



## 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**

2. Artickel. Wie man solche Tugent/ so man im Anfang deß Monats  
erwöhlet/ erreichen möge.

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

gung einer besondern Tugend ist gar nützlich, daß man das Laster bestreite / welches demselben zu wider ist.

Die vierte Ursach ist/ Die Nothwendigkeit dieser Wahl / dan das allerbeste Mittel eine Tugend zu erlangen / und in der selben einen guten Grund zu legen / ist / daß man sich so lang in einer besondern Tugend insonderheit übe / bis man recht in die Gewohnheit komme; dieweil man durch stätige Übung in die Gewohnheit zu kommen pflegt. Einer der sich heut in der Tugend der Demuth / morgen im Gehorsam / übermorgen in der Gedult / und also fort alle Tag in einer andern Tugend übet / der wird niemahl in einiger Tugend vollkommen werden, bis er sich täglich und beständig in einer besondern Tugend übe/ dieselbe eysfrig von Gott begehre/ und derselben als seinem fürnehmsten Geschäft so lang nachsetze/ bis er sie erlange. Wer in weltlichen Sachen sich vieler Ding oder Geschäften zugleich underfangen will/ der bringet keines zu einem vollkommenen End; aber wan er sich beiseisset eines nach dem andern zu vollziehen/ so thut er ihm selbst/ und auch andern ein genügen. Daher pflegt man zu sagen/ es ist nit gut / daß man mit einem zu thun oder zu thetlingen habe / welche nit mehr als eine Sache underhanden hat. Wer vollkommenlich eine Wissenschaft oder Kunst lehren will/ der studiret/ oder übet sich nit heut in einer/ morgen in der andern/ und also fort; sondern begibt sich ein Zeitlang ganz und gar auff eine; also daß er mehr nicht thue als der selbigen aufwarten/ bis er in derselben vollkommen werde. Eben diß soll man sagen von einem/ welcher in einer Tugend vollkommen seyn will. Dan die so nur von einer Tugend zur andern schreiten wollen / gleich wie die Vögel von einem Ast auff den andern hüpfen/ werden nie in keiner vollkommen.

**Wie und auff was Weiß man die besondere Tugend/ so ihm einer im Anfang des Monats fürgenommen / zu erlangen erreichen möge?**

**I**m Anfang eines jedwedern Monats erwöhle/ oder nim die für entwerde die Tugend/ welche dem Laster/ so du aufgeben begehrest/ zu wider; oder zu welchem Gott durch seine Ansprechung antreibtest/ aber welche dir am meisten vonnöthen. Wenn fern du im Zweifel stündest/ welche du am nützlichsten nehmen mögest/ als dan beschütze dich mit deinem Reichtvatter. Nach welcher Tugend sollstu folgender Lehr und Anleitung nachkommen.

Der erster Punct. oder 1.

**Mache dir selbst ein eysriges Verlangen gemelte Tugend zu erlangen.**

**Z**u diesem Verlangen kanstu kommen/ du die Ursachen/ welche einen jedwedern in gemein zu allen Tugenden billig antreiben sollen/ bey dir bedencken willst.

Erstlich wan du ansehen willst/ wie ein so edel und köstliches Ding umb die Tugend sey; also daß man sie allen Königen/ allen Reichtrumben/ und allen Völkern dieser Welt vorziehen soll. Dan die geringste und schlechteste Sach under den edelsten / fürtrefflicher / als die erste und summe aller under unedlen Dingen.

**Zum 2.** Daß die Tugend das allerbestlichste Kleid / und die beste Zier einer Seele ohn welche sie entweder ganz bloß / oder kland / oder aber mit ein unflätigen und



erfendem Kleid der schand und Laster angetha.

Zum 3. Das alle Werck der Tugenden/ und die Übung selbst in den Tugenden Gott für ihren Anfänger/ und gleich sam für ihren Vatter erkennen. Daher der H. Augustinus die Tugend also beschreibet. Virtus est bona qualitas, &c. Die Tugend ist eine lebliche Beschaffenheit des Gemüths oder qualitas (wie mans zu Latein nennet) durch welche man ein frommes Leben führet/ welche niemand mißbrauchen kan / und welche Gott in uns ohne uns würcket. Und gleich wie uns von der Sünd ein Grausen und Abschrecken machen soll/ dieweil sie von dem Teuffel / als von ihrem Vatter herkommet; also soll uns antreiben das wir die Tugend hoch halten / dieweil sie Gott in uns gesät hat / und das die geringste tugendsame Gedanken/ Werck/ und Wort gleichsam ein Same zur Seligkeit sey.

Zum 4. Das die Tugend eines so hohen Werths/ das uns Christus ihrentwegen mit seinem köstlichen Blut erlöset/ damit er uns in Krafft und Verdiensten der Tugenden seinem himlischen Vatter vorstellen und aufopffern mögte.

Zum 5. Das wir uns durch die Tugend dem Herrn Jesu/ welcher ein wahrer Spiegel aller Tugenden/ gleich und ähnlich machen/ gleich wie sich die Seel durch die Sünd dem Teuffel ähnlich machet.

Zum 6. Das die Tugend dem Menschen und nicht dem Vieh als ein rühmlich und rechter Vernunft gemässes Ding wohl anstehe/ dan alle andere Güter so einem einen Lust und Nutz bringen/ können auch andern Thieren begegnen.

Zum 7. Das keine grössere Frewd/ das keine grössere Ruhe des Herzens/ als welche die Tugend mit ihr zu bringen pflegt. Dan die unmaßige Anmüthungen/ welche alle Unruhe in der Seelen verursachen / werden durch die Tugenden im Zaum gehalten.

Zum 8. Das die Übung in den Tugenden zu allen Dingen nützlich/ im Leben/ im Sterben/ und nach dem Todt. Im Leben bringen sie dem Menschen Frewd/ im Todt eine Sicherheit/ nach dem Todt ein Belohnung; da hergegen die Laster und Sünd dem Mensch welcher mit denselben behaftet/ in diesem Leben einen grossen Schaden und Unlust bringen/ die Ruhe des Herzens benehmen/ im Todt eine grosse Furcht und Angst machen die Seligkeit zu verlihren; nach dem Todt aber in grosse Qual / entweder ewig in der Höllen/ oder eine lange Zeit in dem Fegfeuer/ nachdem die Sünd tödtlich oder lastlich seynd/ bringen könne.

Der 2. Punct oder 9.

Wie man die er Begierd und Verlangen die Tugend/ welche man begehret zu erlangen/ einen nachdruck und Krafft geben soll?

Es ist nit genug/ das du ein solches Verlangen hast / sondern du must demselben eine Stärke und Antrieb geben ; welches durch folgende Lehr geschieht.

Zum ersten/ so sollstu alle Morgen in deiner täglichen Übung und Andacht/ in Anhörung oder Lesung der H. Mess/ und andern Wercken der Andacht/ dis effriiges Verlangen/ welches du im Anfang des Monats gefasset/ erneuere und erfrischen / dasselbige Gott auffopffern/ seine Gnad begehren das selbige zum End zu bringen / durch die Verdiensten der selben Tugend/ welche Christus in seinem Leben geübet.

Zum 2. Bedencke und sinne alle Morgen ein wenig nach/ so viel als seyn kan / was du am selbigen Tag für Gelegenheit haben mögest / dich in derselben Tugend zu üben.  
Sin-

uffren  
I.  
II



Sindest du keine/oder wenig Gelegenheit/ alsdan nimb dir für dich in deinem Herze durch innerliche Würckung in derselben Tugend zu üben/ und gedencke als wan du warhafftige eufferliche Gelegenheit hättest dich in denselben zu üben. Als Exempetweiss/ wan du dich in der Sanfftmuth üben willst / so bedencke dich / was du am selbigen Tag für Gesellschaft haben mögest/ mit was Leuthen du umgehen werdest/ und von was Sachen du mit ihnen handeln werdest. Und halte dich also in deinem Herzen / wie du dich halten würdest / wan du warhafftig eufferliche Gelegenheit hättest dich in der Sanfftmuth zu üben: wofern du aber keine Gelegenheit vorsehen kannst/ alsdan bilde dir ein/ und laß dir mit desto weniger seyn/ als wan du warhafftig Gelegenheit hättest dich in der Sanfftmuth zu üben: und glaub mir/ daß diese innerliche Übung nit wenig zur eufferlichen Übung in der Sanfftmuth zu seiner Zeit thun werde.

Zum 3. Wan sich die Gelegenheit/ sie sey gleich vorgesehen oder nit/ zuträgt/ alsdan laß dir solches gefallen/ dancke Gott/ daß er dir Gelegenheit gegeben etwas zu verdienen/ und deine Trew und Liebe gegen ihm sehen zu lassen. Begehre von ihm Hülf/ daß du gegenwärtige Gelegenheit zu deinem Nutz gebrauchen mögest.

Zum 4. Brauche die Mittel/ welche du von deinem geistlichen Vatter empfangen.

Zum 5. Wan du in vorfallenden Gelegenheiten dich obgemelter Gestalt in der fürgenommener Tugend geübt/ alsdan dancke gleich darauff dem allmächtigen Gott; dan ihm gebührt alles Lob und Ehr: wofern du aber solches auß menschlicher Blödigkeit nit thust / oder von dem widrigen Laster überwinden laßest; alsdan gehe in dich selbst/ und schäme dich deiner Nachlässigkeit. Begehre umb Verzeihung/ erfrische dein erstes

fürnehmen/ und befeisse dich diesen Vatter wider ein zu bringen/ und gut zu machen/ dir selbst ein Nutz auff / und gib deinen Reichvatter alles dessen nöthliche Reichthum.

Zum 6. Erforsche dich zu Zeiten alle Wochen oder alle Wochen innmah/ wie viel Darnachser Übung zu oder abgenommen.

Der 3. Punct oder 8.

**Daß man sich nit zugleich in einerley Weiß in fürgenommener Tugend üben soll / sonder in einlang auff eine/ und ein Zeit lang auff eine andere underschiedliche Weiß üben soll.**

**N**u sollstu wissen/ daß es mit der Tugend eine Meynung habe / gleich wie mit nem Baum / an welchem du erstlich die Stammen hast / darnach unterschiedliche Aest und Zweig. An einer jedwedem Tugend finden sich unterschiedliche Theil/ die allen zugleich greiffen wollen / ist so nit sich in Gefahr geben keinen zu haben. Diewegen ist es rathsam/ ja gar vonnöthig/ daß man eine Tugend in seine unterschiedliche Theil auftheile/ und erstlich mit Fleiß in einem trachte/ und wan man solches erlangt hat/ alsdan zum andern Theil schreite. Das Exempel weiß: Wan du die Tugend der Demuth erlangen willst / fürnehmlich das Laster der Hoffart aufzureuten; so ist nit genug/ daß du dir in gemein fürnehmlich will in allen Dingen und allenthalben demüthig seyn; sonder ntheile die Demuth in unterschiedliche Theil / oder Übung / oder Stafflen auß / und befeisse dich in einem nach dem andern zu üben/ und eins nach dem andern zu erlangen. Diese Auftheilung wird gar wohl vom P. Rodriguez im ersten Theil



von der Vollkommenheit und Übung der Christlichen Tugend tract. 7. cap. 5. aufgelegt. Ein Krancker/welcher seinen Lust zum Essen verlohren/der sangt allgemach mit wenigen an das Fleisch wider zu versuchen/ und wã du ihm ein gankes Hünlein auff einmahl vorstellen oder vorlegen woltest / würde er solches von ihm stossen; wan du ihm aber ein Hünlein/oder Theil nach dem andern vorlegest/alsdan isset er so viel als ihm vonnöthe. In Aufreutung der Laster und Einpflanzung der Tugenden sollstu mit dir selbst umgehen / wie man mit einem Krancken umb zu gehen pflegt; gehe allgemach fort/von einem halben Tag in den andern halben Tag/von einem Tag in den andern/damit du allgemach auff solche Weiß alle fürfallende Beschwärnus überwinden mögest; dan wan du alles zu mahl/was zu einer Tugend gehöret/underfangen willst/ als Exempelweiß/ dein gang Lebenslang mit niedergeschlagenen Augen daher gehen/ ein gang Jahrlang nicht zu reden/und dergleichen mehr / alsdan mögestu etwan deinen Muth fallen lassen/und für ein unleidliches Ding halten. Aber wan du dir am Morgen früh fürnimbst: ich wil mich bis auff den Mittag vor dieser oder jener Unvollkommenheit hüten/oder aber in dieser oder jener Tugend üben. Item nach dem Essen dein Fürnehmen wider erfrischest/bis auff den Abend; oder aber auch ein Fürnehmen machest für den gangen Tag; alsdan kanstu dich wehl versichern / daß dich dasjenige leicht ankommen werde/ das du sousten für unmöglich halten thatest.

Plutarchus schreibt von einem sehr zornigen Menschen / daß er ihm selbst fürnehmen thate / sich anfänglich einen Tag lang vom Zorn zu enthalten/wie er dan auch thate; den anderen sagte er: ich sehe wehl/daß es warhafftig allein an mir gelegen/daß ich mich einen Tag vom Zorn enthalte / wan ich will.

R. P. Sulzen 2. BUND.

Darauff er ihm abermahl vornahm/sich den andern Tag vom Zorn zu enthalten / welches ihm dan auch glücklich abgieng. Dergleichen thät er am dritten Tag/und folgenden andern Tagen/ und trieb solches von einem Tag bis in den andern / bis er endlich seinen Zorn ganz under seine Fuß brachte/ und bey der Gesellschaft der andern gar gütig und freundlich wurde. Wir lesen in den Geschichten des Ordens des H. Francisci/ von einem Bruder Junipero genant /daß er sechs ganger Monatlang kein Wort geredt/ und auff folgende Weiß angefangen habe. Am ersten Tag thät er ihm fürnehmen Gott dem Vatter zu Ehren nichts zu reden / am andern desgleichen Gott dem Sohn zu Ehren/am dritten dem H. Geist/am vierten der Jungfrau Maria/ und also vielen anderen heiligen Außervöhlten zu Ehren den gangen Tag still zu schweigen. Dis triebe er sechs Monat lang/und erneuerte/ oder erfrischte also alle Tag sein Fürnehmen / einem oder dem andern Heiligen Gottes zu Ehren still zu schweigen. Wer ist nun under allen/welcher mit desgleichen thun könne? diese Weiß zu handeln / und eins oder das andere Laster aufzureuten/ oder Tugend in dein Herz zu pflanzen/ wird dir nicht allein sehr dienlich seyn dasjenige zu erlangen / was du begehrest und suchest; sondern auch dich zu schamen daß du so unbeständig/ und so gar keine geringe Zeit in deinem Fürnehmen verbleiben mögest. Scheinet dir diese Zeit zu lang zu seyn / so nimb allein den Morgen bis zum Mittag/ und darnach vom Mittag bis zum Abend; beduncket dich aber diese Zeit noch zu lang zu seyn/so nimb allein etliche Stund.

AAA

Der

uffren

I.

II



Der 4. Punct oder 5.

**Das man nit leichtlich von dem  
Fleiß eine oder die andere beson-  
dere Tugend zu erlangen/  
ablassen soll.**

**L**asse durchauß nit nach / deiner fürge-  
nommener besonderer Tugend / oder ei-  
nen Theil und Staffel derselben nach zu se-  
hen / bis daß du dich leichtlich in derselben ü-  
ben / oder auch ganz in deine Gewohnheit ge-  
bracht. Wie ich im vorigen Cap. in der 5.  
Anleitung von dem besondern Laster gesagt:  
Dan ob du wohl alle Tag ein eysriges Ver-  
langen zur gänzlich Vollkommenheit in  
dir erwecken sollst; wie gleichfals auch einen  
Grausen und Abschewen wider die Sünd  
und Laster: dannoch / gleich wie du dir ein be-  
sonder Laster fürnehmest dasselbige zu bestrei-  
ten und aufzureuten / und vom selben nicht  
nachlasset / bis du zu deinem Fürhaben kom-  
men: also sag ich gleichinässig von der beson-  
deren fürgenommenen Tugend. Item gleich  
wie man in Bestreitung des besondern La-  
sters nit vonnöthen hat / seinen Streit und  
Verfolgung des Lasters so weit zu treiben/  
bis daß man keine Neigung mehr zum sel-  
ben befinde / (Dan auff diese Weiß würde  
man nit wohl gethan haben / wie Hugo de  
S Victore sagt : zu dem so stehet solches viel  
mehr den Englen als den Menschen zu /  
sondern mit dem gnug ist / daß das Laster  
dermassen gedempffet / daß es einem nit viel  
mehr zu thun gebe / wenig hinderlich sey / und  
leichtlich möge eingehalten werden / oder a-  
ber daß man vom selbigen nit überwunden  
werde. Eben also ist es in Erlangung der  
Tugenten gnug / daß man sich ohit besondere  
Mühe in denselben üben möge / und die Bes-  
chwärnus / welche die natürliche widrige  
Neigung machet / leichtlich überwinden.

Wan du nun siehest / daß du inderlich 2. oder  
3. Wochen dich ohne Beschwärnus in der  
fürgenommenen Tugend üben kanst / alle  
kanst du dir eine andere fürnehmen. Weis-  
stu aber Beschwärnus in Übung der Tu-  
gend / fahre fort / und bearbeite dich so lang  
bistu erlanget hast / was du begehrest.

Der 5. Punct oder 5.

**Wie daß man etliche Sünd  
dichten / und Gelegenheit zu  
suchen soll / gemelte Tugend  
zu üben?**

**A**lthie sollstu wohl acht geben / daß du  
der böse Seynd nit betriege / und über-  
de / als wan du gemelte Tugend erlang-  
rumb diereit du keine Gelegenheit hast  
in derselben zu üben / und folgendes nit  
dieselbe sündigest. Als Exempelweis man  
zörnig bist von Naturen / und die fürgenom-  
men die Tugend der Gedult zu erlangen  
kan sichs zutragen / daß du den ganzen  
nat durch nichts zu leiden bekommest:  
du nun alsdan die Tugend der Gedult er-  
meynest erlangt zu haben / und des  
vom Fleiß die Gedult zu haben ablassen  
betriegestu dich selbst / dan man man  
recht von einer Tugend urtheilen kan  
durch die Erfahrung der Gelegenheit /  
durch die Geringfertigkeit / so man in  
derselben empfindet. Deswegen gib nit  
denselben Rath / welchen ich dir dinst  
Streit wider die Laster gegeben: merck  
daß du keinen Tag vorüber gehen laßst /  
welchem du dir nit einbildest / als wan du  
allergröste Gelegenheit hättest / und daß  
dich also haltest / wie du dich in der  
Gelegenheit verhalten würdest: Dann  
wohl under dem wahren / und in dem  
den / oder allein eingebildeten Ernst



großer Unterscheid sey/und daß der Kriegsman/welcher sich in eingebildtem Krieg tapfer haltet/in dem wahren Krieg vielmahlerschägelt gibt/so thut doch diese eingebildte Übung nit wenig zu einer guten Gewohnheit. Zu dem so wisse/ wie auch oben gesagt/ daß diese eingebildte Übung in der Tugend nicht ohne Verdiensten/wie ich oben von dem eingebildten Krieg und Streit wider die Laster gesagt.

Der 6. Punct oder 5.

Daß man eine auß den fürnehmsten Tugenden erwöhlen soll/ damit man zugleich mit ihr die andere/so an ihr hangen/erlangen möge.

Diese Weiß / eine auß den fürnehmsten Tugenden zu erwöhlen/ ist sehr bequem und möglich / so wohl eine besondere fürgenommene Tugend zu erlangen/ als auch das fürgenommene Laster/wie oben gesagt/ zu überwinden. Deswegen wan du zu einer oder der andern Tugend oder Vollkommenheit gelangen willst/ oder eines/ oder das andere Laster aufreuten: alsdan erwöhle dir eine auß den fürnehmsten Tugenden / welche andere unter ihr begreiffe : dan es begibt sich vielmahl / daß diß das kürzeste und leichteste Mittel sey. Als Exempelweiß/ wan du das Laster hast/ daß du andere raw und staur anredest/ oder im Reden durch auß keine Ehrerbietigkeit erweistest/ alsdan besleisse dich ein Zeitlang dieselbige hoch zu halten / für deine Oberen zu schätzen/ und dich den geringsten

under allen. Wan du zu dieser Vollkommenheit gelangen fanst / alsdan sey versicher/ daß da niemand mehr mit Stich- oder Schmahworten anreden wirst.

Befindestu in einer oder anderen Sachen/so dir begegnet thun/einen Widerstand oder Beschwärnus; alsdan gewöhne dich ein Zeitlang / alles was dir zusiehet/ also anzunehmen/ als wan es von der Hand Gottes selbstem / welcher alles zu seiner größter Ehr/ und zu deinem Heyl richten thut/ her kommen thäte. Wan du dich hierin ein Zeitlang gewöhnet/ alsdan trawe mir sicherlich/ daß du alles/ was dir begegnen wird / ohne Murren und ohne Klagen aufstehen wirst. Mangelt dir die Zucht und Ehrbarkeit in deinen Gebärden/ in deinem anschauen/ im gehen/ stehen oder dergleichen ; oder aber bistu zu sehr der Fürwitzigkeit etwas neues zu wissen/ ergeben; alsdan gewöhne dich ein Zeitlang züchtig / und mit großer Ehrbarkeit in der Gegenwart Gottes zu wandlen/ und dich in allem deinem Thun und Lassen also zu halten/ als wan dir Gott zusehen thäte. Wan du dich hierin ein Zeitlang übest / alsdan wirstu in allem deinem Handel und Wandel dich ingezogen still und züchtig verhalten.

Eben diß kan man von andern eufferlichen Mängeln sagen / in welche (wan du einen nach dem anderen besseren und aufreuten willst) du mehr Zeit und Mühe befinden wirst / als wan du eine auß den fürnehmsten innerlichen Tugenden erwöhlen / und an dich zu bringen besleiffen thätest; dan wan du solche Tugend erlangest/ alsdan wirstu dein ganz eufferlich Wesen in eine gute Ordnung bringen.

istren

I.  
II