

# Indice

<i>Ringraziamenti</i> . . . . .	5
<i>Prefazione – Di che cosa parla questo libro</i> . . . . .	9
<i>Introduzione – La formazione spirituale: la via del cuore</i> . . . . .	19

## *prima parte*

### I PRIMI MOVIMENTI

1. Dall'opacità alla trasparenza . . . . .	47
2. Dall'illusione alla preghiera . . . . .	67

## *seconda parte*

### I MOVIMENTI INTERMEDI

3. Dalla tristezza alla gioia . . . . .	95
4. Dal rancore alla gratitudine . . . . .	124
5. Dalla paura all'amore . . . . .	146

*terza parte*

## I MOVIMENTI DELLA MATURITÀ

6. Dall'esclusione all'inclusione . . . . .	169
7. Dal negare al fare amicizia con la morte. . . . .	190
<i>Epilogo – Viaggio verso l'interno, viaggio verso l'esterno . . . . .</i>	<i>221</i>
<i>Appendice – La posizione di Nouwen nella teoria dello sviluppo spirituale . . . . .</i>	<i>225</i>
<i>Fonti principali. . . . .</i>	<i>241</i>
<i>Bibliografia. . . . .</i>	<i>249</i>