



INTRODUCCION, que todos deben leer.

NO ES MI INTENTO EN esta introduccion dar cumplida noticia de la excelencia, y virtud divina, que contienen los Exercicios de mi Santo Padre Ignacio, y quanto son, y han sido siempre benemeritos de todas las Religiones, y de todo el Mundo Catholico; porque para esto seria necesario un gran volumen. Por esso dexo de decir el gran aprecio, en que los han tenido, y el provecho grandissimo, que han sacado para sus almas tantos Cardenales, Arzobispos, y Obispos, especialmente aquel gran Prelado San Francisco de Sales, y el Exemplarissimo Cardenal, y Arzobispo San Carlos Borromeo, tantos Ingenuos Letrados, y Theologos de singular virtud; y tambien tantos Iluminadissimos Maestros de espiritu, como el Abad Ludovico Bloisio, el Venerable Luis de Granada, y el esclarecido Maestro Juan de Abila. Tambien passo en silencio los Obispos, y Embajadores de Principes, y

de las Coronas, que asistieron en la Dieta de Espira, todos con el uso de los Exercicios tan sensiblemente mezclados en las costumbres, que no parecían los que antes eran; y esto en tanto grado, que se hablaba publicamente de estos Santos Exercicios, como de un Santo encantamiento, que transformaba en Angeles de inocencia los hombres mundanos. (a) Y el fruto universalissimo, y singulares mutaciones de una vida relajada en exemplarissima, y de una virtud en santa, y perfecta, en todo genero de personas, Seglares, y Ecclesiasticas, Claustrales, y Monges, hombres, y mugeres sin numero, que se han experimentado con estos Santos Exercicios. Y el odio, y aborrecimiento de los demonios, con que han procurado sepultarlos, quitarlos del mundo, y destruirlos, como tan contrarios á sus mal-ditos intereses. Lo que confirma aquel caso memorable sucedido en Catania, en donde aviendo se retirado para los Exercicios en sus propias casas muchas nobles Señoras, á emulacion de muchos Caballeros, que los hacian en el Colegio, tuvo de esto tanto asio, rabia, y furor el demonio, que á una de ellas, no menos en virtud, que en nobleza ilustre, agarrandola de la garganta, la amenazó con la muerte, si no desistia de ellos. (b) Lo que es clarissimo argu-

(a) Vid. Nolar. in vit. S. Ign. c. 6. (b) Vid. ibid.

mento de la grande eficacia, y virtud celestial, que contienen estos Santos Exercicios para la conversion, y utilidad espiritual de las almas. Tampoco quiero decir nada en encomio de ellos, del riguroso examen, que sobre ellos hicieron tres Personages en dignidad, y letras insignes, por orden del Santo Pontifice Paulo Tercero, los quales, aviendolos hallado llenos del espiritu de Dios, y de Santos documentos, se lo avisaron al Santo Pontifice, el qual los confirmó, y aprobó con Bula especial, declarandolos llenos de Santidad, y muy provechosos para el bien, y utilidad espiritual de los fieles: (c) exhortando tambien en ella á todos, y á cada uno de ellos del uno, y el otro sexo, á que usen, y se sirvan de estos Santos, y tan piadosos Exercicios. Asimismo omito el alto concepto, y estimacion de estos Santos Exercicios, que avia formado el Santo Pontifice Alexandro Septimo, y la superior fuerza para introducir en las almas la virtud, y adelantarla hasta la perfeccion, que avia reconocido en ellos con la experiencia en sí, por averlos practicado, y que por esto, para inducir, y estimular los fieles á el uso, y practica de ellos, con Bula especial concedió para siempre Indulgencia, y remission plenaria de todos los pecados, á los que los hicieren, y comulgaren en ellos en Casa de la

Com-

(c) In Bul. Passer. Officij sub 31. Jul. 1548.

4
Compañía. (d) Y solamente me ciño á persuadir la excelencia de estos Santos Exercicios, y su virtud divina para el provecho, y bien de las almas, con mostrar, que ellos son todos obra del Espíritu Santo, y de la Santísima Virgen. Así lo declararon con solidísimas razones al Papa los Auditores de la Sagrada Rota: *Cogimur fateri dictam cognitionem, & lumen supernaturaliter infusa, &c.* Así los Padres Laynes, y Polanco, íntimos del Santo Padre Ignacio, francamente lo atestaron con la voz, y por escrito. Y que la Santísima Virgen ayá revelado, y enseñado á nuestro Santo Padre todo este methodo, y orden de meditaciones, y reglas, que contienen estos Santos Exercicios, es constante tradición, y tambien lo afirma el mismo Padre Laynes. (e) Y la misma Reyna del Cielo se ha dignado llamarse Ella misma Fundadora, Patrona, y Maestra de estos Santos Exercicios. Y de esta verdad tengo dos insignes Testimonios. El primero está registrado en la vida del Venerable D. Geronymo de Palermo, Canonigo de aquella Santa Cathedral, illustre en santidad, y milagros, en vida, y después de muerto, como los Autos, y Procesos autenticos, que fueron á Roma para su Beatificación, lo declaran. En la vida, pues, de este gran Siervo de

(d) *Incipit cum sicut nobis, sub 12. Octob. 1657.* (e) *Vide Nolar. ibidem.*

5
del Dios, impresa en Palermo el año de 1667. se refiere, que asistiendo á Don Pedro Plagia, Canonigo tambien de la misma Santa Cathedral, de gran virtud, y perfeccion, que estaba en las ultimas agonias, de repente el moribundo volvió la cara al dicho Venerable D. Geronymo, y le dixo: Aora se dignó visitarme la Santísima Virgen, y te dá á ti las gracias por el cuidado, y sollicitud, con que todos los años dá á muchos los Exercicios espirituales de San Ignacio, y te exhorta á proseguir esta obra provechosissima para la salud de las almas, y tambien te hace saber, que Ella fué la Inventora, y Authora de este methodo de meditaciones, y que Ella misma se lo reveló á San Ignacio, Fundador de la Compañía de Jesus, y quien usare, ó se sirvire de este methodo de meditaciones, hará un obsequio, y honor agradabilissimo á la misma Madre de Dios: y aviendo atestado esto, espiró. (f) El otro Testimonio es de la V. Marina de Escobar, que aviendo retirado para los Exercicios espirituales de nuestro Santo Padre, al comenzarlos, se le apareció el Archangel San Gabriel, el qual la dixo: Que venia á decirle de parte de la Soberana Señora, que en los Exercicios, que avia pensado hacer, recibiria muy particular servicio, si los hiciese como lo avia pensado, porque la

(f) *Natal. de Escob. cond. p. 2. c. 39.*

hacia saber como Ella (esta Immaculada Reyna) era, y avia sido como Patrona, y Fundadora de aquellos Santos Exercicios de la Compania, y avia sido ayudadora, y como Maestra del Padre San Ignacio, para que assi se hiciesen, y avia tenido en Ella principio esta obra; y tambien porque Ella se ocupaba muy continuamente en el tiempo, y años de su vida, en estos Santos Exercicios. Hasta aqui el Archangel San Gabriel. (g) Qué mas se puede decir en alabanza, y encomio de estos Santos Exercicios? O con que argumento mas claro se puede mostrar la virtud divina, y eficacia casi infalible de los efectos prodigiosos, que causan en las almas de aquellos, que los practican como se debe, que saber, que son obra toda de Dios, y de la Santissima Virgen? Y qué incentivo, ó estímulo mas poderoso pueden tener los fieles para practicarlos, que saber, que es de mucho agrado de Dios, de especial obsequio, y honor de la Santissima Virgen, y de singular provecho, y utilidad para sus almas. Ha! Si, si fieles mios, por el amor, que debeis á nuestro Dios, á MARIA. Santissima, y á vuestras mismas almas, no dexeis de hacer estos Santos Exercicios; y yo os aseguro, que no solo no os pesará, mas que dareis muchas gracias, y bendiciones á Dios, por la gracia tan singular, de averos hecho apli-

(g) *In ejus vita lib. 1. c. 5. §. 2.*

7
aplicar en ellos. Mas porque no ay en todas las Ciudades, y Villas Casa de Exercicios, ó Colegio de la Compania en donde puedan retirarse á este fin, y las mugeres serian del todo privadas de este medio tan eficaz para la virtud, y perfeccion, me ha parecido, á mayor gloria de mi Dios, y para cooperar al bien espiritual de mis proximos, en lo que puedo, estender en este Librito diez, y siete meditaciones de las quatro semanas de los Exercicios de mi Santo Padre Ignacio, asignando dos para cada dia para los que desean exercitarse en ellos por ocho dias; y la otra meditación se pone aparte para la buena eleccion del estado de vida para los que nó lo tienen. He puesto tambien una breve Instrucción, y Practica para hacer la Oración mental, con las anotaciones, que pertenecen á los que hacen los Exercicios, y con las adiciones tambien para cada una de las quatro semanas, y el modo breve del Examen de la conciencia, y del examen particular: y al fin se expresa el fruto, que se ha de sacar de los Exercicios, y se ha de practicar despues de ellos. Ceda todo á la mayor gloria de Dios, y en obsequio, honor, y agrado de nuestro amabilissimo Redemptor, y de su Santissima Madre, y en su honor, y provecho espiritual de todas las almas. Amen. *Deus in adiutorium meum intende. Domine Deus Rex caelorum. Deus pater omnipotens.*

INS-

8
INSTRUCCION, Y PRACTICA BREVE
de la Oracion mental,

LA Oracion, ó meditacion, tiene quatro partes: la primera, es la Oracion preparatoria: la segunda, los tres preliudios, la tercera, el exercicio de las tres potencias: y la quarta el colloquio al fin.

PRACTICA DE LA ORACION
preparatoria, y de las demas partes
de la Meditacion.

UNO, ó dos pasos distante del lugar de la Oracion, por el espacio de tiempo, en que te reza el Padre nuestro, estando en pie (si estuviere solo, ó en compañía de otros, que hacen tambien los Exercicios) y elevando el corazón á Dios, te representarás con viva fee presentissima la Divina Magestad, que está mirando, y observando lo que haces, y piensas; luego, combidando á todas tus potencias, y afectos, les dirás: Venid, adoremos, y postrémonos delante de Dios, aqui presente. Y puestas de rodillas con profundissima humildad, dirás á tu Señor: Yo humillado en el abismo de mi nada, te venero, y adoro Dios, y Señor mio, y te doy humildes, y muy afectuosas gracias por todos los beneficios sin numero, y sin algun merito mio, que me has conferido, y de este

89
este especialmente, que sora me haces de admitir á mi vil, y alqueroso guiso delante de tu Divina presencia, y oír mis suplicas, y ruegos. Y te pido humildemente perdon de todas mis culpas, que immensamente abotrezco, y con intimo dolor me pesa de averlas cometido, solamente por ser ofensas tuyas, Dios mio, á quien con todo mi corazón, y sobre mí; y sobre todas las cosas amo, y aprecio. Te ofrezco á mi mismo todo, indigno esclavo tuyo, para hacer, y cumplir lo que quieres, y á mi me mandas: y te ofrezco esta Oracion en union de la de mi Señor Jesus Christo, para que te sea mas agradable, y solamente la hago por tu mayor gloria; y por hacer tu santissima voluntad. Y humildemente te pido, Dios mio, por ti mismo, me des luz, y abundante gracia para que la haga segun fuere de tu mayor agrado, y gloria. Amén.

Y te encomendarás á la Santissima Virgen, pidiendola lo mismo: y á este fin la saludarás con el Ave Maria: Esta es la Oracion preparatoria, que siempre se ha de hacer en todas las meditaciones.

Se figuen despues los tres preliudios. El primero, será acordarte brevemente de la historia, que has de meditar, si la huviere, y si no, de la materia de los puntos de la meditacion. El segundo, es la composicion de lugar, representando-

te con la imaginacion vivamente, como si estuvieras presente, y vieras con los ojos el lugar, y las personas, que concurren en el mysterio, que meditas, y si no lo huviere, te lo podrás formar con la imaginacion, proporcionado à lo que has de meditar, para que assi tengas fija la imaginacion, sin que se vaya vagueando. El tercero, será pedir humildemente à Dios la gracia de sacar el fruto, que desleas de la meditacion.

Luego se sigue el exercicio de las tres potencias; y assi acordandote del primer punto de la meditacion, iras discurrendo sobre el punto con varias razones, similes, y argumentos, procurando en cada punto executar estas cinco cosas. La primera es, que has de sacar de aquel punto una verdad practica, por exemplo, si meditas la muerte: es cierto, que he de morir, assi me lo ensena la fee, y la experiencia; y esto será breve: pues no es una necesidad grande (he aqui la verdad practica) amar, y afanarse para buscar los bienes de la tierra, que presto se han de dexar, y nada sirven para la otra vida, en donde se ha de vivir para siempre? No es esto assi? Si, si assi es. La segunda cosa será, reflexar en tu vida pasada: luego yo, que por lo pasado he puesto todo el afecto, y cuidado en buscar estos bienes viles, y perecederos, he vivido engañado? Si he vivido engañado, Dios mio, y lo confies-

fo. La tercera es, excitar varios afectos de la voluntad, como, en el exemplo propuesto, ó Dios mio, yo desto mi ceguedad, y lloro el tiempo, que he perdido en buscar la basura de estos bienes: te doy gracias, Dios mio, que me das esta luz para conocer mi engaño, &c. La quarta es, corregir los errores de la vida pasada con nuevos propósitos: pues Dios mio, yo no quiero mas assi vivir, quiero poner todo mi afecto, y cuidado, no en buscar la vileza de estos bienes, mas en buscar aquellas riquezas, que despues de mi muerte me han de hacer feliz, y rico en la vida eterna. Luego bajando à las acciones particulares: pues esto se ha de hacer assi: el tiempo se ha de distribuir de esta manera: en esto me he de mortificar, y vencer, &c. La quinta cosa es, postrar à los pies de Christo los propósitos hechos, pidiendo à su Divina Magestad la gracia, y auxilios, para ponerlos en practica. Y aqui se ha de advertir, que los propósitos no se hagan universales, como he de ser humilde; me he de mortificar en todas las cosas; no he de amar los bienes terrenos; porque assi concebidos en comun, tienen poca eficacia: mas se han de hacer, bajando à lo particular, como por exemplo, en esto he de portarme de esta manera; si me se ofreciere esta ocasion, he de proceder assi: en aquello me he de vencer: esto lo he de totalmente dexar, &c.

finalmente, en orden al co'oquio, que se hace cerca el fin de la Oracion, si se señalare uno, ó dos, ó tres en la meditacion, estos se han de hacer, ó si no el coloquio será segun los afectos excitados en la meditacion, y si estos faltaren, se puede hacer el coloquio con estos quatro afectos. Primero, se darán humildes gracias al Señor, por averle admitido delante de su Divina presencia, y de las Juras, é ilustraciones, que su Divina Magestad le ha comunicado. El segundo, se le pedirá perdon de la poca humildad, reverencia, y afecto, con que ha tratado con su Divina Magestad. Lo tercero, se re- asarán, y renovarán los propósitos hechos en la meditacion con firme resolucion de executarlos. Y el quarto, pidiendo al Señor eficaces gracias, y auxilios para ponerlos en practica, se concluirá el coloquio con un Padre nuestro.

ANNOTACIONES

para los que entran en los Exercicios, sacadas de las de nuestro Santo Padre.

LA primera es, que aprovechará marabiltosamente quien hace los Exercicios, si entrare en ellos con grande, y liberal animo, ofreciendo á su Criador toda su voluntad, y alvedrio, para que de sí, y de todas sus cosas disponga, y determine aquello, en que el

le pueda más servir, según su divino beneplacito.

La segunda es, que quien está ocupado en las meditaciones de la primera semana, conviene, y debe procurar de no pensar en lo que ha de hacer en las meditaciones de la segunda semana: mas poner todo el estudio, y aplicacion para alcanzar lo que entonces busca, y desea.

La tercera es, que esté cierto, y seguro, que aya en la meditacion empleado el tiempo de una hora, y aun un poco mas; porque suele el demonio procurar, de que el tiempo de la meditacion, ó Oracion, se acorte, y que no sea cabal. Antes hallandose afligido, y sin consuelo espiritual, debe prolongar el tiempo de la meditacion, para que así no solamente resista al enemigo, mas lo venza, y expugne.

La quarta es, que quien se hallare en los Exercicios con mucho consuelo espiritual, y fervor, no debe inconsideradamente obligarse con alguna promesa, ó voto; mas antes de hacerlo, debe con gran madurez considerarlo, y consultarlo con su Director, ó Padre espiritual.

La quinta es, que quando quien hace los Exercicios se viere estirulado, é inclinado á alguna cosa menos recta (como á pretender algun oficio, cargo, ó beneficio) no por la mayor

gloría de Dios, y provecho de las almas, sino solamente por la commodidad propia, y sus intereses temporales, entonces se debe inclinar con el afecto á lo contrario, pidiendo al Señor lo opuesto á lo que desea, y ofreciendo á su Divina Magestad esta voluntad de no querer, ni apetecer aquel cargo, ó beneficio, sino mudare aquel su primer afecto de manera, que del todo nada nada desee, ó posea por otro motivo, ó fin, que de su divino obsequio, y honor.

La sexta es, que quien entra en Exercicios, tanto mas se adelantará en la vida espiritual, y se dispondrá para recibir de Dios sus gracias, y favores, quanto mas se apartare de los parientes, amigos, y conocidos, y de todos los negocios, y cuidados de las cosas temporales, y se retirare, si le es posible, en algun lugar, en donde pueda en silencio, y soledad atender solo á la salud de su alma.

ADDICIONES

para hacer con mas fruto los Exercicios,
facadas de las de nuestro Santo Padre
Ignacio.

La primera es, que despues de acostarme piense en la meditacion, que he de hacer á la mañana por el espacio de una Ave Maria. La segunda

es, que en despertando por la mañana, excluyendo todo otro pensamiento, aplique mi mente á pensar los puntos de la meditacion, que he de hacer con algunos exemplos, y consideraciones proporcionadas á la meditacion. La tercera, que comenzando la Oracion, como se dixo arriba, de rodillas, ó en pie, ó sentado (si las pocas fuerzas, ó salud lo pidieren) si me hallare bien, no he de buscar otra cosa: y si en el punto, que medito, hallare materia, y devocion, no he de pasar á otro punto, hasta que no quede satisfecho. La quarta es, que acabado el tiempo de la meditacion, sentado, ó paseando, por el espacio de cerca de un quarto de hora, examine como me ha ido en la meditacion; y si hallare, que mal, mirare las causas, y con dolor, y arrepentimiento de ellas, procuraré emendarlas en las meditaciones siguientes; y si bien, daré gracias al Señor con proposito de guardar en lo de adelante el mismo modo. La quinta es, que estando en las meditaciones de la primera semana, me prive de todo pensamiento, que causa gozo, y alegria, como de la Resurreccion de Christo nuestro Señor; porque este impide el dolor, y llanto de los pecados, que es lo que entonces se ha de procurar: y por esto antes debo pensar en la muerte, ó Juicio. La sexta es, que por la dicha razon

zon me prive de la luz clara, teniendo las puertas, y ventanas cerradas de manera, que entre poca luz; sino es quando he de leer, ó en el tiempo de la comida. La séptima es, que me abstenga de la risa, y de palabras, que la excitan; y de mirar fixamente à alguno, si no es, que se ofrezca ocasion de saludarle. La octava es, que procure hacer alguna penitencia en satisfaccion de los pecados. Esta penitencia, una es interior, y consiste en el dolor, y contricion de los pecados, y proposito firme de evitarlos todos en adelante: la otra es exterior, y consiste en los ayunos, y abstiniencia de la comida; en dormir incomodamente, como en una estera sobre la tierra, ó sobre las tablas sin colchon, y tambien en ponerse cilicios, ó tomar disciplinas con la discrecion debida, y sin peligro de la vida, ó de enfermedad grave, y por esto estas penitencias se han de tomar con el consejo del Director, ó Padre espiritual.

ADDITIONES,

que se han de mudar en la segunda semana.

LA primera es, que luego en despertando à la mañana, me acuerde de la meditacion, que he de hacer, y excite en mi corazon un deseo grande de conocer mas, y mas amar

al

al Verbo Encarnado. La segunda es, que en este tiempo frequentemente me he de acordar de la Vida de Christo nuestro Señor, y de sus divinos exemplos. La tercera es, que en estas meditaciones puedo servirme de la luz, ó obscuridad, segun fuere expediente para conseguir el fin, que se desea, que es el amor, é imitacion del Verbo Humano.

ADDITIONES,
que se han de mudar en la tercera semana.

LA primera, que luego, que me levante, y me vista, me acuerde de la contemplacion, que he de hacer, y excite en mi los afectos proporcionados à ella. La segunda, que en este tiempo evite los pensamientos, aun santos, de gozo, y alegria, como de la Resurreccion de Christo nuestro Señor; antes con la meditacion de las penas, dolores, y tormentos, que este Señor padeció por mi amor desde el instante de su Concepcion, hasta el ultimo de su Vida Santissima, excite en mi corazon afectos de compassion, dolor, y tristeza de sus penas.

ADDITIONES,

que se han de mudar para la quarta semana.

LA primera, que luego, que despierte, fixe el pensamiento en la contemplacion, que he de comenzar,

Y

y con afectos de gozo, y alegría, me congratule con mi dulcísimo Redemptor, por su Resurreccion, y Ascension al Cielo, y por la Gloria celestial, que me tiene preparado. La segunda es, que en este tiempo no se ha de pensar, sino solamente en lo que le puede conciliar alegría, y gozo espiritual, como de la Gloria, y del amor con que nos ama Dios, &c. La tercera, que en este tiempo me recree con la luz, y clara vista del Cielo, y me sirva de la amenidad, y olor de las flores, y de los otros puros, é inocentes consuelos del cuerpo, y animo, por medio de los quales pueda mas alegrarme con mi Criador, y Redemptor. La quarta, que en vez de el ayuno, y abstinencia, me contente con la templanza, y decente moderacion en la comida, si no fuere dia de ayuno de precepto, ó de voto, que esto siempre se ha de guardar.

Y aqui se ha de advertir, que en todo el tiempo de los Exercicios se ha de hacer el Examen particular sobre estas Adiciones, para no faltar en ellas.

PRACTICA

de hacer el Examen general de la conciencia.

Primero se darán afectuosas, y humildes gracias á Dios nuestro Señor, por los innumerables beneficios con que nos ha gratuitamente en-

ri-

riquecido. Lo segundo, se pedirá de su Divina Magestad, por quien es, y por los meritos de Christo nuestro Señor, luz para conocer nuestras culpas, y gracia para detestarnos. Lo tercero, iremos repasando, y examinando desde la hora, en que nos hemos levantado, hasta la presente, en que hemos en cada hora delinquido con el pensamiento, con las palabras, y con las obras. Lo quarto, dolerse, y detestar con verdadero dolor, y arrepentimiento las culpas, que hallaremos aver cometido. Lo quinto, proponer con verdadera resolucion emendarse de ellas, y haciendo un acto de perfecta contricion, concluir el Examen con un Padre nuestro.

PRACTICA del Examen particular.

Este Examen se llama particular, porque se hace de un vicio, ó pecado solo, y sirve admirablemente para purificar el alma de todos los vicios, y pecados en breve tiempo. Tres veces cada dia se ha de hacer. La primera, por la mañana, luego, que despiertes, has de proponer con verdadera resolucion de no cometer aun una sola vez, con la gracia de Dios, aquel vicio, ó pecado, de que desees emendarte. La segunda, antes, ó despues de comer. Y comenzarás este Examen pidiendo á Dios luz

luz para conocer las veces, que has caído, en aquel vicio, ó pecado, y gracia para en adelante evitarlo: y luego te pondrás á examinar tu conciencia desde que te levantaste, hasta la hora presente, mirando las veces, que has caído en él, y las notarás en un librito, que has de tener para este fin: y pasarás á proponer con gran animo de guardarte de aquel vicio, ó pecado desde aquel tiempo hasta la noche. La tercera será, después de la cena, en que harás el Examen, como se ha dicho arriba en la segunda vez, y notarás en el librito las veces, que has caído, y propondrás firmemente la emmienda.

ADDICIONES

sobre este Examen.

LA primera, que cada vez, que ayeres en el pecado, ó vicio, de que haces el Examen particular, te pongas la mano en el pecho, y te duelas de él, y propongas firmemente la emmienda, lo que se puede hacer delante de otros sin que lo adviertan. La segunda, que en la noche has de comparar las veces en que caiste en aquel vicio, ó pecado la mañana, con las en que caiste la tarde, mirando si ha ayido alguna emmienda: y si no la hallares, te duelas de corazon, y propongas mas eficazmente de emmiendarte. La tercera,

que esse mismo cotexo has de hacer de las faltas, en que caiste el segundo dia, con las, en que caiste en el dia precedente, y ver si hallas emmienda. Y lo mismo has de hacer, cotexando las faltas todas de la primera semana, con las, en que caiste en la segunda semana: y si hallares emmienda, de gracias al Señor; pero siempre con dolor de las faltas, en que has caído, y proposito de emmiendarlas: y assi has de proseguir haciendo, hasta la perfecta emmienda de aquel vicio, ó pecado.

DE LO QUE SE HA DE HACER en el dia precedente á los Exercicios.

EL dia antes de entrar en los Exercicios, aviendo bien dispuesto todas tus cosas, y negocios, te has de acordar de la excelencia, y virtud divina de estos Santos Exercicios, segun se expresa en la Introduction de este Librito, para excitar tu voluntad á practicarlos con todo afecto, y devoción: tambien has de leer todas las Anotaciones, y Addiciones con firme proposito de observarlas exactamente; y assi mismo la Instruccion práctica de hacer la Oracion, si la necesitas. Luego, antes, ó después de aver oído, ó leído los puntos de la meditacion para la Oracion del dia siguiente, puesto de rodillas delante de Dios, has con todo el afecto

to de tu corazón la Oración, que se sigue.

Dignísimo, y Santísimo Dios mio, Uno Trino, yo vilísimo pecador postrado delante de tu divina presencia, y humillado en el abysmo de mi nada, con profundísima reverencia te venero, y te adoro: y aunque indignísimo, te ofrezco estos ocho días de Ejercicios en union de aquellos quarenta días de soledad, y retiro de mi Sr. Jesu-Christo en el desierto, para que te sean mas agradables; y solamente los hago para tu mayor gloria, y bien de mi alma, por amor, é imitacion del mismo Señor mio Jesu-Christo, y para hacer este gratísimo obsequio à mi Señora, y Madre la Virgen Santissima MARIA. He aquí, pues, Dios mio, que desde agora yo me pongo todo en tus Santissimas manos, y te ofrezco toda mi voluntad, y alvedño, para que tú dispongas, y hagas de mí, y de todas mis cosas, segun tu santísimo beneplacito. El soy recuello, Dios, y Señor mio, à poner todo el cuidado, y diligencia en hacer estos Santos Ejercicios, y à guardar exactamente todo lo que en ellos se prescribe: mas como soy, Dios mio, tan infiable, é inconstante, à ti recuro, para que con los auxilios de tu gracia, fortalezcas mi corazón, para que así constantemente lo execute. O Padre Santissimo de las divinas luces, tú bien sabes mi ceguedad,

é ignorancia: dignate, pues, iluminar mi mente, para que perfectamente penetres tus eternas verdades. Tú sabes mi fragilidad, y que nada puedo sin tu gracia: dignate, pues, Poderoso Señor, y misericordiosísimo Padre, eficazmente excitar, é inclinar mi voluntad, para que yo disponga, y ajuste mi vida, y costumbres, segun tu divina, y adorable voluntad: é así alcance, à tu mayor gloria, el celestial, y eterno Reyno. Pésiro, Dios mio, delante del Trono de tu infinita misericordia mis indignas súplicas, con segura confianza en tu divina promesa, que no tendrán repulsa: oyeas, Benignísimo Padre, y Dios mio, por tí mismo: oyeas, por el Divino Corazón, Sangre, y Meritos de mi Sr. Jesu-Christo; y oyeas por los Meritos, é intercesion de la Santissima Virgen, y de todos los Angeles, y Santos del Cielo. Amén.

DE LO QUE SE HA DE OBSERVAR
en los ocho dias de Ejercicios.

En estos ocho dias de retiro se ha de guardar un rigorosísimo silencio, y quando se ofreciere decir, ó preguntar alguna cosa necesaria, se haga con poquissimas palabras. Tambien conviene, y es muy necesario no salir del aposento, sino quando huviere alguna forzosa necesidad, y entonces, especialmente tener à raya, y enfrenados los sentidos exteriores, particularmente los

ojos; porque este es el medio mas oportuno, y eficaz para que Dios nuestro Señor se comuniqué á nuestra alma con sus santas inspiraciones: *Ducam eam in felicitatem, & loquar ad cor eius.* (h)

Assimismo conviene, que los Libros espirituales, que se han de leer en este tiempo, sean segun la eleccion, y consejo del Director, ó Padre espiritual, y que la leccion de ellos sea correspondiente, y proporcionada en quanto se pudiere á la materia, de que se medita aquel dia. Tambien es muy importante, y confiere mucho al provecho espiritual de quien hace los Exercicios, que la distribucion del tiempo sea siempre la misma, é invariable, y por esta razon se añade aqui abajo.

Te levantarás siempre á una misma hora, ó las quatro, ó las quatro, y media; y luego, despues de aver adorado al Señor, y ofrecido las obras, seguirás este methodo.

Por la mañana.

Primera hora de Oracion, y el Examen de ella.

Missa, y desayuno.

Primer visita del Santissimo Sacramento.

Examen para la Confession general, como tres quartos.

Leccion espiritual, como media hora.

Segunda visita del Santissimo Sacramento.

Oír,

(h) *Osee. 2.*

Oír, ó leer los puntos de la meditacion.
Segunda hora de Oracion, y el Examen de ella.

Leccion de Contemptus mundi.

Tercera visita del Santissimo Sacramento.

Examen de conciencia.

La comida.

Quarta visita del Santissimo Sacramento.

Algun exercicio manual, ó otra cosa, que levemente ocupe la mente.

Descanso.

A las dos de la tarde.

Rosario, ó Corona de la Sma. Virgen.

Repasar los puntos de la meditacion.

Tercera hora de Oracion, y Examen de ella.

Exercicio manual, y descanso, como media hora.

Quinta visita del Santissimo Sacramento.

Leccion espiritual, media hora.

Oír, ó leer los puntos de la meditacion.

Quarta hora de Oracion, y Examen de ella.

Sexta visita del Santissimo Sacramento.

Cena.

Rezar algunas Oraciones vocales.

Septima visita del Santissimo Sacramento.

Leccion espiritual, ó repasar los puntos para la meditacion para la mañana siguiente.

Examen de conciencia.

Y siete horas de sueño.

Tambien será muy útil, y provechoso.

cho, que las especiales inspiraciones, y propósitos se escrivan en un libro; que para este fin se ha de tener, notando tambien el modo con que se le han comunicado estas luces divinas, é inspiraciones; y asimismo el día en que se sucedieron, para que despues de los Exercicios, as quando en quando, se vayan repasando, para ver como se han observado.

Finalmente, es muy conveniente, que en el octavo día de los Exercicios se haga la Comunión Sacramental, y en el Examen de la noche, despues de cena, se haga un Acto de contrición perfecta de todos los pecados graves, y veniales de toda la vida, con intencion de ganar la Indulgencia, y remission plenaria de todos ellos: pues entonces se acababan los ocho días de los Exercicios.

DE LO QUE CONVIENE HACER acabados los Exercicios.

LA mañana siguiente despues de los Exercicios, se ha de hacer la Oracion, ó toda, ó en parte, repasando los propósitos, que se han hecho en todo el tiempo de los Exercicios; y renovandolos con firme resolucion de ponerlos en práctica, se concluirá la Oracion con este

O Dios mio, Uno Tuño de inmensa Bondad, y Misericordia, yo polvo, y nada, humildemente te adoro, y te alabo, y bendigo, y te doy muy afectuosas, y humildes gracias, por averte dignado admitir á mi indigno peccador al conocimiento de tus eternas verdades en estos Santos Exercicios, que inspiraste á tu Siervo San Ignacio. *Ps. Quid retribuam Domino pro omnibus, que retribuit mihi.* Como podré yo, Dios mio, reconocer, y corresponder á esta gran misericordia, que has usado conmigo, y á tantas divinas luces, é inspiraciones, con que te has dignado regar la estéril tierra de mi alma, para que produzca flores, y frutos de vida eterna. *Ps. Si, Dios mio, yo fere la criatura, mas iniqua, é ingrata del Universo, si no, dedicates toda mi vida, y todas las fuerzas de mi alma, y cuerpo á tu divino servicio, y obsequio. Así es, Dios mio, lo consueño: por esto esto, reuelato á servirme, y amarte, con gran innocencia de culumbas, y con una vida immaculada, y santa hasta la muerte.* Mas tú, Dios mio, que bien conoces, y ninguno mejor, que tú, sabes mi summa impotencia, fragilidad, é inconsistencia para todo lo que es bueno, y santo; y mi summa malicia, é inclinacion á todo lo que es malo, y peccado; dignete

con los auxilios eficaces de tu gracia fortalacer me; dignate tener siempre vivas en mi mente estas eternas verdades, que he meditado; y dignate excitar, y mover con tu poderosa gracia mi voluntad, para que siempre execute lo que fuere de tu santissimo agrado. Ha! Dios mio, no me engañe el mundo, á donde otra vez he de volver, con sus vanas inmundicias; no me pofire, y abata el demonio con sus engañosas astucias, y no me venza la carne con sus falsos, y mentirosos antojos: *Domine ne elongaveris auxilium tuum à me, ad defensionem meam conspice.* Si, Dios, y Señor mio, no te apartes de mí con los auxilios de tu gracia: mira siempre á mi defensa. *Pone me iuxta te, & cuiusvis manus pugnet contra me;* ponme cerca de tí, Dios mio, y tenme debajo de tu protección, y no temeré los asaltos de todos mis enemigos, antes triunfaré de todos ellos. *Tu es fortitudo mea, & refugium meum;* tú eres toda mi fortaleza, todo mi amparo, y refugio: con tu santissima gracia, que te pido, y espero con gran confianza en tu divina promessa, venceré todos mis enemigos, y te serviré, y amaré constantemente, como he determinado, hasta la muerte, para que despues de ella celebre tus grandes misericordias para conmigo por toda la eternidad de la gloria.

Amén.

Def-

Despues en este mismo dia se comenzarán á leer los frutos, que se han de sacar despues de los Exercicios, puestos al fin de este Libro; y se irá deliberando la nueva forma, y tenor de vida, que se ha de emprender, segun las verdades, que se han conocido en los Santos Exercicios.



Estos Santos, que se expresan en el principio de cada Meditacion, son como Abogados nuestros para con Dios, á quienes nos hemos de encomendar para sacar el fruto, que deseamos de ella. Mas la Santissima Virgen MARIA, como Fundadora, y Protectora de los Exercicios, se ha de invocar en todos los dias, y en cada Meditacion de ellos, para alcanzar por su intercession copiosas luces, y gracias eficaces, para servir, y amar á su Divina Magestad, segun su santissimo beneplacito.

PRI-