

OBSAH.

Hlava	Strana
Předmluva	3
1. Úvod listu	7
O poslušnosti.	
2. Napomíná k poslušnosti	8
3. Neposlušnost hodna zlořečení	9
4. O tom, co porušuje poslušnost	10
5. Jaká má býti poslušnost	12
6. Poslouchati jest nám ochotně	12
7. Poslouchati jest nám pokorně	13
8. Poslouchati jest nám dobrovolně	14
9. Poslouchati jest nám prostě (jednoduše)	15
10. Poslouchati jest nám spořádaně	17
11. Poslouchati jest nám vesele (s radostí)	18
12. Poslouchati jest nám horlivě	19
13. Poslouchati jest nám ve všem	21
14. Poslouchati jest nám vytrvale	22
O chudobě.	
15. Zřekněme se vlastnictví	23
16. Co nás pobádá zřící se vlastnictví	23
17. Čím chudoba velmi často se porušuje	24
18. Jakými mají býti milovníci chudoby	27
19. Jak mnohonásobně škodlivo jest vlastnictví	29
20. Jak užitečna jest chudoba	31
O čistotě.	
21. O vznešenosti čistoty	32
22. Čemu se čistota přirovnává	33
23. O třech způsobech nezdrželivosti	34
24. O zlých myšlénkách	34
25. O smyslné rozkoši	36
26. O svolení	36
27. Jakými mají býti vskutku zdrželiví	37
28. O okolnostech chlípnosti	39
29. O neopatrném pohledu	39

Hlava	Strana
30. O dotýkání	40
31. O polibku a objímání	40
32. O prostředcích proti chlípnosti	41
33. Jak chlípnosti odporovati	42

O pokore.

34. Pokora jest potřebna	44
35. O prostředcích, jimiž pokora se zjednává	45
36. O známkách pokory	46
37. O užitku pokory	46
38. Jakým má pokorný býti	47
39. Jak škodlivá jest pýcha	48
40. Jak zachovati lze pokoru	49

O trpělivosti.

41. Jak potřebna jest trpělivost	50
42. Jak užitečna jest trpělivost	51
43. Jakým býti má v pravdě trpělivý	53
44. Jak mnoho zlého působí netrpělivost	55
45. Čím se porušuje trpělivost	57
46. Jak lze nabýti trpělivosti	59

O lásce k Bohu, sobě a bližnímu.

47. Jak se chovati k Bohu	60
48. Jak se chovati k sobě samému	62
49. Jak se chovati k bližnímu	64

O představených.

50. Jaké povinnosti mají představení	66
--	----

O přemáhání sebe sama a umrtvování.

51. Jak umrtvené má býti naše srdce	68
52. O umrtvování jazyka	70
53. V jakých skutcích zvláště mají se cvičiti řeholníci	73
54. O cvičbě v rozličných ctnostech	76
55. O strídmosti v jídle a pití	79
56. Vystříhejme se hříšných vsadních	80
57. Závěrečné napomenutí	81

