

SATURS

LPB Metropolita Aleksandra priekšvārds	8
--	---

SARAKSTE

Abbas Jāņa, svētā Sinaja kalna igumena, saukta par Sholastu, kurš patiesi bija svēts vīrs, īss dzīvesstāsta izklāsts, kuru sastādījis Raifas mūks Daniēls, godīgs un tikumīgs vīrs	13
Vēstule, kuru rakstījis svētais Jānis, Raifas igumens, apbrīnojamam Jānim, Sinaja kalna igumenam	20
Atbilde, kuru Jānis rakstījis Jānim, novēlējams priecāties	21

ABBAS JĀŅA, SINAJA KALNA MŪKU IGUMENA, ASKĒZES MĀCĪBA

1. <i>pakāpiens</i> . Par novēršanos no pasaulīgās dzīves	24
2. <i>pakāpiens</i> . Par nepieķeršanos pasaulīgajam	33
3. <i>pakāpiens</i> . Par svešatni	37
<i>Par sapņiem, kādi mēdz būt iesācējiem</i>	41
4. <i>pakāpiens</i> . Par svētlaimīgo paklausību, mūžam pieminamo	44
5. <i>pakāpiens</i> . Par prāta pārvērtību un grēknožēlu, kā arī par svēto notiesāto dzīvesveidu un par Cietumu	77
6. <i>pakāpiens</i> . Par nāves pieminēšanu	89
7. <i>pakāpiens</i> . Par sērām, kas rada prieku	94
8. <i>pakāpiens</i> . Par nedusmošanos un lēnprātību	105
9. <i>pakāpiens</i> . Par ļaunatminību	111
10. <i>pakāpiens</i> . Par aprunāšanu	114

11. <i>pakāpiens</i> . Par daudzvārdību un klusēšanu	117
12. <i>pakāpiens</i> . Par meliem	119
13. <i>pakāpiens</i> . Par grūtsirdību	121
14. <i>pakāpiens</i> . Par nodevīgo valdnieku, kas laipns pret visiem, – vēderu	124
15. <i>pakāpiens</i> . Par neiznīcīgo šķīstību un atturību, ko nīcīgie iegūst pūlēs un sviedros	131
16. <i>pakāpiens</i> . Par mantkārību	148
17. <i>pakāpiens</i> . Par nabadzību	150
18. <i>pakāpiens</i> . Par dvēseles nejūtību	153
19. <i>pakāpiens</i> . Par miegu, lūgšanu un psalmu dziedāšanu draudzē	156
20. <i>pakāpiens</i> . Par ķermeņa nomodu un kā mēs ar tā palīdzību sasniedzam garīgo nomodu	158
21. <i>pakāpiens</i> . Par nevīrišķīgo mazdūšību	161
22. <i>pakāpiens</i> . Par daudzveidīgo godkāri	163
23. <i>pakāpiens</i> . Par neprātīgo lepnību un nešķīstajām zaimošanas domām	170
<i>Par neizskaidrojamajām zaimošanas domām</i>	174
24. <i>pakāpiens</i> . Par lēnprātību, vienkāršību, neieļaušanos, kas nav no dabas, bet no centības un darbiem, un par ļaunprātību	178
25. <i>pakāpiens</i> . Par kaislību izravētāju – visaugsto pazemību, kas noglabāta neizdibināmās jūtās	183
26. <i>pakāpiens</i> . Par nodomu un kaislību, un tikumu izšķirtspēju	195
<i>Par augstāko izšķirtspēju</i>	211
<i>Īss iepriekšējo pakāpienu izklāsts</i>	224
27. <i>pakāpiens</i> . Par svēto ķermeņa un dvēseles klusumu	230
<i>Par dažādiem iekšējā klusuma veidiem</i>	235
28. <i>pakāpiens</i> . Par tikumu māti, svēto un svētlaimīgo lūgšanu, tajā nostājoties ar prātu un ķermeni	245

29. <i>pakāpiens</i> . Par debesīm uz zemes jeb dievlīdzīgo bezkaislību un pilnību, un dvēseles augšāmcelšanos pirms vispārējās augšāmcelšanās	254
30. <i>pakāpiens</i> . Par tikumu triādi – ticību, cerību un mīlestību .	258
<i>Īss vēstījums par visu, kas šajā grāmatā plaši izstāstīts</i>	263

SIRDSSKAIDRĀ JĀŅA PAKĀPNIEKA

ĪPAŠAIS VĀRDS GANAM,

KURĀ NORĀDĪTS, KĀ GANĪT GARĪGĀS AVIS

1. <i>vārds</i> . Klosters priekšnieks līdzinās kuģa kapteinim, ārstam un skolotājam	265
2. <i>vārds</i> . Plašs priekšstāvja salīdzinājums ar ārstu	266
3. <i>vārds</i> . Priekšstāvim jābūt tuvu Dievam	268
4. <i>vārds</i> . Priekšstāvim jāvalda par savām kaislībām	268
5. <i>vārds</i> . Kad un kur meklējama priekšstāvja gudrība	269
6. <i>vārds</i> . Priekšstāvis nedrīkst klusēt, kad ir jārunā	269
7. <i>vārds</i> . Priekšstāvim pret padotajiem jāizturas atbilstoši viņu iekšējam stāvoklim	270
8. <i>vārds</i> . Priekšstāvim der pamācīt brāļus, pie tam ir svarīga viņa pazemība	271
9. <i>vārds</i> . Priekšstāvim jāstāv augstāk par ļaunām runām un rūpēm	272
10. <i>vārds</i> . Kā citus uzņemt mūku kārtā	272
11. <i>vārds</i> . Priekšstāvim jābūt lēnprātīgam	273
12. <i>vārds</i> . Kā priekšstāvim uzturēt padotos	274
13. <i>vārds</i> . Dažādas pārdomas, kas palīdz priekšstāvim	276
14. <i>vārds</i> . Ar kādu vērību priekšstāvim ir jāseko padotajiem un citi padomi	279
15. <i>vārds</i> . Slavinājums Raifas igumenam, kurš pēc taisnības tiek salīdzināts ar Mozu	281