



**Wenn du vernünftig bist,
erweise dich als Schale und nicht als Kanal,
der fast gleichzeitig empfängt und weitergibt,
während die Schale wartet, bis sie erfüllt ist.
Auf diese Weise gibt sie das, was bei ihr überfließt,
ohne eigenen Schaden weiter.**

**Lerne auch du, nur aus der Fülle auszugießen,
und habe nicht den Wunsch, freigiebiger zu sein
als es dir deine Grenzen erlauben.**

**Die Schale ahmt die Quelle nach.
Erst wenn sie mit Wasser gesättigt ist,
strömt sie zum Fluss, und wird zur See.
Die Schale schämt sich nicht, nicht überströmender zu sein
als die Quelle.**

**Du tue das Gleiche!
Zuerst anfüllen, dann ausgießen.
Die gütige und kluge Liebe ist gewohnt, überzuströmen,
nicht auszuströmen.**

**Ich möchte nicht reich werden,
wenn du dabei leer wirst.
Wenn du nämlich mit dir selbst schlecht umgehst,
wem bist du dann gut?
Wenn du kannst, hilf mir aus deiner Fülle;
wenn nicht, schone dich.**

Bernhard von Clairvaux