De la lecture spirituelle	32
Du chapelet	32
Du souper	34
De la prière du soir	34
Méthode d'examen général	35

CHAPITRE II.

Des exercices hebdomadaires.

De la confession	37
De la sainte communion	39
Des offices de l'église	40
De l'office divin	41
De la coulpe	42
Des récréations et des congés	44

CHAPITRE III

Des exercices mensuels.

De la retraite mensuelle	49
Du rendement de compte à la supérieure	50

CHAPITRE IV.

Des exercices annuels.

De la retraite annuelle	51
Des processions	54
De l'exposition des reliques	55