

la materia de su conversación cuando hubieren tenido licencia de hablar en particular, por ser fácil faltar en tales ocasiones.

Además del examen general, podrán llevar el particular, el cual se hace de aquella virtud que más conviene y se opone más directamente á las imperfecciones á que se tiene mayor inclinación.

Y no solamente podrán las Hermanas practicar este examen consigo mismas, mas también podrán todas, cerca de las fiestas solem-

nes y cuando la Superiora lo tenga por conveniente, proponerse entre sí algún empeño ó empresa, para excitarse á la práctica de algunas virtudes.

De la Refección.

ARTÍCULO VII

No irán las Hermanas al refectorio sólo para comer, sino también por obedecer á Dios y á la Regla, para oír la lectura espiritual, decir las culpas, recibir las advertencias, y ejercitarse en las penitencias que ordi-

nariamente se practican allí. Han de entrar con gravedad y modestia, con el hábito bajo y los ojos en tierra; harán inclinación al Crucifijo y se colocarán por orden, de coro en coro.

Tres de las Hermanas podrán arrodillarse delante de la mesa de la Superiora, para decir cada una una culpa, breve y claramente, y en voz medianamente alta para ser fácilmente oídas.

La Superiora dirá el *Benedicite*, etc., delante de su puesto, y todas las Hermanas tendrán las manos jun-

tas y se inclinarán durante la bendición, antes de sentarse.

La lectora, de pie y con las manos juntas, inclinándose con la que ha de servir á la mesa, dirá: *Jube, domna benedicere*. La Superiora responderá: *Mensae*, etc. La lectora subirá al púlpito y allí, de pie y juntas las manos, dirá: *In nomine Domini Jesu Christi*. Y las Hermanas contestarán: *Amen*.

Comenzará su lectura. La Superiora dará la señal, diciendo: «En nombre de Dios.» Y todas desdoblarán

las servilletas. No dejarán vacío puesto alguno sino á los dos extremos para las que falten, las cuales antes de ocuparlos, besarán la tierra en medio del refectorio si llegan tarde por negligencia suya.

Si hubiere alguna demasiado delicada ó ávida en la comida, hará al entrar una firme resolución, invocando la gracia de nuestro Señor para vencerse animosamente. La melindrosa recuerde la hiel que á nuestro Señor le ofrecieron en lo más vivo de sus amargos dolores, y

la que es ávida en comer, piense en la abstinencia y riguroso ayuno de los Padres del desierto y de tantos Santos que, con gran fortaleza, dominaron la sensualidad.

No salgan nunca de la mesa sin haberse mortificado en alguna cosa; pero tomen sin escrúpulo ni ceremonias lo que les sea dado para alivio de la necesidad, recibiendo indiferentemente de mano de nuestro Señor, tanto en alimentos como en toda otra cosa, así lo que les agrada, como

lo que les desagrada; práctica que también observarán en la enfermería, donde se mostrarán dulces, pacientes y obedientes á la Enfermera, y recibirán con gratitud cuanto les sea dado, reconociéndose indignas de tratamiento tan suave y caritativo.

Cuando se hacen las penitencias acostumbradas (no las harán más que cuatro ó cinco á la vez), las Hermanas á las cuales besaren los pies, extenderán uno de ellos, inclinándose un poco al mismo tiempo.

mas cuando sea la Superiora, se pondrán en pie é inclinarán profundamente. Acabada la penitencia, las que los hubieren besado volverán al medio del rectorio para besar la tierra, y después irán á ocupar su lugar. Las que comen en el suelo, habiendo acabado de comer, permanecerán allí mismo arrodilladas ó sentadas hasta que se dé la señal; entonces besarán la tierra y se retirarán á su puesto.

Los días de fiesta y los de Capítulo, y en ausencia de

la Superiora, de la Asistente ó de la nombrada en su lugar, ni se dirán culpas ni se harán advertencias.

La que sirve á la mesa, levantará el hábito y también las mangas grandes hasta el codo; ceñiráse un delantal, y recibirá por la ventana del repostero la tabla que contiene las porciones. Llegando al medio del refectorio, hará inclinación, y lo mismo á la Superiora, presentándole su porción, y siempre que pasare por delante de ella. Después servirá á la Asistente

y seguirá por el coro de la Superiora, siguiendo al de la Asistente. Cada Hermana tomará su porción sin elección, y ninguna enviará cosa alguna á otra, excepto la Superiora cuando lo tenga por conveniente.

La servidora cuidará mucho de que nada falte á las Hermanas. Al acabarse la primera mesa, pondrá la sopa para la segunda. Todas estarán en el refectorio con gran tranquilidad y aseo.

Dos veces al año se leerá durante la mitad de la pri-

mera mesa el libro de *Costumbres* y el *Directorio*, excepto el de la *Directora* y el artículo de las mortificaciones; y una de dichas veces será antes del tiempo de la visita. Una vez cada año se leerá el *Prólogo* de la Regla, las *Conferencias* y los *Sermones*, según las fiestas á que corresponden.

Después de la comida, la Superiora hará la señal para terminar. La lectora dirá: *Tu autem, Domine, miserere nobis*. Y todas contestarán: *Deo gratias*.

Entonces la lectora, con la que hubiere servido, que tendrá ya el hábito y las mangas bajas, besarán la tierra en medio del refectorio, harán inclinación á la Superiora y se sentarán á la mesa.

La Superiora, delante de su asiento, comenzará la acción de Gracias del *Breviario*, según los tiempos; y las Hermanas, colocadas por orden, lo mismo que al *Benedicite*, responderán á las Gracias, y después se harán las advertencias.

Si las Hermanas Domés-

ticas y la Despensera dicen sus culpas, se arrodillarán delante de la Superiora, retirándose en cuanto las dijeren, antes que se den los avisos; después de los cuales, la Semanera empezará el *De profundis*, que las Hermanas proseguirán alternativamente; y aproximándose de dos en dos, una de cada coro, harán inclinación á la Superiora y saldrán mientras lo dicen; terminado el *De profundis*, irán en silencio á la recreación.

La lectora de segunda

mesa, comenzará y terminará su lectura como queda dicho para la primera, sin repetir lo que se hubiere leído.

Para la colación, sólo se rezoará el *Avemaría* con la señal de la Cruz, por *Benedicite* y Gracias. Se darán como tres onzas de pan, con un poco de fruta cocida ó cruda, y se hará la lectura durante todo aquel tiempo.

Los domingos se arrodillarán todas para recibir la bendición de la Superiora, después de la que se da á la lectora.

De la Recreación.

ARTICULO VIII

Al dirigirse las Hermanas á la recreación, pedirán á nuestro Señor la gracia de no decir ni hacer nada que no sea para su gloria. Habiendo entrado, será la primera palabra: «Dios sea bendito», palabras que usarán siempre por primer saludo, aun en el mismo locutorio. Después ocuparán prontamente el lugar correspondiente, tomando sus labores, que deben siempre

tener en el paraje de la recreación, ó tan cerca de él, que cómodamente puedan llevarlas.

No vayan á la recreación con semblante triste y disgustado, sino agraciado y afable, conversando unas con otras, según se dice en las Constituciones. Y así como deben recrearse por obediencia, con sencillez y franqueza, así también deben aficionarse por devoción, á hablar frecuentemente sobre cosas buenas.

Si alguna estuviere sujeta á hablar de sí propia, reir

á carcajadas, hablar demasiado alto y semejantes faltas de modestia, reflexione un momento sobre ello al entrar en la recreación, á fin de estar sobre sí misma para no caer en tales imperfecciones, invocando á este efecto la gracia del Espíritu Santo y el auxilio de su santo Angel.

No tengan por pequeña virtud la de cumplir con la recreación como deben hacerlo, por lo cual no han de ir á ella por cumplimiento y costumbre, sino con preparación y devoción.

Cada una de las Hermanas, alternando sucesivamente, recordará de cuando en cuando la presencia de Dios durante la recreación, y al fin dirá alguna máxima de edificación.

La última media hora de la de la tarde, se ocupará en la lectura de la Epístola y del Evangelio del día siguiente, cuando fuere fiesta ó cayere alguna propia, según los tiempos; ó en leer algún punto para la Comunión, ó de devoción; ó conversarán y conferenciarán sobre materias piadosas,

según dispusiere la Superiora.

Al acabarse, mirarán qué es lo que necesitan, tanto para sus labores como para sus oficinas, á fin de pedirlo.

Las encargadas de las oficinas, señalarán á las Hermanas una hora que sea cómoda para darles lo que hubieren menester, á la cual se conformarán fielmente.

Las que tuvieren que hacer traer muchas cosas de la población, escribirán todo en un billete, que en-

tregarán á la Provisora.

La Asistente, por su parte, avisará de lo que se deba hacer en el Oficio del coro, cuando ocurra algo extraordinario.

Del Silencio.

ARTÍCULO IX

Al toque de la obediencia, se levantarán prontamente las Hermanas, y se mantendrán de pie con semblante humilde y devoto, esperando la obediencia y diciendo en su interior: «Ha-

blad, Señor; vuestra sierva os escucha. ¡Oh Dios mío, hacedme digna de cumplir vuestra santa voluntad! De este modo recibirán cuanto la Superiora les ordenare, sin réplica ni excusa, aun cuando tuvieren otra cosa que hacer; pero si fuere cosa urgente y necesaria, lo dirán después á la Superiora, y las Novicias á su Maestra, que lo manifestará á la Superiora.

Tan pronto como se hubiere dado la obediencia, las Hermanas que no tienen nada que pedir se retirarán

á sus celdas ó adonde les sea conveniente para hacer sus labores y lo que se les hubiere encargado. Al entrar, se pondrán más particularmente en la presencia de Dios, pidiéndole la gracia de guardar el silencio según el fin para el cual ha sido tan santamente ordenado, que es, no solamente para evitar conversaciones vanas, sino también para evitar pensamientos vagabundos é inútiles, entreteniéndose con el Esposo; y para tomar nuevas fuerzas á fin de tra-

bajar sin cesar en su divino servicio.

Podrán servirse de la oración de la mañana, mirando á nuestro Señor en el Misterio en que le contemplaron, y deteniéndose en alguno de los puntos en que más gusto hayan hallado. Por ejemplo: si meditaron sobre el Misterio de la Flagelación, y su corazón se sintió conmovido considerando las dulcísimas y amorosas miradas que el benignísimo Salvador fijaba de cuando en cuando sobre los que le azotaban, re-

preséntenselo así muchas veces, haciendo después esta aspiración:

«¡Oh dulce Jesús, miradme con ojos de misericordia!»

Otras veces dirán: «¡Ah, Señor, quitad de mí cuanto pueda desagradar á vuestros ojos!»

También podrán permanecer tranquilamente como la Magdalena á los pies de nuestro Señor, escuchando lo que les dice al corazón, mirando su bondad y su amor, y hablándole de cuando en cuando por aspiracio-

nes salidas del corazón y oraciones jaculatorias, tales ó semejantes á éstas:

» ¡Oh Dios, Vos sois mi Padre; recibidme entre los brazos de vuestra divina Providencia!

» ¡Dios mío, tened piedad de mi miseria!

» ¡Ah, Señor, no viva yo sino para Vos!

» ¡Oh Salvador mío, dadme vuestro amor!

» ¡Vos, Dios mío, sois toda mi esperanza!

» Jesús, sed para mí Jesús!

» Salvador de mi alma, ¡cuándo seré toda vuestra!

» Recibidme, oh buen Jesús, entre los brazos de vuestra providencia.

» ¡Oh Dios mío, haced de mí lo que sea vuestra divina voluntad!

» ¡Señor, no viva yo más, si no vivo para Vos!

» ¡Oh Rey mío, cuándo os contemplaré en vuestra gloria! ¡Señor, sed propicio á mí, pobre pecadora!

» ¡Oh Dios, cuándo os amaré perfectamente!

» ¡Dadme, Señor, un corazón manso y humilde!

» ¡Salvador mío y amor mío!

» ¡Dios mío, Vos sois todo para mí!

» ¡Vos sois, oh Jesús, las delicias de mi corazón!

» Cumpla yo siempre y en todo vuestra voluntad.

» Libradme, por vuestra bondad, de desagradaros.

» ¡Soberano Bien mío, no quiero más que á Vos!»

A la santísima Virgen.

« Amada Señora mía, de todo corazón os saludo y os reverencio.

¡ Madre de misericordia, rogad por mí!

» A Vos, Reina del cielo, encomiendo mi alma.

» ¡ Dulce Madremía, alcanzadme el amor de vuestro Hijo!

» ¡ Vos sois mi esperanza para con Jesús!

» ¡ A vuestros pies me arrojó, dulce refugio de los pecadores!

» ¡ Oh Virgen gloriosa, hacedme experimentar vuestro poder para con la Trinidad santísima! »

Al santo Angel.

« Angel glorioso que me guardáis, rogad por mí.

»Amado Custodio mío,
benedicidme.

»Espíritu bienaventurado,
defendedme del enemigo.

»Protector de mi alma,
hacedme muy fiel á vues-
tras santas inspiraciones.»

De igual modo podrán di-
rigirse á los Santos y San-
tas de su particular devo-
ción, como San José, San
Agustín, San Juan Bautista;
los Príncipes de la Igle-
sia San Pedro y San Pablo,
San Juan Evangelista, Pa-
trón de las vírgenes; San
Bernardo, San Francisco,
Santa Ana, Santa Magdale-

na, las tres santas Catali-
nas y otros gloriosos San-
tos, cuyas *Vidas* se hayan
leído en la mesa.

Al dar el reloj, suspiren
por las horas inutilmente
pasadas; piensen que algún
día habrán de dar cuenta
de aquella hora, y de todos
los momentos de su vida.

Que se acercan á la eter-
nidad.

Que las horas se hacen
siglos á los infelices conde-
nados.

Que corremos á la muerte.

Que nuestra última hora
tal vez llegará muy pronto.

Tales pensamientos han de ser seguidos de alguna devota aspiración, pidiendo á Dios les sea propicio en su postrer momento, como sin duda lo será para con aquellas que hubieren sido muy fieles en esta práctica, la cual observarán en todo tiempo y en cualquier ocasión, y por cuyo medio crecerán y aprovecharán cada día de virtud en virtud, hasta llegar á la perfección del divino amor.

Las que se hallaren combatidas de tentaciones ó pasiones, podrán cobrar áni-

mo y fortaleza en la consideración de los trabajos de nuestro Señor, recordándolos en los suyos. Y si en la práctica de la virtud hallaren dificultades, el ejemplo de las que El practicó durante su vida en este mundo, las servirá de instrucción y aliento.

Al acostarse.

ARTÍCULO X

Las Hermanas serán muy prontas en desnudarse, y en cuanto les sea posible, tendrán fija su atención en

el punto de oración que se les haya leído para la mañana siguiente.

Serán exactísimas en guardar un santo pudor y recato, no descubriéndose en manera alguna, ni mirando su cuerpo desnudo; é igualmente cuidarán de no ser vistas al levantarse y acostarse, cuando no tuviere cada una su aposento.

No salgan de la celda sin estar vestidas, sino por alguna causa urgente, ni sin tener el velo en la cabeza.

Estando acostadas, recuerden que nuestro Señor

y muchos de los Santos, dormían sobre la tierra fría; y piensen cuán obligadas están á amarle y servirle, por la dulce bondad con que tan paternalmente las provee en sus pequeñas comodidades.

Acuéstense en la postura que lo harían si con sus propios ojos vieran á nuestro Señor; pues es verdad que El las mira en esta acción, lo mismo que en toda otra.

Estando acostadas, representense aquel día en que estarán tendidas en una tumba, y rueguen á Dios

las asista en la hora de la muerte.

Procure siempre quedarse dormidas con algún buen pensamiento, porque hay un demonio que espía su sueño para infectarle con malas imaginaciones, y otro que aguarda á que despierten para llenar su espíritu de vanas é inútiles quimeras. Tendrán puesta la Cruz por la noche, un velo negro pequeño en la cabeza, y una toca.

*De la Confesión
y del orden que debe guardarse en ella.*

ARTÍCULO XI

Cuando las Hermanas quieran confesarse, se prepararán de esta manera: humildemente postradas á los pies de nuestro Señor crucificado, dirán devotamente el *Confiteor* hasta *mea culpa*, y pedirán gracia y luz al Espíritu Santo para conocer bien sus faltas; reunirán después las que hubieren hallado en sus