

# Obsah

Pro koho .....	3
Kapitola 1	
Zamilovanost nebo láska? .....	4
Proč tato kniha .....	4
Cit, zážitek, stav .....	5
Rozdíl mezi zamilovaností a láskou.....	6
Zárodek lásky.....	9
Duchovní růst.....	9
Kapitola 2	
Jaká je zamilovanost? .....	11
Růžové brýle .....	11
Zamilovanost je neovladatelná.....	12
Zamilovanost je dočasná.....	13
Nereálná očekávání a touha.....	14
Nerozumnost zamilovanosti.....	15
Zamilovanost je sebestředná a sobecká.....	16
Zamilovanost je majetnická.....	17
Stupně citového pohlčení.....	18
Kapitola 3	
Co je to zamilovanost?.....	21
Pravá zamilovanost .....	21
Pět složek zamilovanosti .....	23
Sexuální fyzická potřeba .....	24
Erotická citová touha .....	24
Společensko-ekonomické zajištění .....	26
Sebepotvrzení skrze druhého .....	27
Sebenaplnění skrze druhého .....	28
Kapitola 4	
Co vede k zamilovanosti?.....	30
Nevíme .....	30
Nenaplněné potřeby.....	31
Naděje na lepší.....	32

Do koho se zamilujeme? .....	33
Ty začátky .....	35
Problémy v manželství .....	37
Kapitola 5	
Co vede k odmilování? .....	40
Nevíme .....	40
Zevšednění .....	40
Sobectví zabije vztah .....	41
Náraz s realitou .....	42
Kapitola 6	
Místo zamilovanosti v životě .....	43
K čemu je zamilovanost .....	43
Idealistické mládí a zklamané stáří .....	46
Doufající přítomnost .....	47
Teologický pohled .....	48
Kapitola 7	
Když „to“ přijde nevhod .....	50
Zamilovanost středního věku .....	50
Co prožíváme .....	52
Fáze zamilovanosti .....	52
Co mne k tomu přivedlo .....	53
Stále platné „Ne“ .....	55
Úskalí toho „Ne“ .....	57
Dilema takové zamilovanosti .....	58
Kapitola 8	
Co s tím? Hledat, co mi pomáhá .....	60
Životní realismus .....	60
Opatrnost .....	61
Víra .....	62
Čisté svědomí .....	64
Druzí lidé .....	65
Kapitola 9	
Co s tím? Podívat se na to jinak .....	68
Uvidět - Porozumět - Prožít .....	68

Rozlišovat Ano – Oddělit Ne.....	70
Nést, co je těžké.....	71
Nechat věcem čas a svěřit to Bohu.....	72
Kapitola 10	
Poznat lidský význam zamilovanosti.....	74
Oživení našeho osobního života .....	74
Učí nás pravé lásce .....	75
Přijmout svůj život.....	77
Naučit se žít s emocemi.....	78
Obnovit své manželství .....	80
Poznat, co potřebuji .....	82
Přátelství mezi mužem a ženou? .....	83
Blízkost – Odstup.....	85
K jádru zamilovanosti .....	87
Kapitola 11	
Duchovní význam zamilovanosti.....	88
Pokora.....	88
Boží suverenita .....	88
Naléhavost modlitby .....	89
Bolest .....	90
Růst v těžkém.....	91
Hodnota vztahů.....	94
Zamilovaný Bůh .....	95
Nekončící zamilovanost .....	96
Ukazující dál.....	96
Kapitola 12	
V očekávání lepšího .....	99
Milovat víc! .....	99
Ne méně citu, ale více lásky .....	100
Bohu první místo .....	104
Cítit lásku? Uvěřit lásce!.....	106
Uvěřit lásce Boha.....	108
Milovat Boha celým svým srdcem.....	109
Zamilovanost jako duchovní zkušenost.....	110