

Obsah

Predslov vydavateľa slovenskej verzie (<i>Bernard Mišovič SJ</i>)	9
Predslov	11
Úvod	14
Lud pútnikov	17
Kapitola I. Cesta kontemplácie	19
Pohľad na naše strachy.....	26
Nebezpečenstvo jasnosti	32
Prechod cez smrť	38
Žiť smrť rozhodujúcim spôsobom	44
Kontemplácia a kreativita	51
Zhrnutie	56
Kapitola II. Byť zakorenený, byť pozorný	58
Okamihy zmluvy	58
Pozornosť ako cesta	62
Pozornosť ako vzťah	63
Rozvoj pozornosti	63
Pozornosť ako forma zakorenenia	64
Zameranosť.....	68
Desať obrazov pastiera býka	72
1. Hľadanie býka.....	72
<i>Pozornosť ako túžba</i>	72
<i>Podnety na zamyslenie</i>	78

2. Objavovanie stôp	78
<i>Pozornosť ako skúška</i>	79
<i>Podnety na zamyslenie</i>	83
3. Vnímanie býka	83
<i>Pozornosť ako letmý pohľad</i>	84
<i>Podnety na zamyslenie</i>	88
4. Chytanie býka	88
<i>Pozornosť ako nachádzanie</i>	89
<i>Podnety na zamyslenie</i>	93
5. Skrotenie býka	93
<i>Pozornosť ako vernosť</i>	93
<i>Podnety na zamyslenie</i>	98
6. Cesta domov na býkovi	98
<i>Pozornosť ako návyk</i>	99
<i>Podnety na zamyslenie</i>	106
7. Býk prekročený	107
<i>Pozornosť ako sebauspokojenie</i>	107
<i>Podnety na zamyslenie</i>	110
8. Prekročenie býka aj človeka	111
<i>Pozornosť ako prázdnota</i>	111
<i>Podnety na zamyslenie</i>	119
9. Dosiahnutie zdroja	120
<i>Pozornosť ako zdroj</i>	120
<i>Podnety na zamyslenie</i>	127
10. Vo svete	127
<i>Pozornosť vo svete</i>	127
<i>Podnety na zamyslenie</i>	131
Kapitola III. Ignaciánske pravidlá	
rozlišovania a rozhodovania	133
Ignaciánske pravidlá rozlišovania a rozhodovania	133
Ignác z Loyoly	135
Schopnosť čítať pocity	136
Stať sa pozorným	139

Examen svätého Ignáca	141
Vedení vďačnosťou.....	144
Vďakyvzdanie	148
Premieňajúca sila lásky	154
Tvárou v tvár Bohu	155
Útecha a neútecha	158
Dynamika útechy.....	161
Dynamika neútechy	163
Chápanie súčasného sveta.....	165
<i>Príbehy našich čias</i>	166
<i>Bezpečie</i>	166
<i>Zmysel</i>	167
<i>Nezávislosť</i>	168
<i>Pocit spolupatričnosti</i>	169
Vstúpenie Boha do uzavretých a zlomených mýtov.....	170
Skúmanie duchov	173
Stať sa viac samými sebou	176
Robiť rozhodnutia	177
Keď je ťažké poznať správnu vec, ktorú máme urobiť	182
<i>Prvý spôsob</i>	183
<i>Druhý spôsob</i>	186
Otvoriť sa životu.....	189
Kapitola IV. Vykúpenie času	192
Úvod.....	192
Minulosť, prítomnosť a budúcnosť.....	192
Okamihy vtelenia.....	194
Vykúpená minulosť.....	196
Okamihy zmluvy	201
Nevykúpené dejiny	205
Odpustenie.....	215
Každý deň nižšie	219

Vezmi na seba akúkoľvek podobu	219
Vtelená predstavivosť	223
Žiť prítomnosť: vykúpená prítomnosť.....	226
Dar prítomnosti.....	228
Príbeh tela.....	234
Nachádzať Boha vo všetkých veciach	237
Nevykúpená prítomnosť	242
Pokúšenia prichádzajúce v prítomnosti	244
Čakanie na Otca	246
Násilie	248
Dary v prítomnosti	251
Žiť v konflikte	255
Vykúpená budúcnosť	265
Dar vzkriesenia.....	268
Vykúpenie prichádza	269
Žiť pre budúcnosť	278
Otvorení budúcnosťou.....	284
Otcova láska	295
Záver.....	305
Súčasnosť	306
Cesta kontemplácie.....	306
Plán cesty	309
Techniky rozlišovania	310
Vykúpenie času.....	313
Zhrnutie	321