

exámen particular sino de una cosa sola, que aun un vicio ó una virtud conviene muchas veces y lo mas ordinario dividir en partes y grados é ir poco á poco trayendo exámen particular, primero de una parte ó grado y despues de otra, para asi poder mejor conseguir lo que se desea, porque si lo tomásemos en general todo junto no haríamos nada; como si uno quiere traer exámen particular de desarraigir de sí la soberbia y alcanzar la humildad, no lo ha de tomar asi en general: «no tengo de ser soberbio en nada, sino en todo humilde,» porque eso comprende mucho, seria mas que si trajese exámen de tres ó cuatro cosas juntas, y asi hará poca hacienda, porque abarca mucho; sino ha de dividir eso en partes ó grados, porque de esa manera divididos los enemigos y tomando á cada uno por sí, se vencerán mejor y vendremos á alcanzar mas brevemente lo que deseamos.

Para que esto se pueda poner mejor en práctica pondremos aqui algunas cosas principales de que se puede traer el exámen particular, dividiéndolas en sus partes y grados; y aunque en algunas virtudes hacemos esto en sus tratados particulares, pero para que se halle todo junto, por ser este su propio lugar, lo recogeremos aqui, y podranos tambien servir de dechado y espejo en que nos miremos si vamos aprovechando, y veamos lo que nos falta para alcanzar la perfeccion.

CAPITULO V.

Cómo se ha de traer y dividir el exámen particular por las partes y grados de las virtudes.

De la humildad.

- I. No decir palabras que puedan redundar en mi alabanza y estima.
- II. No holgarme cuando otro me alaba

y dice bien de mí, antes tomar de eso ocasión para humillarme y confundirme mas, viendo que no soy tal como los otros piensan, ni cual debia ser; y con esto se puede juntar holgarme cuando alaban y dicen bien de otro. Y cuando tuviere algun sentimiento de esto, ó algun movimiento de envidia, apuntarlo por falta, y tambien cuando tuviere alguna contemplacion ó contentamiento vano de que dicen bien de mí.

III. No hacer cosa alguna por respetos humanos, ni por ser visto y estimado de los hombres, sino puramente por Dios.

IV. No escusarme, y mucho menos echar la culpa á otro ni exterior ni interiormente.

V. Cortar y cercenar luego los pensamientos vanos, altivos y soberbios que me vinieren de cosas que toquen á mi honra y estima.

VI. Tenerlos á todos por superiores, no solo en sola la especulacion, sino en la práctica y en el ejercicio, habiéndome con todos con aquella humildad y respeto como si me fuesen superiores.

VII. Llevar bien todas las ocasiones que se me ofrecieren de humildad, y en esto tengo de ir creciendo y subiendo por estos tres grados: 1.º Llevándolas con paciencia; 2.º Con prontitud y facilidad; 3.º Con gozo y alegría. Y no tengo de parar hasta tener gozo y regocijo en ser despreciado y tenido en poco, por parecer é imitar á Cristo nuestro Redentor que quiso ser despreciado y tenido en poco por mí.

VIII. Lo octavo se puede traer exámen particular, asi en esta materia como en otras semejantes, de hacer algunos actos y ejercicios de humildad, y de cualquiera otra virtud de que trajere uno exámen particular, asi interiores como exteriores, actuándose en aquello tantas veces á la mañana y tantas á la tarde, comenzando con menos y yendo añadiendo mas hasta que vaya ga-

nando hábito y costumbre en aquella virtud.

De la caridad fraterna.

I. No murmurar ni decir falta alguna de otro, aunque sea ligera y pública, ni deshacer sus cosas, ni dar muestra alguna de desestima de él ni en presencia ni en ausencia, sino procurar que de mi boca todos sean buenos, honrados y estimados.

II. Nunca decir á otro: «Fulano dijo esto de vos,» siendo cosa que puede recibir algun disgusto por pequeño que sea, porque es sembrar discordias y zizana entre los hermanos.

III. No decir palabras picantes, ni de que otro se pueda mortificar, ásperas ó impacientes. No porfiar, ni contradecir, ni reprender á otro sin tener cargo de ello.

IV. Tratar á todos con amor y caridad, y mostrarlo en las obras procurando acudirles, ayudarles y darles contento en cuanto pudiere; y especialmente cuando uno tiene oficio de acudir á otros, ha de procurar mucho esto, y suplir con el buen modo y con las buenas respuestas y palabras lo que no pudiere con la obra.

V. Evitar cualquier aversion, y mucho mas el mostrarla, como seria dejar, por algun disgusto, de hablar á otro y de acudirle en algo pudiendo, ó dar significacion alguna de estar quejoso de él.

VI. No ser singular con ninguno en el trato, evitando familiaridades y amistades particulares que ofenden.

VII. No juzgar á nadie, antes procurar de escusar sus faltas consigo y con otros teniendo mucha estima de todos.

De la mortificacion.

I. Mortificarme en las cosas y ocasiones que se ofrecen sin andarlas yo á buscar, ahora vengan inmediatamente de parte de Dios, ahora vengan por medio de los superiores, ó por medio de nuestros pró-

mos y hermanos ó por otra cualquiera via, procurando llevarlas bien y aprovecharme de ellas.

II. Mortificarme y vencerme en todo aquello que me impidiere el guardar mis reglas y el hacer bien hechas las cosas ordinarias que cada dia hago, asi espirituales como exteriores; porque todas las faltas que en esto hacemos, son, ó por no vernos y mortificarnos en padecer algun trabajo, ó por no abstenernos de algun gusto y deleite.

III. Mortificarme en andar con la modestia que debo á religioso, y especialmente en lo que toca á ojos y lengua, cuando en eso hubiere alguna falta.

IV. Mortificarme en algunas cosas que licitamente pudiera hacer, como en no salir del aposento, no ver alguna cosa curiosa, no preguntar ni querer saber lo que no importa, no decir alguna cosa que tengo gana de decir, y otras cosas semejantes; trayendo exámen de hacer tantas mortificaciones de estas á la mañana y tantas á la tarde, comenzando con menos y yendo añadiendo mas, porque el ejercicio de estas mortificaciones voluntarias, aunque sea en cosas pequeñas, es de muy gran provecho.

V. Mortificarme en las mismas cosas que tengo obligacion de hacer, de esta manera, que cuando voy á comer, estudiar, leer, predicar ó á otro cualquier ejercicio de que gusto, mortifique primero mi apetito y voluntad, diciendo con el corazón: «no quiero, Señor, hacer esto por mi gusto, sino porque Vos lo quereis.»

De la abstinencia, ó gula.

I. No comer cosa alguna antes ni despues de la hora comun, ni fuera del lugar de la refeccion.

II. Contentarme con lo que se da á la comunidad, no queriendo otras cosas, ni

aquellas mismas guisadas de otra manera, no admitiendo particularidades sin muy conocida necesidad.

III. En esas cosas comunes no exceder en la cantidad la regla de la templanza.

IV. No comer con mucha ansia, ni con mucha prisa, sino con modestia y decencia, no dejándome llevar del apetito.

V. No hablar de cosas de comida, y mucho menos murmurar ó quejarme de ella.

VI. Cortar y atajar pensamientos de gula.

De la paciencia.

I. No dar alguna señal exterior de impaciencia, antes darla de mucha paz en palabras y obras y en el semblante del rostro, reprimiendo todos los movimientos y afectos contrarios.

II. No dar lugar que entre en el corazón perturbacion alguna, ó sentimiento, ó indignacion, ó tristeza; y mucho menos deseo de venganza alguna, aunque sea muy liviana.

III. Tomar todas las cosas y ocasiones, que se me ofrecieren, como enviadas de la mano de Dios para mi bien y provecho, de cualquiera manera y por cualquier medio ó via que vengan.

IV. Irme ejerciendo y actuando en esto por estos tres grados: lo primero, llevando todas las cosas que se me ofrecieren con paciencia; lo segundo, con prontitud y facilidad; lo tercero, con gozo y alegría, por ser aquella la voluntad de Dios.

De la obediencia.

I. Ser puntual en la obediencia exterior, dejando la letra comenzada, y acudiendo tambien á la significacion de la voluntad del superior sin esperar mandato espreso.

II. Obedecer de voluntad y corazón, teniendo un mismo querer y voluntad con el superior.

III. Obedecer tambien con el entendimiento y juicio, teniendo un mismo parecer y sentir con el superior, no dando lugar á juicios ó razones contrarias.

IV. Tomar la voz del superior y de la campanilla como si fuese voz de Dios; y obedecer al superior, cualquiera que sea, como á Cristo nuestro Señor, y tambien á los oficiales subordinados.

V. Tener obediencia ciega: esto es, obedecer sin inquirir ni examinar, ni buscar razones por qué ni para qué; sino que me baste por razon el ser obediencia y mandarlo el superior.

VI. Pasar á los actos de voluntad, actuándome cuando obedezco, en que estoy allí haciendo la voluntad de Dios, y que ese sea todo mi gusto y contento.

De la pobreza.

I. No dar ni recibir de otro, de dentro ó fuera de casa, cosa alguna sin licencia.

II. No prestar ni tomar cosa alguna de la casa ó aposento de otro, sin licencia.

III. No tener cosa alguna superflua, desahaciéndome de todo lo que no fuere necesario, asi en los libros y adrezo del aposento, como en el vestido y en todo lo demas.

IV. En las mismas cosas necesarias de que usare, tengo de procurar parecer pobre, pues lo soy, procurando que sean de las mas pobres, llanas y de menos valor; de manera, que en el aposento, vestido, comida y en todo lo demas resplandezca siempre la virtud de la pobreza, y se eche de ver que soy pobre; deseando y holgándome que lo peor de casa sea siempre para mí, para mi mayor abnegacion y provecho espiritual.

V. Holgarme que aun en las mismas cosas necesarias me falte algo, porque ese es verdadero y perfecto pobre de espíritu é imitador de Cristo nuestro Redentor que,

siendo tan rico y poderoso (1), se hizo pobre por nuestro amor y quiso sentir falta en las cosas necesarias, padeciendo hambre, sed, frio, cansancio y desnudez.

De la castidad.

I. Traer recato en la vista, no mirando personas ni cosas que puedan ser incentivo de tentacion.

II. No decir ni oír palabras que toquen á esta materia, ó que puedan despertar movimientos ó pensamientos malos, ni leer cosas semejantes.

III. No dar lugar á pensamientos ningunos que toquen á esto, aunque sea muy de lejos, desechándolos con mucha diligencia y presteza luego al principio.

IV. No tocar á otra persona ni en las manos, y mucho menos en rostro ó cabeza, ni dejarse tocar.

V. Guardar consigo mismo mucha decencia y honestidad en no mirarse, descubrirse ó tocarse, fuera de lo precisamente necesario.

VI. No tener amistades particulares ni dar ni recibir doncellas ni cosas de comer, y con personas ocasionadas y con quien siente este afecto é inclinacion andar con mucho recato huyendo buenamente su trato y conversacion, que suele ser único remedio en estas cosas.

De hacer las obras ordinarias bien hechas.

I. No dejar dia ninguno de hacer mis ejercicios espirituales cumplidamente, dándoles todo el tiempo diputado para ellos; y cuando en ese tiempo hubiese alguna ocupacion forzosa, suplirlo en otro.

II. Hacer la oracion mental y los exámenes general y particular bien hechos, guardando sus adiciones, y deteniéndome en los exámenes en el dolor y confusion de las faltas, y en el propósito de enmendarme de

(1) II, ad Cor. VIII, 9.

ellas, mas que en examinar las veces que he faltado, porque en eso está la fuerza y ruto del exámen, y por falta de esto suelen algunos aprovecharse poco de él.

III. Hacer bien los demas ejercicios espirituales, misa, rezar, leccion espiritual y las penitencias y mortificaciones, asi públicas como particulares, procurando sacar de ello el fin y fruto para que está ordenada cada cosa, y no haciéndola como por costumbre, por cumplimiento y ceremonia.

IV. Hacer mi oficio y ministerios bien hechos, haciendo todo lo que yo pudiere y fuere de mi parte, para que vayan bien como quien lo hace por Dios y delante de Dios.

V. De no hacer falta ninguna de propósito.

VI. De hacer mucho caso de cosas pequeñas;

VII. Y porque, en hacer bien y con perfeccion estas obras ordinarias, que cada dia hacemos, está mi aprovechamiento y perfeccion, tengo de tener mucho cuidado de tiempo en tiempo, cuando sintiere que me voy entibiando en esto, tornar á traer por algunos dias el exámen particular de ello, para renovarme y rehacerme en hacerlas bien.

De hacer todas las cosas puramente por Dios.

I. No hacer cosa por respeto alguno humano, ni por ser visto y estimado de los hombres, ni por mi comodidad ó interés, ni por mi gusto ó contentamiento.

II. Hacer todas las obras puramente por Dios, acostumbRANDOME á referirlas actualmente todas á Dios: lo primero, á la mañana en despertando; lo segundo, al principio de cada obra; lo tercero, tambien en la misma obra, levantando muchas veces en ella el corazón á Dios, diciendo: «por vos, Señor, hago esto, por vuestra gloria, por que Vos asi lo quereis.»

III. Ir trayendo este exámen de actuar-me en lo sobredicho tantas veces á la mañana y tantas á la tarde, comenzando con menos y yendo añadiendo mas, hasta que vaya ganando hábito y costumbre de levantar muy frecuentemente el corazon en las obras á Dios, y que ya no se me vayan los ojos á mirar en ellas otra cosa que su Divina Magestad.

IV. No tengo de parar en este exámen y ejercicio hasta que venga á hacer las obras como quien sirve á Dios y no á hombres, y hasta que venga á hacerlas de tal manera que esté siempre en ellas actualmente amando á Dios, holgándome de que estoy allí haciendo su voluntad, y que todo mi gusto y contentamiento en ellas sea ese; de suerte, que cuando estuviere obrando, más parezca que estoy amando que obrando.

V. Esta ha de ser la presencia de Dios en que tengo de andar, y la continua oracion que tengo de procurar traer; porque será muy buena y muy provechosa para mi alma, y me ayudará á hacer las cosas bien hechas y con perfeccion.

De la conformidad con la voluntad de Dios.

I. Tomar todas las cosas y ocasiones que se ofrecieren, ahora sean grandes, ahora pequeñas, por cualquier via y de cualquier manera que vengan, como venidas de la mano de Dios, que me las envia con entrañas de padre para mi mayor bien y provecho, y conformarme en ellas con su santísima y divina voluntad, como si viese al mismo Cristo que me está diciendo: «hijo, yo quiero que ahora hagas ó padezcas esto.»

II. Procurar ir creciendo y subiendo en esta conformidad con la voluntad de Dios en todas las cosas por estos tres grados: lo 1.º llevándolas con paciencia; lo 2.º con prontitud y facilidad; lo 3.º con gozo y alegría, por ser aquella la voluntad y contento de Dios.

III. No tengo de parar en este exámen y ejercicio hasta que halle un entrañable gusto y regocijo en que se cumpla en mí la voluntad del Señor, aunque sea con trabajos, menosprecios y dolores, y hasta que todo mi gozo y contento sea la voluntad y contento de Dios.

IV. No dejar de hacer cosa que entienda ser voluntad de Dios y mayor gloria y servicio suyo, procurando imitar en esto á Cristo Nuestro Redentor, que dijo: «Yo siempre hago aquello que agrada mas á mi Eterno Padre (1).»

V. Andar en este ejercicio será muy buen modo de andar en la presencia de Dios y en continua oracion y muy provechoso.

VI. El exámen de la mortificacion que pusimos arriba se podrá traer mejor por via de conformidad con la voluntad de Dios, tomando todas las cosas y ocasiones como venidas de la mano Dios, de la manera que aquí se ha dicho, y de esta manera será mas fácil y gustoso, y mas provechoso, porque será ejercicio de amor de Dios.

Háse de advertir que no queremos decir que el exámen particular se haya de traer por el orden que aquí se ponen las virtudes, ni por el orden de los grados ó partes que se pone en cada una de ellas; sino la regla que en esto se ha de tener ha de ser que cada uno escoja la virtud de que mas necesidad tuviere, y en ella comience por aquella parte ó grado que mas le menester; y en concluyendo con eso, vaya escogiendo de lo demas lo que mas le conviniere hasta alcanzar la perfeccion de aquella virtud con la gracia del Señor.

CAPITULO VI.

Que no se ha de mudar fácilmente la materia del exámen particular, y que tanto tiempo será bien traerle de una misma cosa.

Háse de advertir aqui que no habemos

(1) Ego quae placita sunt ei facio semper. Joann. VIII, 29.

de mudar fácilmente la materia del exámen, tomando ya una cosa ya otra, porque eso es andar, como dicen, alrededor y no hacer jornadas; sino habemos de procurar seguir una cosa hasta el cabo, y despues dar tras otra. Una de las causas de aprovecharse algunos poco del exámen suele ser esta, porque no hacen sino dar unas arremetidas, trayendo exámen sobre una cosa por ocho ó quince dias, ó por un mes, y luego se cansan y pasan á otra sin haber alcanzado la primera, y dan otra arremetida, y despues otra. Asi como el que tomase á pechos subir una piedra, por una ladera arriba, á la cumbre de un monte, y despues de subida ya un trecho, se cansase y la soltase y dejase rodar hasta abajo, y despues tornase otra y otra vez á hacer lo mismo, este nunca jamás, por mucho que trabajase, acabaria de poner esta piedra en su lugar: asi son los que comienzan á traer exámen de una cosa, y antes de llevarla al cabo y alcanzarla, la dejan y toman otra y otra. Esto es cansar y no acabar; siempre aprender, y nunca llegar al conocimiento ó ciencia de la verdad (1). Este negocio de la perfeccion no se alcanza con arremetidas, sino con mucha perseverancia; es menester insistir y tomar á pechos una cosa, y porfiar hasta salir con ella, aunque nos cueste mucho.

Dice el glorioso San Crisóstomo: «asi como los que caban algun tesoro ó alguna mina de oro ó plata, no dejan de cabar y sacar la tierra, y quitar todos los impedimentos que se les ponen delante, y ahondar diez y veinte estados, hasta dar con el tesoro que buscan, asi nosotros que buscamos las verdaderas riquezas espirituales y el verdadero tesoro de la virtud y perfeccion, no habemos de descansar hasta dar con él, ven-

ciendo todas las dificultades, sin que cosa alguna se nos ponga delante (1). Perseguiré mis enemigos, dice el Profeta (2), y no me cansaré ni volveré atras hasta alcanzar victoria de ellos.» Esta santa porfia es la que vence al vicio y alcanza la virtud, y no el dar arremetidas.

Pues entremos ahora en cuenta. ¿De cuántas cosas habeis traído exámen despues que tratais de eso? Si habeis salido con todas, ya sereis perfecto; y si no habeis salido con una, ¿para qué la dejastes? Direis que no os iba bien en aquello. Y aun por eso no os va bien, porque andais mudando hitos; y no teneis perseverancia en llevar una cosa hasta el cabo. Si trayendo exámen y cuidado particular de aquella cosa decís que no os iba bien en ella, peor os irá no trayendo exámen de ella. Porque si el que propone falta muchas veces, ¿qué será el que tarde ó nunca propone? Todavía aquel proponer á la mañana, y á medio dia, y á la noche, os será algun freno para no caer tantas veces. Y aunque os parezca que nunca os acabais de enmendar y que no haceis nada, no por eso desmayeis y lo dejeis, sino humillaos y confundios en el exámen, y tornad á proponer y comenzar de nuevo, que para eso permite Dios las caidas y que quede algun gebuseo en la tierra de vuestra ánima, para que acabeis de entender que no podeis nada por vuestras fuerzas, sino que todo os ha de venir de la mano de Dios, y así tengais recurso á él y andeis siempre colgado de él. Muchas veces anda uno con esto mas fervoroso y diligente en su aprovechamiento que si luego le diera el Señor lo que deseaba (3). Pero preguntará alguno: ¿cuánto tiempo será bueno traer exámen particular sobre

(1) Chrysot. hom. 5, super Gen.

(2) Persequar inimicos meos, et comprehendam illos, et non convertar donec deficiant. Ps. XVII, 38.

(3) Trat. 8, c. 31.

(1) Semper discentes, et numquam ad scientiam veritatis pervenientes. II. ad Tim. III, 7. B. del C., tomo XIV.—I.—EJERCICIO DE PERFECCION Y VIRTUDES CRISTIANAS.—T. I,

una cosa? San Bernardo y Hugo de Santo Victor tratan esta cuestion: ¿cuánto tiempo será bueno pelear contra un vicio? Y responde: que hasta que vaya tan de caída el vicio que, en asomando y rebelándose, luego le podais fácilmente reprimir y sujetar con la razon. De manera que no es menester esperar á no sentir la pasion, ni la repugnancia, que eso seria nunca acabar; dice Hugo de Santo Victor que eso es mas de ángeles que de hombres. Basta que ya aquel vicio ó pasion no os sea molesta, ni os dé mucho en que entender, sino que en levantándose la aventeis y echeis de vos con facilidad; entonces bien podreis pasar á pelear y traer exámen de otra cosa. Aun allá dijo Séneca: «peleamos contra los vicios, no para vencerlos del todo, sino para no ser vencidos (1).» No es menester que del todo no sintamos el vicio, basta que vaya ya de vencida, de manera que no nos sea impedimento ni estorbo para lo que nos conviene.

Para acertar mejor en esto, el medio mas conveniente es comunicarlo cada uno con su padre espiritual, que esta es una de las cosas principales en que es menester consejo, porque algunas cosas hay de que basta traer exámen poco tiempo, como digimos arriba (2); otras hay en que es bien empleado el exámen un año y aun muchos años, porque «si cada año desarraigásemos un vicio, presto seriamos perfectos (3);» y cosas hay que toda la vida será muy bien empleada en una de ellas, porque esa le bastará á uno para alcanzar la perfeccion. Y asi habemos conocido algunos que han tomado á pechos una cosa y traído de ella exámen particular casi toda su vida, y asi se señalaron y esmeraron en ella, unos en la virtud de la paciencia, otros en una pro-

(1) Contra vitia pugnamus, non ut penitus vincamus, sed ne vincamur. Seneca.
 (2) Cap. III.
 (3) Thom. de Kempis.

fundísima humildad, otros en una conformidad grande con la voluntad de Dios, otros en hacer todas las cosas puramente por Dios. Pues de esta manera tambien nos habemos de procurar aventajar nosotros en alguna virtud, insistiendo y perseverando en eso hasta alcanzarlo. Y no quita esto el interrumpir algunas veces este exámen; antes conviene que se haga asi, volviendo á traer exámen por ocho ó quince dias del silencio, de hacer bien hechos los ejercicios espirituales, de hablar bien de todos, de no decir palabra que pueda ofender á nadie en ninguna manera, y de otras cosas semejantes que suelen tornar á brotar y reverdecer en nosotros, y volvernos luego á nuestro puesto y proseguir nuestro intento principal, hasta salir con lo que pretendemos.

CAPITULO VII.

Cómo se ha de hacer el exámen particular.

La segunda cosa principal que propusimos tratar es, cómo se ha de hacer este exámen. El exámen particular tiene tres tiempos, y dos veces examinarse (1). El primer tiempo es luego á la mañana, en levantándose, ha de proponer cada uno de guardarse con diligencia de aquel vicio ó defecto particular de que se quiere corregir y enmendar. El segundo tiempo es al medio dia, en que se ha de hacer el primer exámen, el cual tiene tres puntos; el 1.º es pedir gracia á nuestro Señor para abordar-se cuántas veces ha caído en aquel defecto de que trae exámen particular; el 2.º es tomar cuenta á su ánima de aquel defecto ó vicio, discurriendo desde la hora que se levantó y propuso hasta la hora presente, y ver cuántas veces ha caído en él, y ha de hacer tantos puntos en una línea ó raya de

(1) S. Ignat. lección de espíritu.

un cuadernico ó librito, que ha de tener para esto, cuántas veces hallare haber caído; el 3.º pesarle de haber caído, pidiendo á Dios perdón de ello y proponer de no caer á la tarde en aquello con la gracia del Señor. El tercer tiempo es á la noche, antes de acostarse: entonces se ha de hacer el exámen segunda vez, ni mas ni menos que al medio dia, por aquellos tres puntos, discurriendo desde el exámen pasado hasta entonces, y poniendo en otra segunda línea tantos puntos cuantas veces hallare haber caído; y para estirpar mas fácilmente y mas presto aquel defecto ó vicio de que traemos exámen, pone nuestro Padre cuatro advertencias que llama adiciones: la primera, que cada vez que cae el hombre en aquel vicio ó defecto particular, se arrepienta de ello poniendo la mano en el pecho, lo cual se puede hacer aunque esté delante de otros sin que sientan lo que hace: la segunda, que á la noche, despues de hecho el exámen, confiera los puntos de la tarde con los de la mañana, á ver si ha habido alguna enmienda: la tercera y cuarta, que confiera tambien el dia de hoy con el de ayer, y la semana presente con la pasada para este mismo efecto.

Toda esta doctrina es sacada de los Santos. El bienaventurado San Antonio Abad, como se refiere en la Historia Eclesiástica (1), aconsejaba que se notasen por escrito las faltas que resultaban del exámen, para que asi se avergonzase mas el hombre y tratase de enmendarse viendo y considerando sus faltas. Lo mismo dice San Juan Climaco (2), el cual, no solo á la noche y al tiempo del exámen, sino á todas horas quiere que ande uno notando la falta en que cae luego en haciéndola, para que asi pueda mejor hacer el exámen, como el buen cam-

(1) Sozomen. lib. 4, hist. Tripart. c. 11, et Niceph. lib. 8, cap. 4.
 (2) S. Joann. Clim. c. 4.

biador ó mercader, y el buen despensero, luego apunta en un memorial lo que vende ó compra, para que no se quede nada por olvido, y asi á la noche pueda hacer mejor sus cuentas. San Basilio y San Bernardo espresamente ponen (1) y aconsejan el conferir un dia con otro, para que asi pueda uno conocer mejor su aprovechamiento, y procure con diligencia ser cada dia mejor y mas semejante á los ángeles. San Dorotheo aconseja el conferir una semana con otra y un mes con otro (2).

El modo que nos pone nuestro Padre de tomar la enmienda de nuestra falta á trechos y poco á poco, de medio dia en medio dia no mas, es un medio que pone San Crisostomo, San Efren y San Bernardo (3) por eficazísimo para desarraigar cualquier vicio ó falta que tengamos; y aun allá le pone Plutarco (4) y trae el ejemplo del otro que de su condicion era muy colérico y sentia mucha dificultad en irse á la mano, y tomó por tarea no enojarse por un dia, y asi estuvo un dia sin enojarse, y luego esotro dia dice: «pues hoy tampoco me tengo de enojar, por hoy siquiera;» y guardólo, que tampoco se enojó aquel dia, é hizo asi otro dia y otro hasta que vino á hacerse de una condicion muy suave y blanda: pues este es el modo que nos enseña nuestro Padre en el exámen particular para que la pelea se nos haga mas fácil. Asi como al enfermo que tiene hastío le dan poco á poco la comida, para que la pueda comer; si le pusiédes delante toda la gallina, pareceriale imposible haber de comer todo aquello y no podria comer bocado, cortáisle un

(1) Basil. serm. 1, de abdicatione sive renunt. seculi istius et spirital. perf.—Bernard. in spec. monachorum.
 (2) Dorotheus, doctr. 10.
 (3) Chrys., serm. contra concubinarior.—Bernard. in quadam formula bene vivendi canonicor. et vicarior. c. 24.
 (4) Plutarco. in dialogo de cohibenda iracundia.