OBSAH

JAK ZACHÁZET S MYŠLENKAMI 5

Úvod 7
I. Význam myšlenek ve starém mnišství 13
II. Negativní formulované myšlenky 17
III. Pozitivní formulované myšlenky 29
IV. Formulované myšlenky v psychologii 47
V. Metody zacházení s myšlenkami 55
VI. Věřit – počínat si, „jako by“ 69
Poznámky 81

MODLITBA JAKO SEBEPOZNÁNÍ 83

Úvod 85
I. Modlitba jako pramen sebepoznání 91
a) Modlitba vede k sebepoznání 91
b) Modlitba jako pomoc při sebepoznání 96
c) Modlitba jako metoda sebepoznání 100
II. Modlitba a skličenost srdce 107
III. Modlitba a uzdravení 123
Závěr 135
Poznámky 137