kľúčom k dosiaľ nepreskúmaným komnatám nášho vlastného vnútra. Obrazy sa vryvajú hlboko do duše a môžu byť niekedy účinnejšie ako slovo. Obraz môže pôsobiť očisťujúco. Film môže byť vhodným prostriedkom k dosiahnutiu cieľa exercícií a pomocou k zrodeniu nového života.  
– TERMÍN: 18. január 2019 – 21. január 2019  
– CENA: 26 eur/deň (ubytovanie + strava) + mestská daň 1,70 eur/deň + poplatok pre exercitátora 20 eur

### Túžba po tichu - volanie Boha

– Centrum Salvator ponúka aj priestory pre jednotlivcov či skupiny, ktoré hľadajú ticho, pokoj, čas pre modlitbu na jeden alebo viac dní. Tí, ktorí o to vopred požiadajú, sú duchovne sprevádzaní.  
– CENA: 15 eur/deň - ubytovanie  
10 eur/deň - strava