

Obsah

<i>Úvod</i>	5
V NĚM BYL ŽIVOT	11
<i>Duchovní život</i>	12
Pojem „duchovní“ 12; Cíl duchovního života 14; Znamky Ducha svatého 14	
<i>Boží život</i>	17
Boží život v člověku – život Nejsvětější Trojice 17; „V Kristu Ježíši“ (Ef 3,21) 18; K obrazu a podobnosti Božímu (Gn 1,27) 20; Dokonalé štěstí a spása duše 21; Věčný život 22; Život podle přirozenosti 24; Omyly v chápání duchovního života 25	
<i>Milost</i>	30
Život v Boží milosti 30; Aforismy o milosti 31; Milost stvořená a milost nestvořená 34; Pokrok v milosti 35; Různé označení stupňů 37	
<i>Povolání k dokonalosti</i>	39
Dokonalost je pro všechny 39; Stav dokonalosti 40; Tři sliby 41; Povinnosti slibů 42; „Polední démon“ – ne- bezpečí zastavit se v pokroku 43; Hlad a žízeň po spra- vedlnosti 45	
<i>Naděje</i>	47
Psychologický základ naděje 47; Předmět naší naděje 50; Motiv naděje 52; Naděje v Boha a v úspěch naší práce 53; Okolnosti, ve kterých je zvlášť potřeba posi- lovat naději 54;	

TEN ŽIVOT JE SVĚTLO LIDÍ	59
<i>Boží milost a lidská spolupráce</i>	60
Synergetismus – činnost Boží a lidská 60; Práce 61; Vnější a vnitřní skutky 63; Úmysl dává skutkům hodnotu 64; Vzbuzování dobrých skutků 66; Síla lidské vůle 67; Svoboda 68; Odevzdanost do vůle Boží 70; Pravá a nesprávná bezstarostnost 71	
<i>Láska Boží a láska lidská</i>	74
Dokonalost je v lásce 74; Co je láska? Eros – agape 75; Láska k Bohu 77; Láska k Bohu jako eros a agape 79; „Dej mi své srdce!“ 81; Svědomí 83	
<i>Světlo rozumu a Boží osvětlení</i>	86
Schopnost poznávat 86; Smysl viditelného světa 87; Duchovní smysl věcí 88; „Praxe“ je cesta k „teorii“ 90; Duchovní symboly 91; Víra 92; Přednosti víry 94; Dvojití pojetí víry 95; Víra v denním životě 96; „Mystika světla“ 97; „Mystika tmy“ 99	
<i>Ve smrtelném těle</i>	101
Názor na tělo v antice a v křesťanství 101; „Člověk je smíšenina dvou prvků“ (sv. Řehoř Naziánský) 102; Rozpor duše a těla v Písmu a v asketické literatuře 103; Rozdíl pohlaví 105; Solovjovovy úvahy o smyslu pohlaví 107; Nemoci a utrpení 109; Smrt 110	
<i>Ve společnosti věřících</i>	113
Společenská povaha člověka 113; Rozpory mezi samotou a společností 114; Touha po samotě 115; Církev 116; Obcování svatých 119; Svatí starozákonní 121; Svatí křesťanští 122; Svatí kanonizovaní 123; Andělé – Boží spolupracovníci 124; Anděl strážný 125; Pobožnost k andělům 126	
<i>Viditelný svět</i>	128
Různý význam slova svět 128; Svět viditelný 129; Prozřetelnost 130; „Zlý svět“ 132; Nespokojenost se	

světem 133; Svátosti 134; Žehnání církve, svěcené předměty 136; Úcta obrazů v církvi 138; Smysl a síla svatých obrazů 139

Eucharistie

142

Večeře Páně 142; Vnitřní dispozice při mešní oběti 144; Potřeba přípravy k sv. přijímání 146; Příprava „nutná“ a příprava „žádoucí“ 147; Příprava vzdálená a blízká 148; Přijímání „pod jednou“ a „pod obojí“ 150; Účinky sv. přijímání 151; Účinky na duši 151; Účinky nepřímé 153; Účinky na tělo 155; Potřeba vzdávání díky 155; Myšlenky, které máme oživit 157; Duchovní přijímání 159; Účinky duchovního přijímání 160; Jak přijímat duchovně? 161; Modlitby u svatostánku 161; Způsob, jak se modlit v kostele 163

PLNÝ MILOSTI A PRAVDY

165

Pojem ctnosti, rozdělení

166

Co značí výraz ctnost? 166; Aforismy o ctnostech 168; „Základní“ čtyři ctnosti 171; Jiná rozdělení ctností 172; Božské a morální ctnosti 173; Posloupnost ctností 174

Moudrost, rozvážnost, spravedlnost

175

Moudrost 175; Potřeba rozvahy 178; Definice rozvážnosti 179; Výchova k rozvážnosti 181; Několik rad pro rozumné jednání 182; Spravedlnost biblická a právní 184; Různé druhy spravedlnosti 185; Co spravedlnost porušuje? 186

Statečnost, trpělivost, mírnost, vytrvalost

189

Chvála statečnosti 189; Statečnost křesťanská 190; Důvěra v Boha 190; Skromnost a nezájem o plané hodnoty 191; Myšlenka na umučení Páně a modlitba 192; Odvážně přijímat nepříjemnosti 192; Předvídat obtíže 193; Trpělivě snášet zlo 194; Trpělivost se sebou i s bližním 195; Mírnost 197; Spravedlivý hněv 199; Ovládání hněvu 199; Vytrvalost, stálost 200; Význam vytrvalosti v mravním životě 202

<i>Zdrženlivost</i>	204
Zdrženlivost v jídle 204; Pravidla zdrženlivosti v jídle 205; Zdrženlivost v majetku 207; Chudoba jako ctnost 209; Pohlavní zdrženlivost 210; Záštity čistoty 211; Manželství a panictví 214; Chvály panictví u křesťanských spisovatelů 215	
<i>Sociální ctnosti</i>	217
Původní dokonalá upřímnost 217; Pravda a pravdomluvnost 218; Lež – mravní nedostatek pravdy 218; Předstírání (simulace) 220; Zdvořilostní formy 221; Veselá mysl 224; Pravá radost vnitřní 225	
<i>Láska k bližnímu</i>	227
Láska k sobě, k Bohu a k bližnímu 227; Univerzálnost lásky 230; Láska k nepřítelům 231; Láska ve slovech 232; Antické názory na přátelství 233; Přátelství křesťanské 234; Dobré a špatné přátelství 236; Přátelství mezi lidmi, kteří žijí pospolu 237; Přátelství mezi mužem a ženou 238; Milosrdenství 239; Soucit s chybujícími 239; Soucit s nemocnými, chudými, s přírodou 241; Meze milosrdenství 242	
<i>Ctnosti typicky křesťanské</i>	244
Zbožnost – náklonnost k dobru 244; Zbožnost vnější a vnitřní 245; Bázeň Boží 247; Víra v Boha odplatitele 248; Správný a nesprávný strach 249; „Začátek moudrosti“ 250; Pokora 250; Lidská velikost a omezenost 251; Poznání vlastního hříchu a vlastní slabosti 252; Co soudí dnešní lidé o poslušnosti? 253; Poslušnost a svoboda 255; Poslušnost světců 257; Různé druhy poslušnosti 258; Rozpoznávací znamení křesťana: láska ke kříži 260; Pozitivní hodnota kříže 261; Jak snášet kříž 262	
TEMNOTA HO NEPOSTIHLA	265
<i>Rozlišování duchů</i>	266
Dábel v Písmu 266; Dábel v první křesťanské literatuře 267; Jak si představit vliv ďábla? 268; Rozlišování duchů	

v Písmě; 269; Rozlišování duchů u Otců 272; Osobní zkušenost sv. Ignáce z Loyoly 273; Dvojznačnost vnitřních zážitků 274; Rozpoznávání myšlenek podle způsobu, jak přicházejí 275; Přirovnání sv. Ignáce 277	
<i>Útěcha a neútěcha</i>	279
Duchovní útěcha 279; Jak se zachovat v útěše? 281; Duchovní znechucení 282; Jak se zachovat v neútěše? 284	
<i>Boj proti zlým myšlenkám</i>	286
Zlá a dobrá myšlenka 286; Pět stupňů pronikání 287; „Bdělost srdce“ 288; Evagriův katalog osmera zlých myšlenek 292; Nestřídmost 293; Smyslnost 294; Lakomství 295; Smutek a závist 297; Hněv 298; Lenost, acedie, vlažnost 299; Pýcha, marnivost, ctižádost 300	
<i>Vášeň a jejich prameny</i>	303
Vášeň 303; Ideál apatie u východních křesťanů 305; Čtyři letory 307; Nečisté srdce – hnízdo vášně 309; Egoismus, sebeláska, sobectví 310; Vlastní vůle 311; Nenávist 312	
<i>Hřích</i>	314
Potřeba očisty 314; Často na hříchy myslet 315; Hřích je jediné opravdové zlo 316; Za hřích je odpovědný člověk sám 317; Přestoupení Božího zákona 318; Urážka Boží 319; Hříchy z neznalosti 320; Hříchy z lidské slabosti 321; Závažnost všedních hříchů 322; Hřích a lidská společnost 323; Všechny hříchy jsou odpustitelné 324	
<i>Pokání</i>	326
Potřeba čistoty srdce 326; Jaké jsou prostředky očišťování v církvi? 327; Častá zpověď 328; Přednosti a potíže psychologického rázu 329; Zpověď „devocionální“, ze zbožnosti 330; Zpovědník 332; Zpytování svědomí 333; Zvláštní (partikulární) zpytování 335; Trvalé pokání 339; „Blahoslavení plačící“ 341	

VIDĚLI JSME JEHO SLÁVU	345
<i>Co je modlitba, její nutnost</i>	346
Nesnadné je modlitbu definovat 346; Tři základní druhy modlitby 347; Rozhovor s Bohem 348; Pozdvižení mysli 349; Pozdvižení srdce 350; Modlitba k Otci skrze Syna v Duchu svatém 351; Účast na životě Nejsvětější Trojice 352; Teologické důvody pro nutnost modlitby 353; Svědectví duchovních spisovatelů 355; Jak často se máme modlit? 356; „Bez přestání se modlete!“ 356; Poměr práce a modlitby 358	
<i>Modlitba prosebná</i>	359
Čtyři druhy modliteb u sv. Pavla 359; Modlitba prosebná a modlitba díky 359; Máme se modlit za pozemské potřeby? 361; Pravidlo k rozlišení správné a nesprávné prosby 362; „Modli se za velké věci!“ 363; Modlitba za bližního 364; Modlitba za zemřelé 366; Modlitba za nepřátele 367; Boží pedagogika při vyslyšení modlitby 367; Skutečná účinnost prosby 369; Modlitba hříšníka 370; Modlitba za hříšnou věc 371; Přesba vytrvalá 371	
<i>Vnější podmínky modlitby</i>	373
Místo, kde se máme modlit – chrám 373; Doba modlitby 375; Vnější gesto a vnitřní smýšlení 378; Klečení 378; Gesto pokání, adorace, pokory 380	
<i>Modlitba ústní</i>	382
Co je ústní modlitba? 382; Námitky proti ústní modlitbě 382; Psychologické a dogmatické důvody pro ústní modlitbu 383; Která modlitba je soukromá a která veřejná 385; Přednosti liturgických modliteb 385; Jisté nevýhody veřejné modlitby 387; Mínění církve o veřejných a soukromých modlitbách 388; Původ a obsah žalmů 390; Modlitba věčně nová 392; Alegorický výklad Písma 393; Svobodná volba mezi mnoha významy 395; Střelné modlitby 395; Síla jedné modlitby 397; Duchovní četba 398; Jak číst duchovní knihy? 399; Písmo	

svaté 400; Církevní Otcové 402; Životopisy svatých 404;
Kázání a duchovní promluvy 405

Metoda rozjímání

406

Starší návody k rozjímání 406; Zápisky mystika 407;
Schéma ignaciánské metody 409; Vzdálená příprava
k modlitbě 410; Příprava látky k rozjímání, tzv. body
412; Večerní mlčení 414; Ignaciánské „přidavky“ 415;
Třetí přidavek: Boží přítomnost 417; Přítomnost Boží
vnější nebo v srdci 418; Tělesný postoj při rozjímání
419 „Žádat to, co chci“ 421; Jádro rozjímání: užívání
schopností 422; Druhy rozjímání 424; Kladení otázek
425; Příklad jiné řady otázek: 426; Představivost v mod-
litbě 427; Představa místa 428; Rozmluva 430; „Trojí
rozmluva“ 431; Reflexe, zpytování po rozjímání 432

Osobní pobožnosti

434

Objektivní a subjektivní zbožnost 434; Osobní poměr
ke Kristu 435; Srdce Ježíšovo 436; Pobožnost k umučení
Páně 439; Křížová cesta 441; Mariánská úcta 444; Rů-
ženec 447; Zdravas Maria 450; Zdravas Královno 451;
Anděl Páně 452; Raduj se, nebes Královno 453; Pod
ochranu tvou se utíkáme 453; Rozpomeň se... (Memo-
rare) 453; Loretánské litanie 454

Místo závěru

455

Rejstřík věcný

458