

OBSAH

Úvod (Vojtěch Kodet)	5
Hlavní námět knihy	15
Prohlášení	16
Předmluva	17
<i>1. kapitola</i>	19
Co mě pohnulo založit tento klášter tak přísného života	
<i>2. kapitola</i>	22
Jak třeba pohrdat tělesným pohodlím a jakým dobrem je řeholní chudoba	
<i>3. kapitola</i>	26
Vrací se k námětu první kapitoly a vybízí sestry, aby se modlily k Bohu za obhájce církve	
<i>4. kapitola</i>	31
Vybízí k zachovávání řeholních pravidel. Mluví o třech důležitých věcech pro duchovní život, z nichž první- láska k bližnímu je hlavním námětem této kapitoly. Jak škodí partikulární přátelství	
<i>5. kapitola</i>	38
Zabývá se problémem zpovědníků a upozorňuje na to, jak je důležité, aby byli vzdělaní	
<i>6. kapitola</i>	42
O dokonalé lásce	
<i>7. kapitola</i>	46
Pokračuje v témže tématu a dává několik pokynů, jak ji získat	
<i>8. kapitola</i>	52
Jak velkým dobrem je nelpět, vnitřně ani navenek, na žádné stvořené věci	
<i>9. kapitola</i>	54
Kdo nelpí na světě, pro toho je dobré, aby nelpěl ani na příbuzných, a najde mnohem upřímnější přátele	
<i>10. kapitola</i>	57
Nestačí nelpět na příbuzných: je nutno také nelpět samy na sobě. Taková vnitřní svoboda náramně vyhovuje pokoře	

<i>11. kapitola</i>	61
Jak se přemáhat, a to zvláště v době nemoci	
<i>12. kapitola</i>	64
Kdo opravdu miluje Boha, ten nesmí úzkostlivě lpět na životě nebo na cti	
<i>13. kapitola</i>	68
O přemáhání vlastní vůle a tělesných choutek. Aby člověk dosáhl pravé spravedlnosti, musí se vyhýbat ješitnosti, světskému smýšlení	
<i>14. kapitola</i>	72
Jak je důležité nepřipouštět ke slibům osoby, jež jsou proti tomu, co zde bylo řečeno	
<i>15. kapitola</i>	74
Dokazuje, jak velikým dobrem je neomlouvát se, i když je někdo obviněn bezdůvodně	
<i>16. kapitola</i>	78
Jak rozdílná je dokonalost kontemplativních a těch, kteří se spokojí s rozjímavou modlitbou. Bůh může povznést ke kontemplaci i roztržitou duši; uvádí důvody	
<i>17. kapitola</i>	83
Pro kontemplaci nejsou schopny všechny duše; některé jí dosáhnou hodně pozdě. Opravdu pokorný člověk jde s klidem tudy, kudy ho vede Pán	
<i>18. kapitola</i>	86
Prohlubuje předešlé téma a upozorňuje, že trápení kontemplativního života jsou mnohem větší než v činném. Zdroj útěchy pro duše, které jdou po takové cestě	
<i>19. kapitola</i>	90
Začíná se zabývat modlitbou a těžkostmi duší, které nedokážou přemítat rozumem	
<i>20. kapitola</i>	98
O různých cestách modlitby; na všech je možno nalézt útěchu. Radí sestrám, aby o tom často hovořily	
<i>21. kapitola</i>	102
Jak je důležité věnovat se modlitbě s velkou rozhodností a nevšímat si překážek, jež staví do cesty ďábel	
<i>22. kapitola</i>	106
Co je to rozjímavá modlitba	
<i>23. kapitola</i>	110
Kdo se začal věnovat modlitbě, musí si dávat dobrý pozor, aby se nevracel zpět. Upozorňuje, jak je naléhavě nutné jít odvážně vpřed	

24. kapitola	113
Kdy je ústní modlitba dokonalá a jak se má spojovat s rozjímavou	
25. kapitola	116
Jaký prospěch načerpat z dobré rozjímavé modlitby a jak nás Bůh může povznést právě tím k nadpřirozeným milostem	
26. kapitola	118
Jak se usebrat. Jak si pomáhat. Velmi užitečné pro začátečníky v rozjímavé modlitbě	
27. kapitola	123
Jak velkou lásku nám Pán ukazuje prvními slovy otčenáše a jak na tom záleží nespolehat na vlastní rodokmen, abychom byli opravdovými Božími dětmi	
28. kapitola	126
Co to je usebraná modlitba a jak se jí naučit a zvykat si na ni	
29. kapitola	131
Několik rad, jak dosáhnout usebrané modlitby, a že není dobré se příliš zabývat přízní představených	
30. kapitola	135
Jak je důležité chápat, oč prosíme v modlitbě. Zabývá se slovy „Otče náš – Posvět se jméno tvé – Přijď království tvé“ a aplikuje je na modlitbu klidu, o níž začíná mluvit	
31. kapitola	138
Vysvětluje, co míní pojmem – modlitba klidu. Několik rad těm, kteří dostali tuto milost	
32. kapitola	145
Vysvětluje slova „Otče náš – Buď vůle tvá jako v nebi tak i na zemi“; a ukazuje, jak je důležité modlit se je s velkou rozhodností a jak to Pán odměňuje	
33. kapitola	151
Pronášíme-li prosby „Otče náš – chléb náš vezdejší dej nám dnes“, jak je nutné, aby nás Bůh vyslyšel	
34. kapitola	154
Prohlašuje předešlé téma. Vhodné pro díkuvzdání po sv. přijímání	
35. kapitola	160
Dokončuje rozbor a uzavírá rozhovorem s Věčným Otcem	
36. kapitola	163
Vysvětluje slova „Otče náš – Odpusť nám naše viny“	

37. kapitola	169
Úchvatnost „otčenáše“ a že je zdrojem velkých útěch	
38. kapitola	172
Jak je nutné aby nás Věčný Otec vyslyšel, modlíme-li se: „A neuveď nás do pokušení, ale zbav nás od zlého“ – Zabývá se zvláště některými pokušeními	
39. kapitola	177
Vysvětluje různé druhy pokušení a radí, jakými prostředky se jich lze zbavit	
40. kapitola	180
Kdo žije v lásce a bázni Boží, překoná bezpečně všechna pokušení	
41. kapitola	184
O bázni Boží a jak se uchránit lehkých hříchů	
42. kapitola	189
Vysvětluje poslední slova otčenáše: „Ale zbav nás od zlého Amen“	

ab. 180