

## OBSAH

Úvodem . . . . .	5
------------------	---

### *I. Cesta tvého životního štěstí: Desatero!*

1. Základ Desatera: v jednoho Boha věřití budeš! . . . . .	7
2. Desatero a svědomí . . . . .	9
3. Desatero zabezpečuje tvé životní štěstí! . . . . .	11
4. Znáš Písmo svaté? . . . . .	12

### *II. Pokušení a hřích.*

1. Pokušení. — 1. Herkules na rozcestí. — 2. Tragedie včelky. — 3. Čím přemůžeš pokušení? . . . . .	16
2. Ovládej své tělesné pudy! — 1. Pudy jsou nezbytné k zachování života, musíš je však ovládat a vychovávat. — 2. Ovládej a vychovávej pud po pokrmu a nápoji! — 3. Ovládej a vychovávej pud po činnosti! — 4. Ovládej a vychovávej pud společenský. — 5. Ovládej a vychovávej pud pohlavní! . . . . .	19
3. Z lehkomyšlného důstojníka misionář a apoštol. — 1. Silné pudy — velká síla k dobrému nebo zlému. — 2. V otroctví pudů. — 3. Obrat. — 4. Největší síla a nejkrásnější vítězství . . . . .	24
4. Hřích těžký. — 1. Chobotnice. — 2. Hřích, hřích těžký a lehký. — 3. Hřích těžký je nejhrubší nevděk k Bohu . . . . .	27
5. Následky těžkého hříchu. — 1. Král Jindřich VIII. a Anna Boleynova. — 2. Ovoce těžkého hříchu. — 3. Pohled na trest pyšných andělů. — 4. Pohled na trest prvních lidí. — 5. Pohled na Kalvarii. — 6. Pohled do pekla. — 7. Hřích těžký je pro člověka největší zlo. — 8. Otevři album celého svého života. — 9. „Hříchu, nedotýkej se mne, jsem Boží!“ — 10. V poslední chvíli zachráněna . . . . .	30

### *III. Tvoje síla modlitba.*

1. Potřeba modlitby . . . . .	38
2. Vzory modlitby z denního života. — 1. Z Ameriky. — 2. Mužové vědy. — 3. Profesorka . . . . .	39
3. Jen náležitá modlitba je platná . . . . .	40
4. Buď vůle Tvá . . . . .	41
5. Kdy se máme modlit. — 1. Co o tom praví sv. František Saleský? — 2. Začíněj každý den modlitbou a dobrým úmyslem! — 3. Zakončuj každý den modlitbou, zpytováním svědomí a s dobrým předsevzetím pro příští den! — 4. Nemáš času k modlitbě? — 5. Během dne používej často krátkých střelných modliteb! . . . . .	44

6. *Druhy modliteb.* — 1. Modlitba vnitřní. — 2. Modlitba vnitřní a zároveň zevnější. — 3. Modlitební kniha. — 4. Duchovní rozjímání. — 5. Z dopisu našeho krajana v Holandsku . . . . . 52
7. *Modlitbou budeš vtěžit!* — 1. Modlitba je síla. — 2. Horník, silný modlitbou. — 3. Příběh lékárníka. — 4. Až na frontě poznali sílu modlitby. — 5. Z Erbenovy „Svatební košile“. — 6. Příběh austrálského letce. — 7. Kristus je vzorem . . . . . 55

IV. *Lék na zraněnou duši.*

1. *Život je boj.* . . . . . 62
2. *Zpytuj svědomí* . . . . . 63
3. *Lituj hříchů!* — 1. Důležitost lítosti. — 2. Co je na světě nejkrásnější? — 3. Čím větší lítost, tím větší odpuštění. — 4. Kristus odpustil kající ženě hříšnici — 5. Kristus odpustil ženě cizoložné. — 6. Kristus odpustil kajícímu apoštolu Petrovi a lotru na kříži. — 7. Lituj hříchů z lásky k Bohu. — 8. Příhoda s motocyklem a co po ní následovalo . . . 64
4. *Pevně si umiň, že se polepšíš!* — 1. Opravdové předsevzetí. — 2. Zůstala pevnou. — 3. Svou duši neprodám! . . . . . 71
5. *Úplně a upřímně se vyzpovídej!* — 1. Zpověď. — 2. Kterak se máme ve zpovědi vyjadřovati? — 3. Ze kterých hříchů jsme povinni se zpovídati? — 4. Zmije na holém těle. — 5. Místo upřímné sv. zpovědi — zoufalství. — 6. Případ sv. Jana Boska. — 7. Kněz-zpovědník je tvůj duchovní otec, měj k němu důvěru! . . . . . 75
6. *Dostiučinění* . . . . . 83
7. *Operní pěvkyně Emma Destinová* . . . . . 84

V. *Tvůj nejlepší přítel.*

1. *Kde je tvůj nejlepší přítel?* . . . . . 86
2. *Jedna ze čtrnáctiletých a ty!* . . . . . 87
3. *Tvůj nejlepší přítel denně se za tebe obětuje.* — 1. Umřel za tebe! — 2. Užítky mše svaté — 3. Jeden z mnoha případů . . . . . 90
4. *Tvůj nejlepší přítel chce být denně tvým hostem.* — 1. „Vstaň a pojez, neboť dlouhou cestu máš ještě před sebou!“ — 2. Vstaň a pojez, abys byl dosti silný v aréně životního boje! — 3. Pokrm silných. — 4. Svaté přijímání . . . . . 93
5. *Tvůj nejlepší přítel tě zve. „Následuj mne!“* — 1. Tvůj nejlepší přítel — nejlepší vzor k následování. — 2. Buď i ty smírnou obětí podle vzoru svého nejlepšího přítele! — 3. Poselství z Fátimy. — 4. Příklad z naší vlasti. — 5. Co uděláš ty? . . . . . 98
6. *Zasvěť se zcela Srdci svého nejlepšího přítele.* — 1. Proč uctíváme Božské Srdce Páně? — 2. Zaslíbení ctitelům Božského Srdce Páně. — 3. Svatá hodina a noční adorace. — 4. Zasvěcení Božskému Srdci Páně 101

VI. Troje nejlepší Matka.

1. Já jsem tvou Matkou! . . . . . 107
2. Do Neposkvrněného Srdce Panny Marie vlož své největší bohatství: milost posvěcující, katolickou víru a mravní čistotu! — 1. V bouři. — 2. „Toho se držte!“ — 3. Básník Jaroslav Vrchlický a Panna Maria . 107
3. Do mateřského Srdce Panny Marie vkiádej i všechny své záležitosti pozemské! — 1. „Zdrávas!“ — 2. „Maria, pomoz, už je čas!“ . 109
4. Nejdokonalejší Ideál — Neposkvrněná Panna a nejčistší matka Maria. — 1. Oranžovník. — 2. Pohanské studentky a ty. — 3. Květiny a Panna Maria . . . . . 112

VII. Čím odpovíš na lásku svého nejlepšího Přítel a své nejlepší Matky!

1. Miluješ mne? — 1. Ježíš Kristus a apoštol Petr. — 2. Ježíš Kristus a ty 115
2. Přiváděj jiné k lásce Ježíšově. — 1. Je tvou povinností býti apoštolkou. — 2. Práce nejpotřebnější. — 3. Proč je to práce nejpotřebnější. — 4. Příklad Viktorie Kappove . . . . . 116
3. Přiváděj jiné ke Kristu a do jeho církve! — 1. Buď jiným světlem dobrého příkladu a nikdy bludičkou hříchu! — 2. Obrácen tichým příkladem dívčí zbožnosti. — 3. Malý apoštol a ty. — 4. Eucharistické křížové misijní tažení. — 5. Příklad belgických dětí. — 6. Dva mají hlad. — 7. Plameny ohně roznítily plameny lásky k Ježíši . . . . . 119
4. Pomáhej a zachraňuj všude, kde můžeš! — 1. „Kdybyste věděly, jaký poklad je mše svatá!“ — 2. Přiváděj jiné k pramenům síly a posvěcení - k svátostem! — 3. Přiváděj i jiné na duchovní cvičení - exerce! — 4. Přiváděj i jiné ke Královně máje! — 5. Kde jste, české Klaudie? — 6. Buď apoštolem křesťanské milosrdné lásky - charity! 7. „Ještě pět minut!“ . . . . . 126