

SPIS TREŚCI

Wstęp. Od czego zacząć?	5
1. Myśli negatywne i pozytywne – pole walki.	15
2. Modlitwa Jezusowa – modlitwa nieustanna	59
3. Medytacja Słowa jako terapia	75
4. Uwielbienie – witamina życia	83
5. Pogotowie Niepokalanego Serca Maryi	95
Zakończenie. Co wybrać?	119