



UNIVERSITÄTS-  
BIBLIOTHEK  
PADERBORN

**Dreyfacher Weeg Zu der Christlichen Vollkom[m]enheit,  
Nach Anleitung deß Heiligen Ignatii**

**Waldner, Peter**

**Ingolstadt, 1731**

Von dem Gelübd der Keuschheit.

---

[urn:nbn:de:hbz:466:1-60715](https://nbn-resolving.org/urn:nbn:de:hbz:466:1-60715)

Wo kommet her die Unruhe, wann mir etwas verweyhet, oder entzogen wird? velleicht daher, weil ich zu diser oder jener Sach ein gar zu grosse Zuneigung, Affect, und anlebende Lieb habe?

Ist aber dises ein bedaurliche Schwachheit / daß ich, welcher die Welt verlassen, das Herz heffte an solche nichtswertige Sachen, und mehrer verwirret werde, wann mir solche werden entzogen, als da ich mit herzhafften Schluß alles verlassen?

**Etliche Exempel von der heiligen Armuth** seynd zu finden nach der Erforschung über die 8. Regl F. F. Coad. von der Armuth, an den ersten Tag der dritten Wochen.

## Von dem Gelübd der Keuschheit.

**I**n diesem Gelübd redet der H. Ignatius Reg. 28. Sum. also: Das Gelübd der Keuschheit belangend, bedarff es keiner Außlegung / weil am Tag ist / wie vollkommentlich sie soll gehalten werden / nemlichen / daß man sich befleisse Engli-

L 3 scher

scher Lanterkeit mit des Leibs und der Seelen Keinigkeit nachzufolgen.

Die Mittel, diese Tugend einweders zu erlangen, oder zu erhalten, seynd folgende.

1. Die Bewahrung der Pforten der Sinnen, fürnehmlich der Augen, Ohren, und Zungen. Reg. 29.

2. Die Haltung der Zucht, Regeln, sonderlich in Sachen, die gemeinlich verdächtig seynd, oder einer bey sich selbst nachtheilig befindet.

3. Die Buswerck, welche einer ihme selbst zu seinem Nutzen mit Gutheiffung des Oberen auferlegen kan.

4. Die Betrachtungen, Erforschungen, und mündliches Gebett, durch welche geziget wird ein Lust und Lieb zu geistlichen Dingen; herentgegen ein Verdruß verursachet wird ab allem dem, was nützlich ist.

5. Ein vielfältiger Gebrauch der H. H. Sacramenten.

Neben diesen Mittlen dienen schier alle vorgehende Meditationes oder Betrachtungen, und andere Übungen, als Bewegursachen zur Lieb dieser Tugend, oder zum Haß des entgegen gesetzten Lasters, oder als Mittel wider das selbige.

1. Die Betrachtung von dem letzten Ziel und End gibt uns zu verstehen, wie nârisch es seye, von ihme abweichen, wegen eines augenblicklichen Wollusts.

2. Wann die Betrachtungen von den Sünden in uns verursachen ein Widerwillen wider die Sünd sollen sie in uns einen solchen erwecken wider dieses Laster.

3. Die

3. Die Betrachtungen von dem Todt, von dem letzten Gericht, von der Höll, seynd kräftige Mittel wider die Anfechtungen.

4. Die Armseeligkeit, die wir gesehen an dem verlohrenen Sohn / ist ein Abbildung des armseeligen Stands, in welchem lebet der Unkeusche.

5. Das geistliche Lesen von der Laufigkeit ermahnet uns, daß man auf das mindiste, absonderlich in diser Sach achtung gebe.

6. Das gemeine und absonderliche Examen, die öfftere Beicht, das Gebett und Auftheilung der Zeit, seynd bekante, bewehrte, und allgemeine Mittel wider die Sünd der Keuschheit.

7. Die Betrachtung von dem Reich Christi, und von den 2. Fahnlein lehret uns streiten wider disen Feind.

8. Die Betrachtung von der Menschwerdung und Geburt Christi, in Bedenkung, daß ihm Gott den reinisten Tempel der reinisten und unbefleckten Jungfrauen für ein Wohnung erwählet, erinneret uns, wie rein unser Tempel und Wohnung solte seyn, unseren Herrn zu empfangen.

9. Eben dises erinneret uns das geistliche Lesen von der Reinigkeit.

10. Das dreyfache Gespräch ermahnet uns, daß wir, gleichwie wir andere Gnaden durch **MARZAM** begehren sollen, also sollen wir auch dise Gnad, keusch zu leben, durch sie begehren. Wann ein Dieb einbricht, einen Schatz

zu stehlen, in ein Haus zu einer Zeit, da niemand zu Haus als etwann ein Kind, so erschrickt der Dieb, und laßt sich abtreiben, wann das Kind der Mutter ruffet. Also auch, wann einer in einer Anfechtung, da der höllische Dieb uns berauben will des geistlichen Schatz, MARIA seiner Mutter ruffet, so muß der Feind weichen. Dieses hat erfahren jener, welcher auß Rath Patrii Zuchii in denen Anfechtungen zu MARIA also geruffen: O Sanctissima Domina, en sum tentatus, succure Virgo. O Heiligste Jungfrau, sihe ich bin angefochten/ komme mir zu Hülf O Frau!

Anderere Mittel, diese Tugend zu erlangen, oder ein Abscheuen von dem widrigen Laster zu machen, werden angezeigt in dem Bitter unser, welches auf die andere Weiß zu beiten heut bedruckt worden.

Die erste Bitter schreibet für die Liebe Gottes, welche erwisen wird durch dieß, daß einer heilige seinen Namen. Der Gott liebet wird einen Widerwillen haben ab dem jenigen Laster, welches Gott sehr müßfallet, und sonderlich entheiliget seinen Namen.

Die andere Bitter schreibet vor die Gedächtnuß des Reichs der Himmlern: Dann dieser Gedanken/ soll ich dann so liederlich verschmerzen die ewige Freud/ ist eben so kräftig einen abzuhalten von einem augenblicklichen Wohlust, als der Gedanken von der unglückseligen Ewigkeit. Der Rath des Heil. Geists ist nur, daß man nur gedencke an dem Todt, an daß letzte

Gericht, an die Höll, sonderen auch an dem Himmel. Memorare novissima tua &c. Unter welchen auch ist der Himmel.

Die dritte Bitt schreibet für einen ernstlichen, und oft widerholten Fürsatz zu thun den Willen Gottes. Der Willen Gottes aber ist, daß ein jeder halte die seinen Stand gemässe Keuschheit. Die vierte Bitt schreibet für die Mäßigkeit, also daß einer zu friden sey mit dem täglichen Brod, nit suchend einen Überfluß.

Die fünffte Bitt schreibet für die öfftere Reu und Leyd mit demüthiger Bitt: Dimitte nobis debita nostra: und erinneret uns der öffteren Beicht, durch welche die Schulden vergeben werden. Dife ist eines auß den sichersten Mittlen, weil derjenige, der offtermahl beicht, haben muß ein ernstliche Reu und Leyd mit dem Fürsatz auch die Gelegenheit zu meiden. Geschieht aber solches zum öffteren, wird einer in sich selbst gehen. Der Gedanken, ich muß beichten/wird ihn abhalten, daß er nit begehre dasjenige, welches zu beichten er sich schämet. Gott wird ihn auch, wann er eines so guten Willens ist, indem er offtermahl ihm fürnimt, er wolle sich besseren, häufigere Gnaden geben, daß er könne thun, was er ihm so oft fürgenommen.

Die sechste Bitt schreibet für das Gebett wider die Anfechtungen.

Die sibende Bitt schreibet für die Flucht des Müßigangs, von welchem alles Übel herkommet.

Von allen diesen Mittlen will ich kein weitere

tere Meldung thun. Allein, weilien auch der H. Ignatius das 4te Mittel, nemlich die Mäßigkeit damit man nit durch unmäßiges Trincken und Essen der Begirlichkeit zu sündigen, und dem bösen Feind zu versuchen Gelegenheit gebe, allen denenjenigen, welche Liebhaber der Keuschheit fürschiebet, so will ich hier beysetzen die Regeln welche der H. Ignatius, die Speisen recht zu mäßigen, hinterlassen.

1. Erstlich zu Erlangung der Mäßigkeit ist mehr von anderen als von dem trunkenen Brod Abbruch zu halten; weilien dises nit also die unordentliche Begird zum Essen erweckt, und zu der Versuchung nit also Ursach gibt/ wie andere Speisen.

2. Ist noch mehr auf den Abbruch des Trancks, als, auf andere Speisen acht zu geben, indem man bescheidenlich aufmerckt, welche Maß des Trancks nuze, welche schade, jene zwar das man sie behalte, dise daß man sie abstelle.

3. Dise Tugend bestehet absonderlich in dem Abbruch der delicaten Speisen, weil durch dise so wohl der Begirlichkeit zu sündigen als dem bösen Feind zu versuchen Gelegenheit gegeben wird. Dise Mäßigkeit wird aber gehalten, eintweders/so man schlechtere Speisen isset, und an solche sich gewöhnet, oder doch daß man der besseren wenig genieffet.

4. Die rechte Maß in Speiß und Tranck für eines jeden Persohn, wird desto besser ergriffen je mehr ihme einer auch von der gezimlichen Nahrung ( doch ohne sonderen Schaden seiner

Gesundheit ) abbricht ; dann auf diese Weiß wird sich einer auch fähig machen der himmlischen erleuchtungen, auf welchen er hernach leicht zu unterscheiden lehre die gebührende Maß seiner Nahrung. Über daß wird er durch solchem Abbruch leichtlich erkennen, wann die natürliche Kräfte ein mehreres erfordern, als da er sich dardurch an Leibskräfte schwächer, und zu Verrichtung geistlicher Übung undüchtiger empfindet.

5. Ist gar nutz, unter dem Essen ihm vorbilden / wie sich unser Herz Jesus Christus in Nahrung der Speiß und Trancs, wie er sich in Bewahrung anderer Sinen; wie in dem Redertverhalten habe. Auf solche Weiß wird geschehen, daß der Verstand mehr auf dergleichen Betrachtung, als auf die leibliche Speiß achtung gebe.

6. Es mögen auch zur annemblicher Abwechslung andere gute Gedancken, als von dem Leben der Heiligen, von einer andächtigen Lehr, oder einer Abhandlung eines geistlichen Geschäfts fürgenommen werden, dardurch das Gemüth eingenommen, wenig auf die Lustbarkeit der Speissen gedencke.

7. Man solle sich sonderlich hütten von gar zu begüriger Außgießung in die Speiß, welche dann nit gar zu begürig soll genommen werden, sonderen man soll allezeit über die Begürlichkeit die Oberhand erhalten, so wohl was die rechte Maß, als die Weiß anbetrifft.

8. Zu Verhütung aller Unmäßigkeit ist gar  
gut,



gut, daß man vor dem Essen/da man keine Hun-  
ger empfindet, durch vorhergehende Berathschla-  
gung eine gewisse Maß fürnehme, welche man  
hernach weder auß Begürlichkeit, weder auß An-  
trieb des bösen Feinds überschreite, sonderen sich  
und den bösen Feind zu überwinden von dersel-  
ben etwas entziehe. Ita S. P. in Reg. de tem-  
perando victu.

## Erforschung

Über das Gelübd der Keusch-  
heit / und die Mittel selbe zu er-  
langen / oder zu erhalten.

I.

**H**ab ich ein grosse Schätzung von dieser  
Gott angenehmen gefällig, uns nützliche-  
sten, und Englischen Tugend ?

2. Hätte ich nit ein grössere Schätzung von  
ihr, wann ich neben dem Wohlgefallen Gottes  
und unseren Nutzen bedencket hätte, daß die See-  
ligste Jungfrau die Jungfrauschaft mehr und  
höher geschäzet, als die Mitterschaft Gottes  
selbsten ?

3. Wie kan ich wohl der Seeligsten Jung-  
frauen gefallen, wann ich ihr nit nachfolge in dieser  
Tugend ?

4. Wie