

# Inhalt

Vorwort	15
Einführung: Das Geheimnis der „Nachfolge Christi“	25
ERSTES BUCH	
<b>Anleitung zum geistlichen Leben</b>	33
1 Von der Nachfolge Christi	35
2 Sich selbst demütig einschätzen	37
3 Die Lehre der Wahrheit	39
4 Achtsamkeit beim Handeln	44
5 Das Lesen der heiligen Schriften	45
6 Ungeordnete Gesinnungen	46
7 Keine trügerische Hoffnung und Überheblichkeit hegen!	48
8 Vertrauensseligkeit sollte man vermeiden	50
9 Gehorsam und Unterordnung	51
10 Sei nicht redselig	53
11 Frieden erwerben und unermüdlich weiterstreben	54
12 Der Nutzen von Widrigkeiten	57
13 Anfechtungen zurückdrängen	59

14	Leichtfertiges Urteilen meiden	63
15	Handeln aus der Liebe	65
16	Ertrage die Unzulänglichkeiten der anderen	67
17	Das monastische Leben	69
18	Schau auf das Vorbild der heiligen Väter	70
19	Was gute Ordensleute tun	74
20	Liebe zu Einsamkeit und Schweigen	78
21	Das reuevolle Herz	83
22	Der Blick in das menschliche Elend	87
23	Betrachtung des Todes	91
24	Gericht und Strafe für die Sünden	97
25	Besserung des Lebens von Grund auf	102

## ZWEITES BUCH

### **Wege zum inneren Leben** 109

1	Der innere Wandel	111
2	Sich in Demut unterordnen	116
3	Der gütige, friedensbereite Mensch	118
4	Lauterer Sinn und einfältige Absicht	120
5	Achten auf sich selbst	122

6	Die Freude eines guten Gewissens	124
7	Die uneingeschränkte Liebe zu Jesus	127
8	Vertraute Freundschaft mit Jesus	129
9	Wenn du trostlos und verlassen bist	132
10	Dankbarkeit für Gottes Gnade	137
11	Nur wenige lieben das Kreuz Christi	141
12	Der königliche Weg des heiligen Kreuzes	144

## DRITTES BUCH

**Kampf und Trost** 153

1	Christus spricht im Innern zur gläubigen Seele	155
2	Die Wahrheit spricht im Inneren ohne laute Worte	156
3	Gottes Worte muß man in Demut hören	159
4	Lebe in Wahrheit und Demut vor Gott	163
5	Die wunderbare Wirkung der göttlichen Liebe	166
6	Die Erprobung dessen, der wahrhaft liebt	171
7	Die Gnade unter der Obhut der Demut verbergen	175

---

8	Unter den Augen Gottes sich selbst niedrig einschätzen	179
9	Alles auf Gott als das letzte Ziel beziehen	181
10	Gott dienen ist angenehm	183
11	Prüfe und mäßige die Sehnsüchte deines Herzens	187
12	Die Schule der Geduld und der Kampf gegen die Begierden	189
13	Gehorsam und Demut nach dem Beispiel Jesu Christi	192
14	Im Guten nicht überheblich werden, sondern Gottes verborgene Gerichte bedenken	194
15	Verhalten bei allen Anliegen im Handeln und Reden	197
16	Der wahre Trost ist allein in Gott zu suchen	200
17	Alle Sorgen leg in Gottes Hand	202
18	Irdisches Leid nach Christi Beispiel mit Gleichmut ertragen	204
19	Ertragen von Unrecht und: Wer sich wahrhaft als geduldig erweist	206
20	Das Eingeständnis der eigenen Schwachheit und das Elend dieses Lebens	209
21	Mehr als alle Güter und Gaben muß man die Ruhe in Gott suchen	213

---

22	Sich an die vielfachen Wohltaten Gottes erinnern	217
23	Vier Quellen großen Friedens	221
24	Nicht neugierig im Leben eines anderen herumforschen	225
25	Das Geheimnis von innerem Frieden und Fortschritt	226
26	Von der überragenden Würde des freien Geistes, die eher durch demütiges Gebet als durch Lektüre erreicht wird	229
27	Die Eigenliebe hindert den Fortschritt zum höchsten Gut hin	232
28	Wider die Zungen der Verleumder	235
29	Wie Gott im Leid anzurufen und zu preisen ist	236
30	Um Gottes Hilfe beten und darauf vertrauen, die Gnade wiederzuerlangen	238
31	Sich vom Geschaffenen loslösen, um den Schöpfer finden zu können	242
32	Selbstverleugnung und Absage an alle Begierlichkeit	245
33	Das Herz ist unbeständig, doch Gott muß das Endziel sein	248
34	Gottesliebe ist köstlicher Wohlgeschmack über alles und in allem	250

---

35	In diesem Leben gibt es keine Sicherheit vor der Anfechtung	253
36	Das eitle Menschengerede	255
37	Durch lautere und umfassende Selbstentäußerung zur Freiheit des Herzens	257
38	Die äußeren Dinge gut in Ordnung halten, in Gefahren zu Gott seine Zuflucht nehmen	260
39	Der Mensch soll in seinen Unter- nehmungen nicht rücksichtslos sein	262
40	Aus sich selbst hat der Mensch nichts Gutes, und er kann sich über nichts rühmen	263
41	Die Verachtung aller zeitlichen Ehre	267
42	Auf Menschen ist kein Verlaß, wenn es um den Frieden geht	268
43	Gegen das eitle und weltliche Wissen	270
44	Man soll äußerliche Dinge nicht an sich ziehen	273
45	Man darf nicht jedem trauen, und leicht fehlt man mit seinen Worten	274
46	Man soll auf Gott vertrauen, wenn einem Worte verletzt	278
47	Alles Schwere muß um des ewigen Lebens willen ertragen werden	282

---

48	Der Tag der Ewigkeit und die Bedrängnisse dieses Lebens	285
49	Die Sehnsucht nach dem ewigen Leben	289
50	Wie der verlassene Mensch sich in Gottes Hände befehlen muß	295
51	Man muß sich geringen Arbeiten widmen, wenn es an der Kraft zu hohen Werken fehlt	300
52	Der Mensch soll sich nicht des Trostes würdig erachten	302
53	Die Gnade Gottes macht sich nicht gemein mit denen, die dem Irdischen zuneigen	305
54	Natur und Gnade haben verschiedene Triebkräfte	307
55	Die verderbte Natur und die Kraft der göttlichen Gnade	313
56	Wir müssen uns selbst verleugnen und Christus durch das Kreuz nachfolgen	318
57	Der Mensch ist nicht verworfen, wenn er in einzelne Fehler fällt	321
58	Allzu hohe Dinge und Gottes verborgene Ratschlüsse soll man nicht zu ergründen suchen	324
59	Auf Gott allein alle Hoffnung und alles Vertrauen setzen	330

## VIERTES BUCH

**Vom Sakrament des Altares** 335**Vorwort: Fromme Ermahnung zur  
heiligen Kommunion** 337

- 1 Mit welcher Ehrfurcht Christus  
zu empfangen ist 338
- 2 Im Sakrament wird dem Menschen  
Gottes große Güte und Liebe  
geschenkt 346
- 3 Es ist nützlich, oft zu  
kommunizieren 350
- 4 Der andächtige Empfang der  
heiligen Kommunion trägt  
reiche Frucht 354
- 5 Die Würde des Sakramentes und  
der Priesterstand 359
- 6 Vorbereitung zur heiligen  
Kommunion 362
- 7 Prüfung des eigenen Gewissens  
und Vorsatz zur Besserung 363
- 8 Das Opfer Christi am Kreuz und  
die vollkommene Selbsthingabe 367
- 9 Wir müssen uns selbst und alles,  
was unser ist, Gott darbringen  
und für alle beten 369
- 10 Die heilige Kommunion darf nicht  
leichthin unterlassen werden 372



---

11	Der Leib Christi und die Heilige Schrift sind der gläubigen Seele ganz besonders notwendig	377
12	Wer Christus empfangen will, muß sich mit großer Sorgfalt vorbereiten	383
13	Der Mensch muß mit ganzem Herzen die Vereinigung mit Christus im Sakrament anstreben	387
14	An Gott hingeebene Menschen verlangen voll glühender Sehnsucht nach dem Leib Christi	390
15	Die Gnade der Hingabe wird durch Demut und Selbstverleugnung erworben	392
16	Trage Christus deine Nöte vor, und verlange nach seiner Gnade	395
17	Die brennende Liebe und starke Sehnsucht, Christus zu empfangen	397
18	Der Mensch soll über dieses Sakrament nicht neugierig grübeln	401
	<i>Anmerkungen</i>	405
	<i>Kritisches Nachwort zur Geschichte des Textes</i>	410