CAPITULO QUINTO.

De los ayunos, abstinencias y de las obras de misericordia.

La doctrina del Apostol, con gran sabiduría guardando, el cual dice: mortificad vuestros miembros, que son sobre la tierra; porque si segun la carne viviereis, morireis; mas si con el espíritu las obras de carne venciereis, vivireis para siempre. Y porque con mas facilidad la quebranteis, y sujeteis á todos los fieles que debajo de esta regla están, humildemente amonestamos: que se abstengan de comer carne desde otro dia despues de santa Lucía

hasta la natividad de Cristo; y tres dias antes de cada año de los dias que habeis de comulgar, es á saber: pascua, nacimiento, pentecostés, y asuncion, y todos los miércoles del año. En los ayunos de esta manera os portareis: que desde otro dia de santa Lucía hasta la natividad del Señor, y en todos los viernes del año, ayunareis todos los sobredichos viernes; en memoria de la pasion de nuestro redentor Jesucristo, cinco veces el Pater noster, y otras tantas el Ave María devotamente direis.

Quien sea escusado de ayunar y con qué licencia.

De todos estos dichos ayunos, piadosamente sean escusados: las que estuvieren de parto, las preñadas, las que crian, los que caminan, los viejos, los flacos, y los que trabajan, habiendo primero pedido licencia á sus confesores, los cuales licitamente podrán conmutar vuestros ayunos en algunas obras de piedad, ó en devociones, ú oraciones, considerando la calidad ó condicion, ó complexion de cada una de las personas.

De las obras de piedad y exhortacion á la vida cuaresmal.

Demas de esto, con los pobres, huérfanos, viudas, y con los que poco pueden, con toda diligencia las obras de misericordia, segun vuestra posibilidad, con caridad cumplireis; y en los ayunos de la iglesia benignamente os conformeis. Demas de esto, si alguno de vosotros por razon de devocion, la vida cuadragesimal para siempre quisiereis guardar con bendicion de Dios la pueda escojer; sobre lo cual á ninguno se haga fuerza, an-

tes su voluntad en esto se quede entera y en libertad puesta.

CAPITULO SESTO.

De las vestiduras y profesion de los hermanos y hermanas de esta congregacion, y del cordon.

Las vestiduras de cada uno de los hermanos ó hermanas de esta congregacion, serán segun su estado y condicion de cada uno de ellos. Y sean en todo, ó en parte, semejante al color de los hábitos que traen

los frailes Mínimos, ó de otro color decente y honesto. Demas de esto, todos los hermanos y hermanas de esta congregacion, con devocion recibireis de mano de los correctores de la Orden de los Mínimos, ó los que tuvieren sus veces, un cordon con dos nudos no mas nudado: y en sus manos, en tiempo oportuno, profesion hareis, si debajo de esta saludable regla con perseverancia teneis determinado vivir.