



UNIVERSITÄTS-  
BIBLIOTHEK  
PADERBORN

## Universitätsbibliothek Paderborn

**Instrvctio R.P. Ignatii Balsamonis Societatis Iesu,  
Theologi. De Perfectione Religiosa, Et De Vera Recte  
Orandi & meditandi methodo**

**Balsamo, Ignazio**

**Coloniæ Agrippinæ, 1612**

Abstinencia.

[urn:nbn:de:hbz:466:1-48888](https://nbn-resolving.org/urn:nbn:de:hbz:466:1-48888)

fuis profectum sentiet. Cum è contrario fieri non possit, vt is qui earũ amator non est, benè precetur, aut aliquẽ in exercitijs spiritualibus progressum faciat. Etenim oratio & mortificatio ita sibi inuicem sociantur, vt separari nequeant. Cauendũ tamen ne quis inconsulto Patre suo spirituali, solo voluntatis suæ arbitrio ea assumat.

### ABSTINENTIA.

**I**NTER pœnitentias exteriores nulla ad rectè orandum & meditando adiuuenti plus adfert, quam ieiuniũ & abstinentia: cui proprium est mentem expedite in Deum eleuare, quemadmodũ S. Ecclesia in Quadragesimali præfatione canit. Præsertim cum ipsi in nobis experiamur, corpore cibus repleto, spiritum ad functiones suas ineptũ reddi. Quamobrè quisquis Deo per orationem & contemplationem vñiri desiderat, necesse est vt in cibo

ac potu sobrius sit, maximamque curam habeat quantitatis, qualitatis, & methodi in manducando, ut nimirum sensualitatem, quoad fieri potest, reprimat & mortificet; sibiq; certo persuadeat, (uti vero verius est) hominem sensuum & carnis solatia captantem nunquam eò peruenturum, ut orationis ac meditationis praxin ritè perdiscat; cum caro & spiritus sibi è diametro aduersentur. Hæc autem sobrietas in cœna maximè requiritur, ut animus matutinis horis ad deuotionis exercitia sit liberior.

*SILENTIVM ET CVSTODIA  
sensuum.*

**N**ON minus necessaria est ad ritè meditandum mortificatio & iugis custodia linguæ, cæterorumque sensuum, maxime visus & auditus. Etenim curiositas videndi & audiendi distractionis origo est, deuotionemque mirum in modum

F 3 impe-