

OBSAH

Předmluva	7
Poděkování a věnování	10
Úvod	12

ČÁST I

METODA MODLITBY USEBRÁNÍ	17
------------------------------------	----

1. Kontemplativní modlitba a modlitba usebrání	18
2. Hlubší ticho, hlubší já	22
3. Metoda vnitřní modlitby	34
4. Co s myšlenkami během modlitby	47
5. Duchovní chudoba	59

ČÁST II

TRADICE MODLITBY USEBRÁNÍ	71
-------------------------------------	----

6. Modlitba usebrání a křesťanská tradice	72
7. Ztráta a obnovení křesťanské kontemplativní tradice	88
8. Teologie modlitby usebrání	98

ČÁST III

PSYCHOLOGIE VNITŘNÍ MODLITBY 111

- 9. Boží terapie 112
- 10. Od uzdravení ke svatosti 122

ČÁST IV

MODLITBA A VNITŘNÍ PROBUZENÍ 133

- 11. Pozornost srdce 134
- 12. Práce s vnitřním pozorovatelem 146
- 13. Modlitba vítání 155
- 14. Vnitřní modlitba a křesťanský život 175

Epilog: Cesta srdce 183

Knihy a prameny k tématu modlitby usebrání 190