

OBSAH

Tereziánský „způsob modlitby“	7
Přemítavá modlitba neboli metodická meditace	11
Osunova metoda	17
Modlitba usebrání	23
1. Usebrání	23
2. Jak si v sobě zpřítomnit živého Krista	26
3. Rozhovor s Kristem	33
a) <i>Rozhovor od srdce k srdci</i>	33
b) <i>Rozhovor na evangelijní téma</i>	37
4. Prostředky napomáhající usebrání	40
Závěr	45