

Obsah

Úvod	9
1. Co je modlitba?	11
2. Jak se modlit?	17
3. Meditace podle křesťanské tradice	25
4. John Main – život a učení	31
5. Praxe	39
6. Plody meditace	45
7. „Pokrok“: cesta	51
Písmo	57
Další knihy o meditaci	63
Světové společenství pro křesťanskou meditaci	65
Více informací o společenství	69