

## PARTE SECONDA

### PRATICHE DI VITA PERFETTA

---

#### I.

#### PRATICHE GIORNALIERE

#### METODO DI VITA <sup>(1)</sup>

Fino a nuovo ordine dormire 6 ore; dormite le quali alzarsi e avanti di uscire di camera mettersi sotto il manto di Maria, far l'offerta delle proprie azioni, e una breve visita all'immagine di Maria. Dopo andare in Chiesa, e trattenersi per un'ora e mezzo: prima fare la meditazione, poi la preparazione, ed il ringraziamento della S. Comunione. Tornata a casa, la prima cosa far le 10 genuflessioni, poi la colazione, indi occuparmi nelle faccende domestiche. Alle ore 13 fare una visita a Gesù nella propria camera, e dalle 13 alle 14 far perfetto silenzio. Dopo pranzo prender il necessario sollievo nella maniera altre volte indicata, e dopo, per mezz'ora, recitar le solite orazioni vocali. Alle ore 17 far altre 10 genuflessioni, e alle 18 una visita a Maria nella propria

---

<sup>(1)</sup> Scritto l'anno 1834

camera. Dopo la mezz'ora di orazione occuparsi nel lavoro fino alle 22. Dalle 21 alle 22 far silenzio, finito il quale, far le altre 10 genuflessioni, e poi andare a far visita al SS. Sacramento, e all'altare di Maria. Tornata a casa, occuparsi in ciò che richiede l'obbedienza fino dopo cena. Terminati i servigi domestici, far un quarto d'ora di lezione spirituale, indi recitare il S. Rosario, e poi ritirarsi nella propria camera e quivi la prima cosa far una visita all'immagine di Maria, dopo recitare le solite orazioni, raccomandarsi a Gesù ed a Maria, e riposare in pace. Prima però di andare a letto scrivere le mancanze di superbia, e dopo in letto prima di addormentarsi leggere qualche libro divoto per  $\frac{1}{4}$  d'ora. Ogni ora far 6 comunioni spirituali, baciare una volta il Crocifisso, L'immagine di Maria ed il Sacro Cuore di Gesù, e fare 6 giaculatorie. La Domenica, Mercoledì e Venerdì prendere la *via Crucis* o dopo pranzo in Chiesa se si può, o la sera in camera. Offerir tre volte ogni ora tutta me stessa a Dio con gran generosità.

ALLA MAGGIOR GLORIA DI DIO. AMEN

### **METODO DI VITA**

che mi propongo di eseguire colla grazia del Signore <sup>(1)</sup>

---

Dormirò ordinariamente 6 ore. Appena svegliata ringrazierò il Signore d'avermi ben custodita la notte, lo pregherò della sua assistenza per il giorno avvenire, offrirò tutto a gloria sua, e lo pregherò ad ajutarmi a portar con pazienza, anzi volentieri tutte le croci che mi ha preparate in quel giorno. Indi mi raccomanderò a Maria SS.ma mettendomi sotto il suo manto, mi raccomanderò anche all'Angelo mio Custode, e al mio carissimo protettore S. Luigi Gonzaga. Avanti di uscir di camera farò un'ora di meditazione, ed in Chiesa ci starò un'altra ora. Tornata a casa, la prima cosa farò una breve visita in camera al Crocifisso ed a Maria SS.ma facendo anche le solite 10 genuflessioni. Dopo farò colazione e mi occuperò nei miei doveri colla possibile esattezza fino al pranzo, dopo il quale mi solleverò alquanto, e se mi è permesso, compiti i servigi domestici, farò anche una passeggiata in qualche strada rimota. Preso

---

<sup>(1)</sup> Scritto assai probabilmente l'anno 1825

il necessario sollevamento, avanti di mettermi a lavoriero farò un'altra visita in camera a Gesù ed a Maria con altre 10 genuflessioni, poscia di buona voglia mi metterò a lavorare. In questo tempo procurerò d'insinuare nel cuore tenero di quelle ragazzine che sono a me affidate delle buone massime, farò loro ogni giorno mezz'ora d'istruzione sulle cose di nostra fede cominciando questa alle ore 21. Reciterò con loro il S. Rosario, e farò io, ovvero farò fare ad alcuna, un po' di lezione spirituale. Farò a tutte recitare le orazioni del Cristiano mattina e sera. Farò tutte le sere la visita al SS. mo Sacramento e all'altare di Maria. Dopo mi impiegherò in tutto ciò che richiederà l'obbedienza fino dopo cena, nel qual tempo farò la lezione spirituale, reciterò assieme co' miei di casa il S. Rosario, e poi mi ritirerò nella mia camera, Quivi farò 10 altre genuflessioni, e dopo farò mezz'ora o più di orazione mentale, le mie solite orazioni vocali. L'ufficio della Madonna lo reciterò passeggiando. Avanti di andare a letto farò l'esame di coscienza, e noterò le mancanze di superbia. In letto poi farò altra lezione spirituale.

Siccome il principalissimo ed amatissimo mio Avvocato è S. Luigi Gonzaga, così mi studierò di imitare tutte le sue virtù, e in tutte le mie azioni avrò sempre sotto gli occhi questo specchio singolarissimo. Offrirò tutte le mie azioni a gloria di Dio, di mano in mano che le farò. Starò più che mi sia possibile alla presenza di Dio, facendo ogni ora 7 Comunioni spirituali, 7 giaculatorie, due

visite in ispirito a Gesù Sacramentato, due altre a Maria, e mi offrirò tre volte pure ogni ora al Signore, pregandolo a fare di tutta me quello che più gli aggrada. Tutte queste cose però intendo di non farle esattamente nelle ore in cui faccio orazione, segnatamente la meditazione. In Chiesa e nel tempo dell'orazione non alzerò mai gli occhi; così non guarderò mai nessuna persona di sesso differente, neppur mio padre; nè nessuna donna pomposamente vestita. Giacché le attuali circostanze non mi permettono di far molto silenzio, supplirò a questo col parlare molto di Dio, e col non dire parole superflue. Così pure non parlerò mai di Confessori, non parlerò mai male di nessuno, non mi giustificherò mai, non parlerò mai di me stessa né in bene, né in male. Dipenderò in tutto da' miei Maggiori. Non mi lamenterò mai di niente. Nel vestire (giacché io per superbia sono inclinata a vestir male) mi adatterò alla volontà altrui, e talora mi metterò addosso cose di mezza vanità. Non farò mai conoscere inclinazione o noja per qualunque cosa, ma mi adatterò volentieri all'altrui volere. La ripugnanza che provo a fare scuola non la manifesterò a nessuno, così non paleserò nessun male che il Signore mi mandasse, se non vi fosse pericolo di danneggiar la salute col tacere. Nel mangiare mi adatterò a quello che corre, se nonché nello scegliere, prenderò sempre quello che meno mi piace; così non mangerò mai niente, senza averlo prima dimandato. Non berrò mai vino, pochissimo anche il caffè. Non mangerò mai frutti, se non quando mi verrà comandato.

Starò ritirata più che mi sia possibile, e per le strade

vi anderò con somma modestia e gravità; per le strade pubbliche non alzerò gli occhi, ed eviterò anche di parlare. Ed egualmente nell'andar e ritornar dalla Chiesa non discorrerò. Visiterò spesso le inferme specialmente le povere, e le soccorrerò quanto mi permettono le mie circostanze. Conserverò sempre la pace nel cuore, la serenità del volto, e la piacevolezza delle parole e del tratto. Sarò sempre compiacente con tutti, e qualunque servizio mi verrà chiesto non lo negherò mai a nessuno. Tutte le feste, farò la solita istruzione a quelle giovinette che con tanto piacere mi attorniano, e procurerò d'insinuare nei loro cuori l'amore alla virtù. Pregherò molto il Signore per i poveri peccatori, e tutti i Lunedì farò per loro la S. Comunione ed anco la disciplina. Pregherò anche per le anime del Purgatorio facendo in loro suffragio la Comunione tutti i Martedì e la disciplina, nonché pigliando la Domenica, Mercoledì e Venerdì la *Via Crucis* per loro. Avrò tutto il rispetto e insieme tutta la confidenza col mio Confessore; a Lui paleserò con ischiettezza tutto l'interno del mio cuore, non farò mai nulla senza il suo consentimento, e lo ubbidirò esattissimamente, immaginandomi di obbedir Dio stesso.

Così nell'obbedire a mio Padre mi immaginerò di obbedire a Dio, nell'obbedir mia Madre a Maria SS.ma, e nell'as-secondar mia sorella ed altre persone o eguali o inferiori, all'Angelo mio Custode e a S. Luigi Gonzaga.

Farò ogni giorno almeno tre atti di rinnegazione della mia volontà, e 5 altri di mortificazione. Farò ogni giorno la disciplina per lo spazio di un *Miserere*, e tre *Salve Re-*

*gina*. Porterò la catenella nel tempo della Comunione tutti i Mercoledì e Venerdì, ed i braccialetti tutti i Sabbati, Metterò due pietruzze nelle scarpe per tre ore ogni Venerdì. Digiunerò tutti i Mercoledì, Venerdì e Sabbati. Non mangerò ne berrò mai fuori di pasto. Farò una breve visita a Gesù tutte le notti sorgendo dal letto. Farò un atto di amor di Dio ogni volta che sento una bestemmia. O nell'entrare o nell'uscir di camera mi inginocchierò per chiedere la benedizione a Maria, recitando anche un'Ave. Sarò attiva in casa, facendo tutti i servigj che son capace, e non permetterò mai d'essere servita; mi terrò sempre per l'ultima di tutti, e per tale avrò piacere d'essere tenuta anche dagli altri. Farò mensualmente il giorno di ritiro colla Confessione mensuale, nonché ogni anno la Confessione annuale. Farò con gran fervore tutte le Novene solite, nelle quali oltre le ordinarie pratiche, farò sempre quella di non discorrere che di cose di pietà. Procurerò poi di eseguire con tutta esattezza i miei voti, segnatamente quello di cercare in ogni cosa il più perfetto. Eviterò tutte le curiosità anche lecite e di cose spirituali, massime di robe di Confessori.

Finalmente procurerò in tutte queste cose di conservar sempre una santa gioventù, non facendomi mai veder trista. Così se il Signore mi favorisse con qualche croce, mi studierò di portarla volentieri senza dar alcun segno esterno del patire che farò e senza palesarla a nessuno, eccetto al mio Confessore, se mai la volesse sapere.

Per ultimo mi obbligo di dire tutte le mancanze

che farò in ciascuna delle cose soprascritte al mio Confessore, facendo con questa piccola mortificazione il risarcimento della mancanza.

Sia lodato Gesù Cristo e Maria. Amen



---

ALLA MAGGIOR GLORIA DI DIO. AMEN

22 8bre 1826

### ALCUNI PROPONIMENTI

OPPURE

METODO DI VITA CHE MI PREFIGGO

---

Mio buon Gesù, purtroppo da gran tempo ho conosciuto che volete qualche cosa di grande da me, e che insomma mi volete santa; ma io ostinata vi ho sempre fatto resistenza col condurre una vita ordinaria e tiepida; ora però mi dò per vinta, e voglio a tutto costo divenir santa, voglio condurre una vita fervorosa, mortificata e tutta secondo il vostro gusto. Voi, mio caro Gesù, illuminatemi ad intraprendere quello che a voi piace, e donatemi grazia di eseguir tutto esattamente, mentre in voi solo confido. Amen.

A. Dormirò le ore concessemi e non più né meno. Appena svegliata mi rivolgerò a Dio con tutto il cuore e farò verso Lui quegli atti che l'amor suo mi suggerirà, soprattutto mi offrirò di buon grado a portar quella croce che mi sta preparata in quel giorno. Dopo mi rivolgerò a Maria, le donerò il mio cuore, mi metterò sotto il suo manto, la bacierò divotamente,

e mi raccomanderò assai a Lei. Mi raccomanderò anche all'Angelo Custode, a S. Luigi Gonzaga, a tutti i Santi del Paradiso, perché preghino affini di ottenermi un santo giorno.

- B. Dopo modestamente vestita, o in camera o in Chiesa, reciterò le orazioni del Cristiano, e farò un'ora di meditazione. Ascolterò sempre la S. Messa con divozione, farò la SS. Comunione ogni volta che mi sarà permesso con gran fervore, e nel fare orazione qualunque sia non alzerò mai gli occhi...
- C. Ritornata a casa mi occuperò ne' miei doveri, li eseguirò con prontezza, specialmente mi eserciterò nel fare i servigj bassi ed abietti, e schiverò sempre di farmi servire in nessuna cosa.
- D. Terminato il pranzo, prenderò in po' di sollievo a gloria di Dio, e questo fine l'avrò sempre in tutte le mie azioni. Farò una breve visita al SS. Sacramento potendo, e farò anche l'esame di coscienza prima di mettermi a lavoriero...
- E. Terminato il lavoriero e le mie occupazioni ordinarie, andrò a far visita al SS. Sacramento: ivi reciterò anche le mie solite orazioni giornaliere vocali. Visiterò l'altar di Maria e le rinnoverò l'offerta di me stessa. Andando e ritornando dalla Chiesa non discorrerò mai superflualmente, e in Chiesa vi starò sempre con gran divozione, non dicendo la minima parola, né alzando mai gli occhi...
- F. Ritornata a casa e fatti i miei doveri fino dopo cena, farò co' miei la solita Lezione spirituale,

indi reciterò il S. Rosario inginocchiata in terra, di poi mi ritirerò nella mia stanza.

G. Appena ivi giunta, saluterò il S. Cuore di Gesù, l'immagine di Maria, e l'immagine degli altri Santi che ho in essa. Di poi farò mezz'ora o più di meditazione, recitando dopo l'uffizio di Maria. Farò l'esame di coscienza e tutti quegli atti di ringraziamento, di offerta, di raccomandazione, di amore ecc. che l'amor di Dio mi suggerirà prima di coricarmi.

H. Avanti di andare a letto noterò le mancanze in questi proponimenti o regolamenti e i difetti di superbia.

I. In letto prima di addormentarmi leggerò per un po' qualche libro divoto, e mi addormenterò sempre con qualche buon pensiero in mente.

J. Ogni mattina pregherò il Signore dopo la S. Comunione di formare in me un ritiro, onde possa in mezzo alle mie faccende ritirarmi di spesso a conversar con Lui. Procurerò di stare alla presenza sua quanto potrò, farò 6 giaculatorie, altrettante Comunioni spirituali, una visita a Gesù in ispirito, una a Maria, e darò a loro anche un'affettuoso bacio ogni ora. Non potendo effettivamente, glielo manderò per qualche Santo.

K. Farò tre volte al giorno 10 genuflessioni per ogni volta, e tre visite in camera al Crocifisso e a Maria SS.ma.

L. Nel fare scuola non avrò altro motivo che di dar gloria a Dio, e di giovare al prossimo.

Perciò nell'insegnare le cose necessarie, inse-

gnerò a quelle tenere giovanette a me affidate anche la divozione e la pietà. Farò loro ogni giorno mezz'ora di istruzione religiosa, reciterò con loro la terza parte del Rosario, e ad una di esse farò fare la lezione spirituale.

- M. Sarò con loro e con tutti, specialmente con mia sorella, dolcissima e anche compiacente. Non devo però avere nessun riguardo per la nascita a correggerle quando fallano.
- N. Non mi lamenterò mai di nessuna cosa, non paleserò a nessuno le cose che il Signore mi manderà, né le malattie, se non fossero pericolose (eccetto al mio Confessore se le volesse sapere).
- O. Procurerò di non far conoscere mai la mia inclinazione in nessuna cosa, acciò possa sempre fare la volontà altrui. Nel cibo e nel vestito sceglierò sempre quello che meno mi va a genio, oppure accetterò come per carità ciò che mi verrà dato da' miei Maggiori.
- P. Nell'andar per le strade terrò gli occhi dimessi, e in quelle pubbliche non discorrerò ancora. Prima di sortir di casa mi farò il segno della S. Croce, e mi raccomanderò a Dio, e ciò farò anche in principio di ogni azione.
- Q. Custodirò cautamente i miei occhi non guardando mai in faccia ad uomini qualunque sieno, neppure a mio Padre, ne osservando donna pomposamente vestita.
- R. Custodirò anche la mia lingua non dicendo mai parole contro la carità, né parole superflue, e schiverò anche sommamente di parlare di Confessore e di Confessioni ecc .

- S. Non cercherò mai di sapere le cose altrui, nemmeno ciò che altre fanno di opere di pietà; procurerò d'essere diligente io senza voler sapere le cose altrui.
- T. Non dirò mai parola in mia lode, non mi giustificherò mai, procurerò sempre di star nascosta agli occhi degli uomini per più piacere a Gesù.
- U. Soffrirò con somma pazienza e con allegrezza tutti gli insulti, tutte le parole pungenti e tutto ciò che verrà fatto in mio disonore.
- V. Amerò assai i poveri, con loro godrò di conversare, li soccorrerò in quello che le mie circostanze portano, e tre volte alla settimana mi priverò di qualche cibo per darlo loro.
- X. Visiterò i poveri ammalati più spesso che potrò, e precisamente una volta la settimana.
- Y. Avrò tutta la confidenza col mio Confessore, a lui parlerò con sincerità tutto l'interno mio, ed eseguirò con somma esattezza le cose che mi suggerisce.
- Z. Ogni Lunedì farò la S. Comunione e tutto il bene che farò in detto giorno lo applicherò per la salute dei poveri peccatori. Lo stesso farò il Martedì colle anime sante del Purgatorio.
- AB. Ogni giorno della settimana lo consacrerò a qualche oggetto particolare, cioè la domenica all'*Eterno Padre*, e lo pregherò a darmi una viva fede.  
Il Lunedì al Divin Figliuolo, e lo pregherò a darmi una ferma speranza.  
Il Martedì allo Spirito Santo, e lo pregherò a donarmi un'ardente carità. Il Mercoledì a Maria SS., e la pre-

gherò a darmi la S. Purità. Il Giovedì a Gesù Sacramentato, e lo pregherò a darmi il suo santo amore. Il Venerdì al Sacro Cuore e a Gesù Crocifisso, e lo pregherò a darmi viva contrizione de' miei peccati, e il Sabato di nuovo alla mia dolcissima Mamma, nel qual giorno farò sempre qualche pratica particolare in suo onore.

- AC. Farò ogni anno la Confessione annuale, ogni mese la Confessione mensile e il giorno di ritiro. Farò le pratiche prescritte in onor di Gesù Crocifisso tutti i secondi Venerdì del mese, così quelle in onor di Maria tutti i primi Sabbati di ogni mese.
- AD. Tutte le feste, non essendo legittimamente impedita, farò un po' di istruzione alle giovani ignoranti, e procurerò anche d'insinuar loro la pratica delle virtù.
- AF. Non cercherò mai niente di superfluo per me stessa, né per vestito, né per cibo, e le cose necessarie le dimanderò come per carità a' miei Genitori.
- AG. Non alzerò mai la voce nel discorrere, non mi inquieterò mai, e procurerò anche di tener la pace in famiglia.
- AH. Nell'obbedire al mio Confessore intenderò di obbedire al mio dolcissimo Sposo Gesù; nell'obbedire a mio Padre, intenderò di obbedire al mio Angelo Custode; a mia Madre, a Maria SS.; a mia Sorella, all'avvocato mio S. Luigi; e agli altri qualunque essi sieno, a tutti i Santi del Paradiso.

- AK. Non negherò mai a nessuno qualunque servizio mi verrà chiesto, purché possa, quand'anche fosse con mio incomodo.
- AL. Non dirò mai alcuna parola superflua avanti la S. Comunione; così pure non parlerò mai di vestiti, di bellezze umane ecc.
- AM. Rinnegherò 5 volte al giorno la mia volontà, e farò 7 mortificazioni interne o esterne, con tutte quelle penitenze che mi verranno accordate dal mio Confessore.
- AN. Non penserò, non parlerò, e non guarderò mai uomo, se non per precisa necessità, e fuggirò sommamente la loro compagnia.
- AP. Starò raccolta più che potrò schivando le parole superflue, e se potrò, farò anche un'ora di silenzio ogni giorno.
- AQ. Avrò somma rassegnazione alla volontà di Dio, mi metterò tra le sue braccia come amorosa bambina, e ogni cosa che mi succederà, sia poi triste o prospera, l'accetterò come venutami dalla sua mano, e lo ringrazierò sempre.
- AR. Non metterò mai le mani addosso a nessuna, nemmen per ischerzo, e neanche alle fanciulle piccole.
- AS. Avrò sommo rispetto ai miei Superiori, e grande amore; ma non mi curerò punto di essere da loro amata con parzialità. Così terrò il cuore distaccato da ogni creatura per tutto darlo al mio Dio.
- AT. Sarò piacevole ed affabile con tutti, di tutti parlerò sempre bene, e non mi permetterò mai la mi-

nima parola o scherzo in danno del mio prossimo.



- AV. Non mi ostinerò mai nella mia opinione, e non parlerò mai di me stessa né in bene né in male.
- AX. Non mangerò né berrò fuori di pasto, non mangerò golosità di sorta alcuna; e dei frutti, caffè e vino, ne mangerò e berrò solamente quando mi verrà comandato.
- AY. Il mio vestito oltre essere semplice e sodo, procurerò anche di non portarne che un solo, fuori quando mi verrà ordinato di cambiarlo.
- AZ. Mi ricorderò sempre dei miei cari voti, di quelle dolci catene che sì strettamente mi uniscono a Gesù, li rinnoverò di spesso e procurerò di eseguirli esattamente.
- AE. Avrò sempre sotto gli occhi il mio carissimo avvocato S. Luigi Gonzaga, tutte le mie azioni le confronterò con le sue, e ad imitazione sua procurerò di divenir santa.
- AI. Avrò poi tutta la confidenza colla mia dolcissima Mamma Maria, a Lei ricorrerò in ogni mio bisogno, Lei invocherò nelle tentazioni, per Lei confido di andare in Paradiso.
- AO. Leggerò ogni otto dì questo metodo, e lo leggerò dopo la S. Comunione, affin di potermi riformare in quelle cose in cui avrò mancato.

Caro Gesù mio, deh! per pietà non permettete che questo scritto, anziché recarmi consolazione, mi abbia da essere presentato nel giorno del giudizio come rimprovero per non averlo eseguito. Ajutatemi per carità a praticare con esattezza quanto mi sono prefissa; e se pretendete altre

cose da me, fatevi sentire, che sono pronta a far tutto per voi. Cara Mamma, a voi consegno questa carta, siate voi quella che me la fa eseguire.

S. Luigi, Angelo mio Custode, Santi tutti del Paradiso, pregate assai per me. Amen.

Prego V. R. di permettermi di aggiungere al mio metodo di vita le poche cose seguenti.

- 1° Al suono d'ogni ora e di qualunque campana colosspirito farò breve visita a Gesù Sacramentato, nelle quali visite oltre gli affetti o di amore, o di ringraziamento, o di preghiera ecc. che Iddio si degnerà suggerirmi al cuore, farò sempre anche la Comunione spirituale.
- 2° Tutte le volte che entrerò in camera, farò un divoto ossequio o al Crocifisso, o all'immagine di Maria, o a quella di qualche altro Santo; e non potendo far altro, li bacierò divotamente, o farò loro un divoto inchino.
- 3° Ad ogni ora chiamerò la mia coscienza ai conti con Dio, e per mezzo di un breve esame procurerò conoscere, se nell'ora scorsa in qualche cosa abbia dispiaciuto al Signore, promettendogli colla sua grazia di far meglio nell'ora avvenire.
- 4° Ogni notte mi sorgerò dal letto per fare una visita a Gesù Crocifisso, e questa la farò per tutte quelle anime che dormono in peccato mortale, pregando G.C. a non permettere che in esso abbiano da morire; ma sibbene a conceder loro il perdono ed una vera conversione.

SIA LODATA LA SS.MA TRINITÀ. AMEN

**METODO DI VITA (1830)** <sup>(1)</sup>

---

Mio buon Gesù, purtroppo da gran tempo ho conosciuto che volete qualche cosa da me, e che mi volete santa: ma io ostinata non ho fatto altro che corrispondere alle vostre dolci chiamate con ingratitudini e con peccati. Da ora in avanti però spero che non farò più così, e da questo punto risolvo di volere intraprendere un tenore di vita tutto nuovo e tutto secondo la vostra SS. Volontà. Voi illuminatemi ad intraprendere quello che volete da me, e datemi anche grazia di eseguir tutto fedelmente, mentre in voi solo confido. Amen.

A. Dormirò ore 6<sup>(2)</sup>.

Appena svegliata mi rivolgerò a Dio, facendogli atti di amore, di ringraziamento, di offerta, di preghiera ecc. Mi offrirò subito pronta a portar volentieri tutte

---

<sup>(1)</sup> Nell'autografo non è segnato l'anno, ma si deduce dal trovarsi negli appunti del 1830 per la prima volta indicati i segni esprimenti i vari punti di questo metodo.

<sup>(2)</sup> In altro esemplare di mano della stessa Venerabile è scritto, ore 7.

quelle croci che Egli si compiacerà mandarmi in quel giorno, giacché tutta la mia gloria deve essere riposta nella Croce, e stimerò per perduto quel giorno che non sarò marcato di essa. Fatti i miei doveri con Dio mi rivolgerò a Maria, le donerò il mio cuore mi metterò sotto il suo manto, la bacierò divotamente, e mi raccomanderò assai a Lei. Indi mi rivolgerò all'Angelo mio Custode, al mio caro S. Luigi, a' miei Santi Avvocati e a tutti i Santi del Paradiso, perché preghino affin di ottenermi un santo giorno.

- B. Dopo modestamente vestita, farò a Dio l'offerta di tutta me stessa e delle azioni della giornata, colla protesta di voler mille volte morire piuttosto che commettere un sol peccato. Dirò a me stessa "Questo è il primo giorno che servo a Dio, e forse sarà anche l'ultimo, che non devo fare per Lui in quest'oggi?" Dopo, o in camera o in Chiesa, reciterò le orazioni del Cristiano e farò un'ora di meditazione. Ascolterò sempre la S. Messa e farò la SS. Comunione ogni volta che mi sarà permesso con gran fervore. Sicchè in totale la mia orazione della mattina durerà due ore.
- C. Ritornata a casa mi impiegherò ne' miei doveri e li eseguirò con esattezza, massime quei che sono vili ed abietti, antepoendo sempre questi ad ogni mia pratica particolare. Schiverò anche sommamente di farmi servire, procurando invece di servir sempre gli altri.
- D. Dopo pranzo prenderò un po' di sollievo, farò

potendo breve visita al SS. Sacramento, e prima di mettermi a lavoriero farò anche l'esame di coscienza.

- E. Verso sera farò visita al SS. Sacramento e all'altar di Maria. In questa visita reciterò le mie solite orazioni giornaliere vocali e vedrò di trattenermi familiarmente con Gesù Sacramentato.
- F. Ritornata a casa e fatti i miei doveri fino dopo cena, farò co' miei di casa la solita lezione spirituale, reciterò il S. Rosario, e dopo mi ritirerò nella mia camera.
- G. Appena giunta in essa saluterò con una giaculatoria l'immagine del S. Cuore, di Maria Santissima e quella degli altri Santi che ho in essa.  
Farò mezz'ora di meditazione, reciterò l'Ufficio di Maria e le altre mie solite orazioni vocali, farò l'esame di coscienza, e tutti quegli atti di ringraziamento, d'amore, di offerta, di raccomandazione ecc. che l'amor di Dio mi suggerirà. Indi farò un po' di preparazione alla SS. Comunione e prenderò riposo nelle piaghe di Gesù e sotto il manto di Maria SS.
- H. Avanti di andare a letto scriverò le mancanze commesse in queste pratiche e i difetti di superbia. In letto prima di addormentarmi farò un po' di lezione spirituale e vedrò di prender sonno con un buon pensiero nella mente.
- I. Giacché mi sento chiamata ad una vita interiore, perciò studierò ogni mezzo per praticarla. Farò molte giaculatorie e Comunioni

spirituali. Camminerò sempre alla presenza di Dio; cioè in tutti i miei passi, pensieri, parole ed azioni avrò sempre presente Iddio, tutto farò per puro amor suo e per sua gloria, la qual offerta gliela rinnoverò ogni volta che cambierò azione. Insomma formerò nel mio cuore un ritiro e quivi di frequente mi ritirerò a conversar col mio Dio familiarmente anche in mezzo alle mie occupazioni giornaliere.

- J. Non solo con Gesù tratterò familiarmente e di spesso, ma anche con Maria, cogli Angioli e Santi del cielo, raccomandandomi caldamente a questi perché mi ottengano la sorte che hanno essi.
- K. Non intraprenderò mai azione, se prima per questa non abbia fatto orazione al Signore, perché si degni mostrarmi la sua volontà, e darmi grazia di eseguirla esattamente.
- L. Cercherò con ogni diligenza di negare in ogni cosa la mia volontà, sicchè terrò sempre nascoste le mie inclinazioni, per adattarmi sempre alla volontà altrui. Ripeterò di frequente a me stessa = La santità consiste nella negazione della propria volontà =. Per assuefarmi a negare la mia volontà, obbedirò e sarò compiacentissima anche cogli inferiori, tenendomi obbligata di obbedire a tutti per essere io l'infima di tutti.
- M. Per rendermi dolce la pratica dell'obbedienza, intenderò obbedendo a mio Padre di obbedire alla SS. Trinità; a mia Madre a Maria SS.; e

agli altri, ai Santi tutti del Paradiso. Avrò per i miei Genitori quel rispetto che richiede il loro grado di luogotenenti di Dio medesimo, sicchè li rispetterò, li obbedirò, li amerò e li ajuterò più che potrò.

- N. Avrò tutta la confidenza col mio Confessore. A Lui paleserò candidamente lo stato dell' anima mia: cioè tentazioni, ispirazioni, desiderj, opere ecc. Insomma mi farò scrupolo di tenergli celata la minima cosa. Per evitare poi ogni motivo o di superbia o di timore ecc.; parlando con Lui, mi immaginerò sempre di parlare e di trattare col mio dolcissimo Sposo Gesù: perciò ogni consiglio, avvertimento, ammonizione ecc. ch'ei mi darà, lo accetterò sempre come dato mi fosse da Dio stesso.
- O. Avrò per Lui e per gli altri Sacerdoti quel rispetto che richiede il loro carattere di Ministri del Signore; perciò guai! dire la minima parola che li potesse offendere anche nella più piccola cosa. Ove non vi sia necessità, schiverò di parlare di loro tutti, massime del Confessore, e delle cose appartenenti alla Confessione.
- P. Cercherò tutti i mezzi per giovare al mio prossimo, massime alla gioventù del mio sesso. Sarò con questa affabile, piacevole, dolce, e non lascerò mai passare incontro che mi si offra propizio per giovarle.
- Q. Nel fare scuola non avrò altro fine che di giovare al mio prossimo, e prima di dar gloria a Dio.

Procurerò di ispirare nei teneri cuori

delle giovanette a me affidate la divozione e la pietà. Le coltiverò più che mi sarà possibile. Reciterò con loro il S. Rosario, e ad una di esse farò fare un po' di lezione spirituale. Lunedì, Mercoledì e Sabato farò anche loro un'ora di Istruzione Religiosa. Le amerò tutte imparzialmente e avrò per tutte l'egual premura; le correggerò con dolcezza e con carità grande.

- R. Amerò anche assai i poveri, con loro godrò di conversare, li soccorrerò più che potrò, e tre volte alla settimana mi priverò anche di qualche cibo per darlo loro. Soprattutto i poveri ammalati saranno i miei prediletti; tutto il tempo che mi resterà in libertà lo impiegherò nel visitarli, nel servirli e nell'ajutarli.
- S. Avrò anche sommo impegno nell'assistere gli ammalati dell'Ospitale; mi impiegherò quanto le mie deboli forze permetteranno per il loro ben essere: riguarderò in loro e negli altri poveri la persona stessa di Gesù Cristo, perciò tutto quel mai che potrò fare in loro favore lo farò volentieri.
- T. Farò tre volte al giorno 10 genuflessioni per volta al Crocifisso e 3 visite in camera a Maria SS.
- U. Ogni Lunedì farò la S, Comunione per i poveri peccatori e applicherò per la loro conversione anche il restante del poco bene che farò in detto giorno: lo stesso farò il Martedì per le anime sante del Purgatorio.
- V. Ogni giorno della settimana lo consacrerò sem-



pre a qualche oggetto particolare, cioè: Domenica all'Eterno Padre, Lunedì al Divin Figlio, Martedì allo Spirito Santo, Mercoledì all'Angelo Custode, Giovedì al SS. Sacramento, Venerdì al Crocifisso e al S. Cuore, Sabato a Maria SS.

- X. Farò ogni anno la Confessione annuale, ogni mese la mensile e il giorno di ritiro. Farò le pratiche prescritte ad onor del Crocifisso tutti i secondi Venerdì del mese, così quelle in onor di Maria tutti i primi Sabbati di ogni mese.
- Y. Nel fare la confessione mensile, o che paleserò io al mio Confessore il difetto mio principale, e i proponimenti che su questo voglio fare per il mese avvenire; oppure me lo farò dire da Lui stesso, e mi farò anche insegnare i mezzi per estirparlo.
- Z. Avrò gran cura della mia purità, perciò custodirò cautamente i miei occhi, non riguardando mai uomo, ne donne pomposamente vestite, fuggendo cautamente la loro compagnia; per le strade terrò sempre gli occhi dimessi e fuggirò i discorsi inutili.
- AB. In Chiesa e nel fare orazione qualunque sia, non alzerò mai gli occhi, fuori che per necessità.
- AC. Avrò grandissima sorveglianza sulle mie parole, e procurerò sempre di riflettere avanti se queste sieno o no ben dette. Del mio prossimo parlerò sempre bene, e di me stessa schiverò sempre di parlarne, né in bene né in male.
- AD. Non mi giustificherò mai, non mi ostinerò nella mia opinione, e non dirò mai parola che possa tornare a mio vantaggio.

- AF. Non mi lamenterò mai di cosa alcuna, terrò nascoste le piccole malattie che il Signor potesse darmi, e se si degnerà concedermi anche qualche croce, non la paleserò a nessuno.
- AG. Schiverò le curiosità superflue, anche in cose buone. Così terrò il cuore più raccolto in Dio, quanto è più vuoto delle cose di questo mondo.
- AH. Non dirò mai parola alcuna avanti la SS. Comunione, e nell'andare e ritornare dalla Chiesa.
- AL. Mi farò una legge inviolabile di non mai parlare delle cose del mondo: cioè di vanità, maritaggi, ricchezze, bellezze, passatempo ecc.
- AM. Non negherò mai a veruno qualunque servizio mi verrà chiesto, purché possa, quand'anche fosse con mio incomodo.
- AN. Non metterò mai le mani addosso a veruna, nemmeno alle ragazze piccole, neppure per ischerzo.
- AP. Avrò somma rassegnazione alla volontà di Dio: mi metterò tra le sue braccia come amorosa bambina, e ogni cosa che mi succederà, sia poi triste o prospera, l'accetterò sempre come venutami dalle sue mani e lo ringrazierò sempre di cuore egualmente.
- AQ. Avrò somma venerazione a tutti i miei Superiori e grande amore, ma non mi curerò punto, né cercherò d'essere da loro amata con parzialità; così terrò il mio cuore distaccato da tutti, per tutto darlo al mio Dio.
- AR. Soffrirò con pazienza e con allegrezza tutti gli insulti, tutte le parole pungenti, e tutto

ciò che verrà fatto in mio disonore; anzi renderò ben per male, usando molte buone grazie a chi mi offenderà.

- AS. Farò ogni giorno 5 mortificazioni interne, con tutte quelle penitenze che di mano in mano mi verranno accordate dal mio Confessore.
- AT. Non mangerò, nè berrò mai fuori di pasto, eccetto il caso di malattia, o che trovandomi in compagnia facendo ciò potessi dare sott'occhio. Non mangerò mai roba di golosità; dei frutti ne mangerò soltanto quando mi verrà detto di mangiarne, e sempre in poca quantità. Del caffè e vino ne berrò appena il necessario, e procurerò di non levarmi mai da tavola senza aver fatto almeno una mortificazione, specialmente mi leverò sempre con un po' di fame.
- AV. Il mio vestito sarà semplicissimo, modesto e sodo, e schiverò più che potrò di portar robe nuove.
- AX. Userò tutta la esattezza nell'eseguire i miei doveri, e le mie solite pratiche di pietà, osservando più che mi sarà possibile al tempo, al luogo, al modo fissato ecc. Soprattutto farò grande stima delle cose piccole, e in queste avrò tutta l'esattezza nell'eseguirle.
- AY. Mi ricorderò sempre de' miei cari voti, di quelle dolci catene che sì strettamente mi uniscono al mio Sposo Divino: li rinnoverò di spesso e procurerò di eseguirli fedelmente.
- AZ. Fra tutte le virtù quella che avrò più a cuore, e che mi studierò di esercitarle possibilmente saranno: l'umiltà, la dolcezza, la carità, l'obbedienza, la purità ed il raccoglimento.

- AE. Avrò sempre sotto gli occhi il mio carissimo S. Luigino, tutte le mie azioni le confronterò colle sue, e ad imitazion sua procurerò di divenir santa.
- AO. Avrò poi tutta la confidenza colla mia dolcissima Mamma Maria, a Lei ricorrerò in ogni mio bisogno, Lei invocherò nelle tentazioni, la amerò di cuore, la servirò fedelmente, la farò anche amar ed onorar da altri, la bacierò di spesso, e per Lei spererò di andare in Paradiso.
- AI. Leggerò ogni otto dì questo metodo, e lo leggerò dopo la SS. Comunione, affin di potermi riformare in quelle cose che avrò mancato. Ogni tre mesi darò contezza al mio Confessore delle mancanze che avrò in esso commesse.
- AA. Una volta all'anno, in quel tempo che sarò più disimpegnata, farò otto o dieci giorni di esercizi spirituali; in detto tempo farò anche un po' di Confessione particolare.
- AU. Non penserò mai delle cose da me fatte, né di queste parlerò giammai. Terrò bensì sempre sotto gli occhi i miei peccati enormissimi e ciò che potrei fare se il Signore ritirasse da me la sua grazia; e la grandezza della mia viltà ed indegnità. Non parlerò mai di me stessa nemmeno colle amiche più confidenti, eccetto che lo richiedesse la carità. Allorchè verrò lodata, se la lode sarà proveniente da qualche amica, divertirò altrove con industria il discorso, e se deriverà da qualche persona Maggiore tacerò, e internamente pregherò il Signore a far conoscere e a me e alla per-

sona che mi loda la mia viltà. Allorchè saprò che alcuno mi può udire a parlare, o vedere ad operare, mi asterrò per quanto potrò dal fare l'uno e l'altro, o lo farò in maniera che non abbia da meritar lode.

AJ. Procurerò di far conoscere all'esterno una vita niente affatto singolare, mi mostrerò compiacente in quelle cose che non sono di offesa di Dio, terrò nascoste tutte le mie solite pratiche di pietà che mi potrebbero singolarizzare e anche nel vestito non mostrerò nessuna affettazione. Cercherò di fuggire gli onori, fuggirò la compagnia di persone ragguardevoli, non vorrò mai soprastare alle mie amiche, ed essendo in qualche occorrenza obbligata di farlo, lo farò in maniera che in tutto abbia da dipender io da loro. Nelle mie lettere sarò breve, non correggerò quegli errori che in fallo potessi commettere, e ne farò anche sempre avvertitamente. Ove però la carità, o la convenienza richiedesser che mi allungassi di più, lo farò. Non pretenderò, ne permetterò che mi si usino distinzioni, lascerò di fare quelle azioni che mi potrebbero recar lode, e farò tutto col sol fine di dar gloria a Dio. Non parlerò mai delle buone grazie, né dell'amore che altri mi dimostrano, specialmente se ciò procedesse da persone superiori.

AK. Paleserò senza essere ricercata al mio Confessore quei pensieri di superbia che sono più vergognosi, e che ho maggior ripugnanza a farli conoscere. Una volta alla settimana ne

paleserò uno anche a qualche mia amica; a quelle specialmente che mi tengono in concetto di buona. Tre volte al giorno dimanderò questa virtù dell'umiltà a Maria SS., e ogni mattina consegnerò a S. Luigi la mia superbia, pregandolo a tenerla in freno e a non permettere che con questa abbia da offendere Iddio. Farò ogni giorno 3 atti di umiltà, ricercandoli a bello studio quando le circostanze non mi presentassero gl'incontri.

- W. Finalmente penserò di spesso che sono una serva inutile, che non ho fatto altro che meritarmi l'inferno co' miei peccati, il quale continuamente mi sta aperto sotto i piedi; e nelle mie meditazioni cercherò sempre di conoscere la mia miseria; il mio nulla e la mia cattiveria: però in maniera che questa cognizione di me stessa non mi abbia da togliere la confidenza in Dio, né la lena nell'operare rendendomi infingarda e pigra: anzi quanto più mi riconoscerò indegna e miserabile, con altrettanta confidenza ricorrerò al Signore per esserne ajutata.
- X. Tutte le volte che entrerò in camera farò un'atto di ossequio al Crocifisso ed a Maria SS. ma, o facendo loro una riverenza, o facendo una giaculatoria, oppure recitando un'*Ave* ed un *Gloria*.
- IΘ. Ad ogni ora brevemente entrerò nel mio interno, facendo un po' d'esame sopra quello che ho mancato nell'ora passata, e raccomandandomi a Dio ed offrendo alla sua gloria ciò che sarò per fare nell'ora avvenire.

- CIΘ. Al suono d'ogni ora, e d'ogni qualunque campana, collo spirito mi porterò avanti a Gesù Sacramentato, gli offrirò tutta me stessa, gli parlerò col cuore, e farò la Comunione spirituale e qualche atto di amor di Dio.
- V. Ogni notte risvegliandomi sorgerò dal letto, e farò visita al Crocifisso per pochi minuti, raccomandandogli i poveri peccatori, e tutte quelle anime che si trovano in punto di morte.

VIVA GESÙ E MARIA.

## **MANIERA DI FARE IL NOVIZIATO**

NEL SECOLO <sup>(1)</sup>.

---

Devi morire al mondo ed a te stessa, ecco tutta la sostanza del tuo Noviziato. Col morire al mondo eccoti rinnovata la rinunzia che hai fatta di tutto ciò che appartiene al mondo. Onori, ricchezze, vestiti, ornamenti, pasatempi, amicizie inutili da te devono essere bandite, e per queste non devi impiegare neppure una parola, un pensiero, un'azione per minima che sia, se non è di stretta necessità.

Ti ricorderai sempre che tutte queste cose le hai rinunziate al tuo Sposo Divino, e che Lui solo e la sua Croce hai scelto per tua unica eredità, sicchè tutto ciò che non è Lui e la sua Croce, deve essere dal tuo cuore intieramente bandito. Ma ciò è poco, devi inoltre morire a te stessa, a tutte le tue passioni, a tutti i tuoi desi-

---

<sup>(1)</sup> Non potendo la Ven. Capitanio adempir subito il suo desiderio di rendersi religiosa, l'11 Maggio 1828 prese a fare intanto, pur restando in mezzo al mondo, una specie di noviziato religioso, di cui qui determina la maniera.



derj, inclinazioni ecc. Tutte le persone colle quali conviverai, devi immaginarti che sieno appunto le tue care Sorelle del Monastero; onde con tutte userai dolcezza, amore, carità e soprattutto obbedienza grande. I tuoi Maggiori saranno da te considerati come la tua M. Superiora, e come tale li devi rispettare e obbedire.

Ti ricorderai sempre d'essere l'infima di tutti, onde ti studierai d'esercitarti negli uffizi più bassi ed abietti, tanto in casa che fuori. Veglierai attentamente sopra tutti i difetti tuoi, e con sincerità grande li paleserai al tuo Superiore, perché da Lui possa ricevere istruzione onde emendarti. Osserverai i tuoi voti (i quali rinnoverai ogni mattina nella S. Comunione), il tuo metodo di vita, i tuoi doveri con esattezza grande, immaginandoti di eseguire le regole del tuo caro Monastero.

Non farai mai la tua volontà in cosa alcuna per minima che sia, ma dipenderai interamente dal tuo Superiore e da' tuoi genitori. Non mostrerai mai stanchezza o dispiacere nel fare ciò che ti verrà comandato anche dagli inferiori. Più di tutto poi eserciterai un'intiero abbandono di tutta te stessa e di tutte le cose tue nelle mani del Signore. Tutto ciò che ti accaderà, lo riguarderai venuto dal cielo e ti sarà carissimo: Negli incontri al tuo genio contrarj, ti mostrerai costante e conserverai la pace e tranquillità del cuore, sicura che il tuo buon Gesù tutto permette per il tuo maggior bene. Non lasciar mai uscire dalla tua bocca neppure una parola di lamento; faresti un torto a quello Sposo che continuamente sta vegliando sopra di te, per-

ché ti succedano le cose a tuo vantaggio spirituale. Ti farai grande capitale della vita interiore, ricordandoti che Iddio parla al cuore e nella solitudine, sicchè l'orazione ed il raccoglimento saranno le quotidiane tue occupazioni. Dei pensieri inutili non ne permetterai neppure uno, e fuggirai anche tutte le parole superflue, qualora col tacere non rechi molestia ad alcuno. Riguardo al tuo operare, dimanderai ogni mese per carità licenza al tuo Superiore di poterti impiegare quanto potrai a vantaggio del tuo prossimo, non risparmiandoti in cosa alcuna; e se otterrai questa licenza, la terrai per un favore grandissimo che Iddio ti concede di poter guadagnare qualche cosa pel Paradiso; ti mostrerai però indifferente qual'ora il tuo Superiore ti comandasse di vivere vita privata, e pronta sarai a ricevere tutte le sue ordinazioni, e a lasciare qualunque cosa se a Lui paresse bene, perché in Lui devi riguardare il tuo caro Gesù.

Cercherai in ogni cosa di negare la tua volontà, ti ricorderai che nel Noviziato non devi godere, ma patire, che questo è scabroso assai; dunque ti terrai care le piccole croci che il Signore ti manderà, ti sforzerai d'essere sempre fedele al tuo Gesù, e così ti meriterai d'essere da Lui favorita con croci grandi, che sono appunto i regali più squisiti ch'Egli possa fare alle anime sue predilette.

Ti sforzerai di vivere di pura fede, solo cercando il gusto di Dio in ogni cosa. Nell'orazione, nella Comunione, nel raccoglimento, non cercherai consolazioni, ma la volontà di Dio. In fine procurerai in ogni cosa, e se fosse possi-

bile fino nei respiri, di piacere al Signore, e di fare quello solo che a Lui gusta. Per eseguir questo tutto, avrai gran confidenza nelle piaghe del tuo Gesù, nella carità della tua dolcissima Mamma, e nell'assistenza del tuo caro protettore S. Luigi Gonzaga.

Amen.

SIA ONORE E GLORIA ALLA SS. TRINITÀ  
OSSEQUIO ED AMORE A GESÙ CRISTO

## **ESERCIZIO PRATICO**

PER FACILITARE LA PRESENZA DI DIO

---

Appena svegliata la mattina mi immaginerò d'aver presente il mio Sposo Divino, anzi sopporrò d'essere da Lui stesso chiamata a fine di tenergli continua compagnia. Comincerò adunque a fissare che in Camera, per le Strade, in Chiesa, in Casa, ed in qualunque luogo avrò d'andare, dappertutto mi siegue il mio caro Sposo, non per rimproverarmi, o punirmi, ma per ajutarmi, per consolarmi, per arricchirmi delle sue grazie, per preservarmi dai pericoli, per tenere meco continuo commercio di amore e di affetti.

Mi getterò quindi subito tutta nelle sue mani, lo ringrazierò di questa amorosa continua compagnia e proporrò anch'io colla sua grazia di non perderlo mai di vista. Dopo toglierò dalla mia mente e dal mio cuore tutte le idee di mondo, di persone, di cose temporali, di impieghi domestici ecc., e mi immaginerò che nel mondo non vi sia altro che Dio ed io. Tutte queste cose le metterò nel suo Cuore SS. e da Lui andrò a prenderle di mano in mano che

dovrò in esse esercitarmi, e quindi intenderò di farle per Lui, con Lui e come da Lui stesso ordinate. Prima di sortire dalla camera mi getterò totalmente in braccio alla Divina Provvidenza, e procurerò di dispormi a tutto, accettar tutto volentieri, quand'anche in quel dì mi toccasse di soffrire il Martirio. Mi consolerò col riflesso che Iddio non mi abbandona mai, e che la sua divina presenza mi sarà un grande sostegno. Nel partire dalla casa per la strada andando in Chiesa, andrò ruminando la Meditazione che sarò per fare, procurerò di togliere dalla mia mente, dal mio cuore ogni pensiero inutile, ogni cura, ogni immagine, ogni inquietudine, ogni timore, ogni presunzione, ogni sentimento di orgoglio, di superbia, e procurerò di entrare nella S. Casa di Dio sola, per conversare col mio Sposo Divino che mi sta aspettando. Appena giunta in Chiesa, farò l'atto di Contrizione, collo Spirito mi porterò al Trono della SS. Trinità, e quindi mostrerò ad essa le mie piaghe spirituali, i miei peccati, e la pregherò, sebbene indignissima di portarmi alla sua presenza, pure a solo titolo di Carità e di compassione, d'ammettermi e di trattenermi alla sua presenza; e qui mi umilierò profondamente, e l'adorerò nell'abisso del mio niente.

Dopo mi porterò al Trono di Gesù Cristo, lo pregherò a lavare l'anima mia col suo Sangue Divino, e ad impregnosirla coi suoi meriti infiniti. Qui farò un atto di confidenza in Gesù, di diffidenza di me stessa. Indi pregherò Maria SS.ma ad insegnarmi e ad assistermi nella mia Orazione. Pre-

gherò i Serafini ad impetrarmi il loro amore, onde accendere di esso il mio povero cuore.

Dopo, abbandonata e confidata nel mio Dio, mi metterò alla S. Orazione. Qual povera *pitocca* mi metterò alla porta del Cuore del mio Gesù. Se Egli non riguardando ai miei demeriti vorrà aprirmi e richiudermi in quella fornace d'amore, io mi abbandonerò intieramente a Lui, ascolterò in silenzio ciò che si degnerà insegnarmi, goderò in pace e con quiete della sua dolce presenza, e procurerò di tener quiete le potenze dell'anima mia, onde non abbiano a disturbar sì bella Unione. Se poi mi sentirò arida nella mia Orazione, e che il Signore giustamente mi tenesse chiusa la porta, conoscerò la mia indegnità, mi umilierò, e procurerò di ajutarmi con qualche sentimento o letto sul libro, o ruminato colla mente. Il luogo delle mie Meditazioni sarà o ai piedi del Crocifisso, o alla porta del S. Cuore di Gesù, cioè le mie materie saranno o la passione di G.C., o le virtù del S. Cuore, o l'amor di Gesù Sacramentato ( eccetto il Lunedì nel quale mi applicherò a meditare i Novissimi ). Terminerò la mia orazione colla Recita del *Te Deum*, e collo stabilire qualche utile proponimento. Per meritarmi la grazia dell'Unione con Dio e della sua continua presenza, farò dal canto mio quanto posso per levare ogni impedimento all'acquisto di questa nobile Unione e Virtù. E prima mi studierò di conoscere a fondo me stessa, la mia somma viltà, l'indegnità mia, i miei innumerabili difetti, la mia somma ingratitudine, e procurerò di persuadermi internamente

ch'io sono l'infima di tutti, la più peccatrice, se Iddio non mi sostenesse con un continuo miracolo della sua grazia, la più indegna di qualunque grazia, e che se Iddio me ne fa alcuna, è tutto tratto della sua Misericordia, senza alcun mio merito. Terrò più che potrò nascosto agli occhi degli uomini tutto ciò che mi potrebbe recar onore, cercherò l'ultimo luogo in tutto, ma senza affettazione, goderò d'essere disprezzata, dimenticata, offesa, abbandonata, e non mi giustificherò allorchè verrò corretta, amando di comparir vile agli occhi degli uomini, per essere cara a Dio. Reciderò affatto ogni discorso e pensiero inutile. Mi assuefarò a tenere in gran freno i sentimenti del mio corpo, cioè ove non vi sia gloria del Signore o necessità, non alzerò occhio, non dirò parola, non ascolterò discorso, non muoverò passo. Del mio corpo procurerò di dimenticarmene affatto. Non ascolterò le sue voci lamentevoli, quando necessariamente lo devo impiegare alla gloria di Dio. I suoi bisogni, tanto nel cibo quanto nel vestito, li metterò in mano alla provvidenza, accettando, senza mai dimandar niente, quello che mi verrà offerto da miei di casa. Col cibo procurerò di mortificarmi, e nella qualità e nella quantità, mangiando il solo necessario, per non rendermi inabile al S. Esercizio dell'Orazione.

Per aver adunque sempre presente il mio Sposo Divino, appena terminata l'Orazione, m'immaginerò ch'Egli mi chiami ai miei doveri domestici raccomandandomi di fargli buona compagnia, assicurandomi ch'Egli non mi abbandonerà mai, e

comandandomi di far tutto solo per Lui. Con questo Divino Amante al lato partirò dalla Chiesa, e mi porterò con santo raccoglimento alla casa. Opererò tutto con santa lena, e con amore, e con perfezione, perché Gesù mi sta osservando. Se travaglierò nei servigj domestici, lo riguarderò al mio lato. Se farò scuola, lo terrò presente per aiutarmi, per insegnarmi, per farmi dare pazienza, prudenza, zelo, carità. Allorchè dalla fatica o dal tedio mi sentirò oppressa, darò una sguardo al mio caro Gesù, e colla sua vista mi ristorerò alquanto. Se sarò incerta del modo in cui debba operare per maggiormente incontrare il suo gusto, per giovare alle mie care giovinette, una preghiera al mio Sposo Divino mi illuminerà, e mi farà conoscere il meglio. Se la Croce mi peserà, se mi sentirò afflitta, angustiata, tremante, oh quanto mi consolerà la presenza amorosa del mio Dio! A tavola l'avrò presente, affine di potermi mortificare. In Chiesa andrò vicina a Lui, affinchè si degni ammettermi alla sua dolce conversazione. Per le strade lo terrò vicina a me, perché mi sia fido Custode, e mi preservi da ogni pericolo di peccato. Nel parlare l'avrò presente per non offenderlo. Nel tacere mi ricorderò di Lui per essere tutta sua. Nell'operare per il prossimo lo terrò vicino a me, per farlo solo per amore suo, per operare con vera carità, per fare tutto con somma pace. Rinunzierò ad ogni affetto terreno, Gesù solo sia in mezzo del mio cuore, Gesù solo sia il principio, il mezzo, ed il fine d'ogni mia opera, parola, pensiero ed intenzione. M'imma-



ginerò d'essere nel mondo solo per amar Gesù, solo per servir Gesù. Quindi la santa rassegnazione sarà la mia virtù prediletta. Se Iddio mi vorrà sana sarò contenta, se ammalata egualmente. Se mi vorrà quieta e fortunata lo ringrazierò, se mi vorrà povera e disprezzata farò lo stesso. Se mi vorrà nel mondo vi starò volentieri, se mi vorrà Religiosa egualmente. Se permetterà che sia amata, onorata, accarezzata, gliene sarò grata, e riconoscerò che Iddio dispone così per ajutare la mia debolezza: se farà che sia odiata, calunniata, offesa, gioirò alla sua presenza, e conoscerò che i miei peccati meritano anche peggio. Se vorrà che affatichi per il prossimo, che mi impieghi al suo vantaggio spirituale e corporale, lo farò con gran cuore, e solo per Lui; se vorrà che viva in abbandono, in quiete, coglierò questo tempo per maggiormente pensare a me stessa e per vivere in Orazione. Signore a voi mi raccomando fate che non abbia più a resistere alla vostra voce santissima. Conosco che volete qualche cosa da me, capisco che della mia Orazione ne siete mal contento, comprendo che per abbracciare quel che voi volete ci vuol gran virtù, gran coraggio, mi è palese in pari tempo la mia estrema debolezza e miseria, per cui mi vedo del tutto incapace a secondare la vostra voce. Quindi mi rivolgo a Voi, mi raccomando alla vostra Carità, mi abbandonerò intieramente nelle vostre braccia, disponete Voi di me secondo la vostra volontà, ch'io non desidero altro che questo.

Maria SS. ma a Voi mi raccomando con tutto

il cuore, ajutatemi a fare quanto Iddio vuole da me. Caro S. Luigi donate a me duplicato il vostro spirito di Orazione, onde possa incontrare il gusto di Dio, e pregate continuamente per me.

Viva Gesù e Maria

## **ORAZIONI VOCALI**

CHE RECITO OGNI GIORNO

---

L'Ufficio intero di Maria SS.ma

I Salmi del SS.mo Nome di Gesù. Il Lun.- Merc.- Ven.

I 5 Salmi del SS.mo Nome di Maria. Mart.- Giov.- Sab.

Alcuni *Pater* ecc. a varj Santi, che in tutto sono 12.

Alcune *Ave Maria* per varie persone, le quali in tutto di numero sono 33.

Alcune orazioni a Gesù ed a Maria e a varj Santi, che in tutto sono 8.

Tre volte alla settimana la *Via Crucis*, cioè la Domenica, il Giovedì e il Sabato.

Due volte, cioè Domenica e Giovedì i 7 Salmi Penitenziali. Il Venerdì la Corona del Sacro Cuore e quella di Maria Vergine Addolorata.

Il S. Rosario e le Orazioni del Cristiano ogni giorno.

**INTENZIONI**

CHE FISSERAI NEL RECITARE IL TUO OFFICIO

---

|                    |   |
|--------------------|---|
| Nel dire Mattutino | Penserai all'umiltà di Gesù Cristo nel lavare i piedi agli Apostoli.  |
| Alle Laudi         | Penserai all'amor di Gesù Cristo nell'istituire il SS. mo Sacramento. |
| A prima            | Penserai all'Agonia di Gesù nell'orto.                                |
| A Terza            | Alla sua Flagellazione.   |
| A Sesta            | Alla sua Incoronazione di Spini.                                      |
| A Nona             | Al suo viaggio al Calvario  |
| A Vespro           | Alla sua Crocifissione dolorosissima.                                 |
| A Compieta         | Alla sua Sepoltura.   |