



PRATI

40932

Y
EVE

Sola para Dios
Toda para Dios
Sola sin Dios
nada sin Dios.



PRATICA,
Y.
EXERCICIO

ESPIRITVAL DE VNA
SIERVA DE DIOS.

A cuyo exemplo puede qualquier Mō
ja, ò persona espiritual, y devota exer-
citarle para agradar mas à Jesu. Chris-
to, Espoto de su aima.

*Obra muy provechosa, y necessaria para
renovar el espiritu, y devocion en la Ob-
servancia de las Reglas, y de la vida espi-
ritual, assi en los Monasterios como
fuera dellos.*

Sacada á luz por la buena memoria de Ni-
colas Sfrondato, primero Obispo de Cre-
mona, y despues Cardenal, y vltimamen-
te Sumo Pontífice, llamado Gregorio
XIII. de felice recordacion.

Con Licencia, Reimpreso en
Lima, Año de 1746.

Del Vno a la Vna ^{ca} ~~ca~~
Antonia del Sr Joseph Peláez
~~Don Antonio~~

1812

APROBACION.

A Viendome sido cometido por el Sr. Provisor el examen de este libro, intitulado, *Practica Espiritual*. No me pareció cosa de mayor autoridad para la seguridad, y utilidad de su doctrina, como aver salido à luz por orden del Rmo. Sr. *Nicolas Sfrondato*, primero Obispo de *Cremona*, y despues Cardenal de la *Sta. Iglesia Romana*, y ultimamente en ella Sumo Pontifice, llamado *Gregorio XIV.* Y con grandissima razon fue estimado de tan gran Pontifice, pues en él se enseña à poner en execucion lo que se aprende en los demas libros espirituales, que es el fin de toda la doctrina *Christiana*. Y assi siento serà muy útil se imprima para el bien, y aprovechamiento de los que desean servir à Dios Nro. Sr. En este Colegio de *Sta. Catherina de la Compania de JESVS.* Y de Septiembre 15. de 1598. Años.

Miguel Perez

APROVACION DEL R. P. Fr. GERONIMO Garcia, de la Orden de San Geronimo Hijo del Real Convento de Santa Engracia.

POR comission del Señor Doctor Diego Geronimo Sala, Vicario General deste Arçobispado de Zaragoza; he visto, y leído con devida estimacion este Librico, ò Exercicios Espirituales del; compuesto de vna Religiosa, y dado à la estampa en sus principios por el Cardenal Sfrondaroto, siendo Obispo de Cremona. Y no solo no contiene cosa contra la pureza de nuestra Santa Fè, y buenas costumbres; sino al contrario, porque todo èl, es vn estimulo, y vn picante para caminar à la perfeccion; y para las personas Religiosas de grande ayuda de costa, pues es vn directivo practico de lo que deven de hazer, sacado de los Teologos místicos, y Maestros de la vida espiritual; y esto dicho con
tan-

tanta gracia; y eficacia, que se hecha
de ver le assistia à esta Venerable mu-
ger el Espiritu Santo, pues sin esta as-
sistencia era imposible alcançar tanto
fondo en materia de perfeccion; y à
no dezirnos dicho Cardenal q̄ era de
vna Religiosa, pudieramos prudente-
mente hazer juizo, que era de algun
gran Doct̄or de la Iglesia. Pero para q̄
es menester mi calificacion, pues la Sã-
ctidad de Gregorio XIV. si bien antes
de llegar à la Silla Apostolica lo califi-
ca tanto, que se haze lenguas en su a-
bono. Lo mismo hazen otros q̄ le han
aprobado en muchos Obispados de
España, particularmente en Valencia,
y Cordova. Por lo qual juzgo sera de
mucho provecho se de à la estampa.
Santa Engracia Julio 6. de 1653.

Fr. Geronimo Garcia.

Imprimase.

D. Sala-Off. y Reg. el V. G.

Imprimatur.

Execa Assessor.

NICOLAS SFRONDATO POR LA
gracia de Dios, y de la Santa Sede A
postolica Obispo de Cremona.

A LAS DEVOTAS EN CRISTO
Hijas nuestras carísimas, las Religio
sas, y otras personas espirituales de
la Ciudad, y Diocesi, ò distrito
nuestro de Cremona.

Salud en el Señor, y desseo de perficion de
bien en mejor.

ENtre los otros cuidados Pastora
les que de continuo requieren la
diligencia de nuestro Oficio, aque
principalmente, que concierne, y tou
ca à la salud de las animas de aquellas
personas, que por si mesmas no pue
den, quanto seria menester, sin ense
ñança de otros, conocer el camino
del Cielo, que consiste en obedecer à
los Mandamientos de Dios, y à los
Superiores, que los ha diputada su
Divi-

Divina Magestad; de tal manera está
asentado en nuestro pecho, y tan al
vivo lo tenemos esculpido en el co-
raçon, que no dexamos (en quanto
sufren nuestras flacas fuerças) de to-
mar todas aquellas fuertes, y gene-
ros de remedios, que juzgamos ser
oportunos para salir con este efecto,
temiendo siempre aquella grave re-
prehension del Señor, hecha con tan
terribles, y espantosas palabras:
(*Paruali petierunt, & non erat qui fran-
geret eis.*) Los pequenuelos, es à sa-
ber los simples, y rudos, han deman-
dado el pan de mis palabras, para a-
pacentar sus animas hambrientas de
su propia salud, y no huvo quien se lo
partiesse, quiere dezir, no se hallò Pas-
tor que les declarasse mi voluntad, q̄
está expressada en las Escrituras Sa-
gradas. Por ende con aquel mas at-
diente afecto, que se digna de encen-
der en nosotros el Espíritu Santo, a-
tendamos en esta obra, de tal modo
que

que las ovejas del Señor encargadas
sobre nuestra Fe, ò por Nos inmedia-
tamente en lo que podemos, y quan-
to nos permiten las muchas ocupa-
ciones en que nos hallamos embuel-
tos, ò por medio de otros siervos de
Dios, llenos de santo zelo de la salva-
cion de las animas, sean instruidas, y
doctrinadas en aquellas cosas que le-
son necesarias para llevarlos à la glo-
ria del Paraíso. Mas pues que vosotras
Religiosas, Hijas nuestras, Vir-
ginés, y Esposas, de Christo, avien-
doos ya del todo dedicado, y consa-
grado al servicio de Dios, y estando
sequestradas, y apartadas del mundo
con perpetua clausura, y encerramien-
to en la vida Monástica; no podéis
así facilmente traer, y acarrearos a-
quella racion de vituallas, y manteni-
mientos espirituales, que por la mayor
parte se dispensa, y distribuye en las
Iglesias mayores, de las quales sola-
mente os cabe tanta parte, quanta
vuestra

vuestros Superiores por si, ò por otros
algunas vezes os comunican. Por lo
qual estando nuestro animo muchos
dias ocupado en este cuidado, y pen-
sando en que modo se pudiesse pro-
veer, que con la licion de algun libro
Espiritual, y conforme à vuestra pro-
fesion, no quedasse vuestro espíritu
tanto tiempo ayuno, antes q̄ cada dia
tuviesse algun refresco para recrearse.
He aqui mientras nos bolvemos, y re-
bolvemos en este pensamiento el Se-
ñor, que (como dize la Escritura San-
ta) no afflige el anima del Justo con
hambre, de la manera que proveyò en
tiempos passados à su amado Daniel,
en el lago de los Leones, por medio
de Abacuc, porque no se muriessse de
hambre; quiso tambien por su gran
bondad proveer à vosotras, para que
no desmayassedes por falta, ò penuria
de sustento espiritual, por medio de
vn siervo suyo Religioso, y devoto Pa-
dre, por cuyas manos estos meses pas-

B

las

fados, haziendo Nos el viage para Roma por el año Santo, nos fue presentada esta obrecilla escrita de mano, compuesta (segun lo que nos dixo) por vna devota Religiosa, bien practica, y experimentada en lo que trata como la misma obra lo testifica, dando q̄ ella por humildad, y por huir la jactancia, y vanagloria no aya querido q̄ fuesse manifesto su nombre, antes dize, aver tomado este trabajo por obedecer à su Padre Confessor, el qual quiso. q̄ ella pusiesse por escrito los exercicios espirituales, conq̄ ella corrria à conseguir el premio de la soberana vocacion. Y aviendo Nos, de la lición de este tratadillo, sacado muy bien de quanto provecho espiritual pueda ser, no solo à vosotras Donzellas consagradas à Dios, mas aun à qualquiera otra persona Religiosa, y pia; la qual no contentandose solo con el apellido, y nombre de Religiosa, quiera deleitarse con la perfeccion Christiana.

na en leyendole, luego se nos encen-
dió vn vivo deseo de darlo à la impres-
sion, y despues hazeros à vosotras,
mui amadas Hijas en Christo, vn sin-
gular presente del. Y con ocasion de
vosotras, à qualquier otro q̄ del se qui-
siere valer. Por donde aviendolo man-
dado imprimir, à vosotras lo dirigi-
mos, y enderezamos, y damos junta-
mente con èl nuestra bendicion.

Atrueque desto, lo q̄ de vosotras es-
peramos serà, entender q̄ con amor
de buenas hijas lo recibais, y os hol-
gueis en exercitaros conforme à lo cõ-
tenido en este Libro, à gloria de Dios
y cumplimiento de vuestra perfecciõ,
acordandoos de Nos en vuestras ora-
ciones para q̄ el Sr. q̄ se dignò de dar-
nos este cargo, sea tambien servido
por su misericordia darnos gracia, pa-
ra poderlo llevar à honra suya, y con-
fruto, no solamente nuestro, mas aun
de este rebañoelo q̄ su Magestad nos
ha encomendado. De nuestro Palacio
Obispal à los 14. de Octubre 1575.

PROLOGO, Y ORACION

del Autor.

*Acusase
de la in-
gratitud*

*Duelese
q̄ no ca-
mina pa-
ra la per-
feccion.*

Confieso, Señor, con entrañable dolor de mi corazón, mi infinita ingratitude, y negligencia, que he vivido siempre en vuestro servicio, caminando raramente poco de caminar adelante por el sendero derecho de las virtudes, y perfecta caridad, para poder más agradar à los ojos de vuestra Divina Magestad, siendoos yo tan obligada por infinitos beneficios, y mercedes que me aveis hecho. Empero mucho más me he de doler viendo-me Religiosa, y obligada à siempre caminar adelante en la perfeccion, y apartarme lo posible; no solo de las obras, y palabras, mas aun del menor pensamiento terreno, à fin de ser libre para amaros verdaderamente, y vivir vida de Angeles en la tierra. Porque esto no puedo sin lagrimas leer aquellas palabras del Psalmo: (*Stantes erant pedes nostri in atris tuis Ierusalem*) por

las quales me dais à entender, que queriendo yo entrar en la Celestial Ierusalen (cuya puerta es hazer vna vida perfecta) devo estar aparejada con los pies de los afectos, sueltos, libres, y horros de los lazos terrenos; y tan limpios, y puros, como son los afectos, y deseos de aquellos, que ya han entrado allà, porque jamas serà mi anima admitida allà dentro, si primero no fuere del todo limpia de qualquier minimo defecto. Ay de mi, Señor, que veo claramente que mi coraçon està atado à la tierra, y ensuciado del lodo de ella: por lo qual conozco, que en lugar de estar aparejada para entrar en aquella Celestial Ierusalen, me hallo auer llegado à las puertas de Babilonia, que es el infierno, por muchos vicios que hallo en mi, tanto mas peligrosos, quanto son mas espirituales, y dificultosos à ser conocidos. Mas como yo he confessado mi miseria; así tambien movida, y mandada por mi

Con-

*Cō quã-
tos me-
dios se
ha ayu-
dado.*

Confessor, y Padrè Espiritual, soi contrenida à contar todas las misericordias, que piadosamente aveis usado con migo, no mirando à mi ingratitude desconocimiento; è infinita negligencia, dandome desseo verdadero, y eficaz de enmendarme, con vn afecto, y sentimiento de oracion, y vivas lagrimas, para poder alcanzar de vos tan grandes gracias. A estas mis demandas, y ruegos, vos Señor mio, no aveis tardado a darme respuesta, y despacharme bien, porque por medio de frequentes inspiraciones, liciones de Libros Santos, Sermones, Platicas, y Exortaciones de Padres Espirituales, con exercicios continuos, y con aver perseverado en ellos hasta el dia de oírme aveis abierto los ojos de tal manera, que conozco la mala vida que yo tenia: aunque yo pensasse que llevaba antes vida espiritual. Conozco, Señor mio, claramente en esto el amor que teneis à la hechura de vuestras manos,
quan

quan pronto, y aparejado estais à comunicarle infinitas gracias, si ella se disputiessse para recibillas. Y con todo esto no me ha cessado el dolor que tenia primero, antes con esta lumbre me ha crecido, y hecho mayor. Así porque no correspondo à lo que entiendo que soi obligada à hazer, como tambien doliendome mas por los defectos que veo en mis proximos, hablando de aquellos a quien aveis tocado el corazon, y los aveis llamado à la perfeccion, y para serviros con verdadero, y perfecto amor Cuya vida (de los tibios hablo) quanto enfiada à vuestra Divina Magestad nadie ay que lo pueda sentir como ello es, si no quando verà à los tales, desechados de la vuestra Divina presencia. Ay de mi, Señor, que haziendo estos profesion de vivir lexos, y fuera del mundo; son peores q mundanos, y con titulo, y nòbre de Espirituales, està llenos de innumerables defectos, faltas, y vicios.

*Se duela
de la 1^{ra}
perfección
del pro-
ximo.*

*Celo del
proximo.*

cios. Y mucho mas es de doler, q̄ no lo conocen, ò por dezir mejor, no lo quieren conocer, haziendo repugnancia à las inspiraciones, à los exêplos de los Santos, à las amonestaciones de los Padres Espirituales, hallando mil excusas, y disculpas por no enmendarse. A Señor, por ventura las animas de estos tales no son vuestras Esposas? Pues luego qual es la causa, porque todos sus pensamientos son terrenos, ò van à parar à cosa terrena, en lo qual ciertamente dan clara muestra, q̄ su teatro no està en el Cielo, sino en la tierra. Suplicoos pues, Señor mio, por todos los tales, q̄ les deis aquella gracia para conocerle; q̄ en alguna parte conozco aver recibido de vuestra mano, aunq̄ yo jamas he correspondido à ella, como devia, para q̄ de hecho se puedan enmendar, y servir dignaméte à vuestra Divina Magestad, caminâdo siempre para la perfeccion. Y deserrâdo de si todo defecto, por minimo q̄

sea,

ca, puedan hazerse moradas, y téplos
Santos de vuestro Espiritu, y despues
desta peregrinacion morar para siem-
pre jamas en vuestra gloria. Amen.

Este mi dolor de poder ayudar, y
ocorrer à semejantes personas, que
quieren, ò son obligados à caminar à
la perfeccion, comunicandolo yo con
mi Padre Espiritual, me preguntò de
lo q̄ yo he hecho, despues q̄ el Señor
fue seruido de traerme del camino
ancho de mis imperfecciones. Y avien-
do èl escuchado algunas cosas, que la
Divina Misericordia que ha concedi-
do, que yo exercitasse, y que ayudada
con liciones de Libros santos, instruc-
ciones de muchos siervos de Dios, y
con larga experiencia he vsado, me
ordenò estrechamente, y por obedien-
cia me mando, que le refiriesse todos
los exercicios espirituales, que me han
ayudado à andar adelante en el cami-
no de la perfeccion (de la qual con-
fieso por cierto estar harto lexo) y
no pudiendo yo contradezir à su vo-

C

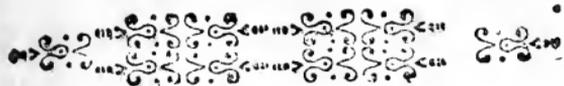
luna.

*Motivo
para a-
ver de
escribir
este li-
bro.*

luntad, he tenido por bien de dezirle con toda sencillez, y llaneza en el mejor modo que yo he sabido, las cosas siguientes. Las quales ofrezco à lo-
or, y gloria del Señor, para que cada vno pueda sacar dellas quanto el Espíritu Santo le inspirare, para enmienda. y remedio de su anima.

*División
de la obra.*

Todo lo que ha de hazer acerca desto, se podrá reduzir à dos libros pequeños. El primero tratarà del orden que podría tener en general, con los superiores, con el proximo, y conmigo misma, y con las Reglas de mi Religion. El segundo, comprehenderà, en particular los exercicios espirituales. que desde la mañana, hasta la tarde, en todas las horas, y negocios del dia se pueden guardar, para poder estar con el animo mas unido con Dios nuestro Señor. Como se verá en lo siguiente.



PRATICA

ESPIRITVAL,

LIBRO PRIMERO.

CAPITVLO. I.

Que cosas deberia hazer para con Dios.


El Primer Superior de todos es nuestro Señor Dios, siempre bendito, à quien como à ultimo fin, yo siempre he enderezado mi anima, y por tanto me he esforzado à tenerlo delante de los ojos de mi entendimiento, imaginandome caminar, pensar, y hablar siempre delante de su acatamiento, lo que (mediante su gracia) con el continuo uso se me ha hecho tan facil, que tendria grandissima

*Fin de
sus obras*

di.

*Medio
eficaz pa
ra la per
fession.*

*Prove
chos que
nacen de
la presen
cia de
Dios.*

*Siete afe
ctos para
con Dios
en todo
lugar.*

*Primer
afecto de
amor con
Dios.*

dificultad à divertirme de esto. Hasta agora no he hallado cosa, que me aya asi hecho huyr qualquier defecto, aunque muy pequeño, ni que me aya dado mayor consuelo, ò que me aya mas encendido el corazon, que imaginar-me estar en la presencia de Dios. Esta me ha hecho huyr las conversaciones inutiles, el hablar demasado, el perder el tiempo, y el entender en obras vanas. Por medio desta he alcanzado vna facilidad para alzar el espiritu, para hablar, aora con su divina Magestad, aora con mi anima, y à las vezes con los Santos, los quales tambien he pensado que estàn todos al rededor de su Señor y Criador. Allende de esto, me he esforzado à tener para con el Señor siete afectos, ò sentimientos, assi en la Oracion; como en todo otro lugar, los quales me acuerdo aver leído, y entendido muchas vezes.

Lo primero, me he esforzado con todo cuydado posible de aver vn ver-
dade.

dadero y ardiente amor à mi Señor, el qual entonces pensarè aver verdaderamente alcanzado, quando mostrare las señales que se figuen.

I. Si tuviere vn amor de corazon, con la memoria, intencion, y deseo recto para su divina Magestad, assi como vn niño lo tiene para con su madre, sin la qual no recibe consuelo; porque à tener otra manera de amor, no me pareceria ser amor de corazon.

II. Si mi amor fuere amor derecho, de obras, mostrando y enseñando con las obras, lo que mi corazon desea, no contentandome solamente con tener buenos deseos, ni con dezir, mañana lo harè, ò effotro dia, porque este no serà Amor de obras,

III. Si este mi amor fuere amor de vnion; es à saber, si me apartare de todo amor de criaturas, y principalmente del amor de mi mesma, por no tener impedimento alguno, para que pueda yo vnir, y juntar mi espiritu con

El verdadero amor de Dios se conoce por estas señales.

Amor de obras.

Amor de vnion.

con el espíritu de mi Señor: y siendo necesario amor à estas Criaturas, querria que este amor conque las amasse, fuesse tal que procediesse de Dios, porque desta manera seria verdaderamente amor de vnion.

Amor sollicito, y cuydadoso.

IV. Si amare con sollicitud, esforzandome à amar cada dia, mucho mas de lo que he hecho en lo passado, y de cumplir, y poner en execucion, sin dilacion alguna, todo quanto entendiere serme necessario para el servicio de Dios, huyendo la ociosidad enemiga del verdadero amor.

Amor puro, y no interesal.

V. Si este amor fuere libre, puro; y desinteresado, sin buscar ni propia comodidad, ò proprio gusto, mas solamente la honra y gloria de su divina Magestad en todas las cosas.

Amor fuerte.

VI. Si amare con fortaleza, llevando con alegria y gozo toda tribulacion, adversidad, y Cruz que de la divina Providencia me vinieren, y considerando que me ha venido de la ma-

ESPIRITUAL. §

no del Señor; consolarme he en el pa-
decir, pues soy bien cierta, que es da-
diva, y merced señalada que el Señor
concede à sus especiales amigos.

El segundo afecto es, que me he es-
forzado à tener grandissimo temor al
Señor, no de sierva, sino de hija. Este
temor entonces conocerè averlo al-
zázado, quádo sintiere é mi tres cosas.

I. Es à saber, vna profunda reveren-
cia, en la consideracion de la Magest-
dad y grandeza infinita del Señor, en
cuyo acatamiento tiemblan todos los
espíritus celestiales: Lo que tantas ve-
zes querria sentir en mí, quantas ve-
zes me acuerdo de Dios.

II. Si temiere de no cometer cosa
que yo entienda; y alcance, que le des-
plaze y desagrada por minima que sea
Y considerando, que puedo ofender à
aquel Señor de infinita Magestad, con
pecados mortales y veniales, temblarè
con la memoria dellos, conociendo
claramente mi nada, y quan debil sea
yo,

*Segundo
afecto de
temor pa-
ra con
Dios.*

*Temor
reveren-
cial.*

*Temor
de cõpla-
cimiento*

yo, y flaca, y la necesidad grande que tengo, de que el Señor me ayude.

*Temor
de union*

III. Si temiere de verme jamás apartada de su gracia y amistad, sabiendo por cierto, que infinitos la han perdido, porque no caminaron rectamente en su divina presencia. Y conociendo yo, quan necessario me aya sido siempre este santo temor y rezelo, lo he demandado en todas mis oraciones, y siempre lo demandaré mientras fuere viva.

*Tercero
afeção de
zelo de la
honra de
Dios.*

Zelo cordial.

El tercero, así mesmo, me he esforzado de tener vn verdadero zelo de la honra de mi Señor, así como vno que tiene vna cosa muy cara, y la quiere mucho, tiene zelo, si vee que se haze poca cuenta della. Este zelo entonces conoceré averlo, si sintiere primero vn dolor cordial, en ver quan poco sea Dios amado de sus criaturas, pues dexando à su Criador, aman mas las cosas de este mundo, y à si mesmos, bolviendo las espaldas à su divi-

ESPIRITUAL.

7

na Magestad, y à las cosas eternas de
 a otra vida, y haziendo à cada passo
 peccados, le ofenden en infinitas mane-
 ras, lo qual no puedo dezir, ni pensar
 sin gran dolor de mi corazon. Segun-
 do, si tuviera zelo de la salud de mi
 proximo, esforzandome quanto me
 fuere posible de ayudarle con obras,
 con exemplo, y con penitencias, que
 por ellos haga con oraciones, con la-
 grimas, y exortaciones; para que pue-
 dan salir del peccado en que estàn, y
 reconocer à su Señor y Criador. Este
 zelo de la salud del proximo, entonces
 conocerè tenerlo en parte alcanzado,
 quando olvidada de mis necesidades,
 y de mi propria comodidad, toda me
 empleare è atèder à la salud del proxi-
 mo, assi como hatia por la mia propria.
 El quarto afecto es, que tambien he
 trabajado, y procurado de tener un
 sentimiento de alabar, y bendecir à su
 divina Magestad, con prontitud y ale-
 gria de corazon, lo qual he entendido

*Zelo de
 ayudar
 el proximo.*

*Zelo vir-
 tuoso del
 proximo
 como se
 conoce.*

*Quarto
 afecto de
 loar à
 Dios en*

D

avcr.

todas las
cosas en
todo tie-
po, y lu-
gar.

Temor
de hazer
las cosas
de Dios
por costū-
bre cō ne-
gligēcia.
Hierem
48.

5. Affe-
cto de os-
frecimie-
to.

averse de hazer, no solo en la oracion
y en el oficio divino, mas en todo
tiempo, y lugar, y en toda cosa que
huyesse visto, ò oído, y en todo lo
que me acaeciēse, ò bueno ò malo
agora sea à mi gusto, agora sea contra
mi voluntad. Y por esto he tenido
horror de hazer mis cosas por uso, y
con negligencia, porque siendo obli-
gada de hazer todas las cosas à gloria
y alabanza del Señor, las he de hazer
todas con fervor y gusto interior, te-
niendo gran temor de aquello que
he entendido: *Maledictus homo, qui fa-
cit opus Dei negligentem.* Quiere dezir:
Maldito el hombre, que hiziere las
cosas de Dios con negligencia.

El quinto, he avido gran deseo de
sentir en mí un cierto afecto de ofre-
cerme toda de verdad en sacrificio, en
el fuego de la caridad al Señor, por
que no sea mas mia; y por esto mu-
chas vezes al dia he rogado, que se ha-
ga el beneplacito de su divina Magest-

rad

ESPIRITUAL. 9

ad en mi, en todas las cosas que à él
e agradaren, demandandole para es-
o vna verdadera resignacion y mor-
tificacion. La qual resignacion pensa-
e aver alcanzado, quando sintiere de
mi, que soy como el barro en las ma-
nos del ollero, del qual amasandole,
puede hazer lo que quisiere, ò acor-
dandome de como estava yo todo el
tiempo antes que fuesse criada y pue-
a en este mundo.

El sexto, he tambien trabajado para
alcanzar vn otro sentimiento de hazer
gracias al Señor, y de reconocer to-
das las mercedes, ò beneficios genera-
es, particulares, y especiales; hasta
los muy pequeños, que abundantissi-
mamente cada hora me ha hecho, pa-
ra que deste conocimiento entienda,
que es nada todo aquello que yo po-
dria hazer en pensamientos, palabras,
y obras para satisfazer si quiera en vna
pequeña parte à la grandissima obli-
gacion que le tengo. Deste afecto na-
cia

*Indicios
destar re-
signada è
el bene-
placito
divino.*

*6. Affe-
cto de ha-
zimiento
de gra-
cias al se-
ñor.*

*Olio del
vicio de
descon-
cimiento,
y indige-
ncia de*

*donde us
es.*

*Septimo
afecto
de contē-
tamiento
con Dios,
y sus co-
sas.*

*Odio con
el mundo,
y con sus
cosas.*

*Señales
para co-
nocer si
uno ama
à Dios, &
al mundo*

cerà en mi (quando fuere servido e Señor) aquel odio grande, que soy obligada à tener al vicio abominable de la ingratitude; la qual quanto es de su parte, seca la fuente de la divina misericordia en nosotros, porq̃ impide q̃ no recibamos mayores dones, y favores de las piadosissimas manos de Dios.

El septimo, heme esforzado asì mismo à tener todo mi contento, deleyte, gusto, y plazer en el Señor, y en las cosas que son suyas, pues èl es todo el bien, el Tesoro, y Parayso de la criatura racional en este mundo, y en el otro. Y por el contrario, he deseadido tener en hastio el mundo con todas sus cosas, y desplacerme de verlas, oirlas, y pensarlas, como si tuviesse cabe mi vna sentina de malos olores, ò vn cuerpo muerto que engendra horror à quien se le allega.

A mi me parece (con la gracia del Señor) conocerè facilmente tener este afecto, si mirare, de q̃ manera pienso,

so, y hablo de Dios, y del mundo, y con quien trato, y converso, porque destas cosas se descubre la aficion del corazon, assi como por el humo se conoce el fuego.

Ultimamente, en todas mis oraciones, meditaciones, y peticiones q̄ he hecho al Señor, me he esforzado con grande instancia suplicalle por estas siete cosas sobre dichas, diziendo estas, ò semejantes palabras. Señor mio, hazed q̄ yo os ame con verdad, y perfeccion, sumamente os tema, y reverencie, aya grandísimo zelo de vuestra honra, y de la salud de mi proximo. Estè Señor, siempre en mi corazon, en mi boca, y en mis obras vuestra alabanza; ofrezca, y presente à toda mi mesma con perfecta y entera resignacion de verdadero sacrificio en vuestras manos. Otorgame, Señor, que yo os pueda hazer infinitas gracias, y q̄ juntamente pueda gustar de vos solo, y de vuestras cosas; teniendo alco, y desplacer de las

Siete cosas de mandado instancia al Señor. Conclusión, y remate de lo sobre dicho.

las cosas del mundo, para que sirviendo en este valle de lagrimas con perfeccion, pueda veros y gozaros eternamente con los bienaventurados en el Parayso. Amen.

CAPITULO. II.

De lo que avria de hazer para con mi Superior, y Perlado.

Segundo Superior qual sea Tres cosas se han de guardar con los Superiores.

1. Amar los verdaderamente. Los superiores se han de

EL segundo Superior, son todos aquellos que en este mundo me gobiernan por voluntad, y ordenacion del Señor, como son Padres y Madres, así espirituales, como carnales, mientras los hemos tenido, y todas las otras personas, las cuales me he esforzado à tener como mis mayores, y para con estos Superiores, he oido averse de guardar tres cosas.

La primera, amarles de verdad, como Padres y Madres, que esta es la causa porque se suelen llamar en la Iglesia Santa con tales nombres, para que en todas las cosas que ellos hizieren,

no se ayen de juzgar, antes si hiziesen alguna cosa, q̄ pareciesse mal hecha, por este amor le huviesse de excusar, y averles compalsion, y junto con esto encomédarles al Señor, para q̄ les dè gracia y lumbrè para regir bié à todos.

La segunda, honrarlos, y reverenciarlos, teniendolos en lugar de Christo nuestro Señor, como tenientes suyos en la tierra, así como èl nos lo enseñò, diciendo: *Qui vos audit, me audit; qui vos spernit, mespernit*, q̄ quiere decir: El que oye à sus Superiores, oye à mí; y el q̄ los menosprecia, desprecia à mí. Esta reverencia ha causado en mi corzon vn consuelo muy grande, quando veo, hablo y escucho à mis Superiores, y mayores, imaginandome entonçes, q̄ representan à Christo nuestro Señor. Y por esto qualquier reprehension y amonestacion q̄ por ellos se me ha hecho, siempre la he recibido con gusto, pèfando q̄ el Señor ha avido particular cuydado de mí, y quiere que

excusar, y se les deve compalsion y lastima.

2. *Tener les reverencia.*

Luc. 10

Efectos de la reverencia que se deve à los superiores.

Nota.

*Dar gra-
cias a los
Superio-
res quan-
do repre-
henden.*

*3. Serles
obedien-
tes.*

*Obedien-
cia perfe-
cta qual
sea.*

q̄ en mí no aya defecto alguno: por lo qual he procurado de escucharlos con humildad, y no escusarme, ni disculparme quando dellos he sido reprehendida. Y ultimamente agradecellos el amor, que me han mostrado en advertirme, para que me enmendasse.

La tercera, serles obediente en todo lo que ellos me mandaren; lo qual tanto mas perfectamente he estado de cumplir, quanto lo que me mandavan fuesse cosa mas contraria à mi voluntad. Sabiendo, que soy obligada à obedecer por muchos respectos, y en especial por estar yo atada por el voto de obediencia. Mas entonces sabrè, q̄ tengo esta santa virtud de Obediencia, quando harè lo que me mandaren con aquellas siete circunstancias y condiciones, que nos pintan los Santos, con q̄ se deve obedecer à los Superiores.

Primera, obedeciendo velozmente, y con aceleramiento, sin dilacion de tiempo.

Segunda, voluntariamente, y de gana, sin ser forçada, ò muchas vezes amonestada.

Tercera, senzillamente, sin replicar, ni escufarse, sino à la ciega.

Quarta, con alegria, sin murmuracion, ò tristeza interior.

Quinta, con fortaleza, sin cansarse, ò ser impaciente.

Sexta, con perseverancia, sin interrumpir, hasta que se acabe la obra.

Septima, con humildad, sin enlobervecerse por lo bien hecho.

ANOTACION.

O Bedecer à ciegas, ò con Obediencia ciega, es lenguaje usado de los Santos, y varones espirituales: y quiere dezir, que presupuesto, que lo que el Superior ordena no es cosa illicita, sino buena, ò indiferente. que es ni mala, ni buena de suyo, el subdito la pone por obra; sin escudriñar si esta bien y discretamente mandado, ò no, si le esta bien hazella, ò no, sino que sin mirar nada desto, porque sabe q̄ Dios

E

que

que es su Padre, y que es Eterna Sabiduria, el q̄ lo gobierna por medio de su Superior, cree q̄ aquello q̄ le ordenan, es lo q̄ mas conviene, y lo que Dios mas quiere del: y assi lo pone en execucion, sin dar lugar à las razones aparentes q̄ el juicio proprio le trae contra la senzilla Obediencia.

CAPITULO III.

Lo que devia hazer para con mi proximo.

Como se
deve con
versar
cō el pro
ximo.

I. No
tener a
mistad
intrinse
ca.

HE procurado en el tratar con mi proximo, de ser muy circunspecta y avisada, para que no incurriessse en algun pecado, ni le diessse causa de escandalizarse, mas que mereciessse tratar; y conversar bien con el, lo que entonces cumplirẽ perfectamēte, quando tuviere las cosas siguientes.

Primera, no teniendo amistad ni y estrecha y singular con alguna persona, sea quien quisiere, y por tanta que fuere; y esto por muchas causas, que fuera cosa larga averlas aqui de decla-

par; mas contentar mehe de tener vn amor en general con todos, porque en otra manera, con la tal amistad mui particular, tendria ocasion de cometer muchos defectos, gastando el tiempo desaprovechadamente, con muchas distracciones, murmuraciones, y palabras ociosas, y offension, y escandalo de otros.

Segunda, hablando mui poco con todos, y especialmente con personas, que se huelgan de hablar sin fruto, y de saber hechos agenos, ò que facilmente murmuran, de las quales, con pocas palabras me querria despedir, tomando alguna excusa de tener alguna cosa que hazer. Asimismo, si me visitassen personas de fuera de casa, me querria guardar mucho de no demandalles nuevas, ò que cosa se haze en tal lugar; y entendiendo por caso alguna cosa, no querria recontarla en casa à otra, si yà no fuesse cosa de mucha edificacion, ò provecho del proximo.

2. *Ha-
blar mul
poco con
todos.*

*Curiosidad de
saber nuevas
de lo que se
ha de hacer.*

*Hablar
con modestia no
mirando
de hizo à
nadie en
la cara.*

Nota.

Nota.

mo. Assi tambien mientras hablo querria vsar grandissima modestia, y no mirar jamas à otro de hito en el rostro, en especial, tratando con personas de autoridad, y procurar de despacharme quanto mas ayna pudiesse, si fuesse posible con vna palabra, dexando à parte toda ceremonia, pensando, que el Señor del Cielo, y de la tierra me llama para hablar con mi go à solas.

La tercera, querria de corazon sufrir toda injuria, que me fuesse hecha por quien quiera (sin darle empero ocasion) assi en la honra, diziendose mal de mi, como en el cuerpo, y en la hacienda, ò cosas de que vsó; pues q̄ estas tres cosas no son mias, por el voto de la Obediencia, Castidad, y Pobrezza, dado que cada vno podria bien dezir, que no tiene cosa suya, pues à la hora de la muerte serà despojado de todo lo temporal, aunque no quiera. Y el estar la persona mortificada en estas

estas tres cosas, le quita el amor desordenado que tiene à si misma, à la carne, y à las cosas que usa, lo qual es todo el bien que puede aver una persona espiritual en este mundo; de donde nace el odio, y aborreccimiento que se ha de tener por el mundo, y por el mal de si mismo, que se ha de tener por el amor de Christo.

Quarta, querria sentir, y mostrar alegría del bien de los otros; con palabras, y obras; y assi mismo tristeza, y dolor de los males, agora sean espirituales, como serian pecados que hiciesen, agora corporales, de trabajos, y enfermedades que incurriesen, lo que querria yo hazer con grande sentimiento, porque creeria, que esso seria indicio de perfecta caridad para con mi proximo.

Quinta, en mi conversacion deseava mucho ser afable, mansa, y dulce con todos, guardandome de no ser austera, ò de reprehender à otros, con aspereza exterior, mostrando tristeza,

4. *Alegria del bien del proximo y pesar de su mal.*

5. *Afable, dulce, y mansa con todos.*

Austeridad, aspereza, y melancolia se ha de evitar

ò melancolia con mi proximo (pu
 tengo obligacion de amarlo como
 mi misma) porque seria gravemen
 aborrecida, y todos huirian de mi. E
 to quisiera yo mui bien aduertir, por
 que algunas personas, por amor de
 sentimiento espiritual, no dan en l
 cuenta, que faltan en esta parte. Me
 mayor perfeccion es, que la person
 espiritual sea afable, y suave con to
 dos, sin q̄ se derrame, empero, ò di
 traya, que estarse à solas con su senti
 miento encogida, y triste. El amonet
 tar, ò reprehender à otras con impe
 rio, conozco que toca solamente a lo
 Superiores; y aun é tal caso lo querria
 hazer, con la mayor suavidad q̄ fuess
 posible, à fin q̄ aquella persona cono
 ciessè, q̄ fue amonestada por su bien
 Sexta, querria reverenciar, y hon
 rar à todos como à mis mayores, no
 mirando si es persona digna, ò indigna
 de tal honra; porque es cosa necesari
 a que yo me conozca, y confiesse ser

mas miserable, y la mas vil de todas que ay en el mundo, y por esso no queria mucho si (à la ciega) yo honrasse, y estimasse à todos mas que à mi misma. Y por mayor perfeccion mia, si me fuesse mandado cosa alguna por mi proximo, siendo aquella cosa buena, ò indifferente, y no contraria al servicio del Señor, ni à mi exercicio, querria hazer, asì como si me la mandasse, ò dixesse mi Superior.

La septima, y vltima, querria ayudar à mi proximo, en todas aquellas cosas que fuesen posibles, hasta derramar mi sangre por èl, à exemplo de Christo nuestro Señor. Si yo tuviesse este deseo, no me molestaria, ni me sentaria pesado qualquier trabajo q̄ tomara por todos, y sentiria todo el descontento de mi proximo, como cosa mia propia. Con este vendria à mostrar à los pobres, y enfermos tanta caridad; amor, q̄ bastaria con el favor de Dios para consolarles, y curalles de sus trabajos.

7. Ayudar al proximo en todo lo que se pudiere.

Señales del amor para con mi proximo.

bajos. Estas cosas en general, y otras en particular, que destas proceden, salen, conozco yo, ser muy necesarias à toda persona espiritual, Religiosa, perfecta; mas no me he contentado solo de saberlas, ò leerlas; sino que me he esforcado à ponerlas en execucion, y ponerlas en practica, y muy muchas vezes he hecho oracion al Señor, que me de gracia de poderlas cumplir, als como espero, que por su inefable bondad me la concederà.

CAPITULO IV.

Lo que devo bazer para con migo mesma

YO creo, y confieso, que el mayor enemigo que yo tengo, se yo misma; lo que veo, assi en las obras del cuerpo, como en las del anima dentro de las quales mora, y tien puesto su asiento el amor proprio, tan escondidamente, que no pienso con juicio humano poderlo echar fuera. Alguna vez lo hallo en los exercicios del cuerpo, al qual con escusa de no

Enemigo mayor nosotros mismos.

Amor proprio, donde, y como se ba de bazar.

enter

enfermar, ò de conservarme, para me-
 jor servir à nuestro Señor, le hago ca-
 ricias mas de lo que ha menester; otra
 vez lo descubro en los exercicios del
 alma, como son, oracion, comunión,
 confesion, &c. buscando en ellos mi
 gusto, y no la honra, y gloria del Se-
 ñor puramente: pero con la gracia del
 Señor, he pensado de usar dos ardidés;
 el vno en hallar este amor propio, y el
 otro en echallo fuera.

Lo primero, para hallar este enemi-
 go, antes que yo haga alguna obra,
 assi corporal, como espiritual, entro
 dentro de mi milma; y haziendo refle-
 xion sobre mi, veo el motivo de mi co-
 raçon, y el porque se inclina à pensar,
 desear, hablar, ò obrar tal cosa; y co-
 nociendo, que es por mi honra, satis-
 facion, ò comodidad; tengo por cier-
 to, y averiguado; que alli dentro se
 halla el amor propio, aunque diessse
 muestra de hazerlo por amor del Se-
 ñor; y por esso luego, ò mudo la inten-
 cion,

*Considere
 rar pri-
 mero lo
 que se ha
 de hazer
 ò dezir.*

*Consola-
 cion pro-
 pia, y gu-
 sta se ha
 de despo-
 ner à la
 honra de
 Dios.*

cion, ò dexo de pensar, desear, dezir
 ò hazer tal cosa. Mas si por el contra-
 rio hallo, que me mueve la gloria, y
 honra del Señor, entonces me esfuer-
 zo de ponerla por obra, aunque me
 viniessè à repelo, y fuessè contra mi
 consolacion, y labor. Y haze de adver-
 tit, que no me querria contentar con
 tener sola esta intencion recta de ha-
 zer las cosas por Dios; porque princi-
 palmente las podria hazer por Dios; y
 segundariamente por mi misma; bus-
 cando mi comdidad; ò gusto; mas
 querria siempre la intencion mas sen-
 cilla, y hazerlo todo à mayor gloria
 del Señor, no teniendo respeto jamas
 à mi misma, ni al principio, ni al fin
 de tal cosa, porque desta manera seria
 mas fuerte para servir al Señor, allega-
 ria mas merito, obrando con mayor
 puridad, y limpieza, y conoceria con
 mayor claridad el amor propio: por lo
 qual suplico continuamente al Señor,
 q por su infinita bondad me lo còceda.

*Mereci-
 miento
 mayor co-
 mo se al-
 cança.*

Lo segúdo, por desterrar del todo el enemigo de mi misma, heme esforzado à usar destos avisos, acerca de los exercicios del cuerpo, y del anima.

Quarto à lo que toca al cuerpo, he llamado siempre mucho estarme retrayendo, mientras la obediencia, ò la caridad no me pide otra cosa, y de jamas comparecer en lugares donde se pierda el tiempo, ò donde ay ocasion del pecado; y estando así sola, me he llamado mas recogida, y consolada en el Señor, lo que facilmente he podido hazer, pensando que verdaderamente entonces no estava sola, mas que en su compañía estava el Señor con todos sus Santos, y Angeles del Cielo, con los quales razonando dentro de mi misma, passava todo aquel tiempo con mayor dulçura (sin comparacion) si estuviera en compañía de qualquiera persona de grande autoridad.

Lo segundo, por desecher este amor proprio, he procurado tener gran cuidado,

*Avisos
espirituales
acerca
del cuerpo.*

*Retirarse y estar
sola quã
bueno sea*

*Guardar
los sentidos es cosa
muy
necesaria.*

dado, y guarda de mis sentidos, en no ser curiosa, ò liviana, è querer ver, oír, oír, gustar ò tocar qualquier cosa por minima que sea; antes querria es forçarme lo posible, de mortificarme en esta parte, haziendo lo contrario de todo aquello à que el sentido me comienda, sabiendo cierto, que por estas cinco puertas el enemigo nos haze la mayor guerra que puede, y de nosotros alcanza tanta vitoria, quanta è de fea. Mas porque el anima no puede estar sin alguna recreacion, ò entretenimiento, es necessario, quitandole la consolacion del sentido exterior, ocupar la interiormente en oír, cler, ver, gustar, y tocar espiritual lo que bien se puede hazer. Primero, sacando fruto espiritual de todas las cosas, que somos forçados de necesidad à ver, y oír, &c. loando al Señor, y Criador dellas en ellas mismas. Y entonces todas las cosas seràn como leña para encender el fuego del amor del Señor en

Dexada la consolacion corporal me nester es buscar la espiritual.

Los cinco sentidos como se ocupan y se recrean espiritualmente.

uestro corazon. Lo segundo, si afixamos nuestro ver, y oír interiores à los misterios de la vida de Christo Señor nuestro, con animo de no trocar quel ver, y oír, y platicar con él por todas las criaturas del mundo; y en este remedio con el continuo vfo, y exercicio se halla tanta mayor consolacion, quanto es mas dulce el Criador que las criaturas.

Lo tercero, mucho me ha ayudado para el dicho efecto, la quietud, y modestia de todo el cuerpo, en los gestos, y en las manos, piés, cabeza, y de todo lo demas, guardandome de no hazer movimiento alguno, q̄ no se conforme à razon. Y así me ha desplacido siempre ver alguno hablar, tratar, ò hazer alguna cosa con furia, ò con impetu, porque es indicio de animo turbado apasionado, ò liviano. Y por el contrario me ha consolado de ver à otros, que todo lo que hazen, lo hazen con gravedad, modestia, y reposo de es:

Nota:

Modestia, reposo, y gravedad en todo lo q̄ se hubiere de hazer.

*El cuer-
po se ha
de ave-
zar à es-
tar suge-
to al espi-
ritu.*

*Desear
de ser
mas pre-
sto refre-
nada en
esto, q̄ es
poleada
es fervor
Vicios q̄
ha de v̄
serla per
sona Reli-
giosa.*

espiritu. Aunque se ha de advertir tambien, q̄ no se use tanta gravedad q̄ parezca cosa afectada, y reputacion propia, ò especie de hypocresia.

Lo quarto, este mi cuerpo lo he querido avezar à estar sugeto, y rendido al espiritu, y castigarlo con abstinencia, ayunos, disciplinas, y cilicios, segun el consejo de mis padres espirituales, conociendo claramente, que sin estas penitencias, no podria enfeñorearme del, y el amor propio criaria en mi muchas malas raizes, muy ruynes ramos, y muy peores frutos, lo q̄ aun con dificultad vendria à conocer. He deseado por el amor que tengo à esta aspereza, aver mas presto menester freno, que espuelas de mis Confesores. Así mismo me he esforzado à vencer los vicios carnales, con los quales el cuerpo toma mucha recreacion. como son, gula, sueño demasiado, ociosidad, reposo inutil, y amor de la propia comodidad así en el comer, ves-

vestir, aposento, cama, como en toda otra cosa.

Ultimamente he tenido deseo de conservar la salud del cuerpo, porque podria ser tentacion del demonio, si no tuviesse cuidado conveniente para no caer en alguna indisposicion; por que faltandome las fuerzas corporales, no me viniessen à faltar tambien en los exercicios espirituales; y assi he sido en esta parte muy advertida, que no hiziesse algun exceso por indiscrecion, ni me rigiesse por mi parecer, sino por el de mi Padre espiritual, para que Dios nuestro Señor quede servido en todas las cosas. Secundariamente; por desechar de mi este capital enemigo, el amor propio, quanto à los exercicios del anima; me he esforzado à tener las cosas siguientes.

Primero, he deseado tener vna gran verguenza, y confusion; considerando la suciedad interior de mi anima, la qual veo afeada con tantos pe-

ca-

*Avisos
espiritu-
ales acer-
ca del a-
nimo.
Verguen-
ça de in-
suciedad
de la ani-
ma.*

cados que he cometido, y no cesso de cometer de nuevo. Y viendo mi imperfeccion, quan lexos està del verdadero espiritu, conversacion, y vida de los Santos, y como ofendo cada hora a mi Señor, y Criador, querria no comparecer mas entre las gentes, sino es conderme, y hundirme (si possible) debaxo de tierra, para que pudiesse con este, ò con otro hecho extraño mudar la fealdad de mi anima la qual desagrada sumamente al Señor.

Menospreciar. se. q. tener se. en odio a si mismo es bueno, y por que.

La segunda, he asì mismo tenido vna grande hambre, de vn odio santo contra de mi misma, y de menospreciar verdaderamente con vn cierto horror de mis males, y defectos, lo que he querido hazer principalmente por amor del Señor, que por mi se ha abaxado, y despreciado en lo que le fue possible mas que ninguno; y aliendo desto, porque soi digna de menosprecio, asì por ser yo nada, como por mi malicia intrinseca, y ofensas que he he.

hecho, y hago à mi Señor mas que to-
dos los otros.

La tercera, he querido alcanzar un
verdadero señorio sobre las inclinacio-
nes, que tengo para poderlas vencer,
ganar las virtudes contrarias; esto
es, que viendome inclinada à la sober-
bia, he querido exercitarme en la hu-
mildad, y assi de las otras malas incli-
naciones. De la misma manera he pro-
curado estar muy vigilante, y alerta
sobre las pasiones de mi anima, como
ira, amor, odio, alegría, dolor, y te-
mor, y esperanza; y luego en advir-
tiendo que se mueven por cosas ter-
renas, he buscado con vna ira impaca-
ble de mortificallas.

La quarta, allende todas estas cosas
he procurado ser sollicita acerca las co-
sas espirituales; es à saber, meditacion,
oracion, exercicios, confesion, comu-
nion, y licion de libros pios, y de ha-
cerlas bien con fruto à su lugar, y tiem-
po. Y querria sentir en mi mucho el

G

te.

*Domino
que se de
ve adqui-
rir sobre
las incli-
naciones.*

*Vigilan-
cia à cer-
ca de la
meditaci-
on, confe-
sion, y
comuniõ
Temor
de hazer
las cosas
del Señor
como de
molde, y
por costü-
bre Dis-
crecion*

*quien no
cessaria
sea y co-
mo se al-
canze.*

temor de hazer estas cosas por vso,
como de molde lo que suele acaecer
a aquellos, que aviendo comenzado b
en; despues se vienen à entiviar; por
que tienen hecho liga, y amistad con
el amor propio; y han desferrado de
el amor puro, y limpio del Señor.

La quinta, he sido avilada, que la
cosas sobre dichas las acompaña
siempre con la santa discrecion; ma
dre de todas las virtudes; sin la qua
todo exercicio, por santo q pareciese,
seria tenido por vicio: Esta virtud de
la discrecion, pienso que se podrá al-
canzar si hiziere quatro cosas.

La primera, hazer experiencia, y
provar, si tal, ò tal cosa que se preten-
de hazer; sale bien; ò no.

Segundo, demandando consejo; y
comunicando aquello con personas
platicas; y que sean experimentadas
en aquella cosa.

Lo tercero, leyendo libros santos,
que tratan de semejantes cosas.

Y quarto, rogando al Señor, que nos alumbré, dándonos à conocer lo que me se huviere de hazer en tal negocio particular.

CAPITULO V.

quæ deuria hazen para con mi Religión, y profesión, acerca de mis reglas, y santos propósitos.

Tratado de la observancia de las reglas, no puedo dexar de dezir aquello del Profeta Jeremias: *quid est, quæ dilectus meus in domo mea commisit scelera multa.* Que quiere dezir, que ciertamente, dize el Señor: Por cierto mucho es de sentir, ser ofendido en tantas maneras de mis criaturas; pero tanto mas de sentir es, ser ofendido de mis amigos, y paniaguados, que dentro de las puertas de mi casa, en la santa Religion, han cometido, y cometen muchos pecados, y delictos, haciendo poca cuenta de su orden, y de la vida espiritual; que han emprendido.

Jerem. 12

*Dolor de
no guar-
dar las
reglas, y
porque.*

*Côfidera-
ciones pa-
ra guar-
dar per-
fectamē-
te las re-
glas.*

*Temor
de no ser
dexada
de la ma-
no del Se*

dido, y de sus votos, a los cuales están obligados, y de las reglas que han de guardar, y de caminar siempre para la perfeccion? Pues doliendote el Señor, nos avemos tambien de doler nosotros, y esforzarnos con toda diligencia, à enmendarnos de tan gran mal, el qual quan grande sea, y quanto desagrade al Señor; yo en parte lo he conocido, meditando, y leyendo muchas vezes los puntos que te siguen.

Primero, piensa anima mia, que los pecados cometidos en lugar sagrado, ò acerca de cosas sagradas, el Señor los ha castigado luego del pie à la mano, y severissimamente, como hizo à Luzifer por la sobervia que mostrò en el Cielo; à Adan, y Eva, por la inobediencia que hizieron en el Parayso terrenal; à Dathan, y Abiron, haziendolos tragar vivos de la tierra; Anania, y Saphira, que cayeron muertos, por la mentira que dixeron delante de San Pedro. Por esto ten temor, que no te

acon-

contézca à ti lo mismo, corporal, ó
 (piritualmente; porque podrías tam-
 bien ser de tal manera desamparada
 del Señor por tus demeritos, siendo
 echos en su casa, y en el acatamiento
 de su divina Magestad, que del todo
 se perdiesses. Resuélvete, pues, de ser
 observantissima de tus reglas; y santos
 propósitos, porque no incurras en al-
 gun castigo del Señor.

Segundo, piensa en aquello que di-
 xo el Señor del arbol que no hazia fru-
 to: *Succide ergo illam, ut quia etiam ter-*
ram occupat. Porque mandò que se
 cortasse, que no parecia bien que ocu-
 passe el lugar, donde vn otro arbol
 bueno haria fruto. Y si esto dixo el Se-
 ñor de vn arbol que no diò fruto; que
 dirà de vn arbol que dà por fruto ve-
 venoso, y ponzoña que mata? Tiembla,
 pues, anima mia, sabiendo que eres a-
 quel arbol sin fruto, que tienes ocupa-
 da la tierra embalde, y que eres aquel
 arbol, que dà fruto de muerte, y to-

*ñor por
 sus defec-
 tos.*

Luc. 23.

*Temor
 de no dar
 el devido
 fruto al
 Señor.*

xico de pecados, no guardando tus reglas, los santos propositos, y todo aquello que eres obligada. Mandarà; pues, el Señor, que esse tal arbol sea cortado, desplantado, y desarraigado de su viña de la gracia, y de la Religion, y como vn leño seco, sea echado en el fuego del Infierno, y que alguna otra persona fervorosa, y observante le sirva en su lugar, y haga fruto de vida eterna: por tanto, lee con diligencia muchas vezes tus reglas, guardalas enteramente, date toda al santo fervor, y anda de virtud en virtud, para que el Señor pueda coger el fruto que espera de ti, pues estás en su viña de santa Religion,

*Temor de
no ayu-
darse de
los medi-
os que el
Señor le
ha dado.*

Tercero, piensa tambien anima mia, que las inspiraciones, socorros espirituales, y todas las reglas, te han sido dadas del Señor, para que salgas gran sierva suya. Y haziendo lo contrario, hazes à su divina Magestad grandissima injuria, y à ti te causas grande detri-

rimiento. Por tanto, ten temor que no se de contra ti aquella terrible, y espantosa sentencia, que dize el Profeta Isaias: *Interra sanctorum iniqua essit, & non videbit gloriam Domini,* que quiere dezir, el Señor: Yo te he puesto en lugar de Santos, para que fueses semejante à ellos, dandote tanta comodidad, tantas inspiraciones, ordenes, y reglas, para que anduvieses adelante en mi servicio, y tu has hecho todo lo contrario, procediendo mal en todas las cosas, yendo de mal en peor. Por esto no veràs mi gloria, ni seràs condenada, porque no has aprovechado de los medios que yo te di.

Quarto, piensa que los pecados que cometes contra el voto, son mayores, y los hechos por persona que ha hecho profesión de espiritual, son mas graves, porque tiene mayor obligacion de servir al Señor, que los otros, y haciendo lo contrario, peca mas gravemente.

Isa. 6. 25

*La obser-
vancia de
las reglas
quan ne-
cessaria
sea.*

mente. Demas desto, todo lo que la tal persona toma, ò recibe para su comer, y vestir, assi de la Religion, como del proximo, lo tiene con pecado y engaño; porque por vna parte haze traicion à su misma Religion, quebrantando sus reglas, y observancias; y por otra, no es digna para rogar à Dios por el proximo, que le ha dado éssas limosnas; porque no merece que Dios le oiga, por no ser observante de su Religion, como le avia prometido. Por tanto, por no cometer vn sacrilegio tan grande, estaràs con temor de tu anima mia, y propon de ser observantissima, y diligentissima en el servicio de tu Señor, cumpliendo con todo quanto le has prometido.

ANOTACION.

A Cerca desto que dize de las Religiones sus para mayor claridad se ha de advertir, que en la Religion ay obligaciones graves, que obligan à pecado mortal.

como son, la de los tres votos y de algunos
 preceptos de cosas de mas importancia, que
 a regla, ò el Superior pone con palabras
 que denotan ser la intencion obligar à pe-
 cado mortal, como es la obligacion que to-
 dos los Religiosos tienen de caminar à la
 perfeccion, la qual tambien es de pecado
 mortal quando el Religioso falta en algu-
 na cosa destas, verificase enteramente lo
 que à qui se dize, que haze engaño à los
 proximos y traicion à la Religion. Ay ou-
 tras reglas, observancias, y obediencias
 en la Religion, que no son tan graves co-
 mo estas, y faltar algunas vezes en algu-
 nas dellas aunque daña mucho al alma, y
 impide el aprovechamiento espiritual; por
 lo qual, qualquier desobediencia, por pe-
 queña que sea, se deve con gran cuidado
 evitar; mas no por esso se verifica de las ta-
 les, que por esto engañan, y bazen tra-
 çion, sino fuesse, que faltassen tanto, y tan-
 sin enmienda en la falta destas cosas, que
 se hiziesen derechamente contra la obliga-
 çion que tienen de caminar à la perfeccion,

H

por-

porque como el medio con que se camina a la perfeccion, sea la vida Religiosa, segun las reglas, y observancias de cada Religion; podrá se faltar tanto en esto, que se biziessse contra la obligacion de caminar al dicho fin de la perfeccion que es cosa de suma importancia en la Religion.

*Confide-
rar que
cosa sots
venida à
hazer en
Relig ò,
es bien.*

Quinto, piensa vltimamente, anima mia, quando fuiste llamada del Señor, para que de veras lo sirviesses, que deo tenias de servirlo. Acuerdate, que si entonces, estando aun metida en las miserias del mundo, te hallavas fervorosa, y tuviste tanto de deo, y vna voluntad tan ardiente para caminar azia la perfeccion; que quiere dezir agora, que estando en lugar santo, y teniendo tantos socorros, que vivas tan tibiamente? Y si me dixiesses, que entonces eras mala; y que venistes à la Relig ò para ser buena; que quiere dezir, agora que has gastado tanto tiempo, y has estado en la escuela de las cosas santas, que te halles tan lexos de tu profelsiõ,

de tu deseo? Auerguencate, pues, tiendote tal, y determina con verdad de tornar à renovar el fervor, y à la verdadera observancia de tus reglas, y tantos propósitos, para que puedas servir à tu Señor, y bien hechor, con amor perfecto, como eres obligada.

Quatro cosas me han ayudado mucho para la sobredicha observancia, las cuales he procurado de guardar quanto fuere posible, aunque no lo he hecho como devia.

La primera, es leer muchas vezes mis reglas, y meditar una vez si quiera cada mes, y mas amenudo los puntos sobredichos en este capitulo, para que me provocasen al amor, y observancia dellas; con lo qual me he sentido renovada, y con proposito de no contravenir à ninguna regla, con color de que es cosa de poca importancia.

La segunda es, que he rogado muchas vezes à mi Superiora, y à todas las de casa, q̄ por amor del bien me advir-

*Quatro
medios
para la
observancia
de las
reglas.*

*Las re-
glas se
han de le-
er mu-
chas ve-
zes.*

*Rogar de
fer avisa-
da, y re-
prehenda
da por
sus defec-
tos es biẽ*

advirtieffen, y reprehendieffen, quando me viesfen, hazer alguna cosa contra las reglas, ò algun otro defecto que yo no aya advertido.

Penitencia por no guardar las reglas.

La tercera es, que cada mes he hecho vna penitencia secreta, y à las vezes en publico con licencia, por no aver guardado bien en esse mes mis reglas, y los propósitos que el Señor me avia dado, proponiendo de allí adelante guardarlas de verdad, y con mas cumplimiento, y perfeccion.

Los tres votos principales, con especial diligencia se han de guardar.

La quarta es, que he deseado, y propuesto con especial sentimiento de guardar los votos principales de la santa Religion: es à saber, Obediencia, Castidad, y Pobreza, juntamente con la clausura, ò encerramiento, guardándolas como joyas preciosísimas, de las quales dirè en particular los siguientes recuerdos.

Voto de Obediencia.

El primero, del voto de la Obediencia, querria, por amor del Señor, obedecer perfectamente, como arriba se ha

ha

na dicho, porque si tuviere en mi esta virtud, creo que tendré tambien todas las otras; y en especial, porque haze al alma semejante à Christo, que por obediencia recobró, y restaurò el mundo, que por defecto della se avia perdido. Por esto he rogado, y rogare siempre à su divina Magestad, que me haga conocer la importancia, merecimiento, y perfeccion desta virtud, para poderla plantar, y arraigar en las entrañas de mi anima.

El segundo, del voto de la Castidad no quisiera tratar, porque por la gracia del Señor no conozco en mi, ni lo podria sufrir vn minimo pensamiento que le sea contrario; mas por ayudar à algunas siervas de Dios, dirè, que la Castidad ha de tener dos hermanas. La primera, es vna santa vergueota, que es como guarda de la Castidad, que la conserva, y mantiene segura de toda macula, por minima que sea. Esta haze tener los ojos baxos, haze huir de

Nota.

Voto de Castidad

Castidad tiene dos hermanas, è guarda. Las vergueotas es la primera hermana de la Castidad.

de ser vista; y si por caso fuere vista la persona, ò le hablare, acude à cubrir luego el rostro; y se le para colorado por señal, que es diligente en guardar la limpieza del anima haze tambien à la que la tiene ser modestissima, y mesurada en todos sus gestos, y movimientos; en el caminar, hablar, y obiar, y en todo lo demas, guardar perfectamente esta santa virtud. La segunda hermana de la Castidad, es la limpieza, y puridad del corazon, con la qual viene el anima à tanto lustre, y resplandor interior, que no solamente aborrece qualquier minimo pensamiento malo; mas aun le desplace de allegarse à qualquier criatura con algun amor desordenado, conservando siempre su corazon, sin manzilla para su esposo; y alexarse del dicho su esposo, lo tiene, y reputa por fornicacion espiritual.

Limpieza del corazon, se gila hermana de la Castidad.

Nota.

Voto de la Pobreza.

El tercero, en el voto de la Pobreza querria guardarme, quanto fuesse polsi-

posible, restringiendo, y limitandome solo el uso de las cosas muy necesarias; y destas tendria gran dolor, si las fuesse como propias, y folor, y pretexto de necesidad, ò por mejor decir) de mala costumbre viniesse à ser proprietaria, no querria dar, ni tomar cosa alguna sin licencia, por mas que no huviesse menester. Dineros (con la gracia del Señor) no he tenido jamas, ni tendria tampoco en mi poder, ò en poder de otros, porque el demonio no me engañasse, y à sombra de bien me hiziesse hazer contra el voto de la santa Pobreza, por lo qual incurriesse en condenacion eterna, no guardando al Señor todo aquello que le he prometido. Y porque aquel vicio de la propiedad suele mucho reinar entre Religiosos miserables, y tibios (como yo) he querido ajuntar aqui algunas consideraciones cõtra este vicio, para quitarlo de raiz de sus corazones, las quales à mi mucho me han ayudado.

Usar solo las cosas necesarias, y estas no como si fuesen propias.

Propriedad entra en sombra de bien.

Consideraciones para no ser propietaria.

*Guardar
los tres
votos
principa-
les, es
mas ne-
cessario,
que lle-
var el ha-
bito.*

*Lo que
gana la
Religio-
sa, no es
suyo, y si
lo roba,
comete
hurto.*

Primerò, pensarás como este peccado es mas grave, que dexar el habito ò huirse de vn Monasterio à otro, lo qual aunque se haga sin voluntad de apostatar, es cosa de grandissimo escandalo, y dà horror solo pensarlo; aunque es necessario huir tales delictos como estos; sin duda mas necessaria cosa es à la persona Religiosa, guardar los tres votos, y en especial el de la pobreza, que es el muro de la Religion: y por tanto, si dexar el habito, y vestirse de teclar, ò huir à otro Convento, como està dicho, se tiene por tan grave peccado, acerca de nosotras conser de menor importancia; quanto mas grave serà el ser propietaria que es cosa de mayor momento, y de mas importancia; pues q̄ del todo echa por tierra el voto de la santa, Pobreza, que es tan necessaria, y tan esencial para conseruar la Religion?

Segundo, pensarás como das grandissimo escandalo, assi à los del Mo-

asterio, como à los seglares, è infamas toda la Religion, quanto mas, q̄ cométes hurto, réteniendo, y dando la ropa à otros por tu voluntad, y no por la voluntad del Superior, porque todo lo que ganas, y lo que se dà à la persona Religiosa, no es fuyo, sino del Convento, y de todos en comun; y tanto es mayor pecado de hurto, quanto es ropa de Iglesia, y de lugar santo, y pio, de los pobres, y de siervos de Dios; y por esto, tal pecado de propiedad, se llama sacrilegio, y es digno de gran castigo.

Lo tercero, pensaràs que aquella preciosa Margarita del Evangelio: *Inventa una preciosa Margarita abijs, & vendidit omnia, qua habuit, & emit eam* que es Christo nuestro Señor, y la santa pobreza, con la qual la dicha Margarita, se gana, y se posee, la has comprado mui caro, y te cuesta mucho, pues por ella diste, y dexaste quanto tenias en el mundo para poseer esta joya,

Mat. 13

joya, y tenerla por tuya, dexando padre, y madre, hermanos, hermanas, parientes, con todas las riquezas, pastos, y tiempos, y comodidades, y à ti misma, y todo lo que poseías; y agora la estimas en tan poco, dandola, y trocandola por no nada; vsando con propiedad esso poquito que tienes! Responde, conoce, pues, tu yerro; y entiende, que no puedes tener otro tesoro, que la santa Pobreza, pues que en ella se halla Christo Señor nuestro, y Criador de todo el vniverso.

*Proprietarios; y en q' desasino esten pues
201.*

Quarto, pensarás quan gran locura, è ignorancia seria, si vna persona que huviessse salido de algun peligro del mar; y hallandose ya salva en vn buen navio; tomassse agua, hasta hinchar el dicho navio con ella; porque cierto es que se ahogaria. Así hazes tu, queriendo apropiarte las cosas de que vsas; porque aviendo salido ya del mar del siglo, y estando en el puerto à salvamento, que es en la santa

Res

Religion, de nuevo tornas à buscar cosas del mundo para hinchar tu voluntad; no mirando, que vendràs à ahogarte, y perderte con mayor verguença que primero, quando estavas en el mundo. Reconoce, pues, tu defecto, y ignorancia, desechando de ti este pessimo vicio de la propiedad, y abraçate con tu Señor, desnudo, y colgado del madero de la Cruz; porque así renovaràs, y refrescaràs en ti el santo voto de la Pobreza, que tan de corazon le prometiste.

Quinto, pensaràs como ofendes gravissimamente à toda la Santissima Trinidad, como quien con la obra pone duda, que el Padre con su potencia no te podrá proveer en tus necesidades, y que el Hijo con su sabiduria ha errado, dandote el consejo, y haziendote la carrera de la pobreza voluntaria; y que el Espiritu Santo, con su bondad, te aya inspirado mal, dandote à entender, que hizieses este voto de

Nota.

Proprietarios como ofenden a toda la Santissima Trinidad.

de Pobreza y por esto, por no ofender así gravemente à tu Señor, te debes meter toda en las manos de tu Obispo, para que te ponga en la dependencia, sabiduria, y bõdad infinita, desnudandote de toda cosa, que tengas contra este voto, porque Dios no te faltará jamas en tus necesidades, pues no falta à los animales brutos.

Por estas razones, pues, has de temer mucho, y aborrecer este maldito vicio de la propiedad, porque no se es condenada para siempre jamas. Y se ha de advertir (como muchas vezes he entendido) que està ordenado por las sagradas leyes Canonicas, que el Religioso propietario, que se hallare aver acabado la vida en este pecado, no se ha de enterrar en Iglesia, aunque muera con los Sacramentos de la Santa Madre Iglesia, mas que sea enterrado fuera de lugar, sagrado. Esto he querido yo aqui apuntar para mostrar la gravedad de este pecado, y dar exemplo à los otros, y tener horror de quebran-

Nota.

Nota.

*Cap. su-
per quo-
dam, de
statu.
Monac.*

debratar este Sto. voto de la Pobreza
 Ultimamente quiero notar aqui
 una devocion mia particular, sobre los
 votos es à saber, que cada año me he
 alegrado en hazer fiesta por la memo-
 ria de mi conversion, en el dia que en-
 trè en la Religion; porque si en el dia
 de la Dedicacion, ò Consagracion de
 un Templo, material de piedra, se ha-
 ce gran fiesta, se solemniza cada año,
 pues quanto mas conveniente cosa se-
 ra, que se haga mayor fiesta de la De-
 dicacion de vna anima, que es templo
 vivo de Dios eterno? y por esta reno-
 vacion he hecho tres cosas.

Primeramente, vna confesion ge-
 neral de todo aquel año.

Lo segundo, me he ofrecido de
 nuevo al Señor, para servirle en per-
 petua Castidad, Pobreza, y Obedien-
 cia, doliendome de no aver guardado,
 en el tiempo pasado, perfectamente
 quanto le he prometido, y de no aver
 amuinado adelante en la perfeccion,

*Fiesta q
 se us de
 hazer
 por el
 dia de la
 Conversi
 on, y co-
 mo.*

*Confesi
 on gene-
 ral cada
 año. Ofre
 cerse de
 nuevo al
 Señor*

*Las fuer-
gas espiri-
tuales se
han de re-
cobrar.*

y servicio de Dios como dev
Lo tercero, he trabajado à recobr
las fuerças, en hazer nuevos propo
tos, en renovar los deseos que yo av
tenido antes, y en tornar à tomar, lo
exercicios dexados, y perficionar lo
que hazia, buscando, con el ayuda d
Señor, otros medios mas prontos,
aparejados para poner por obra, quan
to veo que soy obligada à hazer; y e
especial he tenido siempre deseo de re
novarme siempre en la santa oracion,
en los exercicios de la virtud. Esta fie
ta me huviera ayudado en gran mane
ra, à lo q̄ yo entiendo, si yo la huviera
celebrado de la manera que devia
mas por mi negligencia, vengo à tener
en poco; y no aprovecharme bien de
los medios, y socorros, que el Señor
me ha dado, por lo qual le rue-
go que aya misericordia de
mi, y me perdone.

(.*)

LIBRO

SEGUNDO.

HASTA aqui avemos dicho en breve, lo que yo avia podido hazer, quanto toca à las cosas generales; es à saber, para con mis Superiores, y para con mi proximo, y conmigo misma, y acerca las reglas de mi Regiõ. Agora proseguirè, à dezir con la misma brevedad, de mis exercicios particulares de cada dia, comenzando desde que me levanto; hasta la noche quando me voi à acostar, para q̄ toda cosa se haga cõ orden, y sin confusion.

CAPITULO. I.

Que exercicios se podrian hazer, quando la persona se levanta à la mañana.

Dize el santo Evangelio en la parabolâ de las cinco Virgines sabias;

Matth.

25.

Nota.

*Cófuelo,
y alegría
quãto se
levanta
por la ma
ñana.*

bias, de las otras tantas locas, estas palabras: *Media nocte clamor factus est ecce, sponsus venit ex te obviam ei.* Quiere claramente dezir, que estando las Virgines locas durmiendo, si tener aderezadas, y à punto sus lamparas; y las prudentes, y sabias, teniendo ya aparejadas, à media noche se oyò vn grande estruendo, y vna voz que dixo: Veis aqui, que viene el Esposo, viene el Señor, salid pues, todas à recibirle.

De mucha consolacion por cierto han de ser estas palabras, à las animas espirituales, y esposas de Christo, quando oyeren el toque que se dà para levantarse, para que con mucha solitud, y con alegría interior se levanten en pie para ir à recibir à su Señor (por que verdaderamente no es otra cosa el toque de la campana, ò la inspiración para levantarse, sino la sobredicha grita, y estruendo de la gente que acompaña al Esposo) y nos despierta para que

que lo recibamos espiritualmente en la
 tanta oracion, meditacion, y Oficios
 Divinos. Luego, que anima avrá tan
 miserable, tan loca, y tan descuidada,
 que pueda emperezar, y detenerse, sin
 dar grandissima priesa à fer la prime-
 ra en presentarse delante de su Señor,
 a recibir todas las gracias, y preciosí-
 simos dones, que trae desde el Cielo
 para ataviar, y enriquezer à las ani-
 mas hambrientas, y sedientas de su a-
 mor. Este cuidado de madrugar pres-
 to, por la mañana, para la oracion, he
 deseado yo en gran manera; y así he
 tomado muchos medios para alcan-
 zarlo, para lo qual me ha ayudado
 mucho, cenar ligeramente à la noche,
 y por los largos exercicios que yo he
 hecho, hallo, que este remedio de ce-
 nar ligeramente, es vnico para mante-
 ner, conservar, y despertar en mi este
 vivo deseo, y esta hambre de la ora-
 cion. Ayuda tambien encomendarse
 al Angel Custodio; y allende desto, el

Nota.

*Quales se
 an los me-
 dios para
 levantar
 se à la
 mañana,
 y de quã
 to prove-
 cho sea.*

K

pro-

proponer à la noche de tener vn grande, y muy fervoroso deseo de levantarse à la mañana para hazer vna de las mas fervientes oraciones, que jamas aya hecho en mi vida, con voluntad de alcanzar en quella hora alguna nueva merced, y gracia del Señor.

Passo hecho con el cuerpo

Ultimamente he hecho vn concierto con mi cuerpo; desta manera: que soi contenta que repose, y descanse quanto quisiere, toda la noche; mas que en despertando, despues de aver reposado lo que le basta, luego quiero que se levante para ocuparse en los exercicios espirituales, pues que à él le ha cabido tan buena parte de descanso. Y hallo que con esto me va bien, no solo para despertar, mas aun para hallarme presta, y cuidadosa en el levantar; tanto, que con el uso continuo me levanto en pie (luego en oyendo el toque, ò la inspiracion) sin pensar mas, y me hallo sentada sobre mi lecho, y hablando con el Señor sin otra deliberacion.

Nota que haze el uso continuo.

Haz

Hame ayudado tambien para levantarme con mucho deseo, luego en despertando, acordarme de alguna de las siguientes consideraciones, por los dias de la semana, pensando que el Señor mismo me llama tocando à la puerta de mi corazon.

El Lunes, como que me prometiel de dar infinitas gracias, y de morar continuamente en mi corazon, de lo qual como es cosa que yo estimo tanto, siento vn vivo deseo, que me mueue con vn verdadero fervor, para levantarme à hallarle, y con esto me acuerdo de aquellas palabras: *Si quis* *urraxerit, & aperuerit mihi ianam, intrabo à illum, & coenabo cum illo, & ille mecum,* quiere dezir Si alguno se levanta, y me abriere la puerta, entrarè con el, y cenarè con el, y el conmigo,

El Martes, como si me mandasse con Imperio, y Magestad, diziendo aquellas palabras, que dixo à los Apòstoles que dormian: *Quid dormitis? sur- gite.*

*Conside-
raciones
en el le-
vantarse
à la ma-
ñana.*

Apoc. 3.

Luc. 22.

gite orare ne intretis intetationem, que quiere dezir. Porque dormis? levantaos, y orad, porque no entreis en tentacion. Cobro con este recuerdo gran temor (mas no quanto devo) tanto, que me haze levantar con gran presteza, y echar de mi toda somnolencia, y pereza que me sobrevinieffe.

El Miercoles. siento al Señor, como que me amenazasse con ira, imagino verlo airado contra mi, y como que me quisiesse castigar, por los males hechos en la vida passada, lo qual me mueve à darme tanta priessa, que casi no me dexa respirar; tanto, que por la mucha priessa, no me acierto bien à vestir, y me parece, que me diga estas palabras: *Si non vigilaveris, veniam ad te tanquam fur & nescies qua hora veniam ad te*, quiere dezir: Si no velares vendré à ti à manera de ladron, y no sabrás la hora quando vendré.

El Jueves, lo siento en mi corazon; como si me rogasse dulzemente, que
me

Apos. 3.

se levante para tratar con amor, y
 diligencia, cosas de grande importan-
 cia con su divina Magestad, y se me
 presenta, que me dize aquellas pala-
 bras de la esposa: *Surge & prospera a-*
nima mea & veni. Levantate, y date
 oïdo, anima mia, y ven. Abslandarian
 estas palabras vn corazon de piedra,
 siendo el amor entrañable, que tiene
 el Señor à su criatura, para que atraï-
 da el alma con tanta benignidad, nin-
 guno sea negligente, ni ingrato en
 respondelle, como con su ayuda me
 esfuerço yo à hazello así cõtinuamẽte

El Viernes, lo oïgo con los oïdos
 el entendimiento, como que me ad-
 vertiessse del gran peligro en que estàn
 los soñolientos, perezosos, y negli-
 gentes, que aviendo de hazer vna
 gran jornada, les toma la noche en el
 camino, sin poder llegar à la posada.

por esto pareçe que me diga: *Surge*
& comede grandis tibi restat via. Le-
 vantate; y come, porque te queda por
 ha-

Cant. 2

2. Reg.

19.

hazer vn largo camino. Y assi acordandome, que estoi muy lexos del monte de la perfeccion, con toda aquella sollicitud, y diligencia que puedo, me levanto à tomar refeccion espiritual, y confortarme con la santa oracion, tomando con este glorioso mantenimiento, animo para caminar à buen passo à lo alto de la virtud donde yà han llegado los Santos, y siervos del Señor.

El Sabado, me parece oírle, como que me reprehendiesse asperamente, diziendo: *Surge; curiares pronus in terram?* Levantate; porque te estas echada en tierra? Esto me parece sentirlo con gran verguenza, y confusion de mi poquedad, que no tengo cuenta con las cosas del Cielo, mas como vn animal estoi con el cuerpo, y con la mente rebuelta, y toda echada por el suelo, Quantas vezes con este recuerdo me levanto, llorando muy agriamente, y ruego con vivo sentimiento

Iosue. 7.

Señor, que no me dexes en tanta miseria, sino que de veras me despiertes, y me quite el sueño, y la pesadumbre interior de mi anima.

El Domingo, así mismo me acuerda, como que me exortasse à la vigiliencia, y à alcanzar el premio, que ella trae consigo, y pareceme que le oigo decir: *Surge qui dormis & exurge à mortuis & illuminavit te Christus.* Levantate tu que duermes, y despierta del sueño de la muerte; y Christo te alumbrará. Otras vezes me lo imagino, como vn acreedor, que me demanda que le devo por infinitos beneficios, y mercedes que me ha hecho, diciendome: *Surge, redde quod debe.* Levantate, restituye lo que debes.

Con estas consideraciones, siento en mi particular cuidado para levantarme; y respondo al Señor con todo corazón; con diversos sentimientos, especialmente con aquel verso del salmo: *Paratum cor meum Deus, pa-*

ratum

Ephes. 5.

Exercicios al levantarse por la mañana.

ratum cor meum, como si le dixesse: he
 me aqui Señor pronta, y aparejado
 para hazer vuestra santissima volunta
 he aqui mi corazon, el qual os lo ofe
 frezco oy, y por toda mi vida apar
 jado, assi para la Cruz, y tribulacio
 nes, como para el reposo, y consola
 ciones. Ruegoos, Señor mio, que de
 terreis del, toda mancha de pecado
 para que sea perpetuamente vuestra
 verdadera morada. Tras esto, hech
 la señal de la santa Cruz, me visto salu
 dando la Santissima Trinidad con tres
 Pater nostres, y tres Ave Marias, y el
 Credo; y à la Santissima Virgen con
 vn Ave Maris stella, rogandole, que
 me encamine por todo aquel dia sin
 peligro, y al fin de la vida, me gñie a
 puerto seguro del Parayso. Saludo
 tambien al Angel de mi guarda, y à los
 Santos de aquel dia, de los quales ten
 go proposito de hazer especial me
 moria (como mas abaxo se notará)
 con vn Pater noster, y vn Ave Maria
 por cada vno.

CAPITULO. II.

De la devocion, è invocacion de los Santos

ASSI como tienen gran consolacion, y confianza las personas deste mundo, quando en la Corte del Papa, del Emperador, ò Rey pueden alcanzar algun Señor, ò Abogado por amigo, ò algun pariente, por cuyo medio, y respeto esperen alcanzar aquellas gracias, y favores que desean; y por el contrario; assi como tienen gran dolor, desconfianza, y descontento, quando por su negligencia, y descuido han perdido la amistad de los, y veen que en sus necesidades no hallan à quien acudir por amparo, ayuda, ò favor alguno; assi muy mayor consuelo, y confianza tendremos nosotros (pues tenemos, no vno, mas infinitos protectores, abogados, parientes, y hermanos, segun al espiritu en la Corte del Cielo, junto à Dios

Como hemos de tener devocion,

L

Oma

*particu-
lar à los
santos.*

Omnipotente) si con devocion, y memoria continua tuvieremos ganada su amistad. Y por el contrario, gran dolor, descontento, y desconfianza serà la nuestra, quando en la hora de la muerte, y en nuestra estrema necesidad, no tuvieremos à quien acudir para que interceda por nosotros, lo qual tanto mayor dolor nos causará; quanto mayor serà entonces la necesidad y viendo, que de puro negligentes, y descuidados, hemos perdido tanto socorro. Entendiendo, pues y considerando esto, por no incurrir en tanto mal, me he esforzado à tener memoria, y particular devocion à algunos Santos, que he recogido, y ordenado por los dias de la semana; porque no aya confusion en la devocion que les tuviere, y no me olvide de hazer lo que he propuesto, andando sin orden; cuyos nombres con los dias, son los siguientes.

ESPIRITUAL.
DOMINGO.

64

Los Santos Angeles.

SAN Miguel.
San Gabriel.
San Rafael.
San Angel Custodio.
S.S. Serafines.
S.S. Cherubines.
S.S. Tronos.
S.S. Dominaciones.
S.S. Potestades.
S.S. Virtudes.
S.S. Principados.
S.S. Archangeles.
S.S. Angeles.
S. Angel Custodio de mi Religion.
Todos los Santos Angeles.

*Dias señalados
para facilitar la
memoria
de los Santos à
quienes
nemos de
vocios.*

LVNES.

*Los Santos Apostoles y Discipulos
del Señor.*

SAN Iuan Baptista.
San Pedro.

San

San Pablo.
 S. Andrès.
 Santiago Mayor.
 S. Juan Evangelista.
 Santo Thomàs.
 S. Felipe.
 Santiago Menor.
 S. Bartholomè.
 San Simon.
 S. Tadeo.
 San Matheo.
 S. Mathias.
 San Marcos, S. Lucas, y todos
 los Santos Dicipulos del Señor.

MARTES.

Los Santos Martyres.

SAN Estevan.
 San Lorenzo.
 San Vicente.
 San Sebastian.
 San Ignacio.
 San Dionisio Arcopagita, y sus
 Compañeros.
 San Bernabè.

San Timoteo.

San Lino, Cleto, y Clemente, Papas.

San Juan, y Paulo.

San Cosme, y San Damian.

S.S. Quarenta Martires.

San Sisto Papa, con siete compañeros.

S.S. Diez mil Martires.

San Alauricio, y sus compañeros

San Blas, y Apolinar, con todos los Santos Martyres.

MIERCOLES.

Los Santos Pontifices.

SAN Silvestre Papa.

San Leon Mag. Papa.

San Martin Obispo.

San Remigio Obispo.

San Nicolas Obispo.

S. Gregorio milagroso Obis.

San Alonso Obispo.

San Damafo Papa.

San Marcos Papa.

San

San Pio Primero P.P.
 San Paulino Obispo.
 San Julian Obispo.
 San Leonardo Obispo.
 San Eustachio Obispo.
 San Patricio Obispo, y todos los santos Pontifices.

J V E V E S.

Los santos Doctores.

SAN Gregorio Papa.
 San Ambrosio Obispo.
 San Athanasio Obispo.
 San Juan Chrysostomo Obis.
 San Augustin Obispo.
 San Geronimo.
 San Basilio Obispo.
 San Cyrilo Obispo.
 San Hilario Obispo.
 San Epiphanio Obispo.
 Santo Thomas de Aquino.
 San Gregorio Nazianzeno Obis.
 San Buenaventura.
 San Bernardo.

ESPIRITUAL.

68

San Anselmo, y todos los
santos Doctores.

VIERNES.

Los santos Confesores, no Pontifices, ni Doctores.

SAN Joseph.
San Antonio Abad.
San Pablo primer Hermita;
San Benito.
Santo Domingo;
San Francisco.
San Francisco de Paula.
San Bernardino de Sena.
San Hilarion Abad.
San Onofre.
San Luis, Rey de Francia;
San Alexo.
Los Santos siete Durmientes
San Placido.
San Alberto, con todos los
santos Confesores.

SABA:

SABADO.

*Las santas Mugeres Virgines,
Martires, y Viudas.*

SANTA Ana.
 Santa Maria Madalena.
 Santa Marta.
 Santa Theresia.
 Santa Getrudis.
 Santa Ines.
 Santa Catalina.
 Santa Agueda.
 Santa Lucia.
 Santa Cecilia.
 Santa Barbara.
 Santa Vrsula, y compañeras,
 con todas las Santas Vir-
 gines, y Viudas.
 Sta. Clara, y Catalina de Sena.
 Santa Monica.
 Sta. Sinforosa, con siete hijos.
 Santa Isabel, Paula, y Brigida

Acerca la devocion, y reverencia, que avria de tener à estos fantos mis bogados, aunque conozco, que seria muy poco todo lo que yo hiziesse, con todo esto he sido avifada que hiziesse las cosas siguientes. La primera, que procurasse de saber alguna cosa de la vida y ayenda de sus vidas, para que con esta noticia les cobrasse mayor amor, y huviesse mayor confianza, y en sus fiestas pudiesse hazer memoria de su vida; meditandola, y contandola à honra dellos. La segunda, que en sus fiestas hiziesse vna particular alegria, imaginando como que entonces baxasen de la Corte del Cielo, en la oracion, à hora de las visperas de su fiestas los recogiesse dentro de mi corazon, como à forasteros, y amigos muy amados, que mucho tiempo no huviesse visto. Entonces, me ha sido dicho, que me esforcasse à entretenerellos, tratando con ellos platica sobre muchas cosas. Como seria de la poca prepara-

M

cion,

Las vidas de los santos se bñ de saber para tenerles devocion.

Alegria de las festividades de los santos.

Razonamiento ó meditacion à la vigilia

de los Sã
tos deo.
tos.

Cant. 2.

Matt 25

Psal. 64

cion, que yo he hecha para rec-billes
en mi casa. De los defectos, y faltas
que continuamente cometo, y del re-
medio dellas: De estar muy lexos de
su estado, incierta, y dudosa si llegarè
donde ellos han llegado. Otras vezes,
preguntandoles si me traen algunas
nuevas del Señor, diciendo: *Annuncia-
te mihi de dilecto, &c.* Dadme nuevas
de mi amado. Mas sobre todo, que
me ocupasse en demandalles limosna
espiritual con todo el afecto possible,
diziendo: *Date nobis de oleo vestro, quo-
niam lampades nostræ extinguuntur.* Dad-
nos de vuestro azeite, para que no se
apaguen nuestras lamparas. Y con esto
me parece tenelles tambien vna santa
embidia del felizissimo, y bienventu-
rado estado, que tienen yã con eterna
seguridad, diziendo al Señor: *Beati-
quos elegisti, & assumpsisti, habitabunt
in atriis tuis.* Bienaventurados son a-
quellos que has escogido, y ensalzado
para que moren en tus gloriosos Pa-
la-

ocios. Desta manera, con estos, y otros sentimientos me esfuerzo de conservar la memoria, devocion, y afecto, que mi negligencia me dexa tener. Y entiendo desto: que el dia de la propia fiesta, me esfuerzasse à hazer alguna mortificacion de abstinencia, disciplina, oficio vil, y baxo, y los imitasse en alguna virtud, en que ellos especialmente se señalaron. Así mismo, que recibiesse la santissima Comunión haziendo con ellos mismos un banquete espiritual del preciosissimo cuerpo de Christo nuestro Señor. La tercera, que cada dia atendiesse à tener memoria de los Santos de aquel dia, como estan escritos, y repartidos arriba; esto lo hago por la mañana, quando me levanto, saludandolos: y que despues, quando rezo la Corona del Rosario, à cada parte del, me acordasse de uno de los sobredichos santos, y hiziesse cuenta que hablo con ellos sobre aquel misterio de la vida del Señor.

Fiestas de los Santos se celebran con mortificaciones y devociones.

Memoria de los santos como se puede tener con facilidad.

ñor. Lo qual, si acertasse à hazer bien me seria de grande provecho, y consolacion.

*Rosario
por la
guarda
del cora-
zon, co-
mo se ha
de dezir,
y del fru-
to que del
se saca.*

*Dolor
por no to-
mar los
medios
para la
guarda
del cora-
zon.*

Este Rosario me han avisado, que no lo dixesse todo en vna hora, mas que lo repartiessse por todo el dia, dividiendo desde la mañana, hasta medio dia vno de cinco partes, y desde medio dia hasta la cena otro, y despues lo restante hasta la hora del dormir, por que assi se tiene ocupado el corazon en el Señor, y con los santos; y para poder hazer libremente muchas oraciones jaculatorias, ò arrojadizas, que llaman los santos, y muchos suspiros, teniendo en las manos siempre materia pronta para ellas. Con este exercicio se cortan todos los malos pensamientos de raiz, todos los vicios de vanidad, distraccion, curiosidad, y soberbia, y se conserva el anima humilde, simple, y limpia de muchos pecados en que podria caer.

Pero querria aqui mucho dolerme
pri-

primero de mi misma, que entendiendo ser esto tan grande bien, y vna cosa tan necesaria para la vida espiritual; porque es imposible, que jamas se aproveche mucho en el camino de Dios, sin que se tenga la sobredicha guarda del corazon; todavia hago todo esto friamente, como que no me pesasse mucho en ello. Despues querria evitar la ceguedad de muchos, à los quales parecen los semejantes exercicios, ser vna cosa melancolica, y de grande molestia, y fastidio; y que solo pertenece à Hermitaños, y que no convengan à todos los que de veras desean servir à Dios. Mas por agora me parece, que solamente conviene rogar al Señor, que nos dè su santa gracia, y encienda, y abraze nuestra voluntad; y que de tal manera nos vna con su espiritu, que jamas podamos apartarnos de su suavissima presencia.

Lo quarto, que me acordasse tambien de estos santos, de que he hecho

men.

Memoria, y guarda de los Santos en las ocupaciones del dia.

mencion, en las haziendas, y ocupaciones de entredia, tomando à cada vno dellos por defensor, y protector mio, en esta manera; que vno dello me defienda, y ruegue por mi mientras durmiere; otro mientras hiziere oracion; otro mientras dixere el oficio, y assi mismo quando estuviere en la Miffa, mientras labrare, comiere, en todo lo restante hasta la noche. Desta manera podria cada vno à su modo repartir los santos que tiene devocion, por las haziendas del dia, tomando el santo que mas le placiere para cada vno dellas, y consolarse (hablando con ellos interiormente) de su memoria, de la santa vida que hizieron; doliendose de los propios defectos, ò haziendo otro acto de devocion, segun el Espiritu Sto. le inspirare.

C A P I T U L O . III.

Del Oficio Divino, y lo que podria hazer para decirlo bien, y con devocion.

HE

HE deseado tambien mucha diligencia en rezar bien el Oficio Divino, con devocion, y gusto, mas que en hazer qualquier otra cosa; porque en el Oficio se trata inmediatamente con Dios, se loa, y se bendize la divina Magestad, y se haze el oficio que los Bienaventurados hazen en el Cielo. Por tanto, me he exercitado con mi acostumbrada flaqueza, à hazer las cosas siguientes, reducidas à estos tres puntos. El primero sea, que cosa podria hazer antes que diga el Oficio. El segundo, que podria hazer mientras lo digo: Y El tercero, avien- do ya dicho.

Antes que me ponga à dezir, ò cantar el Oficio Divino, por no hazerlo precipitadamente. Primero me esfuerso à despertar, y mover à mi misma para la devocion, y fervor hablando con mi misma estas cosas; es à saver: Advierte, anima mia, el oficio grande que el Señor te ha dado de loarlo, bendezirlo,

*Oficio Di-
vino co-
mo se de-
ve rezar.*

*Conside-
raciones
para an-
tes q̄ se
comienze
à rezar.*

lo, y adorarlo en la tierra, haziendo te en esto semejante à los Angeles que hazen lo mismo en el Cielo. Acuerdate de las muchas promesas que le ha hecho, de servirle verdaderamente con todo el corazon, y con vivo amor, y de estar atenta à sus cosas con perfeccion, y de la obligacion grande, ò infinita que tienes para hazerlo, por los innumerables, è inestimables beneficios que te ha hecho. Mira vn poco el fervor, y devocion de los santos pasados, como mientras dezian, ò cantavan el Oficio, estaban tan encendidos, que muchas vezes salian fuera de si mismos; y fueron dignos de recibir los Angeles en su compañia, por el grande amor que tenian para con el Señor, y por la vida Angelica que hazian estando en la tierra. Considera, anima mia, la Magestad, y grandeza del Señor, que has de loar, la indignidad, baxeza, y miseria tuya, y como eres mui inhabil para alabarlo. Y de-

mas desto no te olvides de la gloria
 el Parayso, pensando, que si en este
 mundo bien lo alabares, mereceras
 por su misericordia) de alabarlo mu-
 cho mejor en compania de los Bien-
 venturados en el Cielo.

Lo segundo, estando asì movida
 con deseo de servir con vn vivo afec-
 to al Señor en este Divino Oficio, pro-
 curo de ordenar, rectificar, y ende-
 rezar mi intencion, y propongo de
 rezar el Oficio por las cosas siguientes,
 rezando. Sea à loor, y gloria de la
 Santissima Trinidad, y de la humani-
 dad gloriosissima de mi Señor Jesu-
 Christo, en vnion de todas las fervo-
 rosissimas, y aceptissimas oraciones,
 que hizo andando en el mundo, y que
 haze agora estando asentado à la dier-
 ta del Padre: y ofrezco por todas
 aquellas cosas, y en todos aquellos sen-
 tidos, que en este Oficio Divino el Es-
 piritu Santo procediò, en vnion de to-
 das las alabanzas, con que agora en el

N

Cie:

*Intencio
 que se ha
 de tener
 para reci-
 tar el Of-
 ficio.*

Cielo, y por todo el mundo es alabada, y glorificada la Magestad de Dios à honra de la gloriosa Virgen Maria y de todos los Santos. N. mis devoto en este dia, por la salud, è intencion de toda la Iglesia Santa, en memoria de la Pasion del Señor, en agradecimiento de todos los beneficios que el Señor me ha hecho; y particularmente por todos aquellos que se han encomendado en mis oraciones, vivos, ò muertos, en penitencia, y perdon de todos mis pecados, y para alcanzar la gracia del Señor; para todo esto pretendo, y deseo dezir, ò cantar este Oficio. Plegue à tu infinita misericordia, que lo pueda hazer dignamente. Anó. Pater noster, Ave Maria, Credo, &c.

Lo tercero, antes que comienze, llamo, y combido mis Santos devotos de aquel dia, para que me ayuden à loar, y cantar al Señor este Santo Oficio, à fin que su Magestad sea mas glorificado, y honrado de tan buena compañía.

Los Santos devotos como nos pueden ayudar à loar al Señor.

añia. Hecho esto (con el mejor modo que puedo) antes que comienze, me esfuerzo, mientras digo el Oficio, en hazer algunas otras cosas,

Y primeramente, quanto al cuerpo, he sido avisada, que yo procure estar modestissimamente con toda reverencia, gravedad espiritual, y vigilancia; sentada, ò en pie, como las otras, quando rezo, ò canto en comunidad; y que me guarde de hazer fiestas, ò jugar con las manos, ò pies, o mirar à vna, ò à otra parte, porque sería inmodestia, y manifesto indicio de distraccion del entendimiento, y que tengo poca reverencia al Señor con quien estoi hablando.

La segunda, quanto à la atencion me ha sido tambien dicho, que yo diga, ò cante los Psalmos, Liciones, y todo lo demas con el pensamiento recogido, atento, y puesto en aquella que se haze, ò dize. Y aunque bien entienda las palabras de los Psalmos, con todo

Modestia, y reverencia entre tanta que se dize el Oficio.

Atencion devota è el decir del Oficio.

todo esto me he acostumbrado à tener otra atencion con que tengo mayor devocion, y tomo mas gusto (por la gracia de Dios) que si solamente atender diessè à las palabras; y esta atencion es que pienso que vno destos mis Santos devotos de aquel dia, me ayuda à rezar, y que me responde al verso del Psalmo, ò responñorio, alegrandome interiormente, que tal Santo me ayude à loar al Señor en el primer Psalmo, y otro en el segundo, y otro en el tercero; y assi por todos los Maytines, y horas, mudando los Santos en cada Psalmo, como arriba estàn puestos. Allende desto, para poner mayor freno al entendimiento, que desenfrenadamente và discurrendo entonces por todas las cosas, buenas, y malas, necessarias, y no necessarias me ha sido de la misma manera ordenado, que mientras digo el Oficio, imaginasse que tengo delante de mis ojos espiritualmente à Jesu-Christo nuestro Señor,

Pensamientos que vienen, mientras se dice el oficio, como se han de desechar. Memoria de Christo crucificado quando se dice el oficio.

ñor, colgado en la Cruz, y que le dixesse, ò cantasse vn Psalmo à su santissima, y venerabilissima cabeça, con afecto de dolor, con deseo de hazimiento de gracias, y de loar, y bendecir à su divina Magestad, que tantas penas, y trabajos ha passado por los miserables, y ingratos pecadores, y que vn otro Psalmo cantasse à la mano derecha, con los mismos afectos, ò contentimientos de admiracion, considerando, y mirando al Señor, que criò todas las cosas, como tiene cosidas, y enclavadas sus manos, por amor, en el duro madero de la Cruz. Afsi mismo, que dixesse los otros Psalms à la mano izquierda à los pies, al costado abierto por nuestro amor, y despues otra vez tornasse à la cabeça, como primero, esforzandome, tener siempre ocupado el entendimiento con estos sentimientos interiores por todo el discurso del Oficio. Demas desto, siendo afsi aviada, y para mudar algun tanto,

*Memo-
ria de la
vida de
Christo
mientras
se dize el
oficio.*

tanto, he hecho costumbre de tener ante los ojos, del mismo modo que se ha dicho, los puntos del Rosario, y que diziendo vn Psalmo, mirasse espiritualmente la Encarnacion; y en el otro la Natividad del Señor, la Circuncision, quando vinieron los Reyes Magos, quando huyò el Salvador en Egipto, y assi de los demas misterios, por cada Psalmo, aplicando el sentimiento del corazon, à lo que se descubre en cada misterio, de amor, ò de odio santo; de gozo, y alegria, ò de dolor, haziendo gracias, y loando al Señor, porque por nosotros ha hecho, y passado tales cosas. Estos puntos, no los pongo aqui por cada Psalmo, porque mas valdrà que cada vno tome vn poco de trabajo en buscarlos, y ponerlos en su lugar, que de tenerlos escritos, sin vsarlos: y es menester que estèn bien aparejados, y à la mano, porque no este la persona à buscarlos, al tiempo que se ha de dezir el Oficio.

No

No se ha de dexar de dezir la dificultad, que yo hallè en el principio deste exercicio, la qual podria quitar el animo, y deleo (por tentacion del Demonio) de no proseguirlo, ni pasar adelante en el; pero ponderado el grande provecho, que deste exercicio resulta, devemos, por gloria del Señor, y confusion del enemigo, assi en esto, como en todas las otras cosas virtuosas, y por el mismo caso dificiles, con mayor esfuerzo, y fervor para continuar, lo que por lumbre del Espiritu Santo, y aprovacion de nuestros maestros vemos ser bueno, porque con el uso continuo, y ayuda de Dios, cada cosa se haze facilissima; y porque es assi servido el Señor, que las virtudes se alcanzen con trabajo, para darlos despues mayor corona.

Acabado el Oficio, luego me he de arrodillar, y lo primero ofrecirme al Señor, con todo aquello que acabo de hazer, diziendo como antes. Sea à lo-

or,

Dificultad que se halla è el principio de los exercicios espirituales se ha de vencer.

Oficio divino quãdo se acabare que se ha de hazer.

or, y gloria, &c. Ofrezco con esto llagas, que huviere contemplado en los misterios que avrè tratado en entendimiento.

2. *Discurrir por las faltas.*

Lo segundo, discurro vn poco que cosa aya errado, y hago vna deberacion, y firme proposito (halla dola falta) de enmendarme, y en que (por la gracia del Señor) me huviesse llevado bien, pienso conservar y acrecentar la devocion.

3. *Pedir perdón, y hazer gracias.*

Lo tercero, pido perdón de los yerros, y faltas, que he cometido contra los sobredichos propósitos, y hazer gracias al Señor de lo bien hecho. Hazgo gracias tambien à los Santos de aquel dia, que me ayan acompañado tanto tiempo para poder loar ellos mejor al Señor. Todo lo sobredicho me esfuerzo de hazer, no solamente en los Maytines, mas avn à todas las otras horas; y tambien quando alguna vez digo el Oficio à solas, fuera de Coro, escogiendo para esto vn lugar de devo-

devoto, sin estorvo, è impedimentos,
para poder con mayor comodidad a-
cender al servicio de Dios.

CAPITULO IV.

De la Oracion Mental.

IN *meditatione mea exardescet ignis.*
Estas palabras del Profeta David,
aplicandolas à nuestro proposito quie-
ren dezir: Aquel fuego de la caridad,
que Christo nuestro Señor vino à
traer, y encender en este mundo, abra-
zando nuestras animas con vivo, y ar-
diente amor para con su divina Ma-
jestad; si algunas vezes se halla muer-
to, y apagado, se torna otra vez à en-
cender con la oracion Mental, y con
la meditacion, mas este santo exerci-
cio es de pocos (porque pocos se apli-
can à èl) y en muchos lugares no es
conocido, y en otros que lo conocen
no es bien exercitado, ni con la per-
severancia que conviene; y en otros de

Psal. 38

*Oracion
quan ne-
cessaria
sea.*

Q

tal

*Males q̄
vienen
por de-
xar la o-
racion.*

*Oraçion
es medio
eficaz pa-
ra la per-
feccion.*

tal manera abogado, que está para fa-
llecer del todo. Y de aqui es, que se
hallan en todas partes tantos tibios
trios, y helados en el servicio del Se-
ñor, amadores de si mismos, y amigos
de su propria comodidad. Experimen-
to à la clara en mi misma todo lo so-
brédicho, quando salto de aquella po-
ca oracion, que yo suelo tener; y de-
mas desto, me hallo en tantas cegue-
dades, y miltiñas ofuscadas, y sin luz,
q̄ à cada passo tropiezo, y doy de ojos
en mil imperfecciones, y pecados, con
grandissimo daño de mi anima; y ofen-
sa de mi Criador; y satisfacion del
demonio; el qual con toda industria,
y diligencia procura de estorvar (co-
mo por experiencia se prueva) este
santo exercicio; sabiendo muy bien,
que es eficazissimo medio para hazer
subir el anima à grande perfeccion, en
el temor, y amor de su Señor. Y por
tanto, he sido incitada por muchas
vias à tomar deveras este santo exer-
cicio;

cielo; y conociendo mi miseria, y flaqueza, me he puesto à demandallo al Señor con vivas lagrimas, para que me haga merced de taberme exercitar en èl, pues es don, y dadiua suya, creo que con este medio lo alcanzarè por su misericordia. Y assi ruego à toda persona Espiritual, y Religiosa, que tome offadia, y animo de aplicarse con todo esfuerzo, y diligencia possible à esta santa oracion, pensando, que principalmente ha venido al mundo para esso, y que la vida que le queda, se la dà Dios para esse efecto; pues que con oracion, meditacion, ò discurso de las cosas de nuestra santa Fè, viene à ser mas hombre de buena razon, y à estar mas lexos de assemejarse à los animales, y à los Gentiles, y Paganos, los quales movidos solamente del sentido exterior, todos estàn engolfados en las cosas del cuerpo, alejados totalmente de las cosas divinas, y del espiritu. Y por esto he puesto a
qui

Nota.

*Quatro
recuer-
dos para
hazer bñ
en la ora-
ciõ ò me-
ditaciõ.
Conside-
raciones
para te-;*

ner b. m.
bre y de
seo de ha
zer ora-
cion.

Luc. 10

Contem-
placion
muy ne-
cessaria.

qui los quatro siguientes recuerdos e
general, avidos de mis Padres espiri-
tuales, que en este negocio me han ayu-
dado en gran manera.

El primer recuerdo es, que deves ser
persona que quiere alcanzar esta gra-
cia de la oracion, pensar muchas vezes
q̄ cosas le mueven al anima, para que
tenga hambre, y deseo grande della
y en breve piense las cosas siguientes

La primera, aquellas palabras, que
dixo el Señor à Santa Marta de Santa
Maria Madalena: *Porro unum est me-
cessarium. Maria optimam partem elegit
qua non auferetur ab ea.* Vna cosa es ne-
cessaria, Maria ha escogido la mejor
parte, la qual no le ferà jamas quitada.
Llama el Señor cosa necessaria, la
union de su divino amor, y la mas ex-
celente, y mejor parte la meditacion,
y contemplacion con que se alcanza,
y exercita la perfeccion de su divino
amor, y esta contemplacion es signi-
ficada por la Madalena, y quien aqui
ver-

verdaderamente la alcanzare, comenzará à gozar de lo que los Bienaventurados eternamente en el Cielo gozan. Luego devemos con todo estudio, diligencia, y trabajo procurar de averla, por ser ella la mas excelentè, y la mejor para alcanzar el amor, que es la mas necessaria de todas las otras cosas, que al fin las demas las hemos de dexar en este mundo.

La segunda, el fin del hombre es la Bienaventuranza, la qual no es otra cosa, que ver, amar, y alabar à Dios. Pues para este ver, amar, y alabar, el principal medio es el de la oracion, y meditacion, y contemplacion, por donde aquella persona que la alcanza en este mundo, tiene vna prenda grande para alcanzarla perfectamente en el otro comenzando en el camino de esta vida à gustar, y descubrir como desde lexos el ayre de su patria celestial, y se allega mas à su fin, donde eternamente ha de repolar, y descansar.

La

El amor de Dios se alcãça por medio de la oracion, y meditacion.

*La oracion diò
à los Santos todas
las gracias.*

Ioan. 15

Nota.

La tercera, los Santos no han llegado por otro camino, à tanta perfeccion, à obras tan estupendas, a tan maravillosas virtudes, à tanta alteza de espíritu, sino por medio de la oracion y meditacion. Por medio desta se hizieron Templos del Espíritu Santo, y fueron agradables à toda la Corte de Cielo, y admirables à todos los hombres del mundo mientras vivian. Con esta ayudaron mas al proximo, y à la Santa Iglesia, que con qualquier otro medio: porque morando el Señor en los corazones de sus siervos, todos sus pensamientos, palabras, y obras eran llenas de fruto: *Qui manet in me, & ego in eo, dize el Señor, hic fert fructum multum, quia sine nihil potestis facere.* Hemos, pues, de aplicar todos nui devotos à este santo exercicio, porque si fuereamos semejantes à ellos en las tantas virtudes en este mundo, serèmos tambien sus compañeros en la gloria del Parayso:

La

La quarta, es cosa cierta, que tenemos necesidad grandissima de exercitar bien, y muchas vezes la fanta oracion, para que no seamos en la tentacion vencidos, y derribados del enemigo; porque ella es la lumbre, el auxilio, el socorro, y conforte en nuestras infinitas miserias, segun lo aviso el Señor à sus Dicipulos, diciendo: *Vigilate, & ora te, ne intretis in tentationem.* Como si les dixera: si no estuviereis vigilantes, y no os amareis, aplicandoos à hazer oracion, sin duda vendreis à caer en tentacion. Y assi se ve por experiencia, que el que no haze oracion Mental, ò Vocal, con la debida atencion; si es seglar, està en infinitos vicios, y pecados; si fuere Religioso, ò persona espiritual, estará en muchissimas imperfecciones, y se hallará tentado cada hora; no gusta de Dios; ni del mundo; anda turbado en si mismo; dà trabajo, y molestia à los otros; y al cabo, assi desconsolado

ordina

La Oracion no nos dexa ser tentados.

Mat. 26

ordinariamente, no puede durar, ni persevera en su vocacion; y assi torce atras, y dexa su profesion, ò el camino de la virtud que avia comenzado, y en esto moralmente hablando, da vna señal de ser en mucha parte de famparado de Dios, por su culpa, por averse el primero apartado de Dios.

Muchos van al infierno por falta de meditacion, y oracion.

La quinta, vna de las causas principales, porque oy dia tantos están en poder del Demonio, y como condenados yà en vida, se van à la carniceria del infierno, es, porque no se paran à pensar vn poco las cosas de su salvacion, en la santa meditacion, ni se encomiendan al Señor para que les ayude con fervorosas oraciones, con las quales vendrian à conocer el peligro grande en que se hallan, los engaños, las mañas, y la industria del Demonio, que de noche, y de dia (sin cansarse) vsa para vencerlos, y tenerlos debaxo de su dominio, y juntamente alcançarian fortaleza para vencelle.

Por

Por esto dezia el Señor por el Profeta
 Isaías: *Propterea captivus datus est po-
 pulus meus, quia non habuit scientiam,*
 que quiere dezir. Por esso lleva el De-
 monio rendido, y atado à mi pueblo
 al infierno: es à saber, à muchos Chris-
 tianos, porq̄ no tiene ciencia, esto es,
 conocimiento de sus miserias, y peca-
 dos, y del remedio de ellos, como con-
 viene tenerlo, y esto por medio de la
 meditacion; porque si conociessen, y
 sintiessen bien lo que hazen pecando,
 sin duda alguna procurarian de salir
 con la penitencia de la miserable ser-
 vidumbre del Demonio.

Estas cinco razones me han siempre
 movido para el deseo de la oracion, y
 meditacion; y leyendolas muchas ve-
 zes con atenciou, siento en mi grave
 inclinacion; para aplicarme mui de ve-
 ras à esta santa virtud. Y con esto he
 provado, por experiencia, que la bue-
 na oracion procede mas del corazon
 movido, y encendido, que de muchos

P

pun-

Nota.

*La Ora-
 cion fen-
 vorosa,
 mas pro-
 cede de
 corazon q̄
 de otra
 qualque
 ra cosa.*

*Condicio-
nes de las
personas
que quie-
ré hazer
bien la o-
racion.*

*La ham-
bre de las
virtudes
y de agra-
dar al Se-
ñor es
gran me-
dio para
házer biẽ
oracion.*

*La ham-
bre espi-
ritual há
de ser
grande.*

puntos, ò del lugar folitario, y apar-
tado, ò de otra cosa exterior, auoque
es verdad, que todas estas cosas ayu-
dan mucho para este efecto.

El segundo recuerdo es que deve
procurar de tener las condiciones, y
imitar la vida de las personas espiritua-
les, porque de otra manera no alcan-
zará à tener pura, y perfecta su ora-
cion, y las condiciones son estas.

La primera, que tenga vna hambre
grande de las virtudes, y vn deseo fer-
voroso de alcanzar la gracia del Señor,
y de hazer alguna cosa, que agrade, y
sea accepta à los ojos de su divina Ma-
gestad, lo qual no se puede aver sin
especial aynda del Señor, el qual es li-
beral en dar, primero la hambre, y el
deseo sobredicho, y despues las gra-
cias, que le son demandadas, si con
mucha instancia, y perseverancia se le
pidieren. Este deseo, y hambre, no ha-
de ser como lo entienden algunos,
que se contentan con tener vn poco
de

de buena voluntad; mas ha de ser grande, y la mayor que se pueda hallar en vna persona que desea vna cosa, que quiere, y ama mucho; y desta manera, sin duda hartarlehá Dios, como dize nuestra Señora: *Esurientes implevit bonis*, que quiere dezir. El Señor ha hinchido, y colmado de todos los bienes, gracias, y virtudes, à aquellos que han avido hambre dellas.

La segunda condicion es, que ha de huir los impedimentos, que nos apartan del Señor, y nos estorvan este santo exercicio de la oracion, y meditacion; y quales sean estos, larga cosa sería ponerlos aqui. Mas brevemente los conocerà, sin libro, ni consejo de persona viviente, el que quisiere deveras entrar en oracion; porque verà, que por causa dellos, no podrá llegar al lugar determinado, y si llegare, no podrá entrar en la oracion, ò meditacion, por los muchos pensamientos que le estorvaràn, y le impediràn este

lan.

Los impedimentos que turbã la oracion, se ban de huir.

*Modo
breve pa-
ra cono-
cer los im-
pedimen-
tos de la
oracion.*

Nota.

*Zelo grã
nde por
la puri-
dad del
corazon.
Nobleza
de nues-
tro cora-
zon.*

fanto exercicio. Aqui ha de ver quales sean estos impedimentos; y hallara que no es otro, sino el ser demasiadamente aficionada à si misma, y à las criaturas, alsida, y atada à las cosas terrenales, y que ha sido curiosa en ver, y oir; y que no haze todas las cosas por honra, y gloria de Dios, que no toma de sus manos la aduersidad, y las cosas contrarias que le vienen, la qual procede todo de la primera raiz del propio amor. Aviendo, pues, en la oracion hallado el enemigo que le impide, deve con toda sollicitud huillo, y defarraigar, y cortar de raiz la causa de donde procede: De otra manera trabajara en vano, y con poco fruto hara oracion, y buscarà otros remedios, si primero no quita del todo la causa, y origen deste mal.

Lo tercero, con la sobredicha condicion ha de tener tambien esta, que es vn zelo grande de tener su corazon limpio, y puro, con tanta sollicitud, y dili-

diligencia, quanta pondria en guardar qualquier lugar sagrado. Porque verdaderamente no se puede imaginar quanta sea la nobleza de nuestro corazon, siendo templo vivo de Dios todo poderoso. Pues como morará su divina Magestad de buena gana en él, estando contaminado con pensamientos, y deseos terrenos; y abierto para el demonio, que entra, y sale quando quiere, y se ha tornado, de casa, y morada de Dios, cueva de ladrones? Quando vna fuente está enturbiada, toda el agua que sale della, sale cenagosa, y turbia; así quando el corazon estuviere suzio, todos los pensamientos, palabras, y obras son suzias. Y por esto avemos de esforzarnos à amar, y alcanzar esta limpieza, y puridad del corazon, para poder gustar, y ver al Señor en este mundo, en quanto se pudiere, por medio de la oracion, y meditacion; porque si no nos aplicaremos à tener en alguna manera esta puri-

*Puridad
de cora-
zon quã.
necessa-
ria sea.*

puridad, jamas gustarèmos del Señor, ni lo verèmos en la vida venidera, como claramente nos lo dize San Ambrosio: *Si non amas cordis puritatem non gustabis Dei suavitatem.* Si no amares la puridad del corazon, no gustaràs jamas de la suavidad del Señor. Y el Señor dize: *Beati mundo corde, quoniam ipsi Deum videbunt.* Bienaventurados son los limpios de corazon, porque ellos veràn à Dios.

Ambro.

Matt. 5.

*Humil-
dad ver-
dadera
es el fun-
damento
de la ora-
cion.*

Quarto, ha de ocuparse en la virtud de la humildad mucho tiempo en todas las cosas, y è especial tenerse por indigna de recibir del Señor esta altissima gracia de la oracion, Y ha de conocer, que si el Señor le dièssè esta gracia, y juntamente con ella las otras virtudes necessarias para su salvacion; ella es tal, que por su mala disposicion, y grande flaqueza vsaria mal de los dones de Dios, y no haria cosa buena, si el que dà los dones no los confervasse con su favor. Desta manera, aba-

jando-

andole de corazon, y confessando su estremo, y profundissimo nada, el Señor tendrà cuidado de ensalzarla, concediendole este, y otros mayores dones, assi como està escrito: *Exaltabit humiles*. El Señor ensalzò, y engrandeciò los humildes. Y en otro lugar: *Qui se humiliat exaltabitur*, que quiere dezir. Los humildes seràn ensalzados del Señor por muchas gracias, y mercedes que les suele conceder. Esto se entiende de aquellas personas, que procuran con mucha diligencia, y trabajan muy deveras en humillarse à sí mismas, despreciandose de corazon con el conocimiento de sus culpas, y de lo que de su parte son.

Quinta; ha de perseverar, y continuar este santo exercicio, y de mandar esto al Señor; con el mayor sentimiento que pudiere, esperando solamente de recibirlo de las manos de la Divina clemencia; porque ciertamente lo recibirà; assi como el lo tiene
ne

Luc. 23

Luc. 14

*Persevera
rancia ne-
cessaria,
para ba-
zer bien
oracion.*

Luc. 11

ne prometido, diciendo: *Petite, & accipietis, pulsate, & aperietur, querite & inuenietis.* Pedid, y recibireis; tocad à mi puerta, y abriros han, y buscad; y hallareis; porque sin duda, como buen padre, nos darà mas de lo que demandamos, &c. Estas cinco condiciones (puedo dezir) que son los mas eficazes medios para alcanzar no solo el don de la oracion, y meditación, mas aun infinitas gracias, las quales concede el Señor liberalissimamente, al que le sirve con verdadero corazon. Y por tanto, conociendo yo esto, pesame mui mucho de aver perdido hasta agora el tiempo, que pudiera emplear en alcanzar estas virtudes enteramente; y ruego al Señor, que de oi adelante tenga por bien de esforzarme con su gracia, para que yo ponga particular estudio en esto.

*Avisos
necessarios à la
persona movida
ya para
hazer oracion.*

El tercer recuerdo es, que ha de atender tambien à aquellas cosas, que suelen ayudar à la persona ya deliberrada,

rada, y encendida con vn vivo deseo de hazer bien esta santa oracion, y meditacion, que son las que se figuen.

Primeramente se ha de tomar el tiempo mas apto, y desembarazado de todos los negocios, y perturbaciones para poder atender seguramente à su Señor; y hallase por experiencia, que la mañana à buena hora es el mejor, porque entonces el cuerpo està mas dispuesto, la mente menos trabajada de los negocios que se ofrecen entredia, y està mas libre de qualquier impedimento. Tambien importa (a quien tuviere tiempo) que entredia, y à la tarde renueve los deseos, que tuvo por la mañana, porque de otra manera vendria à hallarse el anima seca, sin jugo de devocion, con disgusto, y sin poderse bien recoger, ni levantarse con facilidad à pensar cosas del Señor. Por esso ferà bien que entredia, vna, ù dos horas despues de medio dia, y à la noche antes de cena se

La oracion se ha de hazer al tiempo mas comodo.

tome vn poco de tiempo, para refrescar, y renovar el corazon con la gracia que el Señor le concediere.

La oración se ha de hazer en lugar conueniente.

Ose.c.10

Lo segundo, si buscare de tener vn lugar conueniente para poder tratar libremente con Dios; porque si hiziese su oracion, donde fuesse vista de todos, no podria vsar los solitos suspiros, ni dezir palabra alguna; ni hazer otro gesto exterior para despertarse, y encenderse mientras està hablando con el Señor, y desechar la tibieza, ò distraccion del corazon: *Ducam eam in solitudinem* (dize el Señor) *& loquar ad cor eius;* quiere dezir: Yo llevarè el anima devota à la soledad, y alli le hablarè al corazon. Pero retraida en su Oratorio, libremente à su tiempo derame su corazon en el acatamiento de su Señor (quando el Espiritu Santo le concediere) sin que estè con temor de ser oida, ò vista de alguno: Mas quando estuviere haziendo oracion en compañía de las otras, guarde

defe

dese de hazer esto, ni ademan alguno exterior, porque no las estorve, y por no ser tenuta de las otras por mas devota; pues antes le conviene desear ser tenuta por la peor.

Lo tercero, deve tener la materia, y los puntos bien aparejados, y determinados para meditar, y estos quanto mas antes se aparejaren, tanto mejor se harà la oracion; y asì hazen bien aquellos, que cada mes piensan lo que han de meditar, y demandar al Señor en todo aquel tiempo, y despues cada primer dia de la semana renuevan sus propositos; y vltimamente à la tarde reveen distintamente lo que han de meditar por la mañana; y por medio desta diligencia hallan que les và bien en su oracion. Con esto se alcanzará vna practica, y destreza de detenerse en los puntos sobredichos; y le será facilísimo estar vna hora, y mas en oracion, dado que al principio, con todos sus puntos no sabia discurrir

La preparacion es necesaria para antes de la oracion.

Practica de la oracion.

rir por ellos, lo que con la santa perseverancia, como se ha dicho, se alcanzará; y especialmente con demanda la gracia del Señor con mucha instancia, para que la alumbre en saberse detener, y hablar con él en la santa oracion; porque el Señor le concederá su amor, con el qual, sin tantos puntos podrá perseverar dos, y tres horas en la meditacion, sin fastidio alguno antes con la mayor consolacion que se pueda imaginar.

La compuncion es necesaria en la oracion y que cosas la muevan.

Quarto, devense buscar para meditar aquellas cosas, que le muevan à compuncion, y le enciendan el afecto; abrazen la voluntad, y hieran interiormente el corazon con vn verdadero, y vivo amor de Dios, guardandose de leer, y meditar cosas curiosas de especulacion, y de questiones, y de leerlas para el tiempo de la oracion; porque estas, sino à en ello moderacion, hazen que el anima venga à hallarse mui seca, engendrandole fastidio,

dio, è inclinandole à dexas este fante exercicio. Por tanto, seguramente, y sin peligro podrá meditar las cosas siguientes.

Lo primero, los pecados, y defectos, que ha cometido, y de continuo comete, con tan poca enmienda de si misma. Discorra tambien por los pecados, que en todo el mundo, y en todas partes, y lugares, y de toda suerte de personas se hazen, con tanta injuria, y menosprecio del Criador.

Lo segundo, se podrán meditar las quatro postrimerias del hombre, que son, Muerte, Juicio, Infierno, y Paraíso, juntamente con las penas del Purgatorio, para que tenga temor, y se halle al fin de su vida, por medio destas cosas bien aparejada.

Lo tercero, piense muchas vezes en el destierro, y peregrinacion de esta miserable vida, y como andamos desterrados del Cielo, y corremos peligro de no llegar allà jamas, y de dar

en algun peñasco con el navio de nuestra anima, y de perderla con todas las mercadurias de cosas espirituales que huviere ganado, sin esperanza de jamas recobrarlas.

Lo quarto, piense en la vanidad de mundo, en la ceguedad de los hombres, como van corriendo tras las cosas terrenas; y quan poco piensan en las cosas eternas del Cielo, y como por este pequeño placèr recibiràn perpetua damnacion.

Lo quinto, piense que no tiene de si virtud ninguna, antes tiene muchas faltas, y rayzes de vicios; y lo q̄ peores, que no conoce bien todos los males que tiene, por estar ellos encubiertos con el amor propio. Considere quanto agradan à Dios las virtudes, y la dificultad grande, que necesariamente se ofrece à quien desea alcanzarlas. Y con esto vâ yâ discurriendo por las vidas de los santos, y por los exemplos, que dicen de maravillosas

virtudes, à los quales, si bien lo considerare, hallará, que ni aun en vna pequeña parte los imita.

Sexto, piense en los beneficios innumerables, que el Señor le ha hecho, assi generales, de que participa con todo el mundo, como especiales que tiene en compañía de muchos, y en otros particulares comunicados à ella sola. Y ultimamente contemple la vida, y Passion del Señor que ài es el lugar donde el anima devota ha de poner su nido, leyendola, y meditando mil vezes, y de mil maneras, con el mayor conato, industria, y caridad que sea posible; siendo esto de averle Dios hecho hombre, y de aver vivido, padecido entre los hombres la mayor obra de amor, de las que Dios nuestro Señor ha hecho por nosotros. De todas las materias sobredichas se procurado de tener libros particulares para leer, y meditar sobre ellos na vez, vna semana, otra vez, quinze dias,

Nota.

Industria para hazer bien oracion.

Nota.

dias, ò todo vn mes, para apacentar y hartar el anima con diferentes manjares etpirituales; assi como hazen los que mucho se deleitan en comer, que buscan diferencias de manjares, y guisados. para que les muevan la gana, y provoquen el apetito, y les satisfagan el gusto. Lo qual, si se haze por el cuerpo, que es polvo, y zentza, y à vezes, esperando por paga, dello el infierno; que cosa se deve hazer para hartar, y recrear el anima para alcanzar la gracia del Señor, y recibir premios, y coronas inestimables en la gloria venidera? No dexarè de dezir, que es bien tener vna de las sobredichas meditaciones, aparejada para la mañana, y vna otra para el dia, y otra para la tarde. Ayudará tambien mucho, si alguna vez hiziere vn hazecito, ò manojito de todas ellas; para arrojarle delante de su Señor, viendose herida por tantas partes.

El quarto recuerdo, con el qual no

he recebido menor ajuda, que con todos los otros sobredichos es vsar en la oracion de pedir limosna espiritual à todos los santos, como à Señores, Cortesanos, Cavalleros, y Ciudadanos ricos de la Ciudad, y Corte del Cielo, imitando en esto à los pobres, que van por Dios pidiendo por las calles. Esto me ha sido ordenado que hiziesse en tres puntos.

Primero, el pobre mira à si mismo, y halla que tiene tres grandes males; es à saber, enfermedad, desoudez, y hambre; assi yo miro en mi meditacion, y veo que estoj toda enferma, dentro, y fuera. Mi anima no està sana, la memoria tengo llena de infinitos recuerdos inuitiles; de innumerables pensamientos, y imaginaciones, y representaciones de todas las criaturas. El entendimiento tengo ofuscado, lleno de tinieblas, y ciego, sin poder atinar apenas à ver vna poca de luz, sino quando es de Dios alum-

R

brado;

*Limosna
espiritu-
al, como,
y à quiẽ
se ha de
demãdar*

*Pobre es-
piritual,
quantas
cosas pa-
dece.*

*Enferme-
dades es-
piritu-
ales.*

*Desnu-
dez del
alma.*

*Hambre
espiritu-
al.*

brado. Pues la voluntad está llagada, herida, y maltratada por todas partes de las cosas terrenales. Toda mi anima está cubierta de lepra de pecados; tiene calentura; terciana de defectos; quartana de pasiones; y ethica de continuas imperfecciones. El cuerpo en el ver, oír, oler, gustar, y tocar del todo, es sensual, y animal en tanto, que trae el anima à sí, y la haze bestial, y que sea vn bruto como él; y en suma veo, que de los pies hasta la cabeza no ay en mi salud.

Veo tambien à mi anima pobre, y miserable, toda desnuda, sin ropa alguna de virtud solida, y verdadera; no se halla en ella el temor santo de Dios verdadero; no ay en ella vn intrinseco dolor de los pecados, antes haze poco caso de huir culpas pequeñas; de donde se viene à caer en las grandes; no tiene el menor precio del mundo, y de si misma, como lo devia. Esta despojada de humildad, pacien-
cia,

cia, y mansedumbre; no tiene verguenza de andar desnuda en el acatamiento del Señor, y de todos los santos, sin el manto de la caridad, ni trabajo con el ayuno, silencio, reglas, observancia, y santa penitencia. La necesidad, y falta que tiene del pan verdadero espiritual, es muy grande; no sabe que quiere dezir, lición, meditación, y oración; va al Santísimo Sacramento como un animal; no tiene gusto de las cosas del Señor; y conozco que es mala señal, quando el enfermo ha perdido el gusto, aunque tenga voluntad de comer. Va discurrendo el anima por todo el mundo, y lo ve lleno de mantenimientos terrenos, de manjares de animales. Mira azia el Cielo donde está su verdadero manjar, y viendolo tan lexos, suspira, y gime, diciendo: Bienaventurados aquellos; que se hallan allá arriba, porque se pueden ya hartar a boca llena. Lo segundo, el pobre se duele en gran

*El pobre
espiri-
tual bus-
ca reme-
dio.*

gran manera, viendose en tantos males, y determina de andar à buscar socorro, remedio, y limosna, y se pone en compañía de alguno, q sepa la casa de alguna persona rica, y piadosa.

*Dolor
del pobre
espiri.
tual quã
grãde a-
ya de
ser.*

Asi tambien yo, viendome tan afligida, doi larga salida à las lagrimas, al llanto, y al dolor; y esto tanto de mejor gana, quanto mas conozco, que mis miserias, y calamidades son mui mayores, de lo que yo, ni todo el mundo junto podrian entender. Aqui me esfuerzo de embiar à fuera los mas encendidos suspiros, hablar las mas lastimeras palabras, que por qualquier otro caso extraño se podrian hablar; pues veo, que la mayor desgracia de todo el mundo, es nada en comparacion de aquella de mi anima. No bastarian muchos libros enteros à declarar en parte, lo que puede sentir vna persona, quando el Señor le da à entender la enfermedad, desnudez, y miseria de su anima; y por esso no me quiero

Nota.

quiero canstar en escribir acerca de esto mas de lo dicho; mas ruego al Espiritu Santo, que me haga ver una vez, si quiera, quien, y qual sea yo, y me de gracia de dolerme dello, y de poder llorar mis faltas con todo mi corazon.

Hecho esto, determino de ir por el remedio, y à pedir limosna (no yà à las personas de la tierra, porque todas las riquezas, comodidades, y tesoros del mundo serian nada para mi necesidad) sino à los santos del Cielo; y pienso como son tesoreros, distribuidores, y dispenseros de las riquezas del Parayso; y considero la abundancia que ellos tienen; tengo ojo à la lindeza, y valor de aquellos dones, à la liberalidad, cortesia, y piedad, benignidad de los santos, y entonces me sacudo, y despierto de la tibieza, y negligencia mia, para que sienta en mi vn apetito, y verdadera hambre de ser partícipera de tanto bien.

Y por esto me ha sido dicho, que imagi-

Nota.

*Las ca-
lles don:
de se ha-
de pedir
la limos-
na espiri-
tual.*

ESPIRITUAL.

imagine à la Ciudad del Cielo partida en siete varrios, ò calles; la primera calle sea de los Angeles; la segunda de los Apostoles; la tercera de los Martires; la quarta de los Pontifices, y Obispos; la quinta de los Doctores; la sexta de los Confesores; la septima de las santas Mugerres. Al modo que arriba se puso, à los quales cada dia de la semana anduviesse à pedir limosna

El Angel Custodio nos ayuda en la oracion.

Estando assi mi anima movida, y confortada, con aver meditado todo lo sobredicho, viendose aun ciega en muchas cosas, y que ignora el camino; dà la buelta al Angel de su Guarda, y le ruega estrechamente, que el à quien el Señor me ha encomendado, sea servido de ser el primero en ayudarme; y tener compasion de mis miserias, y que levante mi espiritu, encaminando, y llevandolo desde lo bajo del conocimiento de mi misma, hasta lo alto de todas las virtudes, y perfecciones, que yo deseo alcanzar

por

por medio de la limosna que pido à todos los Santos; y le suplico que me acompañe, y me ayude à demandar; y à saber dar à entender mis menesteres, y à descubrir las llagas, que llevo inflatadas; y envejecidas, para que reciba verdadero remedio dellas.

Lo tercero, el pobre antes que demandar, procura de hazer amigos, y benevolos, à aquellos señores de quié pretende aver la limosna, y tras esto cuenta sus miserias, y con instancia se les encomienda; vltimamente, con mucha humildad les da gracias de todo aquello que le han dado, y se parte con animo de tornar otras vezes. Así tambien me esfuerzo à hazer esto, presentandome el Domingo delante de los Santos Angeles, primero prostada, y derribada profundamente por el suelo; y conforme à la baxa de mi nada, los saludo; despues los saluto, por el cargo que tienen, como vienen à Dios perfectísimamente. Item,

por

Industria del pobre espiritual.

por los dones, y mercedes, y gracias, que de la divina Magestad han recebido, por el amor, y clemencia que han mostrado para con nosotros, y por todas las dignidades, y preminencias que tienen. Larga cosa seria, querer poner aqui todo esto por estenso; pero cada vno podrá pensar, y demandar à Dios gracia de hazerlo bien,

Nota.

Lo mismo hago el Lunes por los Santos Apostoles; el Martes por los Santos Martires, y assi por los demas:

Hecho esto, cuentoles mis miserias, al modo arriba dicho: y me esfuerzo con lagrimas, y voz lastimera, de hazerles saber todo mi corazon, imitando en esto, assi en la voz, como en el semblante, y gestos, y en la perseverancia de demandar importunadamente à los pobres, que he visto por las calles, y por las Iglesias. (por esto muchas vezes los querria mirar; por que mueven mucho para aver de hazer como ellos hazen, quando la persona

Nota.

(ona estuviere en oracion) Luego à imitacion destos tomo animo de pedir con perseverancia, quanto he menester, así por mi, como por mi proximo, y por toda la Iglesia Santa. Últimamente les ruego, que no me dexen partir vazia; y les suplico, por el amor del Señor, por los misterios en particular de su vida santissima, por la Pasion, y muerte, por la Cruz, por la lanza, y azotes; &c. Y juntamente por todo aquello, que ellos han hecho, y padecido en este mundo, viniendo en particular con algunos Santos, principalmente aquellos à quien tengo particular devocion, y sè buena parte de la vida, y hechos dellos.

Passado esto, con el mejor modo que yo puedo, les hago gracias por la audiencia grata, que me han dado; y por las mercedes que me han hecho, ò me han de impetrar del Señor. Y les demando perdon, del mal modo que he tenido, y de la importunidad, y

S

molesta

*Hazimie
to de gra
cias des
pues de
la oracio*

molestia, que quanto es de mi parte he dado con excusarme; que mi grande necesidad me aprieta, y constrin- gido à ello, y que sino tuviera tanta necesi- dad, no fuera à tratar con ellos des- ta manera; y assi acabo mi oracion, ó meditacion; y lo mismo hago muchas vezes; visitando à nuestra Señora ben- ditissima, la qual no fue puesta arriba entre los Santos mis devotos, porque esto se entendia de suyo: que quien no fuere devota de nuestra Señora, no lo será de ningun otro Santo. Y el mis- mo estilo sigo tambien, recurriendo à la Santissima Trinidad, unas vezes al Padre; otras al Hijo; y otras al Espi- ritu Santo; y cierto quando anduviere al modo sobredicho, hallaria mas de lo que yo podria desear, ni pedir.

Estos quatro recuerdos generales, à mi parecer bastan para qualquier per- sona, con tal, que guarde diligente- mente todo quanto en ellos se ha as- puntado; y con todo esto no he de- xado,

kado, ni dexaré de poner toda mi diligencia, en saber hazer bien esta santa oracion, y hallar lo que mi corazon tanto desea; pues este es el medio mas breve, y mas expediéte para tal efecto,

CAPITULO V.

Qué cosa podría yo hazer despues de la oracion, y de los exercicios mentales, para entredia, y de las oraciones que se dicen jaculatorias.

Despues de la oracion es menester, que la persona se emplee en diversas cosas, segun las ocupaciones que se le ofrecieren; y como aya de hazer cada cosa con orden, y con espíritu, para que Dios nuestro Señor sea mas glorificado en mis obras, me he esforzado à andar muy atenta sobre mi entre dia, para que el enemigo no me hurte lo que huviéssé ganado por la mañana.

*Pensar è
lo q̄ se ha
de bazer*

*Exerci-
cios espi-
rituales
entredia
quãdo se
ayan de
comẽzar.*

Y por esto, acabada la oracion, antes que me levante del lugar della, discurre vn poco sobre lo que tendro que hazer en todo el dia, y siendo cosa buena, y necessaria, la enderezo toda à loor, y gloria del Señor; porque de otra manera, no siendo cosa del servicio del Señor, ni perteneciente à el, procuro de evitarla del mejor modo que puedo. Estando assi aparejada, doi principio à mis exercicios espirituales, procurando conservar las consideraciones buenas, y memoria del Señor, que he de tener por todo el discurso del dia, para que mi anima estè ocupada con el Señor, quanto fuere posible; lo qual, aunque no se pueda assi hazer, sin grandissima diligencia, industria, y costumbre, atentos los grandes impedimentos, que en esto se hallan, con todo esso (porque no ay cosa dificil al anima, que desea amar, y està determinada de hazer con todo corazon lo que puede, ayudada

con

PRATICA

con la gracia del Señor) exercitando-
 se: con el tiempo hallará grandissima
 facilidad en hazerlo mayormente,
 considerando la necesidad que tiene,
 y el provecho, y consolacion, que de
 los tales exercicios saca. Esta necesi-
 dad, que tal sea, nos lo dà à entender
 el Señor, diziendo: *De corde ex eunt*
cogitationes mala, &c. que quiere dezir.
 Todos los malos pensamientos, las
 malas palabras, y las obras de todos
 los pecadores, salen, y proceden del
 corazon, siendo èl aquella tierra mal-
 dita del Señor, que de su cosecha no
 produze otro, que malas yervas, de
 vanos, y malos pensamientos, espinas,
 y abrojos de infinitos pecados; para
 esto no se halla otro remedio mas efi-
 caz, que esforzarse à tener ocupado
 este corazon con santos pensamientos,
 con la memoria viva de Christo nues-
 tro Señor, atandolo, quanto serà pos-
 sible, à vn punto de su vida santissima;
 porque de otro modo, sin mirar en
 ello,

*Confide-
 raciones
 que mue-
 van para
 darse à
 los exer-
 cicios es-
 piritua-
 les.*

Mat. 15.

Genes. 3.

*Necesst-
 dad que
 ai de te-
 ner bien
 ocupado
 el cora-
 zon.*

ello, lo hallaremos, que va vagamundo, de lugar en lugar, y de negocio en negocio, y que discurre por mil vanidades; y lo que peor es, muchísimas veces se halla en parte donde no puede estar sin grave ofensa del Señor; y al tiempo de la oracion no se puede bien detener, que no vaya por todas aquellas cosas, que el dia antes avrà visto, y oido. Reformado, pues, que sea el corazon, se ha puesto recaudo en toda la persona, porque es la raiz de toda la vida espiritual; y siendo hecha dulce la raiz de vn arbol, todos los ramos, hojas, flores, y frutos seran dulces: por tanto, dize el Señor, que del corazon salen los malos pensamientos, y todos los pecados: luego quien ponderare esta gran necesidad, como quedará sin ocuparse entre dia con su Señor, y enseñar à su corazon à estar, y morar en los negocios de Christo; y por Christo, quitandole, ò cerrandole todo camino, y ocasion de andar

Nota:

Limpieza del corazon es necesaria.

Nota:

dar vageando, sin licencia, y necesidad. El provecho desta memoria del Señor entre dias, nos lo declara el Profeta; diciendo: *Beatus qui tenebit, & alli de parvulos suos ad petram*, que quiere dezir. Bienaventurados son aquellos que tendran atados, y quebrarán sus pensamientos sobre la piedra, que es Christo. Y no sin razon son llamados estos tales Bienaventurados; porque mientras sus enemigos, en los primeros movimientos son; aunque pequenuelos, facilmente, haziendoles vn poco de resistencia con la memoria, y amor de Christo nuestro Señor, los deguellan, y ahogan, y librados dellos, quedan con el corazon limpio, y a esta limpieza corresponde el premio de la Bienaventuranza; que es ver à Dios, assi como el Señor lo dize. *Beati mundo corde, quoniam ipsi Deum videbunt*. Bienaventurados los de limpio corazon, porque ellos verán à Dios. Demas desto, se recibe grandis-
simo

*Utilidad
que se re-
cibe de o-
cuparse
entredia
con la me-
moria de
Christo
nuestro
Señor.*

Lac. 6.

*Ofrecer
los mere-
cimientos*

de Chriſto
 ſo nueſtro
 ſeñor

Nota.

ſino provecho en ofrecer, y preſentat muchas vezes al dia, la vida, y Paſſion ſantiſſima de Chriſto ſeñor nueſtro, al Padre Eterno, por la qual ſe alcança vn teforo infinito de todos los merecimientos, que en ella nos ganò los quales ſe nos aplican todos à nosotros, y ſe hazen verdaderamente nueſtros, quando teniendolos en el corazon, los ofrecemos en amor al Padre Eterno por nueſtras neceſſidades. O! ſi conociſſemos eſtos dos provechos, y juntamente quan pobres ſomos de merecimientos, ò por mejor dezir quan cargados de infinitos demeritos, y pecados, como nos daríamos priueſta à vnir eſtrechamente nueſtro corazon, con bien tan grande, tan excelente, y neceſſario; y que jamas nos ſerá quitado, como es Chriſto nueſtro ſeñor, por medio del qual vendrèmos à ſer libres, y limpios de nueſtros pecados, y juntamente alcanzaremos infinitos teforos de merecimientos;

niétos, de dones, y gracias espirituales

Pues las consolaciones, que de los mismos ejercicios se reciben, nadie como he oído dezir) las podrá explicar, sino el que las huviere provato. Yo (con todas mis imperfecciones) hallo algunas vezes mucha mas consolacion mientras ando, labro, ó hago otra cosa, con la dicha confideracion, y memoria de la presencia de Dios, que en la oracion de la mañana, porque esforçandome à hablar con el Señor, sobre su vida, y con los Santos más devotos (como se ha dicho) y alirando muchas vezes el corazon con suspiros, y oraciones jaculatorias (que se llaman así, porque son como saetas encendidas, que salen del corazon) hallo mui gran consuelo, y esto si lo hiziese bien, tengo, para mi, que tendría en este mundo vna prenda de ver con los ojos de mi anima, y de gozar de Dios; mas por mis infinitas miserias me hago de toda cosa indigna.

T

AÑO

Consolacion que resulta de la frecuente memoria de Christo.

AUNQUE es así verdad, que algunas veces, en los ejercicios de las buenas obras, y memoria de Dios, que se tiene entre día, se suele sentir mas devoción, y consuelo, que en la oracion de la mañana que se tiene de reposo; no por eso dexa de ser la oracion de la mañana ordinariamente de mas importancia y provecho, que los demas ejercicios, y se deve preferir à todos; y qualquier otro se deve dexar antes que ella, sino fuesse en caso de precepto, ò obediencia; porque el valor, y merito de la obra, no se mide por el mayor consuelo, ò devocion sensible, que la persona siente en ella, sino por la mayor abnegacion, y virtud, que en ella se exercita; y en la oracion de la mañana, si se tiene con cuidado, aunque sea sin consuelo se exercita mas la fee, la esperaza, y caridad, porque mas de espacio considera el hombre las cosas que à estas virtudes mueven y bazeaños de las mismas virtudes.

porque si Dios, despues en el exercicio de las buenas obras dà consuelo, y devocion, es, porque se dispuso el hombre para ello con la oracion de la mañana; y assi en cierta manera se deve a la oracion de la mañana, la fuerça, y gana, que el hombre despues tiene para andar en ellas con consideracion; y la devocion, y consuelo que sientè en ellas, y es verdad que assi passa; que en premio de la oracion, que el hombre se esforçò à tener aunque con sequedad, y sin consuelo le dà Dios despues devocion y consuelo; porque lo que la oracion impetra no siempre lo concede Dios luego, sino en el tiempo que mas conviene.

Y descendiendo en particular, y à la pratica destes exercicios, para hazerlos bien. dirè en breve lo que yo he hecho. Primeramente he començado à hezerlos con los quinze misterios del Rosario de nuestra Señora; discurrendo por cinco dellos, desde el tiempo que acabe la oracion, hasta la hora del comer; y por otros cinco discurrendo,

Pratica de los exercicios espirituales de entre dia

Exercicio sobre el Rosario.

curro, hasta el tiempo de la cena; y por lo restante hasta la hora de ir a dormir; y desta manera me he exercitado mas de vn año entero; y si acaso algunas vezes faltava, proponia luego de hazerlo mejor el dia siguiente, conociendo, que el Demonio vsava todas sus astucias, y mañas para apartarme (sin necesidad alguna) de la dulce memoria de Christo nuestro Señor. Y despues, por espacio de muchos años he hecho lo mismo con quinze puntos de la Pasion del Señor; y no contentandome desto, he sido aconsejada, que añadiesse avn otros puntos mas, à los sobredichos quinze, assi para ganar mas merecimientos, como tambien para tener mas ocupado mi corazon con la memoria de mi Señor. De manera, que cada mes añadia cinco puntos mas, y esto vino à crecer hasta tanto, que podia con facilidad discurrir todo el dia (no obstante que estubiese ocupada en

Exercicio sobre la vida, y passion del Señor

en obras manuales) por cien puntos, y tratar en mi corazón toda la Pasión del Señor. Lo mismo también he hecho aviendome dado à meditar la vida del Señor, repartida por los días de la semana, cien puntos por cada día, comenzando el Lunes del misterio de la Encarnacion, hasta el Domingo à la noche, sobre los puntos de la Resurreccion, Juizio, y Gloria verdadera. Vn otro estilo de exercicio he avido también para alcanzar las virtudes, sacado de la vida del Señor, tomando cada dia vna virtud, y exercitandome en ella, haziendo muchos actos sobre los puntos que tenia en la memoria, como seria dezir por exemplo. El Lunes me he exercitado en los puntos del temor de Dios para alcanzarlo deveras. El Martes, en el menoscupio del mundo, y de sus vanidades. El Miercoles en el desprecio de mi misma. El Jueves en el silencio. El Viernes en la paciencia. El Sabado en

la

Exercicios para alcanzar las virtudes.

la humildad. Y el Domingo en la caridad, y amor del Señor. Bien conozco, que esta manera de exercicios me ha ayudado, lo q̄ no se puede dezir, y huviera podido alcanzar en pocos meses, con el favor de Dios, el habito de las sobredichas virtudes con todas las demas; si mi negligencia no me huviera impedido. Estava para notar aqui todos los puntos, y exercicios, porque los tengo bien guardados; assi como me los han dado; pero mejor me ha parecido dexarlos de poner, para que cada vna (entendiendo lo que importa este negocio) se esfuerze en buscarlos por si misma, ò averlos de otros; porque assi le entraràn mas en gusto, y se aprovecharà mas en el Señor. Y aviendole costado su propio sudor, y trabajo en hallarlos, le daràn mucho mayor contento.

Y por tornar al principio de donde me parti digo que saliendo de la oracion; tomo el primer punto de es-

Lo q̄ alcãzamos con trabajo nos dà mayor gusto.

Los exercicios espirituales como se ayan de hacer.

tos mis ejercicios; y saludando la gloriosa siempre Virgen Señora, y abogada de todos, con vna Salve Regina, comienzo à alzar mi espíritu sobre aquel passo, y me esfuerzo à hazer esos actos interiores, segun el tiempo, y ocupacion, me permiten.

Primeramente, alabo, y hago gracias al Señor, por lo que ha hecho por mi en aquel passo, con aquellas palabras, que el Espíritu Santo es servido de inspirarme; despues à cabo de vn rato le demando alguna gracia, y le suplico me la conceda por el amor que me tuvo en aquel misterio. Vltimamente me ofrezco à su Divina Magestad en lugar de alguna gratitud, y reconocimiento de aquello que en este primer punto padeciò, sufriò hizo, ò dixo por mi. Llamo tambien en mi favor al primer Santo de aquel dia, de la manera que arriba estàn escritos, para tener mayor materia de discurrir, y entretenerme sobre este tal misterio;

Loar.

Demandar.

Ofrecer.

Nota.

*El prove-
cho de
los exer-
cicios es-
piritua-
les.*

y así me voi con aquella modestia, y madurez que yo puedo ázia mi camara, ó adonde me he de ir. Quantas vezes se me han ofrecido ocasiones de hablar, de mirar, ò de de rebolverme á qualquier cosa que se aya presentado delante; y teniendo ya el corazón ocupado de la manera que dicho es, no he querido trocar el tesoro, que tenia delante de los ojos de mi entendimiento, por todas las recreaciones, ó miserias (por dezir mejor) deste mundo, porque nada me huviera aprovechado aver visto, y oido todas las cosas nuevas de aquel dia, y hablando con todos; antes quedara en mi muy gran desconsuelo, y distraccion. Y por tanto ruego al Señor, que me dé gracia que persevere en esto, y me haga caminar adelante, pues me lo ha dado á conocer, porque soy cierta que pocos lo entienden; y si por caso lo alcanzan, no quieren tomar un poco de trabajo, cevandose con el

el gusto de las criaturas; pero à la hora de la muerte veremos, si la amistad de las criaturas les podrá ayudar. No fuele el Demonio vencer luego de la primera vez al espiritual, para hazelle caer en cosas mortales; y por esto con semejantes distracciones le va quitando poco à poco todas las fuerzas, y hurtandole todo aquello que ha ganado aquel dia con excesivo trabajo. Y por esto se ha de advertir, que quando alguna persona nos quiere hablar, le hemos de escuchar benignamente con mansedumbre, y alegria, pero si lo que nos dixere no fuere cosa necesaria, la hemos de despedir quanto mas presto se pudiere, y bolvernos à nuestra habla interior; y si fueren razonamientos necessarios, y de alguna importancia, nos hemos de detener quanto pareciere convenir. Y aun en este mesmo espacio de tiempo siempre hemos de acordar, que el Señor nos espera, para que sin tardanza nos

V

des

El Demonio derriba poco à poco las personas espirituales.

Mansedumbre; y alegria al responder, y con brevedad

despidamos, para bolver à tratar con
 èl en las solitas platicas espirituales.
 Estos exercicios espirituales hago al
 tiempo que estoi ocupada corporal-
 mente en caminar, labrar, ò trabajar
 en otras cosas de casa, segun que me
 son ordenadas por la santa Obediècia.

CAPITULO. VI.

*Que cosa podria hazer para oir la Missa
 con devocion.*

*Tres cosas se bñ
 de hazer
 para oir
 bien la
 Missa.*

*Intenciõ
 antes q̃
 se vaya à
 la Missa.*

A Viendo de oir la Missa, me han
 avisado, que pudiesse tanta ma-
 yor diligencia, quanto este negocio es
 de mayor importancia, que las otras
 cosas; y por tanto para hazer esto me-
 jor, me he esforzado, segun he po-
 dido, à guardar tres cosas.

Lo primero, antes de la Missa, o-
 yendo el toque, procuro de enderezar
 mi intencion, y pienso hazer esto en
 memoria de la passion, y muerte del

Señor; y me acuerdo particularmente de N. Señora, de San Juan, de la Madalena, y de las otras Marias, quando ivan al Monte Calvario à acompañar al Señor en su Passion, y en compañía de ellas, por medio de las manos del Sacerdote, voi à ofrecer este grande sacrificio al Padre Eterno por mi, por toda la Iglesia Santa, por los muertos, por alguna necesidad particular, y por los encomendados à mis pobres oraciones. Propongo tambien, que he de comulgar espiritualmente en aquella Missa, y despierto en mi la hambre, y el deseo de hazerlo bien, con espíritu, y con fruto de mi anima.

Lo segundo, mientras estoi oyendo la Missa, advierto por menudo à todos los actos, y ceremonias de ellas; y considero en mi corazon, que cosas significan (assi como muchas vezes he entendido) y procuro sacar de la tal consideracion, devocion, y provecho espiritual: y primeramente dezien-

Comulgar espiritualmente.

Atencion à lo q̄ dize el Sacerdote en la Missa.

Contemplaciones mientras se dize la Missa.

diziendo el Sacerdote la Confesion, me acuerdo del pecado de Adan, y Eva, y de mis infinitos yerros; y doliendome de tanto mal, demando perdón al Señor.

Quando besa el Altar, pienso el deseo que la naturaleza humana tenia de la vnion con el Verbo, y el deseo de la Iglesia Santa del Advenimiento de Christo nuestro Señor, y de toda anima particular, que espiritualmente desea juntarse con su Señor, y ruego que me sea algun dia otorgado.

En el introito, considero aquel gran deseo que los Santos Padres tenían de la Venida del Señor al mundo; y quando se dize: *Kirie eleyson*, considero lo mesmo; y suplico con ellos à la Santissima Trinidad, que el Salvador se apiade del mundo, y venga à mi anima espiritualmente.

Quando se canta: *Gloria in excelsis*, pienso, como el Señor vino al mundo, y como estando en el pefebre los

Ange-

Angelès Santos le dieron el parabien, entonandole la Gloria in excelsis, y en compañía de ellos me esfuerzo à loar al Señor por el beneficio ya recibido.

Diciendo: *Dominus vobiscum*, me acuerdo quando el Señor se mostrò, y se diò à conocer à los tres Reyes Magos de Oriente, y con ellos à toda la Gentilidad, y le ruego que no se esconda de mi, no obstante que yo me sienta llena de toda miseria.

En las tres Oraciones, estoi contemplando, como la Iglesia Santa haze gracias à la Santissima Trinidad por aquella soberana merced, recibida de la Venida de Christo nuestro Señor, y le ruega que le dè fortaleza para poderlo seguir en la Fè Passion, y Muerte. Y lo mesmo pienso de hazer yo en aquel poco espacio, juntan- do mi corazon con toda la Iglesia.

Quando se dize la Epistola, me acuerdo de San Juan Baptista, como esta-

estava en el desierto, y predicava; y como el Señor aviendo sido del bap-
tizado comenzó à manifestar à los de
Judea su Evangelio, y como ellos
siendo ingratos no sacaron fruto: Pien-
so pues, quan culpable soi en esto,
pues no hago provecho con la doctri-
na del Señor, y de sus Santos.

Passandose el Libro, del lugar de
la Epistola al del Evangelio, tengo
gran temor, en pensar, como el Señor
desamparò al Pueblo Judaico, y se fue
al Pueblo Gentil; y le pido que no me
desampare, por mas que conozca ser
indigna de su gracia.

Leyendose el Evangelio, estoi mui
atenta à las palabras del Señor, y me
esfuerzo à sacar alguna cosa tomando
en la memoria algun punto, segun
mi capacidad y necesidad.

Mientras se dize el Credo, pienso
en la muchedumbre de la gente, que
fue alumbrada con la lumbre de la Fè,
convirtiendose al Santo Evangelio; y
ruego

ruego al Señor, que me sea dada esta
lumbre, y feè viva, para conocer, y
entender los misterios profundos de
la Santa Feè.

Al, *Dominus vobiscum*, pienso quan-
do el Señor mostrò su infinita virtud,
poder, y saber en hazer innumerables
milagros, curando tantas enfermeda-
des, y refucitando tantos muertos; y
le ruego, que me refucite à nuevo fer-
vor, y amor, y remedie las muchas en-
fermedades de mi anima, juntando
conmigo su virtud, sin la qual no pue-
do hazer nada.

Ofreciendose la Historia sobre la
Patena con el Caliz, me paro à con-
siderar aquella promptissima volun-
tad conque se ofreciò el Señor en to-
do el discurso de su vida al Padre Eter-
no para padecer, y recibir la Passion;
y Muerte por nuestro amor. Con esta
obligacion del Señor, le hago junta-
mente servicio de mi mesma con vo-
to de Pobreza, Castidad, y Obedien-
cia

cia, y con proposito de dedicar toda mi vida à su santo servicio, y de padecer quanto èl fuere servido por honor suyo, y gloria sempiterna suya.

Diziendo, *Orate fratres*, se me acuerda quando el Señor se partiò de Jerusalem, para el desierto de Efrén, y manifestó à sus Dicipulos en secreto, como avia de morir; y quando se dicen las Oraciones secretas, pienso en todo aquel espacio de tiempo que allí estuvo. Tomo gran dolor viendolo desechado; y pienso quantas vezes lo desechè del corazon, y me delibero de acompañarlo hasta la muerte de la Cruz.

Quando se dize el Prefacio estoi pensando, quando el Señor entrò en Jerusalem el dia de Ramos, y como le cantavan todos, *Benedictus qui venit in nomine Domini Osana in excelsis*. Y viendo que no le he acogido en mi corazon me duelo; pues los Judios no conociendo entonces que era verdadero

dero Dios, lo reciben con tanto amor, y honra; y yo que lo conozco, tan poco trabajo de honrarlo.

Al, *Te igitur*, y al *Memento*, pienso en la oracion que hizo el Señor en el Huerto, en la agonía, y sudor de sangre, y como de todos fue desamparado. Acuerdome que esto lo hizo el Señor por mi en particular, y que muchas vezes le he dexado à este Señor solo, huyendome del por miedo de padecer algo.

Quando el Sacerdote estienda las manos sobre el Caliz, considero quando el Señor fue preso, atado, azotado, y condenado de Pilatos à muerte. Pienso los dolores que padecia por mis pecados, y su grande inocencia, y como tomò sobre sus espaldas la pena que yo merecia.

Haziendo el Sacerdote las Cruces, pienso como se hizo la Cruz de madera, y le fue puesta sobre las espaldas al Señor, y la llevó al Monte Cal-

vario, y fue enclavado en ella; con esto le ruego, que me dè fuerza para poder llevar mi Cruz, y me tenga enclavada toda en su divino amor.

Alzando la Hostia, pienso quando se alzò en alto el madero de la Cruz levantandose el Caliz, pienso en la abundancia de la sangre que cortia de aquellas santissimas llagas, y ofrezco al Padre Eterno (con viva memoria) este excellentissimo sacrificio de la Pasion, y muerte de su hijo, verdadero Cordero sin mancilla por su honra, y gloria.

Quando se torna à poner la Hostia, y el Caliz sobre los corporales, y se torna à cubrir, me acuerdo de la muerte del Señor, y como fue quitado de la Cruz, y puesto en el sepulcro, embuelto en vna sabana blanca, y como à la puerta fue puesta vna gran piedra. Duelome de todo esto, y de mi corazon, viendolo tan duro como la piedra fria, y fucio, sin puerta, ò guarda
de

de los sentidos, y sin aquel aparejo q̄ convenia tener para dar en el sepultura honrada à Christo nuestro Señor.

En el segundo *Memento*, considero todo aquel tiempo que el Señor estuvo muerto en el Sepulcro, y como descendió despues al Limbo, y facò los Santos Padres del. Ruegole por las animas de los difuntos, pidiendole que por los merecimientos de su Pasion sean librados de aquellos tormentos que padecen.

Hiriendose el Sacerdote los pechos, pienso en el sentimiento que hubo en algunos del Pueblo Judaico, doliendose de aver dado la muerte al Señor; confundomè pues, que no tengo aquel dolor de su amarguissima Pasion que devria.

Diziendo el *Pater noster*, hago memoria de la Oracion que hazian nuestra Señora, los Apostoles, y las santas Mugeres, estando el Señor en el Sepulcro, y del gran deseo que tenian de

de verlo; deseo con ellos tambien de ver à Christo resucitado en mi corazón.

Y quando se dize, *Paz Domini sit semper vobiscum*, contemplo al Señor resucitado, glorioso, è immortal y como apareció à Nuestra Señora, à la Madalena, y à los Santos Apostoles; demandole en este passo paz verdadera, y quietud de mi anima para con su divina Magestad.

Quando se parte la Hostia, pienso en la Santa Iglesia que està repartida en tres partes; la primera es, la triunfante en el Parayso; otra es, la militante en este mundo; y la tercera, en las Animas de Purgatorio, à las quales comunica el Señor su gracia, y le suplico que me haga vna de sus escogidas, dandome la parte, que he menester para mis necesidades, y para mayor gloria suya.

Diziendose el *Agnus Dei*, me acuerdo que el Señor es aquel Cordero sin mancilla, que enseñò con el dedo San

Juan Baptista, el qual solo quita los pecados del mundo por medio de su Pasion, y muerte, y por medio de sus ministros: rogandole que limpie perfectamente à mi anima, quitando de ella todos los vicios.

Comulgandose el Sacerdote, piensa quando el Señor subió al Cielo, con gloria, y triunfò infinito; y me esfuerza de subir con el deseo, y comulgar espiritualmente con el Sacerdote, y con toda la Santa Iglesia.

Al, *Domineus vobiscum*, considero que el Señor aunque se aya partido para el Cielo, todavìa se nos ha quedado assi mesmo con nosotros aqui en la tierra en el Santisimo Sacramento. Y le ruego que si se quiere partir de mi, ò para provarme, ò por mis muchas faltas, no me dexé del todo desamparada. Quando se torna el libro à la mano derecha del Altar, esto pensando, que al fin del mundo muchos se convertiran à la Fè, y ruego-
le

le por la conversion de los Hereges
cismaticos, è inieles.

A las tres postreras Oraciones, ha-
go gracias con la Santa Iglesia à la
Santissima Trinidad por los benefi-
cios recibidos, y particularmente por
los de aquel dia.

Ultimamente en el *Dominus vobis-*
cum. Considero la trompeta del An-
gel, en el terrible dia del juizio uni-
versal, en el qual el Señor vendrà à
juzgar; y ruegole me haga gracias de
que me halle aparejada para aquel es-
pantoso dia.

Y en el, *Ite Missa est*, pienso en aque-
lla horrenda sentencia *Ite maledicti*
que se dirà à los condenados, y por
el contrario en aquel, *Venite Benedi-*
cti, que se dirà à los escogidos. Y pien-
so en la bendicion que nos darà en-
tonces el Señor, para que vamos to-
dos con èl à gozar de su gloria, su-
plicandole que aora nos bendiga pa-
ra entonces, para que en este mundo,

y en el otro lo alabe, y bendiga eternamente. Amen.

Lo tercero, acabada la Miffa me esfuerzo à hazer las devidas gracias al Señor, por aver recebido tan grande beneficio, y de aver sido partícipera de tan alto sacrificio:

CAPITULO VII.

De los exercicios que se pueden hazer en la Santa Comunión.

A Viendo tratado aora de la Miffa, me ha parecido notar aqui los exercicios que me han enseñado hazer quando comulgo, y entiendo que si los huviesse hecho con aquella diligencia, y sentimiento que deviera, huviera recibido del Señor muchas gracias, y mercedes; pero dueleme, que con mi acostumbrada tibieza hago todas las cosas mui remissa y descuidadamente. Empero no
he

he dexado de comulgar, cada och
 dias por lo menos mayormente de
 pues que entré en el Monasterio, l
 qual he alcanzado de mis Superiores
 y esto lo he hecho pidiendolo co
 instancia, y mayor devocion, mostran
 do vna cierta hambre sancta de la
 Comunion, mas helo pedido con a
 quella resignacion, que se requiere
 para satisfacer à la santa Obediencia,
 dexando la determinacion en manos
 de mi Superior, ò Padre espiritual.
 Y porque lo hiziesse mejor, he auido
 algunos avisos para antes de la Comu-
 nion, y otros para mientras comul-
 go, y otros para despues de aver co-
 mulgado; los quales he querido po-
 ner aqui brevemente.

Primero, antes que comulgue, me
 aparejo desta manera: La noche an-
 tes me examino, y me confieso de la
 manera que abaxo se dirà, esfuerzan-
 dome à tener dolor de los pecados co-
 metidos, y confusion de lo poco q me
enmiendo.

Tras

*Confide-
 raciones
 para an-
 tes de la
 Comu-
 nion.*

*Confes-
 sarse con
 dolor.*

Tras esto, cumplo la penitencia que me ha sido impuesta por el Confessor; y demas desto, hago vna disciplina para el mesmo efecto; y si no puedo ayunar, à la tarde me esfuero à hazer abstinencia en el cenar.

Por la mañana en la oracion mental, (la qual me esfuero de hazer con mas sentimiento, mas larga, y mas temprano para la comunion) pido al Señor gracia de poder comulgar bien, y que el mesmo sea servido de disponerme, y aparejarme, haziendome tal qual devo ser para recibir à su Divina Magestad, y que me encienda el corazon con su divino amor; y con gran fervor, para que este Santissimo Sacramento cause en mi aquellos efectos, que suele causar en los corazones de aquellos que aciertan à recibillo bien.

Parome despues à considerar quanto importa el recibir à aquella Magestad del Criador de todo el mundo,

Y

Y

Penitencia antes de la Comunion.

Pedir gracia al Señor para comulgar bien.

Considerar quanto importa recibir al Señor.

y voi ponderando como lo reverencian, adoran, y alaban los Angeles en el Cielo, como lo deseavan los Profetas, como lo amaron los Apostoles, y figurieron los Martires. Y en suma todos los otros Santos, como tuvieron un inefable deseo de honrar este Señor, y abrazarlo, y vnirse con el en este Santissimo Sacramento.

Considerar el amor del Señor en la Comunión.

Consideraciones para miétras se comulga cõbidar à los Santos

Movida, pues, con este deseo, aun procuro encenderme mas en mi anima, considerando primero la grandeza del amor del Señor, para con tan vil criatura, como es el hombre, y especialmente qual soi yo descendiendo en particular à todas mis miserias, è indignidades; mueveme tambien à esto las consideraciones de las gracias; frutos, y utilidades que consigo trae este Santissimo Sacramento à vna anima q lo recibe con la reverècia devida

Lo segundo, mientras estoi para comulgar, trabajo de tener mi corazón ocupado en estas consideraciones.

Pri-

Primeramente me esfuerzo à combi-
dar à todos los Santos, y en especial
à mis devotos, rogandoles que inter-
cedan por mi, y acompañen mi anima
para yr à este celestial combite.

Despues torno à mirar mi miseria,
y poquedad, y como estoi llena de to-
da imperfeccion, y que toda via que-
dan en mi las rayzes de todos los vi-
cios; y viendo claramente, q no ten-
go de mi mesma cosa buena, antes que
estoi llena de pecados, è iniquidades,
me pongo del todo en los brazos de
la Misericordia divina.

Lo tercero, quando quiero comul-
gar, levanto, y despierto en mi los a-
fectos de mi anima, de mil maneras,
segun que el Señor me concede; pe-
ro en especial hago vna confesion de
la Fè, diziendo estas, ò otras palabras
femejantes. Señor, yo creo que vos
fois el Criador de todas las cosas, vos
mesmo fois el Salvador del mundo,
vos mesmo fois el que aveis padeci-
do

*à la co-
munion,
Mirar la
propria
miseria
quãdo se
comulga.*

*Desper-
tarse de
mil ma-
neras qu
ando co-
mulga.*

do por nosotros, el que fuistes àzorado, coronado, puesto en la Cruz muerto, y sepultado; el que por mi refucitastes, y me aveis de juzgar, y dar-me la eterna bienaventuranza, ò perpetua condenacion, estendiendome en esto, segun que el sentimiento del Señor me acompañare.

*Sentimie
tos de afe
cto quan
de se co.
mulga.*

Quarto, en recibiendo al Señor, algunas vezes, comienzo à dolerme delante de èl mismo del poco aparojo conque lo he recibido; otras vezes le suplico entrañablemente que se digne de entrar mas intimamente en las entrañas de mi anima. Y me paro à maravillar su grande, y excesivo amor, y que aya podido tanto con èl, que lo aya hecho humillarse, y abaxarse para venir à vn anima que tanto lo ha deshonrado, y despreciado, y aun dadole la muerte quanto es de su parte. Y las demas vezes hablo conmigo misma, diziendo: He aqui anima mia, à tu Señor; he aqui à quien tanto

tanto deseas; dichosa tu si supieres conocerlo, y amarlo, y te esforzares à procurar que no se aparte de ti, &c.

Ultimamente le pongo delante todos mis pecados, y las infinitas miserias que tengo allà en lo mas profundo de mi corazon, y le ruego fervorosissimamente que me perdone, pues propongo de hazer penitencia, y enmendarme de mis faltas, dandome el su gracia para ello; confieso que tantas vezes lo he ofendido, apartandome del amor que le devia; y le ruego que de ay adelante no me desampare. Hecho este, ò otro semejante razonamiento me recojo à alguna parte secreta, y digo entre mi, que deseo tratar en particular en lo intimo de mi corazon con el à solas de los negocios que mas importan pues me ha cabido tan buena suerte de aver comodidad de tenerlo oy en mi casa.

Lo tercero, despues que he comulgado, y estando asi retraida, aydo discurs-

Representar sus pecados, y miserias al Señor en la comuniõ.

Nota.

Consideraciones para despues de la comuniõ.

discurriendo por las cinco consideraciones siguientes. Primero, ofrezco y hago vn presente al Padre Eterno deste Santissimo Sacrificio de Christo nuestro Señor, y le represento todo aquello que se ha dignado de padecer por mi, diciendo estas, ò semejantes palabras. He aqui Padre Eterno à vuestro Hijo, al qual con infinito amor embiasteis del Cielo al mundo por nosotros à tomar nuestra humanidad, à nacer en vn establo, à huir à Egypto; à ser perseguido de Herodes y vivir en estrema pobreza. Helo aqui, Padre Eterno, en el desierto, en las predicaciones, persecuciones, caminos, y trabajos que ha sufrido por mi. Oid, Señor, las blasfemias, injurias, y afrentas que de los ingratos, y desconocidos Hebreos padeciò. He aqui al entregado por traicion en manos de sus enemigos, y vendido por treinta dineros. Helo aqui que os lo ofrezco, Padre Santo; preso, y atado en

Presentar el Hijo al Padre Eterno despues de aver conulgado

Nota.

en el Huerto, llevado à Anàs, abofeteado en Casa de Cayfas, calumniado delante de Pilatos, burlado, y mojado de Heròdes. Aceptad, Señor, todo lo que padeciò vuestro mui amado, y vnico Hijo por mi, en los azotes à la Columna, en la coronacion de las espinas, y en las bofetadas, y puñadas en todo el discurso desu amarguissima Passion. He aqui, Padre, aquella cabeza inclinada, aquel rostro venerable descolorido, con sombra de muerte, aquellas manos, y pies enclavados, y aquel sacratissimo costado abierto. Catad, Señor, que el Cielo, y la tierra al modo que pueden se cubren de luto. La Madre està hecha vn mar de dolores; las Marias, y sus amados Dicipulos amargamente lloran; y los ingratos, y desconocidos Judios con todo esto mas se encruelen. Ofrezcoos lo vngido de Mirra, embuelto en vna Sabana blanca, y sepultado en sepultura agena, &c. Con esto

esto acabo, loando, bendiziendo, y
haziendo gracias à su Divina Magest
dad, que tanto nos aya amado, que
para salvarnos, entregò à la muerte
à su vnico, y amado hijo. Y lo mesmo
hago hablado con Christo Señor nuestr
tro, ò con nuestra Sra. y otros Santos.

*Llamar
los Sãtos
à q̄ nos a
yuden à
hazer
gracias
al Señor
por la co
munion.*

*Dar cuẽ
ta al Se
ñor fami
liarmen
te de nu
estras ne
cessida*

Lo segundo traigo à la memoria los
Santos de quien arriba se hizo men
cion, y les ruego, que hallandome yo
tan obligada à hazer gracias al Señor
de la Magestad por este inestimable
beneficio de averseme dado, cono
ciendome del todo insuficientissima,
tengan por bien, y sean contentos de
hazer este oficio por mi, pues mejor
les està à ellos aver de alabar al Señor,
que à mi que soi llena de pecados, y
rambien que intercedan por mi, para
que por medio dellos pueda alcanzar
las gracias que al Señor he pedido, y
pienso de pedir.

Lo tercero, represento al Señor
(como à medico piadosissimo;) todos

mis yerros, y faltas (como à Padre amoroso;) le manifiesto mis estremas miserias, así generales como particulares, que de cada dia se me ofrecen; rogandole que me dè el verdadero remedio, à fin que no le ofenda tantas vezes. Y en especial le ruego, que me conceda que lo pueda recibir en la santa Comunión siempre dignamente. Acuerdome aqui en este punto de todos aquellos que se han encomendado en mis oraciones.

Quarto, hago vn firme proposito en presencia del Señor de guardarme de oy adelante de todas aquellas faltas en que suelo caer, con animo deliberado de desarraigat de mi algun vicio particular, y en lugar de àquel plantar vna virtud, de la qual sienta tener yo mayor necesidad, para que pueda andar siempre de bien en mejor; lo qual ruego à su Divina Magestad con mucha instancia, para que me dè fortaleza de cumplirlo.

Z

Ultima-

des despues de la comunión.

Proposito despues de la comunión.

Exercicios, y advertencias para el dia q̄ se comulga.

Ultimamente, por todo aquel dia procuro de guardar con mas cuidado mi corazon. Haziendo cuenta que el Señor de la Magestad esta reposando en él, como en morada suya. Y por esto procuro de vsar toda modestia; así en el hablar, mirar, y andar; como en todas las demas acciones del cuerpo; Esfuerzome en los puntos del dia, y en las oraciones jaculatorias; de acordarme de la Santa Comunion; diziendo semejantes pala bras: Oí Señor aveis venido à mi pecadora; oí Señor aveis celebrado en mi corazon. y renovado vuestra sagrada Pasion. Aveis venido à mi, Señor mio dulcissimo, vos que por mi fuistes tan indignamente; y con crueldad azotado; coronado de espinas; y sentenciado à muerte (conforme al punto que tengo delante de los ojos) digole tambien: Señor, quedaos pues conmigo; no os partais, Señor, porque ya se haze tarde, y quiere anochezer; ya se **passa**

passa el tiempo de la vida, y viene la noche de la muerte, de la tentacion, y de la tibieza, &c. Desta manera tambien en las oraciones ordinarias del dia, y de la tarde me acuerdo de hazerle gracias por vn tan singular beneficio como es averlo recibido aquel dia. Aunque todo esto lo hago muy friamente, y con mucha ingratitud.

CAPITULO XIII.

Avisos sobre el labrar, y otros exercicios corporales.

Dize el Profeta: *Labores manuum tuarum quia manducabis, beatus es, & bene tibi erit.* Como si dixera: Bienaventurado serà el que se esforzare à trabajar, y que comiere de los trabajos de sus manos, porque toda cosa le sucederà bien, no le faltará la ayuda del Señor con que alcance las virtudes, la paciencia, y la humildad,

Pf. 127.

El trabajo corporal es bueno, y necesario.

Y

y la caridad, y juntamente el premio en este mundo, y en el otro.

Razon es, pues, que seamos muy sollicitos en emplearnos en trabajos corporales, aunque el principal trabajo, y negocio nuestro sea aquel que pertenece à la salvacion de nuestra alma; mas allende desto à las personas espirituales es muy necessario que tambien trabajen, porque claro esta que no pueden los exercicios interiores conservarse bien, si no se hizieren con la devida moderacion, y con prudencia, interrumpiendolos algunas vezes con los exercicios exteriores, y corporales. Por tanto he sido avisada, que en aviendo acabado mi Oracion, Missa, ò Comunion, como arriba se dixo, tuviesse en lo restante del dia mi labor, y esto con saberlo la Obediencia. Acerca de esto he guardado el aviso que sigue: De no buscar jamas, ni tomar cosa de labrar, ni de casa, ni de fuera de casa, sino por mandos

Exercicios espirituales se han de interrumpir.

El labrar de sus mandos se ha de hazer

nos de la Obediencia; antes siendo llamada, ò rogada de personas de fuera de casa, ò otras, les he respondido, que no podia entender en nada de esto si no me lo ordenasse la Madre Abadesa. Porque à mi no me importa, ni me va nada en hazer esta, ò esotra labor, de tal amigo, ò pariente, sino solo he de desear de no estar ociosa, y que me ordene que labrar mi Superiora, y esto sea qualquier cosa. Con esto he hallado mucha paz, he escusado muchas tentaciones, no he tenido jamas aficion de hazer mas presto vn officio, que otro, ni de ocuparme en vna cosa, mas que en otra; y no teniendo alguna vez que hazer, he rogado à la Madre Abadesa que me ocupasse en algo, para poder desta manera huir el ocio, y passar aquel tiempo vtil, y fructuosamente.

Hàme parecido, pues, ser cosa muy necessaria de estar siempre bien ocupada, y trabajar de grado, y con mucha

por mādado, ò licencia de la Obediēcia.

Nota.

*Paz que se balla por no aficionarse à ha-
ver una cosa
mas que
otra.*

Consideraciones para tra bajar voluntaria mēte por orden de la obediencia. La Obediencia nos alcãza mas merito.

La ocupaciõ de secha las tentaciones.

cha voluntad, y gana; y que esto en todo caso sea, no por mi voluntad, parecer, sino por la obediencia, y amor del Señor, lo qual he sacado de estas consideraciones; primero, porque lo que se haze puramente por la santa Obediencia, sin poner nada de lo nuestro, es mas agradable à Dios, y de mayor merecimiento que qualquier otro trabajo, por grande que sea, quando lo hazemos por nuestra voluntad, aunque en ello condescienda con nuestra voluntad el superior, lo qual suele acaescer à aquellas que se paran à labrar cosas de sus deudos, y amigos, ò à las que se inclinan à hazer vna cosa mas que otra, porque todo esto procede de amor propio, y lo primero sale de puro amor de Dios. Lo segundo, porque si no estuviessse ocupada, forzada seria à dar lugar à las tentaciones del enemigo, las quales suele el traer à los que aytàn ociosos, así como fue dicho à S. Antonio por

por el Angel, que siempre hiziesse alguna cosa para que el Demonio lo hallasse siempre bien ocupado.

Lo tercero por trabajar en penitencia, y satisfacion de mis pecados, por que toda obra trabajosa es satisfactoria, quando se haze por amor de Dios, y por la santa Obediencia.

Quarto, he querido trabajar, por poder mejor conocer la miseria humana, que se halla en este mundo, donde fue el miserable, y desdichado hombre echado, y desterrado entre los animales, con tales maldiciones, que huviesse de trabajar, y sudar si quisiesse vivir.

Ultimamente para despettar en mi el desseo de la patria venidera, donde no ay trabajo, ni fatiga alguna, antes por el contrario ay vna perpetua fiesta, vn Sabado, y reposo perdurable, à la qual patria celestial muchas vezes hallandome trabajada, y cansada en medio de mis sudores he enderezado
los

Trabajar en penitencia de nuestros pecados.

Trabajado se conoce la miseria humana.

Trabajado se conoce, y se desea el reposo de el Parayso.

Nota:

los suspiros de mi corazon, esperando llegar alla por la misericordia del Señor, si en este mundo trabajare de veras por su amor.

*Labrar,
y trabajar mu-
cho aboga el es-
piritu.*

Mas con todo esto he probado por experiencia, que no es bien que se pase à otro extremo, que es de labrar, ò trabajar; tanto tiempo, y aplicarle en tanta manera à las cosas corporales, que con esto se mate, y se apague todo el espiritu. Por lo qual ha sido menester valermé de dos remedios.

El primero es, dexar el trabajo a- viendo trabajado vna hora, ò pocas, y tomando vn poco de ayre juntamente recrear vn poco el espiritu.

Lo segundo, que mientras esto labrando alzasse muchas vezes la memoria al Señor, y siguiessé los puntos que he tomado por todo el dia, como arriba se dixo, con los quales anduviesse refrescando, y renovando el sentimiento que tuve por la mañana.

Estando en compañía con otras a-
labrar,

*Labrada
en compa-
ña como
se ha de
aver.*

labrar, ò à hazer otra cosa (aunque esto no me ha jamas agradado si ya no fuesse por orden de la Obediencia) siempre me he esforzado de poner buenos razonamientos, y dezir alguna cosa espiritual; y si no he podido hazer esto, mas presto he callado, y atendido à razonar dentro de mi razon con el Señor, ò tomo alguna excusa, como seria de tener otra cosa que hazer, y con vn buen modo me parto para ir à labrar en compañía de otras, ò asolas, pudiendose hazer sin escandalo activo.

Luego que he acabado alguna obra, primero la ofrezco al Señor, y despues la presento, y pongo en las manos de la Obediencia, no esperando por ella loor, ni premio alguno temporal: y si la Madre Abadesa ha sacado de aquella obra alguna ganancia, no he buscado saber quanta fuese, &c. por quitar muchas ocasiones de pecados que desto suelen resultar.

A a

Quise.

*Acabada
la labor
que se ha
de hazer*

*Premio,
ni ganancia
no se
ha de buscar
por
nuestras
obras.*

Quisiera en este passo responder à muchos, à los quales parece cosa mui dura, y difficil de poder guardar todo lo sobredicho; mas dexolo de hazer por no aver sido este mi intento; solo dire, que si nosotros estuviésemos fundados; y determinados mui de veras à querer padecer, y llevar la Cruz con Christo, que jamas hallariamos escusa alguna para hazer lo contrario; mas porque somos llenos de amor proprio, de aqui es q̄ tenemos tanto miedo que no nos falte toda cosa, y que el Señor no nos provea; teniendo poca esperanza en él; y assi justamente no podemos gustar de la suavidad, q̄ se halla en el padecer, y de los frutos, y provechos q̄ se facan de la Cruz; ni de la dulzura de la santa Pobreza.

*Frutos
de la
licion de los
libros
santos.*

CAPITVLO IX.

De la licion de los libros espirituales.

HE procurado tener muchos libros espirituales, los quales he avido

avido, y tenido con licencia de la Obediencia, y cada dia he tomado vn poco de tiempo para leerlos, y sacar fruto dellos, porque la frecuente lición renueva el deseo de ir siempre adelante en todas las virtudes, y de ella sale à vezes la buena oracion, y muchas vezes el Señor alumbra mas en vn poco de lición, que por otra qualquier manera. A mi me parece cosa muy necesaria para las siervas del Señor leer mucho, porque no pueden, ni deven tener largos razonamientos con hombres (aunque sean espirituales) pudiendo hallar las mismas cosas en los libros pios. Hame ayudado mucho el no leer jamas libros curiosos, ò libros de los quales se saca poco provecho, y he aprendido à estudiar en los libros, que me han encendido en mayor amor, y fervor para con el Señor. El tiempo para aplicarme à esta lición ha sido todo aquel espacio, en que no estuviessse ocupada

Nota:

Libros de q̄ no se saca fruto no se han de leer.

Tiempo para la lición de los libros devotos.

da por parte de la santa Obediencia
 ò por la oracion, ò por otros traba-
 jos corporales. He procurado de bui-
 las ocupaciones desaprovechadas, y
 de gastar el tiempo vanamente, cono-
 ciendo el provecho, y consolacion
 que podia sacar de la santa Licion; y
 por esto he hallado q̄ antes de comer
 podia emplear en este exercicio vna
 hora de tiempo, ò por lo menos me-
 dia, y otro tanto en lo restante del dia.
 He sido aconsejada, q̄ leyesse con re-
 poso, y consideracion, aunq̄ por esta
 causa lea poco, y q̄ me esforzasse à en-
 tender, y poner por obra lo q̄ leo, por
 q̄ leer sin ponerlo en practica, y execu-
 cion, es como comer sin digerir, y a-
 si lo poco q̄ he leído me ha quedado
 en el corazon, y dello huvie-
 ra sacado el provecho, que
 devia, si por otra par-
 te mi miseria no
 me huviera
 impedido.

*Leer mui
 poco, y
 hazerlo.*

CAPITULO X.

Del aviso que yo he tenido, quando he sido reprehendida à quando he dicho mi culpa publicamente por mis defectos.

EL Demonio en todos los exercicios de las personas Religiosas puede siempre meter la mano para ganar algo, haziendolas caer en algun defecto, pero en el ser reprehendida; ò en el dezir su culpa por sus faltas es donde èl menos puede dañar, y donde suele perder lo que en otro ha ganado, por ser este acto virtud, de humildad à èl tan contrario. Mas para vencer al enemigo me he esforzado à hazer esto con mucho espiritu, para lo qual me han ayudado las consideraciones siguientes.

Primeramente he pensado quan gran bien es el ser reprehendida vna perso-

El Demonio no gana nada con la humildad.

Consideraciones que ayudan à tomar à bien la reprehension.

*Comete-
mos mu-
chos yer-
ros, y no
los cono-
cemos.*

*Semejan-
tes al De-
monio sō
los incor-
regibles.*

persona de otra, porque mientras vi-
vimos en este mundo estamos suge-
tos, à muchos yerros, y tropezamos
muchas vezes en ellos, por donde si
alguno recibe pena de ser avisado, y
reprehendido, por el mismo caso dà
claramente muestra de que tiene com-
placencia, y se agrada del tal error,
mayormente quando no lo quiere co-
nocer. Y es semejante à vn arbol, que
de sí brota, y produce muchos ramos
ruines, los quales sino se le cortaren
causaràn que venga à secarse de tal
manera, que no sea bueno para otro,
que para el fuego. Desta mesma ma-
nera vendrà à cometer aquella tal per-
sona tantas faltas, que no se enmen-
dando dellas vendrà por algun pecc-
do mortal à perder el humor de la gra-
cia, y no serà buena para otro que pa-
ra tizon del fuego del Infierno.

Lo segundo, aquellos à quien les
desplaze ser reprehendidos, y corre-
gidos son semejantes al Demonio,
pues

pues el solo queda incorregible, y no puede, ni quiere emendarse, por aquella pertinacia, y obstinada volúntad en q̄ persevera de siempre hazer mal.

Lo terceto he entendido, que echando Moyses la Vara en el suelo, se hazia serpiente. Así tambien desechando, y rechazando algunos la Vara de la reprehension, y correccion, se buelven bivoras por sobervia, de tal manera, que no podrán de ay adelante oír ni vna palabra, con qualquier blandura que se le diga por su provecho. Y lo que peor es, hará contradicion, y resistirá à la santa Obediencia; y à su superior con grandísimo dettimento de su anima.

Por tanto, quando me ha sido dada alguna reprehension, ò impuesta alguna penitencia, la he tomado con toda quietud, y sosiego de mi corazon, guardandome sobre manera de no escusarme, ò defenderme, aunque la cosa que se me imputava no huvieste

*Exod. 4.
Quan necessaria
sea la reprehensio*

*Penitencia dada
por el superior,
se ha de tomar cõ
alegria
sin escusarse.*

viessé sido verdadera. Y así armandome, y encendiendome con un odio tanto contra mi mesma, he sentido en mi despues grande alegría, conociendo que por este medio vendria à sacar de raíz todo el amor propio que tanto se ha encafillado en mi anima.

Nota.

Allende de esto me esfuerzo (aunque siento repugnancia) à hazer gracias à aquella persona que me ha reprehendido, ò a la superiora porque ha tenido por bien movida de zelo, y caridad de atordarme de mis yerros, y quitarme el orin de mi anima, y nuestro sentir, que todo esto es para mi consolacion, y que es gran beneficio que se me haze, y finalmente he rogado al Señor por ellos.

CAPITVLO XI.

De como me avria podido regir à la hora de comer.

Exercitios antes de comer.

VEnida la hora del comer antes que vaya à la mesa, he sido avisada

sada que hiziesse algunas cosas necesarias para este exercicio.

La primera es: que no teniendo impedimento por parte de la obediencia, por vn quarto de hora antes he dexado toda ocupacion, y en mi oratorio, y retrete, ò en el Coro he hecho el examen de mi conciencia, como mas abaxo esta escrito, discurriendo particularmente, y considerando como me he auido por la mañana quando me levantè, en la oracion, en el oficio, en la Missa, Comunión, exercicios mentales, y en el labrar, y trabajos manuales, proponiendo de enmendarme, si hallare aver faltado en ellos.

Segunda, quando voy à la mesa me he esforzado de no dexarme llevar de la sensualidad, y gusto, antes acordandome que es especie de seruidumbre, y cautiverio aver de atender à har- tar el cuerpo como los animales brutos, y que es pena dexada por el pe-

Bb

cado

*Examen
de la cõ-
ciencia
antes de
comer.*

*Cautivo
rio gran.
de es à
las perso-
nas espi-
rituales
aver de
atender
al cuer-
po.*

Ioan. 30

cado de Adan, en la manera que agora estamos miserablemente lugetos à esta necesidad, digo muchas vezes entre mi aquellas palabras de Job: *Antequam comedo suspiro*, que quiere dezir: Antes que me vaya à comer me pongo à suspirar, lo qual me mueve, è incita à rogar al Señor que me de gracia de librarne de tanta seruidumbre, llevandome presto à la Patria Celestial donde ño se come, ni se beven manjares de carne.

Nada.

La tercera, me acuerdo de los puntos, que mas abaxo estan notados, los quales me paro à pensar, y rumiar mientras como, para que el cuerpo, y el anima tenga su refeccion necessaria. Y con esto estoy atenta à la benedicion que se dà, y en assentandome digo vn Pater noster, y vn Ave Maria con vn de Profundis por las animas de los difuntos, para que sean socorridas, y reciban refrigerio, ansi como el Señor ha hecho aparejar para sus-
tento.

tento, y refrigerio mio todo lo que tengo delante. Tan bien mientras estoy comiendo, por ser yo muy sensual me han sido muy necesarios los avisos siguientes.

El primero, q en lo exterior mientras como guardasse grandissima modestia, y limpieza. Item, que me guardasse mucho de no hablar, y de no mirar à las otras, que es lo que comen, ò de que manera, ni de hazer gesto, ò ademan alguno, q fuesse reprehensible

El segundo, que atendiesse à la calidad, y cantidad de los manjares, por que si color de necesidad, podria comer de masiado, y con sombra, de devocion, podria tambien entrar, quitandome lo necesario para el cuerpo, aunque en esto no he podido hallar cierta medida, empero siempre me ha agradado mas inclinarme hazia la virtud del abstinencia, sabiendo quan necesaria es para las personas que quieren vivir espiritualmente.

*Avisos
para mi-
entras se
come.*

*Modest-
ria en el
comer.*

*Discre-
cion en el
comer
mas, ò me-
nos.*

Los

Abstinencia es necesaria à las personas espirituales. Manjar espiritual se ha de dar al anima mientras se come.

Consideraciones para quando se come.

Los ayunos así de pan, y agua, como los ordinarios, los he hecho segun que los ha querido la obediencia, y regla, con consejo de mi Confessor.

El tercero, que en lo interior diessse mantenimiento espiritual al alma (por que no fuesse como vn animal bruto todo metido en hartar el cuerpo) atendiendo à las liciones de los libros espirituales, que cada dia, se leen à la mesa. Mas para hazer esto con mas gusto, y merito, he tomado la devocion siguiente, usada de muchas personas Religiosas Que me he esforzado à pensar como si comiessse con el Señor à vna mesma mesa en aquellos lugares que cuenta el Santo Evangelio, q comia viviendo en este mundo.

Puedese creer, que este exercicio sea muy agradable al Señor, así como entonces de hecho lo era, quando Zacheo, Mateo, Simon Leproso, Santa Madalena, y Marta le combidavan. Y para esto se notan tres puntos para cada

cada día, los quales he procurado de acabar en la comida, y en la cena, tomando vn punto en cada cosa que he de comer. Y las cosas que se pueden hazer, ò pensar, tratándo con el Señor, ò con algun Santo devoto, sobre los puntos, y misterios que diremos, el amor, y el continuo exercicio, y la gracia del Espiritu Santo lo enseñará à cada vno.

El Lunes pues estando ya en la mesa, aviendo hecho todo lo sobredicho.

Primero, pensará quando el Señor siendo Niño de dos, ò tres años en los brazos de la Virgen tomava la leche de los pechos de su Santissima Madre, y con esta memoria reciben fabor, como con dulcissima salsa todos los majares que se comen.

Segundo, pienso donde comeria el Señor en aquellos tres dias, que lo perdió la Virgen, y despierto mi deseo para combidarle, pues lo veo solo, y desamparado, y sin Madre.

Ter-

Nota q̄ estas mesmas consideraciones pueden servir para la meditación, y para la comuniõ

Tercero, pienso como el Señor des-
pues de aver ayunado quarenta dia-
enteros con sus noches en el d. fier-
to, y vencido al Demonio, los Ange-
les le aparejaron de comer, y le sir-
vieron. Acuerdome desto con aquel
amor, y afecto que puedo, y me es-
fuerzo de aparejarle manjar en el yer-
mo, y soledad de mi corazon, y ser-
virle con santos deseos.

El Martes primeramente me paro
à contemplar las bodas de Galilea, à
donde el Señor à ruegos de nuestra
Señora hizo de agua vino, y le ruego
q̄ sea servido de bolver el agua de mi
tibieza en vino de su fervoroso amor.

Lo segundo que considero, es quan-
do comió en casa de Mateo con los
Publicanos, aviendole antes ya lla-
mado, y convertido. Confundome
entre mi viendo que Mateo, que tam-
poco lo avia conocido lo combida, y
yo que he recebido tantos beneficios
dél, y ha tanto tiempo que trato con
èl;

el, no me acuerdo de averlo combi-
lado en mi cotazon de verdad.

Lo tercero, pienso quando comiò
en casa de Zacheo Principe de peca-
dores, y publicanos; el qual por el de-
seo grande que tenia de verlo, mere-
ciò detenerlo en su casa, y le pido
humilmente este deseo de verlo; loan-
dolo por su grande clemencia, pues
viene aun sin ser llamado.

El Miercoles me acuerdo de la Sa-
maritana, como le demandò de beber,
y como le respondió, que le daría el
agua viva, y la convirtió, y le pido tam-
bien el agua viva de su amor, y gracia.

Lo segundo, pienso quando co-
miendo en casa de Simon Leproso vi-
niò la Madalena, y le lavò los pies con
lagrimas de sus ojos, y los limpiò con
sus cabellos, y le ungiò con unguen-
to. Demandandole tambien verdade-
ra contricion de mis faltas.

Tercero, pienso quando comiò en
casa de la suegra de S. Pedro, la qual
como

como agradecida à la salud recibida lo combidò, y le sirvió à la mesa, da-
dole lo que tenia. Suplicòle que m-
quiera sanar perfectamente, para po-
derlo bien servir.

El Jueves, pienso primero en aquel
espantoso milagro de los panes, co-
mo hartò vna vez cinco mil personas,
y otra siete mil. Deseo ter vna de a-
quellas compañías, y pienso que el Se-
ñor me ha hecho ya esta merced tra-
yendome à la santa Religion, y apa-
centandome cò tantas gracias en ella.

Segundo, pienso como yendo el
Señor con sus Discipulos, y no tenien-
do ellos que comer, iban por el cam-
po à buscar las espigas por la hambre
que padecian, donde no faltò quien
les reprehendiesse, porque era saba-
do. Duelome que en mi corazon no
ay sino deseos vanos, que son espigas
secas y vazias, sin grano, y que no sea
dispuesto como conviene para combi-
dar al Señor en él.

Terce:

Tercero, pienso quando el Señor fue convidado de los Fariseos, y como fano al hidropico, y le diò aquel documento, que quando fuesen convidados, se assentasen en el mas baxo lugar. Demandole humildad, y que siempre pueda sentarme en el mas baxo lugar de mi nada.

Mas el Jueves à la tarde, mientras ceno rebuelvo en mi pensamiento aquella Cena Santissima, y dulcissima que hizo el Señor en lo vltimo de su vida, dexandose à si mesmo en el Santissimo Sacramento. Acuerdome en especial del deseo que dezia aver tenido de celebrar aquella Cena con sus Discipulos, y le ruego que me dexè à sentir este Misterio, y que comiendo nunca me olvide del, y que lo reciba siempre bien en el Santissimo Sacramento del Altar.

El Viernes pienso en aquella mesa, que se nos aparejó en el monte Calvario, quando fue crucificado, y muer-

to. Esto significava el Cordero Pas-
qual, que se comia assado en pie, y con
lechugas amargas. Por esso le ruego
que me haga gustar, y sentir la amar-
gura de su Passton.

Segundo pienso en aquella palabra
Sitio, que quiere dezir, tengo sed; la
qual dixo estando en la Cruz. Y en la
biel, y vinagre que le fue dado à be-
ver, en las lagrimas que con tanta a-
bundancia derramò por mi. Y le rue-
go, que con ellas me haga dulce mi
manjar, y bebida.

Tercero, pienso en la mesa que le
fue aparejada à la Santissima Virgen
por las manos de aquellos ministros
cruelissimos (que fueron los Judios)
de su hijo preciosissimo, quando lo
tenia en sus brazos, baxado de la Cruz.
Procuro de comer mirando las llagas
del Señor, en compania de la santissi-
ma Virgen, y de la Madalena.

El Sabado, pienso primero en el
comer que le aparejaron al Señor mu-
chas

chas veces las dos hermanas Marta y Madalena en Bethania, donde el Señor no teniendo otro lugar se recogia. Ruegole que me de à entender, que no quiere otro lugar por aposento, sino à mi corazon, adonde lo pueda muchas vezes combidar.

Segundo, pienso en aquel regozijo, y banquete espiritual que tuvieron los Santos Padres en el Limbo, quando el Señor baxò à librarlos; ruegole que venga presto à librar mi anima de las tinieblas en que se halla.

Tercero, para atemorizarme parome vn poco à considerar los banquetes y combites, que hazia aquel rico Gloton del Evangelio, el qual por el vicio de la gula cruelissimamente es atormentado en el infierno. Le pido perdon de quantas vezes he pecado en este vicio de comer demasiado, y sin necesidad, ò con apetito, y gusto desordenado.

El Domingo pienso, quando el Señor

ñor apareció refucitado, como Peregrino, à los dicipulos q̄ iban à Emaus, donde comiendo lo conocieron en el partir del pan; contristome, cōsiderando q̄ la causa porq̄ no lo conozco bien, es porque el pan de la oracion y del Santísimo Sacramēto no lo partobien.

Segundo, pienso quando el Señor comió despues desto cabe el mar Tiberiade, con siete Dicipulos que estaban pescando siendo èl yà refucitado. Puedese tambien pensar, que el dia de la Ascension antes que subiese al Cielo comió con sus Dicipulos, y despues instruyendoles, y dandoles su bendicion se partiò dellos. Dueleme por no aver trabajado mas en mortificarme, porque si fuesse bien mortificada, refucitaria tambien en mi espiritu, y subiria al Cielo con èl.

Tercero, pienso en la gloria del Parayso con aquellas palabras: *Beati qui edunt panem in Regno Cœlorum*; quiere dezir, ò dichosos los que comen pan en

en el Reyno de los Cielos; y aquellas otras: *Homo quidam fecit coenam magnam, &c.* vn hombre hizo vna gran cena, la qual el Señor sea servido darnos à gustar por su misericordia.

Tercero, despues de aver comido, y recobrado las fuerzas corporales, me animo à tomar tambien las espirituales, haziendo lo que se sigue.

Primeramente me ha agradado siempre ser cuidadosa en acabar presto mi comer, y no ser la postrera haziendo esperar las otras para levantarse.

Segundo, despues de aver hecho las gracias, he ido al Coro, ò à mi oratorio, diziendo el Miserere, ò vn Te Deum Laudamus, aunque en algunas partes esto se tenga por regla.

Tercero, estando arrodillada en este lugar no me parto, si primero no pienso bien para donde he de ir, y que cosa he de hazer; y que impedimentos podria aver, y como podrè guardar el corazon, la lengua, y mis sentidos;

Exercicios espirituales para despues de comer.

y para todo esto me aparejo, porque el enemigo no me venza, ni triunfe de mi, y rogando al Señor que no me desampare por lo restante del dia, me parto para el lugar, que he menester.

CAPITULO. XII.

De los exercicios que he sido avisada aver de hazer despues de la comida.

Hablar è conversacion despues de comer por recreacion.

En el hablar se puedè cometer muchos pecados.

TEnemos nosotras por costumbre, y regla, que despues de aver comido podamos estar juntamente con las otras hermanas para nuestra recreacion, y consolarnos unas con otras, hablando de cosas buenas, y del Señor. Mas sabiendo el enemigo quanto mal suele acontecer à aquellas que no tienen cuenta con su lengua; trabaja de hazer que en este lugar las tales cometan muchos pecados. Lo qual, como me acaeciese à mi muchas vezes, por proceder descuidadamente, y sin prevenirme antes, he sido tam-

tambien muy mucho reprehendida desto, y al cabo me advirtieron, y ordenaron, que estando en este lugar, ò en otro qualquier con las otras no hablasse sino de cosas buenas, y en especial de las cosas que se figuen.

Como el Señor me llamó a la santa Religion, y como llamó, y convirtió las otras, como podremos guardar nuestra santa Regla, como podremos todas caminar adelante, y ser verdaderamente humildes, pacientes, obedientes, y fervorosas en la oracion, y en todas las cosas. Como nos avremos en la hora de la muerte: y que hablasse del Infierno, del Juizio, Parayso, y Purgatorio. Y de como el Demonio engaña sutilmente todo el mundo, pero mas delicadamente à las personas Religiosas. Quantas sean las tentaciones que nos pone delante y de los remedios para vencerlas. Como las personas Religiosas estan en vn estado muy seguro en comparacion de los

De que cosas se avia de hablar.

los otros, como tienen gran paz, y quietud, aviendo dexado los trabajos del mundo. Como los seglares tienen innumerables peligros, y molestias, y llevan Cruz, harto mas grande, y pesada que los Religiosos, y esto ordinariamente sin tanto merecimiento; y como los que estan en el siglo tienen mayor peligro de su condenacion. A todos estos puntos de que se puede tratar, añado la vida del Señor, de el Santo de aquel dia, ò de algun otro santo mi devoto, procurando de recrearnos en el Sr. con las circunstancias.

Hablando se ha de guardar destas cosas.

Licion, y oracion despues de la comida.

En estos semejantes razonamientos, y platicas me he guardado de hablar demasiado, y de reir mucho, y de ser importuna, dar molestia, y pesadumbre à las otras; mas todo por la gracia de Dios he procurado de hazer con blandura, amor, y caridad.

Acabado este tiempo quedan ocho ò nueve horas hasta la cena, poco mas ò menos, las quales he procurado

do de emplear vtilmente. Y lo primero, gasto vna hora en leer libros espirituales, y otra y à las vezes mas, en las visperas, y oracion mental, como se ha dicho arriba. Pero hase de advertir que el Demonio con el deseo demasiado que me ha puesto de labrar, ò de hazer otra cosa socolor de bien me ha quitado muchas vezes estas dos horas, mas con la gracia del Señor; trabajare siempre de vencerle: lo restante del tiempo, hasta la noche, lo he empleado en labrar de mis manos; ò trabajar corporalmente, segun que la Obediencia me ordenava, como se notò arriba.

CAPITULO XIII.

De la Cena, y lo que he podido hazer.

desput.

Siguette tras lo sobredicho la cena, en la qual he hecho los mef-

D d

mos

Consideraciones para el tiempo de la cena, como las de la comida.

mos ejercicios que he dicho, arriba quando hablamos de la comida, teniendo solo advertencia à moderarme mas que en la mañana, por no andar cargada de manjar, el qual engendra sueño, y pereza; y me ha sido impedimento muchas vezes al tiempo de levantarme; y al hazer la oración por la mañana. Despues de cenar, ò vn rato antes (segun la sazón del tiempo) se sigue el completorio; y media hora despues, he empleado en oración mental, procurando hazella con mayor sentimiento que la de la mañana, y de entre dia. Porque las personas, que verdaderamente quieren servir al Señor, y son desleosas de su gracia, conociendo la grande necesidad, que della tienen, han de hazer oración por la mañana con mucha hambre; y quando el Sol calienta el dia con mucho amor, mas llegando à la tarde, y al cabo de la jornada han de esforzarse mas. Así como una perso-

Oracion
de la tarde
de con
mas fuerza
por.

Nota

na que espera vna cosa muy deseada, por la mañana tiene gran desseo de alcanzarla, y passando ya el dia adelante, se enciende mucho mas en el desseo della. Pero à la tarde quando vè que no ha alcanzado aun la cosa que tanto deseava, no se puede quietar, ni halla consolacion alguna. Pues si esto le sienta por las cosas del mundo, que cosa devria sentir vn animo, que busca de alcanzar la gracia del Señor, y al mismo Dios fuente, y principio de todo bien. Desta consideracion muchas vezes he sido movida à este tiempo, y me ha causado gran dolor, por conocer que no he caminado para Dios, de la manera que yo devia hazello.

CAPITULO XIII.

Del modo que he tenido en besar el examen de mi conciencia.

A Cabado ya el dia con las sobredichas circunstancias, y caute-
las

Examen
de la co-
ciencia de
la tarde.

las en todas mis obras vna media hora
antes del toque para yr a dormir, re-
trayda en mi oratorio, o en otra par-
te me he esforzado à hazer el examen
de la conciencia. Larga cosa sería si
quisiese dezir aqui quan necessario, y
de quanto provecho sea el hazer este
examen cada noche, pues es el prin-
cipal cimiento de la vida espiritual,
sin el qual jamas alguno podría hazer
mucho provecho: *Beati* (dize la escrip-
tura) *qui custodiant iudicium, & faci-*
ant iustitiam in omni tempore. Dichos
fos, y bienaventurados aquellos que
guardan juicio, examinandose, acua-
sandose, y mirando con diligente in-
quisición los yerros que han cometi-
do. Y despues ellos mesmos hazen la
justicia, dandose penitencia, por las
culpas que hallaren aver cometido.
Lo que no han de hazer vna sola vez,
mas en todo tiempo. Grande engaño
es del Demonio, no dexar venir la
persona à hazer este examen, lo qual
el

Psalm.
105.

*in manu
do al ab
to a d'is
ch'ual al*

lo haze, porque sabe muy bien que
 no ay nadie tan obstinado, que si con
 juyzio mirasse, y sintiese bien que co-
 merte alguna cosa mala, y que con ella
 ofende a Dios, no se enmendasse. Y
 por esto pone todo el impedimento
 que puede para vencer al hombre, y
 para traello de vn vicio en otro, y
 que nunca advierta, ni poudere bien
 el mal que haze, y al fin despenarlo en
 el Infierno. En vna Ciudad, donde
 no hubiere Tribunal ni Juez, ni Jus-
 ticia jamas avra paz ni cosa buena: As-
 si mesmo en anima donde no ay exa-
 men, ni justicia, no es posible que
 venga a ser buena. Dize San Pablo,
 que quien se juzgare en este mundo,
 no sera juzgado en el otro. De la mes-
 ma manera si nos dieremos la peni-
 tencia que merecemos por nuestros
 pecados en esta vida, no nos daran
 en la otra, porque no castiga el Se-
 ñor dos vezes por vna mesma cosa.
 De todo lo sobredicho se puede en
 parte

El demo
 nio no
 quiere q
 nos exa-
 minemos

I. Cori.

II.

parte conocer, quanto bien sea examinarle, y hazer la penitencia por los yerros, y faltas que le hallaren para assi quitarlas de nuestras almas. Que riendose pues la persona examinar ha de arrodillarse en el lugar de la oración, y discurrir por los puntos siguientes.

Primero, haga gracias al Señor por los beneficios recibidos, y especialmente por los que ha recibido en aquel dia.

Segundo, le ruegue que le dé gracia, y lumbré para ver, y conocer sus pecados, defectos, yerros y faltas quan imperfeta sea, y para que se pueda enmendar conociendose bien.

Tercero, piense en los pecados que ha cometido, los quales hallara discurriendo por estos cinco puntos.

El primero, vea en los pensamientos como ha tenido su memoria llena de cosas del mundo, y de pecados, y gustos, y complacimientos de cosas terrenas, ofendiendo con esto

grave.

*Provecho q se saca del examinarse.
Hazer gracias.*

Pesar en los pecados cometidos.

gravemente al Señor y desechandolo en alguna manera de su corazon. Que pensamientos tambien aya tenido contra su proximo, y como ha buscado à si mesma en muchas, ò casi en todas las cosas; mayormente en la vanagloria, soberbia, accidia, gula, embidia, &c.

El segundo, vea en los cinco sentidos, como los ha guardado, y en especial el ver, y oir, si ha sido curioso, inmodesta, y descompuesta.

El tercero, vea en el hablar quanto aya faltado en dezir, ò escuchar hechos ajenos; mentiras, canciones, palabras ociosas, y sin fruto.

El quarto; vea en las obras como ha gastado el tiempo, si ha cumplido las cosas como arriba estàn escritas, discurrendo de capitulo, en capitulo. Y si ha hecho lo restante que avia propuesto de hazer.

El quinto, mire en la conversacion; y trato que ha tenido, con quien ha esta-

estado, como se ha llevado, que con-
trario, o hablo con ellos; y especial-
mente si tiene alguna afición de for-
donada (que le dé molestia en la ora-
ción) así para con alguna persona
como a qualquier otra cosa.

*Pesar en
los peca-
dos de la
omission*

Quarto, piense en dos pecados de
omission, que es del bien que ha de-
jado de hazer. Mire bien la negligen-
cia, que tiene por costumbre en las
oraciones, liciones, y operaciones.
Tambien, quan perçosa sea en emen-
darse de los yerros passados, y en ha-
zer resistencia a las tentaciones, y ma-
las costumbres en recibir las inspira-
ciones del Señor, y en aprovecharse
en las santas virtudes y ultimamen-
te quan negligente haya sido en te-
ner dolor de su tibieza, y de las cul-
pas comeridas y en pagar la pena de-
vida, y en guardar la memoria el en-
tendimiento y la voluntad.

Quinto, considere quanto ha des-
agrado a Dios en el mal que ha co-
metido,

*Que des-
placen a
Dios nue-
stros de-
fectos.*

metido, y en aver dexado de hazer el bien que pudiera, como se haze in digna de su gracia, y de recibir mas dones de su Divina Magestad, y quan to le desplaze, porque no procede bie en su vocacion, sino que anda por el camino de los tibios, y negligentes, alexandose de la perfeccion, la qual en grande manera deve deslejar; Desto sacara dolor, y confusion, y verdade ro arrepentimiento de corazon para poder demandar perdon al Señor con contricion, y lagrimas, y despues hazer la penitencia devida.

Sexto, acuerdese de hazer como el mercader codicioso, el qual teniendo su libro de cuentas, y hallando que no ha ganado nada, ò que ha perdido, se para à pensar con mucha diligencia como podrá en lo venidero emplear mejor su mercaderia. Assi tambien a viendo hecho todo lo sobredicho, de terminese de quitar las ocasiones de los pecados, y hazer con cuidado lo

Es

que

*Avisos
para el
examen
de la cõ
ciencia.*

que es obligada, buscando todos los medios, y vias que la puedan ayudar para ir adelante; y ganar tierra en el servicio del Señor

*Pedir
perdon.*

Septimo, conuertase al Señor, y demande humildemente perdon, y llame à todos los Santos de aquel dia, para que intercedan por ella, y alcancen la gracia del Señor; y fortalezca para caminar adelante por el camino comenzado; y enmiendese en todo lo que sintiere aver hecho ofensa à los ojos de la Divina Magestad, ofreciendole por sus pecados, los merecimientos de la vida y muerte del Señor, y de todos los escogidos; y ultimamente à si mesma en sacrificio; y si huviere hecho alguna falta notable; bien será que por ello haga alguna penitencia de afliccion corporal; como ayunos, ò disciplinas, &c. Con licencia empero del confessor, ò superior He hallado tambien que es buen aviso para los que no tienen tanta memoria, para poderse

Ofrecer.

*Hazer
memoria
de los pe-
cados.*

se bien confessar de todo lo que se han examinado, notar sus faltas cada noche, para que quando el Sabado se ayan de confessar, se acuerden, y con mayor paz, viendolas vn poco antes, se puedan confessar.

CAPITULO. XV.

De la confession.

A Viendo dicho ya del modo de examinarme, quiero notar aqui algo de la manera con que me suelo confessar.

Primeramente, he deseado tener vn Confessor que me tenga mui bien entendida mi anima, que sea hombre espiritual, y que me pueda guiar para la perfeccion. A este lo conozco, ser tal quando sus palabras me mueven, me causan temor, y sentimiento para no tornar mas al pecado que confieso, aora sea grande, aora pequeno, y que no me perdone asì facilmente las fal-

*Confessor
de perso-
na el piri-
tual qual
aya de
ser.*

tas,

tas, escusandolas, ò encubriendolas de alguna manera, antes que en conociendo de donde nacen mis faltas, me lo declare, y busque de arrancar los vicios en que incurro de raiz, porque de otra manera siempre tornarian otra vez à brotar, y nacer, de nuevo, si solamente los cortalle por encima, dexandomelos cõfessar así grossieraméte

*Avisos
para antes,
y despues de
la confesion.*

Lo segundo, procuro de ir à cõfessar, aviendome antes examinado de la manera que dicho es; y estando bien resuelta de todo lo que he de dezir nõ yendo con cõfianza que el Confessor me pregunte; porque si no huviere hallado antes mis pecados de por mi, no me parece quedar tan satisfecha.

Lo tercero, me encomiendo vn rato al Señor, suplicandole que me de gracia de hazer bien esta santa Confesion, y si me olvidare alguna cosa por inadvertencia, ò negligencia mia, que su Divina Magestad me la perdone, y la abraße juntamente con todos mis

peca.

pecados en el fuego de su infinita caridad, y los ahogue en el mar de su incomprehensible misericordia.

Lo quarto, despues de averme confessado con aquella diligencia que podia, he quedado muy descantada, y satisfecha en mi conciencia, y he huido de entrar en escrúpulos, ò dudar si me he confessado bien, ò no, conociendo ser esto tentacion del Demonio, para inquietar, y desassossegat la paz de las siervas del Señor.

Lo quinto, he sido avisada de no entrar en mucha familiaridad con el confessor, ni en platicas no necessarias, tratando cosas impertinentes à la confession, ò usando de palabras demasiadas, que parecen de cumplimento, y buena crianza, ò de otra calidad, y he hallado por mucha experiencia, ser este aviso muy necessario à las siervas del Señor, y esposas de Christo. Devo pues simple, y llanamente dezir lo q̄ toca à la confession, no saliendo si quiera

Paz despues de la confession.

Familiaridad demasiada de los Confessores se ha de bvir.

La confession como se ha de hazer

quiera vn solo punto fuera della, y escuchar las amonestaciones, avisos, ò reprehensiones q̄ me dieren, tomádo- las como de mano del Señor, y no de otro. Guardese, pues la sierva de Dios de tomar al Confessor por instrumento, y medio para con la Abadesa, ò con otro, ni oír, ni referir nuevas del Monasterio, ò de fuera. No le haga presentes; ni le diga que le es obligada, ò le dè palabra de rogar por èl de noche, y de dia; ni le pida que el mismo haga otro tanto por ella, para que desta manera se quite de por medio toda ocasion, y todo lazo que el Demonio podria secretamente armar, y à fin que la confesion sea simple, pura, y limpia, quanto fuere posible. Muchas otras cosas se podrian aqui apuntar acerca del confessarse mas porque se presupone que se trata con personas que quieren de veras atender à la perfeccion, y ay desto mucho escrito en otros libros, por esso las callo.

Nota.

CAPITULO

CAPITVLO. XVI.

Del dormir, y de los exercicios que yo podría bazer en esse tiempo.

Vltimamente, es menester dar al cuerpo su reposo devido, si queremos que nos ayude à caminar en el camino del espiritu. Y por esto no sin causa dezia el Señor à los Santos Apóstoles. *Dormite iam, & requiescite.* Como si nos dixesse más claramente, yo que soy Criador de todas las cosas, sé bien quan fragil sea el hombre, y que no puede durar mucho en los trabajos corporales, como ni en los exercicios mentales. Por tanto, despues de aver trabajado varonilmente, conviene que tome su descanso, para que cobrando nuevas fuerzas, sea mas sollicito, y diligente para emplearse en mi servicio, por esto notarè aqui el orden que he podido tener en esta postrera obra de la jornada.

Nota.

Matth.

26.

Primeramente, pues, hecha mi cama,

*La medita-
cion se
ha de apa-
rejar la
noche an-
tes.*

*Tentacio-
nes del
Demonio
en el yr a
dormir.*

ma, segun que lo manda la Regla, pié-
so vn poco, en lo que he de meditar
por la mañana, y teniendo en escrito
la meditacion, sacò della tres puntos,
poco mas, ò menos, notando donde
podria sacar à la mañana mas devo-
cion, y consolacion espiritual, para
que no me halle allevantar sin apare-
jo en el tiempo de la oracion. Porque
se ha de advertir que el Demonio sue-
le traer muchas tentaciones en este
tiempo à las siervas del Señor, Algu-
nas por querer hazer alguna cosa de
labor, ò alguna otra cosa, se quedan
sin ir à la cama con las otras, de lo
qual resulta, que se haze contra la O-
bediencia, y se quita el sueño devido,
y necessario al cuerpo, y se impide el
dezir los maitines la noche, y la ora-
cion por la mañana no se puede hazer
por la gravedad, y pesadumbre del sue-
ño; y lo que mas es, que de ai se en-
gendra grandissima distracion de la
memoria haziendose las cosas fuera de

su orden, y tiempo, otras ai que se e-
chan à dormir antes de la hora por los
rincones ò cabe el fuego. Otras, por
querer hazer penitencia, quieren dor-
mir sobre las tablas del dormitorio, ò
en tierra, con cilicios, y piedras por
cabezera, ò otra cosa, haziendolo to-
do de su propia cabeza, menosprecian
do el consejo de las otras; y lo q̄ peor
es de sus superiores, lo qual quanto
mal sea, por no ser larga no me estien-
do à dezirlo, basta que se haga contra
el orden, y reglas que tienen, y se po-
nen en peligro de enfermar, conten-
tando en esto tambien al Demonio, el
qual desea que no sean mas buenas pa-
ra el servicio del Señor. Otras por el
contrario buscan toda delicadeza de
savianas blandas, de cortinas, colcho-
nes de lana fina, pavellones, y otras
cosas que la regla defiende, de mane-
ra, que el Demonio siempre queda vi-
torioso. Yo por mi deseo cumplir per-
fettamente mi regla, y el orden de mi

Padre espiritual en esto, y en todo lo demas, y esto mesmo aconsejaria à todas, y no otra cosa.

Exercicios espirituales è el andar à dormir

Lo segundo, santiguandome con la señal de la Santa Cruz me encomiendo al Señor, a la Beatissima Virgen, al Angel de mi guarda, y à los Santos devotos de aquel dia, diciendo tambien el Credo, como hize por la mañana al tiempo de levantarme, y assi me pongo en la cama con vn sentimiento de disgusto, y descontento, por aver de atender tanto al servicio de mi cuerpo, considerando que acostarme à dormir es, como si me llevasen à enterrar, porque el sueño es semejante à la muerte.

El sueño se ha de tomar, por medicina, y qual aya de ser.

Lo tercero, he sido advertida que el dormir, y el sueño lo tomasse por medicina, y descanso del cuerpo fatigado, y no por deleyte, ò sensualidad que paran al hombre tibio en el amor del Señor, y por esso està bien lo que la regla ordena, que la cama tenga poca

poca comodidad, y el sueño sea de pocas horas. Mas ay dolor de aquellas, que se quejan de la cama ò del poco espacio de dormir, pues son obligadas à la regla, y el sueño de la persona Religiosa, y de qualquiera q̄ desea servir de veras à Dios no ha de ser como el dormir de vn animal, el qual mientras duerme del todo se ahoga en sus sentidos, sino que pues somos tan miserables, q̄ apenas en esto nos podemos diferenciar de las bestias. querria si quiera nos pareciessemos à la Grulla, la qual dizen, q̄ durmiendo, vela, lo qual claramente dize la esposa en los cantares. *Ego dormio, & cor meum vigilat.* Como si dixesse, mi dormir no es dormir de muerte, ò de animales brutos, mas dando reposo, y descanso al cuerpo. Trahajo q̄ juntamente el corazon, la intencion, y el amor estè siempre en vela. Deve, pues, la persona Religiosa no hazer caso destas comodidades superfluas, buscandolas contra el orden de la razon.

Lo quarto, me ha parecido necessario, q̄ queriendo la persona dormir, se acostumbre à ocupar el corazon con algun buen pensamiento, assi como se lee de los Santos que para estas horas

toma:

tomavan diversos exercicios devotos, porque de otra manera el Demonio buscara de tentaros con otros pensamientos no buenos, y muchas vezes os ternà ocupada la imaginacion dos, ò tres horas enteras, haziendo discursos por mil cosas sin ningun fruto.

Por esto me ha sido dicho, que en semejante caso me acordasse del reposo, y sueño que tomo el Señor estando en este mundo, con lo qual recibí mucha consolacion, imaginandome de dormir à par del Señor.

Consideracion, y entretimiento mientras no se puede dormir.

El Lunes, pues, he pensado que me dormia cabe el Señor, y nuestra Señora Santissima en el pesebre quando ya recien nacido en Bethlen estuvo echado en medio de los animales por mi amor.

El Martes, he pensado que dormia con el Señor y nuestra Señora Santissima, y San Joseph quando fueron à Egypto, concibiendo; y mirando con la imaginacion, en particular la posada donde se recogeria la pobreza, el amor, la santidad, y compania de los Angeles q̄ ay estavan.

El Miercoles, he pensado que reposava cabe

mi Señor en el desierto, adonde estubo quarenta dias, y otras tantas noches ayunando, y no he tenido, temor que me deshechasse de si, pues todos aquellos dias fue servido de morar en compañía de los animales.

El Jueves, he pensado quando el Señor toda la noche muchas vezes no dormia, sino que velando passava las noches enteras en oracion por mi en el Monte Olivete. Duermome cabe el muy segura, pues no solo me guarda, mas á vn ruego por mi al Padre Eterno; hasta que amanezca.

El Viernes, he pensado dormir en casa de Cayfas, á donde toda la noche fue el Señor ultrajado, maltratado, y herido cruelissimamente, aunque descansava en aquel amor grande que nos tenia, en el qual le ruego que me haga eternamente reposar, y dormir.

El Sabado viendo al Señor en la sepultura, no busco otro lugar mas comodo para mi descanso; pues este es el mas precioso, y deleitoso de todos. Acuerdome entonces la Virgen Santissima, la Madalena, y los Santos Apostoles.

El Domingo, me acuerdo del Señor que está asentado á la diestra del Padre, reposando en el Trono de su infinita gloria. Aqui busco yo descansar con él, y espero en su inefable piedad, y misericordia que descansarè para siempre acabado que aya la jornada desta miserable vida.

Con estos pensamientos me duermo ablando, y hablo en mi corazón durmiendo aora
de

111
Dormir
hablado,
y hablar
durmien-
do con el
Señor.

PRATICA

de vna manera, aora de otra, segun que el Espiritu Santo tiene por bien de concederme, lo que seria largo. si me quisiessse entender por los sentimientos que he tenido por medio de este exercicio; pues querria mas que cada vno con larga experiencia lo provasse, y no solamente se contentasse de leerlo en los libros. No me queda otra cosa que decir, sino suplicar, y rogar humildemente á todos, que rueguen al Señor por mi, para que pueda yo hazer todo lo sobredicho con perfeccion, porque no lo haziendo seria digna de mayor pena. Procuremos, pues, con todo nuestro corazon ordenar, y concertar los dias de nuestra vida con los sobredichos exercicios, ó con otros mejores, à fin que viniendo la noche de la muerte podamos descansar con nuestros Padres, y Madres. Hermanas, y Santas, que nos van delante, y despues refucitando con ellas en el dia del juyzio vniversal, podamos llegar à aquella mañana tan deseada de la eterna gloria, en la qual no ay tarde ni noche que le suceda jamas, sino que perpetuamente dura el dia claro con continua alegria en ver contemplar, alabar, bendezir; y gozar de Dios bendito, q es todo el bien que puede desear la criatura, lo qual su Divina Magestad nos concederá, si nos esforzaremos verdaderamente à hazer vida de Religiosas espirituales, y perfectas en estos pocos dias de vida que nos quedan Amē.

LAVS DEO.

INDI-

INDICE
DE LOS CAPITVLOS
DE ESTE LIBRO.

LIBRO PRIMERO.

- C**AP. I. Que cosas devria hazer para con Dios. fol. 1.
Cap. II. De lo que devria hazer para con mi Superior y Prelado fol. 12.
Cap. III. Lo que devia hazer para con mi Proximo. fol. 16.
Cap. IV. Lo que devo hazer para conmigo mesma. fol. 22.
Cap. V. Lo que devria hazer para con mi Religion, Profesion, Reglas, y Santos Propositos fol. 33.

LIBRO SEGVNDO.

- C**AP. I. Que exercicios se podriàn hazer quando la persona se levanta á la mañana. fol. 53
Cap. II. De la devocion de los Santos. fol. 62.
Cap. III. Del Oficio Divino. fol. 75.
Cap. IV. De la Oracion mental. fol. 86.
Cap.

- 11-3
- Cap. V. Que cosas podria hazer despues de la Oracion
mental y de las oraciones Jaculatorias. fol. 120.
- Cap. VI. Que cosas podria hazer para oir la M^{isa} con
devocion. fol. 135.
- Cap. VII. De los Exercicios de la Santa Comu-
nion. fol. 148.
- Cap. VIII. Avisos sobre el labrar y otros Exercicios
Corporales. fol. 160.
- Cap. IX. De la Lccion de Libros Espirituales fol. 167.
- Cap. X. Del Aviso que yo he tenido quando he sido
reprehendida, ó dicho mi culpa publicamenre. f. 170.
- Cap. XI. De como me habria podido regir à la ora del
comer. fol. 173.
- Cap. XII. De los Exercicios para despues de la Co-
mida. fol. 187.
- Cap. XIII. De la Cena y lo que he podido hazer des-
pues. fol. 190.
- Cap. XIII. Del modo de hazer el Examen de Con-
ciencia. fol. 192.
- Cap. XV. De la Confesion. fol. 200.
- Cap. XVI. Del Dormir y de los Exercicios de este
Tiempo. fol. 204.

LIBRO ENVIADO

FIN.

Del viso de la ex Mañana Francisca,
Antonía de San Joseph



H746

8559p

