



## 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**

3. Wie die Strengigkeit so annehmlich.

[urn:nbn:de:hbz:466:1-48022](https://nbn-resolving.org/urn:nbn:de:hbz:466:1-48022)

ner Mutter mit Vermuth/Alloes/ oder anderen bitteren Sachen anstriche. Die Freud kommt der Seelen / wan sie sich der leiblichen und fleischlichen Gelüsten und Kurzweilen enthalten thut. Dis seynd nun die zehen Ursachen / welche einem einen Lust machen können/ ein strenges hartes Leben zu führen. Nun wollen wir sehen/ ob so grosse Beschwärnus darbey sey/ als man zu vermeynen pflegt.

Der 3. Punct oder 5.

**Das die Bußwerck und Strenge** des Lebens annehmlich sey/ und nit hart oder schwär antomme.

**I**n geringer Verlust / einen grossen Schatz dardurch zu bekommen/ wird für keinen Verlust noch Schaden gehalten; und eine geringe Kerzen an die helle Sonne gestellt/ gibt kein Liecht / sondern viel mehr ein Schatten von ihr. Ein kleines Unglück wird gegen einem grossen für nichts/ ja gleichsam für ein Glück gehalten. Die Verwirrungen/ Pein/ Mißtrost/ Unlust und Unruhe/ welche die Personen/ (denen ihr Fleisch und unordentliche Anmüthungen des Herzens nicht recht gebändiget/ zu empfinden pflegen) seynd so groß/ üleidlich/ verdrüssig/ daß die Schmerzen / (welche der Leib auß den eufferlichen Bußwercken und Strenge des Lebens empfindet/ oder aufstehet / damit er dieselbe bezwinge / und sich vor aller Unruh befreye) gleichsam für nichts gehalten werden/ ja eine Freud verursachen. Man empfindet hierin keine Beschwärnus; dan die Begierd von solcher Unruhe/ Verdruß/ Mißtrost/ und dergleichen/ begehren befreyet zu seyn/ überwindet alle diese Beschwärnus. Und hier auff

geht was der H. Bernardus sagt. *Sema de dedicat.* Unser Creutz ist gefalbet und so sere Ditterkeit ist gleichsam eine Süßigkeit. Wer in der Strenge des Lebens/ welche der Leib der Seelen zu underwerffen pflegt/ ein Süßigkeit empfinden will/ der wolle anheben und bedencken die Angst/ und den Unlust des Herzens/ welchen die jenigen haben/ so dem Leib dem Geist nit underworfen haben. Das sie seynd / wie der H. Chrysostomus sagt gleich wie ein ungestämmtes Meer / welche von allen Winden und Ungewitter her wider her getrieben wird; sie seynd gleich wie eine der einen verreckten Arm/ oder ander Glied hat. Die jenigen so ihren unordentlichen Anmüthungen / und unreinen Gelüsten den genügen gehan/ oder ihren Zorn/ Haß/ oder dergleichen mehr er sättiget / haben doch nach mehr Pein / und Unruhe in ihrem Leben/ als sie sonst gehabt/ wan sie gewisse Anmüthungen anfänglich überwunden haben. Der Lust/ welchen sie befinden/ in dem dem Sin ihres Leibs einen genügen thut/ ist gleichsam voller Dörner und Nagel des Gewissens: dan der H. Geist sagt/ *Prov. 17.* Der Weg der Gottlosen ist gleich wie eine Hag/ mit Dörnern verweben. Zu dem so redt der H. Ambrosius von Sündern also an lib. 3. examen. Die Dörner seynd statts bey dir / hergegen so haben die gerechensame Personen ein stätiges genügen zu leben in unbegreiflichen Freud; dan der Weg der Gerechten ist eben und ohne Dornen. *Prov. 15.* Item: Ein sicheres und ruhiges Gewissen ist gleich wie ein stätiges Freudemahl. Sie haben einen Frieden/ welcher die Gelüsten aller Sin des Leibs übertrifft. Damit nun diese harte und rawe Weiß zu leben einem Christen Menschen nit schwär / sondern leicht und leicht antomme/ so soll er 2. folgende Sünd vermeiden.

Das erste ist/ daß das Fleisch oder der Leib einer auß den ärgsten Feinden der Seelen/ so anders nichts suchet/ als das Verderben der Soel. Wer ist nun der sich nit erfret/ und einen Lust empfindet / wan er seinen Feind überwunden/ und sich an ihm gerechnet? Wan man seinen Leib züchtigt und hart haltet/ alsdan rechnet man sich an demselben. Diese Weis sich an seinem eigenen Fleisch zu rechnen/ ist von Gott befohlen/ und nit verboten. Sie underrirfft den Leib dem Geiſt/ und machet daß er demselben gehorsame.

Das 2. ist/ daß die Ungelegenheit und geringe Wein/ welche das Fleisch in der strengen Weis zu leben empfindet/ gleichsam ein Same/ auß welchem nit allein für den Leib selbst/ sondern auch für die Seelen ein groß Gut erwachset: dan wan du jetzt in Schmerzen außstehest/ wie am 129. Psalmen stehet/ so wirſtu mit Freuden einernden. In dem du nun solches bey dir erwegeſt / wird dir keine Strenghheit schwarz fallen.

Das 3. ist/ daß einem guten und bereiten Willen nichts schwarz ankomme / gleich wie einem der kein Lust zur Sachen hat / alles schwarz/ ja unmöglich scheint: wan man nun eine strenge Weis zu leben nit auß Zwang/ sondern mit Lust und gehergt annimbt / alsdan empfindet man in derselben gleichsam keine Beschwerus. Dieweil Jacob die Rachel liebt/ darumb thät ihm sein Dienst und tägliche Arbeit/ welche 14. Jahr wehrete/ nit schwarz fallen: mit einem Wort / Lust und Lieb zu einem Ding machen alle Mühe und Arbeit gering.

Das 4. ist/ Daß man mit einem strengen und raven Leben Gott gefalle; dieweil Christus selbst ein hartes Lebe in seiner Menschheit geführet/ und den Stiffteren der geistlichen Ordensständer in gegeben/ ihren Ordensgenossen dasselb zu auferlegen: Item durch

R. P. Sulzen 2. Band.

die Christliche Kirch den Christen ihre Sünd also abzubüssen/ verordnet/ ja männiglich gerathen. Wan einer versichert ist/ daß er in einem oder dem andern Werck Gott ein Wohlgefallen thut/ alsdan empfindet er weder Mühe noch Arbeit. Wan mir aber einer sagen will/ was kan Gott für ein gefallen an dem haben/ daß man faste/ sich geiſtle/ oder ein härin Kleid trage? So antworte ich / daß Gott in dem seinen Wohlgefallen habe/ dieweil er siehet/ daß man ihm zu lieb/ sich der Gelüsten und Verlangen zu essen / zu trincken/ schlaffen/ zu kurzweilen/ seinen Leib zart und weichlich zu halten/ enthalte; gleich wie er uns zu lieb und zu nutz 33. Jahr lang der Glory und Herrlichkeit seines Leibs entrathen/ und so viel andere Ungemächlichkeiten an seinem sterblichen Leib außgestanden. Als der König David 2. Regum 23. 1. Paralip. 17. von dem Wasser / welches ihm auß dem Ziegebrunnen bey Bethlehem gebracht/ (unangeſehen daß er grossen Durst hätte) sich enthielte/ und dasselbe außschütten thäte/ sagt die Schrifft / daß er solches Gott auffopfferte: darbey du wissen sollst/ daß an einem Krug voller Wasser nit so viel gelegen/ noch so hoch zu halten / daß der H. Geiſt von ihm in H. Schrifft / als von einem besonderen Opfer/ hab Meldung thun wollen; sondern daß der Will und die Begierd zu trincken (welche manchmahl so hefftig/ daß jener Lysimachus für ein wenig Wasser sein Königreich geben thäte) Gott ein wohlgefälliges Opfer gewesen.

Das 5. ist/ Daß die so in der Welt leben/ und derselben dienen/ größere Mühe/ Arbeit und Ungemach an ihren Leibern außstehen/ als die Diener Gottes/ in dem sie ihre Leiber abmatten. Was für eine Freud soll einer nit haben in seinem fasten/ wachen/ hartem Gesüßer/ welches er Gott zu lieb und zu gefallen thut; dieweil er dasselbe vorzeiten der Welt/

u u

und

uffren  
I. I.  
es II

und dem Teuffel/ Fürsten dieser Welt/ zu lieb gethan/ ist diß mit eben das/ was Isaias sagt cap. 40. Qui sperant in Domino mutabunt fortitudinem. Die so in Gott hoffen/ und trauen/ werden ihre Stärck verändern. Das ist/ wie es der H. Gregorius auflegt/ sie werden mit grösser Stärcke/ und tapferem Gemüth die Mühe/ Arbeit/ und das Ungemach/ welches sie vormahl den grossen Ehren dieser Welt/ den Reichthumben und fleischlichen/ leiblichen Gelüsten dieser Welt zu gefallen erlitten/ jetzt allein Gott zu gefallen aufstehen.

Das 6. ist. Daß der abgemattete und geplagte Leib einem Weizen-Körnlein verglichen wird/ welches in der Erd stirbt/ und viel Früchten bringt. Item dieweil solche Weis streng zu leben mit der himlischen Glory und Grewd belohnet wird. Als diesem der fromme Job auff dem Misthauffen sitzend/ nachgedachte/ und sahe daß sein Leib von den Gassen an/ bis zum Hauptscheidel voller Geschwâr/ fieng er an und sagt: Scio quod Redemptor meus, &c. Ich weiß daß mein Erlöser lebt/ und daß ich am jüngsten Tag vom Todt erstehen/ daß ich mit meiner Haut wider muß umbgeben werden/ und in meinem Leib oder Fleisch Gott anschawen. Diß ist meine gänzliche Hoffnung und Zuversicht. Das ist/ diß machet mir einen Muth/ und bringt mir in allen meinen Widerwärtigkeiten einen Trost/ und Lust zu leiden. Tertullianus/ der H. Eyprianus/ und andere mehr/ machten den heiligen Martyrer ein Herz ihre Pein und Qual gedültig zu leiden/ und thäten sie bitten/ daß sie die Belohnung im Himmel ansehen sollten. Tertullianus sagt: Non sentit crux in nervo, si animus fuerit in caelo. Wan einer mit dem Geist im Himmel ist/ alsdan empfindet der Leib/ welcher an die Folter gespannt/ nichts. Der H.

Stephanus/ als er den Himmel offen empfunde wenig die Stein/ mit welchem ihn zu todt worffen. Wan du mir aber/ der H. Augustinus in einem Schreiben an eine Jungfraw sagt: Epistola 143. ad Demetriadem Vi gin.) vorwerffen wilt/ die grosse Beschwârnis und Mühe darwan man seine unordentliche Anmüthigen bezwingen und abtöden muß/ so laß daß du die grosse Belohnung ansehen/ welche Gott dafür geheissen: dan man an den Lohn und Vergeltung gebeket/ alsdan ist alle Arbeit leicht und die Hoffnung der Belohnung machet einem der Arbeit einen Trost. Diejenigen welche der Welt dienen/ müssen ohn einige Vergleichung mehr leiden/ als die/ welche Gott dienen. Sie leiden/ wie der H. Paulus sagt/ Corinth. 9. damit sie eine gewisse Cron oder Vergeltung bekommen; wir aber daß wir einen ewigen Lohn haben mögen. Der H. Antonius pflegte durch diß Mittel seinen Müthigen ein Herz und Muth zu machen: daß sie in ihrem strengen und harten Leben nachlässig oder müd würden. Eben diß dencken gab einem auß den alten Vätern welcher ein strenges Leben führte/ als daß er einem auß seinen Jüngern/ so er sagte/ daß er seine Strengheit ein wenig mässigen solte/ antwortete/ daß es dem erwöhlten im Himmel leidt thun/ (wofern daß sie einiges Leids fähig sind) daß sie so wenig allhie auß Erden gelitten/ der sich selbstem gezüchtiger/ wegen der grossen Belohnung/ so sie darauß empfangen hätten. Als auff ein Zeit dem heiligen Basilio/ so im kalten Winter ubel bekledet/ und barfüssig einer begegnet/ und spottweis zu ihm beehrte/ ob er ihm nit ein Roth Schuh zu verkauften hätte; gab er ihm zur Antwort/ daß all sein Schweiß umb ein geoffen

dem ewigen Gott verkauft/ dieweil er ihm den Himmel dafür verheissen hätte. Tertulianus sagt: Magna est negotiatio, parum perdere ut multum lucreris. Es ist ein nützliche Gewerbschafft / wan man wenig verlieret / oder in die Schanze schlägt / damit man viel gewinne.

Das 7. ist/ Das einer/ in dem er ein raves und strenges Leben führet/ Christo unserm Heyland gleich und ähnlich werde; dan er seinen Leib übel gehalten mit Wachen/ Fasten hartem Beliger/ in seinem Leyden/ in seiner Gefstung/ in seiner Erdnung/ und Anhängung an das Kreuz: also das nun mehr alle Strenghheiten und Pein gleichsam geheiligt fern; darumb dieweil sie Christus an seinem Leib aufgestanden/ und gleichsam annehmlich und süß gemacht. Also thäte die Versteinigung dem H. Stephano nicht schwarz fallen/ dieweil er Christum im Himmel sahe. Das bittere Wasser/ welches die Israeliter / mit lang nach ihrem Aufzug auß Egyptenland/ antreffen thäten / ward durch ein Holz / welches Moyses auß Einsprechung Gottes darin warff/ süß gemacht; wan du ansehen willst / was er an seinem H. Leib gelitten / und deine Schmerzen und Pein mit den seinigen vereinigen/ so wirstu durch auß keine Beschwärnus finden/ und mit dem H. Paulo sagen: Superabundo gaudio in tribulatione mea In allen meinen Widerwärtigkeiten bin ich so voller Freud/ das sie überlauffen. Item mit den heiligen zween Martyrer Marco und Marcellino: wir seynd nie bey keinem Freud. Fest so freudig und lustig gewesen. Wir lesen in den Geschichten des Ordens des H. Francisci/ das als eine fürnehme/ adeliche/ reiche / und in allen Weltlüssen auffgezogene Person in gemelten Orden eingangen/ und vom Teuffel/ wegen der Strenge des Ordens versucht/ willens würd den Orden zu

verlassen. Als sie nun mit solchem Willen durch das Capittelhaus gieng / und sich vor einem Crucifix niederkniete/ Gott umb Süß anzuruffen / erschiene ihr unser Heyland mit seiner gebenedeyten Mutter/ und fragte von ihr/ warumb sie den Orden verlassen wolte? Sie antwortete: wegen der grossen Strenghheit welche im selben Orden. Darauff Christus seine Arme auffhebt/ und ihm die Wunden seiner Seyten zeigt/ zu ihm sagend / nahe dich herbey/ halte deinen Mund an meine Seyten/ und sauge von meinem Blut; und wan dir die Strenge hart fallen wird / als dan weiche sie in meinem Blut / so wird dir dieselbe süß und leicht werden. Welchem dieser angehender Geislicher oder Novitz/ wie man sie nennet/ fleißig nachhahne / und thät mit seiner Erfahrnus spühren / das in Bedenckung des bitteren Leydens unsers Heylands / nichts so annehmlich und süß als seinen Leib abmatten/ ja an seinem eigenem Leib sehen lassen/ was Christus an dem seinigen gelitten hat. Diese Erweckung des Leydens Christi/ so die Bitterkeit und Pein dieses gegenwärtigen Lebens süß macht/ wird uns von dem H. Paulo vorgehalten und gerathen/ da er sagt: Per patientiam curramus ad propositum nobis, &c. Lasset uns mit Gedult zu dem vorgesteltē Streit eilen/ und unsere Augen auff den Herren Jesum schlagen/ welcher de Glauben angefangen und vollbracht; und an statt der Freud den / (welche er hätte können haben) das Creutz erlitten/ und alle Schmach/ Verhöhnung und Verspottung für nichts gehalten. Deswegen erweget und bedencket aber und abermahl denjenigen/ welcher von den Sündern eine solche Verfolgung wider sich selbst an außgestanden/ damit ihr nit mit würdet in ewerem heylsamem Fürhaben/ oder

uffren  
I. I.  
es II

das Hertz fallen lieffet; dan ihr habet den Sünden noch nicht mit Vergießung ewers Bluts widerstanden.

Das 2. ist / Das viel andere Personen/welche/ wie du auß Fleisch und Bein/ blödd an ihren Leibern/zart/weichlich/in vielen andern Dingen bemühet / großer Heiligkeit/ und geringere Sünder als du/mit Lust und Grewden ein raw und strenges Leben geführet. Wie in den beschriebenen Leben der Heiligen gar oft zu sehen. Durchlese das alte Gesäß; wie oft sagt David in seinen Psalmen / daß er sich mit einem härin Sack bekleidet? daß er wegen des Gebetts/und Fastens matt und müdt worden? daß er die Nacht durch gewachtet? Psal. 68. 34. 63. 108. 76. Die Judith cap. 2. war fast stats mit einem härin Kleid angethan / und fastete fast alle Zeit / außgenommen die große Festag. Anna die Tochter Phanael Luc. 2. welche die Ehr hatte/ daß sie den Herrn Jesum im Tempel sahe/als er auffgeopffert wurde; sieß mit ab zu fasten und zu betten/ungeachtet daß sie schon das 24. Jahr ihres Alters erzeiher. Hester/die Niniviter/Judas Machabäus/ und andere mehr / von welchen anderstwo geredt/thäten dergleichen.

Im neuen Gesäß der Gnaden hastu nit weniger zu sehen. Dan 1. So züchtigte der H. Paulus seinen Leib so hart und raw / daß man lange Zeit darnach die Streich und Mahl an seinem Leib sahe. 1. Corinth. 9. Dan diß heisset das Griechische Wort/ὀλιβανίζω. 2. Der H. Hieronymus redt folgender Gestalt von ihm selbst: Epistola ad Eulkoeh. Horrebant sacco membra deformia nuda humo, &c. Der Sack und das härin Kleid/ mit welchen ich angethan/erschroekten einen; und ob wohl nit mehr als Haut und Bein an mir / so underließ ich dennoch nit auff der harten Erden zu ligen: ich dempffte mein wider-spenniges Fleisch/und thät dasselbige mit

langem fasten dem Geist underwerffen. Ich weiß mich noch wohl zu erinnern / daß ich Tag und Nacht geweinet / und bey Gott umb Beystand angesüchet. Item daß ich nimmer auffgehört an meine Brust zu klopfen/ bis daß auß Befelch Gottes die Lust stümme in meinem Herzen aufhörte; und die gewünschte Ruhe wider bekommen. Hieronymus führte nit allein seiner Nachkommern ein sehr hartes und rawes Leben; sondern thät auch andern diesen Rath geben; darzu anmahnen: insonderheit die Jungfrauen welche nach einer grossen Vollkommenheit und Heiligkeit strebten; oder welche sich nicht leichtlich versündigt hätten: wie in seinen Schreiben hin und her zu lesen. Der Leib sagt er schreiben an die Paulam/welcher so sehr nach allerley Gelüste getrachtet/und sehr ungeduldig gehalten worden / muß geschlagen und gestrafft werden. Man muß den stätigen weinen für das unnütze Gelüsten genug thun: man muß die weiche und weiche Berührer in ein grobes härin Kleid verändern: man muß das Angesicht welches so oft angestrichen / ungewaschen und ungelassen/und dergleichen mehr. 4. Weisheit ist wohl zu glauben / daß der H. Ambrosius nit weniger streng / als andere gelebt hat: dieweiler andere zu einem strengen Leben anmahnet. Dan er sagt in seinem Schreiben an eine Jungfraw welche sich verführte: Laß dir deine Haar abschneiden/ durch welcher Eitelkeit du in Unkeuschheit gefallen deine Augen/ mit welchen du die Menschen sonen geister und unzüchtiger Weis angeschawet/gebrauche zum weinen; dein Angesicht/welches vorhin glänhet/und welches so oft angestrichen/laß erbleichen und umher verbleiben; deinen Leib sollstu mit fahnen abmerglen/mit einem härin Kleid bedecken/und mit Aschen bestreuen. Der H. Ludovicus König in Franckreich / ungeachtet daß

er König in Franckreich / ungeachtet das er eines zarten Leibs / war statts mit einem härin Kleyd angethan / und wann er Kranckheit oder anderer Ursachen halber daffelbig ablegen muste / thät er ein ander Busfwerck darfür. 6. Der H. Zenobius Bischoff zu Florens/so bald ihm GOTT sein Herz rührete/und zu seinem Dienst geruffen hätte / legte er ein härin Kleyd an/welches er nimmer/ so lang er Bischoff/ abgelegt. 7. Der H. Paulinus Bischoff zu Nola thät dergleichen. Und als ihm einmahls Severus Sulpicius sein vertrauter Freund/ein härin Kleyd zuschickte/bedanckte er sich dessen gar höchlich / und thät in schreiben / mit welchem er ihm antwortete/ sehr loben und rühmen/das man sich solcher Strengheiten gebrauche / und also Buswürcke. 8. Edmundus Bischoff zu Cantelberg in England wurd von seiner Mutter von Kindheit auff angeführet / ein härin Kleyd zu tragen/und damit er nimmer ohne ein solches Kleyd wäre/thäte er 2. härin Kleider mit ihm nehmen/als er gehn Paris auff die hohe Schul geschickt wurde. Item so offt ihm sein Mutter Hembder schickte/legte sie allzeit ein härin Kleidlein darben/ mit begere das er solches alle Wochen zwey oder drey mal brauchen solte. 9. Der H. Guiselmus vermahlen Herzog in Aquitanien/begnügte sich nit allein an einem härin Kleyd auß Pferdsharen/sondern pflegte einen eisernen Panzer an seinem bloßen Leib zu tragen. 10. Dergleichen thät auch einer mit Nahmen Dominicus/welcher auch deswegen Dominicus Loricatus genant wird. 11. Der H. Theodosius, Eusebius, und andere mehr / haben eisene Ketten an ihrem Hals/ umb ihre Schültern/umb ihr Hüften / und ihre Leiber getragen/ wie Theodoretus und andere mehr schreiben. 12. Odo auß den Clugnacenser-Orden/pflegte mit Ruthen/ und

Stricken/ so vor an grobe Knoden hätten/ seinen Leib zu zergeislen. 13. Dergleichen thät der Heil. Nicolaus von Tolentino. 14. Birgerus der Vatter der H. Virgitta/ ungeachtet / das er auß Königlichem Geblüt/ pflegte sich alle Freytag hart zu zergeislen. 15. Der H. Laurentius Erzbischoff zu Dublin in Hibernia, pflegte sich auß grosser Demuth drey mahl von einem andern lassen zergeislen. 16. Der H. Dominicus Stifter des Prediger-Ordens / thät sich alle Nacht drey mahl mit eisen Ketten zerschlagen/ oder zergeislen/das erstemahl für sich selbst/das andere für die Sünder / das drittemahl für die Seelen im Fegewr. 17. Der H. Doye Bischoff zu Roan in Franckreich pflegte auff hartem Holz zu schlaffen. 18. Der H. Andreas Bischoff zu Jesul auff Rieeb-Schänzlein oder Wellen. 19. Der Heil. Ivo auß Knodecten Stecken. 20. Die Heil. Radegundis auß den Aschen zu schlaffen/und sich mit einer härin Decke zu bedeckē. 21. Der Abt Olympius hielt sich in auff einer Höle neben dem Fluss Jordan / da er gleichsam von der grossen Hitz der Sonnen verbrennete/ und von den Schnacken und Mücken zerschissen wurde / da er gefragt wurde/wie es möglich das er solches leyden mögte / gab er zur Antwort / diese unmaßige grosse Hitz wurd mich mit der Gnad GOTTES vor der höllischen Hitz befreyen / das Stechen und Beißen der Schnacken wird mich von dem Wurmb / welcher die Gewissen der Verdambten ewiglich naget/erlösen. 22. Als Arsenius gefragt wurd/warü er das Wasser/in welchem er die Laurbeer-Bletter weischte/nit veränderte/antwortete er / damit ich durch diesen Gestanck / den grossen Lust welcher ich in lieblichē geruchē zu haben pflegte straffe und abbüffe. 23. Der H. Richardus Beichtiger/pflegte das Haberbrod/das von er sich nehrete/mit Aschen zu bestreuen.

auffren

I. I.

II

24. Der H. Franciscus Stifter des Barfüßers-Ordens / vermischte zu Zeiten seine Speiß mit Aschen / zu Zeiten mit Wasser. Wan ich alle so ein strenges Leben geführet zehlen wolte / und was ein jedweder so wohl Mans als Weibs Personen gethan / und noch heutiges Tags / Gott zu lieb und Ehren / dem Nächsten zu einem Exempel / und ihr eigenes Heyl / und Vollkommenheit zu befördern dßfals thun / müste ich viel Zeit haben : aber es sey mit diesem genug / ich laß mich mit dem Begnügen / daß man erkenne / daß die Strenge des Lebens vor alten Zeiten im Brauch gewesen / und daß man sich dessen nothwendig zu Zeiten gebrauchen müsse. Ich will mit daß man daßjenige thue / was ich jetzt erzehlet ; sondern daß ein jedweder mit Rath seines Beichtvatters / nach seiner Stärck / und nach seinen Kräfften thue was er könne / und was ihm zugelassen wird.

## Der 2. Artickel.

Auff was Weiß und Gestalt ein frommer Christ sich in den Bußwercken / in den Strenghheiten des Lebens / und Züchtigung seines Leibs verhalten soll / daß er ein  
Nutz darauff habe /  
und daß sie ihm  
zu seinem Heyl  
dienen ?

Weyerley Menschen seynd / welche die Bußwerck / Strenge des Lebens / und Züchtigung des Leibs gering achten / und nit darin üben. Die Ersten treiben ihr Gespöts damit / halten es für sträcklich / wider alle Vernunft / und für ein ganz unnützlich Ding : wider welche ich in vorigen Articklen geredt. Die Andere loben sie zwar und hal-

ten viel darauff ; ja sie thun sich in denselben üben / aber der Gestalt / daß sie weder die Vollkommenheit / noch ihr Heyl dadurch befördern : deswegen will ich allhie Anmuthung geben / wie sich derselben ein Christ zu seinem Heyl gebrauchen soll.

## Der erster Punct. oder 1.

Wie daß man übel thue / wann man die Vollkommenheit in der äußerlichen Strenge des Lebens zu stehen vermaynet.

Als Zücken und die Krägigkeit zu treiben / ist vielmehr vornöthig daß man sein Geblüt durch Aigeney reinige / sein Leber erfrische / als daß man sich wasche und bade. Es ist sehr gut / daß man zur Vertilgung der Laster und Unvollkommenheiten / seinen Leib und sein Fleisch züchtige / und underdrucke ; aber daß aller Anmuthungen bezwinge / und gleichsam wie ein Quell / auf welchem der Teufel als auf einer Quelle herpringen / wie Balaam / wie wir lesen Num. 22. geschlug seine Eselin gar übel / daß sie nicht fortgehen wolte / da sie doch anders nicht fort gieng / dieneil der Engel mit einem bloßen Weis vor ihr stand / und sie wegen des bösen Willens und Leben des Balaams verhanden. Balaam selbstien war die Ursach alles dieses / und die arme Eselin mußte bedrückt leyden. Eben diß thut vielen widerwärtigen so ihren Leib / welcher doch nicht schuldig noch Übels gethan / hart und gar rauh halten ; dem Geist aber und Gemüth / welches die wahre Quelle / thun sie gar kein leyden. Der leydige Teuffel hat sich immer und je beßiffen / dem ewigen Gott sein gebürte.