

De Fontibus Salvatoris

Informácie z duchovného Centra Salvator v Bratislave

Pozornosť srdca znamená slobodu

Možno si poviete, že duchovných zamyslení o advente či Vianociach bolo už toľko, a ľudia zostávajú nezmenení. Stále víťazi to, čo je zjavené očiam, ale to čo vidí srdce, akoby nebolo dôležité. Aj v tomto prípade platí to, čo v mnohých iných oblastiach osobného života: treba začať od seba. Možno nasledujúce zamyslenie aspoň trochu prečistí zrak toho VÁŠHO srdca a skepsu vystrieda radosť.

Aké sú moje spomienky z detstva na advent, na Vianoce? Spájajú sa mi s tým spomienky na lampáš, na nové čižmy, na voňavé medovníčky, na prvý sneh...?

Prečo si chceme teraz zaspomínať?

Šťastné a oblažujúce spomienky sú nevyhnutné pre náš život. Jeden krásny okamih nám môže svietiť po celý život ako lampášik, ktorý nás sprevádza. Aj v duchovnom živote sa môžeme pýtať, čo ma priťahuje? Možno si veľmi rád prezerám staré rodinné fotoalby, aby som si lepšie a živšie pripomenul skoršie fázy života, aké rozhodnutia som v živote urobil, zaspomínal si na miesta a obrazy svojich blízkych. Ale nie je to len o myšlienkach, nielen naša myseľ si pamätá, ale aj naše zmysly - oči, uši, nos, jazyk, koža, aj tie si pamätajú istý zápach, pieseň, obrázok, chuť, dotyk - to všetko nás môže priviesť opäť k životu, k spontánnym spomienkam a k pocitom. Pri takomto spomínaní je dobre pýtať sa: **kde pramení moja vd'ačnosť? Odkiaľ pramení moja radosť a šťastie vo mne? Dokonca aj smútok, hnev, bolesť tu môžu mať svoj priestor. Odkiaľ to všetko ide?**

Najhlbšie miesto pamäti je naša duša, kde môžeme byť so všetkým pred Bohom. ON je prítomný v súčasnosti aj v minulosti. Hovorí k nám prostredníctvom nášho života a to aj cez našu minulosť a naše spomienky.

Preto je dobré pripomínať si idylické spomienky z detstva a to zvlášť v tomto čase adventu a Vianoc, pretože Boh, ktorý je tu a teraz je tiež ten, ktorý s nami kráča aj v minulosti a iba tí, ktorí prijímajú svoju minulosť, dokážu vziať a prijať to, čo sa deje aj v prítomnosti a dokážu ju správne vnímať.

Ak sa na to pozrieme cez **pozornosť srdca** alebo **prítomnosť**, v ktorej sme schopní byť naplno zapojení, iba keď je naša myseľ ukotvená „v srdci“, teda napojená na hlbšie zdroje duchovného vedomia, dáva nám zmysel, prečo je spomínanie a skúmanie, odkiaľ naše „myšlienky“ a pocity vyvierajú, užitočné pre nás a dynamické. Ako môžeme prostredníctvom tohto „skúmania“ doplávať k „hlbším vodám“. Musíme si tiež povedať, že pozornosť srdca je sloboda od každého starania sa, dobrých vecí i zlých, od vášni, spútanosti.

To najčistejšie v duchovnom živote je odpútanie sa od všetkého na čom lipneme, či je to dobré alebo zlé. Nejde o to, aby sme sa strácali v obsahu vedomia (reakcie, túžby a averzia), ale učili sa zamerať na pole vedomia. Nejde tu o posudzovanie a hlas nášho „nad ja“- „mal by som“, to je to „nad ja“, to nemá byť žiaden sudcovský hlas a nie sú to ani bohaté slová o pocitoch a emóciách. Tu má ísť o posun, ktorý sleduje čo sa deje a nie čo by malo byť. Konkrétne to môže vyzeráť: „Veľmi sa na seba hnevám“ alebo „Teraz sa cítim smutný“ - alebo „Teraz sa cítim šťastný“. Z toho nám vychádza, že je dôležité uvedomiť si, že „vnútorný alebo duchovný človek“ nie je v myšli, človek nezostáva v hlave, lebo myšlienky vychádzajú zo srdca a hlavnou úlohou je vedieť to spojiť.

Nech je aj pre nás tento nastávajúci vianočný čas hlbokým vzťahom s LÁSKOU ☺

***sestra Gracia Kováčová**

Len jedna strana mince

Vianočný čas je časom radostného očakávania, časom všeobecnej radosti. Oveľa ťažšie v tomto období prijímame informácie o tragédiách, o ťažkých osudoch, nešťastiach a zlyhaniach. Dotýka sa nás to zväčša intenzívnejšie ako v iných obdobiach roka, a neraz si možno vzdychneme, že také veci by sa stávať nemali. Aj človek, ktorý možno neprejavuje navonok svoje city a je viac obrnený voči každodennosti, tak aj on v tragických chvíľach, ktoré majú byť naplnené pozitívnym duchom, zapochybuje, či to celé má zmysel, či to nie je len hlúpe povrchné divadielko o dobre, ktoré vlastne ani nie je, keďže sa tu i vo svete deje to, čo sa deje! Tento azda večný kruh myšlienok a pochybovania nik z ľudí nikdy neuzavrie, nie je to jednoducho v našej moci. Sme ponorení v prúde zmien, a tie zmeny nemusia vždy vyzeráť ako dobré - a dôležité je poznanie, že prúd zmien nezastaví ani obdobie nasýtené dobrom! Zmeny sú len iným názvom pre sám čas, s ktorým takisto my ľudia veľa nenarobíme. A keďže sami vidíme, ako sme voči osudu, udalostiam, času často nemožní, treba zrejme prirodzene túto nemožnosť prijať ako našu súčasť - a čo je dôležité, prijať ju ako súčasť nášho hodnotiaceho pohľadu na seba i všetko okolo nás. Vďaka tejto nedokonalosti si rovnako zmierlivo môžeme uvedomiť, že aj keď niektoré udalosti vnímame ako tragické, stále je to iba náš pohľad, ktorý má svoje limity, takže obraz situácie vôbec nemusí byť taký, aká je SKUTOČNOSŤ. Takéto vnímanie je značne odbreňujúce, priam pobáda k slobode zotrúvania a pokojného nazerania.

Všetci dobre poznáme frazeologizmus o dvoch stranách mince. Nie, to nie je relativita, to je hlboko ľudské plus, keď necháme hovoriť obe strany...

***Radoslav Matejov**

Laické spoločenstvo so sestrami Najsvätejšieho Spasiteľa

Ste veriaci a milujúci kresťan a hľadáte možnosť prehĺbiť vieru, priblížiť sa k Bohu komplexne, teda vo svojej osobnej sfére i v spoločenstve. Centrum Salvator ako domov sestier Najsvätejšieho Spasiteľa dáva možnosť vstúpiť na túto cestu všetkým laikom. Stretnutia bývajú druhý pondelok v mesiaci...

Laické spoločenstvo je spoločenstvo veriacich, ktorí chcú svoje krstné povolanie žiť podľa charizmy, spirituality matky Alfonzy Márie. Duchovná cesta tejto ženy bola poznačená rozjímaním nad Božou láskou, ktorá sa zjavuje a dáva všetkým ľuďom bez rozdielu. Mnohí však o tom nevedia. V jej srdci bola veľká túžba, aby túto nekonečnú lásku ľudia spoznali, žili z nej a dávali ju ďalej.

Alžbeta Eppingerová založila Kongregáciu sestier Najsvätejšieho Spasiteľa, kde prijala rehoľné meno Alfonza Mária. Jej sestry považujú za svoju úlohu dbať na potreby a volania ľudí dnešných čias a túto úlohu žiť v „tvorivej vernosti“. Táto vernosť duchu zakladateľky matky Alfonzy Márie vedie sestry Kongregácie k tomu, aby boli otvorené pre hľadajúcich ľudí našich čias, ktorí sú oslovení svedectvom jej života a života sestier.

Členovia laického spoločenstva sú pozvaní v spojení so sestrami Najsvätejšieho Spasiteľa byť svedkami Božej lásky a zúčastňovať sa na poslaní kongregácie tak, ako to zodpovedá ich životnému stavu v rodine, v ich povolani, v spoločnosti a v Cirkvi.

Na Slovensku pôsobia pod vedením sestier dve laické spoločenstva, v Kysuckom Novom Meste a v Trebišove. Sympatizanti i členovia sa pravidelne stretávajú so sprevádzajúcou sestrou, aby si odovzdávali a vymieňali duchovné skúsenosti, tiež prehlbovali svoj duchovný život. Vlastný Životný program a štatúty im k tomu poskytujú orientáciu. Stretnutia sú otvorené pre mužov i ženy, ktorí chcú žiť svoje krstné povolanie osobitným spôsobom, ktorí túžia kráčať cestou svätosti. Na tejto ceste nás môže sprevádzať matka Alfonza Mária, ktorá „Božie dary prijala pre dobro všetkých.“ (1 Kor 12,7) Verne nasledovala Ježiša a angažovala sa za hodnoty Božieho Kráľovstva.

Sympatizanti, ktorí sa slobodne rozhodnú, môžu požiadať o vstup do laického spoločenstva. Po následných etapách formácie, tí, ktorí si to želajú, majú možnosť zložiť prísľuby na jeden až päť rokov. Následne ich opäť obnoviť.

Členovia sa pravidelne zúčastňujú stretnutí skupiny, delia sa o Božie slovo, vymieňajú si informácie, podporujú a povzbudzujú sa vzájomnou súrodeneckou láskou, aby verne žili rozličné záväzky. Zúčastňujú sa ďalšieho vzdelávania spoločenstva, duchovných cvičení, obnov, otvárajú sa pre život spoločenstva, hodnotia skúsenosti v skupine, hľadajú a rozlišujú možnosti, kde a ako zjavovať nikdy nekončiacu Božiu lásku a milosrdenstvo.

Pre záujemcov z Bratislavy ponúkame možnosť stretnutia druhý pondelok v mesiaci o 17.30 hodine v Centre Salvator na Jakubovom námestí, skupinku sprevádza sestra Alacoque Koščušková.

***Alacoque Koščušková**

Na povzbudenie...

„Preto aj láska k Bohu a láska k našim bratom a sestram sa stane prostredníctvom našich malých činov, v ktorých nemôžeme rozlišovať medzi modlitbou a akciou, úplne jedno.

Potom sa život stane oslavou.

Čo vždy musíme urobiť: mať v ruke metlu alebo plniace pero.

Rozprávať alebo mlčať, niečo plátať alebo prednášať, ošetrovať chorého alebo písať na písacom stroji:

Všetko je to len kôra nádhernej reality: stretnutie duše

s Bohom, ktoré sa obnovuje každú minútu,

každú minútu pribúda na milosti,

stáva sa stále krajšou pre svojho Boha.

Zvoní? Rýchlo, otvoriť!

To je Boh, ktorý nás prichádza milovať.

Nejaká správa? Prosím pekne.

To je Boh, ktorý nám ide v ústrety.

Je čas ísť k stolu?

Ideme: To je Boh, ktorý nás prichádza milovať.

Odvzdajme sa mu.“

Madeleine Delbrêl – z knihy Zaistiť si miesto u Boha

Advent – prelom v živote...

Advent volá – pretože je tam túžba. A to musí byť viac ako všetko. Áno, je to viac. Je to viac ako všetko to, čomu som dal spokojnosť. To, čo je, už nestačí. Túžba ma učí, ktoré cesty nevedú k životu, pretože sa možno niekedy musím odvrátiť zo slepých uličiek a z lesných cestičiek. Pretože možno musím spoznať, že som úspešne zostal sedieť v škole života. Pretože som zo svojho života neurobil, čo som mohol urobiť.

Advent pozýva k tomu, aby sme sa so všetkým tým rozlúčili – s lesnými cestičkami a slepými uličkami a obytnými priestormi svojho života. A nanovo sa odvážili k prelomu... začali ešte raz.

Kto zlomí, prelomí, ten opustí istoty, dá sa na cestu, vystaví sa vetru a počasiu, riskuje. V tomto duchu je advent nebezpečný. Kto žije adventne, ukáže sa to, vyjde najavo, je to dotknuteľné. Kto je na ceste... je to niekedy nepohodlné a neotesané. Ale zároveň to aj znamená byť na ceste v dobrom spoločenstve: s Máriou a Jozefom, cestovať s tromi mudrcmi, ktorí nasledujú hviezdu, s pastiermi, ktorí opustili svoje stáda. Odchod do života. Advent.

Tmu zakúšame počas adventu celkom osobitne, pretože dni sú vždy kratšie a noci sa stávajú vždy dlhšími.

Prerušenie, zastavenie sa

Ty sám sa potrebuješ zastaviť.

Medzi prácou a konzumom

by mal byť pokoj a radosť.

Medzi uprataním a prípravou

potrebuješ v sebe počuť spev ...

Medzi odstránením a plánovaním

by si si mal pripomenúť

prvý deň rána stvorenia,

tvoj a všetky začiatky,

keď vyšlo slnko

bez cieľa.

Dorothee Sölle



Môj príbeh

Milí čitatelia, nasledujúce básne a 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.

Ako znovu nájsť SEBA a BOHA

Moje poradie – koho nájsť skôr, je presne také, aké vám predkladám v tomto zamyslení. Pracujem takmer dve desaťročia ako realitný maklér. Hľadám, plním sny svojich klientov, naprávam chyby, ktoré si sami spôsobili pri svojich rozhodnutiach, alebo im ich spôsobili ľudia z ich bezprostredného okolia – popri tom strácam čas i sily pre svoje vlastné sny a túžby. Medzitým mi v krátkom časovom období odišli všetky tri deti definitívne z domu do svojich nových domácností a ani som netušila, že budem JA, ktorá som si o sebe myslela, čo som všetko preskákala a že to ustojím – riešiť syndróm prázdneho hniezda. Zostala som sama vo veľkom dome spolu s bielosrstým starým psom.

Až jedno ráno som na výveske našla plagátik sestričky Gracie z Centra Salvator o seminári – Modlitba bedlivého srdca. Práve som preskákala niekoľko neplánovaných zvrátov a kotrmelcov vo svojom živote, trpela som niekoľko mesiacov nespavosťou a potrebovala som sa zrovnať sama so sebou. Keďže som z Bratislavy, prišla som sa smelo opýtať sestričky Gracie, či môžem prísť si vypočuť nejaké prednášky. A ona mi tak isto smelo odpovedala, že jedine s pyžamom a budem u nich v Salvatore v silenciu počúvať aj spať. Bolo mi to najskôr čudné – veď som z Bratislavy, ale nakoniec som to veľmi ocenila. Človek sa potrebuje celkom odtrhnúť od svojho prostredia, života a ľudí okolo seba – aby NAŠIEL SEBA a vedel nadviazať osobný kontakt SÁM SO SEBOU a potom v tichu s Bohom a novými ľuďmi vo svojej novej etape života. Tak ako prirodzene končíme jednotlivé etapy života – koniec škôlky, základnej školy, strednej či vysokej školy, vstup do jednotlivých zamestnaní – mení sa prostredie okolo nás, ľudia i udalosti a MY musíme začínať skoro odznova. Stredisko Salvator je pre MŇA, ale verím, že i pre VÁS, to pravé miesto, kde sa ako v tréningovom vrcholovom stredisku spolu s ostatnými v skupine učíme žiť tú svoju NOVÚ ETAPU života, aby sme sa vedeli pozrieť SÁM SEBE do očí a neskôr sa postaviť pred tvár BOHA.

Pred dvoma rokmi som stretla sestru Graciu a prišla do strediska Salvator. Prešla som si pravidelnými duchovnými obnovami na základoch ignaciánskej spirituality, keď sme sa stretali v skupinke raz za mesiac v sobotu na celý deň na rôzne témy, ktoré spolu tvorili celok, a mali sme možnosť na základe troch - štyroch vstupov, „impulzov“ na danú tému od sestry Gracie, konfrontovať cez Sväté písmo samého seba v tichu a neskôr sa o tom zdieľať v skupinke. Bolo to pre mňa nesmierne objavné a vzrušujúce, čo sme v tom istom texte vedeli každý rôznorodé nájsť a tým aj obohatiť druhých, pričom sa to všetko dialo v SLOBODE. Ak niekto nechcel, NEMUSEL POVEDAŤ NIČ a mohol len počúvať objavné myšlienky ostatných. NIČ TU NIE JE POVINNÉ – pričom od Pána Boha dostávate veľa osobných DAROV – v tichu s ním – a veľa spoločných DAROV cez vašich spolužiakov v skupinke pri zdieľaní, ALE čo NAJVIAC OCENŮJEM, je maximálna pripravenosť témy, impulzov, textov – neznámych,

podnetných, inšpirujúcich – na danú tému od sestričky Gracie. Vy tu nemáte pripravené dokonalé prednášky, poučky, návody, rady, ktoré zhltnete bez práce – vy tu máte pripravené suroviny, texty, odkazy, aby ste si HĽADALI SVOJU CESTU K SEBE, BOHU A ĽU'DDOM na VAŠEJ ETAPE ŽIVOTA a mohli sa rozhodovať a brať z toho rozhodnutia aj zodpovednosť v SLOBODE. Za ten rok som absolvovala súkromné duchovné cvičenia v ignaciánskej spiritualite – priamo šité na Sväté Písmo a osobné impulzy od sestry Gracie na moju etapu života a POSUNULA MA ĎALEJ!!!, za čo jej VEĽMI ĎAKUJEM!!!

V skupinke sme vždy rôznorodí ľudia - v rôznom veku či postavení, ALE VŽDY SME ODIŠLI zo SAVATORU obohatení o Božie milosti a vzájomnú konfrontáciu pohľadov a každý sme sa posúvali na svojej ceste. NEDALA som si počas roku ujsť ŽIADNU príležitosť, keď sa tam konalo niečo v réžii Boha a manažérskom usmerňovaní sestry Gracie a nevymenila by som túto šancu PODRÁŠŤ a ZMENIŤ sa z húsenice na slobodného motýľa za NIČ iné.

SKÚSTE a PRESVEDČTE SA, AKÝ DOBRÝ JE PÁN cez prácu, um a ruky sestričiek zo Salvatoru z Bratislavy!
*Zuzana

Perly rozdávané zadarmo

Moja prvá skúsenosť s Centrom Salvator vznikla na jar 2015. Hľadala som cez kresťanské internetové portály informáciu o duchovných podujatiach v Bratislave, pretože som chcela vniesť do svojho života niečo nové. Nevedela som presne, čo chcem, bolo to hľadanie vyvolané pocitom nespokojnosti s tým, čo žijem a túžbou urobiť zmenu. Nič radikálne, len malú zmenu. Zaujala ma ponuka modlitbových utorkov v Centre Salvator. Hneď prvé stretnutie ma oslovilo a vedela som, že som urobila dobrú voľbu. V tom čase bola náplňou utorkov modlitba examen. Žiadne dlhé prednášky, len krátke úvodné vysvetlenie a dvadsať minút ticha v modlitbe – balzam na dušu. Na záver domáca úloha. Celé mi to pripadalo ako modlitebná výchova. Mala som pocit, že v Centre Salvator sa ponúkajú duchovné perly a rozdáujú sa tu celkom zadarmo. Presne tak, ako je to v Písme: *Pod'te všetci smädní k vode! Aj vy, čo ste bez peňazí, pod'te! Kupujte a jedzte, pod'te a kupujte, kupujte zadarmo a bez platenia víno aj mlieko... (Iz 55,1).* Potom prišiel majster Eckhart, stredoveká mystika v novom podaní. Situácia v mojom súkromí sa vyvinula tak, že som nebola schopná chodiť na modlitbové utorky, ale môj kontakt s Centrom Salvator definitívne neskončil. Prvá pozitívna skúsenosť spôsobila, že som sledovala ponuky Centra, aby som „neprepásla“ niečo atraktívne a dostupné. A ponuka prišla: trojdňová duchovná obnova s názvom Vnútná modlitba. Mala som prečítanú knihu na túto tému, ale niečo iné je čítať a niečo iné nechať sa sprevádzať v snahe o praktizovanie takejto modlitby. Veľmi som sa potešila. Ďalšia ponuka, ktorú som využila, boli 7-dňové ignaciánske duchovné cvičenia.

Kontakt s Centrom Salvator pociťujem ako požehnanie pre svoj duchovný život. Som vďačná za duchovné aktivity, ktoré sa tu konajú a som presvedčená, že toto centrum je požehnaním pre obyvateľov Bratislavy a pre všetkých, ktorí sa rozhodnú využiť jeho ponuku.

*Silvia

PROGRAMOVÁ PONUKA CENTRA SALVATOR JANUÁR 2019 – SEPTEMBER 2019



Centrum Salvator
duchovné aktivity,
konferencie a ubytovanie
Jakubovo námestie 4 - 5
811 09 Bratislava
+421 907 274 723
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): 11. december; 8. január; 12. február; 12. marec; 9. apríl; 14. máj; 11. jún;

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 sprevádzaná adorácia): 10. december; 7. január; 11. február; 11. marec; 8. apríl; 13. máj; 10. jún

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 vrývajú 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: 17 eur/deň - ubytovanie
11 eur/deň - strava

Adventná duchovná obnova – Ako si naplánovať budúci rok?

– Veľa síl využívame na plánovanie, premietanie, aby sme sa udržali nad hladinou. Adventná príprava má svoj význam pre plánovanie duchovnej cesty na ďalšie obdobie, ktoré máme pred sebou, aby sme zhodnotili, akú "výbavu" si so sebou nesíme a ako sme na svoju cestu "vystrojení". Počas nedeľňajšieho popoludnia vás pozývame na osobnú revíziu svojho "kolesa života", s ktorým sa vydáme na svoju cestu.
– TERMÍN: 16. december od 13.00 do 18.00

Cyklus jednoduchých duchovných obnov – Examen – Kontemplácia na dosiahnutie Božej lásky

– Veľmi cennou súčasťou duchovného dedičstva, ktoré nám zanechal svätý Ignác Lovolský je modlitba spytovania svedomia, nazývaná tiež examen. Podľa Ignáca je spytovanie svedomia predovšetkým spätným pohľadom na pomáhajúcu a obšťastňujúcu lásku, ktorou sa Boh každý deň dotýka nášho srdca. Zamieriava sa na Božiu túžbu, zmieriť a obnoviť naše vzťahy.
Počas pravidelných cyklov duchovnej obnovy vás chceme nechať prejsť sa jednotlivými krokmi tejto modlitby, tak ako to odporúča svätý Ignác z Loyoly a pomôcť vám naučiť sa používať túto modlitbu vo vašom všednom dni, robiť si reflexiu života a definovať svoje životné ciele.
– TERMÍNY (vždy od 9.30 do 19.00): 12. január - ĎAKOVAŤ; 9. február - PROSIŤ; 9. marec - ČO SA MI UKAZUJE; 13. apríl - ODPUSTIŤ; 11. máj - VSTAŤ; 8. jún - REFLEXIA;
– 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 exercitiant dostáva 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.
– TERMÍN: letný 21. júl 2019 – 28. júl 2019
– CENA: 26 eur/deň (ubytovanie + strava) + mestská daň 1,70 eur/deň + poplatok pre exercitátora 20 eur
SPREVÁDZA: Ján REGNER SJ