

II.

DIE SIBEN STAPHELN DES GEBETES.

Davlt sprichet: man sol ze allen ziten beten und sol dar an niht
abe läzen, und er lert uns unserm gebete einen vlz geben, durch
manige sache. Diu erste ist, daz wir an dem gebete unsern vrumen 5
lhter erwerben, denne an deheinen andern guoten werken. Dā von
sprichet Jēsus: »alles des ir bitet an dem gebete des werdet ir gewert.«
Dar umbe, ez si umbe zergäncltche oder umbe geistliche nōtdurft, sō
stul wir ze allen ziten loufen an daz gebet. Diu ander sache ist, wan
daz gebet vor andern guoten werken gar ze gote sich stellet unde 10
nimt sich von den irdischen dingen, sō diu andern guoten werc mit
irdischer unmuoze sint bekūmbert. Dā von sō predigte Jēsus des
tages der menige in den telren unde splsete si unde machte si
gesund. Aber bl der naht, sō diu zlt der arbeit hin kom, sō gie er
eine an die hōhe uf den berc beten. Dā von sprichet sant Ambrosius: 15
»der wol betet unde der got mit dem gebete suochet, der stiget
von den irdischen telren ze himelischer hōhe.« Bernhardus: »nū
sitz eine, wan dū hāst dich erhaben über dich, dū solt dich umbe
die menige niht an nemen, dū solt der werlde gar vergezzen.« Jero-
nimus: »von dem gebete sō nimt man zuo unde wahset uf an heiligem 20
lebene; aber sō man sich sin geloubet, sō nimt der mensch abe unde
wirt träge unde slēwic.« Dā von sō ist gotes tempel als man liset
uf einem berge gebūwen. Diu dritte sache ist, daz der mensch sinen
vrumen und allen sinen gebresten lūterlich in dem gebete schouwe;
wan reht als in einem spiegel siht der mensch sinu meil. Seht, daz 25
sint die vrouwen, von den dā geschriben ist in der alten ē, die dā
sāzen ze den türen des tabernaculi, daz ist des gezeltet tür als man
list, von den dā Moyses eine dwaheln machte. Die vrouwen, die bl

der tür des gezeltet sâzen, daz sint die heiligen sêle, die den ingang
der himelischen wonunge mit ir heiligen gerunge haltent. Die spiegel
sint daz reine gebet, dâ sie sich inne besehent, wie verre sie noch
von der glichnüsse der gottlichen schœne gescheiden sint; von den
5 machte Moyses eine twaheln. Daz uns diu heilige schrift ladet ze
dem vltze des gebetes, daz wir uns dar inne betrachten unde erkennen,
unde swaz wir unsübers an uns vinden, daz wir daz abe waschen mit
der riuwe, dâ von sprichet der wissage Dâvit an dem salter: »komt
zuo gote mit dem gebete, sô werdet ir erliuhtet in iuwer beshunge,
10 sô werdet ir denne gevreut mit der erhœrung.« Diu vierde sache
ist, daz uns daz gebet die gotes erkantnüsse, unde daz wir mit den
sünden hêten verlorn, gewalteclichen wider gibet, daz wir mit ganzer
girde tuon. Und in der erkantnüsse gotes sô werde wir geleitet ze
dem êwigen lebene. Wan als uns von dem ôsterteile diu grôze hitze
15 der sunne und daz mitagelliche licht schinet, alsô giuzet sich ouch
heimlîchen in uns von dem vltze des gebetes diu minne der himelischen
dinge unde diu klârheit der wâren sunne unde ziuhet uns in sich
unde leitet uns ze der himelischen wonunge. Dâ von liset man in
Ezechlêle von einer porten, diu leitete sich in daz himelische tempel;
20 diu stuont gein dem teile, sô diu sunne aller heizist und aller schœnist
ist. Wan als ez danne aller heizist und aller schœnist ist, alsô wirt
uns von dem gebete gotes schln der gnâden; diu ziuhet uns in gotes
minne unde gît uns gottliche erkantnüsse unde bringet uns dâ mite
durch die himelporten in die gottlichen heimlîche. Diu selbe porte
25 diu Ezechlêl sach diu hête siben staphel, an den man von einem
hin ze dem andern kumt ze gotes klârheit sines liechten antlützes.

I.

Der êrste staphel des gebetes, daz ist beten mit andâht des
herzen. Daz sol disiu driu haben. Daz ez wan durch got geschehe,
30 weder durch dehein zergânclich dinc noch durch lop, als die juden
tâten hie vor. Daz ander: daz der mensch sinen munt unde sinen
lîp twingen sol an dem gebete ze gotes lobe. Daz dritte: er sol ouch
merken mit dem herzen, daz er dâ sprichet mit dem munde. Dâ von
sprichet Bernhardus: »sô ir betet sô sult ir anders niht gedenken
35 wan daz ir betet. Ich bete mit dem geiste unde mit dem muote.«
Mit dem geiste meinert er die girde, mit dem muote meinert er die
gehûgede. Der niwan diu wort sprichet âne andâht des herzen, daz

ist als der mit einem blásbalge bláset in erloscheniu kol. Von diu, só wir haben gebetet, só si wir als kalt dar nách also vor; und minnete got aleine diu wort, só wáren im diu buoch, dá diu heiligen wort ane stént, verre lieber danne wir. Daz aber der mensch an dem gebete alsó irre ist, daz ist von drln dingen. Daz érste ist von den 5 vorchten der sünden, daz er niht hát des sin herze gelúste an gote; reht wan als er si an einer hæle, dá er an hin und her slifet suochende daz im wol tuo. Diu ander sache ist diu gewonte vrlheit, daz wir unser herze niht twingen von unnützen unde von verlázen gedanken. Seht dá von, wolte wir ez etwenne mit guoten gedanken bekümbern, 10 só enmuge wir; dá von ist uns reht als dem vogel, der niht wol gezamet ist: als dem diu stunt wirt, só vliuget er enwec an sine gewonten vrlheit. Diu dritte sache ist von úzern verlázen unmuozen mit rede oder mit gedanken, dá mite der mensch ist umbe gegangen; diu sliefent uns denne in daz herze unde bildent sich in unsern gedanken. Dá 15 von sprichet ein heilige: »ez muoz der mensche slnen munt von der alten gewonheit brechen an sinem gebete, wan von den gedanken kumt er ze himelischen oder ze irdischen dingen, mit den er vor dem gebete was bekümbert.« Von diu, als wir wellen in gebete sln, alsó súl wir uns vor dem gebete halten. Wan aber diu wort der wárheit 20 sint ein geist und ein leben, só muoz der mensch in dirre werlde etlliche geistliche vreude haben biz dá hin, daz er daz wort, an dem allez leben stét, von antlütze ze antlütze siht. Dá von só úebet er diu wort in dem munde, daz sln geist, der in den Worten ist verborgen, im gebe etlliche súdezeit, dió er enpháhe biz an die wille, daz diu 25 wort, diu úzen trucken und unsmaclich sint. Alsó vlze sich der mensche, dar zuo sougen mit arbeiten; unde gít im diu arbeit denne einen vil súdezcllichen smac des guoten willen, alsó daz diu arbeit des gebetes verkêret wirt in eine súdeze gelust der andáht, daz er denne mit dem wissagen sprichet: »hêrre, wie súdeze mînem munde sint dîne 30 rede! sie sint noch súdezer mînem munde danne honic.« Als daz honic in dem wahse, alsó ist diu súdeze gotes in der sêle mit dem guoten willen. Ein iegtlchiu reine sêle diu súde sich niht, si ezze daz wort wol mit dem zande der verstantnüsse; wan verslindet si ez ganz, só enpfindet si der súdeze niht diu in den Worten lit, diu súdezer 35 úber daz honic túsent stunt ist.

II.

Der ander staphel ist, sô von dem sprechen der worte diu andâht wirt in gezogen, diu daz gebet suezet. Dâ von sprichet Dâvlt: »ich tet mnen munt uf ze biten unde gewan den geist der andâht unde hân 5 in in mich gezogen.« Got enruochet der worte niht vil, er weiz wol an daz wir in biten wellen: sunder er wil daz wir in betende vodern; sô werden wir sîn inne, wie guot unde wie senft er ist. Von diu sô sulen wir in minnen minneclîchen unde alsô mit im ein geist werden. Dâ von sprichet Hûgô: »daz ist diu kraft der minne, daz 10 dû alsô sîst als daz ist daz dû minnest.« Und daz wir an dem vrumer iht träge erschînen, sô sendet uns got leit unde nôt etwenne, daz wir in doch in arbeiten an rûefen, wan wir in in unsern vreuden vil lûzel suochen. Dâ von sprichet Bernhardus: »der sûeze got wil den menschen etwenne in trûebzal unde in nœten lâzen sîn, daz in der 15 mensch an ruofe, daz er im dar ûz helfe; als er im denne dar ûz geholfen hât, daz in der mensch lobe nâch sînem rehte.« Dâ von sprichet Dâvlt: »ruofe mich an in dînen nœten, sô wil ich dich lœsen.« Seht daz geschîht dâ von, daz der mensch, der durch sich selben niemen minnet, daz der got iezuo durch sich selben minnet. Als in 20 der mensch durch sîne nôt alsô liep hât und in suochet mit gedanken, beten, gehôrsam, sô wirt er in erkennende mit etlîcher heimliche vil lîse ie baz und ie baz. Swenne der andâht hitze ie baz zuo nimt, sô wirt der nidere staphel uf den obersten gesetzt unde wirt diu andâht, diu mit den worten ist erkûcket, denne der worte niht 25 bedürfen, noch enmac der wille mit worten dâ niht bescheiden werden, sunder mit girden wirt er mit gote redende, wan er diu wort dâ niht vindet, diu sîne girde volrecken kûnnen unde diu gevellic dar zuo sîn, mit den er sînen willen mûge gebilden. Ouch diu wort minnernt den willen des muotes, den sie doch ê erwecket hêten an den zwei 30 êrern stapheln, der girde diu andaht von den heiligen worten, als Helisêus der wissage. Als der des geistes der wissagunge an im niht enpfant, sô hiez er im einen salmsingære gewinnen, daz er von dem salme eine andâht gewünne; dâ von wurde er wissagende. Der ander staphel der wirt an dem gebete vunden, wan er iz iezuo in dem 35 munde tribet mit des herzen andâht; als Annâ, hêrn Samûêles muoter, diu mit dem munde, mit ir herzen unde mit ir zâheren bat got umbe ein kint, daz ir dar nâch wart, daz was Samûêl.

III.

Der dritte staphel, der von den vordern zwein stapheln bekommen ist, der wirt sô gar von in erbürt, daz er des gebetes erhabunge wênic bedarf, wan in genüezet mit siuften unde mit girden des innern willen. Von dem staphel sprichet Paulus: »der geist hilfet unserr krankheit, wan wir enwizzen niht, wie wir ze rehte beten suln.« Reht als er spräche: »wir enmugen diu wort niht schepfen nâch unserm gebete, sunder der geist der andâht der erwirbet uns dâ, von des herzen schouwe, des wir dâ gern.« Dâ von sprach got zuo Moysen: »waz ruofestû hin ze mir?« Und swie er doch an der stat nie dehein wort sprach, dâ sach er an sine gerunge. Dirre staphel mac von sinem rehte die hitze die er hât mit Worten niht bescheiden, sunder mit innecllichem siuften brichet iz ûz unde tuot gote mit gedanken kunt sine gerunge. Dâ von sprichet der wissage: »hêrre, vor dir ist elliu mîn girde, unde mîn siuften ist niht verborgen vor dir.« Seht, dâ von sô liset man manic wort an der minne buoche, daz niht gar ganz ist. Wâ von? Dâ enmohte si von grôzer liebe, die si zuo im hâte, diu wort niht her vür bringen, daz si verstanden hâte innen, als daz: »mîn liep mir und ich im.« An dem staphel dunket mich, daz ein sumllchiu wonunge si einer ungewonen vreude der stimme, swenne sie sich in in selben niht enthalten mugen; daz geschicht von grôzer andâht. Sô enist der mensch doch sô gar niht erliuhtet noch minnet sô verre niht, noch ist der muot dannoch sô klârlîchen noch sô lüterlîchen niht erliuhtet ze der gottlîchen êrkanntüsse, noch sô suezlîchen niht gezieret ze der gottlîchen minne, als an dem nâch folgenden stapheln, unde iedoch sô wirt der lîp krenker unde siecher von solhen dingen danne her nâch von vil hœherr andâht. Ze glîcher wise, dô der heilige geist den jungern kom, dô wart zem êrsten ein sûsen gehœret und ein gâher lût dâ vernomen; dar nâch saz er uf ir iegllîchem. Bî dem ist diu ruowe bezeichent, die diu sêle in gote hât; wan ez kumet vor ungestüemiu bewegunge, dar nâch sô giuzet er sich in daz herze mit mêrer unde mit grœzerr ruowe unde suezekheit.

IV.

Der vierde staphel ist, sô der muot durchgozzen wirt mit der gottlîchen minne unde erliuhtet wirt got bekennenne, alsô daz in dunket, daz er in reht habe in im selben umbevangen und im gegenwürtic

si mit dem willen der minne, unde sam er in iezuo sæhe mit dem
erliuchten ougen des herzen, unde vüeget sich im heimlich zuo; von
dem gedingen siner liebe, dà von wirt si erbaltet. Der staphel ist
beidiu an dem liechte und in der minne, unde in der verstantnüsse
5 unde in der innern süeze wirt si uf erhaben, die unsichtigen unde
die gottlichen schœne ze schouwen, unde der wille wirt enzunt ze
bekorn unde ze versuochen die gottlichen süezekeit. Der an disem
staphel ist, dem ist lüterlich offen diu gesezte siner gewizzen, wan in
der ansichte, dà mite er sich vlizet an got ze denken, dà wirt im sâ
10 engegen geworfen swaz sine gewizzen betunkelt hât. Unde noch
wunderlicher ist: des ê gar vergezzen was, daz enlât die gewizzen in
gote niht ruowen, biz ez mit jâmer unde mit vlêhen dà wirt vergeben
unde got gesenftet wirt unde ime die sünde vergit und allez, daz
zwischen gote unde der sêle tunkels ist, wirt vertiliget. Sô wirt ein
15 süezer vride under in, unde der mensch wirt alsô licht mit gote, und
alle sine sünde werdent hin getân, wan sie gehœrent ze der wirtschaft
niht; reht also der rouch in dem ougen lât den menschen niht slâfen,
ern vlieze her ûz. An disem staphel wirt des menschen muot uf
gezucket in einer sumelichen heiter und in einem sumlichen liechte
20 der lûtern verstantnüsse; sô wirt der muot uf erhaben über mensch-
lichen sin, reht als der luft der ob den wolken ist alle zît lüter unde
heiter ist, sô ez halt hic niden bi uns tunkel ist. Von dem gebete
sprichet Jêsus Kristus an dem êwangelîo: »die wâren anbetære anbetent
den vater in dem geiste unde in der wârheit.« In dem geiste, daz
25 ist in einer lûtern verstantnüsse; dà mite verstê wir, daz got ein geist
si. In der wârheit, daz ist in der lûtern gerunge, dà mite got wêrltchen
gêret wirt und als ein vater mit êren geminnet wirt von sinem kinde.
Swenne aber disiu andâht den muot alsô trunken machet, daz er
gänzlich aller ûzern dingen vergizzet, sô gêt er denne an den

V.

30

Fünften staphel des gebetes. Sô wirt der muot sô sêre benomen
von der andâht, daz er âne alle arbeit und âne allen vltz in inneriu
dinc gestecket wirt, alsô daz er sich reht müeste twingen, ob er sich
dà von wolde berihten; wan der minnellm der gottlichen minne vereinet
35 sie, unde diu hitze der siuftenden girde nâch der gottlichen gegenwûrte
ziuhet die sêle sô gar ze samene in sich selben von aller der wandelunge,
die si mit ûzern unde mit irdischen dingen gehaben mac, unde wirt

uf gejaget in got, daz si an deheine úzere unmuoze gedenken mac als
 mit dem willen unde mit der verstantnisse. Diu sêle llet uf über
 sich in got unde versmâhet halt ir selber ampt, daz ist sehen unde
 hoeren und ander lipliche sinne, unde gert mit siuftender girde, daz
 si zuo gote gevüezet werde mit dem vride, der allen sin überwindet 5
 an dem êrern staphel. Dâ geschihet ir ze glicher wise sam der wol
 getrunken hât: der wirt vrô unde gar vri; trincket er aber mêt, sô wirt
 er sô trunken, daz er sich niht versinnet, als dô die zwelfboten
 ervüllet wurden mit dem heiligen geiste, dô hête man sie vür trunken,
 wan sie wâren trunken worden von dem moste des heiligen geistes. 10
 An dem vierden staphel wirt der muot getrôestet unde gevreut und
 wirt uf erhaben, got zerkennene; aber an dem vünften staphel wirt
 er gar in gezogen von aller úzekerkeit von der genuhtsamer ingiezunge
 der andâht, unde beginnet slâfen in dem slâfe der innern ruowe; ze
 glicher wis als den sêre slâfert, der muoz sich sin mit arbeiten wern, 15
 wil er munter werden. Wie dem gebete sin sül, dar inne man zuo
 dirre trunkenheit kumt, dâ von sprichet Jêsus in Mathêo: »swenne
 dû betest sô ginc in dine kamer und spirre die tür und bit den
 vater tougenlichen.« Unser kamer ist des herzen ruowe, dar in wir
 gên suln, unsern vater heimliche biten. Den muot sul wir hin in 20
 samenen von aller úzekerkeit, und alle die glichnisse liplicher dinge
 swie heilic unde swie guot sie sin, sô suln wir sie doch gänzlichen
 von den ougen des herzen tuon dar umbe, daz wir die angesiht des
 gemüetes gestechen mügen in die tougen ungesihtiger dinge unde
 deste süezlicher gesiuften mügen von allem unserm herzen unde von 25
 unser sêle unde von aller unser bekantnisse nâch der gottlichen
 gegenwürtekeit. Der alsô tuot und alsô stâeteliche gotes gert ze
 nfezen, dem erschinet etewenne, swie ez doch vil wunden selten
 geschehe und gar zuckende kûme in einem punkte einer wile, ein
 schin des aller gottlichsten lichtes unde zucket den geist über sich 30
 selben; daz er got ein lützel gesehen mac als durch ein spiegelglas.
 Dâ gebristet menschlicher bescheidenheit, dâ vliehet der gedinge hin
 aller úzern dinge, dâ ruowet der geist süezlichen in der beschöude
 gotes. Daz sich die wile des menschen geiste ze gesichte macht, ez
 enbetrüebet unde zerstôeret die vreude unde die lûterkeit der gottlichen 35
 niezunge; halt unser vrouwe selbe enmac danne zwischen in niht gestn.
 Dâ wirt wêrllichen gesehen unde bekort, wie süeze unser hêre ist.

VI.

In dem üzgange des muotes wirt des menschen geist mit gote ein dinc, als geschriben ist: »der gote zuohastet der wirt ein geist mit im.« Und aber: »wir schouwen alle mit unverdahtem antlütze die êre gotes.« Ez sprichet ouch Paulus: »sô wir got mit offenem antlütze sehen, sô werden wir in sîne forme geformet und erschînen in dem selben lichte daz got ist.« Sô werden wir brâht von einer klârheit in die andern, wan der schîn des gottlichen lichtes giuzet unde mischet sich in den muot, daz er einen geist üz zwein machet.

10 Den geist des menschen hebt er uf unde bildet in in gote, niht alsô daz er got sl, und doch sl daz got ist. Disiu einunge des geistes mit gote diu geschicht niht wan in der aller grœsten hitze der liebe und in dem aller lûtersten willen der minne, in dem diu sêle, gar und gar zevliuzet unde gar geweichet wirt von ir gewonlichen hertekeit und

15 erglûet unde erhizet wirt von dem viure des heiligen geistes, unde als ein zevlozzenz wahs vliuzet in daz gottliche bilde, daz si dà siht in dem üzgange, unde daz bilde sîner gltchnüsse gevâhet, an daz si gedrûcket wirt. Von der gltchnüsse sprichet Bernhardus: »ez ist ein gltchnüsse, diu ist alsô vil eigentlich eigniu, daz si niht aleine ein gltchnüsse

20 heizet, si heizet halt ein einekeit.« Swenne der mensch ein geist mit gote wirt, niht aleine daz er welle daz got wil, halt mit einer hœhern unde mit einer angedruhtern wârheit der tugende, unde halt sô vaste gedrûcket ist in daz gottliche bilde, daz er niht anders willen gehaben mac wan gotes willen, diz wirt geheizen ein einekeit des geistes des

25 menschen geist, unde machet unde bringet in dar zuo, wan er selbe der heilige geist ist, ein got und ein minne. Sit er ist ein minne des vater unde des sunes und ein einunge und ein sÛeze und ein güete und ein kus und ein umbevanc und swaz gemein mac gesîn ir beider in der obersten einekeit der wârheit unde in der wârheit der einekeit, daz

30 selbe geschicht dem menschen nâch sîner mâze hinze gote, daz mit ebenwesenlicher einekeit dem sune ist hinze dem vater unde dem vater hinze dem sune, swenne sich diu sêlige gewizzen vindet in der niete, in dem umbevange und in dem kusse des vater unde des sunes, daz der mensch gotes niete mit unsâgellcher mâze und die niemen

35 ertrahten mac, unde wirt doch daz got ist unde wirt doch niht got; unde daz got ist von natÛre, daz wirt der mensch von gnâden mit im. Dâ hin mac der mensch mit sîner begerunge nimmer komen mit deheinem sînem vlze noch mit deheiner sîner arbeit, sunder der heilige geist der zucket in sînem schîne unde in sîner minne des

menschen sêle hin uf, dà elliu diu ruowent unde swigent diu des menschen sint, unde dà wan aleine diu gottliche kraft wûrket. Swie diu bescheidenliche geschepfede got zerkennen unde ze niezen geschaffen si, doch enmac si von ir selber über sich niht komen, niwan si werde von dem hin uf erhaben, der si geschaffen hât. 5
 Diz ist diu natiurliche werdekeit der sêle niht, daz si gottlichiu dinc von ir selber begriffen mûge, sunder si mac sie wol gevâhen, ob ir got die hilfe git. Daz enmac dehein ander geschepfede getuon wan diu nâch gote gebildet ist. Dirre úzganc des muotes in got und disiu einunge mit gote ist diu aller obriste volkomenheit des menschen 10
 in disem lebene. Ez ist gar ungewonlich allen den die in disem tœtlichen libe sint, daz sie über disen staphel stênt ze dem

VII.

Sibenten, dà der spiegel gar hin genomen wirt, durch den man got hie siht, dà wir gote volkomenlich gelich werden unde dà wir in 15
 sehen von ougen ze ougen recht als er dà ist. Doch geloubet man, daz daz erwelte vaz Paul dar kom, dô er sô wunderllch gezucket wart in daz himelische paradls in den dritten himel. Wan ez aber sô gar ungewonlich ist, sô zwivelte er selbe, weder er dô in dem libe wære oder niht. Ouch geloubet mans von unser vrouwen. Ouch 20
 enist dehein zwivel an der allerheiligesten sêle unsers hêrren Jêsu Kristi, diu aleine wont und ist in dem inneristen lichte der gottlichen tougen und in der gruntlôsen stille der heimliche gotes, dà niemen hin gedenken mac in die tiefe und in die hœhe, dà si mit gote ist, in dem sune, in dem vater, in der minne und in der einunge des hei- 25
 ligen geistes ein volkomner got ist, dà wir in sehen als geschriben ist von im: »des êre wir gesehen haben als eine êre eines einborn Kindes von sinem vater vol gnâden unde wârheit.« Ob disem staphel ist dehein anderr, wan er ist ein Inganc der himelischen phalnze, dà si allez daz anlûtze des vaters sehent, aber onderscheidenlichen: er wirt 30
 aleine den heiligen behalten, unz daz sie erlâset werden von diss libes bûrde unde daz sie denne ân alle irresal der sünden unde der brœdekeit vrllche mugen gevliegen zuo dem oberisten sunnen als der adelar, unde daz sie ir lûter ougen mugen gestechen in daz schin-
 bæriste licht der êwigen sunne und in daz minneclicheste unde klârste 35
 anlûtze des blüenden gotes. Alle die wille unde des niht ist, sô habent sie daz vûr einen grôzen trôst, swenne sie selten unde zuckende

- hinz dem sehsten staphel lâzen werdent, dâ sie ligent sam vor einer tûre unde kaphent hin in unde die kleinen gnaëiste enpfâhent, unde daz sie recht als durch enge klunsen die glitzunge sô grôzes liehtes unde schînes an sehent, dâ von sie ir armuot in disem ellende niezent
- 5 wider die sælekeit des selben vaterlandes. Dâ von, swenne sie wider zuo in selben koment, sô marternt sie sich selben mit alsô wunderlicher klage unde mit alsô grôzer sender girde und weinent unde siuftent, daz sie in der armuot und in dem karkære diss ellendes alsô lange müezen sîn von den süezen vreuden, der sie iezuo ein teil
- 10 bekort habent unde mit dem ûzzucken der süezen contemplatiône habent gesehen unde gesmecket. Dâ von sô klaget vil senlichen siuftende der wîssage Dâvlt klâglichen unde sprichet: »mîn trinken mische ich mit weinenden zâheren von dînem zorne und von dîner unwirde, wan dû mich erhüebe ûf unde hâst mich her wider abe gestôzen.«
- 15 Wan er sach, daz got von des menschen sünde zornic wart und in dô von sînem wûnneclîchen anlütze hête gescheiden. Unde dô er in der contemplatiône ûf erhaben wart, dô erkante er destelûterlicher den schaden des menschen val, daz er sich anen muoste der angesichte gotes. Dar umbe klagete er sêre, daz er her abe was gestôzen;
- 20 wan dô er wider zuo im selben kom, dô mischete er daz getranc des gottlichen trôstes mit den zâheren des jâmers unde der senenden trûrekeit. Bernhardus sprichet: »der mensch enmac envollen nimmer inne werden, wie vil im der volkomenheit gebreste, wan in dem liechten spiegel des gottlichen anlützes.« Dâ von, der noch dâ hin niht ist
- 25 komen, der enmac sô gânzliche noch sô heize begerunge dâ hin niht gehaben, wan er erkennet dannoch niht der vreuden des selben lebens. Dâ von verstêt er ouch nimmer den schaden unde den bresten diss ellendes, und im genûeget an kranken unde an kleinen dîngen, der diu mêrern guoten niht erkant hât. Dâ von die heiligen,
- 30 die der vreuden des selben lebens ein lützel bekort hêten, dô gerten sie ir mit sô brinnender girde, und dar umbe daz sis gewonnen, sô lebten sie aller ârmlichst in disem ellende; und daz sie ouch destelûterlicher von hinnen kæmen, sô wunschten sie mit vreuden aller hande marter ze lîden unde allerhande wîze, wan sie westen wol, swenne
- 35 sie die bûrde diss bræden lîbes hin geleiten, daz sie denne enphîngen die êwigen krône der êwigen êren. Dâ helf uns hin der minneclîche got, unser hêrre Jêsus Kristus, der mit dem vater unde mit dem heiligen geiste ein got ist unde lebet unde rîhsent von êwen zen êwen. Âmen.
- 40 Doch swer den êrsten staphel des gebetes hât gânzlich unde sich

dar an üebet stæte, der gewinnet die andern gar schiere. Wil er sich an den êrsten niht vlizen, sô gewinnet er die andern nimmer. Der mensch sol rehte tuon als der burgærln diern: diu richet des nahtes einen starken brant in den hert, ob daz wiwer erlesche, daz si doch wiwer habe. Alsô sol der mensch sine girde unde sine verstantnüsse 5 unde sinen muot und alle sine sinne verrecken in die minne unsers hêrren Jêsu Kristi, ob iemen wiwers gebreste, daz er doch selbe wiwer habe.

Vil lieber mensch, ich hête ez gerne baz gemacht; leider nû ist ez mir gar vremde, wan ich enbin an dem êrsten staphel niht endllichen. 10 Hête ich die wille gehabet unde die muoze ze der zît sô ez mir rehte war kom, sô hête ich ez doch endehafter gemacht; wan ez enist niemen sô sündic noch sô bæse, im erschine unser hêrre doch etwenne; wan der wssage sprichet, daz sich niemen vor sîner hitze unde vor sîner güete verbergen müge. Der heilige geist der st mit 15 iu, der ein minnevluz dem vater hinze dem sune unde dem sune hinze dem vater ist und ein minnellm ir heider einunge und ein küssen und ein umbevanc ir beider herzen, ein brunne aller heilekeit und ein unmâzen kreftiger ursprinc aller geistlichen wünne unde kiuscher liebe, der ein ungemezzener vluz alle zît vliuzet von dem 20 edelsten herzen des aller suezisten vater unde sîns êwigen sunes, unsers liebsten hêrren Jêsu Kristi. Von dem schepfet allez, daz in himelriche und in ertriche gotes gert, genuhtsam aller tugende unde trôstes, al dar nâch und sich ieglichez zuo im nâhet mit lûterkeit und mit gerunge; wan mit disen zwein vûezen der lûterkeit unde der gerunge 25 muoz man in erloufen; âne dise zwei mac in nieman erloufen noch begrifen. Der mensch sol loufen als ein rise kreftelichen im nâch, sô erloufet er in schiere, unde komet zuo im, dâ ir in vindet unde dâ ir gar in im versinket unde versigelet werdet von êwen zen êwen ungescheiden êwlich. Amen.