

SPIIS TREŚCI

WSTĘP..... 11

STRZAŁA WYPUSZCZONA W POWIETRZE 15

BERNARDO JEST WSZĘDZIE..... 19

OBUDŹMY PRAWDZIWĄ WIARĘ 23

TYLE LUDZCY, CO BOSCY..... 25

WIARA, KTÓRA NIE CZYNI CIĘ SZCZĘŚLIWYM,

NIE JEST AUTENTYCZNA..... 29

ROZDZIAŁ 1 21

SYNDROM GRZECZNEGO CHŁOPCA I GRZECZNEJ

DZIEWCZYNKI..... 25

1. MUSZĘ BYĆ DOBRY, BO INACZEJ... 33

2. CECHY „GRZECZNEJ DZIEWCZYNKI” 35

3. GRZECZNE DZIEWCZYNKI POŚWIĘCAJĄ WŁASNE
SZCZĘŚCIE, ABY DAĆ SZCZĘŚCIE INNYM 37

4. CO SIĘ STANIE, JEŚLI NIE BĘDĘ DOBRY? ... 38

5. BÓL ZWIĄZANY Z ROZCZAROWANIEM: JESTEM
DOBRY, ALE LUDZIE SPRAWIAJĄ MI ZAWÓD ... 42

6. KU ZDROWEJ WIERZE 44

ROZDZIAŁ 2	
PODWÓJNE ŻYCIE.....	47
1. WEWNĘTRZNE SPRZECZNOŚCI.....	47
2. SYMPTOMY PODWÓJNEGO ŻYCIA.....	51
3. NASZ CIEŃ – CIEMNA STRONA, KTÓRĄ MAMY WSZYSCY.....	52
4. WOLNO NAM BYĆ TAKIMI, JACY JESTEŚMY!	55

ROZDZIAŁ 3	
CIERPIENIE TO ODKUPIENIE.....	59
1. CIERPISZ? ŚWIETNIE... JESTEŚ BLIŻEJ NIEBA!	59
2. JAKOŚĆ NASZYCH PRZEKONAŃ TO JAKOŚĆ NASZEGO ŻYCIA DUCHOWEGO.....	61
3. SZTUKA NIEPOTRZEBNEGO CIERPIENIA.....	65

ROZDZIAŁ 4	
NEUROTYCZNY PERFEKCJONIZM.....	75
1. NO TAK, NIEŻLE... ALE MOGŁEŚ ZROBIĆ TO LEPIEJ	75
2. PERFEKCJONIZM A TOKSYCZNA WIARA.....	78
3. NEUROTYCZNY PERFEKCJONIZM	79
4. PSYCHOLOGIA HIPOKRYZJI: FAŁSZYWE „JA”	83

ROZDZIAŁ 5	
MAGICZNE MYŚLENIE: „BÓG JAKO KELNER”.....	89
1. NIE IDŹ DO LEKARZA ANI NIE BIERZ LEKARSTW.....	89
2. HEJ, KELNER, PRACA RAZ!	91

ROZDZIAŁ 6	
POCZUCIE WŁASNEJ WARTOŚCI I DUCHOWE NADUŻYCIA	97
1. EGZEKUTOR SAMEGO SIEBIE: PRESJA WEWNĘTRZNA.....	97
2. DRĘCZENIE SIEBIE	99
3. PRAWO DUCHOWE.....	102
4. PODEJMIJ RYZYKO	109
5. BĄDŹ SKUTECZNY.....	113
6. NIEZNISZCZALNE POCZUCIE WŁASNEJ WARTOŚCI	115

ROZDZIAŁ 7	
RYTUALIZM I BRAK ZNACZENIA.....	121
1. PRZECZYTAJ TEN ROZDZIAŁ SIEDEM RAZY, A KIEDY TO ZROBISZ.....	121
2. RYTUAŁY SPRAWIAJĄ, ŻE STAJEMY SIĘ NIEPEWNI	124
3. RYTUAŁY POWODUJĄ U NAS OBSESJE	125
4. FARYZEUSZE I ICH OBSESYJNA WIARA.....	132
5. CZYNNOŚCI NATRĘTNE A PRAKTYKI RELIGIJNE	135

ROZDZIAŁ 8	
DESTRUKCYJNI PRZYWÓDCY.....	139
1. PRZYWÓDCA NĘKAJĄCY.....	139
2. DUMNY PRZYWÓDCA	145
3. PSYCHOPATYCZNY LIDER	147
4. LIDER KONTROLUJĄCY	150
5. LIDER OBŁUDNY	152

ROZDZIAŁ 9

ŚWIAT JEST ZŁY.....157

1. ŚWIAT JEST ZŁY, MAM DOŚĆ, USUWAM SIĘ.... 157
2. PORZUĆ WIARĘ LĘKOWĄ..... 161
3. POPROSZĘ O IZOLATKĘ..... 164

ROZDZIAŁ 10

JĘŚLI ODEJDZIESZ, PONIESIESZ

- KONSEKWENCJE 177
1. NAJCZĘSTSZE PRZEKONANIA 177
 2. FAŁSZYWE PROJEKCJE..... 182
 3. SKAZANY NA POWIELANIE ZŁA 186

ROZDZIAŁ 11

ODDAJ MI SVOJE PIENIĄDZE..... 193

1. ZOSTAŁEM OSZUKANY, CO MAM TERAZ
ZROBIĆ? 193
2. INTELIGENTNA MIŁOŚĆ 204
3. RODZAJE BOGACTWA..... 209
4. PRAKTYCZNE SUGESTIE..... 212

ROZDZIAŁ 12

DLACZEGO PRZYTRAFIAJĄ CI SIĘ ZŁE RZECZY?... 215

1. DLACZEGO DOBRZY LUDZIE CIERPIĄ? 215
2. W OBLICZU NIESPRAWIEDLIWOŚCI
ZMIENŃ SPOSÓB MYŚLENIA..... 221
3. WIARA, KTÓRA CZYNI CIĘ CHORYM,
A WIARA, KTÓRA UZDRAWIA..... 224

ROZDZIAŁ 13

BÓG JEST ZŁY, OZIĘBŁY I ODLEGŁY 229

1. BÓG CIĘ OBSERWUJE... STRZEŻ SIĘ! 229
2. MENTALNOŚĆ OFIARY LUB SPRAWCY..... 232

ROZDZIAŁ 14

POGARDA DLA CIAŁA 237

1. CO ROBIĘ ZE SVOIM CIAŁEM? 237
2. TOKSYCZNA KULTURA..... 242
3. UKŁADY, KTÓRE PROWADZĄ NAS
DO POWTARZANIA ZŁYCH DOŚWIADCZEŃ..... 245

ROZDZIAŁ 15

WSZYSTKO JEST GRZECHEM..... 251

1. ZŁO I TYLKO ZŁO..... 251
2. MY JESTEŚMY ŚWIĘCI, A RESZTA
JEST SKORUMPOWANA..... 253
3. ZAPAMIĘTAJ SOBIE: WSZYSTKO,
ALE TO WSZYSTKO, JEST GRZECHEM 255
4. RADOŚĆ JEST DAREM OD BOGA..... 258
5. PRZYJEMNOŚĆ NIE JEST GRZECHEM..... 260

ROZDZIAŁ 16

TO MOJA WINA..... 263

1. MOJA WINA, MOJA WINA, MOJA BARDZO
WIELKA WINA..... 263
2. NIE CHCIAŁEM CI TEGO MÓWIĆ...
ALE CI POWIEDZIAŁEM..... 268
3. W DRODZE DO CELU 272

ROZDZIAŁ 17

UPOKARZAJĄCE KARY	275
1. PRZESZŁOŚĆ NIE BĘDZIESZ MÓGŁ PEŁNIĆ FUNKCJI, KTÓRE WYKONYWAŁŚ W KOŚCIELE	275
2. RODZAJE UPOKARZAJĄCYCH KAR W RAMACH RELIGII	277
3. MURY, KTÓRE „CHRONIĄ”	280
4. UCZUCIA I REAKCJE NA UPOKORZENIE	281
5. JAK WYJŚĆ Z UPOKORZENIA?	281

ROZDZIAŁ 18

ZAMYKANIE STRAT Z PRZESZŁOŚCI	285
1. CZY ŚMIERĆ UKOCHANEJ OSOBY JEST KARĄ?	285
2. LECZENIE ŻAŁU I PRZYWIĄZANIA EMOCJONALNEGO	289
PODZIĘKOWANIA	293
BIBLIOGRAFIA	295