



## Universitätsbibliothek Paderborn

**Christliches Andächtiges Jahr/ Das ist: Geistreiche  
Vnderweisungen/ mancherley und unterschiedliche/ so  
wohl gemeine/ als sonderbahre Mittel/ Weg und  
Handleitung/ Das gantz vollkommene Jahr Nach ...**

Allen so wohl Geist- als Weltlichen Stands Christliebenden Seelen ...  
dienlich

**Suffren, Jean**

**Cöllen, 1687**

Der 2. Punct. Wie hoch und viel an dem innerlichen Seufftzen zu Gott/ an  
der innerlichen Versammlung deß Gemüths/ und kurtzen Schußgebetlein  
gelegen sey

[urn:nbn:de:hbz:466:1-48004](https://nbn-resolving.org/urn:nbn:de:hbz:466:1-48004)

schreibt und sagt der H. Bonaventura lib. demyst. Theolog. cap. 5. (scintillantibus affectionibus, insatiabilibus desideriis, unitivis aspirationibus, &c.) Das sie durch brennende und funkelnde Liebe/ durch unersättige Verlangen/ und durch innigliches und steiff anziehendes Seufften zu wegen gebracht werde.

Zum neunten. So wird solches auch ein Anblick / oder Anschawung Gottes genant/ dan dieweil Gott auß unbegreiflicher Liebe gegen uns / nimmer seine Göttliche Augen von uns abwendet / also soll eine Christliche Seel ihre Augen stäts auff Gott richten/ ihn liebreicher weiß anblicken / und mit dem David sagen: Oculi mei semper ad Dominum. Meine Augen gehen stäts auff den Herren.

Zum letzten. So wird solches ein geistlicher Unterschlupf oder Zuflucht genant; dan gleich wie die Vögel ihre Nester haben/ darin sie sich im Fall der Nothruft versorgen: die Hirschen und andere Thier in dem tiefen Gesträuch und finstern Wäldern ihre Schlupfwinkel haben / in welche sie sich zu heisser Sommerzeit verbergen und erköhlen: also soll auch eine Christliche Seel / wan sie mit vieler und unterschiedlicher Mühe abgemattet / ihren Unterschlupf bey dem ewigen Gott/ und bey Christo unserm Heyland nehmen/ ein wenig verschrauben / sich zu erfrischen und erquickeln. Auf vorgemelten Nahmen hastu meines bedünckens wohl zu erkennen was diese geistliche Übung sey/ und worin sie bestehe.

## Der 2. Punct.

Wie Doch und viel an dem innerlichen Seuffzen zu Gott / an der innerlichen Versamblung des Gemüths / und kurzen Schuß Gebettlein gelegen sey.

Der Ding welche dem Menschen zu andern Sachen lust und liebe bringen/ sollen ihn nicht weniger zu dieser so wichtiger und heylsamer Übung antreiben. Dan sie ist für das erst ehrlich / und löblich / fürs ander sehr nützlich; fürs dritte annehmlich und lustig; fürs vierte / so geschicht sie ohne einige Beschwärms.

Sie ist anfänglich ehr- und löblich / dan sie führet die Seel des Menschen zu Gott/ und vereinigt dieselbe dermassen mit ihm/ daß sie nicht ohne Schmerken von ihm seyn kan. Zum 2. Durch diese Übung halt sich eine Seel stäts in ihrer Pflicht und Gebühr/ welche sie / als eine Creatur/ ihrem Gott schuldig ist/ sie erwöhlet / und haltet ihn für ihren Erschaffer und Herzen: sie undergibt sich ihm underthäniglich; sie hat ihre Zuflucht zu ihm; sie handelt und gehet mit ihm umb; und siber immerdar auff ihn. Zum 3. Man übet sich hiemit in unterschiedlichen Tugenden / nach dem es die Gelegenheit mit sich bringt. Im Glauben / dieweil wir dafür halten und glauben/ daß uns Gott zu gegen / und uns anhöre. In der Hoffnung / dieweil wir uns auff ihn verlassen und ihm trawen. In der Liebe / dieweil wir allein nach ihm verlangen. Zum 4. So wird die Seel und Will des Menschen heylsamer weiß beschäftigt/ dan sie handelt und gehet oft mit Gott umb. Zum 5. Folget eine Seel gleichsamb / und

CCCC 3      vergleich

vergleichet sich in ihrer weis zu handeln den  
Auserwählten Gottes im Himmel / und  
kür zu theil ihrer Freud gemessen.

Zum andern. So ist sie sehr nützlich / dan  
durch solche kurze / und oft wiederholte  
Schußgebettlein / wird eine fromme Seel  
auff eine besondere weis mit Gott vereinigt/  
wie Cassianus sagt. Zu dem so kan uns der  
Teuffel mit seinen giftigen Pfeilen nicht ver-  
legen / er kan uns in so kurzen Gebettlein  
nicht ir machen / dieweil ihm die Zeit zu kurz  
und nicht zu seinem Streich kommen kan/  
wie er in langen Gebetter thut. Fürs andere.  
Wan ich mit einem guten Werck / mit einem  
Gang / mit einem wider knien den Himmel  
verdienen kan / warum soll ich mich nicht  
hundertmahl im Tag wider knien / damit ich  
hundertmahl den Himmel verdiene / und  
hundertfältigen Gewinn habe? Fürs dritte.  
So wird das Feuer der Liebe Gottes hie-  
durch in uns angezündet : ist aber solches  
Feuer vorhin in unsern Herzen / so wird es de-  
sto starcker angeblasen / durch welches alles  
gedörret und sperächtigt gebäcks täglicher Un-  
vollkommenheit in uns verbrennet / und ver-  
zehret wird. Für das vierte. So werden die  
Ansechtungen des leidigen Sathans desto  
bälde und leichter überwunden ; dan man  
erlangt durch solche Gebettlein eine neue  
Stärke und Kraft. Die Mücken und Flie-  
gen setzen sich nicht auff die kochende oder sie-  
dende Hasen : die Versuchungen kommen  
nicht in eine Seel / welche durch stätiges  
Seufften in der Liebe Gottes brennet. Für  
das fünfte. Die Andacht / welche man in  
ihm selbst in dem früh Gebett erwecket  
hat / wird durch solche feurige Schußgebett-  
lein den Tag durch erhalten : gleich wie die  
jenigen so sich einmahl wohl bey dem Feuer ge-  
wärmet / nicht bald kalt werden und frieren/  
wan sie sich zuweilen zum Feuer nahen / ob sie

schon nicht darbey verbleiben. Fürs sechs.  
So wird das menschliche Herz / von den  
diesigen zergänglichen Dingen zu himmlischen  
und ewigen Sachen / von der Erd zum  
Himmel erhebt. Fürs siebende. So erhebet  
wir Gott durch solche kurze Gebettlein / und  
liebliche Anblick sein Herz ein / und ziehen  
ihn an uns. Fürs achte. So erlangen wir  
eine verborgene innerliche Wissenschafft  
Göttlicher Geheimnis / welche nicht in der  
mänge der Bücher / noch in vielen tiefen  
Nachsinnen / und verstandreichen und bo-  
henden Erschwingung und Erhebung des  
Gemüths gen Himmel zu Gott / beschaffen.

Zum dritten. So ist diese Übung an-  
nehmlich / und lieblich : dan die Sünde auß  
welchen alle Trawrigkeit herfür quellen  
kommen nimmer / oder selten in ein Herz  
welches sich in gemelten heylsamen Sätzen  
zu üben pflegt ; oder man sie schon zu Zeiten  
einschleicht / so wird sie geshling darauf ver-  
jagt. Für das ander. So nimbt eine Chris-  
liche Seel durch solchs Übung ihren Flug zu  
Gott selbst in / in welchem sie alle Freud und  
Lust findet. Fürs dritte. So sagt die  
Schrift / daß ein gutes Gewissen gleichsam  
ein stätiges Freudennahl sey. Solches Ge-  
wissen aber ist anders nichts / als die Liebe zu  
Gott / welche durch solches Seufften  
Erschwingung des Gemüths und stätiges  
Gebettlein zu Gott / offenbahret und zu-  
kennen gegeben wird. Für das vierte. Die  
Brodjamlein / welche vom Tisch des himm-  
lichen Freudennahls abfallen / werden durch  
solche Erhebung des Gemüths zu Gott von  
einer frommen Seel aufgefangen. Für das  
fünfte. So haben die liebe Auserwählten  
im Himmel keine andere Freud / und ge-  
fern Lust als die Anschawung / Erlan-  
nung und Liebe Gottes / welches alles in dieser  
selben Übung begriffen wird.

P.  
J. SuflrenVolum. I  
Part I.

Zum vierten so geschicht diese Übung ohne einige Mühe; dan ob wohl das betrachten und das lange bitten nicht jederman leichtlich ankomme/ dieweil Zeit und Weyl/ item ein guter und geschlachter Verstand darzu gehört/ damit man alles wohl erkühne und begreiffe/ was darzu gehörig: So bedarff man doch dessen nicht in dieser heylsamen Übung/ welche viel mehr einen guten Willen neben Göttlicher Gnad und Beystand/ als einen hohen und klugen Verstand erfordern thut. Die einfaltige und albere Leuth/ so weder schreiben noch lesen können/ befürdern ihre Vollkommenheit/ und Heyt hiedurch mehr/ als sonst viel andere geschickte Personen: dan sie halten mehren theils/ auf grosser Demuth weniger auff sich selbst; daher so Gott näher zu ihnen neiget: Fürs ander. So ist sie leicht/ dan es gehört wenig Zeit darzu/ man kan gleichsam in einem Augenblick sein Gemüth innerlich/ ohne alles äußerliche Zeichen/ zu Gott erheben: Dergleichen kan man durch einen äusserlichen Seuffzer/ oder kurzes Schuß-Gebetlein thun/ ohne das man in seinen Geschäften/ oder anderer Arbeit verhindert werde. Fürs dritte. So kan solches zu jederzeit geschehen/ des Morgens/ Mittags/ bey Tag und bey Nacht; kein Geschäfte/ noch Arbeit/ noch andere Leibs-Übung ist so ernstlich/ oder wichtig/ die uns hierin zu ruck halten möge. Man sey gesund oder krank/ man gehe/ man liege/ man sey beschästiget oder nicht/ so kan man sich hierin leichtlich üben.

Für das vierte. So fällt solches an keinem Ort schwaer/ dan es ist kein Winkel in der ganzen weiten Welt so verborgen/ so klein/ in welchem man sich nicht hierin üben möge; dieweil Gott/ zu welchem solche Schußgebetlein gerichtet werden/ allenthalben zu gegen ist: auch dieweil wir allenthal-

ben/ wir seyen wo wir wollen. ein Gottliebendes Herz bey uns haben/ auf welchem solche Seuffzer und Gebetlein herkommen. Ich nehme durch auß kein einiges Orth auf/ wan du schon bey der mitten under einem grossen Volck/ oder grosser Gesellschaft/ und Gerümmel wärest. Alle die/ so umb uns herum seynd/ seynd zwar umb unsern Leib herum/ nicht aber umb unser Herz oder Seel/ auf welcher solche Schußgebetlein gen Himmel zu Gott geschickt werden/ und andere dergleichen obgemelte Sachen geschehen. Und deswegen können sie dem Herzen/ und solchen heylsamen Sachen keine Verhindernus bringen. Für das fünfte. So ist auch kein Geschäft so wichtig/ und ernstlich/ keine Arbeit so mühselig/ das sie solche geistliche Übung verhindern möge; oder das ihnen durch solche Übung etwas abgehe; Dan es nicht vornehmten das man von ihnen abstehe/ oder wan man schon ein wenig mit denselben einhaltet/ so hat doch solches gleichsam nichts auff sich/ ja es befördert viel mehr die Sachen und Arbeit/ so wir under Händen haben. Wan eine reissige Person und unterwegs einkehrt/ und sich mit einem Trunck erfrischet/ so wird darumb seine Reiss nicht allein verhindert/ sondern er bekommet Särcke und Krafft dieselbige desto mühtiger zu vollbringen/ desto eilender und leichter fort zu gehen. Wäre es aber/ das einer anfänglich Mühe darin hätte/ so ist solchem gar wohl zu helfen/ wie ich im dritten Bedencken folgenden Puncten sagen will.