



**Handbüchlein/ Darinn Sonderbare bequemlichkeiten
vorgeschrieben werden/ die vornembste Vbungen eines
Andächtigen/ Gottseligen Lebens/ den Tag vber
vollkommentlich zuverrichten**

Mayer, Christian

Colon[iae], 1635

¶ 1. Betrachtung von andächtiger geistlicher Weiß zu essen.

[urn:nbn:de:hbz:466:1-61192](https://nbn-resolving.org/urn:nbn:de:hbz:466:1-61192)

§ I. Betrachtung von andächtiger geistlicher
Weis zu essen.

I. Eingang. Bilde dir vor deine innerlichen
Augen jenes himmlische Gastmahl
welchem alle Seeligen/bevorab/die an-
gent der Mässigkeit / vnnnd Abbruchs
kommen gewesen / oder auch ohne Wohl-
mit sonderbahrer Andacht dem Leib kein
Notturfft gereicht haben / mit der hoch-
ligen Jungfraw Maria / vnnnd Engellichen
Geistern von d Feistigkeit des Hauses
tes erfüllet / vnd von dem Bach der Wohl-
getränkct werden / wenn geschicht was
sus verspricht: Luc. 12. Warlich sage ich euch
wirdt sich auffstürzen / vnnnd wirdt sie zu
hen / vnd vor ihnen gehn / vnd ihnen dienen.

II. Eingang. Begehre Genad mit solcher
Andacht / vnnnd Mässigkeit dich der Speis
zu gebrauchen auff Erden / auff das du
erfüllet werde im Himmel / was jener sagt
Luc. 14. Seelig ist / der das Brodt isset im Reich
Gottes.

I. Punct. Betrachte anfänglich das Ende
dieser Niesung oder Gebrauchs der Speis
welches

welches von Gott gesetzt worden / vnd seyn
soll ein Erfrischung vnd Erhaltung d Leibs
kräften zu grösserem Dienst Gottes / vnd
Nützlich des Nächsten angeordnet / darneben
auch ein Übung der Mässigkeit vnd ande-
rer Tugenten vnd gottseligen Begierden /
durch welche die Seel auch sol gespeiset wer-
den / weñ des Leibs Kräfte ihre Nahrung
empfangen. Wie fleissig soll dann ein Reli-
gios oder Gottes Diener insonderheit / auf
diesen so nützlichen vnd Gott angenehmen
Zweck ziehen / dem vorhin gebührt alles zu
richten zur Ehr Gottes / nach Pauli Be-
weyß: 1. Cor. 10. Ihr esset nun oder trincket / oder
was ihr thut / so thuts alles zu Gottes Ehr. Wie
fleissig / vnd sorgfältiglich soll man sich auch
halten / daß vns die Wollust im Essen (wel-
che wie S. Greg. 30. moral. 28. sagt / im essen
dieischer weiß nachschleicht / oder wol auch
die weilen unverschämte sich vorzutringen)
mit vom vorgesteckten Ziel abführe / oder alle
Maß zu überschreiten verzeihe.

II. Erwege darauff / wie solches auff ein

so fey.

so feyne / leichte / vnd verdienstliche Wer-
 (welche im andern S. angezengt wird) ge-
 hen könne / wenn man vor / nach / vnd
 dem Essen sich gebürlich verhält: darnach
 mit was Meynung / Andacht / Mäßigkeit
 Erbarkeit die hochgebenedeyte Jungf. Ma-
 ria vor der Empfängnuß im Tempel / dar-
 nach mit ihrem lieben Sohn / vnd Joseph
 auch Christus selbst mit seinen Jüngern
 cher Leibsnotturfft habe abgewaret. Zu
 diesen / so viel andere Heyligen / nicht allen
 in Abbruch der Speisen / sondern auch in
 gleicher Zucht / vnd weiß zu essen / sich nach
 zu folgen beflissen haben.

III. Die Motifen / dardurch du möchtest
 zu diesem guten werck angeerrieben werden
 seynd diese. I. Daß sehr viel lästliche Ein-
 den auff's wenigst / durch diese vorgese-
 bene weiß / vermittelt oder verhütet werden
 welche vnderlauffen könnten / oder durch
 bertrettung der Maß / oder mit nachgeben
 der Sinnlichkeit / nicht der Notturfft / oder
 mit vmb-schweiffendem Herzen / wenn du

Versuchungen die Fenster der Augen vnd
Mundts offen sehn/wenn wir andere voll-
kommene mit vnser Vnerbarkeit betrüben/
andere Schwachen aber zur Nachfolg rey-
sen. Hierdurch werden verstopfft die Quel-
len aller fleischlichen Einbildungen/Begir-
lichkeiten/ Betrug/ vnd Anfall des Teuf-
els/ der sich vnserer Begierlichkeit miß-
brauchet: vnd folgent alle Gelegenheiten ab-
zuschneiden zum Scrupeln/ Vnrube/ vnd
anderen Schäden/ welche auß lässlichen
Sünden/ vnd schweren Versuchungen zu
aufsehn pflegen. Es wirdt verhütet die Vn-
bequämlichkeit andere Empter recht zu ver-
richten/ welche auff die Fülle des Bauchs
zufolgen pflegt: aber die Ruhe des Gewis-
sens die Gesundheit des Leibs/ die Dapffer-
keit des Gemüts wird feyn dardurch erhal-
ten. 2. Mit einem Werk werden die abge-
mattete Kräfte des Leibs/ vnd des Gemüts
vermehrert erhalten/ ja/ ober die Massen ge-
mehret durch diese so treffliche Übung der
vornehmsten Tugenten/ als Demut/ Keu-

Gottes.

Gottesdienst / Lieb Gottes vnd des Näch-
 sten / Mässigkeit / Keuschheit / vnd andere
 Tugenten innerliche / vnd eusserliche werden
 wenn diese weisz gehalten wird: also das sie
 termahlen eben gleicher / wo nicht größer
 geistlicher Gewinn auß solchem Essen zu
 warten / weder auß längerem Fasten / vnd
 Abmattung des Leibs / die mit geringer
 Andacht vollbracht wird: Dann Gott der
 allwissliche Richter siehet mit an wie groß dy
 Arbeit / das man ihm zu Ehren thut / sondern
 was Andacht / vnd Anmutung es geschicht
 3. Eben mit gleicher weisz wird Gott / der
 Jungfr. Maria / Engelen / vnd Menschen
 ein sehr angenehm Schauenspiel vorgehalten
 weil Gott in seinen gaaben / die mit solcher
 Danckbahrkeit des gemühts / Erbarmung
 Mässigkeit / vnd Zucht genossen werden
 wie billich / geprenset wirdt. Die Engel
 Jungfraw Maria / vnd Engel erfrachten
 sich / wenn sie sehen / das ihre anvertraute
 vnd Kinder auß Erden sich eins himmlischen
 wandels befließen. Die Nebenmenschen

reden durch ihr Exempel erbarwet / zur
Nachfolg geryhet / vnd in ihnen Gott zu lo-
ben angetrieben.

11. Ein Weiß wie mann andächtig / vnd
geistlich zu Mittag / oder Abende essen
soll.

Vor der Mahlzeit.

1. Erneure die Begierd / mit guter Mey-
nung / Andacht / Obsicht / Mässigkeit
vnd Zucht gewöhnliche Vnderhaltung der
Ereiß zu gebrauchen / vñ bedencke eins auß
den gesagten / oder folgenden Notifen / die
dich hierzu erwecken können. 1. wie vnwür-
dig du sehest / wegen deiner so vieler Sün-
den vnd Vndanckbarkeiten / des brots der
Kinder / der du so oft deinen Begierden fol-
gest / zum Sewtrog dich hingeworffen
hast. 2. Wie Väterlich dir der fromme Gott
von Ewigkeit an alle Notturfft Leibs / vnd
Seelen / von Jugendt an / vnd noch / vorse-
hen hat / da du ihm doch so vielmal vndanck-
bar gewesen / seine Gaben mißbraucht / die
Mässigkeit vberschritten / vñnd so hinlässig
gedienet hast. D warhafftig ein guter / vnd

barme