

# MÉTODO Y REGLA DE VIDA

PARA LAS MONJAS QUE ASPIRAN  
A LA PERFECCION.

SACADA DE UN MANUSCRITO

POR EL PRESBITERO

*DON FRANCISCO XAVIER DE GUZMAN,*

Capellan Mayor del Convento de N. S. de  
Balvanera de esta Côte.

AAD 8296

BIBLIOTECA NACIONAL  
BIBLIOTECA AMERICANA  
"DON JUAN MEDINA"

MÉXICO: 1822.

Impreso en la oficina de D. Mariano Ontiveros.

# MÉTODO

## Y REGLA DE VIDA

PARA LAS PERSONAS QUE ASPIRAN

A LA INGENIERIA

DE VIDA PARA ASPIRANTES

*Parecer que dió el R. P. Dr. Fr. Manuel  
Mercedillo.*

Señor Provisor.

**E**l precioso manuscrito sobre el método de vida para aspirar las Religiosas á la perfeccion, extractada por el Br. D. Francisco Guzman con el fin de darlo á luz pública, y que V. S. me lo remite á la censura, es un breve compendio de las obligaciones que las Religiosas deben abrazar dando el lleno á sus deberes, con que se dedicaron á su divino esposo. Nada encuentro en él opuesto al dogma, al moral, y á la disciplina de la iglesia; á cuyo fin si es del superior agrado de V. S., puede conceder su licencia para la impresion.

Dios nuestro Señor guarde la vida de V. S. muchos años. Convento grande de nuestra Madre Santísima de la Merced y febrero 5 de 1822.

*Fr. Manuel Mercedillo.*

El Sr. Dr. D. José Félix Flores Alatorre, Provisor y Vicario general de este Arzobispado, concedió su licencia para la impresion de este cuadernito, como consta de su decreto dado en 6 de marzo de 1822.

**M**uy Reverendas Madres: habiendo llegado à mis manos un manuscrito, en el que hallé màximas é instrucciones, que en mi concepto, les seràn muy úti- les à vuestras Reverencias: me propu- se, sin variar la substancia de ellas, re- ducirlas à menor volumen para que con mayor facilidad las puedan leer y retener en la memoria. Son màximas, que tan léjos de oponerse à la regla, ayudan en gran manera à cumplirla, pues son como un extracto de ella. Lo que convendrà serà leerlas con mucha reflexion, para sacar de ellas perfec- cion en el estado religioso. Y si esto se consigue, darà por bien empleado su corto trabajo, este afectísimo capellan de vuestras Reverencias

*F. X. de G.*

Muy Reverendas Madres: hablando  
hegado a mis manos un manuscrito en  
el que hallé máxima é instrucciones  
que en mi concepto, les serán muy úti-  
les á vuestras Reverencias: me propu-  
ses sin variar la substancia de ellas re-  
ducirlas á menor volumen para que  
con mayor facilidad las puedan leer y  
retener en la memoria. Son máximas  
que tan lejos de oponerse á la regla,  
ayudan en gran manera á cumplirla;  
pues son como un extracto de ella. Lo  
que convendrá será leerlas con mucha  
reflexion para sacar de ellas perfec-  
cion en el estado religioso. Y si esto se  
consiguere, dará por bien empleado su  
cuidado, este extracto español de  
vuestras Reverencias

F. X. G.

*Al levantarse.*

**L**evantate con presteza á la hora señalada, empieza luego á vestirte con modestia y diligencia: no te detengas en pensarlo, porque en dudando te volverás á quedar dormida: dá gracias á Dios con reverencia y amor: adórale con fé, esperanza y caridad: ofrécele todas las obras del dia: propon el exámen particular: haz intencion de ganar todas las gracias, favores, méritos, jubileos é indulgencias que hubiere concedidos á cualquier obra que en ese dia hicieres, y las aplicarás por las Animas é infieles, y demas necesidades que se te ofrecieren ó encomendaren. Determina resistir todas las tentaciones, y huir toda ocasion, de abjurar todo consentimiento, y morir ántes que pecar: encomiendate á la Purísima Reina de los Angeles Maria Santísima, y al glorioso Patriarca Señor San José, al Angel de tu guarda y á los demas Santos tus abogados, pidiendoles su favor para aquel dia.

*Comunion.*

**T**endrás buen cuidado de avivar la fé del Santísimo Sacramento, admira su bondad y nuestra ingratitud: desea prepararte como los Santos: pídele á Maria Santísima y á tus Santos abogados que te adornen con sus virtudes: siente y llora no poderte preparar así: vive como quien luego ha de comulgar, comulga como quien luego ha de morir. Sea tu vida como de alma que comulga cada dia, todo ha de ser una continua preparacion: la pureza entera de costumbres y perfecto cumplimiento de tus obligaciones ha de ser tu principal preparacion.

*Ejercicios de manos.*

**E**l ejercicio de manos lo has de estimar como ejercicio propísimo de personas Religiosas. Tomalo por honesto entretenimiento para descansar la cabeza sin perder de vista á Dios y á tu alma: ejercítalo como honesta recreacion, y no como servil tarea: dirijelo á Dios y lo harás ejercicio de es-

píritu, porque si nó, te quedarás como una  
 seglara trabajadora, de quien te has de di-  
 ferenciar en elevar á Dios tu intencion.  
 Mientras trabajas, ocupa bien el pensamien-  
 to porque no te lleve el aire enemigo tu tra-  
 bajo: tendrás las manos en la obra, pero el  
 corazon en Dios, con amorosas jaculatorias  
 que dirás entre tí sola.

### *Actos de Comunidad.*

**D**eben ser estos tu primer aprecio y em-  
 pleo, pues á eso veniste á la Religion. No  
 tienes mas de Religiosa que lo que obrares  
 de comunidad, ó fuera de ella por obe-  
 diencia: todo quanto á esto faltares, falta-  
 rás á ser Religiosa: dejar la comunidad por  
 tus devociones particulares, es dejar la ex-  
 presa y clara voluntad de Dios, por la  
 tuya. Esto no es justo, ni cabe en la ra-  
 zon, y asi mas vale barrer por la volun-  
 tad de Dios en comunidad, que arrobarte  
 (si es posible) fuera de comunidad por tu  
 voluntad.

*Del hablar.*

**E**l hablar será poco y muy pensado: sea con necesidad, y será siempre bueno: las palabras serán preciosas siempre que fueren raras. Si hablas mucho errarás mucho; pero si hablas poco, setán menos tus yerros: en todo caso te harás de los que siguen el callar, y advierte que lo que no hubieres dicho, podrás alguna vez despues decirlo; mas lo que ya hubieres dicho una vez, no lo podras remediar, ni tampoco el daño que haya hecho, si no es con lágrimas de tu corazon. Rara vez te pesará haber callado; pero muchas haber hablado. Piensa muchas veces lo que has de decir una vez sola. Habla de los otros como quisieras que hablaran de tí.

*Del Padre espiritual.*

**S**erá para tí grande favor de Dios el tener Padre espiritual, y así procurarás tenerle, al cual le descubrirás tu conciencia con confianza y humildad: procura que sea doc-

to y experimentado: escogelo de espacio y con mucha atencion, como á quien has de manifestar tu alma. Si la obediencia te lo asignare, recíbelo como de mano de Dios; mírale, óyele y obedécele como á Dios, en cuyo lugar está y te gobierna: témele y tambien amale, pero con un temor y amor todo espiritual.

### *Oír Misa.*

**T**endrás grande atencion interior, y exterior reverencia en la Misa, y una afectuosa memoria de la vida, pasion y muerte de Cristo. Actúa la intencion de cumplir con el precepto de la Santa Madre Iglesia, si fuere dia de fiesta. Entre los muchos métodos que hay de oír misa, escoje el que mejor te recoge á su devota atencion y asistencia: el mas provechoso será el que mejor uniere la intencion de las partes de la misa, con los misterios de la pasion de Cristo que representa. En consagrando hostia y caliz, adórale con aquel afecto que le adoráras en el monte Calvario, pues real y verdaderamente es el mismo.

*Leer Libros.*

**H**as de escoger libros verdaderamente espirituales, provechosos á tu estado y presente necesidad; mas siempre con dictamen de tu Confesor. Piensa mucho cuando lees, que el que te habla es Dios: aparta de tí toda vana curiosidad de saber sino lo que te importa para salvarte. El libro mas vulgar aprovechará mucho, si se lee con mucho espíritu. Lee poco y piensalo mucho. Tu modo de leer ha de ser como el buen modo de comer: no engorda el mucho comer, sino lo necesario, mascado despacio, bien digerido y convertido en substancia: asi ha de ser tu leer. Saca siempre del libro alguna cosa que pensar y que ejercitar.

*Comer y Cenar.*

**C**uidarás siempre de que el alimento lo tomes solo p r sustentar la vida, para que puedas cumplir con tus obligaciones; mas no lo tomarás por regalar el apetito, porque eso sería armar al enemigo, y armarse

contra tí la tentacion, y como darte desde luego por vencida de ella: quien no se vence en golosinas que son niñerías; como se vencerá en las tentaciones graves? Atiende mas á la hiel y vinagre de Jesus, que al gusto y sazón de los manjares, y así comerás como pobre de Cristo. Los ojos siempre bajos; pero el corazón levantado; procura alguna mortificación siempre que comas.

### *Oficios.*

**J**amás procures oficio por tu voluntad; mas si la obediencia te lo mandare, aceptalo como de la mano de Dios. Atiende á tus obligaciones para cumplir bien con él y para eso armate mucho de paciencia, porque si cumples bien, no faltará quien lo lleve á mal, y aun quizá no falte quien por ello te murmure; estos son los gages de quien obra bien. No es posible agradar á Dios y á los hombres: siempre habrá quejosos que murmuren; pero mejor es que ya que se quejan, sea porque obras bien, y no porque obras mal. No ha habido ni habrá go-

bierno mejor que el de Cristo, y no le faltaron murmuradores.

*Del vestido y porte exterior.*

**L**os vestidos deben ser precisamente segun la regla. No te pongas cosas sobresalientes, que desdigan de lo que hacen las otras Religiosas prudentes de tu comunidad. Todo tu vestido será pobre, modesto, aseado y comun: la guarda de los sentidos cuidadosa sin hipocresia: la cabeza quieta y derecha sin afectacion: las manos compuestas ante el pecho: el cuerpo moderadamente inclinado, con modesta humildad: tus pasos moderados con gravedad religiosa sin contoneos: nunca vuelvas la cabeza, si no es con grave causa, y entonces sin ligereza que parezca libiandad.

*Perfeccion religiosa.*

**M**ira que adviertas que la perfeccion religiosa consiste en las obras ordinarias hechas con extraordinario cuidado. Esta perfeccion no consiste precisamente en cosas

peregrinas, como éxtasis, visiones &c. pues todo esto puede suceder, sin haber perfeccion; y así consiste la perfeccion en que sin dejar á tu Dios, atiendas al fin de tu obligacion: en la distribucion ordinaria, como el coro, misa, oracion, rosario, leccion y demas ejercicios, te portarás lo mejor que puedas, porque son la mas sólida perfeccion.

### *Oracion.*

**N**o es posible que puedas perseverar en el servicio de Dios sin oracion. La oracion es el alma y raiz de la mas sólida virtud: aplicate á ella como medio necesario en todo trance, preparate en la pureza debida y continuo cuidado de tenerla á su tiempo, y cuando este llegue, disponte con sosiego: recapacita los puntos con atencion, y contempla que vas á hablar con Dios: entra en la oracion como quien no tiene ya otra cosa que hacer: presentate á Dios con fe viva, pidele con confianza y humillate con verdad: procura ejercitar mas la voluntad con afectos, que el entendimiento con discursos: ama, teme, humillate,

suplica y resignate, y tendrás buena oracion, aunque mas seca y desconsolada estes. Sigue el camino de la oracion por donde Dios te lleva, por donde tu padre espiritual te guia, y deja lo demas.

*Oracion vocal.*

**R**eflexiona bien en lo que rezas, y si no lo entiendes, repara que estás hablando con Dios: mira el respeto y reverencia que tu vileza debe tener á tan alta Magestad: reza poco, pero bien: reza despacio, bien pronunciado, expresa, clara y devotamente. Tus devociones serán pocas, escojidas, convenientes á tu estado, bien avenidas á tu oficio y obligaciones, porque á esto han de mirar, servir y ceder todas: devocion que no ayuda á la obligacion, es ocupacion ociosa, y si la estorba, acelera ó desperfecciona, ya pasa á ser tentacion. Las devociones son ayuda de costa de las obligaciones, y asi deben ayudarlas en todo; lo que me ayudare, será la mejor.

*Coro y oficio divino.*

**D**ebes mirar y estimar el coro como á tu principal oficio: es oficio en verdad divino al cual debe ceder todo lo humano. Por ninguna cosa se debe dejar, mudar, alterar, ni apresurar el oficio divino: rezalo despacio, clara y atentamente en el exterior, y con devocion y reverencia; en el interior con un afecto elevado, acompañado de temor y amor filial, como quien habla con Dios, con sus Santos, y entre sus Angeles. Como Angeles debes juzgar á los que estan rezando en el coro: reza siempre que puedas en comunidad, y participarás del grandísimo mérito que esto encierra.

*De la regla.*

**N**ada te ha de valer mas, que el no ser negligente en puntos de regla, por pequeños que sean; de esta observancia depende la perfeccion en la religion. En esta carrera pierde mucho, quien desprecia lo mas

mínimo: los puntos de regla son la trinche-  
ra y antemural de los votos y así mientras  
los observares, estarás segura, y lejos de  
quebrantar los votos. Así como observan-  
do las reglas de buen pintor, se hace uno  
buen pintor, así con la observancia de las  
reglas de la Religión te harás buena Reli-  
giosa. Al fin son reglas para ser santos, si  
quieres serlo, guardalas.

*Trato con las de casa.*

**O**bserva y cuida mucho el tratar á todos  
los de casa, como lo pide su estado. No te  
extremes en particular con alguna: huye  
como de la peste de toda parcialidad en  
amistad ó enemistad: evita las concurren-  
cias, y verás como no te hallas compendi-  
da en bandos, cuentos, ni hablillas. Obede-  
ce á tus preladas con prontitud: trata á  
los mayores con respeto, á los iguales con  
cortecia, y con afable entereza á los que  
fueren inferiores, sin familiarizarte con  
ellos ni despreciarlos que son tus herma-  
nos.

*De la recreacion.*

**P**rocura que la recreacion peque mas por breve que por larga: asiste siempre con todos. Lo que en la recreacion se ha de tratar siempre ha de ser del servicio de Dios; si asi no fuere, mejor será huir, porque no tratandose de cosa de Dios, si algo se trata, será del demonio: en la recreacion se introduce con facilidad a murmuracion, unas veces con color de bien, y otras con apariencia de piedad; y asi procura siempre que sean las recreaciones breves, y no pierdas á Dios de tu vista. En ellas procura tener lugar humilde, que mas valdrá que oigas como inferior, que no que hables como superior.

*Recta intencion.*

**C**uando hicieres alguna cosa levanta á Dios tu corazon: obra por solo agradar á Dios y asi lograrás el fruto de tus acciones: cuantas hicieres por respetos humanos, las perderás, y á veces tambien á Dios y á tu

alma; pues solo Dios te ha de premiar, cuida de agradar á el solo. Desprecia todo lo demas porque verás que lo que unos alaban agradados, otros vituperan ofendidos y enfadados, y asi mira solo á Dios. Dime ¿qué te añaden cuando te alaban, ó que te quitan cuando te murmuran? La misma te quedas para con Dios: procura agradar y servir solo á Dios que te puede condenar por lo malo, y salvar por lo bueno, y rierte del mundo.

### *Exámen de conciencia.*

**R**epara que asi como los sembrados no medran ni crecen, si no se limpian de las malas yerbas que produce la tierra, asi ni el alma medrará, si no se limpia con el exámen, que reconoce y arranca las malas yerbas de culpas y pasiones. Haz tanto aprecio del exámen, como es el ódio que el demonio le tiene. Examínate con reflexion para enmendarte. No lo hagas de prisa: aunque para otras cosas te falte el tiempo, para el exámen te ha de sobrar si se puede: si te examinas y juzgas con rigor,

te juzgará Dios con misericordia. Procura sacar de cada exámen algún fruto, aunque sea poco; saca un acto á lo menos de mejora en cada exámen, y tendrás al cabo del año mucho aprovechamiento en tu alma.

### *Presencia de Dios.*

**S**iempre en todo lugar y ocasion advierte que te mira Dios, que te ve tu Jesus, tu padre, tu amigo y tu esposo. No hagas delante de sus ojos, lo que no hicieras delante de alguna criatura: obra bien y fielmente como fiel siervo á vista de su amado dueño y Señor. No hay esclavo por malo que sea, que se atreva á hacer algo malo delante de su Señor. ¿Pues como has pecado y pecas tú delante de tu Dios y á vista de tu Jesus? Tenle siempre presente en toda accion, y así obrarás perfectamente. Hazte fuerza para mirarle como á tu padre y esposo amante, para que así obres por amor, por no ofenderle, antes si por agradarle y por unirte á su santa voluntad.

*De los votos.*

**G**uardarás con gran cuidado y escrupulosidad todos los votos que prometiste, como la substancia de la religion. Repara mucho en sus pequeñas faltas, y estarás más léjos de caer en las graves. No des nada, ni recibas, ni prestes, ni dispongas de alguna cosa, ni aun de la más mínima sin licencia de tus preladas. Todas tus cosas y alhajas sean pobres: gusta mucho de ser pobre, y de parecerlo: obedece al confesor y prelada como á Dios, y te les rendirás con igual gusto y mérito: el confesor y las preladas darán á Dios cuenta de lo que te mandan, tu cumples con obedecer á todo lo que te mandaren, salvo si conocieres claramente ser malo para con Dios. El obediente siempre anda ácia el cielo, aun cuando come, duerme y descansa, porque la obediencia es una virtud que encierra y comprende en sí á todas las demás virtudes.

*Castidad y clausura.*

**T**u castidad ha de ser angélica, cual conviene á una esposa de Cristo, Señor de todo lo que tiene ser. Sé humilde, que Dios te guardará pura y casta. Piensa de ti, que siempre puedes caer, y así nunca caerás, y huirás de todo peligro de caer: quien piensa que no puede caer ya empieza á peligrar, porque como no teme, no se guarda. Huye de vistas y conversaciones de seglares ó de Religiosas aseglaradas, y contentate con tu celda; ama tu retiro, y cuanto esté de tu parte no salgas de él No desees visitas ni las tengas, si no es que te fuerze á ello la necesidad ó la obediencia. Ama la clausura y soledad, como castillo de tu defensa. No desees el ver ni ser vista, y mucho menos de seglares; tu clausura conste y sea mas de corazon que de exterioridad.

*De las Rejas y locutorios.*

**E**l primer principio de esta materia ha de ser escusar todas cuantas visitas puedas

aunque sean de tus parientes. No asistas á las visitas de las otras Religiosas ni por pensamiento: arreglate á la distribucion de tus constituciones y regla, que si asi lo hicieres, no te quedará tiempo para visitas. Muchas andan sobradas de tiempo sin tener que hacer, y es porque no hacen lo que tienen que hacer. Si la visita no es por obligacion ú obediencia, perderás el tiempo, el descanso del cuerpo y la quietud del alma, y tendrás trabajo para la oracion y ejercicios, pues tu animo estará disipado. Dejales á todos y nadie te buscará: si no quieres que te visiten, á nadie avises ni envíes recados ni papeles.

*A la noche.*

**E**ntrada la noche, procurarás con mas cuidado la guarda de tus sentidos, observando mucho silencio, para lograr el retiro necesario á tus ejercicios: visitarás al Santísimo Sacramento, leerás un rato en algun libro que te parezca bueno, rezas tus devociones, haz el exámen bien hecho, despacio y meditado: preven el punto pa-

ra la oracion de la mañana, recogete con quieto silencio, y con tal recato que de tí misma te cauteles; trata tus mismos sentidos como estraños, procura que el sueño te coja en santos desengaños, por lo que pudiere suceder, pues no pocas veces suele suceder acostarse en gracia, y levantarse en pecado, acostarse buenos y levantarse enfermos, y á veces amanecer muertos: pues ¿quien se pone á una tan grande contingencia como esta?

### *Avisos religiosos.*

1. Procura tener muy en la consideracion cual fué el fin que te trajo á la religion.

2. Mira cuantas veces habrás faltado á este fin, con tantos pensamientos que has tenido, indignos de una persona religiosa.

3. Pregúntate muchas veces lo que se preguntaba á sí mismo San Bernardo, y dí N. ¿A que veniste á este convento? Qué has hecho en él. ¿Como vives y como has vivido?

4. Procura hacer con el pensamiento,

palabra y obra, aquello á que veniste á la Religion.

5. Aprende á despreciar varonilmente todas las cosas del mundo.

6. Aprende á dejar tu capricho, á vencerle, y á quebrantarte á tí misma, y á mortificar en tí todas las pasiones y viciosas costumbres.

7. Cuida mucho de teprimir las continuas é importunas averiguaciones del alma.

8. Desecha de tu ánimo toda fatiga, tedio y asedia, este ha de ser tu continuo trabajo, esta ha de ser tu continua pelea, y esta ha de ser tu saludable aflicción.

9. Nunca para lo bueno seas remisa, porque te harás mucho daño, sino levántate, vela, escudriña y mirate toda; no te perdones á tí misma, porque esto es lo que Dios quiere, y tu estado te lo manda.

10. Te llamas y te dicen religiosa, pues procura serlo verdaderamente, y hacer todas tus obras como religiosa.

11. Vela para arrancar y destruir en tí todos los vicios.

12. Siempre has de estar armada contra

la inclinacion de la naturaleza, y contra el deleite de la carne, y si quieres saber quanto de esto tienes, ó cuan léjos estas, escucha.

13. Si das lugar á que se señóren de tí la vanagloria, la soberbia, la jactancia y complacencia propia, no eres religiosa.

14. Si no aprecias y estimas las cosas humildes y bajas, no eres religiosa.

15. Si no desechas del todo la envidia, ódio, tristeza ó indignacion, no eres religiosa.

16. Si no apartas de tí toda sospecha temeraria, queja pueril y murmuracion iniqua, no eres religiosa.

17. Si no tratas de reconciliarte de cualquiera porfia ó desazon nacida entre tí y otra persona, no eres religiosa.

18. Si no perdonas á cualquiera que te injuriare, ántes le guardas rencor, sin querer ayudarle cuando la veas necesitada, no eres religiosa.

19. Si despues de pecar, te avergüenzas de decir tus pecados, ó de decirlo clara y sencillamente como fué, no eres religiosa.

20. Si no tienes humildad, silencio y

paciencia en las reprehensiones. que otro te diere, no eres religiosa.

21. Si no obedeces con puntualidad al padre espiritual en todo lo que te ordenare, y que no es malo, no eres religiosa.

22. Si por tu gusto, ó por procurarlo tú te salieres del coro, ó no asistieres á algun acto de comunidad, ó si en sus actos estás divertida y sin intencion, no eres religiosa.

23. Si menospreciando el interior, cuidas solo del exterior, y si para las cosas de religion mueves solo el cuerpo, llevado de una seca costumbre, sin hacer caso del corazon, no eres religiosa.

24. Si no pones diligente cuidado en las lecciones espirituales y santos ejercicios, no eres religiosa.

25. Si de tal suerte estás aficionada á las cosas de este mundo, que rara vez ó nunca levantas tu corazon á Dios, no eres religiosa.

26. Si tomas ó buscas ó deseas comidas delicadas, ó aunque no lo sean, si con demasia ó fuera de tiempo, no eres religiosa.

27. Si tienes ó deseas hábitos preciosos,

cama regalada, ú otra cualquiera cosa de deleite a la carne, no eres religiosa.

28. Si no guardas soledad y silencio, ántes acostumbras grandes risas, raras conversaciones, palabras jocosas, burlas ó chanzas, no eres religiosa.

29. Si te alegras de estar ó hablar con seglares, no eres religiosa.

30. Si das, recibes, envias, ó tienes sin licencia alguna cosa por corta que sea, no eres religiosa.

31. Si no guardas fielmente las constituciones del convento y regla de tu órden, no eres religiosa.

32. Si buscas en el convento otra cosa fuera de Dios, y si no procuras con todas tus fuerzas caminar á la perfeccion, no eres religiosa.

33. Y así para que seas y con verdad te llamen religiosa, procura hacer todas tus obras como de religiosa.

34. Haz lo que está de tu parte, y lo demas déjalo á Dios. Repite muy á menudo: Señor, tu voluntad se cumpla, y se haga siempre en mí, como se cumple en el cie-

lo; pues tu único consuelo ha de ser el cumplir la voluntad de Dios.

35. A donde quiera que vayas has de encontrar trabajos y tribulaciones por todo el tiempo que te durare la vida, y así no hay que vivir descuidada.

36. Armate y pelea contra tí: vence cuanto adverso encontrares en tí, y si luego no hallares la paz que deseas, ó por mejor decir, si nunca la encontrares, permitiéndolo así Dios para que toda tu vida estés en continua pelea contra tus brutales apetitos, no desmayes ni te caigas como de condicion mugeril, ántes hazte fuerte en tu puesto, y pelea varonilmente. Acuérdate de San Pablo, que aunque era vaso escojido de Dios, no obstante siempre tuvo en sí grande contradiccion, y pidiéndole á Dios se la quitase, le fué respondido que no convenia, que pelease, pues con la virtud de Dios le bastaba para resistir y vencer. Así, pues, tú á imitacion de este gran santo, animate, y aunque te veas atribulada por mil partes y de otras tantas combatida y despreciada, recibirás con San Pablo la corona, si perseveras hasta el fin.

*Regla para conocer si una alma  
tiene amor de su Dios.*

**D**eseosa una alma religiosa de conocer y saber cuando amaba de corazón á su Dios y Señor de lo criado, se valió para lograr su deseo de la intercesion de Maria Santísima, y como esta Señora de ea tanto nuestro bien, y nuestro consuelo, al punto se le apareció y le dijo, que entonces una alma ama á Dios de corazón cuando tiene y se experimentan en ella las condiciones siguientes.

1. Si medita y piensa continuamente en Dios.
2. Si cumple sus mandamientos y consejos sin tedio ni enfado.
3. Si teme mucho el ofenderle.
4. Si cuando le ha ofendido solicita luego aplacarle.
5. Si siente el que Dios sea ofendido, y si se alegra de que todos le alaben.
6. Si desea y gusta hablar continuamente de su divino amor.

7. Si se goza y alegra con su dulce memoria y presencia.

8. Si se contrista de su olvido y ausencia.

9. Si ama lo que Dios ama, y aborrece lo que Dios aborrece.

10. Si desea y procura traer á todos á su amistad y gracia.

11. Si le pide con confianza.

12. Si recibe con agradecimiento sus favores y beneficios.

13. Si los conserva, y si los convierte para su honra y gloria.

14. Si trabaja por destruir en sí los movimientos de las pasiones que le retardan é impiden el afecto amoroso, y otras muchas virtudes.

15. Con estas señales ó reglas (le dijo Maria Santísima) verás y conocerás cuánto amor tienes á Dios, y como le has de amar tú y todas las demas almas, porque á este sumo bien se ha de amar con todo el entendimiento, memoria y voluntad, con todos tus sentidos y con todas tus fuerzas, sin tibieza ni tardanza.

*Exámen de las personas que tratan de virtud.*

1. Examine si tiene cuidado de evitar los pecados veniales con advertencia como v. g. mentiras leves, palabras ociosas.

2. Si con leve ocasion comete los tales pecados veniales, y vea si los comete con advertencia ó por costumbre, ó acosada de alguna pasion, ó por no disgustar á alguna persona con quien trata ó habla.

3. Si se halla con dolor despues de haber cometido alguna culpa leve, ó alguna imperfeccion clara.

4. Si se humilla mucho conociendo su fragilidad.

5. Vea quanto es el propósito de la enmienda con que despues queda, y que penitencia hace por la culpa cometida.

6. Mire cual es la mayor pasion que conoce en sí, y quanto tiempo ha que la tiene, y quanto suele perturbarle.

7. Mire si ordinariamente sale vencida de esta pasion, ó si vence.

8. Si tiene cuidado de prevenirse con

oracion para vencer esta pasion, ó si vive descuidada, no dándosele nada de ser vencida de ella en cosas leves y pequeñas.

9. Si tiene bien mortificado el amor propio, si está bien mortificada en la negacion de sí misma, si es amiga de disculparse, y si gusta de andar altercando y porfiando.

10. Mire como se porta en las tentaciones del mundo, demonio y carne: si está pronta para desechar los pensamientos, ó si se detiene demasiado en arrojarlos de sí con firmeza de corazon.

11. Vea si le lleva el corazon alguna cosa terrena, ó si se embaraza en el deseo de complacer á las criaturas, ó si comete algunas faltas por no disgustarlas.

12. Si en las imaginaciones impertunas se halla fácil para volar á Dios, defenderse de las tempestades que mueve el demonio en la fantasia, conservando quieta en Dios el alma.

13. Si se halla muy combatida de tentaciones impuras, examine la causa y vea si se sujeta al dictámen propio para su remedio.

14. Si tiene temor á las penitencias para sujetar el cuerpo á la justa servidumbre del espíritu.

15. Si anda con cuidado en no meterse á juzgar vidas ni obras ajenas, cuidando solo de la suya.

16. Vea cuales son las virtudes que mejor ejercita, y si tiene repugnancia á alguna.

17. Examine mucho si repugna demasiado alguna cosa buena, ó si desea con exceso alguna cosa, y si pone demasiado afecto en alguna por buena que sea.

18. Vea á que virtud se inclina mas fácilmente, y si se halla pronta para cumplir con las obligaciones de su estado.

19. Mire si en la oracion mental busca solo á Dios, ó si se inclina á fervores sensibles desconsolándose cuando no los tiene.

20. Advierta los afectos que saca de la oracion, y la fortaleza para poner por obra los buenos deseos.

21. Mire si sujeta fácilmente á su director su dictámen propio, creyendo mas al que la gobierna que á sí misma.

22. Vea el aprovechamiento que saca de la frecuencia de los Sacramentos, como se dispone para recibirlos, como dá gracias á Dios por ellos, y cuanto enmienda su vida con la frecuencia de misas y comuniones.

23. Examine si la intencion que lleva en sus obras es pura ó mezclada con algun respeto humano.

24. Vea si en sus obras busca puramente á Dios, ó si busca estimacion, gusto ó propio interés.

25. Mire si el temor y amor que á Dios tiene es servil, ó filial, y esto lo conocerá en el motivo que le incita á servir á Dios.

26. Mire si se halla tarda ó fácil para encaminar á Dios todas sus palabras y obras.

27. Vea si regularmente se halla en presencia de Dios, ó distraida.

28. Vea quanto cuidado suele poner en atender á el gusto de Dios en todas las cosas con intencion actual, y atencion en todo quanto hace.

Examinando cualquiera de estos veinte y ocho puntos, podrá rastrear en algun modo, quanto tiene de amor de Dios, y de aprovechamiento, ó quanto le falta.

FIN.

BIBLIOTECA AMERICANA

11088