

OBSAH

ÚVOD

STOPY, KTERÉ NECHÁVÁME.....	5
1. Co je lidská zralost?.....	7
2. Co znamená spiritualita?	8
3. Výzva: Žít vlastní život	10

ČÁST 1

CÍL: BÝT ÚPLNÝM ČLOVĚKEM	13
4. Pomoc na cestě aneb Co radí psychologové	15
5. Sebepoznání jako duchovní úkol	26

ČÁST 2

CO NÁM BRÁNÍ: PŘEKÁŽKY NA CESTĚ KE ZRALÉ VÍŘE	27
6. Překážka první: Strach ze světa a Bůh jako droga	31
7. Překážka druhá: Vytěšňování a perfekcionismus	35
8. Překážka třetí: Když nás obrazy drží v zajetí.....	40

ČÁST 3

STÁT SE ÚPLNÝM ČLOVĚKEM: KROKY K PROMĚNĚ.....	45
9. Tajemství proměny	47
10. Myšlenky a pocity.....	52
11. Tělo.....	66
12. Sny.....	69
13. Mezilidské vztahy.....	72
14. Práce.....	77

ČÁST 4

KŘESŤANSKÁ CESTA:	
CVIČENÍ VE VÍŘE – CVIČENÍ, JAK SE STÁT ČLOVĚKEM.....	81
15. Bible.....	85
16. Modlitba	90
17. Svátosti	93
18. Církevní rok.....	100

ČÁST 5

PODOBA ZRALÉ VÍRY	105
19. Síla zralé víry	109
20. Znamení zdravé víry	113
21. Biblický příslib: Být úplným člověkem.....	123