

*Timothy M. Gallagher, omv*

**O DISCERNIMENTO  
DOS ESPÍRITOS**

*Um Guia Inaciano  
para a Vida Quotidiana*



EDITORIAL A.O.

**Título original**

*The discernment of spirits:  
an Ignatian guide for everyday living*  
The Crossroad Publishing Company  
New York  
ISBN 0-8245-2291-1

**Tradução**

Mário José Galvão de Almeida

**Ilustração da Capa**

João Sarmento

**Capa**

Virgílio Cunha

**Paginação**

Editorial A. O.

**Impressão e Acabamentos**

Publito – Estúdio de Artes Gráficas, Lda.

**Depósito Legal nº**

516047/23

**ISBN**

978-972-39-0961-6

**1.ª edição**

Novembro de 2013

**2.ª edição**

Maio de 2023

*Com todas as licenças necessárias*

©

**SECRETARIADO NACIONAL DO APOSTOLADO DA ORAÇÃO**

Rua S. Barnabé, 32 – 4710-309 BRAGA | Tel.: 253 689 443

livraria.apostoladodaoracao.pt | livros@snao.pt

www.redemundialdeoracaodopapa.pt

## *Prefácio à Edição Portuguesa*

Sinto grande contentamento por poder apresentar esta edição de *O Discernimento dos Espíritos: Um Guia Inaciano para a Vida Quotidiana* em língua portuguesa. A doutrina espiritual de Santo Inácio, nascida numa época de mudanças radicais, constitui uma ajuda perene para a vida espiritual, mas mais ainda em tempos como os nossos. Aprender os ensinamentos de Santo Inácio equivale a crescer, de acordo com a clássica frase inaciana, na capacidade de «encontrar a Deus em todas as coisas» na nossa vida quotidiana.

O ensinamento de Santo Inácio acerca do discernimento dos espíritos, tema deste livro, ajuda-nos a entender os tempos de energia espiritual (consolação) e de desânimo (desolação) que se alternam na vida espiritual. Esta nova percepção liberta-nos da confusão, e torna mais claro diante de nós o caminho para Deus.

Este ensinamento irá ajudar todos quantos dão e fazem os Exercícios Espirituais. Dará energia aos membros das Comunidades de Vida Cristã e dos institutos religiosos de inspiração inaciana. As «Regras» para o discernimento dos espíritos de Inácio serão fonte de bênçãos para quantos buscam amar e seguir o Senhor.

Neste livro, procurei tornar esse ensinamento claro e acessível. Fi-lo por meio do exame das próprias palavras de Santo Inácio, e oferecendo muitos exemplos práticos desse ensinamento. Espero que este volume possa servir a quantos aspiram por um entendimento mais profundo da sua experiência espiritual ao caminharem para Deus.

*Timothy M. Gallagher, omv*

## *Prefácio*

Inácio de Loiola. Ainda hoje, o seu nome raramente evoca neutralidade ou indiferença. Desde que surgiu no panorama cristão, muitos o consideraram como seu herói ou seu adversário. Mesmo dentro da Igreja que o canonizou, há quem mencione com dificuldade o seu nome, e ele é olhado com suspeita. Não obstante, Inácio atrai temor e respeito – ainda que, por vezes, com relutância – por parte da maioria dos que sabem alguma coisa acerca das suas extraordinárias realizações.

O nome «Inácio de Loiola» suscita uma variedade de imagens: fundador da controversa Companhia de Jesus, cujos membros são por vezes conhecidos como «os comandos do Papa»; pai da guarda avançada da Contra-Reforma, que alegadamente ensinou que os fins justificam os meios; o primeiro «Papa Negro», que afirmava não dever obediência a ninguém neste mundo a não ser ao Papa e que ensinou aos seus seguidores a obediência cega ao pontífice. O próprio nome «Jesuíta» é, para muitos, sinónimo de casuística, astúcia e intriga. Não foi a imagem de Inácio de Loiola que se ergueu por detrás do retrato de Dostoiévski do infame Grande Inquisidor em *Os Irmãos Karamazov*, e de Camus do desagradável jesuíta de *A Peste*?

Os comentadores contemporâneos – mais próximos da realidade – descrevem amiúde Inácio como um cortesão, cavaleiro e soldado. Depois de ter passado por uma profunda conversão religiosa, tornou-se um errante peregrino por amor de Cristo e alcançou uma santidade heroica. Por motivos apostólicos, «para ajudar as almas», decidiu estudar para vir a ser padre. Reuniu um

grupo de companheiros em Cristo, fundou uma célebre família religiosa, estabeleceu colégios, universidades e instituições de assistência, e manteve sempre contacto com a atividade pastoral. Presidiu a uma vasta rede missionária e efetuou delicadas nomeações diplomáticas. Além disso, foi o autor de uma obra com muitas repercussões, os *Exercícios Espirituais*, das *Constituições* dos jesuítas, e de milhares de cartas que deixam transparecer o seu envolvimento sociopolítico de grande alcance. Estar com o Cristo trinitário para servir a Igreja bem pode ser o resumo do objetivo que pretendia atingir este complexo santo.

Os seus Exercícios Espirituais mudaram a história da espiritualidade desde o séc. XVI até aos nossos dias. É ainda uma opinião demasiado comum considerar este clássico como um minucioso livro de receitas que ensina um ascetismo da vontade, um voluntarismo que se alcança de modo técnico, e uma espiritualidade pragmática quase exclusivamente centrada em resoluções práticas. Há quem, de facto, sustente que estes Exercícios apenas ensinam métodos de oração intensamente discursivos, vinculados à imagem, e de algum modo mecânicos, úteis unicamente para iniciantes, e uma autêntica barreira para níveis de oração mais profundos e mais místicos.

O facto de os primeiros ataques sérios aos Exercícios terem sido dirigidos à sua suposta sobrevalorização da dimensão mística da oração não é certamente uma refutação ligeira desta distorcida caricatura. Estudos recentes têm mostrado que estes Exercícios contêm nada menos do que vinte métodos diferentes de oração e que a dinâmica subjacente a cada dia dos Exercícios é o gradual aprofundamento e simplificação da oração. Nos primeiros anos da Companhia de Jesus, houve muitos a fazer estes Exercícios que acabaram por entrar em ordens contemplativas. A primeira crise na nascente ordem jesuíta deu-se devido à solicitação de muitos jesuítas a favor de períodos de oração mais

prolongados – um pedido a que Inácio se opôs com todas as energias. Se se usar a espiritualidade e o misticismo do próprio Inácio como a chave hermenêutica para os Exercícios, a sua dimensão mística torna-se evidente.

Em resumo, os Exercícios inacianos podem conduzir pessoas de um quase qualquer estágio de desenvolvimento espiritual até domínios cada vez mais profundos da vida espiritual – até mesmo à vida mística. A sua espiritualidade e misticismo intensamente encarnacionais e icónicos visam encontrar a Deus em todas as coisas e todas as coisas em Deus. Nunca separam o amor a Deus, ao próximo e ao mundo. Uma espiritualidade e um misticismo da alegria no mundo, uma espiritualidade pascal que ama o mundo porque o Deus trinitário o cria, redime, ama e transforma. A espiritualidade e o misticismo trinitários e cristocêntricos de Inácio fundaram uma comunidade de amor para um serviço apostólico efetivo – um serviço que abarca dimensões sociais e políticas.

Quando se lê a *Autobiografia* de Inácio, descobre-se que as primeiras percepções quanto ao discernimento dos espíritos ocorreram quase simultaneamente com a sua conversão religiosa. A sua experiência fundacional de iluminação junto às margens do Rio Cardoner, em Manresa, Espanha, transformou-o num homem novo com uma nova compreensão em matérias de fé e entendimento. No decurso de uma visão tida numa pequena capela em La Storta, junto a Roma, ele sentiu que o Pai Eterno o punha com o seu Filho que carregava a cruz. O Pai imprimiu interiormente no coração de Inácio estas palavras «Eu vos [plural] serei propício em Roma» e disse ao Filho «Quero que tomes este por teu servidor». E depois Cristo disse a Inácio: «Quero que tu [singular] nos sirvas [ao Pai e ao Filho]». As graças recebidas em La Storta confirmaram o serviço trinitário e centrado em Cristo de Inácio e o seu misticismo eclesial. A autobiografia

registra também outras intensas experiências místicas, incluindo a sua progressiva habilidade mística para discernir espíritos.

O outro importante texto de Inácio, o *Diário Espiritual*, é talvez o documento mais notável jamais escrito acerca de um misticismo trinitário e cristocêntrico. Oferece um relato surpreendente da intimidade mística de Inácio com cada pessoa da Trindade, a Divina Essência, o Deus-Homem, e Maria. Este curto documento é permeado de lágrimas místicas, visões e iluminações trinitárias, vários tipos de locuções, profundas consolações místicas, toques místicos, experiências de amor reverencial, repouso místico, e melódicas vozes interiores. Estas experiências permitiram-lhe discernir a variedade de espíritos que o agitavam, para descobrir a vontade particular de Deus para si.

Os sucessos apostólicos de Inácio e aqueles dos jesuítas, desde o seu tempo até ao presente, parecem ter ofuscado a importância do seu misticismo – um misticismo nunca por ele procurado para o seu próprio bem, mas sobretudo pela sua capacidade de ensinar e confirmar a vontade de Deus. Comprova-o o modo como Inácio encerrava habitualmente as suas quase sete mil cartas, com palavras semelhantes a estas: «Cristo, nosso Senhor, pela sua infinita e suma bondade, queira dar-nos a sua graça abundante, para que sintamos a sua santíssima vontade e inteiramente a cumpramos». Estes mesmos sucessos apostólicos têm também obscurecido a centralidade do discernimento dos espíritos na espiritualidade e no misticismo de Inácio. A correta compreensão das suas regras para o discernimento dos espíritos requer que se entenda a sua vida como a procura e o pôr em prática da vontade de Deus.

Apelidei certa vez Inácio de «místico das disposições e dos pensamentos». Estas palavras simplificam em excesso o caráter deste santo que tomou em consideração quase tudo o que influencia a vida cristã e as decisões dos cristãos: o Espírito Santo, os anjos bons, os demónios, aquilo que flui da estrutura racional

e volitiva do espírito humano, o produto da própria imaginação, a memória, as emoções, a natureza pecaminosa e desordenada de cada um, aquilo que comemos e bebemos, a luz e as trevas, e até mesmo as estações do ano.

O discernimento dos espíritos não pode ser visto como uma raridade na tradição judaico-cristã. Os textos bíblicos mostram claramente que Deus guia a pessoa reta. Adão e Eva aprenderam da pior forma que as grandes promessas podem ser enganosas. Jeremias tinha uma consciência aguda dos emaranhados do coração humano. Deus instruiu o povo judaico para que pudesse discernir entre os falsos e os autênticos profetas.

A primitiva comunidade cristã também sabia que tinha de discernir e submeter a teste as diversas influências a que estava sujeita. S. Paulo compreendeu que só por meio do Espírito poderia a comunidade distinguir as autênticas afirmações proféticas das falsas e os fenómenos carismáticos. Até mesmo quem ocupava a liderança tinha de passar pelo teste do Espírito, pois podia por vezes ser um dos «mestres falsos e enganosos». As «obras da carne» provinham claramente do mau espírito; os frutos do Espírito eram evidentes. Para o amor, a alegria, a paz, a paciência, a generosidade, o domínio de si mesmo e a bondade, «não há lei».

Os primeiros cristãos eram, pois, exortados a seguir o Espírito, a viver no Espírito, e a ser guiados pelo Espírito. O Espírito haveria de rezar neles, permitindo-lhes dizer «Abbá, ó Pai» e «Jesus é o Senhor». O Espírito habilitou-os a discernir a sabedoria misteriosa e escondida de Deus: o próprio Cristo, a norma de qualquer discernimento, a «consolação de Israel».

Nos inícios da tradição cristã, Orígenes ensinou que os pensamentos podem provir de Deus, dos anjos, dos demónios, ou de nós mesmos. Muitos Padres da Igreja aconselharam, depois dele, a que se dedicasse uma cuidadosa atenção aos pensamentos que brotam do coração e aos pensamentos que entram no cora-

ção, analisando com cautela as marcas por eles deixadas. Com o passar do tempo, o discernimento dos espíritos incluiu a análise meticulosa de todos os fatores que influenciam a vida cristã, especialmente aqueles relacionados com a decisão e a escolha. Os estados afetivos de consolação e desolação, os processos de argumentação, pensamentos, imaginações, fantasias, sonhos, visões, locuções, e coisas semelhantes, deviam ser submetidos à questão: provêm de Deus, dos anjos, dos demónios, ou apenas de nós mesmos? Um dos mais citados ditos apócrifos atribuídos a Jesus, «tornar-se um astuto cambista», referia-se à habilidade para discernir o ouro puro dos metais comuns, ou seja, a capacidade de discernir os espíritos.

A ênfase colocada por Inácio na caridade discreta bem pode ser considerada como a marca distintiva da sua espiritualidade e do seu misticismo. Ele é o paradigma daquele «astuto cambista» tão admirado na tradição cristã. Não importa quão intensas fossem as experiências religiosas de Inácio, ele sujeitava-as sempre a discernimento, reflexão crítica e avaliação segundo os conteúdos da fé cristã.

Karl Rahner, o famoso teólogo alemão e admirador de Santo Inácio, afirmou que as relativamente breves regras inacianas para o discernimento dos espíritos proporcionaram um método sistemático prático e formal para que qualquer indivíduo possa descobrir a vontade de Deus. Rahner sustentou ainda que estas regras foram a primeira e a única tentativa detalhada para obter um tal método sistemático na história da espiritualidade cristã. Alguns jesuítas da primeira geração – especialistas na herança espiritual cristã – diziam das regras de Inácio para o discernimento dos espíritos que elas continham «muitos elementos que são novos e de que até agora não se tinha ouvido falar».

Estas regras representam a codificação formal de percepções e respostas que surgiram e encontraram justificação na própria

vida espiritual e experiência pastoral de Inácio. Embora se inserisse sem qualquer dúvida na tradição do discernimento dos espíritos, Inácio era estranhamente desconhecedor de tal patrimônio. O que ele aprendeu proveio sobretudo da sua própria experiência espiritual, como vem referido na sua *Autobiografia* e no *Diário Espiritual*. O seu modo de esquematizar, a codificação concisa e a estrutura interna das regras contribuíram para a herança da espiritualidade cristã de uma forma inigualada por qualquer outro autor, antes ou depois dele. Elas são *sui generis*.

Karl Rahner sustentou a existência não apenas de uma história do dogma cristão, mas também uma da santidade cristã. Os santos personificam formas de ser um cristão autêntico no seu próprio período histórico, e Rahner olhava para Inácio também a esse título. Mas Rahner encontrou ainda em Inácio alguém que explicou e codificou a lógica sobrenatural dos santos. Ele considerava que Inácio era tão importante para a Igreja como Aristóteles o era para o campo da filosofia. Por meio de Aristóteles, a lógica veio a ser a primeira ciência da filosofia; por meio de Inácio, a lógica da decisão existencial, o discernimento dos espíritos, veio a ser a ciência dos santos.

Rahner, no entanto, falou de Inácio como sendo mais um mestre da concisão do que da clareza. A sóbria simplicidade e, por vezes, a imprecisa escolha de palavras das suas regras para o discernimento dos espíritos podem ser enganadoras. Só se começa a penetrar a profundidade espiritual das regras esboçadas por este titã místico quando se apropria o espírito inaciano que deseja conhecer a Cristo mais profundamente, para O amar de modo mais ardente e O seguir com maior fidelidade – bem como através de uma leitura meticulosa dos textos.

Um renovado interesse pela espiritualidade e misticismo inacianos – especialmente pelo seu foco no discernimento dos espíritos – despertou por alturas do Concílio Vaticano II. Podemos

encontrar longos e detalhados estudos acerca destas regras – de grande ajuda para os especialistas, mas não para a pessoa comum. Há também alguns estudos populares e superficiais, que não fazem jus nem a Inácio, nem às suas regras ou àqueles que leem tais estudos.

A prosa cristalina, a leitura meticulosa das regras, a hábil exposição do material, as úteis citações ilustrativas e o pertinente uso de exemplos do Padre Timothy Gallagher fizeram muito para remediar esta situação. O seu livro apresenta as regras para o discernimento dos espíritos da «Primeira Semana» de um modo relativamente completo e, no entanto, bastante simples quanto ao estilo e ao conteúdo, permitindo que os cristãos com conhecimentos limitados nesta área possam absorver o material.

É óbvio que não existe nenhum livro definitivo acerca destas regras. O Padre Gallagher cumpre de modo consistente, no entanto, aquilo que Inácio desejava: ou seja, que os cristãos de boa vontade – não importa quais fossem os seus antecedentes – adquirissem a habilidade «para de alguma maneira sentir e conhecer as várias moções que se causam na alma: as boas para as aceitar e as más para as rejeitar». Ao proporcionar uma compreensão fundamentada dos princípios inicianos, e pela sua aplicação de modo hábil à vida quotidiana, o Padre Gallagher responde às necessidades prementes dos diretores de retiros, retirantes, estudantes de teologia espiritual, e de quem procura aprofundar a sua vida espiritual. Não conheço nenhuma obra comparável que seja tão útil.

*Harvey D. Egan, sj*

Professor de Teologia Sistemática e Mística  
Boston College

## ÍNDICE GERAL

<i>Agradecimentos</i> .....	7
<i>Prefácio à Edição Portuguesa</i> .....	11
<i>Prefácio</i> .....	13
<i>Introdução: No Âmago da Vida Espiritual</i> .....	21
Inácio de Loiola .....	23
Uma Nota Pessoal .....	27
A Finalidade deste Livro .....	29
<b>O Texto das Regras</b> .....	35
<i>Prólogo: O que é o Discernimento dos Espíritos?</i> .....	41
«Até Que Uma Vez Se Lhe Abriram Um Pouco os Olhos» .....	41
O Título das Regras .....	49
Um Tríplice Paradigma .....	51
«Sentir» .....	52
<i>A Coragem de Estar Espiritualmente Desperto</i> .....	54
<i>Uma Consciência Especificamente Espiritual</i> .....	59
«Conhecer» .....	64
«Agir (Aceitar/Rejeitar)» .....	66
As Moções do Coração .....	67
<b>1. Quando Alguém se Afasta de Deus (Regra 1)</b> .....	71
Uma Experiência de Libertação Espiritual .....	71
Duas Direções Fundamentais de Vida .....	79
A Pessoa que Se Afasta de Deus .....	80
O «Inimigo» do Nosso Progresso Espiritual .....	82
A Ação do Inimigo: Fortalecendo o Afastamento de Deus .....	86

O Bom Espírito .....	87
A Ação do Bom Espírito: Enfraquecendo o Afastamento de Deus .....	88
<b>2. Quando Alguém se Aproxima de Deus (Regra 2) .....</b>	<b>92</b>
«Subindo de Bem em Melhor» .....	92
A Ação do Inimigo: Enfraquecendo o Movimento em Direção a Deus .....	93
<i>Um «Morder» que Perturba</i> .....	94
<i>Tristeza</i> .....	96
<i>Impedimentos</i> .....	97
«Falsas Razões» que Inquietam .....	98
A Ação do Bom Espírito: Fortalecendo o Movimento em Direção a Deus .....	101
<i>Ânimo e Forças</i> .....	103
<i>Consolações e Lágrimas</i> .....	103
<i>Inspirações</i> .....	104
<i>Uma «Quietude» que Fortalece o Coração</i> .....	104
«Tirando Todos os Impedimentos» .....	105
<b>3. Consolação Espiritual (Regra 3) .....</b>	<b>108</b>
Uma Experiência Visível do Amor de Deus .....	108
Uma Consolação Especificamente Espiritual .....	110
Formas de Consolação Espiritual .....	116
«Quando Vem a Alma a Inflamar-se no Amor de Seu Criador e Senhor» .....	117
«E Quando, Consequentemente, Nenhuma Coisa Criada Sobre a Face da Terra Pode Amar em Si Mesma, a Não Ser no Criador de Todas Elas» .....	119
«Quando Derrama Lágrimas Que a Movem ao Amor do Seu Senhor» .....	120
«Finalmente, Chamo Consolação Todo o Aumento de Esperança, Fé e Caridade» .....	122

«E Toda a Alegria Interior Que Chama e Atrai às Coisas Celestiais» .....	124
<b>4. Desolação Espiritual (Regra 4)</b> .....	129
O Tempo da Provação .....	129
Uma Desolação Especificamente Espiritual .....	132
Formas de Desolação Espiritual .....	135
«Obscuridade da alma» .....	136
«Perturbação» .....	137
«Inclinação a Coisas Baixas e Terrenas» .....	137
«Inquietação Proveniente de Várias Agitações e Tentações» .....	139
«Que Levam a Falta de Fé, de Esperança e de Amor» ....	139
«Achando-se [a Alma] Toda Preguiçosa, Tíbia, Triste» ...	142
«E Como Que Separada de Seu Criador e Senhor» .....	144
«Os Pensamentos que Provêm» da Consolação e da Desolação .....	147
<b>5. Desolação Espiritual: Um Tempo para a Fidelidade (Regra 5)</b> .....	153
Linhas de Orientação para a Ação .....	153
Em Tempo de Desolação, Nunca Fazer Mudanças .....	157
«Nunca»: Uma Norma Categórica .....	164
Início em Desolação .....	168
A Razão Para Esta Norma .....	174
<b>6. Desolação Espiritual: Um Tempo para a Iniciativa (Regra 6)</b> .....	177
As Mudanças que Devemos Fazer .....	177
Meios Espirituais Para Uma Luta Espiritual .....	180
Oração .....	181
Meditação .....	183
Examinar-se Muito .....	185
«Alargar-nos Nalgum Modo Conveniente de Fazer Penitência» .....	189

O Fruto da Iniciativa Espiritual .....	192
<b>7. Desolação Espiritual: Um Tempo para a Resistência</b>	
<b>(Regra 7)</b> .....	194
O Pensamento Que Fortalece a Nossa Resolução .....	194
Uma Prova .....	195
A Natureza da Prova .....	200
A Finalidade da Prova .....	202
Quando o «Tu Não Podes» Se Torna Em «Eu Posso» .....	205
«Recordando» e «Esquecendo» .....	208
<b>8. Desolação Espiritual: Um Tempo para a Paciência</b>	
<b>(Regra 8)</b> .....	211
A Constância no Tempo da Prova .....	211
Paciência: A Virtude Principal na Desolação Espiritual ...	214
O Pensamento que Edifica a Paciência .....	216
Consolação Espiritual e Desolação Espiritual: Uma Alternância Normal .....	221
<b>9. Porque é Que Deus Permite a Desolação Espiritual?</b>	
<b>(Regra 9)</b> .....	226
«É Melhor Para Vós Que Eu Vá» ( <i>João</i> 16,7) .....	226
«Três São as Causas Principais» .....	229
As Nossas Faltas e o Dom da Conversão .....	231
Uma Prova e o Dom do Conhecimento .....	237
A Pobreza e o Dom de um Coração Humilde .....	243
Uma Norma Implícita .....	246
<b>10. Consolação Espiritual: Um Tempo para Preparar</b>	
<b>(Regra 10)</b> .....	249
Antes de a Prova Ter Início .....	249
«As Duas Horas Tão Apreciadas» .....	251
O Pensamento que Prepara .....	255

<i>Se Não Estivermos Preparados</i> .....	257
<i>Se Estivermos Preparados</i> .....	258
«Tome Novas Forças Para Então» .....	261
<i>Oração de Petição por Força numa Futura Desolação Espiritual</i> .....	263
<i>Meditação acerca de Verdades que Darão Sustento na Desolação Espiritual</i> .....	263
<i>Consideração do Valor da Desolação Espiritual para o Crescimento</i> .....	264
<i>Reflexão acerca do Crescimento Pessoal Passado por Meio da Desolação Espiritual</i> .....	264
<i>Resolução de Não Fazer Mudanças em Tempo de Desolação Espiritual</i> .....	265
<i>Revisão Destas Regras Inacianas</i> .....	266
<i>Planeando para as Situações Específicas de Desolação Espiritual</i> .....	267
Um Retrato da Décima Regra .....	268
<b>11. Consolação Espiritual e Desolação Espiritual:</b>	
<b>Encontrar o Nosso Equilíbrio (Regra 11)</b> .....	270
As Duas Moções Espirituais Numa Mesma Regra .....	270
Na Consolação Espiritual: Um Coração Humilde .....	271
Na Desolação Espiritual: Um Coração Confiante .....	276
Nem Ingenuamente «Por Cima» Nem Desesperadamente «Em Baixo» .....	279
Manter o Equilíbrio Espiritual: Uma Experiência .....	280
<b>12. Permanecer Firme nos Inícios (Regra 12)</b> .....	289
Uma Nova Fase nas Regras .....	289
A Metáfora da Regra Doze .....	291
A Aplicação da Metáfora .....	295
A Fraqueza Fundamental do Inimigo .....	296
«Ele Venceu a Tentação e Ficou Tranquilo» .....	299

<b>13. Romper o Silêncio Espiritual (Regra 13)</b> .....	307
Comunicação e Liberdade Espiritual .....	307
Uma Orientação de Importância Crucial .....	310
«Abandonei por Completo as Minhas Dúvidas Assim que Acabei de Falar» .....	315
«Esse Foi o Fim de Toda a Minha Ansiedade, de Toda a Minha Hesitação» .....	323
«Com Uma Nova Esperança no Seu Coração» .....	328
<b>14. Fortalecer o Ponto Fraco (Regra 14)</b> .....	330
Um Ataque Dirigido com Astúcia .....	330
Uma Resposta: Preparar-se com Antecedência .....	335
Uma Necessidade Particular .....	340
Conhece-te a Ti Mesmo! .....	346
A Décima Quarta Regra e as Regras Precedentes .....	348
<i>Conclusão: A Libertação dos Cativos</i> .....	351
<i>Bibliografia</i> .....	356
<i>Índice de Nomes</i> .....	359
<b>Índice Geral</b> .....	361