

Devote frequentandi, si in his friges, omnia rediisti.
 Denique quomodo te habes in studio instructo? si quamaliquando
 penitentiam agis? si quos humilitatis actus interiores et externos
 exeres? si carnem mortificare sensusque tuos, praesertim oculos,
 et palatum frangere studeas? si paupertatem et defectum tuorum
 consideras, verum temporalium libenter potas? si voluntate
 abnegare, et superiori tuo propter Deum Sancti te in omnibus
 subicere conaris?

Hoc modo actiones tuas diligenter considera; examina opera:
 et tunc prope tibi in veritate dici ab angelo custode tuo: non
 invenio opera tua plena coram Deo meo emenda igitur defectus,
~~quos~~ ut melius potes: excogita ipsius industria in Domino,
 quomodo melior fias: stude, in ipse te ipsum, pete gratiam et
 spiritum, quo proficis ad invenire media, ad perficiendas actiones
 tuas. Hoc enim vocamus considerationem actionum, studium scilicet:
 affectuum, et inventionem defectuum, ac contra meditationem proficiendi.
 Finaliter flecte genua coram Deo, deprecare deus, scribe
 tibi nova proposita in futurum, pete humiliter gratiam et di:

Tua nos Domine gratia proveniat semper et sequatur, ac bonis
 operibus jugiter praestet esse intentos. Actiones nostras, quosumus
 Domine, aspirando proveni, et adjuvando prosequere, ut cuncta
 nostra oratio et operatio a te semper incipiat, et per te consummatur
 per Christum Dominum nostrum, Amen.

Consideratio De modo orandi mentaliter.

De oratione
 mentali.

I oratio mentalis est elevatio mentis in Deum, qua nimirum
 animus suas cogitationes, sive actus intellectus, et affectus,
 sive actus voluntatis a vanis terrenis, et peccatis rebus
 transferat ad aeterna, ad divina ac caelestia.