

Obsah

ÚVOD	5
1. BRÁT VÁŽNĚ NAŠI POTŘEBU MODLITBY	9
Očištění potřeby modlitby	10
Modlitba potřebuje čas	11
O modlitbu je třeba zápasit	13
1. cvičení	15
2. cvičení	16
3. cvičení – shrnutí	16
2. PODSTATA DENNÍHO ZPYTOVÁNÍ SVĚDOMÍ	17
Modlitba odpovědnosti	18
Modlitba láskyplné pozornosti	19
1. cvičení	23
2. cvičení	23
3. cvičení	24
3. DĚKOVAT BOHU, NAŠEMU PÁNU, ZA OBDRŽENÁ DOBRODINÍ	25
Předstírané díkůčinění	27
1. cvičení	29
2. cvičení	30
3. cvičení	30
4. cvičení	31
5. cvičení	31
4. PROSIT O MILOST HŘÍCHY POZNAT A ZBAVIT SE JICH	33
Hřích je tajemstvím	34
1. cvičení	38
2. cvičení	39

5. VYŽADOVAT OD DUŠE POČET	40
Veliká touha po lásce	40
Čas a láska	41
Nejdříve z myšlenek, potom ze slov a nakonec ze skutků	43
1. cvičení	45
2. cvičení	47
3. cvičení	47
4. cvičení	48
5. cvičení	48
6. PROSIT BOHA, NAŠEHO PÁNA, O ODPUŠTĚNÍ CHYB	50
Uvěřit v Boží lásku	51
Odpustit bližním	52
Prosit Boha o odpuštění našich hříchů	53
Prosit bližní o odpuštění	54
Podstata našeho vnitřního uzdravení spočívá v odpuštění	55
Odpustit sobě samému	56
1. cvičení	58
2. cvičení	58
3. cvičení	59
4. cvičení	60
5. cvičení	61
6. cvičení	62
7. PŘEDSEVZÍT SI POLEPŠIT SE S JEHO MILOSTÍ	63
Zhřešil jsem proti Bohu	63
Předsevzetí nápravy	65
1. cvičení	68
2. cvičení	68
3. cvičení	69