

ks. Marek Wójtowicz SJ

**ODNAJDYWANIE BOGA  
ZE ŚW. IGNACYM LOYOLĄ**

---

Wprowadzenie  
do Ćwiczeń duchowych

# Spis treści

<b>Wstęp</b> .....	7
--------------------	---

## ROZDZIAŁ I

<b>Aktualność duchowości ignacjańskiej</b> .....	13
--	----

1. Droga nawrócenia Iñiga (Ignacego) Loyoli  
i jej owoce ..... 14
2. Znaczenie *Ćwiczeń duchowych* św. Ignacego  
Loyoli ..... 20

## ROZDZIAŁ II

### **Fundament – pierwszy etap**

<b>Ćwiczeń duchowych św. Ignacego</b> .....	25
---	----

1. Człowiek nie jest sam ..... 28
2. Tajemnica człowieka i tajemnica Chrystusa..... 33

## ROZDZIAŁ III

### **Proces nawrócenia w pierwszym tygodniu**

<b>Ćwiczeń duchowych</b> .....	39
--------------------------------	----

1. Spotkanie Jezusa z Samarytanką (J 4,5–42) ..... 42
2. Jezus Prawdą..... 48
3. Ignacjański rachunek sumienia ..... 53
4. Radość nawrócenia ..... 61
5. Lektura *Naśladowania Chrystusa* Tomasza  
à Kempis ..... 67

## SPIS TREŚCI

### ROZDZIAŁ IV

#### **Drugi tydzień Ćwiczeń duchowych – nasza odpowiedź na wezwanie Jezusa** ..... 71

1. Kontemplacja o wołaniu Króla..... 73
2. Medytacja o dwóch sztandarach..... 78
3. Zacheusz, czyli o pragnieniu spotkania z Jezusem  
(Łk 19,1–10) ..... 82
4. Jak być przyjacielem Jezusa? (J 15,1–11)..... 87
5. Lektura *Naśladowania Chrystusa* Tomasza à Kempis.. 92

### ROZDZIAŁ V

#### **Trzeci tydzień Ćwiczeń duchowych – jak towarzyszyć cierpiącemu Jezusowi?** ..... 97

1. Paradoksy Jezusowego krzyża ..... 97
2. Piękno i moc Jezusowego krzyża ..... 102
3. Lektura *Naśladowania Chrystusa* Tomasza à Kempis.. 109

### ROZDZIAŁ VI

#### **Czwarty tydzień Ćwiczeń duchowych – Jezusowa postługa pocieszania** ..... 117

1. Spotkanie ze zmartwychwstałym Panem..... 117
2. Zmartwychwstały Jezus spotyka swoich uczniów  
(J 21,1–14)..... 123
3. Rozmowa Piotra ze zmartwychwstałym Jezusem  
(J 21,15–23)..... 128
4. Nowe życie w Duchu Świętym Pocieszycielu  
(Dz 2,1–11) ..... 135
5. Lektura *Naśladowania Chrystusa* Tomasza à Kempis.. 141

### ROZDZIAŁ VII

#### **Charakterystyka modlitwy ignacjańskiej** ..... 145

1. Kontemplacja pomocna do uzyskania miłości ..... 145
2. Charakterystyka medytacji ignacjańskiej ..... 154

## SPIS TREŚCI

- 3. Ewangeliczna kontemplacja ..... 159
- 4. Trzy sposoby modlitwy ..... 164

### ROZDZIAŁ VIII

#### **Komentarz do reguł duchowego**

#### **rozeznawania ..... 177**

- 1. Reguły pierwszego tygodnia Ćwiczeń duchowych, cz. I – zły czy dobry duch? ..... 177
- 2. Reguły pierwszego tygodnia Ćwiczeń duchowych, cz. II – w pocieszeniu i w strapieniu ..... 181
- 3. Reguły drugiego tygodnia Ćwiczeń duchowych ... 186

### ROZDZIAŁ IX

#### **Reguły św. Ignacego o trzymaniu**

#### **z Kościołem ..... 193**

- 1. Być człowiekiem Kościoła ..... 193
- 2. Recepta na czas kryzysu ..... 198
- 3. Duchowe bogactwo Kościoła ..... 203
- 4. Teologia w służbie ewangelizacji ..... 207
- 5. Charakterystyka człowieka Kościoła ..... 213

### ROZDZIAŁ X

#### **Owoc rekolekcji ignacjańskich –**

#### **radę na dobre życie ..... 221**

- 1. Nie żyjmy przeszłością ..... 221
- 2. Planujmy zajęcia i zadania ..... 223
- 3. Unikajmy dramatyzujących myśli ..... 224
- 4. Z nadzieją patrzymy w przyszłość ..... 224
- 5. Nie porównujmy się z innymi ..... 225
- 6. Wszystko czynimy z Panem Bogiem ..... 226
- 7. Każdego dnia odkrywajmy wewnętrzny skarb ..... 227
- 8. Przemieniamy poczucie winy w płodną twórczość ..... 228

## SPIS TREŚCI

9. Wejdźmy do skarbcza naszego serca..... 228  
10. Dowartościowujmy nawet najmniejsze kroki ..... 230

### **Zakończenie**..... 233

Książki o św. Ignacym Loyoli i jego *Ćwiczeniach*  
*duchowych*, które warto przeczytać ..... 237

Ośrodki jezuickie w Polsce ..... 243