

## VAIMULIKUD HARJUTUSED

Esimene nädal

*Ignacio de Loyola*

*Tõlkinud Maarja Kaplinski*

### ALGUS JA ALUSPÕHI

Inimene on loodud selleks, et kiita, kummardada ja teenida Issandat, meie Jumalat, ja päästa selle läbi oma hing, ja kõik muu siin maa peal on loodud inimese jaoks, et aidata tal jõuda eesmärgile, mille jaoks ta on loodud.

Siit järeldub, et inimene peab seda kõike tarvitama seal, kus see aitab tal sihile jõuda, ja loobuma sellest seal, kus see tal sihile jõudmist takistab.

Sellepärast peame õppima olema ükskõiksed kõige loodu vastu, niivõrd kui see on kooskõlas meie vaba tahtega ega ületa tema piire; nõnda et me ei eelistaks tervist haigusele, rikkust vaesusele, häbi aule, pikka elu lühikesele, vaid igatseksime ja valiksime selle, mis kõige kindlamini aitab meil jõuda eesmärgile, mille jaoks me oleme loodud.

### IGAPÄEVANE SÜDAMETUNNISTUSE JÄRELEKATSUMINE. KOOSNEB KOLMEST OSAST JA KAHEST JÄRELEKATSUMISEST

*Esimene kord* – hommikul kohe pärast tõusmist peab inimene tegema kindla otsuse hoiduda hoolikalt sellest patust või veast, mida ta soovib parandada või millest vabaneda.

*Teine* – pärast sööki palugu ta Jumalalt, meie Issandalt, seda, mida inimene igatseb, ja nimelt seda armu, et ta suudaks meeles pidada, mitu korda on ta korranud seda pattu või eksimust, ja ennast edaspidi parandada; järgnevalt sooritagu esimene südametunnistuse järelkatsumine, pärides oma hingelt aru eriti selle asja kohta, milles soovitakse ennast parandada. Vaadeldagu oma päeva tund-tunnilt või ühest ajalõigust teiseni, alustades tõusmisest kuni selle hetkeni, mil südametunnistuse järelkatsumine käsile võeti; siis märgitagu *g*-tähele\* järgnevale ülemisele joonele nii

---

Ignacio de Loyola. *Ejercicios Espirituales*. Santander: Editorial Sal Terrae, 1990, pp. 57-83.

\* *G* tuleb arvatavasti hispaaniakeelsest sõnast *gula* 'aplus'. Tlk.

mitu punktikest, kui mitu korda antud patu või vea küüsi on langetud. Lõpuks otsustatagu taas end parandada, kuni järgmise järelekatsumiseni.

*Kolmas kord* – pärast õhtusööki võetagu ette teine järelekatsumine, samuti tund-tunnilt, esimesest järelekatsumisest kuni praeguse, teiseni, ja märgitagu jälle *g*-tähele järgnevale joonele üles kõik need korrad, mil langeti antud patu või vea küüsi.

Järgnevalt neli täiendavat märkust, mis aitavad kiiremini antud patust või veast vabaneda.

*Esimene märkus.* Iga kord, kui inimene tabab ennast antud pattu või viga kordamas, löögu ta endale vastu rinda ja kahetsegu oma eksimust; seda võib teha ka suures seltskonnas, ilma et keegi midagi märkaks.

*Teine.* Et esimene joon *g*-tähe järel tähistab esimest südametunnistuse järelekatsumist, ja teine teist, siis kontrollige õhtul, kas esimesest joonest teiseni, see tähendab, esimesest järelekatsumisest teiseni, on paranemist märgata.

*Kolmas.* Võrrelge teist päeva esimesega, see tähendab, tänase päeva kahte järelekatsumist eilse kahega, ja vaadake, kas eilsega võrreldes olete suutnud ennast parandada.

*Neljas täiendus.* Võrrelge üht nädalat teisega ja vaadake, kas sel nädalal on edasiminekut eelmisega võrreldes.

*Märkus.* Pandagu tähele, et esimene, suurem *g* tähistab pühapäeva, teine, väiksem esmaspäeva; kolmas teisipäeva ja nii edasi.

G \_\_\_\_\_

g \_\_\_\_\_

g \_\_\_\_\_

g \_\_\_\_\_

g \_\_\_\_\_

g \_\_\_\_\_

g \_\_\_\_\_

## ÜLDINE SÜDAMETUNNISTUSE JÄRELEKATSUMINE

### PUHASTUMISEKS JA PAREMAKS PIHI VASTU VALMISTUMISEKS

Eeldan, et mul on kolme liiki mõtteid, ja nimelt, ühed, minu omad, mis lähtuvad ainult minu vabast tahtest, ja teised, mis tulevad väljastpoolt: ühed, mis on heast vaimust, ja teised, mis on kurjast vaimust.

### MÕTTEST

On kaks viisi väärikalt vastu seista halvale mõttele, mis tuleb väljastpoolt. *Esimene* – näiteks tuleb mõte teha surmapattu, aga ma astun talle otsekohe vastu ja saan temast võitu.

*Teine* väärikas viis on, kui mulle tuleb seesama halb mõte, ja mina panen talle vastu, aga tema tuleb ikka uuesti ja uuesti, ja mina panen talle vastu, kuni saan sellest mõttest võitu; ja see teine viis on õilsam kui esimene.

Kergemat liiki patuga on tegu siis, kui tuleb seesama mõte surmapatust ja inimene võtab seda kuulda, kõneldes sellest mõnuga, või saades sellest meelelist naudingut, või olles liiga vähe innukas seda endast eemale peletama.

On kaks viisi surmapattu teha. *Esimene*, kui inimene halvale mõttele järele annab, et see siis kohe teoks teha, või et see teoks teha, kui võimalus avaneb.

*Teine viis* surmapattu teha on mõtte teokstegemine; ja see patt on suurem kolmel põhjusel; esiteks sellepärast, et ta on kestvam; teiseks sellepärast, et kavatsus on kindlam; ja kolmandaks sellepärast, et selle läbi kannatavad kõik asjaosalised suuremat kahju.

### SÕNAST

Ärge andke vannet Looja ega loodu nimel, ehk kui, siis ainult tõe huvides, vajaduse korral ja aukartusega. Vajaduse all ei mõtle ma mitte vandega millegi tõesuse kinnitamist, vaid olukorda, kus see võib olla hinge või ihu või ajalike hüvede huvides. Aukartuse all mõtlen oma Looja ja Issanda nime suhu võttes sellesse vajaliku austuse ja aukartusega suhtumist.

Tuleb tähele panna, et kuna asjatult vannet andes teeme suuremat pattu vandega Looja kui loodu nimel, siis on loodu nimel vannet andes raskem vajalikul määral ausust, hädavajadust ja aukartlikkust silmas pidada kui Looja nimel vannet andes, ja seda kahel põhjusel:

*Esiteks:* kui tahame vannet anda millegi loodu nimel, siis seda tehes ei ole me nii tähelepanelikud ega järelemõtlikud tõerääkimise ja vande vajalikkuse suhtes nagu siis, kui soovime suhu võtta kõige Looja ja Issanda nime.

*Teiseks:* kui anname vannet millegi loodu nimel, siis on raskem osutada Loojale aukartust ja kuulekust kui Tema nimel töötades ning Looja ja Issanda enda nime suhu võttes, sest Issanda, meie Jumala mainimine äratav rohkem aupaklikkust ja aukartust kui millegi loodu mainimine. Sellepärast on loodu nimel vannet anda sobivam täiuslikkudele kui ebatäiuslikkudele, sest tänu järjekindlatele kontemplatsioonidele ja mõistuse valgustatusele suudavad täiuslikud paremini silmas pidada Issanda, meie Jumala kohalolekut kõiges oma loodus oma olemuse, ligioleku ja väe läbi, selle üle mõtiskleda ja sellesse süveneda; ja nii on neil loodu nimel vannet andes kergem oma Loojale ja Issandale aupaklikkust ja aukartust osutada kui ebatäiuslikel.

*Kolmas* põhjus on selles, et sagedasti loodu nimel vannet andes võivad ebatäiuslikud kergemini ebajumalakummardamisse langeda kui täiuslikud.

Ärge öelge ühtki tarbetut sõna, ma mõtlen sellist, millest ei mulle ega teisele kasu ei tõuse ja mis pole selleks mõeldudki. Nii pole jutt, mida räägitakse selleks, et temast omaenda või võõrale hingele tulu tõuseks, kunagi tarbetu; ka mitte rääkimine sellest, mis pole kooskõlas rääkija seisusega; nagu see, kui munk kõneleb sõdadest või kaubandusest. Aga kõik, mida öeldakse, on kasulik siis, kui see on läbi kaalutud, ja patune siis, kui see on mõttetu ja tühine.

Ärge levitage laimu ega kuulujutte; sest kui minu läbi tuleb avalikuks võõras surmapatt, siis olen teinud surmapatu; kui aga kergem patt, siis olen ka ise teinud kergemat liiki patu; ja kui teen avalikuks kellegi vead, siis näitan sellega enda omi. Ja kui kavatsus on puhas, siis võib teise inimese pattudest rääkida kahesugustel asjaoludel.

*Esiteks:* siis, kui patt on avalik nagu näiteks avaliku lõbunaise oma või kui selle kohta on kohtuotsus langetatud või kui tegu on avaliku väärastumisega, mis rikub selle mõju alla sattunud hingi.

*Teiseks:* kui ilmsikstulnud võõras patt avaldatakse kellelegi selleks, et too aitaks pattulangenul sellest vabaneda; siin peaks aga siiski selleks olema mingi kindel põhjus tõenäoliseks pidada, et patustajat suudetakse aidata.

## TEGUDEST

Võttes eeskujuks kümme käsku, Kiriku õpetused ja ülemate korraldused, on kõik teod, millega eksitakse ühe vastu neist kolmest, suuremad või väiksemad patud, sõltuvalt sellest, kas eksimus oli suurem või väiksem. Mõtlen siin selliseid ülemate korraldusi nagu ristisõdade puhused bullad või muud indulgentsid, nagu näiteks rahuõlmimise puhuks, õpetusi pihtimiseks ja armulaua käimiseks; sest pole väike patt toimida vastuoksa meie ülemate vagadele manitsustele ja korraldustele või olla ise nende põhjustajaks.

### ÜLDINE SÜDAMETUNNISTUSE JÄRELEKATSUMINE, MIS KOOSNEB KOLMEST OSAST

*Esimene punkt* on Jumala, meie Issanda tänamine meile osaksaanud õnnistuste eest.

*Teine* on armu palumine, et võiksime olla teadlikud oma pattudest ja neist lahti öelda.

*Kolmas*, aru pärimine oma hingelt tõusmise hetkest kuni praeguse südametunnistuse järelekatsumiseni, tund-tunnilt või mingist ajalõigust teiseni, kõigepealt mõtete kohta, siis sõnade ja siis tegude kohta, samuti nagu tegime seda väikesel järelekatsumisel.

*Neljas*, Jumalalt, meie Issandalt andeks palumine meie eksimuste pärast.

*Viies*, tõotus Tema armu abiga end parandada. *Meie Isa*.

### ÜLDPIHT JA ARMULAUD

Üldpiht on sellele, kes meelsasti soovib seda ette võtta, siinkohal väga kasulik kolmes mõttes:

*Esiteks*. Kuigi sellele, kes kord aastas pihil käib, pole üldpiht kohustuslik, on siiski väärtuslikum ja kasulikum see ette võtta, et valu elu jooksul tehtud pattude ja halbade tegude pärast oleks sügavam ja tõelisem.

*Teiseks*. Et selliste vaimulike harjutuste abil jõutakse pattude ja nende kurjuse sügavama mõistmiseni kui siis, kui inimene veel ei tundnud huvi, mis tema hinges toimub, siis on nüüd oma pattude mõistmise ja nende pärast valu tundmise kasulikkus ja väärtus suurem.

*Kolmandaks*. Niisiis kui inimene on pihil käinud ja sellega järgnevas valmistunud, siis on ta sobivamas seisundis, et vastu võtta pühimat

armulauasakramenti, millest osasaamine pole mitte ainult kaitseks pattulangemise eest, vaid ka aitab kaasa armus kasvamisele. Üldpihti on kõige sobivam ette võtta kohe pärast esimese nädala harjutuste lõpetamist.

ESIMENE HARJUTUS ON KOLMEKORDNE MEDITATSIOON ESIMESE, TEISE JA KOLMANDA PATU ÜLE. SISALDAB PEALE ETTEVALMISTAVA PALVE JA KAHE SISSEJUHATUSE KOLM TÄHTSAMAT PUNKTI NING VESTLUSE SISSEJUHATUSE

*Ettevalmistav palve* on armu palumine Jumalalt, meie Issandalt, et kõigi mu mõtete, kavatsuste ja tegude sihiks võiks olla Tema jumaliku majesteedi teenimine ja ülistamine.

*Esimeses sissejuhatuses* püüame näha paika. Siin peab silmas pidama, et nähtavate asjade või olendite vaatlemine või nende üle mediteerimine, nagu näiteks meie Issand Kristus, kes on nähtav, tähendab katset näha vaimusilmas reaalselt paika, kus asub see, mida ma soovin vaadelda. Ma ütlen, reaalselt paika, nagu näiteks templit või mäge, kus asub Jeesus Kristus või Jumalaema, – vastavalt sellele, mida ma soovin vaadelda. Kui vaatluse või meditatsiooni teemaks on nähtamatud asjad, nagu siinkohal patud, siis kujutlen oma hinge vangistatuna sellesse patusesse ihusse ja neid kahte selles hädaorus pagendatuna hirmsate metsloomade sekka. Öeldes “neid kahte”, mõtlen hinge ja ihu.

*Teine sissejuhatus* on Jumalalt, meie Issandalt, selle armu palumine, mida ma soovin ja igatsen. Palumine peab olema kooskõlas vaatluse teemaga; nimelt kui vaatluse teemaks on ülestõusmine, siis palume, et võiksime võidurõõmutseada koos võidutseva Kristusega; kui teemaks on kannatus, siis palume, et võiksime tunda valu, nutta ja kannatada koos kannatava Kristusega. Siinkohal tuleb paluda, et tunneksin häbi ja piina iseenda pärast, mõeldes sellele, kui paljusid on hukka mõistetud üheainsa surmapatu pärast ja kui mitmekordselt olen mina ära teeninud hukkamõistmise oma paljude pattude pärast.

*Märkus.* Enne iga vaatlust või meditatsiooni tuleb lugeda seesama ettevalmistav palve ja läbi teha nimetatud kaks sissejuhatus, mille teemat võib mõnikord muuta vastavalt vaatluse teemale.

*Esimene punkt* on esimese, see tähendab, inglite patu meeldetuletamine, siis sellest aru saada püüdmine, seejärel tahtejõu appivõtmine, et see kõik meelde jätta ja seda mõista, et võiksin sügavamalt häbi ja piina tunda, võrreldes inglite ühtainsat

pattu oma lugematute pattudega ja mõeldes sellele, et kui nemad läksid põrgusse üheainsa patu pärast, siis kui mitmekordselt olen mina oma paljude pattudega selle ära teeninud. Ma ütlen, tuletada meelde inglite pattu – sest nemad, kes nad olid armu lapsed, ei tahtnud kasutada oma vabadust selleks, et austada oma Loojat ja Issandat ning Talle kuuletuda. Nende kõrkuse läbi sai arm nendes kurjuseks, ja nad langesid taevast põrgusse; niisiis tuleb siin kõigepealt selle kõige üle sügavalt mõtiskleda ja püüda sellest aru saada, ja seejärel tahtejõu abil see kõik tunneteni viia.

*Teises punktis* tuleb teha sedasama, see tähendab, samal viisil kolmekordselt arutleda Aadama ja Eeva patu üle, tuletades meelde, kui kaua nad pidid tehtud pattu kahetsema ja kui palju kurja see inimesoole kaasa tõi, sest nii palju inimesi sattus selle läbi põrgusse. Ütlen, meelde tuletada, kuidas pärast seda, kui Adam Damaskuse väljadel loodi ja talle maine paradiis eluasemeks anti ning tema küljeluust Eeva sai, kuidas neil keelati hea ja kurja tundmise puust süüa ning nemad sealt sõid, tehes sellega pattu, kuidas nad siis, rõivastatud karustesse hõlstidesse ja paradiisist välja aetud, elasid kogu oma elu jumaliku õigluse kaitseta, millest nad olid ilma jäänud, palju vaeva nähes ja kibedat kahetsust tundes; ja siis selle kõige üle hoolikalt järele mõelda, kasutades tahtejõudu, nii nagu ülalpool õpetatud.

*Kolmas punkt.* Samal viisil mõtiskleda kolmanda patu üle, kõigi nende patu üle, kes üheainsa surmapatu pärast on põrgusse läinud, ja nendest paljudest, kellega seesama on juhtunud palju vähemate pattude pärast, kui mina olen teinud. Ma ütlen, mõtiskleda samal viisil kolmanda patu üle, meenutades, kui ränk ja kui hirmus on patustada oma Looja ja Issanda vastu; püüda aru saada, et see õnnetu on igavesti hukka mõistetud just sellepärast, et ta on patustanud ja eksinud lõpmatu headuse vastu. Lõpetuseks võetagu jälle tahtejõud appi, nagu juba õpetatud.

*Vestlus.* Kujutledes meie Issandat Kristust ristilööduna enda ees, vesteldes Temaga; sellest, kuidas Tema, meie Looja, sai inimeseks, kuidas Tema, kes elab igavesti, võttis vastu surma, et surra meie pattude pärast. Ja vaadeldes iseennast, rääkida sellest, mida ma olen Kristusele teinud, mida ma Kristusele teen, mida ma pean Kristusele tegema; ja nii, nähes Teda ristil, süveneda mõtetesse, mis mulle siinjuures tulevad.

Vestlus toimub tõeliselt rääkides, nii nagu üks sõber räägib teisega või sulane oma peremehega: kas selleks, et midagi paluda, või et mõne eksimuse eest andeks

paluda või et rääkida oma asjadest ja nende kohta nõu küsida. Siis lugeda üks *Meie Isa*.

TEINE HARJUTUS ON MÕTISKLUS PATTUDEST JA SISALDAB PEALE  
ETTEVALMISTAVA PALVE NING KAHE SISSEJUHAATUSE VIIS PUNKTI  
JA VESTLUSE

*Ettevalmistav palve* olgu samasugune.

*Esimeseks sissejuhatuseks* on samasugune arutlus.

*Teiseks* palun seda, mida ma soovin: siinkohal on selleks suur ja sügav valu ning pisarad oma pattude pärast.

*Esimene punkt* on pattude vaatlemine järjekorras, see tähendab, kõigi elu jooksul sooritatud pattude meenutamine, lastes silmade eest läbi aasta aasta järel või ajajärgu ajajärgu järel; selleks on kasulikud kolm asja: esiteks, vaadelda paika ja maja, kus ma olen elanud; teiseks, jutuajamisi teiste inimestega; kolmandaks, ametit, mida olen pidanud.

*Teine punkt.* Arutleda pattude üle, vaadeldes inetust ja kurjust, mis on igas surmapatus, olgugi, et ta pole keelatud.

*Kolmas punkt.* Vaadelda, kes ma olen, vähendades ennast näidete kaudu: esiteks, mis ma olen, võrreldes kõigi inimestega; teiseks, mis on inimesed, võrreldes kõigi inglite ja pühakutega paradiisis; kolmandaks, vaadelda, mis on kõik loodu võrreldes Jumalaga: mis võin siis mina üksi olla?

neljandaks, vaadelda kogu oma ihulikku patust ja inetust;

viiendaks, vaadelda iseennast kui haava ja häbiplekki, kustkaudu on tulnud nii palju pattu ja kurjust ja niisugust mürki.

*Neljas punkt.* Mõelda sellest, kes on Jumal, kelle vastu olen pattu teinud, Tema omaduste kaudu, võrreldes neid vastanditega, mis avalduvad minus: Tema tarkust oma rumalusega, Tema kõikvõimsust oma nõrkusega, Tema õiglust oma ebaõiglusega, Tema headust oma kurjusega.

*Viies.* Südamepõhjast tulev imestushüüe, mõeldes kõigist loodud olenditest, sellest, et nad on mu elu säästnud ja kaitsnud; inglitest, sellest, et nad on jumaliku õigluse mõök, sellest, et nad on minu pärast kannatanud, kuidas nad on mind kaitsnud ja minu eest palvetanud. Sellest, kuidas pühakud on minu eest kostnud ja palvetanud; ning taevast, päikesest, kuust, tähtedest, kõigist elementidest,



puuviljadest, kaladest ja loomadest; ning maapinnast, sellest, et ta ei ole avanenud, et mind neelata või et luua uusi põrgusügavikke, kus peaksin igavesti piinlema.

*Lõpetuseks* vestlus halastusest, rääkides Issanda, meie Jumalaga ja tänades teda, et Ta on mul lubanud selle päevani elada ning töötades Tema armu abiga ennast parandada. *Meie Isa.*

### KOLMAS HARJUTUS ON ESIMESE JA TEISE HARJUTUSE KORDAMINE, LISAKS KOLM VESTLUST

Pärast ettevalmistavat palvet tuleb korrata esimest ja teist harjutust, märkides üles ja tehes peatuse neis kohtades, kus tundsin kõige suuremat lohutust või kõige sügavamat ahastust, või kus mu vaim kõige suuremat naudingut tundis; seejärel võtan ette kolm vestlust järgmisel viisil:

*Esimene vestlus* Jumalaemaga, et Ta paluks mulle oma poja ja meie Issanda armu kolme asja jaoks: esiteks, et jõuaksin sügava arusaamiseni oma pattudest ja vihkaksin neid; teiseks, et mõistaksin oma tegude arutust, et võiksin nende vastu vastikust tundes end parandada ja korrale kutsuda; kolmandaks, et õpiksin maailma tundma, et võiksin tühised ilmalikud asjad endast eemale tõugata; siinkohal *Ole tervitatud, Maarja.*

*Teiseks*, samasugune vestlus Pojaga, et Ta juhiks mind oma Isa juurde; siinkohal *Anima Christi.*

*Kolmandaks*, samasugune pöördumine Isa poole, et Tema, igavene Issand, laseks mulle seda kõike osaks saada; siinkohal *Meie Isa.*

### NELJAS HARJUTUS ON SELLESAMA KOLMANDA KOKKUVÕTTEKS

Ma ütlen kokkuvõtteks, et mõistus kuhugi kõrvale kaldumata oleks innukas tegevuses selle kallal, mis ta läbivõetud harjutustest on talletanud; siinkohal needsamad kolm vestlust.

### VIIES HARJUTUS ON MÕTISKLUS PÕRGUST. SISALDAB PEALE ETTEVALMISTAVA PALVE JA KAHE SISSEJUHATUSE VIIT PUNKTI JA ÜHT VESTLUST

*Ettevalmistav palve*, nagu tavaliselt.

*Esimene sissejuhatus* on arutlus, kus püüame näha vaimusilmas põrgu suurust, laiust ja sügavust.

*Teine sissejuhatus* on selle palumine, mida ma soovin; siin on selleks palve suuta sügavalt tunnetada hukkamõistetute kannatusi, et kui ma oma nõrkuses unustan igavese Issanda armastuse, siis vähemalt hirm piinade ees aitaks mul patust hoiduda.

*Esimene punkt* on püüe näha vaimusilmas suuri leeke ja hingi leegitsevates kehaes.

*Teine*, kuulda nuttu, oigeid, karjeid, needusi meie Issanda ja Tema pühakute poole.

*Kolmas*, tunda suitsu, väävli ja roiskumise lõhna.

*Neljas*, tunda kibedaid asju nagu pisarad, kurbus ja südametunnistuspiinad.

*Viies*, tunda tulekeelte põletavat hingust, nagu hinged seda tunnevad.

*Vesteldes* meie Issanda Kristusega, mõelda hingedele, kes on pörgus, ühed sellepärast, et nad ei uskunud Tema tulekut, teised sellepärast, et nad küll uskusid, aga ei käinud Tema käskude järgi; ja seda kolmes osas:

esiteks ajast enne tema tulekut;

teiseks Tema eluajal;

kolmandaks, pärast seda kui Ta oli siin maailmas elanud. Siinkohal tänada Teda, et Ta on mind mõlema nimetatud patu eest hoidnud ja sellega mulle elu alles jättnud; ja ka selles eest, et Ta on minu vastu alati nii halastav ja armuline olnud; lõpetuseks *Meie Isa*.

*Märkus*. Esimene harjutus võetakse ette südaöö; teine hommikul kohe pärast ärkamist; kolmas enne või pärast missat, igatahes nii, et see toimuks enne sööki; neljas vespriajal; viies üks tund enne õhtusööki. Enam-vähem sama ajakava olen silmas pidanud kõigil neljal nädalal, sedamööda, kuidas vanus, tervis ja ilm lubavad harjutajal sooritada kõik viis harjutust või ka vähem.

## TÄIENDUSI HARJUTUSTE PAREMAKS SOORITAMISEKS JA OTSITAVA KERGEMAKS LEIDMISEKS

*Esimene täiendus*. Pärast voodisseheitmist mõelda enne uinumist umbes nii kaua, kui kulub ühe *Ole tervitatud, Maarja* lugemiseks, tunnile, mil ma pean tõusma ja sellele, mis ma siis ette võtan, mõeldes läbi harjutuse, mis mul siis teha tuleb.

*Teine*. Kui ma tõusen, siis, mõtlemata ühele või teisele, asun kohe mõtlema sellele, mida hakkam vaatlema esimeses, keskoises harjutuses, äratades endas

piina oma arvukate pattude pärast, tuues nende kohta näiteid, nagu õukondlane oma kuninga ja kogu õukonna ees, tundes häbi ja valu eksimuste pärast oma kuninga vastu, kelle poolt talle on rohkesti au ja armu osaks saanud. Samal viisil kujutlen ennast teises harjutuses aheldatud suure kurjategijana, kes läheb oma ahelais kõrgeima igavese Kohtuniku ette, nagu roimarid ahelais vangidena ajaliku kohtuniku ette astuvad. Selliste või ka muude mõtiskluste ainele vastavate mõtete saatel panen end riidesse.

*Kolmas.* Samm või kaks enne seda kohta, kus toimub vaatlus või mõtisklus, jään ühe *Meie Isa* ajaks seisma, tõstan oma mõtted Jumala ette, kujutledes, kuidas Issand, meie Jumal, minu peale vaatab, jne; siinkohal teen mingi aupaklikkuse või alandlikkuse liigutuse.

*Neljas.* Sooritada vaatlust mõnikord põlvili, mõnikord silmili maas lamades, mõnikord selili, mõnikord istudes, mõnikord seistes jne; ikka ja alati otsides seda, mida ma igatsen. Juhime tähelepanu kahele asjale: esiteks, kui leian selle, mida ma otsin, põlvitades, siis ei vaheta ma asendit; ja kui silmili maas olles, siis samuti; teiseks, kui olen ühes kindlas kohas leidnud selle, mida ma otsisin, siis jään sinna, püüdmata edasi minna, kuni leian rahulduse.

*Viies.* Harjutus lõpetatud, katsun järele, kas seistes või jalutades, kuidas vaatlus või mõtisklus möödus; ja kui see ei õnnestunud, siis uurin, mis põhjusel, et siis selle üle kahetsust tunda ja edaspidi end parandada; ja kui see õnnestub, siis tänada Jumalat, meie Issandat, ning püüda teisel korral samuti talitada.

*Kuues.* Hoiduda mõtlemast headele ja rõõmsatele asjadele nagu auhiilgus, ülestõusmine jne; sest mis tahes mõtted lõbust ja rõõmust takistavad kahetsuse ja valu tundmist meie pattude pärast; soovida seevastu valu ja kahetsuse tundmist, mõeldes surmale ja kohtumõistmisele.

*Seitsmes.* Loobuda samu eesmärke silmas pidades igasugusest valgusest, sulgedes aknad ja ukсед selleks ajaks, mil ma toas olen; kui ma just ei kavatse seal palvetada, lugeda või süüa.

*Kaheksas.* Mitte naerda ega öelda midagi, mis teisi naerma ajaks.

*Üheksas.* Hoida silmi maas, välja arvatud siis, kui tervitan või jätan hüvasti inimesega, kellega ma räägin.

*Kümnes* lisandus on patukahetsus, mis jaguneb seesmiseks ja välimiseks. Seesmine on piin oma pattude pärast, koos kindla otsusega mitte enam teha neid

ega ühtki teist. Väline patukahetsus, mis on esimese vili, on enda karistamine sooritatud pattude eest, ja selleks on kolm peamist viisi:

*Esiteks*, söömisel, sest kui loobume üleliigsest, siis pole see patukahetsus, vaid mõõdukus; patukahetsusega on tegu siis, kui loobume vajalikust, ja mida rohkemast, seda parem, aga seda nii, et see ei tooks kahju ega põhjustaks tõsist haigust.

*Teiseks*, magamisel; ja ka siin ei ole patukahetsus see, kui loobume ülearustest peentest või pehmetest asjadest, vaid see, kui loobume vajalikust, ja mida rohkemast, seda parem, aga seda nii, et see ei tooks kahju ega põhjustaks tõsiseid haigusi, samuti ei või oma sihi saavutamise nimel loobuda hädavajalikust unest, kui just ei kannatata kahjuliku harjumuse all üleliia palju magada.

*Kolmas* on oma ihu karistamine, tekitades talle tuntavat valu jõhvsärgi või ahelate palja ihu peal kandmisega või muul viisil lihasuretamisega.

*Märkus.* Kõige sobivam ja kindlam enesekaristamise viis tundub olevat teha seda nii, et valu ei oleks liiga tugev; et põhjustada küll valu, aga mitte haigust. Sellepärast tundub kõige sobivam, et piitsapiud oleksid peenikesed, põhjustades ainult välist valu, mitte aga tõsiseid haigusi.

*Esimene märkus.* Välisel patukahetsusel on kolm peamist eesmärki: esiteks, tehtud pattude hüvitamine; teiseks, iseendast võitusaamine, see on, tunnete allutamine mõistusele ja kõigi alumiste kehaosade suurem allutamine ülemistele; kolmandaks, mingi armu või anni otsimine ja leidmine, mida inimene igatseb; näiteks tunda sügavat valu oma pattude pärast, või nutta nende pärast, või piina ja valu pärast, mida meie Issand Kristus pidi kannatama, või leida lahendus mingitele kahtlustele, mis inimest vaevavad.

*Teiseks.* Tuleb tähele panna, et esimene ja teine täiendus käivad kesköiste ja varahommikuste harjutuste kohta, mitte aga nende kohta, mida sooritatakse muul ajal; ja neljandas täienduses soovitatavat ei võeta kunagi ette kirikus teiste ees, vaid salaja, näiteks kodus, jne.

*Kolmandaks.* Kui inimene ei leia seda, mida otsib, näiteks pisaraid, lohutust jne, siis on sageli kasulik muuta söömis- ja magamistavasid või teisi patukahetsuse viise, pühendades kaks või kolm päeva patukahetsusele ja järgmisel kahel või kolmel päeval loobuda sellest; sest ühed taluvad rohkem, teised vähem; ja ka sellepärast, et sageli jätame patukahetsused katki lihaliku

armastuse pärast ja eksliku ettekujutuse tõttu, et me omas inimlikus nõrkuses ei suuda nii palju taluda, ilma et see meie tervisele halvasti mõjuks; ja teinekord jälle, vastupidi, laskume liialdustesse, arvates, et meie ihu peab vastu; aga et Jumal, meie Issand, tunneb meid lõpmatult paremini, siis juhib Ta selliste muutuste läbi meist igäihe mõistmisele, mis on just temale kohane.

*Neljäs.* Sooritatagu südametunnistuse järelekatsumine, et vabaneda vigadest ja hooletusest harjutuste ja täiendustega tegelemisel; ja samuti teisel, kolmandal ja neljandal nädalal.

### VAIMULIKE HARJUTUSTE SAAMISLOOST

*See teos pole mõeldud neile,  
kes seda tahavad lugeda,  
vaid neile, kes tahavad tegutseda.*

*Vaimulike harjutuste  
esimese väljaande eessõnast*

21. mail 1521. a sai hispaania ohvitser Iñigo de Loyola raskelt haavata Pamplona piirikindluse kaitsmisel prantslaste eest. Kahurikuul purustas tema parema jala ning vigastas vasakut. Haavatu viidi koju, Loyola lossi, kus ta pikka aega vaakus elu ja surma vahel. Veidi kosunud, tahtis ta igavusest lugeda rüütliromaane. Ent neid polnud käepärast. Talle toodi hoopiski Saksi Ludolffi *Kristuse elu* ja Viraggio Jakobi *Pühakute elulood*. Need teosed avaldasid Loyolale tugevat mõju. Lisaks jumalik ilmutus. Tema hinges algas sügav pööre. Ta hakkas oma senise elu üle sügavalt järele mõtlema, seda põlgama ja kahetsema. Ta seadis endale eeskujuks pühakute ja märtrite heroilise elu – teha suuri tegusid armastusest Jumala vastu.

Ülalkirjeldatud pööre sai lähtekohaks *Vaimulikele harjutustele*. Loyola ei kirjutanud neid korraga, vaid osade kaupa ajavahemikus 1522-1541 oma vaimse arengu ja Jumala kogemise käigus. Oma mälestustes mainib Loyola *Harjutusi* esmakordselt 1526. a seoses Alcalas viibimisega ning 1527 seoses vangistuse ja kohtuprotsessiga Salamancas, kus bakalaureus Sancho de Frias vaatas kohtuliku uurimise korras läbi “kõik paberid, millele *Harjutused* olid kirjutatud”. Vanim meile teadaolev eksemplar on ilmselt redigeeritud 1535. a paiku. See sisaldab esimese nädala harjutusi ning katkendeid järgnevate nädalate harjutustest. 1548.

a kiitis paavst Paulus III *Harjutuste* ladinakeelse tõlke heaks, mis järgnevalt köögiladina versioonis ka trükki läks. Hispaaniakeelsed *Harjutused* avaldati 1615. a.

*Vaimulikud harjutused* moodustavad omalaadse juhatuse vaimulikku ellu, selle elu kava. Peamiseks taotluseks on vabanemine madalatest kirgedest ja patust, vaimne puhastumine ja uuenemine, Jumala teenimine, ossasaamine temast. *Harjutused* koosnevad neljast nädalast. Nädal ei pruugi siin tähendada seitset astronoomilist ööpäeva. Esimese nädala ülesandeks on süüme järelekatsumine ning tugeva patukahetsusvajaduse esilekutsumine. Teine nädal algab kolmainsuse, seejärel Jeesus-lapsukese ilmaletuleku ning tema järgneva käekäigu vaatlemisega. *Harjutused* tipnevad kahe vaenuväe – Lutsiferi lipkonna ja Kristuse lipkonna vastasseisu vaatlemisega. Õpilane on seega seatud valiku ette. Otsustanud Kristuse kasuks ning asunud tema teenistusse, järgnevad veel kaks nädalat harjutusi. Kolmanda nädala sisuks on Kristuse kannatuste vaatlemine ja läbielamine. Neljandal nädalal vaadeldakse ülestõusnud Kristuse au ja vägevust, hoomatakse vaimset rõõmu ja õndsust.

*Harjutustesse* koondas Loyola läbi omaenese praktika senise kristliku askeesi ja müstika kogemuse. Kuid oma hoiakult juba paljuski uusaegse inimesena lähtus ta arusaamast, et Jumalast võib alati osa saada, kui selleks ainult tahtmist ja pealehakkamist on. “Iga hetk võin ma leida Jumalat, kui vaid seda tahan.” Niisugune arusaam erineb põhimõtteliselt näiteks 12. saj. müstiku ja askeedi Clairvaux Bernard’i omast, mille järgi Jumal pole antud inimesele mitte tema pingutuse, vaid jumaliku armu läbi kingitusena. Niisiis sisuliselt tähendas Loyolale püüd kogeda Jumalat paljuski õiget viisi – meetodit (vrd meetod uusaegses filosoofias), mis võimaldaks igal inimesel saada Jumalast vahetult osa ning seega olla täiuslik inimene. Tähelepanuväärne on *Harjutuste* mõistuspärasus: enesevalitsemine, meeleliste tungide mahasurumine, isegi visioonide esilekutsumine on allutatud *ratio*’le. *Harjutuste* eesmärgiks pole mitte inimese jäägitu ärapöördumine maailmast – *vita contemplativa*, vaid tõhus *vita activa* – tegutsemine ja võitlus Jumala au nimel.

Maarja Kaplinski

Eduard Parhomenko