

Jacek Bolewski SJ

PROSTA PRAKTYKA
MEDYTACJI

WPROWADZENIE
DO MODLITWY IMIENIEM
JEZUS

Wydawnictwo WAM

Spis treści

Wstępne wyjaśnienie	5
I. Problematyka medytacji	9
1. Moda na medytację	11
2. Nieporozumienia związane z medytacją.	15
3. Medytacja i doświadczenie religijne	18
II. Droga modlitwy	23
1. Etapy modlitwy.	25
2. Jedność modlitewnej drogi	29
3. Skupienie na Jednym	34
III. Ćwiczenie modlitwy prostoty	39
1. Skupienie obejmujące ciało.	42
2. Skupienie na oddechu	49
3. Skupienie na Imieniu: Jezus	54
IV. Oczekiwanie Boga – w Jezusie	59
1. Bosko-ludzkie działanie.	62
2. Trwanie-owocowanie w Jezusie	69
3. Trynitarny wymiar medytacji.	72

Spis treści

V. Droga oczyszczenia	77
1. Trudności – znaki na drodze	80
2. Droga krzyża	89
3. Nie ja, lecz Chrystus we mnie	93
VI. Droga życia w miłości	97
1. Miłość doskonała	100
2. Jedność – modlitwy i życia	107
3. Owoc żywota Twojego – Jezus	112