

# OBSAH

|   |    |
|---|----|
| <b>PŘEDMLUVA</b> .....  | 9  |
| <b>ÚVOD</b> .....   | 11 |
| Seznam použitých zkratk .....   | 14 |
| 1. kapitola   |    |
| <b>OBJEVTE SVĚT VNITŘNÍ MODLITBY ANEB<br/>„ROZHODNÉ ROZHODNUTÍ“</b> ..... | 17 |
| 1. Zkuste začít... ..   | 18 |
| 2. ... a zkuste vytrvat .....   | 21 |
| 3. Ale stačí to? .....  | 24 |
| 2. kapitola   |    |
| <b>STAŇTE SE BOŽÍMI PŘÁTELI ANEB<br/>„STYK PŘÁTELSTVÍ“</b> .....          | 27 |
| 1. Objevte, že jste milováni .....  | 28 |
| 2. Odpovídejte na Boží lásku .....  | 30 |
| 3. Modlitba: vztah, anebo cvičení? .....                                  | 33 |
| 3. kapitola   |    |
| <b>VSTUPE DO ŠKOLY LÁSKY ANEB „MNOHO MILOVAT“</b> ...                     | 37 |
| 1. Nemyslete příliš .....   | 37 |
| 2. Milujte „příliš“ .....   | 40 |
| 3. Co vás pobízí k lásce? .....   | 43 |

#### 4. kapitola

### **PŘINÁŠEJTE ŽIVOT ANEB „ZPŘÍTOMNIT SI KRISTA“ . . . . . 47**

1. Přinášejte před sebe jeho život . . . . . 47
2. Přebývejte v jeho přítomnosti . . . . . 51
3. A co tak přinášet svůj život před něj? . . . . . 54

#### 5. kapitola

### **UCHYLUJTE SE DO SVÉHO NITRA ANEB „USEBRÁNÍ“ . . . . . 57**

1. Využijte všech přístupových cest . . . . . 58
2. Objevte Pána ve svém nitru . . . . . 61
3. A co když nastanou potíže? . . . . . 64

#### 6. kapitola

### **ŘIĎTE SE EVANGELIEM ANEB PŘEMÍTAVÁ MEDITACE . . . . . 69**

1. Na modlitbu se připravujte . . . . . 70
2. Zamilujte si Písmo . . . . . 73
3. Čemu to slouží? . . . . . 76

#### 7. kapitola

### **VYLÉVEJTE PŘED NÍM SVÉ SRDCE ANEB SVOBODNÁ ROZMLUVA . . . . . 81**

1. Mluvte o tom, co máte na srdci . . . . . 82
2. Naslouchejte mu! . . . . . 85
3. A když jste „prázdní“? . . . . . 88

#### 8. kapitola

### **VNÁŠEJTE MODLITBU DO ŽIVOTA ANEB „MARIE A MARTA“ . . . . . 91**

1. Proste o plody modlitby a buďte odhodlaní . . . . . 92
2. Sdílejte se s přáteli . . . . . 95
3. Kdo komu vlastně slouží? . . . . . 98

9. kapitola

**REVIDUJTE SVŮJ ŽIVOTNÍ STYL ANEB**

**„DISPONOVAT SE“** ..... 103

1. Nechte si modlitbou mluvit do života ..... 104

2. Buďte stále velkorysejší ..... 106

3. Ale stojí to vůbec za to? ..... 110

10. kapitola

**STAŇTE SE ORANTY ANEB**

**TROJÍ PŘEDBĚŽNÝ POŽADAVEK** ..... 113

1. Neváhejte milovat své nejbližší ..... 114

2. Odpoutejte se od zbytečných přítěží ..... 117

3. A když lpíme na sobě? ..... 120

11. kapitola

**UCHYLUJTE SE DO ÚSTRANÍ S PŘÁTELI ANEB**

**O SAMOTĚ** ..... 123

1. Vyhledávejte ústraní... ..... 124

2. ... ale neutíkejte před lidmi! ..... 127

3. Jak to skloubit? ..... 129

12. kapitola

**NECHTE SE VÉST STÁLE VPŘED ANEB**

**NA CESTĚ KE KONTEMPLACI** ..... 133

1. Nezabýdlete se ve stereotypch ..... 134

2. Buďte připraveni na velkou změnu ..... 136

3. A dál? Co dál? ..... 140