



UNIVERSITÄTS-  
BIBLIOTHEK  
PADERBORN

**Einöde Philagiæ, Weiß vnnd Manier/ die Geistliche  
Exercitia einmal im Jahr/ acht oder zehn Tag lang nützlich  
zu verrichten**

**Barry, Paul de**

**Köln, 1672**

Examen von der Nüchterkeit und Mässigkeit.

---

[urn:nbn:de:hbz:466:1-59583](https://nbn-resolving.org/urn:nbn:de:hbz:466:1-59583)

## EXAMEN

Von der Nüchternheit vnd  
Mäßigkeit

Heraus wirst abnehmen / ob vnd wie  
vntel du in der Tugend der Mäßigkeit  
angenommen habest.

1. Nur zweymal des Tags essen / es er-  
fordere dann die Noth ein ander. Der H.  
Petrus von Lützelburg pflegte zusagen / gar  
nicht essen sey ein Englisch leben / einmal  
im Tag essen stehe den Heiligen Leuten zu/  
zweymal Mahlzeit halten seye Menschlich /  
aber mehr hierin thun das sey Viehisch. 2.  
In den gewöhnlichen Mahlzeiten die Maß  
vnd Noth nicht überschreiten. 3. Sich  
nimmer ganz satt essen / oder so viel / daß  
man zum schlaffen / oder studiren / oder bet-  
ten vnd lesen vntauglich sey. 4. Vnder  
wehrender Mahlzeit sich in etwas mortifi-  
ciren / so wol was die art der Speisen / als  
die viele belangen thun. 5. Nicht so gar auff  
das



das essen gefessen seyn / daß man auff die  
 Tisch-lection oder was gesagt wird keine  
 acht gebe noch etwas gutes gedeneke. wel-  
 ches wir thun sollen / wan wir oder allein  
 seyn / oder niemand nichts redet. 6. Nicht  
 so geschwind oder so begierig essen / daß man  
 die Speisen nicht kewe. Nichts schlecker-  
 hafftigs suchen / weder im essen / noch im  
 trincken. 8. Den Wein mäßig vermischen.  
 9. Die notturfft allein trincken. 10. Ausser-  
 halb der Mahlzeit ohne Noht nicht essen /  
 wiewol du erlaubnuß darzu hettest / damit  
 du der Sinnlichkeit / oder anderen hierin  
 nicht folgest. 11. Kein Obs / Zuckerwerk  
 vnd dergleichen / es seye heimlich vnd ver-  
 borgen oder öffentlich / vnd mit andern es-  
 sen. 12. An den Fasttagen des Abends in  
 der Collation der sachen nicht zu viel thun.  
 13. Nicht mehr darumb essen / weil es des  
 andern Tags Fasttag ist. 14. An den Fast-  
 tagen nicht also zu Mittag sich anfüllen /  
 daß es auß am andern Tag würde gesund  
 seyn / sich des Abendmahls zu enthalten. 15.  
 Mäßig vnd sparsam sein im Abendessen.  
 16. Vbers essen vnd die Leibsnahrung  
 nimmer klagen. 17. Nicht reden von köst-  
 lichen

lichen  
 Tracta  
 nicht  
 meder  
 hizer  
 schheit

Folg  
 zu lesen  
 nach fol

Für

I.

von der  
 gleden  
 chen / b  
 flets m  
 bald ein  
 darauß  
 eingige  
 trefflich  
 nemble  
 Willen



lichen Weinen / von essen speiß / vnd gutem  
 Tractament. 18. Den Tag durch ans essen  
 nicht gedencen. 19. Die Fastereyen ver-  
 meiden / vnd sich enthalten von den gar zu-  
 hitzigen oder antern Speissen so der Keu-  
 schheit nachtheilig seyn.

Folgt die Zeit einen Theil von seinen Tagzeiten  
 zu lesen / oder etwig mündlich Gebett; vnd dar-  
 nach folgendes Bedencken.

## Bedencken.

Für den Neunten Tag der Exercitien.

I. Was für ein glückseeligkeit ist es /  
 von der Tyranney der vnersättlichen Be-  
 girden / welche vns allein vnglückseelig ma-  
 chen / befreyt vnd erledigt sein? Man hat  
 stets mit diesen Begirden zuthun / vnd so  
 bald eine erfüllt / enstehen vnd wachsen  
 darauß vier vnd mehr andere. Es ist ein  
 einzige Begird / welche köstlicher vnd für-  
 trefflicher ist als alle andere ding; wan einer  
 nemlich nichts wilk noch begert als den  
 Willen Gottes zu vollbringen.

II. Job