

cause edificación, siguiendo el modelo perfecto que vuestra Santa Madre os ofrece en sus incomparables cartas, llenas de prudencia, donaire, sal y gracia celestiales. Los escritos permanecen. Las palabras vuelan. No lo olvideis.

CAP. XVII.

Modestia y buen ejemplo.

*Vean los hombres vuestras buenas obras, y glorifiquen á vuestro Padre, que está en los cielos. (JESÚS DE TERESA). (MATTH., C. V., 16).*

*Ser modesta en todas las cosas que hicierre y tratare.*

(TERESA DE JESÚS).  
(AVISO 4.<sup>o</sup>)

84. Carísimas Hijas en Jesús y su Teresa: Las Hermanas de la Compañía estais hechas espectáculo á Dios, á los Angeles y á los hombres; por esto se os exige que trabajéis con todas vuestras fuerzas para que siempre brillen en todas vuestras cosas la modestia y el buen ejemplo.

De ninguna cosa se ofendería tanto el pueblo como de veros comunicar con personas de diferente sexo. Mandamos, pues, que de ningún modo tengais trato ó comunicación familiar con ninguna persona particular: cartas no



las recibais, ni regalos de estas personas ni particular ni privadamente; y si por necesidad hubieseis de tratar con alguna de ellas, sea delante de la Superiora con brevedad, modestia y severidad.

85. Huid siempre hasta del deseo de ver y de ser vistas. Amad y procurad el retiro como si tuvieseis clausura.

86. Guardad con todo cuidado los sentidos, por donde entra la muerte, en especial la vista, los oídos y lengua. Vigilad y orad.

87. En la consideración y edificación de las palabras, y en la modestia del rostro y maduréz en andar, y en todos vuestros movimientos, no deis señal alguna de impaciencia ó soberbia, sino observad con suma diligencia las reglas de modestia, poniéndoos delante la modestia de Jesús y su Teresa.

88. *Estimao en vuestro juicio á todas como superiores, y exteriormente te-*

*neos el respeto y reverencia que sufre el estado de cada una con llaneza y simplicidad religiosas, de modo que considerándoos las unas á las otras, crezcáis en devoción y os provoquéis á alabar á Dios, á quien debéis reconocer cada una en la otra, como en su imágen.*

89. No se permite que una Hermana abrace á la otra sino en señal de caridad, cuando va ó vuelve de camino; ni le toque en el rostro, ni en las manos, aunque sea burlando ó jugando. —No tengais amistades particulares, que es «la peste de las Comunidades», como dice vuestra Santa Madre; sino, amaos todas en general, como lo manda Cristo Jesús á sus Apóstoles muchas veces; pues sois tan pocas en cada Residencia ó Colegio, fácil será de hacer é imitar en este punto á vuestro esposo Jesús, el cual dió la vida por todos: y éste amaros unas á otras en general, sin que haya amistades particulares, importa muchísimo, para que reine en la Compañía el espíritu de



Santa Teresa de Jesús, Madre espiritual tiernísima.

90. *Os amareis, pues, como Hermanas y os respetareis como princesas, no permitiéndoos palabras ó ademanes, ni cosa alguna que desdiga de una perfecta y cristiana educación.* Dáos el tratamiento de Hermanas; á las Maestras de Hermanas, ó Doñas.

91. Nunca salgais de casa sin licencia de la Superiora, y sin grave causa, ó sin que la necesidad os obligue á ello; y en este caso tomad una ó dos Hermanas designadas por la Superiora que os acompañen. Antes de salir dad cuenta á la Superiora de á dónde vais, y á qué, y después al regresar, el mismo día, de lo que habreis negociado.—Antes de salir de casa y al regresar recibid la bendición de vuestra Superiora, para que el Angel y la bendición del Señor os acompañen y os guarden de todo mal.—Antes y después del toque de Ave María nadie se halle fuera de casa sin grave motivo y permiso especial de la Superiora.

92. *Tened suma cuenta con la limpieza y aseo en vosotras mismas, y en todas vuestras cosas; y que haya en todo lo de la Compañía de Santa Teresa de Jesús orden y buen método,* de modo que en seguida se distinga por dónde pasa una hija de Eva descuidada y por dónde una Hija de María y Teresa de Jesús. Todo lo que á la Compañía de Santa Teresa de Jesús pertenezca, debe llevar, como su más precioso distintivo, el sello del orden, aseo y buen gusto cristianos. Esto sirve sobremanera, así para la salud del cuerpo y del alma, como para la edificación propia y del prójimo.

93. La santa Madre, á pesar de tener á gran honra el ser pobre y andar remendada, amaba en extremo el buen orden, aseo y limpieza en sí misma, en sus vestidos y en todas las cosas.—No os olvideis, pues, que tres son las señales infalibles para distinguir si una casa religiosa anda conforme á buen espíritu: 1.<sup>a</sup> Si hay recogimiento; 2.<sup>a</sup>



Si se observa exactamente la ley del silencio; 3.<sup>a</sup> Si reina el aseo, buen orden y limpieza en todas las cosas.—¿Se hace esto en la Compañía de Santa Teresa de Jesús?

CAP. XVIII.

Del modo de vivir en la Compañía de Santa Teresa de Jesús, ó sea de la comida, recreación mortificación y vestido.

*Jesús habitó en medio de nosotros, lleno de gracia y de verdad.— Tened siempre en vosotros sal de sabiduría y prudencia, y guardad así la paz entre vosotros.*

(JESÚS DE TERESA).  
(JOAN, C. I.— MARC., C. IX).

*Portaos de manera con todas las personas que os trataren que amen vuestra conversación y deseen vuestro modo de vivir, y no se atemoricen ni amedrenten de la virtud.*

(TERESA DE JESÚS).  
(CAM. DE PERF., C. XLI).

94. Amadas Hijas en el Señor: El modo de vivir en la Compañía de Santa Teresa de Jesús es común en lo exterior, para procurar mejor la mayor gloria de Dios y aumento de los intereses de Jesús y su Teresa. Las Hermanas de la Compañía de Santa Teresa de Jesús no debéis parecer á los ojos del mundo otra cosa que doncellas honestas y cristianas; perfectas imitadoras de vuestra santa y nobilí-



sima Madre Teresa de Jesús. En el comer, pues, vestir y conversar con el prójimo no os olvidéis de este documento.

95. La comida será abundante y sustanciosa, y no se haga más con la Superiora que con las demás; sino atentas á las necesidades, las Hermanas Providencia y Enfermera provean á todas las Hermanas con caridad, así en el mantenimiento como en lo demás. En ser esto general, haya mucho miramiento, porque conviene por muchas causas. Ninguna Hermana hable ensi se da poco ó mucho de comer, bien ó mal guisado. Mas tengan la Superiora y Hermana Providencia cuidado que sea conforme á lo que el Señor hubiese dado y bien aderezada, de manera que puedan pasar con aquello que se les da, y tengan fuerzas para ejercer bien su fatigoso apostolado de enseñanza. Fuera de la hora de comida las Hermanas no comais ni bebais sin licencia de la Superiora.

96. Después de comer, tened de media á una hora de recreación, empezando la Superiora y siguiendo las demás Hermanas con la recitación de memoria de alguna de las máximas ó sentencias breves de vuestra seráfica Madre y Doctora Santa Teresa de Jesús. —Procurad en la recreación no ser enojosas unas á otras, y que reine en ella la alegría santa y edificante conversación. Cuidad de gastar santamente este tiempo, que tanto ayuda á reanimar el espíritu; y, dejadas las conversaciones de cosas inútiles, curiosas y vanas, acostumbraos á hablar de lo que á Hijas escogidas de la hidalga Teresa de Jesús conviene; de donde nacerá que cuando hubieseis de tratar con los de fuera de casa, sabreis hablar de cosas que huelan á piedad y edifiquen á los que se hallaren presentes. —Al empezar la recreación diga la Superiora: «Alabado sea nuestro Rey y Señor Jesucristo.» Y respondan todas: «Sea por siempre y en todas las cosas bendito y alabado.»



Al cerrar la recreación: «Viva y reine Jesús y su Teresa para siempre en nuestra Compañía y en todos los corazones.—Amén.»

Y en silencio irá cada una á su aposento ú oficio.

Acabada la recreación, en verano, dormid ó descansad por lo menos una hora, retiradas en vuestros aposentos.

97. Cuando vieren las Superiores en alguna Hermana apego ó afición desordenada á alguna cosa, ora sea libros, estampas, ropa, aposento, etc., quítenselo luego; y esto se guarde con mucho rigor, porque es semillero de todos los males; y mejor será que la misma Hermana en cuanto se sienta apasionada por alguna cosa, se prive de su uso y lo presente á la Superiora para que disponga de ella. Las Hijas de Santa Teresa de Jesús aspirais á ser almas viriles, esforzadas, desasidas de vosotras mismas y de todas las cosas, dispuestas á todo sacrificio. Os criais

para esposas las más animosas del Crucificado; para capitanas, modelo de la grey femenil de Cristo, y por ello debéis tener el corazón libre completamente de estas miserias, niñerías y menudencias de mujeres y melindres de espíritu. Desapega tu corazón de las criaturas y busca y hallarás á Dios, os avisa vuestra santa Madre.

98. De tratar con deudos, desviaos lo más que pudiereis, porque dejado que se pegan mucho sus cosas, será difícil dejar de tratar con ellos cosas del siglo, que perturban la paz del alma. Tened, pues, gran cuenta en no hablar cosas del siglo con los de fuera de casa, aunque sean deudos muy cercanos. Si no son personas que han de holgar de tratar de Dios, vedlos pocas veces, y éstas concluid pronto. Los parientes son comunmente los enemigos más terribles para las almas consagradas á Dios.

Debeis por consiguiente perder toda afición desordenada á padres y parien-



tes, trocándola en afición espiritual, como quien está ya muerta al mundo y á su propia voluntad, y vive solo para Cristo Jesús y su Teresa, que son los mejores padres, hermanos, amigos y todas las cosas. Meditad las palabras de Cristo cuando dice: «El que no aborrece al padre, á la madre, y aun á su propia vida, por amor mío, no puede ser mi discípulo.»

99. Haya una hora fija para visitas, fuera de la cual no recibais á nadie sin grave causa.—En las visitas ha de estar presente la Superiora ú otra Hermana designada por la misma con otra compañera; de suerte que nunca salga ni esté una Hermana sola en estos casos.

100. Con la salud del cuerpo tened prudente cuidado, para poder gastarla en el apostolado de la enseñanza, á la mayor gloria de Dios; y así cuando fuere probado que alguna cosa os dañare, avisad á la Superiora, observando dos cosas: una, que antes de avisar os re-

cojais á hacer oración, y después, sintiendo que debéis avisar á la Superiora, lo hagais. Otra, que habiéndolo representado sencilla y sinceramente, descanséis tranquilas en lo que la Superiora ordenare, persuadiéndoos de que aquello será de mayor servicio del Señor, sin replicar ni hacer instancias por vosotras ni por otra persona.

102. Sean las Superiores muy amigas de apretar en las virtudes, más que en las penitencias exteriores; sobre todo aprieten en la abnegación y vencimiento de sí mismas porque *tanto aprovecharéis en la virtud, cuanto os hagais violencia*. Venceos á vosotras mismas, Hijas de la gran Teresa de Jesús, venceos siempre á vosotras mismas, porque en este vencimiento está toda la perfección religiosa, la verdadera y sólida virtud. La que no se haga fuerza á sí misma, no será santa jamás. «Con todos seas mansa y contigo rigurosa», dice vuestra Santa Madre.—Las austeridades y penitencias



exteriores no deben jamás prescribirse por regla, ni han de ser inmoderadas, ni indiscretas, porque dañan, é impiden mayores bienes, esto es, el conveniente ejercicio del apostolado de la enseñanza, que es el fin principal de la Compañía.

103. Ninguna practicará estas penitencias sin permiso de la Directora.— Rogad algunas veces á las Superiores os impongan penitencia por las faltas de observancia de las Constituciones.

No tendreis otros ayunos de obligación más que los de la Iglesia, excepto las vigiliias de San Francisco de Sales, del dos de Abril, y de las fiestas del Corazón de Jesús y de vuestra seráfica Madre Santa Teresa de Jesús.

104. En la víspera de las fiestas más principales de la Compañía, imitando la santa costumbre de Nuestra Santa Madre la Iglesia en los primeros siglos, y para dar y pedir gracias extraordinarias al cielo, tendreis vigilia ó media vigilia. En las vigiliias os le-

vantareis á las once de la noche, y tendreis oración y cánticos espirituales hasta las doce; en las medias vigiliias os levantareis media hora antes de la aurora en verano.



Del vestido.

§ II.

Mostróle el diablo á Jesús todos los reinos del mundo y la gloria de ellos, y le dijo: Todas estas cosas te daré, si postrándote delante de mi me adorares. Respondióle entonces Jesús: Apártate de ahí, Satanás; porque escrito está: Adorarás al Señor Dios tuyo, y á él solo servirás. (JESÚS DE TERESA). (MATT. IV, 8, 9, 10).

Con vosotras, mujeres, vino al mundo la vanidad.

(SAN FRANCISCO DE SALES.)

Cosa particular de comida ó vestido no la pida, sino con grande necesidad.

(TERESA DE JESÚS). (AVISO 49).

105. Atendiendo al espíritu de vanidad, é inconstancia y movilidad que domina á toda hija de Eva, lo que mandamos y fijamos en este capítulo es de lo más esencial. Las Hermanas de la Compañía de Santa Teresa de Jesús, milicia femenil, como la llamó el sa-

bio y celoso Arzobispo de Valladolid, Fr. Fernando Blanco, no debeis distinguirs en el porte exterior en lo posible de las otras doncellas honestas que viven en el mundo, por otra cosa, que por vuestra modestia, sencillez y gracia cristianas, que son los mejores atavíos y ornato más precioso de una doncella católica, para mejor procurar de esta manera la mayor gloria de Dios y aumento de los intereses de Jesús y su Teresa en cualquier parte.

106. Queremos que las Hermanas de la Compañía de Santa de Jesús seais verdaderas Religiosas, tengais el mismo mérito que ellas, y más, si es posible, con el favor de Dios; pero sin parecerlo, cuando esto hubiere de ser obstáculo para realizar el santo fin de la Compañía, que es extender el reinado del conocimiento y amor de Jesús por medio del apostolado de la enseñanza, por todo el mundo. *Sint, ut sunt, aut non sint.* No tendría en este caso razón de ser la Compañía de



Santa Teresa de Jesús; y no teniendo razón de ser es evidente que no existiría; porque así como Dios no falta en lo necesario, tampoco abunda en lo superfluo.

107. Acordaos de que el vestido es el manto que cubre nuestra desnudéz, ignominia y miserias, que nos trajo el pecado original, y que las mujeres lo hacéis servir casi siempre como muestra de vanidad. Por consiguiente, solo lo necesario, nada de superfluo: sea sencillo, sin afectación; modesto, sin ridiculéz.

108. Para despojaros de la ignominia del hábito seglar vestid siempre en los Colegios y Residencias el santo hábito de Nuestra Señora del Carmen bendecido, de lana resistente ó de merino, según el modelo adoptado en la Compañía; esto es de manteleta y toquilla blanca para las Educandas; manteleta y toquilla negra para las Ayudantes que han hecho los votos, y doble manteleta y toquilla negra para las Directoras y Profesoras.

Si alguna vez al salir de casa ó en viajes la necesidad lo exigiere, vestiréis el santo hábito bendecido de color negro.

109. Velad vuestra cabeza toda en el templo; y el peinado sea sencillo sin añadidos ó postizos. Nada, en una palabra, que huela á mundo ó vanidad.

110. Vestid además del escapulario de Nuestra Señora del Carmen, el escapulario azul de la Purísima Concepción; y llevad el Corazón de Santa Teresa de Jesús y la medalla de San José.

111. Por casa podréis usar zapatos de suela de alpargata, ó *silencios*, para no quebrantar la regla del silencio con el ruido.

112. Tenga cada una cama de por sí; y si es posible, retrete ó pequeña habitación para retirarse á orar; y ninguna entre en estos lugares sin permiso de la Superiora.



CAP. XIX.

Del empleo del tiempo.

§ I.

Mi Padre obra hasta  
ahora, y yo obro.

(JESÚS DE TERESA).  
(S. JUAN, C. V.)

Trabajar hasta enfer-  
mar y después descan-  
sar.

(DICHO DE SANTA TERESA  
DE JESÚS.)

113. Amadas Hijas en Jesús y su Teresa: El tiempo es para trabajar, y la eternidad para holgar y descansar. El tiempo es oro; más que oro, pues vale tanto como Dios, ya que en cada instante de tiempo podemos ganar ó perder á Dios. Evítese, pues, por las Hermanas de la Compañía el ocio, que es origen de infinitos males, y *andad siempre ocupadas en cosas espirituales ó en trabajos manuales*. Mujer ociosa, mujer viciosa. Por esto, á imitación de

vuestro protector San Ligorio, si no con el voto que él hizo, á lo menos con firme propósito, resolved no desperdiciar nada de tiempo. Lo que habíais de hacer en ochenta años hacedlo en veinte, yéndoos cuanto antes á descansar en el cielo, y dejando el lugar á otras Hermanas, que continuarán vuestra obra con igual, ó tal vez mayor ardor y celo que vosotras; y así os multiplicareis y multiplicareis la gloria de Dios y los intereses de Jesús y su Teresa. «*Cuanto más trabajo más ganancia*, dice vuestra negociadora y baratona Madre, Santa Teresa de Jesús.

114. En verano os levantaréis á las cuatro ó cuatro y media, y en invierno y primavera á las cuatro y media ó cinco.—Tendreis media hora para vestiros, peinaros, barrer el aposento y levantar ó arreglar la cama.—Nadie saldrá del aposento sin estar decentemente vestida.—Los días festivos podreis levantaros media hora más tarde.

115. Pasada esta media hora, haréis



todas en el oratorio el ofrecimiento de las obras del día y la oración mental, todo lo cual durará una hora. Luego oireis la Santa Misa, ó tendreis estudio hasta la hora en que se celebre.

Después de la Santa Misa, estudio hasta las siete y media en verano, y hasta las ocho, lo restante del año; luego desayuno, y de un cuarto á media hora, tiempo libre. Enseguida clases, cuya duración no pasará de tres horas ni bajará de dos y media. Al salir de clase, descanso y estudio hasta las doce. A las doce reunidas todas en el oratorio tendreis lectura espiritual hasta las doce y cuarto; luego cinco minutos de exámen particular en silencio, comida, recreación y descanso hasta las dos y media, ó las tres, en verano; y hasta las dos y media, ó las dos en las primaveras é invierno respectivamente. En esta hora empezarán otra vez las clases hasta las cinco, ó cinco y media, ó seis, según sea la época del año; concluidas las clases

tendréis una hora para merienda y recreación; ésta en verano podrá ser después del estudio. Luego visita á Jesús, María, José y Teresa de Jesús, pidiéndoles la bendición para el estudio. Después de la visita tendréis el cuarto de hora de oración en particular, retiradas en los aposentos, dando antes de memoria los puntos una Hermana. Concluida la oración os dedicareis, la primera media hora al estudio de las Constituciones, aprendiéndolas de memoria, y después al estudio de las otras asignaturas, hasta las ocho y cuarto ú ocho y media; quince minutos de lectura en comunidad, cena, recreación hasta las nueve y cuarto ó nueve y media, exámen particular y general en el oratorio, acción de gracias, preces, lectura de los puntos de meditación del día siguiente, *De profundis* y bendición. A las diez debéis estar ya acostadas, deben apagarse las luces y una Hermana por turno recitará una máxima de la Santa; y luego... descan-



sad en paz, bajo el manto maternal de María y Teresa de Jesús y la protección de vuestro Angel de Guarda, en el Corazón de Jesús, á la mayor gloria de Dios.

Cada Colegio y Residencia tendrán su reglamento, ó distribución de tiempo especial con la aprobación de la Superiora General, conformándose en cuanto puedan á éste.

116. Antes de acostaros leereis, aunque no sea más que por algunos minutos, las obras de vuestra seráfica Madre y Maestra Santa Teresa de Jesús, alimentando con este pábulo de celestial doctrina, vuestra alma harto fatigada por los afanes del día; y al estar en la cama pensareis unos momentos en la agonía y oración de Jesús en el huerto, repitiendo (lo mismo que entre día cuando dan horas, y algunas otras veces, y ganareis cada vez 100 días de indulgencia, concedidas por Pío IX): «Corazón de Jesús, puesto en agonía apiadáos de los que mueren en este

día.» «Corazón de Jesús agonizante, apiadáos de los que mueren en este instante».

117. Durante las horas de labor podreis rezar el Trisagio ó la Coronilla de alabanzas y desagravios al Corazón de Jesús, y tener un rato de lectura amena é instructiva en «La Mujer católica» por Ráulica, Fabiola, Historia, etc.

118. Cada día rezareis una parte del santísimo Rosario en Comunidad, después del descanso de medio día. Este rezo será vuestro oficio divino, al cual estareis obligadas como los clérigos y monjas lo están al rezo del Breviario, ú oficio parvo. Las Hermanas que puedan, especialmente las Ayudantes, rezarán las tres partes ó Rosario entero. —El santísimo Rosario, instituido por el celeberrimo español Santo Domingo de Guzmán, y alabado y liberalísimamente indulgenciado por muchísimos Papas, especialmente por León XIII en las presentes calamidades, es y será



siempre el *único Rreviario* de las Hijas de Santa Teresa, *Dominica in passione*, como se decía á sí misma; ya por la excelencia divina de esta oración, ya por la facilidad en poderse rezar, muy conforme al modo de vivir de la Compañía de Santa Teresa de Jesús.

CAP. XX.

De la confesión, comunión, lectura espiritual y ejercicios.

§ II.

Yo soy el camino, la verdad y la vida.—Yo les he dado parte de la gloria que tú me diste, alimentándolos con mi misma sustancia: para que en cierta manera sean una misma cosa, como lo somos nosotros.

(JESÚS DE TERESA.)  
(S. JUAN, XIV, 6 Y XVII,  
22).

Dióme la vida el haber quedado ya amiga de buenos libros.—El demonio es tan soberbio que pretende entrar por las puertas por donde entra Dios, que son las confesiones, comuniones y oraciones, y poner ponzoña en lo que es medicina.

(TERESA DE JESÚS.)  
(VIDA C. 3, AVISO VII.)

119. Amadas Hijas en el Señor: Os confesaréis una sola vez á la semana, no urgiendo necesidad grave, y podrá ser el martes ó viernes. Tened presente que *las mejores confesiones no son las más largas, sino las más dolorosas*. Por