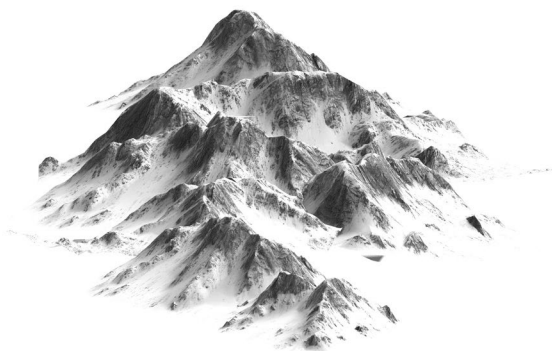


STANISŁAW BIEL SJ

# ŻYCIE DUCHOWE

## BEZ TRIKÓW I SKRÓTÓW



WYDAWNICTWO WAM

## SPIS TREŚCI

|   |    |
|---|----|
| WSTĘP .....                               | 5  |
| 1. POZNAĆ, KOCHAĆ, NAŚLADOWAĆ JEZUSA..... | 7  |
| Spotkanie .....                           | 7  |
| Adoracja .....                            | 11 |
| Potrzebni Jezusowi .....                  | 15 |
| Fascynacja .....                          | 18 |
| 2. TRZY WYMIARY RELACJI.....              | 20 |
| Relacje z Bogiem .....                    | 20 |
| Życie we wspólnocie .....                 | 27 |
| Akceptacja siebie .....                   | 38 |
| 3. MODLITWA .....                         | 45 |
| Spotkanie dwóch pragnień .....            | 45 |
| Rozwój nieustanny .....                   | 47 |
| Modlitwa ustna .....                      | 48 |
| Medytacja Wschodu i Zachodu .....         | 50 |
| Modlitwa prostoty .....                   | 54 |
| Kontemplacja .....                        | 58 |
| 4. MISTERIUM INICJACJI .....              | 60 |
| Sakramenty dziś? .....                    | 60 |
| Sakramenty inicjacji .....                | 64 |
| Codzienny pokarm .....                    | 67 |
| Cztery wymiary Eucharystii .....          | 72 |
| 5. SAKRAMENT POJEDNANIA                   |    |
| I KIEROWNICTWO DUCHOWE .....              | 79 |
| Sens spowiedzi .....                      | 79 |
| Potrójne wyznanie .....                   | 85 |

|  |            |
|--|------------|
| Drogi przebaczenia . . . . .                         | 88         |
| Jak znaleźć kierownika duchowego? . . . . .          | 93         |
| Wzajemne ubogacenie . . . . .                        | 95         |
| Istota relacji. . . . .                              | 96         |
| Błędy kierownictwa duchowego . . . . .               | 100        |
| <b>6. REWIZJA DNIA I ŻYCIA. . . . .</b>              | <b>103</b> |
| Poznać siebie . . . . .                              | 103        |
| Świat porządkowanych uczuć . . . . .                 | 106        |
| Badanie świadomości i rewizja dnia . . . . .         | 113        |
| <b>7. KRYZYSY I STRAPIENIA DUCHOWE . . . . .</b>     | <b>119</b> |
| Kryzys tożsamości i pory południowej . . . . .       | 119        |
| Pocieszenia i strapienia duchowe . . . . .           | 123        |
| Dlaczego Bóg dopuszcza strapienia duchowe? . . . . . | 128        |
| Jak zachować się w strapieniu duchowym? . . . . .    | 130        |
| Stan pośredni . . . . .                              | 134        |
| <b>8. ASCEZA . . . . .</b>                           | <b>135</b> |
| Sens ascezy . . . . .                                | 135        |
| Duchowy wymiar ascezy . . . . .                      | 137        |
| Asceza dziś . . . . .                                | 144        |
| <b>9. AKCEPTACJA CIERPIENIA I ŚMIERCI . . . . .</b>  | <b>146</b> |
| Akceptacja cierpienia . . . . .                      | 146        |
| Sakrament chorych . . . . .                          | 152        |
| Relacje człowieka do śmierci. . . . .                | 155        |
| Proces akceptacji własnej śmierci . . . . .          | 158        |
| Sens śmierci . . . . .                               | 163        |
| <b>Aneks</b>   |            |
| <b>JAK PROWADZIĆ DZIENNICZEK UCZUĆ? . . . . .</b>    | <b>168</b> |