

Unter dem Namen  
geistliche Übungen  
versteht man,  
jede Art,  
das Gewissen zu erforschen,  
sich zu besinnen (meditar),  
zu betrachten (contemplar),  
mündlich und rein geistig (mental) zu beten  
und andere geistliche Tätigkeiten,  
wie später noch erklärt wird.  
Denn so wie Spazieren gehen,  
Marschieren und Laufen  
körperliche Übungen sind,  
gleicherweise  
nennt man geistliche Übungen,  
jede Art die Seele vorzubereiten  
und dazu bereit zu machen (disponer)  
alle ungeordneten Neigungen (affecciones)  
von sich zu entfernen,  
und nachdem sie abgelegt sind,  
den göttlichen Willen  
zu suchen  
und zu finden  
in der Ordnung (disposicion)  
des eigenen Lebens  
zum Heil der Seele.