

**OBSAH**

Prolog 5

1. Rozhovor s Bohem 8
2. Mistrovo učení 10
3. Rozhodnost 12
4. Život v Boží přítomnosti 14
5. Opravdovost života 16
6. Péče o duši 18
7. Myšlenka na smrt 20
8. Poslušnost 22
9. Pokora 24
10. Bázeň Boží 26
11. Ne vlastní, ale Boží vůle 28
12. Poslušnost až do krajnosti 30
13. Těžké a protivné věci 32
14. Upřímnost vyznání 34
15. Spokojenost 36
16. Být poslední 38
17. Přijetí tradice 40
18. Mlčenlivost 42
19. Pravá radost 44
20. Pokorná vážnost 46

- 21. Dovršení pokory 48
  - 22. Modlitba žalmů 50
  - 23. Společné přebývání 52
    - 24. Den církve 54
  - 25. Čas, který patří Bohu 56
    - 26. Úcta ke stáří 58
  - 27. Vztah k nemocným 60
  - 28. Jedinečnost člověka 62
    - 29. Práce a lenost 64
    - 30. Umírněnost 66
  - 31. Duchovní četba 68
    - 32. Zasévání zrna 70
    - 33. Pravidelnost 72
  - 34. Četba, která očišťuje 74
    - 35. Smysl postu 76
  - 36. Vztah k majetku 78
  - 37. Ranní vstávání 80
    - 38. Eucharistie 82
  - 39. Pozdravení pokoje 84
  - 40. Pax benedictina 86
- Epilog aneb Konec i začátek 88
- Doporučená literatura 90