



UNIVERSITÄTS-  
BIBLIOTHEK  
PADERBORN

## Universitätsbibliothek Paderborn

**EXERCITIA || SPIRITVALIA || IGNATII DE || Loyola.||**

**Ignacio <de Loyola>**

**Mogvntiae, 1600**

**VD16 I 56**

Prima Hebdomada.

**urn:nbn:de:hbz:466:1-45165**

## PRINCIPIVM SIVE FVNDAMENTVM.

**C**reatus est homo ad hunc finem, vt Dominum DEVM suum laudet, ac reueretur, eiq; seruiens tandem saluus fiat.

Reliqua verò supra terram sita, creata sunt hominis ipsius causa, vt eum ad finem creationis suæ prosequendum iuuēt: vnde sequitur vtendum illis, vel abstinendum eatenus esse, quatenus ad prosecutionem finis vel conferunt, vel obsunt.

Quapropter debemus absq; differentia nos habere circa res creatas omnes (\* prout libertati arbitrij nostri subiectæ sunt, & non prohibitæ) Ita, vt (quod in nobis est) non quæramus sanitatem magis, quàm ægritudinem: neq; diuitias paupertati; honorem cōtemptui: vitã longam breui, præferamus.\* Sed consentaneum est, ex omnibus ea demum, quæ ad finem ducunt, eligere ac desiderare.

E X A-



*EXAMEN PARTICULA-  
re & quotidianum, tria tempora com-  
plectens, ad dispositionem sui, ac du-  
plicem discussionem ac-  
commoda.*

**P** R I M V M tempus est matutinum; quo debet homo, statim dum à somno surgit, proponere diligentem sui custodiã circa peccatum aut vitium aliquod particulare, à quo emendari cupit. Secundũ est pomeridianum; in quo petenda est à DEO gratia, vt reminisci possit ille, quoties in peccatum seu delictum istud particulare inciderit, & in posterum cauere. Deinde priorem faciat discussionem; exigens ab anima sua rationem de peccato, seu vitio iam dicto; & singulas diei partes præteritas percurrens ab ea hora, qua surrexit, vsque ad præsentem, quoties illud commiserit; & puncta totidem



signet in priore linea figuræ subscri-  
ptæ: quibus peractis, denuo propo-  
nat per spatium diei reliquum, dili-  
gentius sese cohibere. Tertium erit  
vespertinum tempus; in quo, post  
cœnæ horam, facienda est discussio  
secunda; percursis itidem horis sin-  
gulis, ab examine priore vsq; ad præ-  
sens lapsis, & eodē modo rememo-  
ratis enumeratisq; vicibus; quibus  
deliquerit, parē eis punctorum nu-  
merum signabit in posteriore linea,  
figuræ sequenti similis ad hoc præ-  
paratæ.

*ADDITIONES QVA-  
tuor, utiles ad faciliorem & celerio-  
rem peccati, seu vitij cuiusvis  
extirpationem.*



**P**RIMA est, vt quoties id pec-  
cati seu delicti genus homo  
commiserit, manu pectori  
admota, doleat de lapsu, quod fieri

potest



potest etiam assistentibus aliis, nec aduertentibus.

**S**ecunda est, vt sub noctem numeratis, comparatisq; inuicē punctis linearum, quarum prior priori examini; posterior posteriori assignatur, attendat, an à priore examine vsq; ad secundū aliqua successerit emēdatio.

**T**ertia est: vt conferat diei secundæ, atque præcedentis examina inuicem, considerans ecquid sibi emendationis interuenerit.

**Q**uartā, vt collatis hebdomadarum duarū inter se examinibus, pari modo factæ vel omissæ emendationis rationem habeat.

**I**tem notandum est ex sequentibus figuris primam cæteris longiorem deputari diei primæ, puta Dominicæ: Secundam verò diei Lunæ paulò breuiorem: & ita deinceps: cum par sit diminui in dies erratorum numerum.



[Faint, illegible text, likely bleed-through from the reverse side of the page, consisting of approximately 18 lines.]

EXA-



*EXAMEN CONSCIEN-  
tia generale ad purgationem animæ, &  
ad peccatorum confessionem  
utilissimum.*

**P**RO comperto ponitur, triplex incidere homini cogitationum genus: Vnum ex proprio surgens motu ipsius hominis: Reliqua verò duo extrinsecus aduenientia, ex boni scilicet, vel mali spiritus suggestione.

*De cogitatione.*

**D**Vobis modis elicitur meritum ex mala cogitatione in materia peccati mortalis, de qua hic sermo est. Primò; quando suggeritur de patrandò mortali crimine cogitatio, sed ea confestim repugnando vincitur. Secundò, quando prauæ istiusmodi suggestioni, semel ac iterum repulsæ, & subinde nihilominus reuertenti, continuè resistit homo,

donec



donec penitus expugnetur : quod quidem victoriae genus merito alterum antecellit.

Peccat autem leuiter aliquis, seu venialiter, quando in suborta peccati mortalis cogitatione, aliquantulum moratur, quasi auscultando; vel quando aliqua obiter sensus delectatione afficitur; vel in ea retundenda sese exhibet negligentem. Mortale verò peccatum, per cogitationem duobus modis admittitur. Primò, quando cogitationi peccati prebetur quacumque ratione, assensus. Secundò, quando peccatum illud opere completur; idque grauius est priore, ex tribus causis: Videlicet, ob maiorem temporis decursum: ob actum intensiorem: & ob plurium denique offendiculum, siue detrimentum.



*De Loquela.*

**V**erbo etiam multifariam offenditur **D E V S** : vt in blasphemia, iuramento. Nam iurandum non est, neque per Creatorem, neque per creaturas vllas, nisi concurrentibus his tribus ; veritate, necessitate, ac reuerentia. Porro intelligenda est necessitas, non in veritatis cuiuslibet affirmatione, sed eius tantum, quæ circa spirituale, corporale, vel etiam temporale bonum aliquod, momenti est non leuis. Reuerentiam dicimus, quando assumens diuinum nomen adhibet considerationem, vt **D E O** Creatori, ac Domino debitus honor tribuatur.

Sciendum est autem, licet iuramentum temere, seu vanè factum per Creatorem, sit grauius peccatum, quam per creaturam : difficilius tamen esse, per hanc, quàm per illum licitè iurare, seruatis debitis circum-

stan-



tiis, quas diximus. Primò, quia in  
mentionem creaturæ faciendæ per iu-  
ramentum, non ita excitamur aut  
reddimur attenti, vt ex veritate ac ne-  
cessitate iuremus, sicut nominato  
rerum omnium Creatore. Secundò,  
eo quòd ad honorem DEO exhiben-  
dum cum reuerentia, longe debilius  
mouemur ex cõmemoratione crea-  
turæ, quàm ipsius DEI Creatoris:  
Quamobrem iurare per creaturas,  
perfectis magis conceditur, quàm  
crassioribus; siue idiotis: quando-  
quidem perfecti ex contemplatio-  
nis vsu assiduo, & illustratione intel-  
lectus, considerant propius, atq; de-  
prehendunt DEVM secundum essen-  
tiam, præsentiam, & potentiam suam  
creaturæ cuiuslibet inesse: vnde ad  
præstādum illi debitam in iuramen-  
to reuerentiam, paratiores sunt a-  
liis, qui eo perfectionis nondum  
proiecti sunt. Terriò, quia crea-

turis



turis ad confirmationem iuramenti crebrius adscitis, periculum esset idololatriæ: id quod imperfectis magis, quàm perfectis fuerit timendum.

**V**itandum est insuper verbum otiosum (inter alia locutionis peccata,) quale esse intelligitur, quodcumq; nec loquenti, nec alteri prodest, nec eo etiam animo profertur, vt afferat vtilitatem. E conuerso verò minimè otiosum censendum est verbum illud, quodcumque ad animæ vel propriæ, vel alienæ, aut ad corporis, aut rei etiam temporalis commodum pertinet: aut certe ad tale quippiam ex dicentis mente dirigitur: etiam si quis de negotiis loquatur, ab instituto suo alienis; vt religiosus de bellis, vel mercimoniis. Cæterum ex sermone quidem, ad finem bonum ordinato, meritum contingit: ad malum verò finem,

aut



aut futiliter prolatus sermo, generat peccatum.

Sunt & oris peccata mendacium, falsa testimonia, detractio. Nam detrahendum non est alteri, nec obmurmurandum. Reuelato enim mortali alicuius peccato, quod publicum non sit, cum mala intentione, vel graui damno famæ alterius, mortale itidem peccatum committitur: veniali autem, veniale solum. Ad hæc quotiescumq; alienum patefacimus vitium, vel defectum, nostrum, ipsorum vitium, ac defectum simul monstramus. Verumtamen vbi recta mens est, de proximi delicto licebit loqui bifariam.

Primò, quando publicum est, vt meretricium, vel damnatum in iudicio, vel perniciosum; puta ob errorem publicum, animos conuersantium corrumpentem.

Secundò, quoties occultum ali-

cuius



cuius crimen indicatur alteri, per cuius subventionem, ille releuari à peccato possit: dummodo rei huius, probabilis aliqua ratio, vel coniectura offeratur.

Possent inter oris peccata, irrisiones, contumeliæ, & alia id genus adscribi, quæ persequi licebit tradenti exercitia, prout opus esse iudicauerit.

*De opere.*

**P**ROPOSITIS ante oculos decem mandatis DEI, cum Ecclesiæ præceptis & iussis maiorum, seu superiorum, æstimandum est, quicquid sit operis aduersus quodlibet eorum, id peccatum esse: leuius aut grauius tamen, pro inæquali peccandi modo, & pro diuersa peccantium habitudine. Porro, reduci ad iussa ducimus superiorum, diplomata, seu indulta Pontificum, pro infidelium expugnatione, vel Christianorum pace, con-

cedi



cedi atque promulgari solita: per que ad confessionem peccatorum, & Eucharistiæ sanctæ sumptionem, CHRISTI fideles inuitantur. Peccat siquidem non leuiter, quicumque tam pias Rectorum Ecclesiæ cohortationes, sanctionesque aspernari audeat, ac transgredi.

### EXAMINIS GENERALIS

*modus: particulas seu puncta quinque complectentis.*

**P**RIMUM punctum est, Domino nostro DEO, pro beneficiis acceptis, gratias agendas esse.

Secundum; quòd debemus pro cognitione, & expulsionem peccatorum gratiam flagitare.

Tertium, de admissis præsentis die peccatis, rationem ab anima nostra exigere; per horas singulas, ex quo surreximus, vestigando. Et primò

qui-



quidem circa cogitationem; deinde circa loquelam, atque operationem; eodem ordine, quo in particulari examine traditum est.

Quartum; poscere veniam de delictis.

Quintum; proponere cum DEI gratia emendationem; & orationem dominicam post dicta omnia recitare. Pater noster.

*CONFESSIONIS GENERALIS, & communionis usus.*

**E**X Confessione generali ultro facta, inter alia pleraque, percipiuntur tria hæc emolumenta. Primum: quod tametsi, qui annis singulis saltem confitetur semel, ad generalem huiusmodi confessionem minimè obligetur; eam tamen facienti ipsi multo plus commodi, & meriti accedit, ob dolorē scilicet de peccatis, &

malitia



malitia vitæ præteritæ, quem ita sentit vehementiorem.

Secundum ; quoniam inspecta, per spiritualem exercitationem, longe quam antea manifestius natura, & malitia peccatorum, tanto amplius commodum ac meritum percepturus est.

Tertium; quia consentaneum est, hominem sic rite confessum, atque dispositum, multo melius se habere ad Eucharistiæ sumptionem, qua maxime confert, & ad fugam peccati & ad gratiæ receptæ conseruationem, & augmentum.

Porro generalis ista confessio, post hebdomadæ primæ exercitia potissimum erit opportuna.

✻ (o) ✻



*PRIMUM EXERCITIUM*  
*meditandi secundum tres anime poten-*  
*tias, circa peccatum triplex. Et conti-*  
*net orationem præparatoriam, duo præ-*  
*ludia, & puncta tria præcipua,*  
*cum uno colloquio.*



**R**ATIO præparatoria est,  
 qua petimus à Domino  
 gratiam, vt vires atq; ope-  
 rationes nostræ omnes,  
 sincerè ad eius gloriam, & cultum  
 tendant.

**P**rimum præludium est, ratio que-  
 dam componendi loci. Pro qua  
 notandum est; quod in quavis me-  
 ditatione, siue contemplatione, de re  
 corporea; vt puta, de **CHRISTO**, ef-  
 fingendus erit nobis, secundum vi-  
 sionem quandam imaginariam, lo-  
 cus corporeus, id quod contempla-  
 mur, repræsentans; veluti templum,  
 aut mons, in quo reperiamus **CHRI-**  
**STVM IESVM**, vel **MARIAM** Virginem,

C

&amp; cæ-



& cætera, quæ spectant ad contemplationis nostræ argumentum. Sin autem speculationi subest res incorporea, vt est consideratio peccatorum nunc oblata; poterit loci constructio talis esse, vt si per imaginationem cernamus animam nostram in corpore isto corruptibili, velut in carcere constrictam: hominem quoque ipsum, in hac miseræ valle, inter animalia bruta exulantem.

Secundum erit præludium; vt à Domino id postulem, quod exopto; iuxta propositæ contemplationis argumentum: nimirum si de CHRISTI resurrectione fuerit meditandum; petenda erit lætitia, qua gaudenti CHRISTO congaudeam: sin de passione; lacrymas, pœnas, & angores petam, ad compatiendum CHRISTO patienti. In præsentī ergo meditatione, pudorem confusionemque mei ipsius debeo exposcere; attendens

quàm



quàm multi homines ob peccatum mortale, vel vnicum, damnati fuerint: & quòd ego toties peccando sim damnationem commeritus.

**N**Otandum ad hæc; quod omni meditationi, seu contemplationi, præmitti debent tam oratio præparatoria, quàm præludia duo: sed oratio quidem semper fit eodem modo; præludia verò pro diuersitate rerum sunt diuersa.

**P**Rimum punctum erit, vt exerceatur memoria mea circa primum peccatorum omnium, quod fuit ab angelis commissum; adhibito statim discursu intellectus, atque voluntatis motu, instigante me ad voluenda, & intelligenda ea, per quæ erubescam, & confundar totus; facta vnus tantum peccati angelorum, cum tot meis comparatione: Vnde colligere liceat, cum illi ob vnicum crimen, addicti sint inferno; quam sæpe ipse



supplicium idem meruerim. In memoriam itaque dicimus trahendum esse, quo pacto Angeli creati primum in statu gratiæ, sed (quod necesse erat ad beatitudinis consummationem,) non volentes per arbitrij libertatē, Creatori suo reuerentiam & obsequium præstare; at contra eum ipsum insolescētes, conuersi fuerint ex gratia, in malitiam; & de cœlo ad infernum præcipitati. Consequenter discurrendum erit per officium intellectus circa hæc pensulatius, nec non concitandis simul voluntatis affectionibus, acrius insistendum.

**S**ecundum est punctum; easdem potentias tres, circa peccatum primorum parentum (quod secundum appellabimus) exercere: tractando memoria, quàm diuturnam, ob illud, pœnitentiam egerunt: quanta humanū genus corruptio inuasit: quot

homi-



hominum millia ad inferos deturbata sunt. Memorandum est videlicet, quomodo Adā in Damasceno campo, de limo terræ factus, positusque in terrestri Paradiso; & Eua formata ex vna costarum eius, cum de fructu arboris scientiæ boni, & mali, prohibiti essent comedere, & nihilominus comedissent: post peccatum subito, ex Paradiso eiectione sint: vestibus pelliceis induti, & originali iustitia priuati, reliquum vitæ suæ tempus, in laboribus, ac ærumnis maximis, pœnitendo traxerint. Super his etiam, ratiocinio intellectus, & affectibus voluntatis vtendum erit, sicut prius.

**T**ertium est; vt exerceamur pari modo, circa peccatum mortale, & particulare quodlibet (ipsum nos tertium peccatum dicemus, vt à duobus supra positis distinguatur) considerando, quòd peccato tali, vel se-



semel dumtaxat commisso, forte detrufi sint multi ad infernum: quodq; præterea prope innumeri, ob delicta meis pauciora, atque leuiora forte crucientur æternis pœnis. Vnde memoria verſandum erit, quãta fit peccati grauitas, & malitia, **D E V M** omnium Conditozem atque Dominum offendentis. Ratiocinandum quoq; est, ſupplicium æternum peccato iuſte irrogari, vt pote, aduerſus infinitam bonitatem **D E I** perpetrato. Poſtremo ſuſcitandi ſunt affectus, ſicut iam dictum eſt.

**C**olloquium fiet, imaginando **I E S V M** **C H R I S T V M** coram me aſeſe, in cruce fixum. Itaque exquiram mecum rationem, qua Creator ipſe infinitus, fieri creatura, & ab æterna vita, ad temporariam mortem venire, pro peccatis meis dignatus ſit. Arguam inſuper meipſum, percontans, quid haſtenus dignum memo-

ratur



ratur egerim pro CHRISTO? quid  
agam tandem, aut agere debeam? Et  
in eum intuens sic cruci affixum, ea  
proloquar, quæ suggeret mens & af-  
fectus.

**P**orro Colloquij proprium illud  
est, ut fiat sicut amici sermo ad  
amicum, vel serui ad Dominum:  
nunc gratiæ aliquid petendo: nunc  
culpam aliquam meam incusando:  
interdum propria quælibet commu-  
nicando, ac petendo consilium super  
illis, siue auxilium. Ultimò dicatur  
Pater noster.

*SECUNDUM EXERCIT-  
tium, est meditatio de peccatis, comple-  
tens ultra orationem preparatoriam,  
& duo preludia, quinque articulos,  
seu puncta, cum colloquio  
ad finem.*

**P**Ræparatoria oratio eadem quæ  
supra.



Prius præludium eandem exigit constructionem loci, vt in præcedenti meditatione. Posterius verò fiet, poscendo id, quod hic quærimus, dolorem scilicet intensum de peccatis, atq; abundantem fletum.

**P**unctum primum, sit processus quidam, per quem peccata totius vitæ, in memoriam reuocantur, percurfis gradatim, discussisque annis, & spatiis temporum singulis: Qua in re, triplici iuuamur compendio; consideratis videlicet locis, habitationis nostræ, conuersationum modis, & officiorum, seu negotiorum, quibus functi sumus, generibus diuersis.

**S**ecundum est; peccata ipsa perpendere, quanta sit fœditas, & nequitia singulorum ex natura sua, si vel prohibita non essent.

**T**ertium est; cōsiderare meipsum, quisnam aut qualis sim; additis

exem-



exemplis, quæ me in maiorem mei contemptum trahant. vt si mecum reputem, quātulus sim ad hominum omnium cœtum comparatus: Quid deinde sit multitudo vniuersa mortalium, si cum angelis, beatisque omnibus conferatur: post hæc attendendum est, quid rei sit tandem, quicquid est creatum, præ ipso DEO Creatore: Iam quid homuncio ego vnus esse possum? demum inspiciam corruptionem mei totius; prauitatem animæ, atque corporis fœditatem, ac me, tamquam vlcus, siue apostema esse ducam, ex quo tanta fanies peccatorum, tantaque vitiorum lues defluerit.

**Q**uartum est: cogitare quid sit DEVS, quem ita offendi: collectis, comparatisq; perfectionibus attributis DEO, vt propriis; cum oppositis meis vitiis, atq; defectibus: summam scilicet eius potentiam, sapien-

C 5 tiam,



tiam, bonitatem, & iustitiam, cum extrema mea infirmitate, ignorantia, malitia, & iniquitate, conferendo.

**Q**uintum: In exclamationem prorumpere, ex commotione affectus vehementi, admirando valde, quomodo creaturæ omnes (discursu facto per singulas) me sustinuerint tandiu, & hucusque vitium seruauerint: quo modo angeli, diuinæ iustitiæ gladium ferentes; æquo me animo tulerint, custodierint, suisque etiam iuuerint suffragiis: quomodo pro me intercesserint Sancti: quomodo Cœlum, Sol, Luna, & alia Sydera, Elementa, cunctaq; animantium genera, & Terræ germina, debitæ vindictæ loco, mihi seruiert: quo denique modo non absorberit me dehiscens tellus, & mille infernos referans, in quibus perpetuas pœnas daturus essem.

**T**erminanda demum erit hæc me-

dita-



ditatio per colloquium, extollendo  
 infinitam DEI misericordiam, & gra-  
 tias pro viribus agendo, quòd vitam  
 ad hunc vsque diem prorogauerit,  
 vnde proposita in futurum mei e-  
 mendatione, recitabo semel Pater  
 noster.

*TERTIUM EXERCIT-  
 ium non erit aliud, quam repetitio  
 primi, & secundi; vna cum  
 tribus colloquiis.*

**P**OST preparatoriam orationem,  
 & duplex præludium, repetenda  
 erunt præcedentia duo exercitia,  
 notatis punctis, seu locis, in quibus  
 maiorem senserimus cõsolationem,  
 desolationem, aut aliam quamcum-  
 que spiritualem affectionem: ac in il-  
 lis diutius diligentiusque immoran-  
 dum erit: deinde occurrente nobis  
 spirituali motu, ad colloquia quæ se-  
 quuntur tria veniemus.



**C**olloquium primum, fit ad Dominam nostram, **CHRISTI** Matrem, flagitando intercessionem eius apud Filium, & gratiæ impetrationem nobis tripliciter necessariam. Primo, ut internam criminum nostrorum cognitionem, ac detestationem sentiamus. Secundo, ut operum nostrorum agnoscentes, abhorrentesq; ordinem peruersum, correcto eo, nosmetipsos secundum **DEVM** rectè ordinemus. Tertio, ut perspecta, & damnata mundi prauitate, à rebus mundanis, ac vanis nos recipiamus. His expletis semel recitetur **Aue Maria.**

**S**ecundum colloquium, fiat similiter ad **CHRISTVM** Dominum, & Mediatorem nostrum, ut illa eadem nobis impetret ab eterno Patre. Subdetur in fine oratio, quæ incipit: **Anima CHRISTI.**

**T**ertium, eodem processu faciendum



dum est ad DEVM Patrem, vt triplicem illam gratiam nobis largiatur, & in fine semel recitandum Pater noster.

*Quartum exercitium conficitur ex repetitione.*

**P**ONITUR repetitio eiusmodi, veluti quædam eorum ruminatio, quæ meditatus sum in exercitiis prioribus, vt ea continuè reminiscendo, discurrat facilius intellectus sine diuagatione. Adicienda quoque erunt tria eadem colloquia.

*QVINTVM EXERCITIUM est contemplatio de inferno; continetq; ultra orationem preparatoriam, & duo præludia, puncta quinq; & vnum colloquium.*

**O**RATIO præparatoria non differt à superiore.

Prius præludium, hic habet

com-



compositionem loci, subiecta oculis imaginationis inferni longitudine, latitudine, ac profunditate. Posterius verò, consistit in poscenda intima pœnarum, quas damnati luunt, apprehensione, vt si quando me cœperit diuini amoris obliuio, saltem, à peccatis supplicij timor coerceat.

**P**Vnctum primum est; spectare per imaginationem, vasta inferorum incendia, & \* animas igneis quibusdam corporibus, velut ergastulis inclusas.

**S**ecundum: audire imaginariè plangtus, eiulatus, vociferationes, atque blasphemias in **CHRISTVM**, & Sanctos eius, illinc erumpentes.

**T**ertium: imaginario etiam olfactu fumum, sulfur, & sentinæ cuiusdam, seu fœcis, atque putredinis graueolentiam persentire.

Quar-



**Q**uartum : gustare similiter res amarissimas, vt lachrymas, rancorem, conscientiaëque vermem.

**Q**uintum: tangere quodammodo ignes illos, quorum tactu animæ amburuntur.

**C**olloquendo interim cum **CHRISTO**, in memoriam adducendæ erunt illorum animæ, qui ad inferni pœnas damnati sunt, vel quia credere noluerunt aduentum **CHRISTI**; vel licet crederent, non tamen conformem præceptis eius vitam exegerunt: idq; vel ante aduentum Christi; vel eodem tempore, quo vixit Christus in hoc mûdo; vel post illud deinceps. Gratiaë postremò agenda sunt eidem Christo quàm maximæ, quòd in tale quippiam exitium non permiserit me corruere; sed potius ad hunc vsq; diem summa pietate, & misericordia me profecutus sit. Finis imponetur, dicto Pater noster.

Si vi-



**S**I visum erit ei, qui tradit exercitia, expedire ad profectum eorum, qui exercentur, alias meditationes his adicere, vt de morte, ac aliis peccati pœnis, de iudicio, &c. non se putet prohiberi, licet hic non ascribantur.

Exercitiorum verò tempus ita distribuendum est, vt primum eorum fiat in media nocte; secundum mane, simul ac surrexerimus. Tertium ante, vel post Missæ sacrum, nondum sumpto cibo. Quartum, circiter horam vespertarum. Quintum, hora ante cœnam. Quæ temporis distributio, singulis quatuor hebdomadis communis est: variari tamen potest, atque augeri vel minui, prout vnicuique, ad peragenda dicta quinque exercitia, ætas, animi, corporisq; dispositio, siue naturæ ipsius complexio subseruit.

¶ (o) ¶

*ADDI.*



*ADDITIONES AD EX-*  
*ercitia melius agenda, & ad ea quæ*  
*optantur, inuenienda,*  
*perutiles:*

**P**RIMA est: vt ego, post cubitum,  
 ante somnum, modico temporis  
 spacio, quo recitaretur semel an-  
 gelica salutatio \* cogitem de hora,  
 qua surgendum mihi erit, & de exer-  
 citio faciendo. \* b

**S**ECUNDA: vt expergefactus, statim  
 exclusis omnibus aliis cogitationi-  
 bus, animum ad illud applicē, quod  
 in primo mediæ noctis exercitio  
 contemplaturus sum: Vtque, maio-  
 ris verecundiæ, & confusionis gratia,  
 exemplum mihi huiusmodi propo-  
 nam: Quomodo miles aliquis staret  
 coram rege suo & cœtu aulico eru-  
 bescens, anxius & confusus, qui in re-  
 gem ipsum, acceptis ab eo prius be-  
 neficiis donisq; plurimis, ac magnis,  
 grauitè deliquisse conuictus esset.

In se-



In secundo itidem exercitio; reputans quantum peccauerim, fingam me catenis vinctum esse, ac protinus sistendum coram summo iudice sicut mortis reus quispiam, ferreis ligatus compedibus duci ad tribunal solet. His igitur, vel aliis, pro meditando rerū genere, cogitationibus imbutus, vestitu meo me induam.

**T**ertia: vt à loco futuræ meditationis, vno, vel gemino adhuc passu distans, per tantillum tempus, quo percurri oratio Dominica posset, animo sursum eleuato, considerem Dominum meum IESVM, vt præsentem, & spectantem; quidnam acturus sum; cui reuerentiam cum humili gestu debeam.

**Q**uartæ est: vt ipsam aggrediar cōtemplationem, nunc prostratus humi, & pronus, aut supinus iacens; nunc sedens, aut stans, & eo me componens modo, quo sperem faci-

lius id



lius id consequi, quod opto. Vbi ad-  
 uerti hæc duo debent: Primū, quod  
 si flexis genibus, vel in alio quouis si-  
 tu, voti compos fiam, nil requiram  
 ultra: Secundum, quod in puncto, in  
 quo assecutus fuero quæsitam deuo-  
 tionem, conuiuiscere debeo sine  
 transcurrendi anxietate, donec mihi  
 satisfecero.

**Q**Vinta: vt completo exercitio se-  
 dens, vel deambulans, per quar-  
 tam circiter horæ partem, mecum  
 dispiciam, quonam modo medita-  
 tio, seu contemplatio mihi successerit.  
 Et si quidem male; inquiram  
 causas cum pœnitudine, ac emenda-  
 tionis proposito: sin vero bene, gra-  
 tias D E O agam, eundem postea mo-  
 dum obseruaturus.

**S**exta: vt cogitationes quæ gaudium  
 afferunt; qualis est de gloriosa  
 C H R I S T I resurrectione, subterfu-  
 giam: quoniã talis quælibet cogitatio

impe-



impedit fletum, & dolorem de peccatis meis, qui tunc quærendus est; adscita potius, mortis vel iudicij recordatione.

**S**Eptima, vt eandem ob causam, omnimè priuem lucis claritate, ianuis ac fenestris clausis tantisper, dum illic moror, nisi quandiu legendum aut vescendum erit.

**O**Ctaua, vt à risu, verbisque risum prouocantibus, maximè abtineam.

**N**ona, vt in neminem oculos intendam, nisi salutandi aut valedicendi poscat occasio.

**D**ecima, vt aliquam addam satisfactionem, seu pœnitentiam. Quæ quidem in interiorem & exteriorem diuiditur. Interior est, dolor de propriis peccatis, cum firmo proposito cauendi, tum ab illis, tum ab aliis quibusuis in posterum. Exterior autem, est fructus interioris; videli-

cet



cet castigatio aliqua de commissis :  
 quæ tribus potissimum modis assu-  
 mi potest.

Primò, circa victum : subtractis  
 quibusdam non superfluis solum  
 (quod temperantiæ est, non pœni-  
 tentiæ) sed etiam conuenientibus a-  
 limentis : Et eo fit melius, quo plus  
 subtrahitur : vitata interim naturæ  
 corruptione, aut debilitate graui, seu  
 infirmitate. Secundò, circa somni &  
 strati modum ; sublatis non molli-  
 bus tantum, ac delitiosis rebus ; sed  
 aliis etiam opportunis, quantum li-  
 cet, citra vitæ, aut valetudinis graue  
 periculum. Quapropter de somno  
 necessario, nihil demendum est, nisi  
 aliquantisper ad consuetudinem (si  
 cui est nimij somni) moderandam.  
 Tertio, circa ipsam carnem, vt infli-  
 ctum sentiat dolorem ; admotis, ge-  
 statisque ciliciis, funibus aut vecti-  
 bus ferreis ; vel incussis verberibus,

ac pla-



ac plagis; vel aliis austeritatis generibus assumptis. In quibus tamē omnibus magis expedire videtur, vt doloris sensus in carne tantum sit, nec penetret ossa, cum infirmitatis periculo. Quare flagellis potissimum utemur ex funiculis minutis; quæ exteriores affligunt partes, non autem adeò interiores, vt valetudinem aduersam causare possint.

**N**otanda sunt insuper quatuor hæc.

Circa pœnitentiã primum: quod pœnitentiæ exterioris triplex est vltus, seu effectus: nimirum, vt pro delictis præteritis nonnihil satisfiat: vt vincat seipsum homo; inferiorem sui partem, quæ sensualitas appellatur, superiori, hoc est rationi, magis subiiciens. Vt postremo quæramus atque impetremus aliquod gratiæ diuinæ donum, quod optamus: puta intimam cordis contritionem

de pec-



de peccatis, & abundantiam lachry-  
marum, vel propter illa, vel propter  
pœnas & dolores passionis CHRIS-  
TI, aut dubij alicuius, quod nos an-  
git, resolutionem.

Secundum; quod, additiones pri-  
mæ duæ, solis conueniunt exercitiis,  
quæ media nocte, & sub auroram  
fiunt. Quarta vero in templo, vel co-  
ram aliis numquam, sed domi tan-  
tum, & clanculum exequenda est.

Tertium; quod quando is, qui ex-  
ercitatur, affectum quæsitum non  
consequitur; vt dolorem, vel consola-  
tionem; mutare subinde expedit ra-  
tionem victus somniq; , & alia gene-  
ra pœnitentiæ: Ita vt pœnitentiam  
vnam per triduum sectemur; & pro-  
ximo eam biduo relinquamus, vel  
etiam triduo, prout diuersis, plus aut  
minus pœnitentiæ est sumendum.

Præterea, cū pœnitētias huiusmo-  
di sæpe omittamus ob affectum car-

nis



nis aut erroneum iudicium, quasi naturalis nostra complexio ferre illas non possit, citra ingens valetudinis detrimentum: Et è contrario; iustum nonnunquam pœnitentię modum excedamus; de corporis robore nimis confidentes; mutatis, vt dictum est, pœnitentię generibus, ac per vices sumptis, & relictis; euenit plerumque, vt clementissimus Dominus, qui naturam nostram perfectissimè cognoscit, vnicuique id compertum reddat, quod ipsi expedit.

Quartum: quòd, particulare examen fiat ad tollendas culpas & negligentias, quæ circa exercitia & additiones solent obrepere: id quod etiam per tres alias sequentes hebdomadas, obseruandum venit.

§ (o) §

HEBDO-