

# Obsah

Předmluva k českému vydání	...3
Poděkování	...4
Předmluva	...7
Úvod	...9
1. Vnitřní řád duchovního života: cesta k osvobození	...17
<b>část I. VNITŘNÍ ZPŮSOBY FORMOVÁNÍ DUCHOVNÍHO ŽIVOTA</b>	...27
2. Rozjímání	...28
3. Modlitba	...44
4. Půst	...56
5. Studium	...68
<b>část II. VNĚJŠÍ ZPŮSOBY ROZVOJE DUCHOVNÍHO ŽIVOTA</b>	...81
6. Prostý život a přímost	...82
7. Samota	...97
8. Podřízení se	...108
9. Služba	...121
<b>část III. ZPŮSOBY ROZVOJE DUCHOVNÍHO ŽIVOTA VE SPOLEČENSTVÍ</b>	...135
10. Vyznání hříchů	...136
11. Uctívání Boha a bohoslužba	...149
12. Vedení	...163
13. Oslava	...176
Poznámky	...187