

Wacław Królikowski SJ

### **Rozeznanie dobra i zła według *Reguł rozeznawania duchów* św. Ignacego Loyoli**

Rzeczywistość dobra i zła towarzyszy człowiekowi od zawsze (por. Rdz 2, 16-17; 3, 1-24). Jest udziałem zarówno pojedynczej osoby, jak i całych społeczeństw, także naszych czasów<sup>1</sup>. Bóg, który „jest miłością” (1J 4, 8) wzywa człowieka, aby dać mu prawdziwe życie i „aby miał je w obfitości” (J 10, 10; por. Pwt 30, 19-20), natomiast zły duch popycha człowieka do zła i śmierci: „Śmierć weszła na świat przez zawiść diabła” (Mdr 2, 24). Człowiek, przeżywając w sobie te dwie przeciwstawne siły, siłę Dobra i zła, Życia i śmierci, chce wybierać Dobro, miłującego Boga, który przez Jezusa Chrystusa „zniweczył śmierć, a na życie i nieśmiertelność rzucił światło przez Ewangelię” (2Tm 1, 10)<sup>2</sup>.

Człowiek, wybierając Dobro, Boga życia, od którego pochodzi i za którym tęskni, może jednak ulec iluzji, ponieważ zły duch, anioł ciemności i śmierci potrafi przemieniać się także w anioła światłości i życia. Jak zatem rozpoznać autora wszelkiego zła, aby się go wystrzegać oraz, jak rozeznawać działanie Boga, dawcę prawdziwego życia i miłości. W odpowiedzi na te pytania wielką pomocą mogą być *Reguły rozeznawania duchów*, zawarte w książeczce *Ćwiczeń duchownych* św. Ignacego Loyoli (1491-1556)<sup>3</sup>, „małej objętością lecz pełnej niebieskiej

<sup>1</sup> Jan Paweł II oceniając wiek XX zauważa, że „był w jakimś sensie widownią narastania procesów dziejowych, a także procesów ideowych, które zmierzały w kierunku wielkiego wybuchu zła, ale także był widownią ich pokonywania... Dzieje ludzkości są widownią koegzystencji dobra i zła”, Jan Paweł II, *Pamięć i tożsamość. Rozmowy na przełomie tysiącleci*, Kraków 2005, s. 11-12.

<sup>2</sup> „Osobliwą rację godności ludzkiej stanowi powołanie człowieka do uczestnictwa w życiu Boga. Człowiek już od swego początku zapraszany jest do rozmowy z Bogiem; istnieje bowiem tylko dlatego, że Bóg stworzył go z miłości i wciąż z miłości zachowuje, a żyje w pełni prawdy, gdy dobrowolnie uznaje ową miłość i powierza się swemu Stwórcy”, Sobór Watykański II, Konstytucja duszpasterska o Kościele w świecie współczesnym *Gaudium et spes*, 19. Por. *Katechizm Kościoła Katolickiego* (KKK), Poznań 1994, 27.

<sup>3</sup> Por. Św. Ignacy Loyola, *Ćwiczenia duchowne* (ĆD), tłum. M. Bednarz, Kraków 2002, nr 313-336.

mądrości”<sup>4</sup>. Zasadniczo, św. Ignacy proponuje je osobie odprawiającej *Ćwiczenia*, ale mogą być też niezwykle pomocą w rozpoznawaniu różnych poruszeń duchowych, dobrych i złych, także poza rekolekcjami<sup>5</sup>, i na różnych płaszczyznach: osobistej, społecznej, kulturalnej czy politycznej<sup>6</sup>.

## 1. Podstawowa zasada

W dwóch pierwszych *Regułach* (por. *ĆD* 314-315) św. Ignacy pomaga ocenić, w jakiej sytuacji duchowej znajdujemy się na obecnym etapie życia, czy zasadniczo idziemy w kierunku dobra, czy w kierunku zła, oraz ukazuje, jak w takich okolicznościach działa duch dobry i duch zły:

Ludziom, którzy przechodzą od grzechu śmiertelnego do grzechu śmiertelnego, nieprzyjaciół [szatan] ma przeważnie zwyczaj przedstawiać przyjemności zwodnicze i sprawia, że wyobrażają sobie rozkosze i przyjemności zmysłowe, aby ich tym bardziej utrzymać i pograżyć w ich wadach i grzechach. Duch zaś dobry w takich ludziach stosuje sposób [działania] zgoła przeciwny, kłując ich i gryząc sumienia ich przez prawo naturalnego sumienia (*ĆD* 314).

W sytuacji odwrotnej, to znaczy, kiedy na drodze wiary czynimy coraz większe postępy, duch zły chce nam w tym przeszkodzić. Zaś duch dobry dodaje nam odwagi i siły, pociech, łez, natchnień i spokoju. Łagodzi i usuwa przeszkody, aby nam umożliwić jeszcze większy postęp w dobrym:

---

<sup>4</sup> Pius XI, *Mens Nostra*, „Acta Apostolicae Sedis” 21 (1929), s. 703; por. Św. Ignacy Loyola, *Pisma wybrane. Komentarze*, red. M. Bednarz, Kraków 1968, t. 2, s. 272.

<sup>5</sup> Por. *Rozeznanie duchowe na trzecie tysiąclecie*, red. Józef Augustyn, Kraków 2001; M. Ruiz Jurado, *Rozeznawanie duchowe. Teologia. Historia. Praktyka*, tłum. K. Homa, Kraków 2002, s. 216-254.

<sup>6</sup> Por. D. Bertrand, *Le discernement spirituel en politique avec Ignace de Loyola*, „Cahiers de Spiritualité Ignatienne” 99 (2001), s. 151-238; A. Tornos, *Dimensiones culturales de la desolación espiritual*, „Manresa” 75 (2003), s. 377-388.

U tych zaś, co usilnie postępują w oczyszczaniu się ze swoich grzechów, a w służbie Boga, Pana naszego, wznoszą się od dobrego do lepszego, rzecz ma się odwrotnie niż w regule pierwszej. Wtedy bowiem właściwością ducha złego jest gryźć, zasnuwać i stawiać przeszkody, niepokojąc fałszywymi racjami, aby przeszkodzić w [dalszym] postępie; właściwością zaś ducha dobrego jest dawać odwagę i siły, pocieszenie, łzy natchnienia i odpocznienie, zmniejszając lub usuwając wszystkie przeszkody, aby [mogli] postępować naprzód w czynieniu dobrze (ĆD 315).

## 2. Pocieszenie duchowe – darem Dobra

Św. Ignacy opisuje pocieszenie duchowe, jako dar Ducha Świętego, w następujący sposób:

Przez pociechę rozumiem doświadczenie, kiedy w duszy powstaje pewne poruszenie wewnętrzne, które sprawia, że się ona zapala do miłowania swego Stworzyciela i Pana, i – co za tym idzie – kiedy nie może ona miłować żadnej rzeczy stworzonej na powierzchni ziemi, jak tylko w Stwórcy wszystkich rzeczy. Podobnie, kiedy wylewa łzy skłaniające ją do miłości swego Pana, z powodu żalu za swoje grzechy, czy męki Chrystusa, naszego Pana, czy też z powodu innych rzeczy bezpośrednio ukierunkowanych ku Jego służbie i chwale. Wreszcie przez pociechę rozumiem każdy wzrost nadziei, wiary i miłości i każdą wewnętrzną radość, która wzywa i pociąga do rzeczy niebieskich i do zbawienia własnej duszy, uspokajając ją i kojąc w jej Stwórcy i Panu (ĆD 316).

Widzimy więc, że pocieszenie duchowe charakteryzuje przede wszystkim:

Pokój wewnętrzny, radość duchowa, nadzieja, wiara, miłość, łzy i podniesienie umysłu. To wszystko jest darem Ducha Świętego<sup>7</sup>.

---

<sup>7</sup> *Dyrektorium do Ćwiczeń duchownych. Dyrektorium I, nr 11, w: Św. Ignacy Loyola, Pisma wybrane, dz. cyt., s. 217. Na temat powstania Dyrektorium do Ćwiczeń i ich znaczenia dla lepszego udzielania Ćwiczeń duchownych możemy znaleźć: W. Królikowski, Aby lepiej dawać Ćwiczenia duchowe św. Ignacego Loyoli, „Studia Bobolanum” 1 (2004), s. 139-153.*

Św. Ignacy pisząc *List do siostry Teresy Rejadell* (18 VI 1536) na temat działania różnych duchów i stanów, które z nimi są związane, twierdził, że pociecha wewnętrzna „rozprasza zamieszanie powstałe w duszy i pociąga ją całkowicie ku miłości Chrystusa”<sup>8</sup>. Doświadczenie duchowej pociechy jest tak mocnym przeżyciem wewnętrznym, że

wszystkie wysiłki stają się przyjemne, a zmęczenie staje się odpoczynkiem. Nie ma ani takiej pokuty, ani tak wielkiego ciężaru, ani innych tak ciężkich prac, które nie wydawałyby się lekkie i słodkie temu, kto postępuje z tą gorliwością, zapalem i wewnętrzną pociechą<sup>9</sup>.

Aby jednak nie pobył w subiektywnym przeżywaniu pocieszenia duchowego (iluzje własnego myślenia, osądzania), narażonym także na podstępny zły duch, który może się przemieniać w „anioła światłości” i „kusić pod pozorem dobra” (ĆD 10), winno być ono konfrontowane z wolą Pana Boga (przykazania Boże, Pismo Święte, nauczanie Kościoła)<sup>10</sup>. Dlatego św. Ignacy mówi:

ten, kogo ogarnęła pociecha duchowa, powinien myśleć nad tym, jak się będzie zachowywał w strapieniu, które później nadejdzie i niech nabiera nowych sił na taki czas (ĆD 323).

Chodzi tu przede wszystkim o właściwy realizm duchowy, unikający wszelkich skrajności emocjonalnych, intelektualnych i woliwanych<sup>11</sup>. Zatem

kto trwa w pocieszeniu, niech się stara upokorzyć i unizyć, ile tylko może i niech na to zważa, jak mało może w czasie strapienia bez łaski lub bez pocieszenia (ĆD 324).

---

<sup>8</sup> *List do siostry Teresy Rejadell* (Ep I, 99-107), w: Św. Ignacy Loyola, *Pisma wybrane*, dz. cyt., t. 1, s. 559.

<sup>9</sup> Tamże, s. 559.

<sup>10</sup> Por. T. Catalá, *Cuando sentimos que es Dios quien nos mueve. Discernir la consolación*, „Manresa” 75 (2003), s. 221-234.

<sup>11</sup> Por. S. Rendina, „*Mozioni spirituali*” e „*discernimento*” negli *Esercizi spirituali*, „*Appunti di Spiritualità*” 50 (2000), s. 7-60.

### 3. Strapienie duchowe – (jakby) darem zła

Strapienie duchowe, „będąc (jakby) darem złego ducha”<sup>12</sup>, jest przeciwieństwem pocieszenia. Św. Ignacy nie tyle podaje czystą definicję strapienia duchowego, ile raczej jego opis. Mówi, że strapienie duchowe to przede wszystkim:

ciemności duszy, powstające w niej zamieszanie, poruszenie w kierunku rzeczy niskich i ziemskich, niepokój powodowany przez różne podniety i pokusy, co prowadzi do nieufności pozbawionej nadziei i miłości. Człowiek doświadcza wtedy, że jest leniwy, letni, smutny i jakby oddzielony od swego Stwórcy i Pana. Ponieważ jak pociecha jest przeciwna strapieniu, tak myśli, których źródłem jest pociecha, są przeciwne myślom, których źródłem jest strapienie (ĆD 317).

Ignacy osobiście doświadczał takiego strapienia i oddalenia od Boga, a o jednym z nich tak pisze w swoim *Dzienniku duchowym*:

Po skończeniu Mszy i potem w pokoju czułem się całkowicie opuszczony i bez żadnej pomocy, nie mogłem mieć żadnego smaku duchowego w Pośrednikach ani w Osobach Boskich, tak bardzo byłem oddalony i odłączony od nich, jakbym nigdy niczego nie odczuł od nich, albo nigdy w przyszłości nie miał odczuwać. Natomiast przychodziły mi myśli już to przeciw Jezusowi, już to przeciw komu innemu; i czułem się zmieszany różnymi myślami<sup>13</sup>.

Każdy zatem, kto doświadcza strapienia duchowego, w jakiejkolwiek formie, odczuwa niechęć i odrazę do rzeczy Bożych, całkowitą oschłość, pokusy i wstręt do rzeczy duchowych oraz jakby nieobecność Boga<sup>14</sup>.

---

<sup>12</sup> *Dyrektoria do Ćwiczeń duchownych. Dyrektorium I, nr 12, w: Św. Ignacy Loyola, Pisma wybrane, dz. cyt., t. 2, s. 217.*

<sup>13</sup> *Dziennik duchowy, w: Św. Ignacy Loyola, Pisma wybrane, dz. cyt., t. 1, s. 348.*

<sup>14</sup> Por. J. Corella, *La desolación espiritual en nuestro mundo de hoy*, „Manresa” 75 (2003), s. 325-344.

### *Przyczyny strapienia duchowego*

Istnieją trzy główne przyczyny, z powodu których ogarnia nas strapienie: nasze błędy (opieszalności, lenistwa, niedbalstwa); Pan chce nas wypróbować; zrozumienie, że sami z siebie nic nie możemy.

#### *Z powodu naszych błędów*

Pierwszą przyczyną strapienia duchowego jest opieszalność, lenistwo i niedbalstwo w życiu duchowym:

Ponieważ jesteśmy oziębli, leniwi lub niedbali w naszych ćwiczeniach duchowych; i tak z powodu naszych win oddala się od nas pocieszenie duchowe (ĆD 322).

Opieszalność czy lenistwo nie są jeszcze strapieniem duchowym, choć do niego mogą prowadzić. Są natomiast wyrazami niedbalstwa, które jest przeciwieństwem pilności (por. ĆD 6; 20), i które oddala od nas pocieszenie duchowe. Jeśli serce niczego nam nie wyrzuca, pomimo iż sprawiedliwy sto razy na dzień upada, a strapienie duchowe trwa nadal, to wówczas należy się zastanowić nad innymi jego przyczynami.

#### *Pan chce nas wypróbować*

Drugą przyczyną strapienia duchowego jest to, że

[Bóg chce nas] wypróbować, na ile nas stać i jak daleko postąpimy w Jego służbie i chwale bez takiego [odczuwanego] wsparcia pocieszeń i wielkich łask (ĆD 322).

Taki rodzaj próby jest wyrazem głębokiej pedagogii ze strony Pana Boga<sup>15</sup>. Dopuszczając na nas taką *próbę*, stwarza nam

---

<sup>15</sup> Por. A. Guillen, *El valor pedagógico de la desolación*, „Manresa” 75 (2003), s. 345-357.

okazję do ugruntowywania się w cnotach wiary, nadziei i miłości. Pozytywny aspekt próby wiary polega między innymi na tym, że stwarza możliwość wykorzystania wolnej woli i podjęcia decyzji. Innym pozytywnym aspektem strapienia z powodu próby jest to, iż jeszcze bardziej poznajemy samych siebie, nasze słabości, a zarazem wyraźniej uświadamiamy sobie, że w Chrystusie „wszystko jest łaską” (św. Teresa z Lisieux)<sup>16</sup>.

### *Sami z siebie nic nie możemy*

Trzecia przyczyna strapienia duchowego polega zaś na tym, że

[Bóg nam chce dać] prawdziwe poznanie i uświadomienie sobie, tak iżbyśmy to wewnętrznie odczuli, że nie w naszej mocy jest zdobyć i zatrzymać wielką pobożność, silną miłość, łzy czy też inne pocieszenie duchowe, lecz że to wszystko jest darem i łaską Boga, Pana naszego, i żebyśmy nie panoszyli się w cudzym gnieździe, podnosząc się rozumem do jakiejś pychy czy próżnej chwały i przypisując sobie pobożność lub inne jakiegoś skutki pocieszenia (ĆD 322).

„Beze Mnie nic nie możecie uczynić” (J 15, 5). Chodzi o to, abyśmy nie ulegli pokusie na temat naszej świętości<sup>17</sup>. Jeśli czynimy coś dobrego, to tylko dlatego, że nasze „życie ukryte jest z Chrystusem w Bogu” (Kol 3, 3).

### *Właściwe postawy wobec strapienia duchowego*

Właściwe postawy wobec strapienia duchowego bazują na podstawowej zasadzie:

W czasie strapienia nigdy nie robić (żadnej) zmiany, ale mocno i wytrwale stać przy postanowieniach i przy decyzji, w jakiej się

---

<sup>16</sup> Por. S. Fausti, *Okazja czy pokusa. Sztuka rozeznawania i podejmowania decyzji*, tłum. B. A. Goncarz, Kraków 2000, s. 71-158.

<sup>17</sup> Tej pokusy wyraźnie doświadczył św. Ignacy podczas choroby w Manresie; por. Ignacy Loyola, *Opowieść pielgrzyma. Autobiografia*, tłum. M. Bednarz, Kraków 1993, s. 32.

trwało w dniu poprzedzającym strapienie, albo przy decyzji, którą się miało podczas poprzedniego pocieszenia. Bo jak w pocieszeniu prowadzi nas i doradza nam duch dobry, tak w strapieniu – duch zły, a przy jego radach nie możemy wejść na drogę dobrze wiodącą do celu (ĆD 318)<sup>18</sup>. [W strapieniu] nasz stary nieprzyjaciel stawia przed nami wszystkie możliwe trudności, by nas sprowadzić z obranej drogi<sup>19</sup>.

Zakładając, że podczas strapienia duchowego nie należy ulegać zniechęceniu i wprowadzać zmian, ponieważ byłyby to zmiany na gorsze, pytamy: co od strony pozytywnej należałoby czynić w takiej sytuacji?

### Zmienić własne postępowanie

Jeśli rozpoznamy, że przyczyną naszego strapienia duchowego jest nasza opieszałość, lenistwo, niedbałość w życiu duchowym, błędy, słabości i grzechy, to wówczas:

będzie rzeczą pożyteczną odpowiednio zmienić własne postępowanie nastawiając się przeciw samemu strapieniu, na przykład przykładając się bardziej do modlitwy, rozmyślania, dokładniej przeprowadzać rachunek sumienia i poszerzać w jakiś sposób praktyki pokutne (ĆD 319).

Wcześniej św. Ignacy podkreślał, aby „podczas strapienia nie wprowadzać żadnych zmian” (ĆD 318), ponieważ byłaby to zmiana na gorsze. Natomiast tutaj chodzi o zmianę, ale na lepsze. Jeśli zatem ktoś rozpoznaje, że jest kuszony, na przykład do skracania modlitwy czy wręcz rezygnacji z niej, do ulegania lenistwu, czy też do innych zaniedbań, to wówczas powinien działać przeciw takiemu strapieniu (*agere contra*), i nie tylko nie skraćć czasu modlitwy, ale

---

<sup>18</sup> Por. M.A. Fiorito, *Discernimiento y lucha espiritual. Commentario de las Reglas de discernir de la Primera Semana de los Ejercicios Espirituales de San Ignacio de Loyola*, San Miguel-Buenos Aires 1985, s. 151.

<sup>19</sup> *List do siostry Teresy Rejadell (Ep I, 99-107)*, w: Św. Ignacy Loyola, *Pisma wybrane*, dz. cyt., t. 1, s. 559.



---

trochę (go) przedłużyć..., bo w ten sposób nie tylko się oprze przeciwnikowi, ale go powali na ziemię (ĆD 13).

Bowiem:

właściwością nieprzyjaciela jest tracić siły i odwagę i uciekać ze swymi pokusami, jeżeli osoba ćwicząca się w rzeczach duchowych stawia odważnie czoło pokusom nieprzyjaciela i działa wręcz odwrotnie (ĆD 325).

Bardzo ważną postawą jest też podzielenie się swoimi słabościami i pokusami ze spowiednikiem lub osobą duchową. Zły duch atakuje najczęściej tam, „gdzie znajdzie naszą największą słabość” (ĆD 327) i w ten sposób pogrąża nas w beznadziejnym smutku i rozpacz<sup>20</sup>. Dąży też do tego, abyśmy nikomu o tym nie mówili i aby jego pokusy „zostały przyjęte, i zachowane w tajemnicy” (ĆD 326). Tymczasem:

kiedy się je odkrywa przed dobrym spowiednikiem albo inną osobą duchową, która zna jego podstępny i złośliwy, bardzo mu się to nie podoba; wnioskuje bowiem, że nie będzie mógł doprowadzić do skutku swego już zaczętego a przewrotnego zamiaru, bo odkryte zostały jego wyraźne podstępny (ĆD 326)<sup>21</sup>.

Jeżeli zatem strapienie duchowe spowodowane jest naszymi błędami i grzechami, wówczas postawą właściwą jest usilna zmiana na lepsze, która wyrazi się w zdecydowanym porzuceniu opieszałości, lenistwa czy niedbalstwa oraz w hojniejszym zaangażowaniu się w dobro.

---

<sup>20</sup> Por. L. M. García Domínguez, *Desolación, depresión y tristezas ambivalentes*, „Manresa” 75 (2003), s. 357-375.

<sup>21</sup> Dlatego, jak pisze Ignacy w liście do Franciszka Borgiasza: „Im bardziej nasze myśli, pochodzące od nas samych czy od naszych nieprzyjaciół, kierują rozum do rzeczy nieodpowiednich, próżnych i niedozwolonych, tym bardziej powinniśmy pomnażać nasze ćwiczenia wewnętrzne i zewnętrzne, by woła nie przyzwoliła na zło i nie miała w nim upodobania. Ćwiczenia te, mówi dalej Ignacy, powinniśmy dobierać i dawkować w zależności od przedmiotu i rodzaju tych myśli i pokus, a zawsze tak, by je zwyciężyć”, *List do Franciszka Borgiasza, księcia Gandii*, w: Św. Ignacy Loyola, *Pisma wybrane*, dz. cyt., t. 1, s. 566.

*Niech myśli, że wiele może z łaską wystarczającą*

Strapienie duchowe nie zawsze jest powodowane naszymi zaniedbaniami, opieszałością czy lenistwem duchowym. Mimo braku wyraźnych błędów z naszej strony, możemy jednak doświadczać strapienia, gdyż:

(Bóg chce nas) wypróbować, na ile nas stać i jak daleko postąpimy w Jego służbie i chwale bez takiego (odczuwanego) wsparcia pocieszeń i wielkich łask (ĆD 322).

Zatem ten, kto rozeznaje, że ogarnęło go strapienie z powodu próby:

niech zastanawia się nad tym, jak to Pan, dla wypróbowania go, zostawił go jego władzom naturalnym, żeby stawił opór różnym poruszeniom i pokusom nieprzyjaciela; albowiem może on tego (dokonać) z pomocą Bożą, na której mu nigdy nie zbywa, chociaż tego wyraźnie nie odczuwa, bo Pan odebrał mu dużo zapachu, wielką (odczuwaną) miłość i silną łaskę, pozostawiając mu jednak łaskę wystarczającą do osiągnięcia zbawienia wiecznego (ĆD 320). (Tak więc) ten, co jest w okresie strapienia, niech *myśli*, że wiele może z łaską wystarczającą do stawiania oporu wszystkim swoim nieprzyjaciółom, czerpiąc siły w Stwórcy i Panu swoim (ĆD 324).

Podczas strapienia duchowego spowodowanego próbą mamy okazję do trudnego, ale osobistego opowiedzenia się po stronie Jezusa, który nas umacnia (por. Flp 4, 13), i nieustannie wstawia się za nami: „Prosiłem za tobą, żeby nie ustała twoja wiara” (Łk 22, 32).

*Trwać w cierpliwości i myśleć, że wkrótce nas ogarnie pociecha*

W kontekście kolejnej właściwej postawy wobec strapienia św. Ignacy mówi:

Będący w okresie strapienia niech się sili na wytrwanie w *cierpliwości*, która jest przeciwna napaściom, jakie go spotykają,

---

i niech *myśli*, że rychło dozna pocieszenia, jeśli tylko z *pilnością* przeciwstawi się temu strapieniu (ĆD 321). By (w ten sposób) się przygotował na przyjęcie zbliżającego się pocieszenia (ĆD 7).

Kiedy w ten sposób przeżywamy strapienie duchowe, to jesteśmy zaangażowani w trzech różnych wymiarach naszej osobowości, a mianowicie w wymiarze uczuciowym – stąd polecenie Ignacego, aby trwać w *cierpliwości*<sup>22</sup>; w wymiarze intelektualnym – „niech *myśli*”<sup>23</sup>; oraz w wymiarze praktycznym – gdy jesteśmy zachęcani do tego, aby „z *pilnością* przeciwstawić się temu strapieniu” (ĆD 321). Angażujemy wówczas całą naszą osobowość, aby otwierać się na Chrystusowe pocieszenie całym swoim sercem, całym swoim umysłem i całą swoją wolą – ze wszystkich sił.

Każdy chrześcijanin na drodze naśladowania Jezusa Chrystusa doświadcza dobra i zła, dobrego Boga i złego szatana, oraz związanych z tym różnych stanów duchowych – pocieszeń i strapiień. Niezwykłą pomocą w dobrym rozpoznawaniu tych stanów oraz w przyjmowaniu właściwych postaw są *Reguły o rozeznawaniu duchów*, zamieszczone w *Ćwiczeniach duchownych* św. Ignacego Loyoli. Stosowanie tych *Reguł*, aby jasno rozpoznawać dobro i zło, pocieszenia i strapienia jest bardzo potrzebne w trakcie rekolekcji, tym intensywnym czasie życia duchowego, ale jest nie mniej ważne także poza rekolekcjami. We właściwym zastosowaniu *Reguł o rozeznawaniu duchów* może nam pomóc pogłębione kierownictwo duchowe, którego zasadniczym celem jest, „by Stwórca bezpośrednio działał ze stworzeniem, a stworzenie ze swoim Stwórcą i Panem” (ĆD 15).

---

<sup>22</sup> Postawa *cierpliwości* jest bardzo potrzebna w strapieniu duchowym, gdyż sprzeciwia się udrękom duszy, zakusom szatana, uzdalnia nas do otwarcia się na zbliżające się pocieszenie duchowe i w ten sposób nas integruje. Nie jest więc biernością, pasywnością czy zwykłym oczekiwaniem na upragnioną zmianę, ale aktywnym otwarciem się na pomoc Ducha Chrystusa, od którego pochodzi zbawienie; por. M. A. Fiorito, *Discernimiento y lucha espiritual*, dz. cyt., s. 179; G. Gil, *Discernimiento según San Ignacio*, Roma 1980, s. 194.

<sup>23</sup> Myśleć w tym przypadku oznacza odwołać się nie tylko do pocieszeń duchowych z przeszłości, ale patrząc z ufnością w przyszłość, używać argumentów wynikających z prawd wiary, że Bóg nigdy nie zostawia nas sierotami: „Nie zostawię was sierotami. Przyjdę do was” (J 14, 18).