

# Duhovne vježbe Marka Aurelija i Petra Alkantarskoga te njihova postmoderna primjena

---

**Novaković, Ivan**

**Master's thesis / Diplomski rad**

**2022**

*Degree Grantor / Ustanova koja je dodijelila akademski / stručni stupanj:* **University of Split, Faculty of Catholic Theology / Sveučilište u Splitu, Katolički bogoslovni fakultet**

*Permanent link / Trajna poveznica:* <https://um.nsk.hr/um:nbn:hr:202:845919>

*Rights / Prava:* [In copyright](#) / [Zaštićeno autorskim pravom.](#)

*Download date / Datum preuzimanja:* **2025-03-18**



*Repository / Repozitorij:*

[Repository of The Catholic Faculty of Theology  
University of Split](#)



UNIVERSITY OF SPLIT



**SVEUČILIŠTE U SPLITU**  
**KATOLIČKI BOGOSLOVNI FAKULTET**  
**FILOZOFSKO-TEOLOŠKI STUDIJ**

**IVAN NOVAKOVIĆ**

**DUHOVNE VJEŽBE MARKA AURELIJA I PETRA**  
**ALKANTARSKOGA TE NJIHOVA POSTMODERNA**  
**PRIMJENA**

Diplomski rad

Split, 2022.

**SVEUČILIŠTE U SPLITU**  
**KATOLIČKI BOGOSLOVNI FAKULTET**  
**FILOZOFSKO-TEOLOŠKI STUDIJ**

**IVAN NOVAKOVIĆ**

**DUHOVNE VJEŽBE MARKA AURELIJA I PETRA**  
**ALKANTARSKOGA TE NJIHOVA POSTMODERNA**  
**PRIMJENA**

Diplomski rad  
iz filozofije  
Mentor: prof. dr. sc. Ante Vučkovića

Split, 2022.

## SADRŽAJ

Tablica fotografija.....	4
SAŽETAK .....	5
UVOD.....	6
Objašnjenje.....	7
Izbor i interes teme.....	7
Problematično.....	7
Hipoteza i ciljevi rada .....	8
Izvori i metode .....	8
Podjela diplomskoga rada .....	9
1. MARKO AURELIJE.....	10
1.1. Kronologija života Marka Aurelija .....	10
1.2. Misli – prvi susret s tekstem .....	11
1.2.1. Naslov .....	11
1.2.2. Kronološke naznake.....	12
1.2.3. Autor i njegovo djelo .....	13
1.3. Misli – kao duhovne vježbe .....	14
1.3.1. Stoicizam misli.....	15
1.3.2. Temeljne stvari za provođenje duhovnih vježbi .....	16
1.3.3. Hrana duhovnih vježbi.....	17
1.3.4. Cilj duhovnih vježbi.....	18
2. POSTMODERNA PRIMJENA ANTIČKE DUHOVNOSTI.....	19
2.1. Filozofska praksa.....	19
2.2. Filozofsko savjetovanje.....	20
3. PETAR ALKANTARSKI I RAZMATRANJE .....	21
3.1. Život Petra Alkantarskoga.....	21

3.2.	O molitvi i razmatranju .....	22
3.3.	Šest stvari potrebnih za razmatranje.....	22
3.3.1.	Priprava koja je potrebna za molitvu .....	23
3.3.2.	Čitanje .....	23
3.3.3.	Razmatranje .....	24
3.3.4.	Zahvaljivanje.....	25
3.3.5.	Predanje.....	25
3.3.6.	Prošnja.....	26
4.	E - DUHOVNE VJEŽBE .....	27
4.1.	Franjevački samostan Pohođenja Blažene Djevice Marije u Pazinu .....	27
4.2.	Što su e-duhovne vježbe?.....	28
4.3.	Voditelji e-duhovnih vježbi.....	28
4.4.	E-duhovne vježbe u praksi .....	29
4.4.1.	Prve e-duhovne vježbe, Korizma 2017. godine (IV. Korizmeni tjedan) .....	29
4.4.2.	„Budi iznenađenje svima!“ Korizma 2019. godine (Veliki tjedan).....	31
5.	USPOREDBA RAZMATRANJA PETRA ALKANTARSKOGA I E – DUHOVNIH VJEŽBI KROZ KORIZMU 2017. I 2019. GODINE .....	33
5.1.	Koraci u razmatranju .....	33
5.2.	Vrijeme razmatranja.....	34
5.3.	Svjedočanstva sudionika .....	34
6.	USPOREDBA DUHOVNIH VJEŽBI MARKA AURELIJA I PETRA ALKANTARSKOGA.....	37
6.1.	Vanjske značajke.....	37
6.2.	Unutarnje značajke .....	38
	ZAKLJUČAK .....	40
	BIBLIOGRAFIJA.....	42
	IZJAVA O AKADEMSKOJ ČESTITOSTI .....	44
	ABSTRACT.....	46

## **Tablica fotografija**

1. Izbornik aplikacije e-duhovnih vježbi
2. Postavke o vremenu razmatranja

## SAŽETAK

Čovjek je duhovno biće. On vjeruje u vrhovno biće koje ovisno o vjerovanju naziva različitim imenima. Da bi se raslo u duhovnom području, kao i u drugim područjima potrebno je vježbati se. Da bi neki sportaš bio vrhunski u svome sportu potrebno je da svoje tijelo podvrgne raznim fizičkim treninzima i vježbama, a duh samodisciplini. Isto tako je i na duhovnom putu, da bi netko postao vrhunski „duhovnik“ potrebno je da prakticira duhovne vježbe.

Pred nama se nalaze dva velikana u duhovnom području, Marko Aurelije i Petar Alkantarski. U ovom radu kroz šest poglavlja iznosimo na koji način se provode duhovne vježbe po Marku i Petru i što je sve potrebno za obavljanje duhovnih vježbi. Kada smo se upoznali s njihovim vježbama radimo vremenski skok i odlazimo u postmoderno društvo. U postmoderni pronalazimo nove oblike Markovih i Petrovih duhovnih vježbi kroz filozofsko savjetovanje i e – duhovne vježbe. Kroz ta dva oblika Markove i Petrove duhovne vježbe i danas su vrlo aktualne i imaju svoju zapaženu primjenu u društvu.

Zaboravimo na sve predrasude između antičke filozofije i kršćanstva i pogledajmo koliko je više onih dodirnih točki koje nas ujedinjuju, a svatko ih od nas naziva drugačijim imenom.

*Ključne riječi: duhovne vježbe, Marko Aurelije, Petar Alkantarski, filozofska praksa, filozofsko savjetovanje, e – duhovne vježbe.*

## UVOD

Živimo u XXI. stoljeću, stoljeću koje je obilježeno velikim tehnološkim napretkom, dostupnošću raznih materijala i sadržaj, ali čini se da čovjek nikada nije bio pogubljeniji. Znanost nam je dala razne odgovore o svemiru, Zemlji, prirodnim zakonitostima, načinu funkcioniranja ljudskoga organizma i u mnogim otkrićima nam je poboljšala i pojednostavnila život. U velikoj dostupnosti medijskih sadržaja i raznih mogućnosti ponekad je teško razabrati bitno od nebitnoga, pozitivno od negativnoga i odlučiti se za ono što čovjeka obogaćuje. U tom raznom previranju, ljudski duh je onaj koji najčešće upada u razne nedoumice, a duhovno se stavlja u društvene margine kao nešto što je zastarjelo. Čovjek je duhovno biće i stoga ne čudi činjenica da, iako je okružen svijetom koji ne mari za duhovnost, želi razviti i obogatiti svoj duhovni život, a to se jedino postiže kroz duhovne vježbe. Kada kažemo duhovne vježbe u napasti smo da pod utjecajem religijskoga shvaćanja, automatski se zaustavimo na provođenje pojedinih religioznih rituala i pripadnosti nekoj religijskoj zajednici. Velikoj većini čitatelja prva asocijacija na riječ duhovne vježbe je Ignacije Loyola. Njegova metoda meditacije je jako raširena i dosta poznata. Asocijacija je vrlo dobra, ali duhovne vježbe su nešto puno šire i dosta starije od vremena života Ignacija Loyole.

Što su duhovne vježbe? Zašto koristimo taj naziv? Danas najčešće zbog vezanja duhovnih vježbi uz religije ljudi pokušavaju ne govoriti o duhovnosti. Možda bi bilo poželjno kazati: moralne, etičke, intelektualne, misaone vježbe, ali sve ove vježbe obuhvaćaju samo dio onoga o čemu želimo govoriti. U duhovne vježbe su uključeni svi segmenti ljudskoga postojanja, tijelo, mašta osjećajnost, a svaki od nabrojanih oblika isključuje neku ljudsku dimenziju. Zato nam je najprikladniji izraz duhovne vježbe: „Riječ duhovni, omogućuje razumjeti da su te vježbe djelo ne samo misli, nego i cjelokupne psihe pojedinca, a prije svega otkriva prave dimenzije tih vježbi: zahvaljujući njima, pojedinac se uzdiže do života objektivnoga Duha, to jest, premješta se u perspektivu Svetoga, dosegnuti vječnost premašivši sebe.“<sup>1</sup> Bez duhovnoga vježbanja čovjek teško ustraje u životnim načelima i često je podložan promjeni. Zato su ljudi od samih početaka obavljali duhovne vježbe. Pred nama se nalaze duhovne vježbe cara, filozofa Marka Aurelija i kršćanskoga redovnika Petra Alkantarskoga te njihova primjena u postmodernom društvu.

---

<sup>1</sup> Pierre Hadot : *Duhovne vježbe i antička filozofija*, Sandorf & Mizantrop, prev. Zlatko Wurzburg, Zagreb, 2013, str. 15., dalje DVIAF.



## **Objašnjenje**

Čovjek kao tjelesno, duševno i duhovno biće u procesu je stalnoga izrastanja prema svojemu punomu ostvarenju. Da bi dosegnuo potpuno ostvarenje svoga bića, mora se ravnomjerno razvijati na svim trima područjima. Tjelesni i duševni (afektivni) razvoje je nešto što se razvija u vremenu, možda automatizmom, ali duhovna dimenzija je nešto što je svakom čovjeku specifično. Rasti u prve dvije dimenzije sve do ljudske zrelosti uvjet je i za duhovnu zrelost. Općenito govoreći, duhovni je život u skladu s temeljnim vrjednotama za koje se čovjek opredijelio i po kojima živi. Različite filozofije i religije imaju svoje svjetonazore, svoje sustave vrjednota i svoje poimanje temeljnih duhovnih vrjednota. Duhovnost nije nešto što nije rezervirano samo za pojedine pripadnike nekih filozofija ili religija veće je ona stvarnost koja sve prožima. Stoga se može govoriti o duhovnostima različitih filozofija, religija i pokreta.

U našem istraživanju usredotočit ćemo se na proučavanje fenomena koje nazivamo duhovne vježbe. One su poveznica koja povezuje filozofiju i sve druge religije. Pokazalo se da je potrebno još više zblížiti, kroz zajedničke točke, filozofske pravce (filozofiju) i kršćansku religiju jer u povijesti je bilo previše sukoba između filozofije i kršćanstva, a ti sukobi često su počivali na nerazumijevanju jednih prema drugim i na krivim postavkama koje nisu utemeljene na činjenicama već na predrasudama. Naše istraživanje ograničit ćemo na duhovne vježbe filozofa Marka Aurelija i katoličkoga redovnika Petra Alkantarskoga.

## **Izbor i interes teme**

Ono što je najviše privuklo našu pozornost su zajednički koraci i dodirne točke u filozofskim duhovnim vježbama (Marka Aurelija) i kršćanskim duhovnim vježbama (Petra Alkantarskoga). Pitali smo se može li se ta povezanost iskoristiti u što većem prihvaćanju i suživotu antičke filozofije i kršćanstva. Promatrajući s moralnog, duhovnog, društvenog stajališta ova poveznica je vrlo bitna i most je za daljnje produbljivanje odnosa.

## **Problematično**

Nakon duboke analize značenja naše teme o duhovnim vježbama, na pamet su nam došla sljedeća pitanja: Što su duhovne vježbe? Što su filozofske vježbe? Što je potrebno za provođenje duhovnih vježbi? Koji je cilj duhovnih vježbi? Kakva je veza između antičke

duhovnosti i postmoderne? Što je filozofska praksa, a što filozofsko savjetovanje? Što su kršćanske duhovne vježbe? Koji su koraci u duhovnim vježbama? Što su e – duhovne vježbe? Tko ih vodi, kada su nastale? Kako izgledaju kršćanske duhovne vježbe u postmoderni? Postoje li zajedničke točke filozofskih i kršćanskih vježbi? Ako je ono što ujedinjuje ljude veće od onoga što ih razdvaja kroz provođenje duhovnih vježbi, kako to da se ne poduzima nikakva inicijativa da se više radi na ljudskom jedinstvu i zajedničkom suživotu kroz vježbe u praksi? Mnogo je pitanja o duhovnoj sferi općenito, a posebno o provedbi duhovnih vježbi.

### **Hipoteza i ciljevi rada**

Nastojeći razumjeti našu temu o perspektivi vježbi duha, recimo da je za nas najvažnija odrednica ljudskoga biće da je duhovno biće. Naime, da bi uistinu mogao živjeti, razvijati se i ljudski djelovati, čovjeku su osim materijalnih dobara potrebna i duhovna. Svaki čovjek, živio on u antici, srednjem vijeku ili ovom postmodernom vremenu pokazuje žeđ za duhovnim, za Apsolutnim, za Bogom, premda ga često traži na krivim putovima. Žeđ za duhovnim nešto je iskonsko u njemu, sastavni dio njegova bića. Svaki čovjek, svjestan toga ili ne, u dubini duše žudi za istinom, dobrotom, ljubavlju, ljepotom, u konačnici za Bogom. Samo ovisno o uvjerenju za antičke filozofe taj Bog je Priroda, a za kršćane Isus Krist.

### **Izvori i metode**

Kršćanstvo je od samih svojih početaka prihvaćalo sva ona uvjerenja koja se direktno nisu kosila kršćanskoj misli. Ponekad je bilo teško promatrati širu sliku nekoga pojedinca ili čitavoga učenja pa smo svjedoci da bi neki ljudi i učenja bilo odbačeni. Mi se zato u ovome radu ne želimo baviti stvarima koje nas udaljuju jedni od drugih već želimo staviti naglaska na ono što nas ujedinjuje. Zato se ovaj diplomski rad temelji na knjigama Marko Aurelije, *Misli* i Petar Alkantarskoga, *O molitvi i razmatranju*, na duhovnim vježbama koje su u knjigama donesene. Kako bismo u potpunosti shvatili ideju duhovnih vježbi, koristili smo se interpretativnom metodom. A sve je to okrunjeno kritičkim promišljanje koraka u duhovnim vježbama. Ne tvrdimo da dajemo iscrpan pogled svih zajedničkih elemenata, već vrlo nijansiranu bilješku, obojenu poniznošću. Stoga se interpretativna i manje-više komparativna metoda pokazuje povoljnijom za ovu temu. Bit će nam važno razjasniti kako duhovne vježbe donesene u *Mislima* i u *O molitvi i razmatranju* imaju puno zajedničkih elemenata i točaka.

## Podjela diplomskoga rada

Ovaj diplomski rad podijeljen je u šest glavnih poglavlja, nakon uvoda i prije zaključka. Prvo poglavlje nosi naslov: „Marko Aurelije.“ Nakon prikaza kratke kronologije Markova života, usredotočili smo se na prikaz njegova djela *Misli*. Prvo na stvari koje iz *Misli* možemo zaključiti, a potom *Misli* kao duhovne vježbe. Drugo poglavlje, pod nazivom “Postmoderna primjena antičke duhovnosti“, sadrži dvije točke, filozofska praksa i filozofsko savjetovanje. Treće poglavlje „Petar Alkantarski i razmatranje“, iznosi kratki prikaz Petrova života i ono što nam je važnije, analizu koraka u razmatranju u djelu *O molitvi i razmatranju*. Četvero poglavlje „E – duhovne vježbe“, donosi objašnjenje što su e – duhovne vježbe, gdje su nastale, tko ih vodi te kako se konkretno primjenjuju. Peto poglavlje „Usporedba razmatranja Petra Alkantarskoga i e – duhovnih vježbi kroz Korizmu 2017. i 2019. godine“, sadrži tri točke, koraci u razmatranju, vrijeme razmatranja i svjedočanstvo sudionika. Šesto poglavlje „Usporedba duhovnih vježbi Marka Aurelija i Petra Alkantarskoga“ sadrži dvije točke, vanjske i unutarnje značajke.

# 1. MARKO AURELIJE

## 1.1. Kronologija života Marka Aurelija

Dana 26. travnja 121. godine u Rimu<sup>2</sup> je rođen Marko Aurelije, rimski car i stoički filozof. Izvorno ime pri rođenju bilo mu je Marko Anije Ver. U trenutku njegovog rođenja Rimskim je Carstvom vladao car Hadrijan, a granice rasprostiranja rimske vlasti bile su gotovo na vrhuncu (carstvo je bilo veće samo u doba Hadrijanovog prethodnika Trajana).

Marko Aurelije rodio se u bogatoj patricijskoj obitelji. Otac mu je bio Marko Anije Ver, rimski pretor, dok mu je majka bila Domicija Lucila, nasljednica velikog bogatstva. Naime, majka Marka Aurelija naslijedila je velike ciglane i tvornice keramike smještene pokraj Rima, u kojima se proizvodio i građevni materijal za rimski Kolosej te Panteon. Antonin Pio posvojio je Marka Aurelija, kojem je ime zbog toga izmijenjeno u Marko Elije Aurelije Ver. Uskoro ga je car Antonin Pio dodatno uzvisio titulom cezara, a kad je naslijedio carsko prijestolje dobio je Marko Aurelije puno ime Imperator Cezar Marko Aurelije Antonin August<sup>3</sup>. Konzul je bio 140. i 145., tribun 147., zatim suvladar Antonina Pija, a nakon njegove smrti car od 161. do 180. Ratovao je protiv Parta (162.–166.), zauzeo Armeniju, Mezopotamiju i upao u Mediju. Uspio je odbiti i poraziti (167.–168.) plemena Markomana, Kvada i Jaziga, koja su napala podunavska područja Rimskoga Carstva i doprla do Akvileje. Ugušio je ustanke u Britaniji (162.), Egiptu (172.) i pobunu Avidija Kasija (175.). Umro je u Vindobonu, današnji Beč, 17. III. 180. godine.

Za svoje vladavine pojačao je nadzor nad provincijama, štednjom sanirao državne financije, proveo reforme u građanskom pravu te osnivao škole. Markova vladavina u trajanju od devetnaest godina zabilježena je kao posljednje razdoblje sjaja Rimskoga Carstva.

O Marku je kao o caru puno rečeno i puno toga zapisano. Nama u ovome radu nije cilj dočarati njegovu veličinu kao cara, već ćemo se posvetiti Marku kao stoičkom filozofu.

---

<sup>2</sup> Usp. Mary Beard : *Povijest starog Rima*, Školska knjiga, prev. Ivan Ott, Zagreb, 2017.

<sup>3</sup> lat. Imperator Caesar Marcus Aurelius Antoninus Augustus.

## 1.2. Misli – prvi susret s tekstom

Marko Aurelije pred kraj života, u kratkim predasima između bitaka i raznih drugih dužnosti, piše dnevnik kao svojevrsnu introspekciju i pomoć samome sebi. No, kako je povijest pokazala, ne samo sebi, već i svim drugim ljudima kao neprocjenjivo blago i dar njegova duha.

### 1.2.1. Naslov<sup>4</sup>

Prvo tiskano izdanje djela Marka Aurelija imamo iz godine 1559. i tek tada je ono dobilo otvorena vrata prema Zapadu pod naslovom *Misli*. Djelo je izvorno napisano na grčkom jeziku. Možda nekome čudno izgleda da jedan rimski car piše na grčkom jeziku, ali to je bilo sasvim normalno kada sagledamo okolnosti života i interese koje je imao car Marko. U Rimu za vrijeme života Marka Aurelija osobe koje su pokušavale živjeti filozofski koristile su jezik filozofije, a to je grčki. Mnogi to nisu mogli razumjeti pa su ovu činjenicu, da su *Misli* napisane na grčkom jeziku koristili kao dokaz da Marko Aurelije nije autor ovoga teksta.

Izdanje grčkoga teksta, ali i prijevoda na razne europske jezike otvorilo je mogućnost da djelo dođe do široke populacije. Upravo se to dogodilo i u kratkom vremenu djelo je doživjelo veliki uspjeh. Kako Zapad ima tendenciju sve svrstati u određene kategorije tako se pojavio problem gdje svrstati *Misli*, u koji rod. Obično u antici sam naslov djela sugerira u koji rod ga treba djelo smjestiti, ali ne smijemo zaboraviti da je u antici rijetko koji autor davao naslov svome tekstu. Najčešće su ti tekstovi bili izgovoreni prilikom predavanja i zapisivanjem slušatelja ulazili su bez naslova u knjižicu škole. Kasniji bi učenici zbog lakšega snalaženja davali tekstu naslov prema djelu ili problemu o kojem tekst govori.

Više je nego vjerojatno da naslov koji danas poznajemo ne potječe od samoga autora. Teško da je Marko promišljao o tome da tekstu kojega je pisao samo za sebe dadne nekakav naslov. Naslov je redakcija nekoga prepisivača Markova rukopisa. Na prijelazu IX. u X. stoljeće imamo sačuvan Markov tekst bez naslov, već u opisu stanja teksta piše kako je to „vrlo korisna knjiga cara Marka“. Ni ostali sačuvani rukopisi ne donose nam nikakav naslov. Tek nakon objavljivanje prevedenoga teksta na druge europske jezike donosi se naslov: 1559. na latinski: *De seipso seu vita sua* ( O samom sebe ili o svojem životu), Daljnjim tiskanjem i prevođenjem pojavljuju se razni naslovi: „ O dužnostima svojega života“, „Pločice“, „Moralne

---

<sup>4</sup> Usp. Pierre Hadot : *Unutarnja tvrđava*, Sandorf & Mizantrop, prev. Bosiljka Brlečić, Zagreb, 2016, str. 33.-35., dalje UT.

misli“, „ Bilješke koje je pisao za samoga sebe“, „Misli“, „Razmišljanja o sebi“, „Meditacije“ i mnoge druge inačice.

### 1.2.2. Kronološke naznake

Prirodno je da svakoga čitatelja zanimaju pojedinosti iz života autora djela kojega čitaju. Kolika je bila životna dob i okolnosti u kojima se nalazio autora prilikom pisanja. *Misli* su nešto bezvremensko, one su odsjaj stanja autora, ali i same filozofije kojoj autor teži zato nam je u njima teško i gotovo nemoguće tražiti kronologiju nastanka. Ipak postoje dva mjesta u tekstu koja nam eventualno mogu približiti godini nastanka.

Prvi je između sadašnjog I. i II. knjige: „ Napisano u zemlji Kvado<sup>5</sup>, na obali Grana<sup>6</sup>“, a drugi između sadašnje II. i III. Knjige: „napisano u Karnuntumu<sup>7</sup>“. Jednu zanimljivu činjenicu nam otkiva spominjanje rijeke Gran (Hron), a to je da car nije vodio vojne pohode samo iz logora Karnuntumu, već da je ulazio preko Dunava u teritorij Kvada koji su pripadali germanskim plemenima koja su kasnije osvojila Rimsko Carstvo. Car je bio pravi vođa svoje vojske i nije se bojao svojim primjerom i vodstvom biti im predvodnik na vojnim podvizima.

Pitanje koje se otvara je na koje se dvije knjige odnese ove dvije naznake? Da bi dobili odgovor na to pitanje vraćamo se u antiku. U antici su se naslovi mogli stavljati na početak ili na kraj neke knjige. Ako su bilješke stavljene na kraj, prva se odnosi na I. knjigu, a druga na II. knjigu. Ako su stavljene na početak, prva se odnosi na II. knjigu, a druga na III. Knjigu. Kroz povijest izneseni su dokazi za jednu i za drugu tvrdnju. Mi ćemo se odlučiti, sljedeći Pierra Hadota<sup>8</sup> na mogućnost da su naznake stavljene jedna na početak II. knjige, a druga na početak III. knjige. Zanimljivo je otkriti i utvrditi da je barem jedan dio *Misli* napisan za vrijeme

---

<sup>5</sup> Kvadi (lat. Quadi), germanski narod, nastanjen na području kasnije Moravske, kamo su bili potisnuti za rimske ekspanzije. Pod tim imenom spominje ga Tacit, dok ga Cezar naziva Svevi. Dugo su bili povezani s Markomanima, s kojima su oko 166. putovali preko limesa sve do Akvileje. Iako ih je god. 180. Marko Aurelije uspio potisnuti na sjever, stalno su izazivali nestabilnost na toj granici. Na poč. V. st. Kvadi su se u seobi priključili Vandalima i zajedno s njima osnovali državu u sjeverozapadnoj Španjolskoj. Kvadi. Hrvatska enciklopedija, mrežno izdanje. Leksikografski zavod Miroslav Krleža, 2021. Pristupljeno 22. 6. 2022. <http://www.enciklopedija.hr/Natuknica.aspx?ID=34845>.

<sup>6</sup> Hron (madž. Garam, njem. Gran), rijeka u južnoj Slovačkoj; duga 271 km. Izvire u području između Niskih Tatra i Slovačkoga Rudogorja; utječe u Dunav kod Esztergoma (Mađarska). Na njezinim obalama leži Banská Bystrica. Hron. Hrvatska enciklopedija, mrežno izdanje. Leksikografski zavod Miroslav Krleža, 2021. Pristupljeno 1. 9. 2022. <http://www.enciklopedija.hr/Natuknica.aspx?ID=26365>.

<sup>7</sup> „Karnuntum je bio vojna baza koju su Rimljani početkom prvoga stoljeća poslije Krista podigli na Dunavu, nedaleko od današnjega Beča(ondašnje Vindobone) i u kojemu je boravilo nekoliko tisuća legionara. Pokraj logora razvio se gradić, s amfiteatrom sagrđenim u drugom stoljeću. Za vrijeme ratova protiv Kvada i Markomana, Marko Aurelije u njemu je podigao svoj glavni štab od 170. do 173. godine.“( za više: UT, str. 260.)

<sup>8</sup> Usp. UT, str. 260.-262.

ratnoga pohoda, od 171. do 173. godine i to u vremenu kada autor ne boravi u sigurnosti vojnoga logora već se nalazi u teritoriju neprijateljskih naroda. Iz te perspektive je lakše shvatljiva prisutnost govora o smrti kroz II. i III. knjigu, a i u II. knjizi Marko donosi odluku da se definitivno posveti duhovnim vježbama koje će mu pomoći da potpuno zaživi filozofskim životom. Način njegova djelovanja i ponašanja sugerira da je filozofski život bio ono što je htio i što je pokušavao, u većoj ili manjoj mjeri živjeti u svome životu.

Čini se da su sve ostale knjige napisane nakon Markova povratka u Rim od 173. do njegove smrti 180. godine. Sadašnja I. knjiga po svome književnom stilu i strukturi podosta odudara od strukture i stila II. – XII. knjige. Izgleda da je napisana dosta kasno jer autor nabrja i govori samo o pokojnim osobama<sup>9</sup>, čak je carica Faustina umrla, što sugerira da je napisana iza 176. godine. Knjiga I. je zahvala autora, a knjige II. do XII. su meditacije o dogmama i pravilima stoičkoga života.<sup>10</sup>

### 1.2.3. Autor i njegovo djelo

Kada pokušavamo interpretirati neko književno djelo nalazimo se pred dvije krajnosti, prva je da tekst tako interpretiramo kao da autor u njemu potpuno sebe otkriva i izražava u djelu koje stvara i da je djelo u potpunosti slika i prilika tvorca. Druga je da tekst tako interpretiramo kao da nema autora, uopće nije bitno tko je nešto napisao, već se misli da je tekst apsolutno slobodan i da ga možemo tumačiti bez da se osvrćemo na konkretni život autora i ono što je sam autor govorio i u životu proživio.

Čovjek u pisanju nikada nije potpuno slobodan. Uvijek ga prati njegova osobnost, ali i društveno – političke okolnosti u kojima živi. Sve ove stvari u antici su bili još i izraženije. Antički autor je podvrgnut strogim pravilima pisanja. Jedna određuju način pisanja, književne rodovi što ih definira retorika, stil, različite figure mišljenja. Druga određuju građu, ono što se piše, teme kojima se autor mora baviti. Svi filozofi su smješteni u tradicije pojedinih škola koje definiraju i nameću pitanje i probleme koje moraju obraditi određenim redoslijedom i argumentacijom.

---

<sup>99</sup> Usp. Marko Aurelije, *Samom sebi*, Tragovi, prev. Zvonimir Milanović, Zagreb, 2001., knjiga I., str. 11.-20., dalje SS.

<sup>10</sup> Za detaljno razrađenu kronologiju i upute za dodatnu literaturu pogledati: UT, str. 260. do 262.

Konkretno u djelu *Misli*, vidljivo je da Marko baštini propise koje mu je zadala stoička škola, a posebno oblik stoicizma koji je definirao Epiktet<sup>11</sup>. Osnove pisanja je baštiniio. Za njega nije bitno donijeti neki novi način mišljenja, već utjecati na samoga sebe. Već poznate teze primijeniti na vlastiti život. Nakon što se proizvede učinak u vlastitoj nutrini potrebno je na tom putu ustrajati, a za to su potrebne duhovne vježbe. Zanos u određenom trenutku je silan, ali nažalost brzo izgubi svoj polet. Kada se to dogodi potrebno je opet iznova započeti s duhovnim vježbama, da bi se iznova oživjelo uvjerenje koje crpimo iz životnih načela i pravila.

Ovakva argumentacija može nas odvesti da niječemo sve što je povijesna psihologija zaključila o životu Marka Aurelija, kao što su njegova želučana bolest, ovisnost o opijumi i slične stvari koje su povjesničari na temelju pojedinih riječi pokušali zaključiti, a neke stvari zbog oskudnih podataka jednostavno se ne daju zaključiti. Pametno je kazati da je puno stvari i dalje upitno i da se ne može dati konačni odgovor. Ovo ne znači da Marko Aurelije nije uopće prisutan u *Mislima* i da bi svaki drugi stoički autor napisao isto da se nalazi u istim životnim poteškoćama: „To prividno neosobno djelo u konačnici je vrlo osobno. Marko ima svoj stil, omiljene teme, ponekad opsesije i preokupacije koje ga muče, a koje se rađaju iz obavljanja njegove carske dužnosti. A mi vrlo dobro znamo što je htio postići pišući to djelo: djelovati na samoga sebe, dovesti se u određeno stanje duha, odgovoriti na konkretne probleme koje su pred njega postavljale razne situacije svakodnevnoga života.“<sup>12</sup>

### 1.3. Misli – kao duhovne vježbe

Što je za stoike filozofija? Kako se ona očituje? Glavan postavka je: filozofija je vježba. Filozofija nije apstraktni nauk niti razlaganje teksta. Filozofija je umijeće življenja, konkretno držanje, utvrđeni stil života i odnosi se na cjelokupnu životnu egzistenciju. Filozofsko djelovanje se ne odnosi samo na znanje, nego na cijelu osobu i opstojanje. Filozofija je proces, rast u kojem rastemo i postajemo bolji. Filozofija je obraćenje koje mijenja cijeli život i koje mijenja srž onoga tko vježba.

---

<sup>11</sup> Epiktet, jedan od najpoznatijih filozofa stoicizma, rođen je 55. godine u Hijerapolu u Maloj Aziji kao rob, sin majke ropkinje. Živio je i služio u Rimu gdje mu se pružila prilika da se školuje, te je upravo obrazovanje imalo odlučujuću ulogu u njegovom životu. Carevi Marko Aurelije i Hadrijan samo su neki od poznatih Rimljana koji su postali njegovi učenici. Za upoznavanje filozofske misli pogledati: Epiktet: *Priručnik*, KruZak, pre. Pavel Gregorić, Zagreb, 2006.

<sup>12</sup> UT, str. 244.



### 1.3.1. Stoicizam misli<sup>13</sup>

Nesreća dolazi iz želje za dobrima koja se ne mogu postići ili iz želje za izbjegavanjem zala koja se ne mogu izbjeći. Filozofija odgaja čovjeka da želi samo što može postići i izbjegava zla koja može izbjeći. To je moguće samo ako dobra i zla stoje u ljudskoj volji. Dakle, moralno dobro i moralno zlo: „Iza tog apsolutno prvoga načela, prema kojem je jedino dobro moralno dobro, a jedino zlo moralno zlo, proizlazi da ni bol ni užitak nisu zla ni nesreće, da je samo sramota moralno zlo, da nam se krivnja koju nam nanesu, odnosno pogreška koju učine protiv nas, ne tiče, nego da onaj koji učini pogrešku nanosi zlo samom sebi i da ona nije nigdje drugdje nego u njemu.“<sup>14</sup> Sve drugo što nije u našoj volji treba promatrati ravnodušno. Spada u sudbinu, a sudbinom upravlja priroda: „Ako se zbog nečega ljutiš, znači da si zaboravio: da se sve događa u skladu s univerzalnom Prirodom, da te se učinjena pogreška ne tiče, i, osim toga, da se sve što se događa uvijek događa tako i da će se uvijek tako događati i da se, u ovom istom trenutku, događa svugdje na isti način, koliko je čvrsta povezanost čovjeka s cijelim ljudskim rodом: jer nije posrijedi zajedništvo krvi ili sjemena, nego zajedništvo uma, a zaboravio si i: da je um svakoga čovjeka Bog i da je potekao spuštajući se odozgo, i da nikome od nas ništa ne pripada kao njegovo vlasništvo, nego da dijete, tijelo, sama duša dolaze odozgo, i da je sve vrijednosni sud, i da svatko živi i gubi samo sadašnje.“ (XI, 26) U ovom odlomku, Marko iznosi zajedno osam temeljnih točaka, koje pružaju skup sredstava za primjenu pravila djelovanja. Propisuju da se mirno prihvati ono što se događa, a ne ovisi o našoj volji. Prva je: svi događaji su u skladu s univerzalnom prirodom. Druga je: učinjene pogreške nas se ne tiču. Treća: determiniranost događanja, u istom trenutku se iste stvari događaju svugdje na isti način. Četvrto: povezanost između ljudi nije zajedništvo krvi i sjemena, nego zajedništvo uma. Peta: um svakoga čovjeka je Bog. Šesta: čovjeku ništa ne pripada kao njegovo vlasništvo, već kao dar odozgo. Sedma: sve je vrijednosni sud. Osmo: svatko živi i gubi samo sadašnjost.

Ove točke se neprestance ponavljaju kroz djelo Marka Aurelija. One nisu nešto novo otkriveno, već ih Marko poznaje iz drugih izvora. Njih povezujemo s dogmama stoicizma koje autor u *Mislina* objašnjava, povezuje, dokazuje, a najčešće ponavlja kako bi konstantno sebi posjetio njihovu snagu i njihovu životnost.

---

<sup>13</sup> Usp. Jonas Salzgeber : *Mala knjiga stoicizma*, Planetopija, prev. Matija Pospiš, Zagreb, 2020.

<sup>14</sup> UT, str. 49.-50.

### 1.3.2. Temeljne stvari za provođenje duhovnih vježbi

Filozofija je umijeće življenja, konstantno vježbanje. Za čovjeka koji se želi baviti filozofijom, koji želi postati filozof neophodno je baviti se duhovnim vježbama. Njegov život bi trebao postati duhovna vježba. Da bi se u taj postupak upustio potrebno je šest stvari<sup>15</sup>: budnost, pozornost, sabranost, pamćenje obogaćen maksimuma, meditacija i terapija.

Budnost je temeljno držanje duha. Budna svijest o samome sebi, a očituje se u konstantnoj napetosti duha. Napetost (tonos) je temeljni stoički ton (epikurejcima je obratno anesis - opuštenost temeljni ton). Filozof u svakom trenutku zna i hoće ono što u tom trenutku čini: „Tvoja jedina radost, tvoj jedini mir: prelaziti od jednog djela izvršenog u službi ljudske zajednice na drugo djelo izvršeno u službi ljudske zajednice, popraćeno spomenom Boga.“ ( VI, 7). Temeljno životno pravilo: razlikovati što stoji od onoga što ne stoji u našoj moći. Temeljni princip treba biti: jasan, razumljiv, izreciv u malo riječi.

Pozornost je tajna duhovnih vježbi. Ona oslobađa od strasti. Strasti se probuđuju ili prošlim iskustvima ili budućim očekivanjima. Prošlost i budućnost nisu u našim rukama. U našim je rukama samo sadašnjost. Sabranost na sadašnji trenutak - kozmička dimenzija: „Uvijek je i svugdje u tvojoj moći biti pobožno zadovoljan sadašnjošću, ophoditi se s bližnjima u duhu pravednosti, usavršavati se u sadašnjim mislima kako se u njih ne bi potkralo nešto neprovjereno razumom.“ ( VII, 54).

Sabranost na trenutak i na temeljno pravilo. Vježba primjene temeljnog pravila na svaku situaciju. Time se postiže oblikovanje osobnosti. U vježbu valja uključiti i maštu i osjećaje. Valja se služiti retoričkim sredstvima uvjeravanja i metodom intenziviranja. Valja samom sebi formulirati temeljno pravilo na najživlji i najkonkretniji mogući način: „Što god učinio, ili sam ili s nekim drugim, moram težiti jedinoj svrsi, to jest onome što je korisno ljudskoj zajednici i usklađeno s njom.“ (VII, 5).

Pamćenjem treba posvijestiti da nikakva zla ne ovise o nama, dobro upamtiti maksime koje će nam pomoći da kada dođe vrijeme uspijemo prihvatiti one događaje koji su zapisani u prirodi. Maksime trebaju biti uvjerljive, na dohvat ruke, dobro utemeljene kako bi u teškim trenucima napada straha, bijesa ili tuge bile čvrst oslonac. Njihova efektivnost je u ponavljanju kojega Marko često koristi, ponekad i doslovno ponavlja: „Kako bi ono što čovjeka ne čini

---

<sup>15</sup> DVIAF, str. 289.-335.

gorim moglo učiniti gorim život koji vodi?“ (II, 11), „Ono što čovjeka ne čini gorim nego što jest ne pogoršava njegov život...“ (IV, 8). Ujutro valja unaprijed promisliti što nas čeka preko dana i čvrsto se odlučiti za principe djelovanja. Uvečer se valja ispitati, vidjeti pogreške i napretke kako bi se postigao napredak.

Meditacija cilja gospodstvu nad nutarnjim razgovorom sa samim sobom, a utemeljena je na temeljnom principu: razgovor sa samim sobom, razgovor s drugima, pisanje. Ovakve radnje pomažu: napretku, discipliniranju mišljenja, promjeni pogleda na svijet, promijeni emotivnog stanja, promjeni ponašanja.

Sve nabrojene stvari: meditacija, razgovor, pisanje imaju terapeutsku ulogu: „Ta načela moraš imati pri ruci, noću i danju, moraš ih zapisivati, moraš ih čitati.“ (III, 24). Radi se o snazi govora/jezika koja se očituje kroz razgovor s drugima, ali još više kroz razgovor sa samim sobom.

### **1.3.3. Hrana duhovnih vježbi**

Kada smo nabrojili stvari koje su nam neophodne za provođenje duhovnih vježbi dolazimo do hrane koja nas održava na započetom putu. Meditacijske vježbe i memoriranje trebaju hranu, a tu najviše pomažu intelektualne vježbe: čitanje, slušanje, istraživanje i temeljito propitivanje.

Čitanja pjesničkih i filozofskih sentenci daje život meditaciji. Čitanje može biti i izlaganje filozofskih tekstova, djela koja su napisali vodeći članovi škole. Čitanje se događa i u okviru filozofskih predavanja. Predavanja služe da se temeljni princip osvijetli s raznih strana: fizika, logička istraživanja...

Slušanje je direktno povezano uz čitanje. Slušanje učenja od filozofskih učitelja, ali i slušanje samoga sebe.

Istraživanje i temeljito propitivanje duhovno razrađuju nastavu, ono što je pročitano i što se čulo. Potrebno je produblјivanje sadržaja koje smo osjetilima primili.

#### **1.3.4. Cilj duhovnih vježbi**

Glavni cilj duhovnih vježbi je stvoriti navike, izvanjske i unutarnje. Nutarnje (stvoriti i čuvati stav duha). Izvanjske (društvene) samovladanje, izvršavanje dužnosti.

Filozofirati znači vježbati život. Onaj koji filozofira, koji se upušta u filozofiju svjesno i slobodno vježba življenje, život. Svjesno želi probiti individualne granice i smjestiti se u kozmosu kao njegov dio, biti svjestan pripadnosti Sverazumu. Slobodno se želi odreći žudnje za nečim što nije u našoj moći, htjeti samo ono što je u našoj moći, djelovati u skladu s razumom.

Za Marka, za stoike dvojbe nema. Ljudski život da bi uistinu bio život treba usmjeriti ka filozofiranju. Filozofirati = vježbati život. Bez jednoga, drugo ne postoji. Život bez filozofije je umiranje životu, da bi život uistinu bio život potrebno je vježbati ga, filozofirati. Ljudski život se treba pretvoriti u konstantno vježbanje, u duhovne vježbe u filozofiranje.

## 2. POSTMODERNA PRIMJENA ANTIČKE DUHOVNOSTI

Postmoderna označava drugu epohu XX. st. (→ postmodernost). Načelno, odnosi se na kritiku apsolutnih istina, identiteta i tzv. velikih mjerodavnih priča ustanovljenih u modernosti, od prosvjetiteljstva naovamo, u filozofiji, umjetnosti, kritici, arhitekturi, povijesti i kulturi. Pojam je upotrijebljen prvi put sredinom XIX. st. Pojavljuje se razmjerno često, uvijek za označavanje mišljenja, postupka ili proizvoda što dolaze kao reakcija na nešto što se smatra modernim.<sup>16</sup>

### 2.1. Filozofska praksa

Pojam „filozofska praksa” koristi se od kad postoji i filozofija kao znanstvena disciplina, a današnje značenje je oblikovao Gerd Achenbach 1981. godine osnivanjem svoga Instituta za filozofsku praksu.<sup>17</sup> Filozofska praksa je profesionalno filozofsko životno savjetovanje. Događa se u praksi (ordinaciji/uredu) filozofa. U filozofskoj praksi filozofa se ne treba kao profesora (povijesti) filozofije, nego mu se dolazi kao filozofu. Filozofska praksa je slobodni razgovor. Ne propisuje nikakve filozofeme, ne pruža nikakve filozofske uvide. Ona pokreće mišljenje, jednostavno filozofira. Filozofska praksa djeluje kao organizirano savjetovalište.

U Hrvatskoj je 1957. godine osnovano je Hrvatsko filozofsko društvo<sup>18</sup> koje sebe samo danas predstavlja kao "jednu od temeljnih kulturnih institucija u Hrvatskoj" i "glavni medij filozofskog života na ovim prostorima"<sup>19</sup>

---

<sup>16</sup> Usp. Jochen Sautermeister, Umijeće življenja u postmoderni, u: *Communio*, Vol. 37 No. 110, 2011. str. 40 – 50.

<sup>17</sup> Usp. <https://www.achenbach-pp.de/de/index.asp> (20. VIII. 2022.).

<sup>18</sup> Za detaljnije informacije pogledati disertaciju: Robert Đidar: *Filozofija prakse: nastanak, utjecaj, posljedice*, Sveučilište u Zagrebu, Fakultet filozofije i religijskih znanosti, <https://urn.nsk.hr/urn:nbn:hr:260:057929> (22. VIII. 2022.).

<sup>19</sup> <https://www.hrfd.hr/o-hfd-u/> (21. VIII. 2022.).

## 2.2. Filozofsko savjetovanje<sup>20</sup>

U suvremenom društvu vidljivo je zatvaranje čovjeka u svoj nutarnji svijet. Povlači se u vlastitu intimu, ali time ne dobiva traženi mir i spokoj već u njemu buja nemir. Teško je pronaći sugovornika i osobu kojima je moguće iznijeti vlastite misli, poteškoće i probleme. U pravo u takvim okolnostima potreban su nam filozofska savjetovališta u kojima se pronalazi samoga sebe. To je moguće kada osoba uđe u odnos s drugim i tek tada otkriva sebe. Potreban je običan razgovor s brižnim sugovornikom koji ima sposobnost slušanja, razumijevanja, promjene pogleda na stvari i probuđivanja nade.<sup>21</sup> U ovom postupku, razgovoru postoji pet koraka: otkriti problem, prepoznati emocije, analiza stanja, kontemplacija i ravnoteža.

U prvom koraku treba identificirati problem. Njega je često lako opaziti, ali nije uvijek jednostavno prepoznati ga i definirati.

U drugom koraku otkriva se emocija koju izaziva problem. Potrebno je emociju usmjeriti na pozitivno da bi se izbjegla destrukcija.

U trećem koraku kroz analizu dolazimo do raznih mogućnosti rješenja problema koje imamo na raspolaganju, potrebno ih je prosuditi i razlučiti koje je rješenje najbolje.

U četvrtom koraku retrospektivno u kontemplaciji pregledavaju se dosadašnjih koraci i stavljaju se pod jedan filozofski pogled.

U petom koraku dolazi do stanja ravnoteže, jasna je svijet o problemima i na koji način se oni mogu riješiti. Korak završava spremnošću pojedinca na djelovanje.

---

<sup>20</sup>Usp. Josip Čirić, Komunikacijski kanali filozofskog i psihološkog savjetovanja, u: *Filozofska istraživanja - časopis*, Vol. 30 No. 1-2, 2010., str. 97- 121.

<sup>21</sup> Usp. Melita Jerolimov, Neke poveznice psihološkog i filozofskog savjetovanja, u: *Acta Iadertina – časopis*, Vol. 13 No. 2, 2016. str. 57 – 73.

### 3. PETAR ALKANTARSKI I RAZMATRANJE

#### 3.1. Život Petra Alkantarskoga

Sveti Petar se rodio u Alcantari 1499. godine, puno mu je ime i prezime Petar Gravito. Sa šesnaest godina stupio je u Red Manje braće i s oduševljenjem je stupio u redovničko franjevački život. Studirao je u Salamanki, a zaređen je za svećenika 1524. godine. Obavljao je službu gvardijana i provincijalnog ministra. Kao mladi svećenik imao je izvrstan dar propovijedanja i posvetio se pučkim misijama. Poznat je kao veliki pokornik i predani kontemplativac. Od papa Julija III. izmolio je 1555. godine dozvolu da osnuje stroži ogranak franjevačkog života, a nazvao ih je diskalceati<sup>22</sup> ili bosonogi franjevci, a po njemu Alkantarinci. Poticao ih je na pokoru, post, ustrajnu molitvu i strogo siromaštvo.

Bio je vrstan duhovni vođa Terezije Avilske s kojom je razmjenjivao razna pisma, a svojim savjetima joj je pomogao u pothvatima oko obnove karmelskoga reda. O siromaštvu Tereziji Avilskoj piše: „Ja hvalim siromaštvo ako se podnosi iz ljubavi prema raspetome Spasitelju, inače ga ne hvalim. Siromaštvo iz ljubavi prema Spasitelju poželjnije je nego ono prihvaćeno po svojoj volji.“<sup>23</sup> Umro je 19. X. 1562. godine u mjestu Arenas, nedaleko od Avile. Crkva je blaženim proglasila 1622. godine, a svetim 1669. godine. Njegov se spomendan slavi 19. X. Njegovo najznačajnija ostavština je O molitvi i razmatranju.

---

<sup>22</sup> Diskalceati ili bosonogi franjevci su nastali u Španjolskoj. Njihov je začetnik fra Ivan iz Guadalupe koji je sebi 1498. od Aleksandra VI. ishodio povelju da uzmgone sa još šestoro braće iz Opservacije živjeti pustinjački u samostanu koji je osnovao u oblasti grada Granade i ovdje propovijedati Evandjelje i Pravilo obdržavati u prvotnoj čistoći. Kada je sv. Petar Alkantarski završio sa službom provincijala u Provinciji sv. Gabrijela povukao se u samoću da čini oštru pokoru. Kad su mu se protivili redovnički poglavari, bojeći se da ne bi uslijed njegovih težnji nastao rascjep u Redu, on se uz privolu pape podvrgnuo konventualskom generalnom ministru koji ga je 1557. postavio za generalnog upravitelja „Braće reformiranih Konventualaca“, kako su se na početku zvali Diskalceati. Sv. Petar je osnovao erimitorij de Pedroso i Kustodiju sv. Josipa podigao na Provinciju – 1555. godine. Za svoje podložnike je sastavio vrlo oštre statute. Svaki je pojedini samostan imao gospodara kojeg nije mogao nadomjestiti papa. Ovom bi gospodaru ili posjedniku braća svake godine izručivala ključeve moleći da smiju i iduće godine stanovati u njihovoj kući. Ako im to ne bi dopustio smjesta su morali otići. Crkve su im bile malene, a tako i samostani i ćelije. Hodali su bosonogi bez sandala, bilo im je propisano bičevanje i sve druge strogosti. Meso i mliječne stvari su se dopuštale samo bolesnicima, poglavarima se napose zapovijedalo da dopuštaju braći krpiti habite sa starim ili novim krpama razne boje. Biblioteke se zabranjuju i dopušta se samo malo knjiga braći u sobama. Ovo su važnije zapovjedi koje je sv. Petar svojim učenicima naložio, koje strogošću nadvisuju sve što su ikada ostali reformatori propisali. (za više: Kajetan Esser, *Pregled povijesti franjevačkoga reda*, Franjevačka teologija Sarajevo, Sarajevo, 1972. str.160.).

<sup>23</sup> Božanski časoslov, obnovljen prema odluci Svetog ekumenskog sabora II. vatikanskog, a proglašen vlašću pape Pavla VI., svezak IV., KS, Zagreb, 2012., str. 92., franjevački dodatak.

### 3.2. O molitvi i razmatranju

Petar Alkantarski je bio čovjek molitve i razmatranja. Kada se kroz molitvu, na posebno način misaonu molitvu, sve više približio kršćanskoj savršenosti i što više se sjedinio s Bogom, odlučio je da će i drugim dušama koje se trude i uvježbavaju u molitvi i razmatranju biti od koristi, ako sam nešto o tome napiše. Tada je napisao djelo „Rasprava o molitvi i razmatranju“. Djelo je pisano jednostavno i sadrži praktične upute za razmatranje.

Ova knjižica je doživjela više od 200 izdanja na raznim svjetskim jezicima. Djelo možemo podijeliti na tri dijela.

Prvi dio je „Rasprava o molitvi i razmatranju“, u kojem donosi ono što je najinteresantnije za nas, a to su šest koraka razmatranja.

Drugi dio je „O pobožnosti i onome što se na nju odnosi“. U njemu se iznosi što je to pobožnost, devet sredstava ili pomagala kojima se lakše postiže krepost pobožnosti, devet zapreka za pobožnost (napasti) i devet lijekova u borbi protiv napasti.

Treći dio su razmatranja Petra Alkantarskoga. To su praktične upute o razmatranjima, a sastoje se od sedam razmatranja o vječnim istinama i sedam razmatranja o mucu Gospodnjoj.

Njegova metoda razmatranja osobito se kroz povijest njegovala u franjevačkom redu, ali i svi drugi priručnici molitve i razmatranja navode i ovu metodu razmatranja. Ovo djelo na hrvatski jezik prevedeno je tek prije dvadeset godina, kada je i cjelovito objavljeno.

### 3.3. Šest stvari potrebnih za razmatranje<sup>24</sup>

Petar Alkantarski je detaljno iznio cijeli nauk o razmatranju, koji se sastoji od šest koraka, a to su:

1. korak- Priprema
2. korak Čitanje teksta za razmatranje
3. korak – Razmatranje
4. korak – Zahvaljivanje
5. korak – Predanje
6. korak – Prošnja

---

<sup>24</sup> Petar Alkantarski, *O molitvi i razmatranju*, Verbum, ur. Petar Balta, prev. Damjan Damjanović, Split, 2001. str. 27. - 42., dalje OMIR.



Svaki od tih koraka je detaljno protumačio, a mi u daljnjem radu donosimo dijelove njegova tumačenja šest stvari potrebnih za razmatranja iz djelca „ O molitvi i razmatranju“.

### **3.3.1. Priprava koja je potrebna za molitvu**

„Kad se onaj koji želi razmatrati nađe na mjestu molitve, pošto zauzme prikladan položaj tijela ili klečeći na koljenima, ili stojeći, ili raširivši ruke u obliku križa, ili ležeći ničice na tlu, ili, ako to iziskuje potreba i zdravlje, sjedeći; neka najprije načini znak križa, zatim neka sabere moći svoje duše, a napose fantaziju, nju će odvojiti od svijtu osjetilnih stvari i pamet će uzdići k Bogu; uživjet će se u Božju nazočnost, promatrat će je onakvim poštovanjem i pažnjom kao da je Bog na stvaran (osjetilan) način nazočan, kao što i jest.“<sup>25</sup>

Uz još nekoliko poticaja za dobru pripravu, Petar Alkantarski preporučuje molitvu Dođi, Duše Presveti koja se završava, recimo tako, spontanom molitvom Gospodinu „da nam udijeli milost koja će nam pomoći da s onakvom sabranošću, pažnjom, strahopočitanjem i poštovanjem mogremo boraviti pred njegovim veličanstvom kako to dolikuje i kako treba. Neka nam dade da vrijeme svete molitve tako provedemo da bismo se odatle s povećanom snagom i žarom povratili k svemu što spada na izvršenje božanske službe. Molitva, naime, koja ne urodi tim plodom, mlaka je i nesavršena i pred Bogom nema nikakva značenja.“<sup>26</sup>

### **3.3.2. Čitanje**

„Nakon priprave slijedi čitanje onoga što ima biti predmet razmatranja. Treba se čuvati da to ne bude previše brzo, nego ozbiljno, pozorno i smireno. Nije dosta da u tome sudjeluje samo razum, da, naime, razumijemo što čitamo, nego treba da kod toga sudjeluje i volja jer je njezina glavna uloga da ono što je razum shvatio prožme osjećajima i da se kuša.

Kad se namjerimo na kakvo mjesto koje snažno zahvati srce, malo se zaustavimo da bi se to u nj moglo dublje usjeći. Treba također paziti na to da čitanje ne bude odviše dugačko da bi se tako više vremena ostavilo za samo razmatranje jer će nam ono biti korisnije i donijet će nam više ploda... Dogodi li se kada da duh bude tako rastresen da se ne mogne tako lako

---

<sup>25</sup> OMIR, str. 28.

<sup>26</sup> OMIR, str. 30.

prepustiti molitvi ili razmatranju, tada se možemo malo više zadržati u čitanju ili čitanje možemo spojiti s razmatranjem tako da, kad pročitamo jednu točku, to malo razmotrimo. Zatim neka se na isti način nastavi s čitanjem i razmatranjem. Budući da je razum privezan uz riječi čitanja, ne može se tako slobodno prepuštati različitim čuvstvima kao onda kad je od te spone slobodan i razriješen.

Gdjekada će nam zaista biti korisnije da se prisilimo kako bismo otklonili beskorisne i isprazne misli, koje u to vrijeme salijeću dušu, kad se po uzoru na patrijarha Jakova budemo muževno borili i u borbi dokraja ustrajali. Kad se, naime, borba na ovakav način dovrši i izvojuje pobjeda, često nam Bog daje veću pobožnost i čišću kontemplaciju ili koji drugi dar, a to nikada ne običaje uskratiti onima koji se za njegovu stvar vjerno bore.“<sup>27</sup>

### **3.3.3. Razmatranje**

„Na čitanje se nastavlja razmatranje onoga što je pročitano. Gdjekada je predmet razmatranja takav da ga sebi možemo predočiti i predstaviti (život i muka Kristova, posljednji sud, pakao, kraljevstvo nebesko). Gdjekada je opet predmet razmatranja takav da stvari više spadaju u područje razuma negoli u područje predočavanja (promatranje Božjih dobročinstava, Božje dobrote i blagosti ili kojeg drugoga Božjeg savršenstva).

Kad se radi o stvari koja postoji ili bi mogla postojati, treba je duhu nekako predočiti i predstaviti kao da smo zaista nazočni na mjestu gdje se to zbiva ili kao da se događaji zbivaju pred našim očima da bi po ovom predstavljanju stvari promatranje i doživljavanje dotičnih stvari bilo življe i učinkovitije. Zaista bi bilo mnogo bolje da sebi stvari predstavimo kao da se zbivaju u našim srcima. Jer, ako naše srce u sebi može obuhvatiti cijele gradove i pokrajine, svakako će daleko lakše obuhvatiti predočenje nekog otajstva. To će napose mnogo koristiti sabranosti duše i držat će je da u samoj sebi bude zabavljena kao što je pčela u košnici, gdje obavlja svoj posao i raspoređuje pojedinosti. Tako se mislima možeš prenijeti čak u Jeruzalem da bi se u duši nekako oblikovalo mjesto u kojem se događalo sve ono o čemu kaniš razmatrati; to, međutim, običaje lomiti i silno oslabiti naše duševne snage. Zato se valja suzdržavati i čuvati

---

<sup>27</sup> OMIR, str. 30.,31.

od ovakvih prekomjernih predočivanja da narav ne bi zbog ovakvih zahvata bila konačno prisiljena podleći.“<sup>28</sup>

### **3.3.4. Zahvaljivanje**

„Nakon razmatranja slijedi zahvaljivanje... Zahvalit ćemo Bogu što nas je stvorio na svoju sliku i priliku, što nam je dao pamćenje koje nam omogućuje da ga se sjećamo, volju kojom ga ljubimo; što nam je udijelio anđela čuvara i što nas je pomoću njega izbavio iz mnogih opasnosti; što nas je očuvao od mnogih smrtnih grijeha, kao i od smrti i demonskih navaljivanja. Dok smo bili u smrtnim grijesima, štitio nas je – a to nije ništa manje od onoga kao kad bi nas oslobodio od vječne smrti u koju bismo na taj način upali. Zahvalit ćemo mu što se udostojao sjediniti s našom naravi i što je za nas podnio najsramotniju smrt... što nas je po svetom krštenju preporodio; što nam je u sadašnjem životu darovao milost, a neizrecivu slavu u budućem; što nas je posinio; što nas je u sakramentu potvrde opskrbio snažnim oružjem kojim se borimo protiv svijeta, tijela i đavla. Zahvalit ćemo mu nadalje što nam se darovao u oltarskom sakramentu; što nam je ostavio sakrament pokore te ponovno možemo dobiti milost koju smo po smrtnom grijehu izgubili; što nas je neprestano pohađao dobrim i svetim nadahnućima; što nam je darovao sposobnost da molimo, da činimo dobro i da u pobožnim odlukama ustrajemo. Jednako ćemo tako postupati i kad se radi kako o općenitim tako i posebnim dobročinstvima za koja spoznamo da smo ih primili od Boga. I za sve ovo i za sve drugo, javno ili privatno, očitito ili skrovito, zahvalit ćemo Gospodinu, a pozvat ćemo i sve nebeske i zemaljske stvorove da s nama izvrše ovu dužnost. Pjevat ćemo pjesan triju mladića: 'Sva djela Gospodnja blagoslivljajte Gospoda, hvalite i uzvisujte ga do vijeka' itd. (Dn 3, 57) i psalam: 'Blagoslivljaj Gospodina, dušo moja, i ne zaboravi dobročinstva njegova. On ti otpušta sve grijehе tvoje, on iscjeljuje sve slabosti tvoje; on ti od propasti čuva život, kruni te dobrotom i ljubavlju' itd. (Ps 103, 1-4).“<sup>29</sup>

### **3.3.5. Predanje**

„Kad Bogu zahvalimo od srca za sva primljena dobročinstva, odmah će se u srcu javiti onaj osjećaj što ga je osjećao kraljevski prorok David kad je rekao: 'Što da uzvratim Gospodinu

---

<sup>28</sup> OMIR, str. 31., 32.

<sup>29</sup> OMIR, str. 33., 34.

za sve što mi je učinio?' (Ps 116, 12). Ovoj želji ćemo na neki način udovoljiti prikažemo li Bogu što god imamo i što možemo. Tako ćemo najprije Bogu prikazati sami sebe kao sluge zauvijek, njemu ćemo se potpuno predati i izručiti njegovoj volji da s nama čini što hoće.“<sup>30</sup>

### 3.3.6. Prošnja

„Kad izvršimo ovo prikazanje, bit će nam slobodno pouzdano nastaviti s prošnjom milosti i darova. Najprije treba Boga žarkom ljubavlju i najgorljivijom revnošću za Božju čast moliti da sve puke i narode prosvijetli spoznanjem o samome sebi kako bi ga svi upoznali, hvalili ga i klanjali mu se... Zatim se treba Bogu pomoliti za crkvene dostojanstvenike... Isto tako se treba pomoliti za kraljeve i knezove... Zatim treba moliti za sve udove Otajstvenoga Tijela: za pravednike – da ih sačuva u pravednosti i svetosti; za grešnike – da ih obrati od opaka života i gane na popravak; za pokojne – da ih milosrdno izbavi iz čistilišnih muka kojima zadovoljavaju za svoje grijeha i preseli u pokoj vječnoga života. Boga treba, osim toga, moliti za siromahe, bolesnike, zatočenike, zarobljenike i za one koji se nalaze u bilo kakvoj nevolji – da im, poradi zasluga svoga Sina, pomogne i da ih od svakoga zla oslobodi.

Pošto smo molili za ono što se odnosi na spasenje bližnjih, prijeći ćemo na molitvu za sebe i molit ćemo ono što je nama potrebno. Što je to što za sebe moramo moliti, svakoga će uputiti njegova vlastita potreba, ukoliko sami sebe dobro poznamo. Da bismo početnike (u razmatranju) uputili, ovdje donosimo oblik tih prošnja. Najprije ćemo moliti Boga da nam... udijeli oprostjenje grijeha i milost da ih izbjegnemo te da ih djelima dostojnim pokore okajemo. Posebno ćemo moliti zaštitu i snagu protiv onih sklonosti i slabosti prema kojima najviše naginjemo. Zato ćemo nebeskom liječniku otkriti sve rane svojih duša da ih on izliječi i da ih pomašću svoje milosti pomaže. Nakon toga ćemo moliti da nam udijeli najuzvišenije i najodličnije kreposti, u kojima se nalazi cjelokupna savršenost čovjeka kršćanina, a to su: vjera, ufanje, ljubav, strah, poniznost, strpljivost, poslušnost, odvažnost u protivštinama, siromaštvo duha, prezir svijeta, prava razboritost, čistoća nakane i druge ovima slične, koje se nalaze na najvišem vrhuncu duhovne građevine.“<sup>31</sup>

Na posljetku prošnji Petar Alkantarski donosi prošnju, usrdnu molitvu da bismo izmolili božansku ljubav u kojoj se sastoji svekoliko naše dobro.

---

<sup>30</sup> OMIR, str. 34., 35.

<sup>31</sup> OMIR, str. 35.-38.

## **4. E - DUHOVNE VJEŽBE**

E-duhovne vježbe su novi evangelizacijski projekt koji su pokrenuli franjevci koji su tada živjeli u Franjevačkom samostanu Pohoda Blažene Djevice Marije u Pazinu 2017. godine. U nastavku ćemo pobliže opisati mjesto nastanka, što su e-duhovne vježbe i tko ih vodi.

### **4.1. Franjevački samostan Pohoda Blažene Djevice Marije u Pazinu<sup>32</sup>**

Crkva i samostan izgrađeni su u XV. stoljeću, a papa Siksto IV. je 1461. godine dozvolio da Mala braća provincije sv. Jeronima prime samostan i crkvu. Crkva je posvećena Blaženoj Djevici Mariji od Milosti. Jednobrodna crkva dva puta je produžavana i iznutra preoblikovana u baroknom stilu. Zvonik je građen od 1481. godine do 1484. godine, a kupola iz 1732. godine nadomještena je kamenom piramidom krajem XIX. stoljeća. Sat (dar trsatskog samostana) je iz 1864. godine. Tri zvona su iz 1928. godine. Prvotni je samostan zapadno krilo današnjega. U njem je bio smještaj za dvanaesticu braće. Južno krilo je dograđeno u XVIII. Stoljeću.

U samostanu su bile bolnica i ljekarna, te javne škole. Knjižnica ima oko 3000 knjiga među kojima je i nekoliko inkunabula. Rapallskim ugovorom 12. XI. 1920. godine samostan je pripao mletačkoj provinciji. Nakon mirovnog ugovora u Parizu 1947. godine dekretom uprave Reda od 20. XII. 1948. godine samostan je vraćen provinciji sv. Jeronima. Franjevci su nastavili djelatnost u crkvi, administrirali župu Grdoselo i kapelaniju Zarečje, te pomagali župnicima, držali pučke misije, bili većina profesora biskupske srednje škole i teologije. Najveći broj redovnika koji su živjeli u samostanu je dvanaest, a bilo je perioda kada je u samostanu živio i samo jedan franjevac. Samostan je oduvijek bio oaza mira i molitve u kojem se mnogi tražili utjehu i pomoć, a često je bio na raspolaganju za razne duhovne vježbe i obnove. Uprava franjevačke provincije sv. Jeronima je samostan Pohoda Blažene Djevice Marije u Pazinu godine 2016. predala na upravljanje Južnoslavenskoj konferenciji provincijalnih ministara OFM koja je od tada postala Međuprovincijsko bratstvo - kuća molitve. Ova je kuća zatvorena u srpnju 2021. godine, ali e-duhovne vježbe su se nastavile. Fratri su otišli na nove različite službe u svojim provincijama, ali projekt e-duhovne vježbe su nešto što ih i dalje ujedinjuje.

---

<sup>32</sup> <https://www.ofm-sv-jeronim.hr/tko-smo-mi/samostani/pazin/> (18. VIII. 2020.).

## 4.2. Što su e-duhovne vježbe?

Molitva je sastavni dio života svakoga kršćanina. Iz nje čovjek treba pronalaziti poticaje za djelovanje u životu. „Kršćanska je predaja sačuvala tri poglavito izričaja molitvenoga života: usmena molitva, razmatranje i nutarnja molitva. Zajednička im je oznaka: sabranost srca.“<sup>33</sup> Da bi molitva bila usmjeravana na pravi put u kršćanskoj tradiciji, kršćani su po svojim mogućnostima obavljali duhovne vježbe. U njima bi čovjek na sustavniji način provodio određeno vrijeme u molitvi i razmatranju pod vodstvom voditelja duhovnih vježbi, duhovnika. Završavale bi potpunim predanjem Gospodinu, a najčešće su se odvijale u nekom samostanu ili predviđenom centru. Važan element je bio taj da se duhovne vježbe ne obavljaju u ambijentu u kojem se stalno živi, čak su i redovnici nastojali obavljati duhovne vježbe u drugom samostanu.

Kako živimo u XXI. stoljeću, koje je obilježeno digitalnom i informatičkoj revolucijom ljudski život se odvija nevjerojatnom brzinom. Rijetke su osobe koje mogu godišnje odvojiti tjedan dana za duhovne vježbe, a danas možemo reći da je to privilegija svećenika i redovnika. Upravo zbog toga su osmišljene e-duhovne vježbe u kojima će zainteresiranima sadržaji za dnevno obavljanje razmatranja i osobnu molitvu biti poslani u njihov e-sandučić. Tako tko želi, u tišini svoga redovitog života, može obaviti duhovne vježbe. Prve e-duhovne vježbe su objavljene u Korizmi 2017. godine.

Svake nove e-duhovne vježbe ranije su najavljene i na svake nove vježbe svaki se pojedinac ponovno prijavljuje. Kada e-duhovne vježbe počnu, nije se moguće naknadno prijaviti. Osobe koje se prijave uvijek mogu otkazati primanje sadržaja e-duhovnih vježbi i tako ih prekinuti.

## 4.3. Voditelji e-duhovnih vježbi

„E-duhovne vježbe su projekt franjevačkog bratstva u Pazinu. No osim fratara pazinskog samostana u pripremanju sadržaja sudjeluju i drugi fratri, kao i druge osobe. Uz svaki turnus e-duhovnih vježbi moguće je vidjeti tko su voditelji istih.“<sup>34</sup> Trenutno u samostanu u Pazinu ne živi nijedan od fratara koji su pokrenuli e-duhovne vježbe, a to su fra Darko Tepert

---

<sup>33</sup> Katekizam Katoličke Crkve, objavljen apostolskom konstitucijom Ivana Pavla II. „Fudei depositum“, 11. listopada 1992. br. 2699.

<sup>34</sup> <https://www.eduhovnevjezbe.hr/opce-informacije> (16. VIII. 2020.).

koji je trenutno na službi u Rimu, fra Josip Vlašić koji je na službi u Masnoj Luci i brat Marinko Klaić koji je trenutno pustinjač u Gospićkoj biskupiji. Oni su i dalje glavni nositelji projekta e-duhovnih vježbi. Ova trojica fratara su najviše odgovorni za e-duhovne vježbe kakve danas poznajemo, ali oni imaju pomoć s raznih strana. To su možda okom „nevidljivi“ suradnici, ali itekako bitni. Tu je informatička služba koja je brinula u početku za mailove, a sada i za aplikaciju e-vježbi, osobe koje svako razmatranje prije slanja lektoriraju, ali i najbitniji element e-vježbi je molitvena potpora. Prvo je zajedništvo voditelja i sudionika vježbi u molitvi, a onda i sve one poznate i nepoznate osobe koje ovaj projekt prate molitvom, kao što su sestre klarise.

#### **4.4. E-duhovne vježbe u praksi**

Kako smo već rekli projekt duhovnih vježbi započeo je u Korizmi 2017. godine, a traje i danas. U ovom dijelu u kratkim crtama predstaviti ćemo korizmene e-duhovne vježbe ili dio vježbi kroz 2017. i 2019. godinu. Uzet ćemo Korizmene e-duhovne vježbe zato što je Petar Alkantarski svoje osobno asketsko iskustvo uglavnom temeljio na pobožnosti prema Kristovoj mucu. Zbog lakšega praćenja strukture razmatranja izabrali smo one tjedne duhovnih vježbu u kojima smo imali istoga voditelja, a to je fra Darko Tepert.<sup>35</sup>

##### **4.1.1. Prve e-duhovne vježbe, Korizma 2017. godine (IV. Korizmeni tjedan)**

Za prve e-duhovne vježbe u Korizmi 2017. godine bila je potrebna prijava i potvrda prijave preko mail adrese. Sve upute oko vježbi i same vježbe dolazile su mailom svakoga dana. Na ove vježbe bilo je prijavljeno 12 200 polaznika. Prvi mail s uputama poslan je 27. II. 2017. godine.<sup>36</sup> Sadržavao je praktične upute kao što su mjesto i vrijeme provođenja vježbi i tjedni raspored. Vrijeme za razmatranje je predviđeno za nedjelju, ponedjeljak, srijeda i

---

<sup>35</sup> Rođen je 1970. u Sisku. S 21 godinom krenuo je putem franjevačkog i svećeničkog poziva. Tako je stupio u Hrvatsku franjevačku provinciju sv. Ćirila i Metoda sa sjedištem u Zagrebu. Studij teologije završio je u Jeruzalemu, gdje je 1999. zaređen za svećenika. Po završenoj teologiji, u Jeruzalemu je upisao i poslijediplomski studij Biblijskih znanosti i arheologije, te je 2008. godine i doktorirao s temom „Mojsijev zakon u Lukinu evanđelju i Djelima apostolskim.“ Predavao je na Katedri Svetoga pisma Staroga zavjeta Katoličkog bogoslovnog fakulteta Sveučilišta u Zagrebu i biblijsku arheologiju na Odjelu za povijest Hrvatskog katoličkog sveučilišta. Nastoji kroz redovito svećeničko služenje približiti vjernicima Božju riječ, kako putem homilija, kateheza za odrasle i prigodnih predavanja, tako i putem duhovnih obnova. Zauzet je također i u promicanju biblijske duhovnosti putem radija, televizije i tiskane riječi. <https://www.eduhovnevjezbe.hr/vjezbe/6> (17. VIII. 2020.).

<sup>36</sup> Svi mailovi o kojima govorimo u ovom radu pristigli su s maila: [eduhovnevjezbe@gmail.com](mailto:eduhovnevjezbe@gmail.com).

četvrtak. Utorak je bio predviđen za duhovno štivo, petak za put križa i krunicu Božjem milosrđu, a subota je posvećena Blaženoj Djevici Mariji.

U ovim e-duhovnim vježbama u mailu od 28. II. 2017. godine., predstavljani su koraci razmatranja Petra Alkantarskoga kao što smo ih mi predstavili u podnaslovu 1.3.

Nakon uvodnih informacija predstaviti ćemo izgled razmatranja u prve e-duhovnim vježbama u korizmi 2017. godine kroz IV. korizmeni tjedan. U ovom ciklusu e-duhovnih vježbi svaki tjedan je bio rezerviran za novo duhovno vodstvo (novoga duhovnika). Razmatranja za IV. korizmeni tjedan pripremi je fra Darko Tepert. Središnje mjesto je tekst razmatranja, a kroz ovaj tjedan on je bio evanđeoski ulomak toga dana. IV. korizmena nedjelja obično se naziva nedjeljom Laetare – „Veseli se!“ Ona nas poziva da zastanemo, da odahnemo i da se, usred pokorničkog razdoblja, radujemo. Naglasak koji se na početku ovoga tjedna dao, a on je kroz cijele e-duhovne vježbe prisutan uvijek isti, je sudjelovanje na euharistijskom slavlju.

U svagdanima IV. korizmenoga tjedna liturgija riječi nam donosi ulomke iz Ivanova evanđelja. Evanđelje po Ivanu osobito je bogato simbolikom i slikama. U njemu posebno značenje imaju pojedini židovski blagdani uz koje su vezani opisani događaji ili prenesene Isusove riječi.

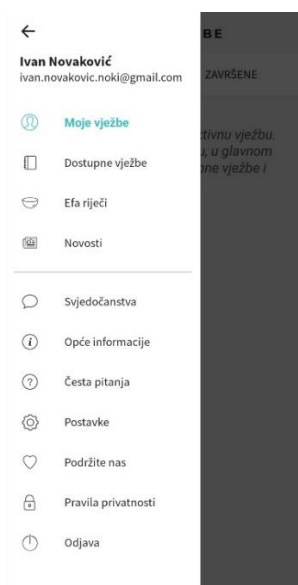
Struktura svakoga razmatranja je ista, u potpunosti slijedi korake Petra Alkantarskoga. Prva je priprema, nakon temeljito obavljen pripreme i sabranosti razmatranje se počinje znakom križa i zazivom himna „Dođi Duše Presveti“. Drugi korak je čitanje evanđeoskoga teksta. Treći krak je razmatranje, a na početku toga koraka, vježbenicima se uvijek savjetuje i vraća ih se na pročitani evanđeoski ulomak te ih se potiče da otkriju detalje koji ih posebno diraju i koji su za njih važni. Nakon toga prelazi se na ponuđene tri glavne poruke razmatranja. Četvrti dio je zahvaljivanje. U njemu se potiče čovjekova kreativnost, a zahvaljivanje je najbolji odgovor Bogu za primljene darove. Voditelj potiče da se zahvaljivanje obavi vlastitim riječima, ali i u pojedine dane donosi zahvalne molitve, bilo u obliku psalma ili nečega sličnoga. Peti dio je predanje, a kroz ovaj tjedan je bila predložena molitva predanja časnoga sluge Božjega fra Vendelina Vošnjaka. Šesti dio je prošnja, ona je najotvorenija i mogu se iznijeti bilo kakve prošnje. Za kraj je predložena prošnja Petra Alkantarskoga u kojoj su sabrane sve ljudske prošnje, a to je molitva da bismo izmolili Božansku ljubav.

Razmatranje se završava molitvom Gospodnjom i znakom križa.



#### 4.4.2. „Budi iznenađenje svima!“ Korizma 2019. godine (Veliki tjedan)

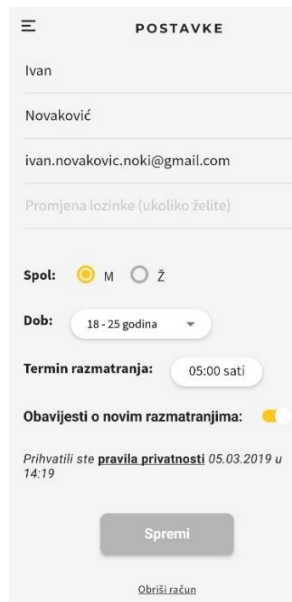
Prve e-duhovne vježbe koje su se mogle pratiti putem aplikacije bile su one u Korizmi 2019. godine. Aplikacija je aktivirana par mjeseci prije početka prvih e-duhovnih vježbi. Ona je besplatna i lako se može instalirati na svakom uređaju.



Fotografija 1. Izbornik aplikacije e-duhovnih vježbi.

Na fotografiji se vidi izbornik aplikacije. Sastoji se od više rubrika koji su vrlo praktične za korištenje. Novost aplikacije je opcija „Efa riječi“ koja svakoga dana šalje kratki komentar na evanđeosko čitanje. U rubrici „Moje vježbe“ nalazi se dvije podskupine, prva je vježbe koje su aktivne „u tijeku“, a u drugoj vježbe koje su obavljene, „završene“. Sve obavljene vježbe se pohranjuju u toj podskupini i u svakom trenutku je moguće ponovno očitati obavljena razmatranja.

Velika novost aplikacije su postavke u kojima se može odrediti vrijeme u kojem se primaju e-duhovne vježbe i vrijeme u kojem dolazi obavijest na mobilni uređaj kao podsjetnik o pristigloj „Efi riječi“.



Fotografija 2. Postavke o vremenu razmatranja.

Naziv prvih e-duhovnih vježbi na aplikaciji je „Budi iznenađenje svima!““. Uvodno pismo poslano je 5. III. 2019. godine, a sadrži praktične upute o izvođenju e-duhovnih vježbi. Svaki tjedan je bio rezerviran za novo duhovno vodstvo (novoga duhovnika), mi ćemo se zadržati na samom kraju ovoga ciklusa e-duhovnih vježbi, a to je Veliki tjedan koji je počeo 14. IV. 2019. godine. Voditelj vježbi je fra Darko Tepert. Struktura razmatranja je podijeljena u pet dijelova. Prvi dio je priprema, preporučuje se da se uzme dovoljno vremena, bez žurbe. Krene se znakom križa i spontanom zazivom Duha Svetoga. Drugi dio je čitanje evanđeoskoga ulomka koji je predložen u liturgiji toga dana. Treći dio je razmatranje. On se sastoji od nekoliko pitanje koji pomažu vježbeniku da dublje zaroni u Božju riječ. Savjetuju da vježbenik predoči sebi u mislima sve prizore iz evanđelja i strpljivo pokuša odgonetnuti što u tom trenutku i tim riječima Isus govori baš samome vježbeniku. Četvrti korak nazvali su „Još malo“, a ono je ustvari razmatranje voditelja duhovnih vježbi. Ono ima ulogu da produbi osobno razmatranje, a to je korak koji se može i preskočiti, ovisno o volji vježbenika. Peti korak je poticaj na molitvu. U tom koraku donose se prijedlozi za molitvu, ali se naglašava samostalnost i potiče vježbenika da Duh Sveti vodi njegovu molitvu i da ona bude odgovor na Božju riječ koju je u razmatranju slušao. Na sam Uskrs, 21. IV. 2019. godine fratri u čestitci navode i ljude koji su zaslužni za organiziranje e-duhovnih vježbi preko aplikacije. Tehničkoj podršci i pomoći, a koju čine Vlado, Hrvoje Abraham, Petar i Marija i prof. dr. sc. Zrinki Jelaski koja je lektorirala sve tekstove razmatranja.

## **5. USPOREDBA RAZMATRANJA PETRA ALKANTARSKOGA I E – DUHOVNIH VJEŽBI KROZ KORIZMU 2017. I 2019. GODINE**

E-duhovne vježbe nastale su u okviru franjevačke duhovnosti, a one slijede metodu razmatranja Petra Alkantarskoga. U prethodnim poglavljima, predstavili smo razmatranja Petra Alkantarskoga i njegove korake u razmatranju te dva ciklusa Korizmenih e-duhovnih vježbi 2017. i 2019. godine. Sada ćemo ove e-duhovne vježbe usporediti, po broju koraka u razmatranju, novostima pojedinih ciklusa i na kraju se osvrnuti na iskustva sudionika e-duhovnih vježbi.

### **5.1. Koraci u razmatranju**

Vježbe Petra Alkantarskoga imaju šest koraka razmatranja, kao i prve e-duhovne vježbe koje su bile u Korizmi 2017. godine. Svaki korak je u svakom mailu bio detaljno opisivan i od vježbenika se zahtijevalo da pokuša usvojiti korake i ne preskakati ih. Od nastanka duhovnih vježbi, učitelji duhovnih vježbi su veliku važnost pridavali disciplini vježbanja i vremenu vježbanja. Tražilo se da se vježbe obavljaju na isti način, svakoga dana u istom vremenu. Kako su to bile prve e-duhovne vježbe po uzoru na Petra Alkantarskoga, razumljivo je da se velika pozornost stavila na tumačenju svakoga pojedinoga koraka. Većini sudionika to je bio prvi susret s načinom vježbanja Petra Alkantarskoga i stoga je bilo potrebno da se upoznaju s načinom njegova vježbanja, a uz to savjetovalo im se da pročitaju njegovo djelo „O molitvi i razmatranju“.

Stoga su fratri početnu strukturu razmatranja zadržali do samoga kraja vježbi, a značila je uvijek početak s istom pripremom, istim zazivom „Dođi Duše Presveti“ i svi uvodnici u pojedini korak sadržavali su isti tekst.

E-duhovne vježbe u Korizmi 2019. godine pod nazivom „Budi iznenađenje svima!“ bile su prve e-duhovne vježbe koje su se mogle pratiti na aplikaciji. U njihovoj strukturi više ne postoji šest koraka kao kod prvih e-duhovnih vježbi i vježbi Petra Alkantarskoga već postoji pet koraka. Prva tri koraka su identična, razlika nastupa u četvrtom koraku. Kod vježbi iz 2019. godine ne postoji posebna korak „Zahvaljivanje“, već je četvrti korak „Još malo“ koji je poticaj za „hrabre“ za produbljivanje osobnoga razmatranja. Završni korak je molitva, a kod vježbi iz 2017. godine prije molitve postojao je korak „Predanja“.

Po strukturi vidljive su razlike između vježbi u 2017. i 2019. godine, ali po sadržaju one su vrlo male jer se koraci međusobno isprepleću i prožimaju.

## 5.2. Vrijeme razmatranja

U ovom segmentu vidljivo je najbolje poboljšanje u odnosu na vježbe iz 2017. godine na 2019. godinu. Kako su prve e-duhovne vježbe bile ograničena samo na slanje mailom, nastajale su češće poteškoće prilikom slanja. Zbog velike količine mailova često bi poslana pošta znala otići u rubriku „neželjena pošta“ i tako vježbenici ne bi uspjeli otvoriti razmatranja. Nekoliko puta se dogodilo da bi pošta s razmatranjima bila poslana pogrešno, dan ranije ili bi u jedno danu stigla dva razmatranja. Vrijeme primitka pošte svakoga dana je bilo nestalno, pošta je dolazila u različitim vremenskim intervalima, od ranih jutarnjih sati pa sve do popodneva.

Otvaranjem aplikacije većina ovih poteškoća je uklonjena. Aplikacija ima postavke u kojima je moguće točno odrediti vrijeme primanja duhovnih vježbi i te je postavke moguće mijenjati. Prednost ovoga ciklusa je bila i to što su se razmatranja i dalje mogla primiti mailom, ako netko nije želio ili nije bio u mogućnosti instalirati aplikaciju.

Naravno i u ovakvom sustavu ponekada su se događale poteškoće. Nekada bi razmatranje kasnilo ili bi netko u aplikaciji slučajno promijenio postavke na drugo vrijeme što bi prouzročile problem u dnevnom planiranju razmatranja.

Vrijeme trajanja razmatranja je ovisilo o svakom vježbeniku. U prvim e-duhovnim vježbama predlagalo se ne vježbanje kraće od jednoga školskoga sata u trajanju od 45 minuta, ali kasnije je to dano svakom pojedincu na slobodnu volju i u e-duhovnim vježbama iz 2019. godine nije se inzistiralo na određenom vremenu provedenom u razmatranju.

## 5.3. Svjedočanstva sudionika<sup>37</sup>

Od samih početaka e-duhovnih vježbi važnu ulogu imaju sami vježbenici tako što se od njih tražila povratna informacija kako bi se e-duhovne vježbe u budućnosti usavršile i prilagodile. Gledajući komentare i svjedočanstva, može se uočiti da je raznolika dob polaznika, ali da ipak većinu polaznika čine žene. Zanimljivo je što su e-duhovne vježbe zajedno obavljali pojedini bračni parovi, mladić i djevojka, više mladih osoba, ali i više redovnika i redovnica. U ovakvom zajedničkom obavljanju svjedoče da je svatko imao razmatranja samostalno, izuzev iznimnih prilika kada je ono obavljano zajedno, a nakon toga jednom tjedno ili češće zajedno bi odvojili određeno vrijeme i razgovarali bi o dojmovima, poteškoćama razmatranja

---

<sup>37</sup> <https://www.eduhovnevjezbe.hr/svjedocanstva> (28. VIII. 2020.).

i o plodovima razmatranja. Neki su i svakodnevna razmatranja obavljali zajedno. Ovakav oblik razmatranja uvelike je podržan od voditelja e-duhovnih vježbi koji su imali u pojedinim ciklusima e-duhovnih vježbi regionalne susrete s polaznicima vježbi. U vježbama „Budi iznenađenje svima!“ održan je regionalni susret, 31. III. 2019. godine u Međugorju. Lucija Miškić o susretu kaže: „Odlučila sam odraditi temeljito e-duhovne vježbe te Korizme. Do Uskrsa, svaki dan, predano, srcem. Bilo je suza i strahova. Regionalni susret sudionika e-duhovnih vježbi u Međugorju bio je pun gorljive molitve.“ Također Lucija svjedoči da je u tim e-duhovnim vježbama zajedno sa suprugom pronašla snagu da se potpuno prepusti Gospodinu i prihvati sve križeve, a rezultat tog predanja je bio istinsko proživljavanje muke Gospodnje. Nadalje kaže: „Na bdijenju Velike subote sam molila slobodno: "Daj mi Bože dijete ako je to za spas duša mog predivnog muža i mene. Ako nije na spas duša, nemoj nam ga dati nikada. Želim se samo spasiti i doći k Tebi na kraju ovog zemaljskog života." Na Veliku subotu osjetila sam toliku radost, ispunjenje, slobodu. Prvi put u životu sam osjetila radost Uskrsa. Brzo smo saznali da sam u Velikom tjednu ostala trudna, blagoslovljena.“

Možda izgleda da su e-duhovne vježbe u početku bile zamišljene za one ljude koji nemaju priliku posvetiti se duhovnim vježbama u pravom smislu. To je točno, ali to ne isključuje osobe koje imaju priliku obavljati i klasične duhovne vježbe. Imamo svjedočanstva više Bogu posvećenih osoba koje su obavljale e-duhovne vježbe. Tri sestre Družba sestara naše Gospe, s. M. Tarzicija, s. M. Edith i s. M. Stanka zajedno su obavljale e-duhovne vježbe: „Naša najmlađa članica, (s. Stanka) predložila je da bismo mogle zajednički obavljati e-duhovne vježbe u večernjim satima i završiti razmatranje s Povečerjem. Iz dana u dan ponirući u tekstove e-duhovnih vježbi osjećale smo kako se događa zajedništvo misli i želja, zahvale i molitve. E-duhovne vježbe su nam pomogle da uz naše redovite molitve još dublje i jače doživimo potrebu prepuštanja Bogu i prihvaćanje Njegove volje. Jačalo je naše pouzdanje da nas neće ostaviti „kao siročad“ (Iv 14,18) nego će pronaći novi put za naše korake i odgovore u potrebama današnjeg vremena.“

Školska sestra franjevka Krista Kralja, s. Marijana Bošnjak iz Međugorja svjedoči: „Ono što mi se dogodilo, a nisam očekivala, bilo je to da sam konačno postala „ovisna“ o živoj Božjoj Riječi. Naime, s Lectio divina sam se susrela još u srednjoškolskim danima kroz Framu. To se nastavilo i kroz mjesečne sastanke u OFS-u, a i proteklu godinu novicijata sam, također, skoro svakodnevno imala razmatranja kao dio novicijatskog programa. Valjda je sve to bila priprema plodnoga tla na koje je palo ovo neočekivano sjeme e-duhovnih vježbi koje je urodilo plodom da i nakon Uskrsa svako jutro posegnem za Biblijom, pročitam dio iz evanđelja koji

Crkva za taj dan stavlja pred mene, pustim da ta Riječ odzvanja u meni, govori mi, poučava me i oblikuje, ali i da nastavi utjecati na cijeli taj dan.“

Izgleda da je upravo ovo svjedočanstvo najljepši plod e-duhovnih vježbi. Takvih svjedočanstava ima više, a voditelji u svim dosadašnjim e-duhovnim vježbama su inzistirali na čitanju Božje riječi, osobito čitanju liturgijskih čitanja toga dana te dopuštaju da ta Riječ dotakne svakoga tko čita i da u njoj pronađe poruku koju Isus upravo govori svakome osobno. Važan segment kršćanskoga života je čitanje Svetoga pisma, Biblije, a to često zaboravljamo, Slaven Grizelj kaže: „Potaknule su me da čitam Bibliju kad god to mogu i imam je svaki dan uz sebe u svojoj aktovci. Ovo iskustvo mi je bilo od velike pomoći i pokazuje da Crkva treba koristiti modernu tehnologiju kako bi došla do vjernika.“

Kroz ova svjedočanstva možda smo dobili dojam da je duhovne vježbe lako obavljati i da one donose samo olakšanje i sjedinjuju s Isusom. To je istina, ali do toga treba doći kroz razne poteškoće koje prate vježbenike u početku razmatranja. Slaven Grizelj svjedoči: „Moram priznati da je razmatranje u početku bilo teško jer mi je sve bilo nepoznato područje, ali svaki dan sam stjecao novo znanje. Ruku na srce, nisam ja danas ekspert u razmatranjima, ali mi znatno bolje ide i ove e-duhovne vježbe su mi puno pomogle.“ Bruno također svjedoči: „Razmatranja su mi u početku bila iznimno teška, kako po njihovoj naravi, tako i po susretu sa samim sobom. Svako sljedeće razmatranje bilo je sve teže, misli su mi bile zbrkane, volja poljuljana, a doživljeno puno kaosa i nereda. Znao sam da sam ostavljen. Ali nisam bio napušten. Pustio me kako bi mi pokazao da sam sebi nisam dovoljan i kroz to me naučio pouzdanju.“

O molitvi i razmatranju se može čitati u raznim knjigama i spisima, ali naučiti se moliti i razmatrati može se tek onda kada se istinski u praksi krene s molitvom i razmatranjem.

## 6. USPOREDBA DUHOVNIH VJEŽBI MARKA AURELIJA I PETRA ALKANTARSKOGA

U ovom radu bavili smo se s dva dijela, *Misli*, Marka Aurelija i *O molitvi i razmatranju*, Petra Alkantarskoga. U prvi maha možemo pomisliti da ta dva autora nemaju nikakvu poveznicu. Živjeli su u sasvim drugačijim vremenima, razmaka 1300 godina. Prvi je bio rimski car, poznati stoik i ujedno progonitelj kršćana, a drugi jednostavni redovnik sv. Franje, obilježen izrazitom pokorom i tjelesnim mrvljenjem. Ako se zaustavimo samo na vanjskim činjenicama njihova života i djelovanja složit ćemo se i zaključiti da ova dvojica autora nemaju ništa zajedničko, ali čitajući djela jednoga i drugoga uočiti ćemo dosta poveznica.

### 6.1. Vanjske značajke

Kada gledamo opus napisanoga, Marko i Petar imaju zapisano po samo jedno djelo, *Misli* i *O molitvi i razmatranju*. Oba dva su postala planetarno popularna i prevedena su na razne svjetske jezike, a knjižice su doživjele nebrojena izdanja.

Kada govorimo o destinatarima pisanja, dolazimo da razlike. *Misli* ili kako smo vidjeli u jednom od naslova *Samomu sebi* otkriva da su one izvorno bile namijenjene za isključivu upotrebu autora, Marko piše dnevnik kao svojevrsnu introspekciju i pomoć samome sebi. No, kako je povijest pokazala, ne samo sebi, već i svim drugim ljudima kao neprocjenjivo blago i dar njegova duha. Marko kaže: „Nije više vrijeme za lutanje. Više nećeš pročitati bilješke koje si zapisao, junačka djela Rimljana i Grka, izvatke dijela koja si čuvao za starost.“ (III, 14) Vidljiva je njegova navika iz mladih dana da piše sebi bilješke za budućnost kao podsjetnik na bitne stvari. Te bilješke glavni su izvor za pisanje *Misli*. Petar je iskusan učitelj usmene molitve i razmatranja i upravo iz vlastitoga iskustva piše *O molitvi i razmatranju* kao praktična uputa i pomoć onima koji žele napredovati u duhovnom životu. Otac Damjan Damjanović u predgovoru piše: „Kako se sam po mislenoj molitvi ili razmatranju sve više i više uzdizao u kršćanskoj savršenosti i sve više ostvarivao unutarnje jedinstvo s Bogom po ljubavi, smatrao je da će biti od velike duhovne koristi ako o molitvi i razmatranju nešto i napiše.“<sup>38</sup> Na samim počecima, Petrova metoda razmatranja bila je najviše prisutna u franjevačkom Redu, ali

---

<sup>38</sup> OMIR, str. 13.

naravno nije bila jedina metoda razmatranja. Tako da možemo reći da Marko piše samom sebi, a Petra piše svojoj braći. Tek je s vremenom i jedno i drugo djelo došlo u doticaj sa širom publikacijom.

Univerzalnost obaju dijela najbolje možemo vidjeti u njihovoj postmodernoj primjeni. U vremenu kada se sve propituje i kad je sve podložno mentalitetu konzumerizma, koji sve što mu je na dohvata ruke uzima, ali ubrzo sve i odbacuje *Misli* i *O molitvi i razmatranju* imaju svoje zamjetnu ulogu u filozofskom i kršćankom prostoru. *Misli* su nikada aktualnije i duboko primijenjene kroz filozofsku praksu u obliku filozofskih savjetovanja. *O molitvi i razmatranju* su prošle mnoge preinake i osuvremenjena, ali njihov temelj i metoda razmatranja ostala je sačuvana u digitalnom projektu e – duhovnih vježbi na početku kroz komunikaciju mailom, a danas kroz aplikaciju e - duhove vježbe. Aplikacija ne nudi samo duhovne vježbe već donosi niz drugih sadržaja kao što su: dnevna liturgijska čitanja i „Efu riječi“ kao svakodnevno prisutan duhovni impulsu.

## 6.2. Unutarnje značajke

Kada pogledamo sadržaj *Misli* i *O molitvi i razmatranju* reći ćemo da jedno s drugim nema nikakve poveznice. I to je točno, ali samo na prvi pogled. *Misli* su napisan u obliku dvanaest knjiga (poglavlja), kao smo vidjeli u prvom poglavlju. Teško je točno odrediti razdiobu među knjigama, a osobito među sadržajem jer Marko kroz česta ponavljanja iznosi dogme svoga nauka. Moguće je uzeti samo jednu knjigu, ali zbog česte retrospekcije puno lakše je razumjeti djelo kao cjelinu nego kao pojedini segment. *O molitvi i razmatranju* imamo zapisao kroz tri dijela. Točno je određena podjela pojedinih dijelova i mogli bismo uzeti bez ikakvih problema samo jedan dio i zasebno ga promatrati. Upravo tako je i treći dio napisan, kroz konkretne teme i poticaje na razmatranje. Njih je i potrebno zasebno uzimati i čitati. Čitanjem odjednom ne bi polučilo nikakvi učinak jer se radi o razmatranju, a ne o nekom pukom tekstu.

Naša glavna namjera u ovom radu je bila promatrati *Misli* i *O molitvi i razmatranju* kao duhovne vježbe. To smo napravili u poglavlju 1.3. i 3.3. Kroz ova poglavlja možemo uočiti jednu duboku povezanost Marka i Petra. Marko i Petra ne donose ništa novo, ništa revolucionarno, oni samo na svoj način izražavaju poznata učenja. Marko kroz *Misli* dogme



stoicizma, a Petar u *O molitvi i razmatranju* kršćansku baštinu duhovnih vježbi i kontemplacije. Bilo bi pogrešno reći da u ovim djelima nema ništa što bi otkrivalo duhovno stanje autora, Marka i Petra. Njihova prvotna nakana je iznijeti već poznato, ali kada čovjek bilo što piše ne može isključiti sebe. Mogu se pisati poznate stvari, ali svakim pisanjem autor unosi dio sebe u tekst, otkriva svoju nutrinu. *Misli* obiluju autobiografskim podacima, a Petra u svom dijelu iznosi svoje osobno iskustvo kršćanskoga razmatranja.

U *Mislima* i *U molitvi i razmatranju* postoji šest temeljnih stvari za provođenje duhovnih vježbi. U *Mislima* kao smo iznijeli u potpoglavlju 1.3.2.: budnost, pozornost, sabranost, pamćenje obogaćen maksimuma, meditacija i terapija. Da bi vježbe bile plodonosne potreba je hranu, a tu su intelektualne vježbe: čitanje, slušanje, istraživanje i temeljito propitivanje. U *Molitvi i razmatranju* kao smo iznijeli u poglavlju 3.3. koraci razmatranja: priprema, čitanje, razmatranje, zahvaljivanje, predanje i prošnja. Ako dobro pogledamo ove temeljne stvari i korake lako se primijeti da se mnogo stvari poklapa. Kada opise koraka stavili jedu pored drugoga samo bi vrsni znalci i poznavatelji Marka i Petra mogli razlikovati koji je čiji tekst.

Glavan poveznica *Misli* i *O molitvi i razmatranju* je ta da oba djela obiluju molitvama i poučavanjem kako moliti. Marko se često obraća: Bogu, bogovima, Prirodi, Suncu, Svemiru. Ovako piše kakav bi molitva trebala biti: „Bogovi ili nemaju nikakvu moć ili je, pak imaju. Ako nemaju, zašto se uopće moliš? A ako imaju, zašto se ne moliš da ne osjećaš strah ni pred čim, da ne žudiš ni za čim, da ne patiš ni zbog čega, već se moliš samo da ti se dogodi ovo ili da ti se ne dogodi ono? ... Tko ti je rekao da nam Bogovi ne pomažu i u onim stvarima koje o nama ovise? Počni se, dakle, za to moliti i sam ćeš uvidjeti. Onaj se moli: „O, da mi je spavati s ovom ženom!“, a ti se pomoli: „O, da ne poželim njezine naklonosti!“ Drugi se moli: „Kako da se riješim onoga ondje?“, a ti: „O, da ne osjetim potrebu da ga se riješim!“ Moli se tako i vidjet ćeš što će se toga postati.“ (IX, 40). Petrovo djelo je zapravo čista molitva koja ima ulogu izmoliti božansku ljubav: „O, ljubimče duše moje! O, naslado srca moga, usliši me! Gospodine, ne po mojim zaslugama, nego po tvojoj neizmjerljivoj dobroti: pouči me, prosvijetli me, ravnaj me, pomaži mi u svemu i uvijek da ne bih štogod rekao ili učinio osim onoga što spoznam da je milo tvom pogledu.“<sup>39</sup>

---

<sup>39</sup> OMIR str. 39.

## ZAKLJUČAK

Prirodno je da čovjek stare, istrošene stvari odbaci, kao što su stara odjeća ili staro računalo. Glavna označnica ovih stvari je da su se istrošili, da ne odgovaraju izazovima vremena. Možemo se složiti s tim da nemamo drugog načina nego da ih odložimo i uzmemo druge, ovdje sada ne govorimo o stvarima koje se još mogu popraviti za daljnju upotrebu ili se reciklirati. Ovako stvari funkcioniraju u materijalnoj sferi u duhovnoj je suprotno. Duhovne vrijednosti se ne mijenjaju, one su univerzalne i uvijek vrijede, naravno pod uvjetom da su istinski bile duhovne, a ne tek prolazna propaganda. Zato kada čitamo *Misli* osjećamo kao da su baš nama napisane i uvijek su tako aktualne. Isto je tako s duhovnim klasicima kršćanske literature, uvijek izgleda kao da je živa i upravo se nama obraća. Filozofija, duhovnost Marka Aurelija živi i danas kroz filozofska savjetovaništa u raznim zemljama svijeta i na raznim jezicima.

Često se čuju prigovori kako je Crkva zatvorena, kako nije u koraku s vremenom. Što je djelomično i točno, jer Crkva je teško mijenjala neka ustaljene prakse kroz povijest, najbolje je to vidljivo kroz služničkoga shvaćanja filozofije naspram teologiji.

Papa u miru Benedikt XVI. je napravio revolucionarni iskorak kada je 12. XII. 2012. godine otvorio račun na Twitteru. Tim činom je pokazao da Crkva prati i prihvaća suvremene načine komuniciranja. Na tom tragu papa Franjo je izgradio još veći iskorak u korištenju suvremenih sredstava komuniciranja. U svojoj prvoj apostolskoj pobudnici „Evangelli Gaudium“ („Radost Evanđelja“) od 26. XI. 2013. godine, koja je upućena svim biskupima, prezbiterima i đakonima, zavjetovanim osobama i svim vjernicima laicima, govori o navješćaju Evanđelja u današnjem svijetu. Hrabri i potiče sve ljude na suvremeni navješćaj Isusove poruke. U duhu tih poticaja, pokrenuta je jedna duhovna platforma na području hrvatskoga govornog područja, a to su e-duhovne vježbe u veljači 2017. godine. U početku su se one odvijale isključivo posredstvom mail komunikacije, a od veljače 2019. godine i putem aplikacije e-duhovne vježbe. Ova aplikacija je obogatila duhovnu ponudu i ne odnosi se samo na duhovne vježbe, već i na svakodnevnu ponudu kratkog tumačenja evanđeoskoga odlomka u obliku „Efe riječi“.

Projekti filozofskoga savjetovanja i e-duhovnih vježbi potvrdili su koliko je ovakvih sadržaja potrebno suvremenom čovjeku. Pokazali su je da se stare praksa duhovnih vježbi mogu donijeti na sasvim novi, moderni i suvremeni načina, a da svoju temeljnu bit ne mijenjaju. Vidjeli smo da su se dogodile pojedine modifikacije u samoj provedbi kroz korake

razmatranja i vremenu razmatranja i to je ono što konkretno odgovara na potreba suvremenoga čovjeka.

Ovaj rad je samo jedna kapljica u moru koja nam je povezala dva „mora“ koja smo stoljećima prešutno držali odvojenima. Marko Aurelije i Petar Alkantarski imaju dosta zajedničkih točaka. Željeli smo upravo to što ih povezuje naglasiti i istaknuti. Sada bi u detaljnom istraživanju bilo potrebno detaljno obuhvatiti sve oblike filozofskoga savjetovanja i dosad provedene e-duhovne vježbe te tako pratiti njihove preobrazbe i zajedničke točke u budućem djelovanju.

## BIBLIOGRAFIJA

### 1. Izvori

PETAR ALKANTARSKI: *O molitvi i razmatranju*, Verbum, ur. Petar Balta, prev. Damjan Damjanović, Split, 2001.

MARKO AURELIJE: *Samomu sebi*, Tragovi, ur. Bernard Gospodinović, prev. Zvonimir Milanović, Zagreb, 2001.

PAPA FRANJO, *Evangeli Gaudium – Radost Evanđelja*. Apostolska pobudnica biskupima, prezbiterima i đakonima, posvećenim osobama i svim vjernicima laicima o naviještanju evanđelja u današnjem svijetu (26. IX. 2013.), KS, Zagreb, 2015.

KATEKIZAM KATOLIČKE CRKVE, objavljen apostolskom konstitucijom Ivana Pavla II. „Fudei depositum“, 11. listopada 1992., Hrvatska biskupska konferencija, Zagreb, 1994.

BOŽANSKI ČASOSLOV, obnovljen prema odluci Svetog ekumenskog sabora II. vatikanskog, a proglašen vlašću pape Pavla VI., svezak IV., KS, Zagreb, 2012.

PIERRE HADOT: *Unutarnja tvrđava*, Sandorf – Mizantrop, ur. Slavko Amulić, prev. Bosiljka Brlečić, Zagreb, 2016.

PIERRE HADOT: *Duhovne vježbe i antička filozofija*, Sandorf – Mizantrop, ur. Slavko Amulić, prev. Zlatko Wurzburg, Zagreb, 2013.

### 2. Literatura

#### 2.1. Knjige

ESSER KAJETAN: *Pregled povijesti franjevačkoga reda*, Franjevačka teologija Sarajevo, Sarajevo, 1972.

EPIKTET: *Priručnik*, KruZak, ur. i pre. Pavel Gregorić, Zagreb, 2006.

JONAS SALZGEBER : *Mala knjiga stoicizma*, , prev. Matija Pospiš, Planetopija Zagreb, 2020.

PIERRE HADOT: *Filozofija kao način življenja*, Fedon, prev. Suzana Bojović, Beograd, 2011.

MARY BEARD : *Povijest starog Rima*, Školska knjiga, ur. Daniver Vukelić, prev. Ivan Ott, Zagreb, 2017.

## 2.2. Članci

SAUTERMEISTER, Jochen, Umijeće življenja u postmoderni, u: *Communio*, Godište XXXVII. (2011.) br. 110. str. 40-50.

ČIRIĆ, Josip, Komunikacijski kanali filozofskog i psihološkog savjetovanja, u: *Filozofska istraživanja - časopis*, Godište XXX. (2010.), br. 1-2. str. str. 97-121.

JEROLIMOV, Melita, Neke poveznice psihološkog i filozofskog savjetovanja, u: *Acta Iadertina - časopis*, Godište XIII. (2016.) br. 2. str. 57-73.

## 2.3. Internet

ĐIDAR, Robert, *Filozofija prakse: nastanak, utjecaj, posljedice*, Disertacija, Sveučilište u Zagrebu, Fakultet filozofije i religijskih znanosti, 2018., preuzeto: <https://urn.nsk.hr/urn:nbn:hr:260:057929> (22. VIII. 2022.).

<https://www.ofm-sv-jeronim.hr/tko-smo-mi/samostani/pazin/> (18. VIII. 2020.).

<https://www.eduhovnevjezbe.hr/opce-informacije> (16. VIII. 2020.).

<https://www.eduhovnevjezbe.hr/vjezbe/6> (17. VIII. 2020.).

<https://play.google.com/store/apps/details?id=com.eduhovne&hl=hr> (18. VIII. 2020.).

<https://www.eduhovnevjezbe.hr/svjedocanstva> (28. VIII. 2020.).

<http://www.enciklopedija.hr/Natuknica.aspx?ID=34845> (22. VI. 2022.).

<http://www.enciklopedija.hr/Natuknica.aspx?ID=26365> (2. IX. 2022.).

<https://www.achenbach-pp.de/de/index.asp> (20. VIII. 2022.).

<https://www.hrfd.hr/o-hfd-u/> (21. VIII. 2022.).

Obrazac A.Č.

SVEUČILIŠTE U SPLITU  
KATOLIČKI BOGOSLOVNI FAKULTET

**IZJAVA O AKADEMSKOJ ČESTITOSTI**

kojom ja, Ivan Novaković, kao pristupnik za stjecanje zvanja magistra teologije, izjavljujem da je ovaj diplomski rad rezultat isključivo moga vlastitog rada, da se temelji na mojim istraživanjima i oslanja na objavljenu literaturu kao što to pokazuju korištene bilješke i bibliografija. Izjavljujem da niti jedan dio diplomskoga rada nije napisan na nedopušten način, odnosno da nije prepisan iz necitiranoga rada, pa tako ne krši ničija autorska prava. Također izjavljujem da nijedan dio ovoga diplomskog rada nije iskorišten za koji drugi rad pri bilo kojoj drugoj visokoškolskoj, znanstvenoj ili radnoj ustanovi.

Split, \_\_\_\_\_

Potpis

**SVEUČILIŠTE U SPLITU  
KATOLIČKI BOGOSLOVNI FAKULTET  
FILOZOFSKO-TEOLOŠKI STUDIJ**

**IVAN NOVAKOVIĆ**

**THE SPIRITUAL EXERCISES OF MARCUS AURELIUS AND  
PETER OF ALKANTARA AND THEIR POSTMODERN  
APPLICATION**

Graduation thesis  
in philosophy  
Mentor: prof. dr. sc. Ante Vučkovića

Split, 2022.

## **ABSTRACT**

Man is a spiritual being. He believes in a supreme being whom he calls by different names depending on his belief. We need spiritual growth exercises as much as physical workouts. For an athlete to be successful in his sport, he needs to subject his body to physical training and his spirit to self-discipline. It is the same on the spiritual path. Excellence in spiritual leadership requires regular spiritual retreats.

Through the six chapters of this work, we present spiritual exercises of two outstanding figures, Marcus Aurelius and Saint Peter of Alcántara. We provide retreat guidelines and requirements. Then we reflect on the use of spiritual retreat in postmodern society. In postmodernity, we find new forms of Marcus's and Peter's spiritual exercises through philosophical counselling and e - spiritual exercises. Due to these two forms, their spirituality is still very relevant today and broadly applicable in society.

We should forget all prejudices between ancient philosophy and Christianity and accept that what unites us is a greater than what divides us, whatever name we call it.

*Keywords: spiritual exercises, Marcus Aurelius, Peter of Alcántara, philosophical practice, philosophical counselling, e-spiritual exercises.*