

Obsah

Část úvodní

<i>Začínáme úvahami</i>	7
<i>Uvědomění si života</i>	13
<i>Obraz života</i>	19
<i>Vnitřní svět</i>	47
<i>Přístup k práci</i>	53
<i>Vnitřní příprava</i>	57
<i>Formy práce</i>	59
<i>Odpovědnost víry</i>	73
<i>Jistota a přesvědčení</i>	81
<i>Nová cesta</i>	87
<i>Vnitřní obroda - dílo lidské i Boží</i>	89

Stupně Vnitřní obrody

<i>Část první: Pohledy do duše</i>	95
<i>Část druhá: Cesta vzestupná</i>	115
<i>Část třetí: Vstup do duchovního života</i>	215

Část první: Pohledy do duše

<i>I. Vnitřní úvaha</i>	
1. Kdo jsem	97
2. Proč jsem	97
3. Odkud jsem	98
4. Kam jdu	98
<i>II. Vědomí sebe</i>	99
<i>III. Rozjímání nad sebou</i>	101
<i>IV. Touhy lidství</i>	103
<i>V. Přání duše</i>	105
<i>VI. Sto otázek sobě</i>	107
<i>VII. Soud nad sebou</i>	111

Část druhá: Cesta vzestupná

I. Pokání

1. Vědomí vin 117
2. Vědomí chyb 121
3. Vědomí omylů 123
 - a) Omyly prvořadé 124
 - b) Omyly vedlejší 125
 - c) Omyly všeobecné 126
4. Vědomí nedokonalosti 127
5. Vědomí následků zlého 128
6. Projev lítosti 130
7. Stav kajícínosti 131
8. Touha po napravení 132
9. Snaha činit dobré 132
10. Přání žít v míru 133
11. Myšlenky kající 134
12. Myšlenky prosebné 136

II. Očištění

1. Proces vnitřní
 - a) Očista mysli 139
 - Kdo myslí 140
 - Úkony očisty mysli 142
 - Promluvy k Bohu 142
 - Promluvy k sobě 144
 - b) Očista citu 144
 - Projevy citu 147
 - Očista citu 148
 - c) Očista vůle 148
 - Činnost vůle 149
 - Vývin vůle 150
 - Cvičení vůle 150
2. Proces vnější
 - a) Očista slova 153
 - Zrod slova 153
 - Moc slova 154
 - Působnost slova 155
 - Řád slova 156
 - Proces očištění 158

b) Očista skutků	159
Následky skutků	160
Vědomé očišťování	161
Desatero o skutcích	163
Hodnocení skutků	164
Skutky náhrady	165
c) Očista těla	167
Funkce těla	167
Význam těla	169
O smrtelnosti a nesmrtelnosti těla	170
Vláda nad tělem	171
Dech	172
Pohyb těla	173

III. Prohloubení moudrosti

1. Co je moudrost	175
2. Rozjímání moudrosti	
a) O životě	177
b) O člověku	179
c) O hmotě	181
d) O duši	182
e) O duchu	183
f) O vědomí	184
g) O dobru	185
h) O zlu	186
i) O lásce	187
j) O Bohu	187
k) O lidském a Božím	189

IV. Zušlechtění mysli a citu

1. Mysl a rozum	191
2. Stupně myšlení	192
3. Rozvíjení myšlení	193
4. Rozlišení věcí	194
5. Mysl činná	195
6. Mysl tichá	196
7. Cesty myšlení	197
8. Moudré myšlení	198
9. Cvičení mysli - malý příklad a návod	199
10. Ukáznění citu	200
11. Zušlechtění citu	201

V.	<i>Rozvinutí dobra</i>	
1.	Poznání dobra	203
2.	Dobro činné	203
3.	Dobro konkrétní a zřejmé	204
4.	Dobro skryté	205
5.	Dobro rozvinuté	205

VI.	<i>Odevzdání osobní vůle Bohu</i>	
1.	Vůle Boží	207
2.	Vůle lidská	208
3.	Vůle aktivní, dobrá	209
4.	Vůle odevzdaná	209

VII.	<i>Sjednocení s Boží láskou</i>	
1.	Kdy je možné	211
2.	Kdy je nutné	212
3.	Kdy je dokonalé	212
4.	Znaky sjednocení s Boží láskou	213

Část třetí: Vstup do duchovního života

I.	<i>Od víry k jistotě</i>	
1.	Víra jako vědomí Boha	217
2.	Úrovně víry	217
3.	Víra pasivní	218
4.	Víra živá	219
5.	Víra v projevu jistoty	220

II.	<i>Vnitřní život</i>	
1.	Cesta k nitru	223
2.	Otevření nitra	224
3.	Vstup do nitra	224
4.	Vnitřní intuice	225
5.	Vědomé spojení s intuicí	226
6.	Duchovní myšlení	227
7.	Význam duchovního myšlení	228
8.	Význačné rysy duchovního myšlení	228

<i>III. Svět představ</i>	
1. Postavení věcí	231
2. Zrod představ	231
3. Představy negativní	232
4. Představy kladné	233
<i>IV. Dobré vztahy</i>	
1. Vztah k sobě	235
2. Vztah k rodině	235
3. Vztah k lidem	236
4. Vztahy dobré	236
5. Vztahy boholidské	236
<i>V. Cesta oddanosti</i>	
1. Znaky oddanosti	239
2. Oddanost rozumová	239
3. Oddanost lidská	240
4. Oddanost z lásky	240
5. Oddanost mystická	241
<i>VI. Vnitřní mír</i>	
1. Duševní příprava	243
2. Duševní práce	244
3. Nutné předpoklady vnitřního míru	245
4. Působení vnitřního míru	245
5. Zdánlivý protiklad	246
<i>VII. Život v Bohu</i>	
1. Nesnadný úkol	247
2. Rozvíjení vědomí	247
3. Vědomí tělesné	248
4. Vědomí duševní	248
5. Vědomí duchovní	249
6. Vědomí v Bohu	249
7. Zvláštní znaky vědomí v Bohu	250
8. Život v Bohu	251
<i>Volání duše</i>	253