

The background of the cover is an abstract composition of rectangular blocks in various shades of red, dark blue, and teal. The colors are layered and textured, with some areas appearing more saturated than others. The overall effect is a rich, textured palette.

Laurence  
Freeman

# KŘEŠŤANSKÁ

MEDITACE

Vyšehrad

# Křesťanská meditace

Vyšlo také v tištěné verzi

Objednat můžete na  
[www.ivysehrad.cz](http://www.ivysehrad.cz)  
[www.albatrosmedia.cz](http://www.albatrosmedia.cz)



**Laurence Freeman**  
**Křesťanská meditace – e-kniha**  
Copyright © Albatros Media a. s., 2020

Všechna práva vyhrazena.  
Žádná část této publikace nesmí být rozšiřována  
bez písemného souhlasu majitelů práv.

  
**ALBATROS MEDIA**

**Vaše každodenní praxe**



Laurence Freeman, OSB

# KŘEŠŤANSKÁ MEDITACE

VYŠEHRAĐ

Na obálce:  
Radan Wagner, Vymezování, 2006  
akryl na plátně, 110 x 95 cm

# Obsah

Úvod.....	9
1. Co je modlitba?.....	11
2. Jak se modlit?.....	17
3. Meditace podle křesťanské tradice .....	25
4. John Main – život a učení.....	31
5. Praxe .....	39
6. Plody meditace.....	45
7. „Pokrok“: cesta .....	51
Jak meditoval .....	57
Písmo .....	58
Materiály o meditaci .....	63
Vize Johna Maina .....	65
Centra Světového společenství pro křesťanskou meditaci a kontakty.....	69