

Úvod

8

I. ČÁST

Spiritualita a její potřebnost v životě

12

To, co nás přesahuje

14

Prožitek

15

Rozmanité podoby spirituality: bezděčná –
intuitivní – promyšlená

17

Vztah spirituality a náboženství

19

Spiritualita jako odpověď na otázky života

21

Okno spirituality – otevírání se posvátnému

23

Spiritualita a tradiční náboženský přístup k bohoslužbě

26

Spiritualita a unitářský přístup k bohoslužbě

28

Spiritualita a možnost individuální duchovní praxe

31

Formy duchovní praxe

34

Skupinová duchovní praxe

36

Rodinná duchovní praxe

38

Osobní duchovní praxe

40

Duchovní praxe ve vztahu k času	42
Přechodová období života a duchovní praxe s nimi spojená	43
Duchovní praxe vázaná na určitý čas dne	44
Duchovní praxe s ohledem na věk účastníků	47

II. ČÁST

Vlastní práce se spiritualitou	50
Kontext duchovní praxe	51
Náplň duchovní praxe	55
Příklady použití	63
Volba základního přístupu	63
Skupinová duchovní praxe	65
Rodinná duchovní praxe	68
Osobní duchovní praxe	70
Duchovní poradenství	76
Závěr	79
Použitá a doporučená literatura	81