

I. Co je modlitba?	5
II. Ke komu se modlíme?	11
III. Je třeba vnějšího gesta?	18
IV. Ústní modlitba, její druhy	26
V. O co Boha prosit?	38
VI. Co znamená rozjímání?	44
VII. Kdo vede kontemplativní život?	52
VIII. Můžeme se modlit stále?	62