

OBSAH

PŘEDMLUVA	7
I. PŘIJÍMÁNÍ DUCHA SVATÉHO	9
Zavíráme oči před skutečností?	9
Co naše církev nejvíce potřebuje?	10
Jak získat Ducha svatého	11
Co konkrétně dělat: přístup	13
Co konkrétně dělat: cvičení	15
II. EXERCICIE APOŠTOLŮ	18
Návrat ke Zdroji	19
Apoštol: člověk, který miluje Pána	19
Apoštol: člověk, který spatřil Krista	20
Apoštol: člověk Ducha svatého	23
Apoštol: člověk rozlišující	27
Jak získat tyto vlastnosti apoštola	30
III. PŘEDPOKLADY PRO ÚČAST NA EXERCICIÍCH	33
Proč se účastnit exercicií?	33
Svět po Bohu touží	35
Několik doporučení	36
Touha po Bohu	40
Velkorysost a odvaha	42
Texty evangelia	45
IV. JAK SE MODLIT	49
Apoštolova potřeba osobní zkušenosti s Bohem	49
Krize identity	50

Ticho.	52
Svatí o tichu.	53
Jak se modlit: Ježíš, Učitel modlitby.	55
Modlitba soustředěná na Boha	56
Prosebná modlitba	58
Klíč k umění modlitby	59
Staňte se v modlitbě dítětem.	62
 V. PRAVIDLA MODLITBY.	65
První pravidlo modlitby: Víra	66
Druhé pravidlo modlitby: Odpuštění.	74
Jak ze sebe vyhnat zlobu.	76
Jak odpustit pomocí modlitby	77
 VI. PROSEBNÁ MODLITBA A JEJÍ PRAVIDLA	84
Síla modlitby: Narada	85
„Teologie“ prosebné modlitby.	89
 VII. DALŠÍ „PRAVIDLA“ MODLITBY.	94
1. Nebýt světský.	94
2. Být velkorysý	95
3. Modlit se ve jménu Ježíše Krista.	95
4. Být vytrvalý	97
Prosba jako způsob života	99
 VIII. JEŽÍŠOVA MODLITBA.	102
Jak tuto modlitbu praktikovat.	109
Síla modlitby jména.	113
Síla Ježíšova jména	116
„Psychologické“ pozadí této modlitby.	117
Růženec	122
 IX. SPOLEČNÁ MODLITBA	124
Jak postupovat.	131

Další návrhy, jak postupovat.	136
Společná modlitba pro kněze	139
X. POKÁNÍ	141
Pokání – způsob, jak zažít Krista	141
Potřeba pokání.	142
Pojem hříchu	143
Smysl pokání	145
Pokání následuje po setkání s Kristem . .	147
Několik textů z Písma	149
XI. POKÁNÍ A JEHO ÚSKALÍ.	151
Neschopnost odpustit sám sobě	151
Nadměrný strach z Boha	156
Prožívání Krista jako požadavku.	162
XII. SOCIÁLNÍ ASPEKT HŘÍCHU	165
Jsem zodpovědný za utrpení svého bližního?	165
Zpověď	168
XIII. BENEDIKTINSKÁ MODLITEBNÍ METODA	173
XIV. KRISTOVO KRÁLOVSTVÍ	179
XV. POZNAT, MILOVAT A NÁSLEDOVAT KRISTA.	186
Poznat Krista	186
Milovat Krista	190
Následovat Krista	192
XVI. MEDITACE O ŽIVOTĚ KRISTOVĚ . .	200
Jak léčit vzpomínky	208

PŘÍLOHA:

CO MŮŽE PŘI MODLITBĚ POMOCI	212
Tělo a modlitba	213
Neverbální komunikace	214
Nehybné tělo	217
Problém napětí a neklidu.	220
Vaše oblíbená pozice	221
Zranitelnost našeho modlitebního života	222
Výběr vhodného místa k modlitbě	223
Modlitba vždy na tomtéž místě: „svatá“ místa	226
Opora modlitby: čas	229
Rytmus modlitby: Kairos versus Chronos	231