



## 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 sich einer in der Buß und Strenghheit verhalten soll/ den  
Himmel dadurch zu gewinnen.

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

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 sehen 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 Geschpöts 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 Krähigkeit 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 Quell als auf einer Quelle herpringen / entlaß / wie wir lesen Num. 22. geschlug seine Eselin gar übel / daß sie nicht weiter gehen wolte / da sie doch anders nicht konnte / dieneil der Engel mit einem bloßen Worts vor ihr stand / und sie wegen des bösen Worts und Leibs des Balaams verhanden. Balaam selbstien war die Ursach alles dieses / und die arme Eselin mußte bedrückt leyden. Eben diß thut vielen widerfahren / 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.



Ehr zu benehmen; und dieneil er wohl weiß/das GOTT mehr durch das innerliche/als durch das äußerliche / mehr durch den Geist und das Gemüth/ als durch den Leib verehret wird; Item das die Menschen allzeit mehr auff das äußerliche / welches von andern gesehen wird / als auff das innerliche/ welches GOTT allein sehen thut / zu gehen pflegen. Also hat er viel Personen/ welche sich für tugendsam und andächtig aufgeben/dahin beredt / das sie mehr auff die äußerliche Strengheit und Züchtigung des Leibs/als auff die innerliche geben; und das sie vielmehr ihren Leib abmatten und aufhungeren/ als das sie ihre unordentliche Anmuthungen und muthwillige Begirten ihres Herzens rechter Vernunft und Verstandes/und ihren Willen nach dem Willen GOTTES richten. Er beredt vorzeiten 3. Regum. 18. Die Götzen-Priester des Abgotts Baal / das sie ihrem Abgott angenehmer seyn würden / und das er ihr Gebet desto baldter erhören würde/wann sie ihren Leib und ihr Fleisch mit kleinen Wasserlein zerschneiden und zerkragen thäten: jehziger Zeit machet er die Leut weiß/das sie GOTT einen grossen Dienst und Wohlgefallen thun / das sie hieran ein kräftiges Mittel haben/ alles von GOTT zu erlangen was sie begeren/ und das es ein unfehlbares Zeichen sey einer grossen Heiligkeit/wann sie stets mit einem härin Kleyd angethan dazher gehen: wann sie ihren Rücken/ und Leib mit Geißlen/und Ruchen zerhauen; wann sie sich mit Fasten aufmergen; wann sie auff dem bloßen und harten Boden schlaffen; wann sie nur eine oder 2. Stund schlaffen; wann sie mit bloßen Füßen daher gehen; wann sie mehr nit als Kräuter und Wurzel essen/ und das klare Wasser trincken / und das war nit genug / ohnz das sie sich im geringsten mit bekümmern/wie sie ihr eigen Urtheil

und Liebe underdrucken/und ihre unzimliche Anmuthungen und Begierden ihres Herzens überwinden mögen/ oder auch wie sie die wahre Demuth/Liebe/Gedult/Sanftmuth / und andere dergleichen Tugenden erlangen mögen / welche niemahl wahre Tugenden seyn/es sey dan das sie von innen herkommen. Mit allem diesem hat der leydige Sathan noch nicht genug / sondern führet sie weiter in die drey grosse Unglück. Das Erste ist / das sie eine so grosse Meynung von ihnen selbstien haben / ( wegen ihrer grossen Buß / und strengen Lebens ) das sie sich noch allhie in diesem Leben für heilig halten/und suchen / das man sie für solche halten soll. Sie folgen den Juden/ von welchem im Evangelio gesagt wird/das sie mit bleichen/traurigen Angesichter daher giengen/als wann sie viel fasteten / und ihre Kleider zerrissen/ als wann sie grosse Büßer wären. Das Andere ist/das sie die andere / welche nit so viel Bußwerck thun/entweder wegen der Blödigkeit ihres Leibs/oder aber damit sie in anderen besseren Wercken nicht verhindert werden/nit so streng leben; sondern ihre Strengheit mäßigen / verachtē/da sie sich doch mehr und embsiger bemühe ihre innerliche Anmuthungen/ihren eigenen Willen/Lieb und dergleichen Unvollkommenheiten zu dämpffen / und zu vertilgen. Das dritte Unheil ist/das sie sich mehr bekümmern und beängstigen / wann sie etwan eine auß ihren Strengheiten underlassen/ oder vergessen / als wann sie sonst in eine innerliche unmäßige Begierd verwilliget hätten; es thut ihnen leyder das sie etwan underlassen sich zu geißlen/als das sie etwan freywilliger Weis in eine böse Gedancken oder Begierd verwilliget. Es ist ihnen mehr angelegen das sie underlassen auff der harten Erd zu schlaffe/als das sie der eytelē Ehr/und

uffhren  
I. I.  
II



der Hoffart in ihrem Gemüth Platz gegeben: sie seynd trawriger daß sie etwan Wein getruncken als daß sie sich vom Mißgunst/ oder Zorn haben lassen überwinden. Sie wollen sich lieber selbst en hart geistlen/ oder fasten/ als leyden daß man sie schändet/ und schmähet/ oder verachtet/ oder daß sie ihrem Ober wider ihren eigenen Willen gehorsamen / oder diejenige lieben/ so ihnen Übels gethan. Da doch diese/ und dergleichen Tugenden GOTT dermassen gefallen/ daß er sie allen äußerlichen Opffern vorziehen thäte; wie viel mehr dann der Strenghheit des Lebens/ und äußerlichen Bußwerken.

Hiemit hastu nun mein frommer Christ/ wie du dich anfänglich in der Übung deiner Bußwerken / und Strenghheiten deines Leibs verhalten solt. Du mußt wissen daß alle leibliche Bußwerk und Strenghheiten im Leben gut/ heiliger und rechter Vernunft gemäß seynd, wie ich oben dargethan und erwiesen. Item daß es gar nützlich sey/ daß man sich/der selben gebrauche: aber du mußt weiters auch darbey wissen/ daß man tausendmal mehr auff die innerliche / als auff die äußerliche geben soll; und daß man seine Heiligkeit und Vollkommenheit in der innerlichen Übung der Tugenden stellen muß/ ungeachtet daß man in der äußerlichen fürtrefflich sey. Wan der H. Paulus sagt 1. Corinch. 13. daß ihm ohne die Liebe nichts nütze / wann er seinen Leib bis auff die äußerste abmerglen/ ja verbrennen solte; so solget ja/ daß etwas höhers/ und bessers seyn müße/ als seinen Leib züchtigen/ und allerley Unge- mach anthun. Wan der gütige GOTT zu den Juden sagt: Mai. 58. daß ihm ihr Fasten nit gefalle/ dieweil es auß ihrem eigenen Willen herkommet; so muß ja etwas bessers und nütlicher seyn / als das Fasten. Der H. Paulus im Schreiben an den Ti-

moch zum 1. c. 4. sagt daß die Züchtigung des Leibs gar wenig diene / wann man nit mit der Lieb und mit dem Dienst GOTTES und mit dem Nützlich den des Nächsten wegen seines Elends/ vergleichen will: Darnach Andacht ist zu allen Dingen dienlich/ welche GOTTES die zeitliche und das ewige Leben verheissen. Darauf dan zu schließen/ daß es besser und nütlicher sey/ der Andacht nit ist dem innerlichen abwarten / als dem äußerlichen züchtigen. Wan die Seel edler/ und fürtrefflicher ist als der Leib; so ist es ja beß- gethan/ daß man GOTTES den Willen der Seel auffopffere/ als daß Blut/ welches auß dem Leib fließen thut. Wann die Seel GOTTES und des Nächsten die best- und fürnehmste Tugend seynd / und in der Seel gefunden werden; als dan ist es besser/ daß man mit dem Kleid der Liebe einem harn Sack bekleidet sey. Wann sein Leib vergeblich mit vielen Fasten abmerglen/ wie der H. Hieronymus sagt/ was das Gemüth mit Hoffart aufgeblasen. Es ist keine Tugend daß man sich enthalte von Wein trincken/ und under dessen vollen Maß und Meid stecke. Der Leib wird nit seinem Nutz gezüchtigt und gezeuget / man sich der Geist von Sünden enthalte. Hi- desgleichen sagt der H. Pabst Leo Secus 4. Quadrag. vergebens enthalte man sich von essen/ wann das Gemüth in seinen Lasten verharret. Die ganze Schöne und Zierliche Tochter des Königs bestehet in dem innerlichen. Psal 44. GOTT sagt bey dem Propheten: Bekehret euch zu mir mit ganzem Herzen / darnach weynen und fasten. Die Erfahrung bringet es mit sich/ daß die Personen/ welche innerlich in ihrer Seelen wohl gestellt/ und den Tugenden ergeben/ sich nit wenig in den äußerlichen Bußwerken und Strenghheit des Lebens üben/ welche sie mit einem wahren Willen



Der 2. Punct oder 5.

Was für Umstand gehören  
dazu / daß man mit den Bußwer-  
cken / und Strenghheit des Leibs  
den Himmel gewinnen  
kÖnne?

Ihrer großen Vorthail thun / wie auß ihrer  
täglicher Beywohung bekant ist. Die  
äußerliche Bußwerck und Züchtigung des  
Leibs / ist allein ein Mittel zur innerlichen  
Vollkommenheit zu gelangen; der H. Ber-  
nardus Apolog. ad Guilelmum Abbatem  
machet die jenigen / welche der äußerlichen  
Strenghheit ergeben / sich andern vorzie-  
hen und sie verachten / übel auß; seine Wort  
lauten also: Tu cum ad horum aliis eadem  
non obſt- rancibus, &c. warumb rühme-  
st dich daß du die Strenghheiten des Or-  
dens genaw und vollkommen haltest / und  
von andern die sie mit halten übel redest; und  
dieselbe urtheilest? Wer soll nicht sagen daß  
du viel mehr die Regel überschreitest / als  
halten thust? in dem du die fürnehmste Sa-  
chen deiner Regel mit haltest / und etliche ge-  
ringe Sachen hoch achtest und haltest? Dan  
in dem du dich selbst auß Hoffart lobest /  
und andern vorziehst / verliehrest die De-  
muth und Liebe; welche ungezweiflet  
mehr seynd / als alle Strenghheiten des  
Leibs. Wann du deinen Leib züchtigest  
und abmattest / so thust gar wohl daran;  
aber wann der jenige / von welchem du übel  
redest und welchen du urtheilest / den äußer-  
lichen Strenghheiten des Leibs / (welche  
nach Meynung des H. Pauli wenig nutz)  
weniger ergeben ist / als du / sich aber der Liebe  
GOTTES und dem Nützlichden / so zu al-  
len Sachen dienet / mehr beflisset / thut er nit  
besser daran als du? Wer ist auß euch beyde /  
welcher die Regel am besten haltet? ist es nit  
der jenig welcher besser ist? endlich sag mir /  
welchen haltestu für den besten? den / so sich  
durch seine Strenghheit abmattet und müd  
machet / oder den / welcher mehr auß Herzen  
demuthig / und welcher mit der Magdalena  
den besten Theil erwehlet?

R. P. Suffren, 2. Bund.

Es gemein davon zu reden / so müssen sie  
in der Gnad Gottes geschehen / mit  
Verewung der Sünden angefangen / und  
GOTT durch eine unverfälschte Meynung  
aufgeopfert werden / ihm zu größern Ehren /  
zur Genugthuung für die Sünd / und zu  
vergleichen Ziel und End mehr. Sie müs-  
sen mit der Strenge des Lebens Christi ver-  
einigt werden / und endlich zu gewisser Zeit /  
an bequemen Orten geschehen. Insonder-  
heit aber hievon zu reden / so sollen gemelte  
Bußwerck mit folgenden Umständen ge-  
schehen / welche ich auß dem Spruch des H.  
Pauli nehme / da er zu den Römern also  
schreibt: Rom. 12. Obsecro vos per miser-  
cordiam Dei, &c. Ich begere von euch  
umb der Barmherzigkeit Gottes  
Willen / daß ihr ewere Leiber / gleich  
als ein lebendiges / heiliges / GOTTes-  
fälliges / und Vermiffte gemäß g  
Opffer GOTT auffopfert. Dann  
erstlich sagt er / daß wir unsern Leib durch die  
Abmerglung und Züchtigung / gleich als ein  
lebendigs Opffer opfern sollen. Welches  
Opffer so wohl das innerliche Leben der Liebe  
(ohne welches alle Sachen vergebens seynd /  
und wenig zur Seligkeit helfen / wie ich im 1.  
Theil am 3. Capit gesagt) als auch das auß-  
serliche würckliche Leben haben muß. Also  
das alles / was sich äußerlich von andern sche-  
lasset / auß Liebe und innerlicher Tugend ge-  
schehe. Daher eben der H. Paulus sagt: Si  
spiritu facta carnis, &c. Wä ihr die Werck  
des

F F

des



des Leibs und des Fleisches durch den innerlichen Geist dämpffen und züchtigen werdet / als dan werdet ihr Leben ; dan gleich wie der Geist oder Seel dem Leib / welcher ohne den Geist und ohne die Seel ein stinckendes Aas ist / das Leben gibt ; also gibt die innerliche Tugend / welche gleich als eine Seel ist ) dem äußerlichen Wesen und Thun / welches sich dem Leib vergleichet / sein Leben : und gleich wie ein jedweder Leib seine eigene Seel hat ; also müssen die äußerliche Werck der Tugenden die innerliche Tugenden haben / welche gleich wie ihr Seel ist. Als Exempel weiß wan sich einer verdemüthiget die Erd küffet / oder schlecht gekleidet ist / alsdan muß solches auß Antrieb der innerlichen Demuth geschehen / nit auß Antrieb der eytelen Ehr / oder Hoffart : sonst ist er auß der Zahl / von welchen gesagt wird / daß sich etliche fälschlich verdemüthigen / innerlich voller Hoffart seyen. Ecclesi. 19. Item wann einer einem Armen ein Almosen gibt / alsdan soll er solches auß Mitleyden wegen seines Elends thun. Wan einer seinen Leib geißlet und züchtiget / alsdan soll er solches auß innerlicher Reu und Leyd über seine Sünden und auß herlicher Begird zur Buß thun : damit Gott nit zu ihm sagen möge / was er zu den Juden sagte : Zerreißet ewer Hertz / und nit ewere Kleyder / das ist / nit eweren Leib / welcher gleichsam das Kleyd der Seelen. Mit einem Wort / alle äußerliche Werck des Menschens / wan sie nit auß dem Geist / und innerlicher Tugend geschehen / seynd gleichsam todt / und gelten nichts vor Gott. Daher sagt der H. Leo , daß Fasten ist einem nichts nutz / es sey dann daß man seine Seel und Gemüth von den Sünden abzihe / und die Zung sich von dem schelten schmähen / und Nachreden zu enthalten gezwungen werde. Item der H. Maximus :

Mein / sag mir / was ist das für ein Fasten das man den Leib und Bauch durch die Fasten gleichsam heilige / und seine Zunge zu Liegen befähiget? Item weiter der H. Bernardus us Serm. 38. wan allein der Mund und Zunge gesundiget / so ist es genug / daß auch allein faste : wan aber auch die andern Glieder gesundiget / als dann ist es besser daß sie auch fasten ; deswegen sollen auch die Augen fasten / und sich vom fürwitzigen und her schawen enthalten ; die Ohren von Anhörung der Tadeln und Mährlein ; die Zung aber vom Nachreden / und man am allermeisten aber soll die Seel fasten / und sich von den Sünden / eigenem Willen und Liebe enthalten.

Das 2. ist / daß unser Leib oder Rast des Leibs ein heiliges Opfer seyn muß / ist / daß man fleißig acht und Erachtung müsse / daß in solche Opfer nichts böses einklauffe / und keine böse Meynung / Unbescheidenheit gefunden werde : das man nit sagen könne : beyde / der da leidet und der umbreißet was gebawet / hat groffe Mühe / und durch auß keinen Schaden Wann einer auß Geiß oder Sparsamkeit fastet / als dann dienet ihm solches nit zu seinem Heyl ; wosfern er aber dasselbig nit zu seinem Bauch engehet / den Armen gleich dan verdienet er den Himmel. Gleich dasselbige / was er seinem Bauch abbetet thut / nit under die Armen außstellet / das big fastet nit umb Gottes Willen / sondern seinet Willen ; und haltet dasselbige auß ein ander mahl. Sagt der H. Lehrer Gregorius in Pastor.

Das 3. ist / daß unser Leib und Rast desselben ein gottgefälliges Opfer seyn muß. Das ist / daß es allein Gott zu liebe und gefallen geschehe. Das man keine äußerliche Ehr / noch Lob / noch äußerlichen geschwen Gewin darinnen suche ; daß man in



nem Herzen willig ( wosern man wissen sollte das GOZT solche Kasteigung nicht begerete/oder das es ihm lieber/ von solchen leiblichen Strenghelten abzusehen ) dieselbige zu verlassen; ungeachtet das man eine grosse Begird darzu/und einen grossen Lust darin empfinde: und hergegen wann man wissen sollte das GOZT an denenselben ein gross Gefallen geschehe/ als dan in seine Gemüth bereit dieselbe mit Lust zu verrichten/ ohne das es der natürlichen Neigung ganz zu wider; mit einem Wort das man ganzlich darfür halte/ das die Heiligkeit unserer Seel in dem bestehe/das man dem Willen Gottes gemäß lebe/und nit in dem/das man seinen Leib faste und abmergle.

Das 4. ist/ das solche Strenghelten des Leibs der Vernunft gemäß / und mit Bescheidenheit geschehen sollen; welche gleichsam das Salz ist/ mit welchem das Opffer besprenget wurde: also das alle diese Bußwerck und Strenghelten des Leibs mit Zustimmung und Verwilligung der Oberr/oder eines geistlichen Vatters geschehen müssen; damit sie an andern guten Wercken/an welchen zu unserm eigenem/ oder des Nächsten Behl mehr gelegen ist/nit verhindertlich seyen. Der 3. Lehrer Hieronymus in Auflegung der Wort des H. Pauli an seinen Junger Timotheum ( noli aquam bibere, du solt kein Wasser trincken ) 1. Timoth. 5. sagt also: Gott will das wir ihm bescheidenlich dienen sollen. Und das wir durch zu viel Fasten nicht schwach oder krank werden/ und die Lust gebrauchen müssen: man muß gemächlich und mäßig handeln: damit man in seinem Dienst/oder Ampt viel mehr zu als abnehme. Fast desgleichen schreibt er an die Jungfrau Demetriadem, und sagt: Sic debes jejunare, &c. Du solt nit also Fasten das du zablest/ und kaum athenen mögest/ und das dich andere leyten/

oder auch tragen müssen Item im Schreiben an die Lactam spricht er: das lange/ und unbescheidene Fasten gefalt mir durchaus nit/ insonderheit aber an denen/welche zarter und weichler Natur seynd. Die Ursach alles dessen ist/ dieweil das viel unbescheidene Fasten vielerley Kranckheit mit sich bringt/ also das man nachmal alle Strenghelt muß fahren lassen / und dieselbe in ein zartes weiches Leben verändern; das man seinen Leib wohl gütlich halten müsse / mit welchem man zuvor hart / und streng umgangen. Die Hirschen haben Beschwerus im Lauffen wan sie feist / oder wann sie zu mager/ unser Leib kan Gott nit wohl dienen wann er zu feist/oder auch wann er zu mager/blödd / und abgemattet. Er kan sich selbst kan tragen wan er zu feist / oder auch zu sehr abgemerglet.

Die Ubertrettung dieser Bescheidenheit und Mäßigkeit im Fasten/Kasteigung/ und geistler seines Leibs/in härinen Kleidern/und dergleichen andern Strenghelten des Leibs mehr / machet das der Mensch untauglich werde in der Liebe/ oder zu den Wercken der Lieb gegen dem Nächsten; und die beste Zeit seines Lebens gleichsam verlichre. Der heilige Bernardus beklagt sich über sich selbst/ das er auff diese Bescheidenheit nit gnugsam acht gegeben.

Diese Bescheidenheit/und vernunftmäßiger Dienst soll fürnemlich in 4. Dingen gespüret werden Erstlich / in dem das man nit gedencke seinen Leib zu tödten/ sondern seine Muthwilligkeit zu dämpffen/und ihn ab zu matten; nit in Kranckheit zu bringen/sondern seine Thorheit einzuhalten/und seine freche Begierden oder Anmuthungen. zu mäßigen. Diese Lehr gibt mir der H. Chrysostomus an die Hand/ in dem er die Wort des Heilige Pauli: Ich züchtige meinen Leib / und mache ihn zum Diener

ufftren  
I.  
II



meines Geists 1 Corinth. 9. auflegt / und sagt: daß Paulus nit schreibe / ich verderbe und straffe meinen Leib; sondern ich kasteie ihn / und underwerffe ihn dem Geist / welches eigentlich die Herr oder Meister / und nit die Tyrannen oder Feind zu thun pfliegen.

Zum 2. Daß man sich gemelter Strengheiten dermassen gebrauche / damit sie an einem grössern Gut nit hinderlich seyen. Diese Lehr gibt Franciscus Sales Bischoff zu Genff / in seinem Buch Philothea genant / da er sagt: Das Fasten und das Arbeiten machen den Leib und das Fleisch matt / und schwach. Wan die Arbeit / oder andere Sachen / welche du zuverrichten hast / dir nothwendig / oder zu der Ehr GOTTES sehr dienlich / alsdan ist mir lieber daß du arbeitest / als daß du fastest. Dis ist die Meinung der Christlichen Kirchen / welche wegen der Arbeit so auff die Ehr GOTTES. und daß Heyl des Nächsten gerichtet werden / diejenige solcher Gestalt arbeiten von dem Fasten befreyet / ja so gar von den gebottenern Fastagen: dann dieweil man in den Wercken der Liebe eben so wohl arbeitet / und Beschwermus hat / als in dem Fasten; so ist die Beschwermus / welche sich in den Wercken der Liebe befindet / der Beschwermus in dem Fasten vorzuziehen. Item neben dem daß beyde Mühe haben / so ist der Nutz auf den Wercken der Lieb viel grösser. In gemein davon zu reden / so ist es besser daß man mehr leibliche Stärke habe / und halte / als daß man sich zu viel schwäche: dann man kan sie allzeit geringeren und dämpffen / wan man will / aber wan man sie verlohren / so kan man sie nit allzeit wider haben.

Zum 3. Daß man solche Bußwerck und Strengheit des Leibs samme / welche dem Beruf und Stand eines jedwedern

gemäß und bequem seyen. Denjenigen welche in der Eh leben; welche jarter / und weichlicher Natur seynd; oder welche nit leibliche Arbeit zuverrichten / seynd gemessenlich die härtere / und daß viel Härte nit bequem; sich selbstem geistlich thun nit weh / und bringet der Gesundheit nit schader: in allem diesem ist das beste / daß man solche Werck vielmehr mit Härte andern / oder geistlichen Batters / als mit seinem eigenen Sinn verrichte: eben daß ich von der Zeit / wan / und wie lang man darin üben soll.

Zum 4. Daß man mehr auff daß allgemeine Fasten / das ist / welches von den Christlichen Kirchen / oder einer gemein sung gehalten / als auff sein besondere Fasten / das man ihm selbstem etwan verordnet / halte. welcher Sach sich diejenige strafflich beden / welche in ihrem besondern / eigenem Fasten viel genaver und strenger seynd / als in dem allgemeinen Fasten. Daß Fasten welches auff Befehl / oder Ordnung der ganzen Gemein gehalten wird / ist kräftiger als das / welches die ganze Christenheit richtet / erlangt mehr bey GOTT als

das andere Fasten wie der Heil. Leo Ser. 7. de jejunio septimi mensis sagt.

