

Obsah

Tomáš Špidlík

Teofan Zatvorník	12
I. Život	12
II. Dílo	17
III. Učení	22
IV. Význam	30

Teofan Zatvorník

Povzbuzení k duchovnímu životu	37
I. Úvodní připomínka slibu dopisovat si o duchovním životě. Očekávaný užitek	38
II. Odpověď na příčinu mlčení. Nezbytná otevřenost a jednoduchost v dopisování. Pomíjivost světského života	39
III. Prázdnota a jednostrannost světského života	41
IV. Světský život zbavuje svobody a toho, kdo se mu oddá, drží v těžkém otroctví. Přetvářka a egoismus jako trvalé rozměry světského života	43
V. Tři oblasti lidského života. <i>První</i> : život <i>tělesný</i> ; jeho orgány a potřeby; normální a nadbytečná péče o tělo	48
VI. <i>Druhá</i> oblast lidského života: život <i>duševní</i> a tři jeho hlavní úkoly. <i>První</i> : oblast myšlení a její formy. Poznání a věda. Standardní fungování úsudku a prázdné bloudění myšlenek	51
VII. Volní oblast duševního života. Její úloha. Harmonický a chaotický stav volní schopnosti	55

VIII. Oblast citu – srdce. Důležitý význam srdce v životě člověka. Vliv vášní na srdce.....	57
IX. <i>Třetí oblast lidského života: duchovní život.</i> Hlavní projevy duchovního života: bázeň Boží, svědomí a touha (žízeň) po Bohu. Lidská důstojnost	61
X. Všeobecnost víry v bytí Boha jako projev duchovního života	64
XI. Vliv ducha na duši člověka a odtud pramenící procesy v oblasti myšlení, vůle a citů (srdce)	66
XII. Závěry z řečeného o třech oblastech lidského života. Možnost přechodu z jednoho stavu do druhého a převládání té či oné oblasti života. Převládání duševnosti a tělesnosti jako stav hříchu. Převaha duchovního života jako norma skutečného života člověka ...	70
XIII. Skutečné štěstí člověka – život podle ducha. Jemňoučké roucho duše, které slouží jako prostředník mezi ní a tělem; jako prostředník komunikace duší navzájem; a prostředník komunikace duše se světem svatých a andělů. Světlý a tmavý stav roucha duše	72
XIV. Roucho duše bývá světlé nebo temné, v souladu s vnitřním naladěním. Příklady. Potemnělou duši vidí běsi	78
XV. Jak svatí slyší naše modlitby. Dodatek o modlitbě.....	81
XVI. Pravý cíl života. Způsob života v souladu s cílem	83
XVII. Vklady do nebeské pokladnice. Bohulibý život. Touhy <i>pokrokářek</i> po všeobecném blahu lidstva a jejich lživost	86
XVIII. Význam duchovních potřeb v řádu jiných oblastí lidského života. Potřeba Jediného. Panování ducha jako přirozená harmonie všech potřeb, která může dát mír a pokoj. Nepřítomnost tohoto pokoje u lidstva. Všeobecný chaos a zármutek ducha. Zárodek tohoto zmatku se získává při narození	89

XIX. Prvotní hřích jako pramen vnitřního zmatku a nesouladu. Možnost uzdravení situace člověka, poškozeného hříchem	92
XX. Pokračování. Vyjasnění rozkolu, vneseného do lidské přirozenosti hříchem prarodičů. Společenství s Bohem sloužilo jako pramen vlády ducha nad duší a tělem. Skrže porušení přikázání se člověk oddělil od Boha a ztratil vládu nad duší a tělem a podřídil se panování vášní	94
XXI. Nutnost znovusjednocení s Bohem pro spásu. Člověk sám nemá k tomu sílu. Duch Boží toto v nás koná pro vykoupění, umožněné Synem Božím	98
XXII. Pokračování o vykupitelské obnově padlého člověka. Účast celé Svaté Trojice na naší spásu. Způsob probouzení dobrých citů Duchem Božím ve vykupovaném člověku. Účast samotného člověka na tomto díle. Horlivost pro spásu jako první podmínka jejího dosažení	101
XXIII. Příznaky skutečné duchovní horlivosti jako rozlišení od horlivosti duševní	105
XXIV. Novoroční přání. Nezbytnost obnovy a sebeočisty. Toto v nás koná duchovní horlivost	108
XXV. Myšlenky ke svátku Křtu Páně. Skryté působení milosti, kterou jsme obdrželi ve svátosti křtu	110
XXVI. Pokračování o skrytém působení milosti křtu v člověku. Názorné ukázky milosti: kvas v těstě; železo v ohni. Když člověk dospěje, musí v sobě svobodnou vůlí milost Boží upevňovat. Nebezpečí zastavení se na poloviční cestě. Plné vřelé odhodlání sloužit Bohu	112
XXVII. Pokračování o horlivosti a odhodlání žít podle milosti. Vnitřní usebranost. Projasnění roucha duše. Různé stupně tohoto projasnění.....	115
XXVIII. Vysvětlení svobodného rozhodnutí pro život podle milosti v podobenstvích a na příkladech	119

- XXIX.** Rozhodnutí pro život podle milosti se nesmí omezit jen na přání, ale musí ho provázet odhodlanost k námaze a boji; úsilí vytrvale dosahovat vytouženého. Když jsme se odhodlali, musíme ihned začít jednat a trpělivě a vytrvale pokračovat 122
- XXX.** Náčrt milostí prosvětleného vnitřního stavu slovy *Makaria Velikého*. Schopnosti probudit a posilovat odhodlání k dobrému životu 125
- XXXI.** Jak podporovat začínající úsilí o dobrý život. Duchovní četba a rozjímání. Zapisování dobrých myšlenek. Jak se vyhnout bloudění myšlenek během četby a modlitby. Neustálé pamatování na Boha a na smrt 129
- XXXII.** Kdo se rozhodl dát se na cestu dobrého života, musí se připravovat na přijetí Eucharistie. Návod na správnou přípravu. Chování připravujícího se v kostele 132
- XXXIII.** Pokračování o přípravě. Chování připravujícího se doma 135
- XXXIV.** Pokračování o přípravě. Příprava na svátost smíření. Přezkoumání života 138
- XXXV.** Pokračování. Zkoumání rozpoložení srdce. Určení dominantního rozpoložení, neboli ducha vlastního života 141
- XXXVI.** Dokonalá příprava na svátost pokání a svaté přijímání. Nezbytné rozpoložení kajícího. Užitečná připomínka blažené *Teodory* a její muka 144
- XXXVII.** Probouzející se odhodlání k dokonalosti je nutné jasně pojmenovat jako úsilí o jednání ve všem v souladu s vůlí Boží. Pokoj a radost služebníků Božích. Varování před neúplnou odhodlaností žít podle Boha. Vlažný bude zavržený Bohem 148
- XXXVIII.** Nezbytné odhodlání (připravujícího se na svátosti) věnovat se Bohu znamená vědomé obnovení slibů, daných za nás při křtu 151

- XXXIX.** Náprava života nespočívá v přebudování vnějších pořádků, ale v duchu a v odhodlání bojovat s překážkami. Různé způsoby, jimiž se nepřítel snaží svést z cesty správného života 153
- XL.** Nebezpečí budoucího ochlazení. Různé příčiny ochlazení v duchovním životě. Jak se chovat při objevení se ochlazení 156
- XLI.** Poslední rady před zpovědí a sv. přijímáním 159
- XLII.** Přání a blahopřání kajícímu a tomu, kdo přijal svátosti Krista. Ten, kdo vstoupil na cestu správného života, si neustále potřebuje připomínat Boha 162
- XLIII.** Ten, kdo po zpovědi a sv. přijímání vstoupil na cestu skutečného života, musí ve svém nitru usilovat o nastolení pokoje. Pravidla pro odehnání vnitřního neklidu: neustálé pamatování na Boha, odhodlání ve všem velkém i malém jednat podle svědomí a úspěchy očekávat trpělivě 164
- XLIV.** Varování pro toho, kdo vstoupil na pravou cestu. Probouzení života na jaře. Proč se mnoho postižených nechová správně 168
- XLV.** Hlavní úkol toho, kdo se dal na správnou cestu – modlitba. Rady pro soustředěnou modlitbu 171
- XLVI.** Obecná pravidla pro toho, kdo se nalézá na cestě skutečného života 174
- XLVII.** Pořádek modlitby pro stojícího na cestě bohabojného života. Učení žalmů. Střídání dlouhých modliteb s krátkými. Čotki 176
- XLVIII.** Jak dosáhnout náležité soustředěné modlitby. Příprava na patřičné směřování modlitby 180
- XLIX.** Světské záležitosti. Jak se stavět ke světským věcem, aby neodváděly, ale byly v souladu se službou Bohu 183
- L.** Pokračování. Jakými způsoby lze vzbudit v sobě neustálé láskyplné pamatování na Boha 186

LI. Jak obracet běžné záležitosti a věci k duchovnímu užítku	189
LII. Pamatování na Boha musí vést k pocitu vřelosti nebo vřelé lásky k Bohu	192
LIII. Vášně, jako překážka ducha rozhořet se láskou k Bohu. Musí být vyhnány	194
LIV. O boji s vášněmi	196
LV. Pokračování o boji s vášněmi	199
LVI. Je nutné vyhnat i sebemenší hnutí vášní. Dovoleny hněv	202
LVII. Různé stupně rozvoje vášně: vášnivé myšlenky, city, přání a konání. Boj s nimi	205
LVIII. Význam modlitby v boji s vášnivými myšlenkami. Příklady	210
LIX. Výňatek z mnicha <i>Isichije</i> o boji s vášněmi	214
LX. Jak jednat, když i při boji s vášněmi se v nás protrhnou vášnivé myšlenky a touhy. Očištění srdce	218
LXI. Bdělost sluchu a zraku. Jak zničit špatné vlivy viděného a slyšeného	221
LXII. Po instrukcích o pomyslném boji s vášněmi se doporučuje začít s nimi skutečný boj. Nejvhodnější vnější způsob života pro boj s vášněmi. Ukončení hovoru o boji s vášněmi	224
LXIII. Domácí práce. Zpěv a hra	226
LXIV. Osamělost. Jak se vyhnout nudě. Četba a studium	228
LXV. Ukázky z mnicha <i>Pimena</i> o bohubíběm životě, vítězství nad vášněmi a zakořenění ctností	230
LXVI. Putování do Sergijevské lávry. Rady těm, kdo se modlí k Bohu	234
LXVII. Útěcha pro toho, kdo se modlí k Bohu. Rady k pečlivé zpovědi. Střelné modlitby a neustálá pozornost vůči Bohu	237

LXVIII. Klepy a lidské řeči. Potřeba dobrého rádce. Stále nebezpečí ze strany nepřítele	239
LXIX. Smutek a strach. Nevinné zábavy. Rozchod se špatnými lidmi. Anglikánský kazatel ze sekty Letničních. Jeho lživost	241
LXX. O četbě duchovních a světských knih	244
LXXI. Ochladnutí vůči modlitbě. Nedbalá a uspěchaná modlitba. Jak se tomu vyhnout. Modlitba zpaměti	247
LXXII. Slib zřeknutí se světa. Jak se chovat po vyslovení slibu do jeho naplnění	250
LXXIII. Pokračování. Jednou daný slib celibátu je nutné přísně dodržet. Vysoká hodnota panenství	252
LXXIV. Rady pro ty, kdo se ženou do klášterního života. Různé typy uskutečnění celibátu. Trpělivé čekání a domácí příprava pro klášterní život	255
LXXV. Úskoky nepřítele odklání od života, který se zřekl světa. Jak je odrážet	257
LXXVI. Pokušení ze strany těch, kdo nemají víru. Odvržení jejich mudrlantských úvah	259
LXXVII. Pokušení z domácích nepříjemností. Poslušnost vůči rodičům jako příprava na klášterní poslušnost	262
LXXVIII. Pokušení ze strany nespravedlnosti a schválností od cizích. Nutnost to trpět. Varování těm, kdo touží odejít z rodičovského domu na „svobodu“	264
LXXIX. Poslední napětí a nepokoje. Odevzdání své účasti do rukou Božích s modlitbou a statečností proti nepříteli, který uvádí do pokušení	267
LXXX. Zklidnění po bouřích pokušení, způsobených nepřítelem. Přípravy na odjezd do rodiště. Poslední rada	270