

ROZEMNANAWANIE DUCHOWE

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