

Irmina Wolniak

**ŻYJ ŚWIADOMIE,
WIERZ ŚWIADOMIE**

duchowość zdrowa emocjonalnie

SPIS TREŚCI

Kościół – kultura czy doktryna?	9
Nie osądzaj, czyli o pierwszym przykazaniu zdrowej komunikacji.	37
Świat tęskni za Ojcem	61
Jak wpływa na nas wiara oparta na systemie kar i nagród?	87
Kim jest wewnętrzny krytyk i dlaczego mylimy go z głosem Boga?.	109
O przeduchawianiu duchowości.	123
Dekonstrukcja wiary	147
Duchowa rezyliencja	173
Posłowie.	191
Podziękowania	195
Dodatek	201