

ROZEMNANAWANIE DUCHOWE

Mark E. Thibodeaux SJ

**ROZEEZNAWANIE
DUCHOWE**

Sztuka świadomego życia

Przekład: Elżbieta Kopocz

WYDAWNICTWO WAM

tytuł oryginału: *God's Voice Within. The Ignatian Way to Discover God's Will*

Copyright © 2010 Mark E. Thibodeaux

All rights reserved

Published under arrangement with

LOYOLA PRESS, Chicago, IL, USA

Polish language rights handled by Prava I Prevodi, Belgrade

In conjunction with Montreal-Contacts/The Rights Agency

Polish translation Copyright© 2018 by Wydawnictwo WAM

Tytuł pierwszego wydania: *Dobre i złe duchy w naszym życiu*

Wydawnictwo WAM 2012

Konsultacja merytoryczna: Dariusz Piórkowski SJ

Opieka redakcyjna: Olaf Pietek

Redakcja: Katarzyna Stokłosa, Ewa Wieczorek

Korekta: Michał Zmuda

Projekt okładki: Oksana Shmygol

Skład: Edycja

NIHIL OBSTAT

Przełożony Prowincji Polski Południowej Towarzystwa Jezusowego,

ks. Jakub Kołacz SJ, prowincjał, Kraków, dn. 30 sierpnia 2018 r.,

l.dz. 31/2018

ISBN 978-83-277-1264-6

WYDAWNICTWO WAM

ul. Kopernika 26 • 31-501 Kraków

tel. 12 62 93 200 • faks 12 42 95 003

e-mail: wam@wydawnictwowam.pl

DZIAŁ HANDLOWY

tel. 12 62 93 254-255 • faks 12 62 93 496

e-mail: handel@wydawnictwowam.pl

KSIĘGARNIA WYSYŁKOWA

tel. 12 62 93 260

www.wydawnictwowam.pl

Druk: GRAFARTI • Łódź



wydawnictwo



*Dedykuję tę książkę
mentorom i przyjaciółom z mojej grupy wsparcia.
Mam nadzieję, że wiecie, jak bardzo jestem Wam wdzięczny.*

SPIS TREŚCI

Podziękowania	11
James Martin SJ, Przedmowa: Podejmowanie decyzji w sercu ..	13
1. Po co czytać tę książkę?	17
Część pierwsza	
Prawdziwe i fałszywe duchy	27
2. Charakterystyczne cechy strapienia i fałszywego ducha	33
Bez wiary, nadziei i miłości.	35
Bez poczucia bliskości Boga	37
Pełen niepokoju i zamieszania	40
Zdezorientowanie: podkategoria	44
Pełen nudy i obojętności	46
Pełen lęku i zmartwienia	49
Skrytość	54
Fałszywe pocieszenie: zaawansowana forma strapienia	57
Kombinacja cech	64
3. Charakterystyczne cechy pocieszenia i prawdziwego ducha ..	65
Wiara, nadzieja i miłość	67
Poczucie bliskości Boga	71
Pokój i spokój	74
Prawdziwa perspektywa: podkategoria	77

Wielkie pragnienia	79
Szczerłość	80

Część druga

Reakcje na strapienie i pocieszenie 83

4. W strapieniu 85

Reakcja 1: Nazwij strapienie 86

Reakcja 2: Unikaj dokonywania zmian lub podejmowania
ważnych decyzji 92

Reakcja 3: Polegaj na swojej grupie wsparcia 96

Reakcja 4: Rozważ potencjalne problemy logistyczne,
moralne lub psychologiczne 106

Reakcja 5: Bądź świadomy istnienia fałszywego anioła
światłości 115

Reakcja 6: Bądź stanowczy w stosunku do fałszywego
ducha i pracuj sumiennie 119

Reakcja 7: Bądź łagodny, cierpliwy i dodawaj sobie odwagi 124

Reakcja 8: Ufaj, że Bóg wykorzysta strapienie we właściwy
sposób 128

Na wypadek pożaru... 131

5. W pocieszeniu 135

Przygotowanie 1: Obserwuj „tok myślowy” 141

Przygotowanie 2: Zajmij się słabościami 144

Przygotowanie 3: Wystrzegaj się fałszywego pocieszenia 149

Przygotowanie 4: Szukaj obecności Boga w bolesnych
chwilach swojej przeszłości 152

Dwie pomocne praktyki 155

Gotowy na rozeznawanie 159

Część trzecia

Od rozeznawania duchów do podejmowania decyzji 161**6. Przed podjęciem decyzji: Tworzenie fundamentu 163**

Czego poszukujesz? 166

Wdzięczne serce. 171

Dwie historie o wdzięczności 174

Dla większej chwały Bożej 177

Ignacjańska obojętność 178

Obojętność serca, obojętność woli 180

7. Podejmowanie decyzji: Cztery fazy dobrego rozeznawania . . 183

Faza 1: Wycisz się 185

Faza 2: Zbieranie danych 190

Faza 3: Miej marzenia – docieranie do głębokich pragnień 199

Faza 4: Rozmyślanie nad marzeniami – rozważanie strapień
i pocieszeń 204Przypadek szczególny: „Gdy na duszę nie oddziałują
różne duchy” 210Jeszcze jeden szczególny przypadek: „Nie mogąc
powątpiewać” 216**8. Po podjęciu decyzji: Wstępne decyzje, potwierdzenie
i decyzje końcowe 223**

Ofiarowanie wstępnej decyzji 225

Szukanie potwierdzenia 229

A co jeśli nie ma potwierdzenia? 236

Podjęcie końcowej decyzji i jej zrealizowanie. 241

9. Pięć rzeczy do zapamiętania	245
Spis tabel, ćwiczeń modlitewnych oraz przykładów	251
Słownik terminów ignacjańskich	253
Biblia o rozeznawaniu duchowym	255
Do dalszej lektury	257
Reguły o rozeznawaniu duchów św. Ignacego Loyoli	259

PODZIĘKOWANIA

Niniejsza książka zawiera historie zaczerpnięte zarówno z mojego życia, jak i z życia innych osób. Na ich wykorzystanie otrzymałem stosowne zgody. Tam, gdzie było to wskazane, zmieniłem imiona, miejsca i sytuacje. Celem wszystkich tych historii było bardziej zilustrowanie danego problemu aniżeli napisanie opowieści z gatunku literatury faktu. Niektóre z nich zostały całkowicie wymyślone, inne są absolutnie prawdziwe i dokładnie przytoczone, jeszcze inne są połączeniem obu. Za każdym razem wybierałem takie rozwiązanie, które najlepiej ilustrowałoby dany temat. Dziękuję wszystkim osobom, które wyraziły zgodę na wykorzystanie swoich doświadczeń. Jestem im naprawdę wdzięczny.

Osiem osób, które były dla mnie największym wsparciem i inspiracją podczas pisania i redagowania tej książki, to: Lee Ann Badum, Jerry Fagin SJ, Christopher Harris, William F. Huete SJ, James Martin SJ, moi rodzice – Carroll i Shirley Thibodeaux oraz moja redaktorka z wydawnictwa Loyola Press – Vinita Wright. Żywię głęboką wdzięczność za ich wielkoduszność. Jestem również wdzięczny wielu znajomym oraz wspólnotom, które okazały swoją miłość i służyły mi wsparciem, mądrością oraz radą. Wśród nich są: Paul Deutsch SJ, Michael Dooley SJ, Dan White SJ, Kathleen Farrelly OCD, państwo Robin i Easton Herbertowie; nowicjusze ze wspólnoty w Grand Coteau z lat 2007–2010 (w szczególności Caleb Bernacchio, Marc Fryer, Jonathan Harmon i Peter Gadalla), katolicka wspólnota Pan American

Uniwersytetu Teksasńskiego, a także jezuickie wspólnoty St. Charles College w Grand Coteau, Uniwersytetu Loyola w Nowym Orleanie, Strake Jesuit w Houston, Spring Hill College w Mobile. Na koniec pragnę złożyć podziękowania dla mojej kochającej rodziny: Steve'a, Annette, Cameron, Demi, Grega, Nancy, Ashley, Dillona, Stuarta, Stacey, Abbie, Michaela, Erica, Sandy, Marty'ego oraz Coy.

Pisanie tej książki – mojej trzeciej – było wspaniałym wyzwaniem. Jej tematyka wymagała jeszcze więcej pracy niż poprzednie moje publikacje. Ufam, że to doświadczenie uczyniło ze mnie lepszego pisarza i człowieka potrafiącego lepiej rozeznawać. Jestem głęboko wdzięczny Bogu za powołanie mnie do zrealizowania tego projektu. Modłę się, aby ta książka przyczyniła się do jeszcze większej chwały Boga – większej chwały, czci i służby Mu.

PRZEDMOWA: PODEJMOWANIE DECYZJI W SERCU

James Martin SJ

Co powinienem zrobić?

Ile razy zadałeś sobie dziś to pytanie? A w tym tygodniu? W tym miesiącu? W tym roku? W ciągu całego swojego życia?

W pewnym sensie jest to pytanie, które zadajemy sobie w kółko. Odnosi się ono do ważnych decyzji: Na jaką uczelnię powinienem pójść? Co studiować? Jaka ścieżkę zawodową wybrać? Jaka pracę podjąć? Odnosi się także do decyzji związanych z naszymi osobistymi, najbardziej zażyłymi relacjami: Jak powinienem traktować swoich rodziców? Jak zareagować, kiedy przyjaciel przeżywa kryzys? Co zrobić w kwestii moich problemów małżeńskich? Odnosi się również do bardziej zwyczajnych, lecz nie mniej stresujących sytuacji: Kiedy powinienem przeciwstawić się swojemu irytującemu szefowi? Jak naprawić relacje w rodzinie? Jak odnosić się do mojego zwariowanego sąsiada?

Jednak podejmowanie decyzji nie dotyczy jedynie tego, co „powinienem”. Dotyczy również płynących z głębi serca potrzeb, najskrytszych pragnień, naszych świętych tęsknot. Jeżeli należymy do osób poddających swoje życie refleksji, pytamy również: Kim chcę zostać? Co uczynić ze swoim życiem? Jakie jest moje powołanie?

Większość z nas zgodzi się z tym, że to zasadnicze pytania. Jeśli chcemy być szczerzy, to musimy także przyznać, że pytania te bywają

trudne, stresujące, a nawet przerażające. Niekiedy nawet nas paraliżują – lękając się podjęcia ważnych decyzji, odkładamy je, unikamy udzielania wyczerpujących odpowiedzi na pojawiające się pytania albo po prostu je ignorujemy. Decyzje są w stanie nas przytłoczyć.

Myślmy sobie: „Gdyby tylko istniał jakiś poradnik z łatwymi do zastosowania wskazówkami, który pomógłby w podejmowaniu tych ważnych, przytłaczających, zmieniających życie decyzji – i tych drobnych też”. Na szczęście jest.

Święty Ignacy z Loyoli był szesnastowiecznym rycerzem, później mistykiem, założycielem Towarzystwa Jezusowego (zakonu jezuitów). Jak wkrótce przeczytamy, Ignacy był „zapalonym” badaczem natury ludzkiej, mistrzem duchowym i człowiekiem umiejącym znakomicie podejmować decyzje. Na podstawie własnych doświadczeń (zarówno w życiu codziennym, jak i modlitewnym) doszedł do zrozumienia ważnej prawdy: Bóg pragnie, abyśmy podejmowali właściwe decyzje, i pomaga nam w tym. Jedyne, co musimy zrobić, poza posiadaniem dobrych intencji, to polegać nie tylko na otrzymanym od Boga rozumie, lecz także uważnie obserwować poruszenia naszego serca, które również są dziełem Boga. Święty Ignacy zawarł swoje znakomite uwagi na temat podejmowania decyzji w *Ćwiczeniach duchowych*¹.

Całość spostrzeżeń św. Ignacego na temat podejmowania właściwych decyzji znana jest jako ignacjańskie rozeznawanie. Droga św. Ignacego obejmuje dobrze uporządkowane serie praktyk i technik zawartych w regułach rozeznawania duchowego, które opierają się na uznaniu faktu, że właściwe podejmowanie decyzji jest połączeniem wiary i rozumu. Ufasz swemu sercu, ale używasz jednocześnie głowy – jak powiedział kiedyś pewien jezuita.

W przeszłości jednak ignacjańskie rozeznawanie przedstawiane było, niestety, jako zbyt złożone, pełne skomplikowanych strategii i tajemnych technik, ukrytych pod zasłoną górnolotnego języka, tak

¹ Św. Ignacy Loyola, *Ćwiczenia duchowne*, tłum. Mieczysław Bednarz SJ, Wydawnictwo WAM, Kraków 2004. Dalej: *ĆD*.

jakby konieczne było posiadanie doktoratu oraz planu strategicznego działania, aby w ogóle zacząć rozumieć, o co w nim chodzi. A szkoda, ponieważ ignacjańskie rozeznawanie wcale nie jest tak skomplikowane. Autentyczna duchowość jest duchowością prostą. Przecież Jezus zapytany o królestwo Boże w odpowiedzi opowiadał przypowieści o zbożu i chwastach. Nie przedstawiał sześciusetstronicowego traktatu teologicznego! Jego odpowiedzi były głębokie i zagadkowe, słuchacze jednak byli w stanie je zrozumieć.

Z tego właśnie powodu niniejsza książka może okazać się bardzo przydatna. Jak wkrótce odkryjecie, Mark E. Thibodeaux SJ jest jednym z najbardziej przyjaznych, serdecznych i przystępnych przewodników po regułach podejmowania decyzji, jakiego można sobie wyobrazić. Wykorzystując liczne przykłady z własnego życia (oraz sporego doświadczenia w pomaganiu innym w kierownictwie duchowym), jak również z życia Ignacego, otwiera przed czytelnikiem bogactwo rozeznawania duchowego, aby pomóc w podjęciu decyzji dotyczącej tego, co powinno się zrobić (a czego nie), lub tego, jaką drogą podążać (a jaką nie).

Ogromna wiedza Marka na temat duchowości ignacjańskiej i jego kompetencje w tej dziedzinie są oczywiste dla każdego, kto kiedykolwiek go spotkał. Mark to mój bliski przyjaciel i jeden z najbardziej pełnych życia i radosnych jezuitów, jakich znam. Jest idealnym przykładem pokazującym, w jaki sposób świętość prowadzi do radości. Jego intensywne życie – nauczyciela, kierownika duchowego, mistrza nowicjatu i kapłana – pokazuje, że podejmując dobre decyzje, możemy zbliżyć się do Boga. A zbliżanie się do Boga oznacza przybliżanie się do życia pełnego pokoju i radości. Jest rzeczą niemal niemożliwą, aby w obecności Marka czuć się zniechęconym lub przygnębnym, a chwile, w których w życiu śmiałem się najgłośniejszy, były właśnie chwilami spędzonymi w jego towarzystwie.

Z pewnością jednak Mark czułby się zakłopotany uwagą skupioną na nim. Prawdopodobnie skierowałby ją na św. Ignacego, który

z kolei przeniósłby ją tam, gdzie należy: na Boga. Ostatecznie, książka ta koncentruje się na Bogu i odpowiada na pytania: W jaki sposób Bóg może nam pomóc w podejmowaniu ważnych decyzji? W jaki sposób może poruszać nasze serca, abyśmy mogli dobrze rozemnać wolę Bożą? W jaki sposób można odemnać Boga w różnych duchowych poruszeniach? Jak usłyszeć w sobie głos Boga?

Bóg pragnie, abyśmy podejmowali decyzje pomnażające życie, tak więc będzie pomagał nam w osiemnieniu tego celu. To jeden z podstawowych tematów tej pożytecznej i przystępnie napisanej książki.

Gdy więc następnym razem z pewnym niepokojem zadasz sobie pytanie: „Co powinienem zrobić?“, nie rozpaczaj. Weź głęboki oddech, sięgnij po tę książkę, pomyśl i zaufaj sercu.

James Martin, jezuita, redaktor działu „Kultura” czasopisma „America”, autor bestsellerów *Jezuicki przewodnik po prawie wszystkim. Duchowość twojej codzienności* oraz *Moje życie ze świętymi*.

1. PO CO CZYTAĆ TĘ KSIĄŻKĘ?

Sięgnąłeś po tę książkę, ponieważ prawdopodobnie dostrzegłeś w swoim życiu potrzebę bardziej pogłębionego rozeznawania duchowego. Mamy skłonność traktować rozeznawanie jako podejmowanie decyzji, jednak jest ono czymś o wiele głębszym i szerszym niż zwykłe dokonywanie wyborów. Prawdziwe rozeznawanie uczy nas, jak rzetelnie oceniać sytuacje i problemy. Uczy nas samokrytycyzmu, bez którego sami sobie stajemy na drodze do mądrego dokonywania wyborów. Jest ono nie tylko sprawą rozumu, ale również duchowości. Obejmuje każdy aspekt naszego człowieczeństwa, od uczuć do chłodnego rozumowania, od pragnień do odrzucenia, od osobistej woli do osobistej modlitwy.

Rozeznawanie byłoby proste, gdybyśmy potrafili określić pięć, dwanaście lub dwadzieścia pięć niezawodnych kroków przy podejmowaniu dobrych decyzji. Jednak wybory nie są wynikiem jedynie posługiwania się rozumem; wybory wypływają zarówno z tego, kim jesteśmy, jak i z tego, co myślimy. Oto, dlaczego rozeznawanie nie jest systemem postępowania, ale procesem, którego musimy się nauczyć, następnie zastosować, a później uczyć się go w dalszym ciągu.

Zwyczajne, codzienne decyzje

Codziennie podejmujemy setki decyzji – tych zwyczajnych, dotyczących zwyczajnych spraw.

- Czym wypełnić dzień? Czy powinienem intensywnie dziś pracować, czy spokojnie? Jak rozgraniczyć w pracy to, co jest najważniejsze, od tego, co nieistotne?
- W jaki sposób mogę służyć Chrystusowi? Czy powinienem poświęcić popołudnie na odwiedzenie cioci w podeszłym wieku, napisanie petycji do posła czy pracę nad ważnym projektem? Czy po raz kolejny umyć po innym członku rodziny naczynia, czy sprawić, by zrobił to sam? Czy przesłać pieniądze dla organizacji charytatywnej, czy oszczędzać, dopóki nie osiągnę finansowej stabilizacji? Czy poświęcić dzisiaj więcej czasu na modlitwę, czy dłużej pracować?
- W jaki sposób mógłbym zatroszczyć się dziś o siebie? Czy powinienem zrobić sobie wolne przedpołudnie, czy od razu ruszyć do pracy? Czy pozwolić sobie na deser, czy raczej go sobie odmówić? Czy skonsultować się z lekarzem w sprawie odczuwanego bólu, czy zacisnąć zęby i zaczekać, bo może sam przejdzie? Czy pobiegać dziś wieczorem, czy spędzić więcej czasu z tymi, których kocham? Czy po południu oglądać mecz w telewizji, czy raczej pograć z dziećmi na podwórku?
- Jak będą wyglądały moje relacje z innymi ludźmi? Czy powinienem porozmawiać ze znajomym o tym problemie, czy raczej odpuścić sobie? Czy sprawdzić, jak syn radzi sobie na uczelni, czy raczej poczekać, aż sam przyjdzie i powie, jak mu idzie? Czy bronić się, gdy ktoś mnie skrytykuje, czy w milczeniu wysłuchać i rozważyć to, co usłyszę? Czy przeprosić za swoje zachowanie, czy starać się je wytłumaczyć?
- Jak ma być moje nastawienie? Czy w pracy powinienem być ambitny i pewny siebie, czy cichy i pokorny? Czy sprze-

ciwić się szefowi, czy stawić czoła trudnej sytuacji? Czy naciskać na podwładnych, by ciężiej pracowali, czy trochę im odpuścić? Czy powinienem nadal być zły na członka rodziny, czy lepiej dać sobie spokój? Czy pozwolić sobie na smutek związany ze stratą, czy też otrzeć łzy i iść dalej?

Dobrze wiesz, jakie są konsekwencje tych pozornie nieistotnych wyborów. Jeśli wypowiesz niewłaściwe słowa w niewłaściwym momencie do niewłaściwej osoby – co często czynisz – możesz nawet rozpętać wojnę. Wiesz, że jeśli trochę zwolnisz w pracy, ci, którzy więcej od ciebie wymagają, będą źli lub zawiedzeni. Zdajesz sobie sprawę, że nie wiadomo, jak długo jeszcze będzie żyła ciocia i że twoje dzieci zbyt szybko rosną. Masz świadomość, że nie będzie z ciebie żadnego pożytku dla nikogo, jeśli nie pozwolisz sobie na odpoczynek i wypalisz się. Wiesz, że Bóg chce, abyś był dla siebie dobry, abyś od czasu do czasu sprawił sobie jakąś przyjemność, ale jednocześnie masz świadomość pokusy, by sobie nadmiernie dogadzać.

Bardziej istotne od konsekwencji wszystkich tych wyborów jest to, w jakim stopniu te pozornie drobne i nieistotne codzienne decyzje określają to, kim jesteś jako osoba. Czy jesteś leniwy, pracowity, czy jesteś pracoholikiem? Czy jesteś naiwny, stanowczy, czy działasz z miłością, czy apodyktycznie? Czy jesteś bierny, roztropny, czy zbyt agresywny? Czy odczuwasz w stosunku do samego siebie nienawiść, masz nastawienie realistyczne, czy jesteś wyrachowany? Czy jesteś uprzejmy, chłodny, czy jesteś pochlebcą? Dobrze wiesz, że wszystkie te ważne pytania dotyczące twojego charakteru – tego, kim jesteś jako osoba – zależą zarówno od drobnych codziennych decyzji, jak i ważnych i doniosłych wyborów.

Masz również świadomość, że nagromadzenie tych drobnych decyzji dodane do decyzji innych ludzi może ostatecznie okazać się fatalne lub też cudowne w skutkach. Zanieczyszczamy świat stopniowo po jednym worku śmieci i wraz z każdą kolejną decyzją przedsiębiorstwa oczyszczania dotyczącą odpadów. Hitler nie doszedł do władzy

od razu i w wyniku użycia przemocy, ale dążył do niej przez pewien czas i zdobył ją dzięki wsparciu zwyczajnych obywateli. Afroamerykanie nie otrzymali w latach sześćdziesiątych XX wieku pełni praw obywatelskich dzięki jednej doniosłej decyzji, ale raczej dzięki wielu drobnym decyzjom podjętym przez zwyczajnych ludzi – takich jak Rosa Parks, która pewnego dnia zdecydowała się zająć miejsce z przodu autobusu – i dzięki zwyczajnym białym ludziom, którzy stopniowo zaczęli opierać się uprzedzeniom, jakie w sobie nosili, kiedy ludzie podobni do Rosy Parks siadali obok nich z przodu autobusu.

Kiedy trzęsienie ziemi w 2010 roku dotknęło mieszkańców Haiti, można było w prosty sposób wesprzeć finansowo pomoc humanitarną, wysyłając SMS-a o treści HAITI na podany numer. Ten sposób przekazania ofiary był promowany wszędzie – w telewizji, w rozgłoszeniach radiowych i w Internecie. Zwyczajni ludzie, surfując po sieci, przełączając kanały telewizyjne bądź stojąc na czerwonym świetle i słuchając radia, zobowiązywali się do przekazania raptem dziesięciu dolarów na pomoc humanitarną. W ciągu kilku dni zebrano miliony dolarów.

Masz świadomość, że wybory zwyczajnych ludzi – dotyczące tego, których przywódców popierać, a którym się przeciwstawiać, jaki przyjąć stosunek do osoby, która siada obok w autobusie, na co przeznaczyć dziesięć dolarów – dosłownie zmieniły bieg historii. Jako chrześcijanin czujesz się zobowiązany dokonywać właściwych wyborów, bez względu na to, jak drobne mogłyby się one wydawać danego dnia. Stajesz wobec skutków takich decyzji k a ż d e g o d n i a swojego życia, a jednak niewiele czasu poświęcasz na zastanowienie się nad tym, w jaki sposób je podejmować. Nie masz żadnej m e t o d y podejmowania tego rodzaju decyzji. Zamiast tego próbujesz robić coś po omacku lub – co gorsza – pozwalasz, aby życie dyktowało ci, jak masz postąpić. Masz poczucie, że powinienesz być aktywny w kwestii decydowania o swoim postępowaniu w danym momencie, ale nie masz pojęcia, jak decydować o takich sprawach świadomie i z modlitwą.

Poważne decyzje

Spoglądając wstecz na swoje życie, widzisz w nim decyzje wielkiej wagi, które poprowadziły twoje życie w nieodwołalnym kierunku:

- Decyzja o tym, aby z kimś się rozstać lub kogoś poślubić.
- Decyzja o tym, aby pozostać w swoim rodzinnym mieście lub przeprowadzić się gdzieś daleko.
- Decyzja o tym, aby wykonywać ten bądź inny zawód.
- Decyzja o posiadaniu tej czy innej liczby dzieci.
- Decyzja o przynależności do tego bądź innego Kościoła.
- Decyzja o podjęciu współżycia bądź powstrzymaniu się od niego.
- Decyzja o zerwaniu z alkoholem lub papierosami bądź zgoda na „jeszcze jednego”.
- Decyzja o wstąpieniu do seminarium lub założeniu rodziny.

Może w przypadku niektórych z tych poważnych decyzji faktycznie dokonałeś właściwego rozeznania i na jego podstawie podjąłeś właściwe działania. Może jednak posiadasz również bolesną świadomość dokonania złych wyborów – nieudanego małżeństwa, niewłaściwego posunięcia zawodowego, wyjątkowo przykrego grzechu, w którym tkwiłeś. I jesteś także świadom chwil, w których po prostu zignorowałeś szansę na podjęcie decyzji. Masz świadomość, że – przez swój często nieświadomy wybór niepodejmowania decyzji – pozwalasz zewnętrznym okolicznościom wyznaczać trajektorię swojego życia i życia innych. Nie podejmowałeś decyzji i patrzyłeś, jak ważne możliwości i szanse znikają; pozwalałeś na to, aby niesprawiedliwość dominowała w świecie, w twojej rodzinie i społeczności; tkwiłeś w nieszczęśliwych i niezdrowych relacjach, sytuacjach zawodowych i życiowych.

Patrzysz wstecz na istotne decyzje w swoim życiu i wiesz, jak ważny jest właściwy wybór. A jednak nie masz pojęcia, jak go dokonać.

Bardziej obfite i doskonałe życie

Wierzysz w Boga, który cię kocha i chce dla ciebie jak najlepiej. Wierzysz w Boga, który proponuje ci obfite błogosławieństwa, ale tobie pozostawia wybór, czy je przyjąć. Wierzysz w Boga, który ma dla ciebie nieskończoną ilość łask i możliwości, i zapewne nie chcesz ich przepuścić. Wiesz, że Bóg obdarzył cię talentami i dał ci niezbędne środki, aby pomóc ci w budowaniu królestwa niebieskiego tu, na ziemi, a ty mocno pragniesz zakasać rękawy i zabrać się do roboty.

Jesteś przekonany, że Bóg wzywa cię, byś wspiął się na duchowe wyżyny – do bardziej wzniosłych zadań i bardziej szlachetnych celów – ale nie wiesz dokładnie, do czego cię wzywa, ani też nie wiesz, w jaki sposób na te wezwania odpowiedzieć. Szczerze pragniesz nauczyć się słyszeć w sobie głos Boga kierującego do ciebie swoje zaproszenie. Ufasz w obietnicę Boga, który mówi, że poprowadzi cię na zielone pastwiska, ale musisz się jeszcze nauczyć rozpoznawać głos Dobrego Pasterza i umieć go odróżniać od głosów fałszywych pasterzy prowadzących w ślepe zaułki.

Wiesz, że Bóg cię wzywa w twoich zwyczajnych wyborach i w tych nadzwyczajnych również. Przeczuwasz, że te wezwania pochodzą z poruszeń twojego serca i jedyne, czego pragniesz, to nauczyć się dobrze rozeznawać owe wewnętrzne poruszenia oraz umieć odważnie odpowiadać na głos Boga, który kieruje do ciebie swoje zaproszenie. Oto, dlaczego powinieneś przeczytać tę książkę.

Czym jest ignacjańskie rozeznawanie?

Święty Ignacy z Loyoli jest jednym z najważniejszych nauczycieli rozeznawania duchowego w chrześcijaństwie. Mimo to nawet on sam nie napisał systematycznego przewodnika, dającego gotowy przepis, jak krok po kroku podejmować decyzje. Wiedział, że każda decyzja niesie z sobą tak wiele zmiennych, że szablonowa metoda byłaby

nieadekwatna i naciągana. Ludzie są po prostu istotami zbyt złożonymi, aby dla wszystkich można było stworzyć jeden podręcznik rozeznawania.

Zamiast tego Ignacy postanowił pokazywać ludziom, jak s t a w a ć s i ę osobą, która przez swego rodzaju wyuczoną intuicję potrafi wyczuwać źródła swoich myśli, uczuć i działań. Dzięki rozeznawaniu źródeł, które Ignacy nazywał rozeznawaniem duchów, człowiek potrafi określić Bożą wolę w każdej sytuacji. Innymi słowy, gdy dana osoba umie już rozpoznawać motywacje tego czy innego konkretnego wyboru, wtedy podjęcie decyzji staje się łatwe: po prostu wybiera opcję, która pochodzi od Boga. Trudność nie leży więc w wyborze opcji A, B lub C, ale raczej w wypracowaniu w e w n ę t r z n e j u m i e j ę t n o ś c i – i g n a c j a ń s k i e j i n t u i c j i – rozpoznawania motywów przyciągających lub odciągających od danej opcji. W ignacjańskim rozeznawaniu nie chodzi zatem o to, c o r o b i ć, a l e – k i m b y ć. To kwestia stawania się osobą świadomą poruszeń, które prowadzą ku Bogu. Działanie ma wypływać z bycia.

W Ewangelii św. Jana czytamy, że owce znają głos pasterza, do którego należą. Rozpoznają jego głos i idą za nim. Nie pójdą za kimś obcym, ponieważ wiedzą, że głos nieznanego nie jest głosem ich dobrego pasterza (por. J 10,1-5). Wspaniały biblista William Barclay podaje barwny komentarz do tego obrazu. W Palestynie w I wieku każdy pasterz miał własny niepowtarzalny sposób wzywania swoich owiec, po którym natychmiast były one w stanie go rozpoznać. Niekiedy dla bezpieczeństwa wprowadzano na noc kilka stad do jednej jaskini. W jaki sposób można je było rano rozdzielić? Pasterze stawali w pewnej odległości od siebie i wołali swoje owce. Słyszac różne głosy, owce natychmiast rozpoznawały wołanie swojego pasterza i szły za nim².

W każdej sytuacji, czy to zwyczajnego dnia, czy w dniu podejmowania ważnej decyzji, w głowie i sercu słyszysz wiele głosów

² Por. William Barclay, *The Gospel of John*, Edinburgh 1975, t. 2.

proponujących ci różne działania lub reakcje. Ignacjańska metoda rozeznawania uczy, jak dostroić swoje duchowe zmysły, aby skuteczniej rozpoznawać i podążać za głosem Dobrego Pasterza, odróżniając Jego głos od wszystkich innych.

Czego możesz się spodziewać?

Niniejsza książka została podzielona na trzy główne części. Część pierwsza (rozdziały 2–3) przedstawia czytelnikowi postać św. Ignacego z Loyoli i opisuje, w jaki sposób rozwinął on swoją metodę rozeznawania. Następnie opisuje dwa rodzaje myśli – podsuwane przez dobrego i złego ducha oraz dwa stany – pocieszenia i strapienia – towarzyszące tym myślom. Czytelnik uczy się wyczuwać pocieszenie i strapienie przez poznanie tych dwóch przeciwnych stanów.

Gdy jest się już w stanie rozpoznawać w sobie działanie dwóch rodzajów duchów, należy poznać, jak codziennie z nimi postępować? Co robić, gdy człowiek znajdzie się w strapieniu, czyli pod wpływem złego ducha? Co robić, będąc w stanie pocieszenia, to znaczy pod wpływem dobrego ducha? Część druga (rozdziały 4–5) przedstawia nauczanie Ignacego na temat reagowania na stan, w jakim znajdujesz się danego dnia.

W jaki sposób możesz zastosować tę ignacjańską intuicję przy podejmowaniu ważnej decyzji? O tym mówi część trzecia książki, która uczy metod odczytywania woli Bożej przez rozpoznawanie źródła myśli popychających cię w kierunku jakiejś opcji bądź od niej odciągających. Przedstawia usposobienie konieczne do wypracowania przed rozpoczęciem rozeznawania (rozdział 6), drogę, którą zwykle trzeba pokonać przy rozeznawaniu (rozdział 7), oraz pracę, którą trzeba wykonać po podjęciu decyzji (rozdział 8).

Na końcu znajduje się spis tabel, przykładów i ćwiczeń modlitewnych pojawiających się w książce, słowniczek terminów ignacjańskich, zestawienie fragmentów biblijnych poruszających temat rozeznawania,

bibliografia publikacji na temat ignacjańskiego rozeznawania oraz tekst *Reguły o rozeznawaniu duchów* św. Ignacego z Loyoli.

W nawróceniu i spokoju jest wasze ocalenie, w ciszy i ufności leży wasza siła. [...] Rychło okaże ci On łaskę na głos twojej prośby. Ledwie usłyszysz, odpowie ci [...], twój Nauczyciel już nie odstąpi, a oczy twoje patrzeć będą na twego Mistrza. Twoje uszy usłyszą słowa rozlegające się za tobą: „To jest droga, idźcie nią!”, jeśli chciałbyś iść na prawo lub na lewo.

Iz 30,15.19-21