

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
Szczerość	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	204
Przypadek szczególny: „Gdy na duszę nie oddziałują różne duchy”	210
Jeszcze 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