

poquito y dáisselo, y lo obro tenéislo allá escondido entre dos platos: de esa manera, poco á poco, bocadico á bocadico le haceis comer todo lo que ha menester; á ese modo nos quiere llevar nuestro Padre en el exámen particular como á enfermos y flacos; poco á poco, de medio día en medio día, para que lo podamos llevar; porque si lo tomásemos todo junto, en todo el año no tengo de hablar, toda mi vida tengo de andar los ojos bajos, tan enfrenado y con tanta modestia: en solo pensarlo, por ventura os cansareis y os parecerá que no lo podreis llevar y que será una vida triste y melancólica; pero por medio día siquiera, por una mañana hasta hora de comer, ¿quién no andará compuesto y enfrenada la lengua? Despues á medio día proponéis solamente para la tarde, porque esotro día Dios dijo lo que será; y ¿qué sabeis si llegareis allá? y si llegáredes, tampoco es mas que un día, y no os pesará mañana de haber andado hoy con ese recato, ni quedareis cansado de haber andado con cuidado el día de hoy, antes os hallareis muy alegre por ello y mas dispuesto para hacerlo mejor y con mas facilidad y suavidad. Algunas veces creo que faltan algunos en hacer hincapié en esto de proponer solamente por este medio día, y ayudariates mucho para proponer con mas eficacia.

En las Crónicas de San Francisco (1) se cuenta de fray Junipero que, aunque él siempre hablaba muy poco, pero una vez, por seis meses continuos, guardó perpetuo silencio, de esta manera; el primer día, propuso de no hablar por honra de Dios Padre; el segundo, á reverencia de Dios Hijo; le tercero, por reverencia del Espiritu Santo; el cuarto, por amor de Nuestra Señora; y así discurria por todos los Santos, guardando cada día el silencio con nuevo fervor

(1) P. 2, lib. 6, c. 38. *Histor. Minorum.*

y devocion por amor de alguno de ellos. De esta manera se anima uno mas á enmendarse de aquello de que trae exámen particular, y se confunde y avergüenza tambien mas de las faltas que hace, pues en tan poco tiempo no pudo cumplir su propósito; y así por todas partes nos ayudará mucho este medio.

**CAPITULO VIII.**  
Que en el exámen habemos de insistir y detenernos, principalmente en el dolor y propósito de la enmienda.

Lo que particularmente se debe advertir mucho acerca del modo de hacer el exámen, es, que de tres puntos que tiene, los dos postreros son los más principales: que es, el dolernos y arrepenirnos de nuestras culpas y descuidos; y el proponer firmemente la enmienda, conforme á aquello del Profeta: "Compungíos en vuestras camas (1)." En esta compuncion y arrepenimiento y en este propósito firme de no tornar á caer, está toda la fuerza y eficacia del exámen para enmendarnos, y así en esto se ha de gastar el principal tiempo. Una de las causas principales por que muchos se aprovechan y enmiendan poco en los exámenes, es, porque se les va todo aquel tiempo en andar buscando las veces que cayeron en las faltas, y apenas han acabado este punto, cuando se acaba el tiempo del exámen y hacen superficialmente lo demás; no se detienen en el dolor y arrepenimiento de sus culpas, ni en confundirse y pedir perdón de ellas, ni en hacer propósitos firmes de enmendarse á la tarde ó esotro día, ni en pedir á Dios gracia y fuerzas para ello; de ahí viene que cuantas veces caisteis hoy, tantas caeis mañana, porque

(1) Et in cubilibus vestris compungimini. Ps. IV, 5.

en el exámen no hicisteis sino acordaros y traer á la memoria las veces que habiadescuido, y ese no es medio para enmendarnos, sino es el primer punto del exámen, y el fundamento sobre el cual han de caer esotros dos puntos principales. El medio eficaz para enmendarnos, es el doleros y arrepeniros muy de veras de vuestras culpas, y proponer firmemente la enmienda y pedir á nuestro Señor gracia para ello; y si eso no haceis, no os enmendareis. Andan tan bien hermanadas entre si estas dos cosas, dolor de lo pasado y enmienda en lo porvenir, que al paso que anda lo uno, anda lo otro, porque cierto es, que cuando aborrecemos de veras alguna cosa, ponemos cuidado para no dar en ella.

Cada dia decimos y predicamos esto á los seglares, razon será que lo tomemos para nosotros. ¿Qué es la causa, decimos, que los del mundo tornan tan fácilmente á recaer en los mismos pecados despues de tantas confesiones? ¿Sabeis qué? La causa suele ser muy comunmente que no los aborrecieron de veras, ni vienen á las confesiones con propósitos firmes de nunca mas tornar á pecar; y así, como nunca el corazon se acaba de volver del todo á Dios, sino á media cara, como dicen, fácilmente se vuelven á lo que nunca dejaron del todo: que si de veras les pesará y aborrecieran el pecado, y tuvieran propósito firme de nunca mas volver á pecar, no tornaran tan fácilmente á él luego, en saliendo de la confesion, como si no se hubieran confesado: pues por eso tambien caeis vos en las mismas faltas á la tarde que á la mañana, y hoy en las mismas que ayer, porque no os pesó de veras de ellas; no las aborrecisteis de corazon; no propusisteis firmemente la enmienda ni os detuvisteis en eso, que, si eso hiciérades, no tornáredes tan fácilmente y tan presto á ellas, porque no solemos nosotros hacer tan fácilmente aquello que aborrecimos y

nos dolió y dió pena el haberlo hecho. El dolor y arrepenimiento de los pecados, cuando es verdadero, no solo quita los pecados pasados, sino es medicina preservativa para lo porvenir, como dijimos arriba (1): porque el que anda aborreciendo el pecado, lejos está de caer de nuevo en él. Aun allá el otro filósofo conoció la eficacia y fuerza de este medio para no caer en pecado, porque pidiéndole una mala muger un precio excesivo por pecar, respondió: «No compro yo tan caro el arrepenirme y el pesarme (2).» Nótese esta razon que es digna, no solo de filósofo, sino de hombre cristiano y religioso. Algunas veces me pongo á considerar el desatino de los que se afreven á pecar con decir: «despues me arrepeniré y Dios me perdonará.» Pues ¿cómo, en qué seso cabe que por cumplir ahora vuestro apetito y recibir un gusto breve que se pasa en un momento, escogais y compreis tener despues toda la vida un perpétuo pesar y arrepenimiento de haberlo cumplido? Porque aunque es verdad que Dios os perdonará despues ese pecado, si os arrepenís de él; pero al fin, para que os perdone, es menester que os arrepeniais y os pese despues de haberlo hecho. Mucha fuerza hace esta razon, aun hablando acá de las tejas abajo, aunque no hubiese por medio el amor de Dios, que ha de ser siempre lo principal, sino solo nuestro contento y amor propio. No quiero hacer aquello que sé que despues me ha de dar mucha pena y mucho dolor el haberlo hecho; el gusto de hacerlo se pasa en un momento, y el pesar y dolor de haberlo hecho ha de durar toda la vida; de manera que nunca jamás me puedo contentar ni complacer de ello. Gran desatino es esto: ¿tanto pe-

(1) Trat. 3, c. 5.

(2) Ego tantum poenitare non emo. Demosthenes. Refert. Aulus Gellius, l. 1, c. 8.

sar por tan pequeño placer: *Ego tanti poenitere non emo*; y mejor el Apóstol: "¿Qué fruto sacasteis de aquello de que ahora os avergonzais? (1) ¿Qué tiene que ver aquel contentillo que tomastes, con el pesar que habéis de tener después? Esto se ha de considerar de antemano antes de caer. Cuando viene la tentacion habéis de hacer esta cuenta y decir: «no quiero hacer aquello de que me tengo después de avergonzar y arrepentir toda mi vida.» Aun acá, cuando queréis persuadir á uno que no haga una cosa, le decís: «mirad que os arrepentireis después de haberlo hecho;» y dice el otro: «no me arrepentiré;» porque si pensase que se había de arrepentir, bien vé que sería disparate hacer lo que después le ha de pesar y dar mucha pena.

Esto he dicho para que se vea cuán eficaz medio es para no tornar á caer en las culpas el dolor y arrepentimiento verdadero de ellas; y para que se entienda cuánto importa el detenernos en esto en los exámenes. Es verdad que puede uno tener dolor y propósito verdadero de enmendarse, y con todo esto volver después á caer; porque no somos ángeles, sino hombres flacos y de barro que se puede quebrar y deshacer y tornarse luego á rehacer; pero así como cuando uno en acabándose de confesar se vuelve luego á los mismos juramentos y á los mismos deseos y pecados que acabó de confesar, solemos decir comunmente que no debió de tener contrición, ni dolor verdadero de aquello, ni propósito firme de enmendarse, pues tan presto se volvió á ello; así también es grande indicio y argumento, que no os pesó á vos de veras, cuando hicistes el examen á medio día ó á la noche, de haber quebrantado el silencio, y que no tuvistes propósito firme de enmendaros de

(1) Quem fructum habuistis tunc in illis, in quibus nunc erubescitis? *Ad Rom.* VI, 21.

ello, el ver que luego á la tarde ó esotro día lo quebrantais de la misma manera como si no hubiédeses hecho examen; y lo mismo digo de las demás faltas de que traéis examen. Aun delante de vuestros hermanos tenéis vergüenza de decir una culpa ó que os la digan, cuando la habéis dicho ya otras tres ó cuatro veces; ¿cuánto mas la tendríades de Dios si de veras hubiédeses dicho la culpa delante de él, arrojándoos de corazón y pidiéndole perdón y proponiendo la enmienda, no tres ó cuatro veces, sino mas de tres ó cuatro docenas de veces? No hay duda, sino que nos enmendáramos y aprovecharíamos de otra manera, si nos arrepintiésemos y nos pesase de veras, yuviésemos propósitos firmes de enmendarnos.

CAPITULO IX.

Que ayuda mucho añadir al examen algunas penitencias. Aun no se contentaba nuestro Padre con el dolor y arrepentimiento y propósitos interiores, sino para que pueda uno salir mejor con lo que desea, leemos en su vida (1) que aconsejaba se añadiese al examen particular alguna penitencia, poniéndonos cierta pena, la cual ejecutemos en nosotros todas las veces que cayéremos en aquella falta de que tenemos examen. El P. fray Luis de Granada trae ejemplo de esto en algunos siervos de Dios, que él conoció; de uno dice que, cuando al examen de la noche hallaba que había escedido en alguna palabra mal hablada, se echaba una mordaza en la lengua en penitencia de ella; y de otro, que tomaba una disciplina, así por esto como por otro cualquier defecto en que cayese. Del santo abad Agaton se dice que por tres años trajo una piedra en la boca para alcanzar la virtud del silencio. (2) Co-

(1) *Lib. 3, c. 10, vitae S. P. N. Ignatii.*  
(2) *Refort Bolatogram, lib. 10, antroph.*

mo traemos acá un cilicio, para mortificar la carne, y que nos sirva de despertador para la castidad, así traía aquel Santo una piedrecilla debajo de la lengua para que fuese como un cilicio suyo, y le sirviese de recuerdo y despertador para no hablar mas de lo necesario. Y de nuestro P. S. Ignacio leemos (1) que al principio de su conversión fué muy tentado de risa, y que venció esta tentacion á puras disciplinas, dándose tantos azotes cada noche, quantas eran las veces que se había reido en el día, por liviana que hubiese sido la risa. Y suele aprovechar mucho este añadir alguna penitencia al examen; porque con la penitencia queda el ánima hostigada y medrosa para no osar cometer otra vez aquella culpa. Con la espuela anda la bestia por lerda que sea. Ayuda tanto la espuela, que no mas de que ella sienta que la hay, aunque no le piquen, la hace caminar. Si cada vez que quebranta uno el silencio hubiese de hacer una disciplina pública ó comer tres dias pan y agua, que era la penitencia que antiguamente venia señalada en las reglas para los que quebrantaban el silencio, cierta cosa es que nos retraeria mucho de hablar.

Fuera de esto, y del mérito y satisfaccion que hay en ello, hay aqui otro bien grande, y es, que Dios nuestro Señor, viendo la penitencia con que uno se castiga y aflige, suele oír su peticion y deseo. Y este es uno de los efectos de la penitencia y mortificacion exterior que ponen los Santos, y lo trae nuestro Padre en el libro de los Ejercicios (2). Dijo el ángel á Daniel: "Desde el primer dia que determinaste afligirte delante del Señor, fué oída tu oracion (3)." Añadió el profeta Daniel á la

(1) *Lib. V, c. 10, vitae S. P. N. Ignatii.*  
(2) *S. Ignat. Exerc. spirit. in addit.*  
(3) *Ex die primo, quo posuisti cor tuum ad intelligendum, ut te affligeres in conspectu Dei tui, exaudita sunt verba tua, Daniel. X, 12.*

oracion el ayuno y la mortificacion de su carne; y así alcanzó la libertad de su pueblo y que le descubriese Dios grandes misterios, y le hiciese otros beneficios muy particulares. Y así vemos que es y ha sido siempre muy usado en la Iglesia de Dios este medio para impetrar y alcanzar el favor de Dios en los trabajos y necesidades. Cuando el niño pide á la madre el pecho, de que tiene necesidad, y le pide solamente con el deseo, significando por señales, muchas veces se le niega la madre, ó se lo dilata; mas cuando se lo pide llorando y afligiéndose, no se puede contener la madre que no se le dé luego; así cuando el hombre pide á Dios la virtud de humildad, de paciencia, de castidad, ó victoria de alguna tentacion, ú otra cosa semejante, si lo pide orando solamente con el deseo y palabra, muchas veces no alcanza lo que pide, ó se le difiere mucho; pero cuando con la oracion juntamos la penitencia y mortificacion de nuestra carne, y nos alligamos delante de Dios, entonces alcanzamos mucho mejor lo que pedimos y con mas certidumbre y brevedad. Ama Dios mucho á los justos, y viéndolos penados y afligidos por alcanzar lo que piden, compadécese y usa de mayor misericordia con ellos. Del Patriarca José dice la Escritura Divina que no se pudo contener viendo la afliccion y lágrimas de sus hermanos, sino que se les descubrió y les hizo participantes de todos sus bienes (1). ¿Qué hará el que nos ama más que José y es mas hermano nuestro, viendo nuestra afliccion y dolor? Por todas partes nos ayudará mucho este medio.

Concuerta muy bien con esto lo que dice Casiano (2) del cuidado y diligencia con que habemos de andar en esta guerra y examen particular. Si la pecca y examen

(1) *Non se poterat ultra cohibere Joseph, et dixit fratribus suis: ego sum Joseph. Gen. XLV, 1 et 3 et 4.*  
(2) *Casian. coll. 5 Abbat. Serapionis, cap. 44.*

particular ha de ser, como dijimos (1), de aquello de que mas necesidad tenemos; si ha de ser de desarraigat aquella pasion ó inclinacion mala, que reina mas en nosotros y nos lleva mas tras si y nos pone en mayores peligros y nos hace caer en mayores faltas; si ha de ser de vencer aquel vicio, el cual vencido, quedarán vencidos todos los demas; y de alcanzar aquella virtud con la cual habremos alcanzado todas las virtudes, con cuánta solicitud y diligencia será razon que andemos en una cosa en que tanto nos vá? Sabeis con cuánta? Dice Casiano (2): «Batale principalmente contra el tal vicio poniendo todo su cuidado y atencion en vencerlo; contra él dirija las saetas de los cotidianos ayunos; contra él cada momento arroje los suspiros del corazon; contra él vibre las lanzas de los gemidos; contra él aseste los trabajos de las vigalias y la meditacion de su corazon; contra él tambien derrame delante de Dios el llanto de las oraciones, pidiendo á su Magestad especial é incesantemente la victoria. No nos habemos de contentar con andar con este cuidado solamente en el exámen, sino tambien en la oracion; y no solamente en la oracion retirada, sino muchas veces, entre dia, habemos de levantar el corazon á Dios con oraciones jaculatorias y con suspiros y gemidos del corazon: «Señor, humildad: Señor, castidad: Señor, paciencia.» Para esto habemos de visitar muchas veces el Santísimo Sacramento, pidiendo con mucha instancia al Señor que

(1) Cap. II.  
 (2) Adversus illud arripiat principale certamen, omnem curam mentis ac solitudinem erga illius impugnationem observationemque deligens, adversus illud quotidiana jejuniorum dirigens spicula, contra illud cunctis momentis cordis suspiria, crebraque gemituum tela contorquens, adversus illud vigiliarum labores, ac meditationem sui cordis impendens, indesinenter quoque orationum ad Deum fletus fundens, et impugnationis suae extinctionem ab illo specialiter, ac jugiter poscens. *Loc. cit.*

nos dé gracia para alcanzar una cosa en que tanto nos va, y acudir á nuestra Señora y á los Santos que sean nuestros intercesores. A esto habemos de enderezar nuestros ayunos, silicios, disciplinas, y añadir algunas devociones, y ofrecer algunas mortificaciones particulares. Siempre habemos de traer atravesado aquello en el corazon, pues nos importa tanto. Si de esta manera y con este cuidado y diligencia anduviésemos en el exámen particular, presto sentiríamos el provecho, porque el Señor vería nuestra afliccion y oiría nuestra oracion, y cumpliría el deseo de nuestro corazon. Y débese notar mucho todo esto para ayudarnos de ello tambien en otras tentaciones y necesidades graves que se ofrecen. San Buenaventura dice (1) que nuestra Señora dijo á Santa Isabel de Hungría, que ninguna gracia espiritual viene al alma, regularmente hablando, sino por medio de la oracion y de las aflicciones del cuerpo.

CAPITULO X.

Del exámen general de la conciencia.

El exámen general de la conciencia tiene cinco puntos. El primero, es dar gracias á Dios por los beneficios recibidos: pónese primero el acordarnos de los beneficios recibidos, para que contraponiendo á eso las faltas y pecados que nosotros habemos hecho en recompensa de tantos beneficios, tomemos de ahí ocasion para confundirnos y sentirlos mas, como el Profeta Natán contó primero á David los beneficios que Dios le habia hecho, para afear y encarecer el pecado que habia cometido. El segundo punto, es pedir á nuestro Señor gracia para conocer las faltas y pecados en que habemos caido. El tercero, pedir cuenta á nuestra ánima, discurriendo desde la hora

(1) Bonav. in vita Christi, cap. 3.

que propusimos: primero, por los pensamientos; lo segundo, por las palabras; lo tercero, por las obras. El cuarto, es pedir á Dios perdon de las faltas que halláremos haber hecho, doliéndonos y arrepintiéndonos de ellas. El quinto, proponer la enmienda con la gracia del Señor, y acabar con un *Pater noster*.

Este exámen general se ha de hacer siempre con el particular, porque luego, á la mañana, en levantándonos, habemos de ofrecer á Nuestro Señor todo lo que hiciéremos aquel dia, asi como dice nuestro Padre en el exámen particular, que luego, en levantándonos, habemos de proponer de guardarnos de aquel vicio particular de que nos queremos enmendar, y ese es el primer tiempo del exámen particular; asi tambien entonces habemos de ofrecer á Dios todos los pensamientos, palabras y obras de aquel dia, que todo sea para gloria suya, proponiendo de no ofenderle y pidiéndole gracia para ello. Y todos es razon que tengan costumbre de hacerlo asi. Despues, dos veces al dia, á medio dia y á la noche, habemos de hacer el exámen general juntamente con el particular, y asi es la costumbre de la Compañía fundada en nuestras constituciones, y lo tenemos sacado en la primera regla de las comunes: «Todos, cada dia dos veces, dén el tiempo, que les fuere señalado, al exámen de su conciencia (1).» Asi como se concierta el reloj y se le suben las pesas dos veces al dia, á la mañana y á la noche, para que ande concertado, asi habemos de concertar el reloj de nuestro corazon con el exámen á la mañana y á la noche, para que ande siempre concertado. De manera que al medio dia, como discurrimos tomándonos cuenta de las veces que habemos faltado en aquello de

(1) A. p. const. cap. 4. §. 3 et 4; et Regul. 1. *communium*.

que traemos exámen particular, desde la hora que propusimos, que fué en levantándonos hasta entonces, asi tambien habemos de discurrir y tomarnos cuenta de lo que habemos faltado en pensamientos, palabras y obras, desde que nos levantamos hasta entonces, y despues nos habemos de confundir y arrepentir juntamente de lo que hubiéremos faltado acerca del exámen particular y acerca del general, y proponer la enmienda para la tarde, asi de lo uno como de lo otro. Y á la noche habemos de hacer de la misma manera juntamente el exámen general con el particular, discurriendo y tomándonos cuenta solamente desde el exámen pasado de mediodia.

Lo principal que hay que advertir acerca del modo de hacer este exámen general, es lo mismo que dijimos del particular; que toda la fuerza y eficacia de él está en aquellos dos puntos postreros, que es en arrepentirnos y confundirnos de las culpas en que habemos caido, y en proponer firmemente la enmienda para la tarde ó para la mañana. Y en eso consiste el hacer bien el exámen y sacar fruto de él. Dice el P. Maestro Avila, tratando de este exámen: «Habeis de hacer cuenta que os han encomendado un hijo de un príncipe para que tengais cuidado continuo de mirar por él y ponerle en buenas costumbres y quitarle las malas, y que cada dia le pedis cuenta (1).» Pues si tuviédeses este cargo, claro está que no pondriades la fuerza de su enmienda en que os dijese cuántas veces ha caido y faltado hoy, sino en hacerle conocer su falta y en la reprension y avisos que le dais, y en sacarle propósitos firmes, y que os dé la palabra, como hijo de quien es, que se ha de enmendar. Pues de esa manera habeis de mirar vuestra alma, como cosa encomendada por Dios, y de esa manera os habeis de

(1) M. Avila, c. 62 del *Audi filia*.  
 B. del G., tomo XIV. — I. — EJERCICIO DE PERFECCION Y VIRTUDES CRISTIANAS. — T. I. 33

haber con ella en la cuenta que le pedís, y en eso habeis de poner la fuerza de vuestro exámen y de vuestra enmienda, no en traer á la memoria las faltas que habeis hecho y las veces que habeis caido, sino en confundiros y arrepentiros de ellas, y en reprenderos como hiciérades á otra persona que tuviérades á cargo, y en hacer propósitos firmes de no tornar á caer mas en aquellas culpas.

Y débenos ayudar para esto que el exámen general es disposicion y preparacion propia y legítima para la confesion, y ese es el título que le dá nuestro Padre en el Libro de los Ejercicios Espirituales (1). Y la razon es manifiesta, porque dos cosas principales son las que se requieren para la confesion: la primera, es exámen de las culpas; la segunda, dolor de ellas; y estas se hacen cumplidamente en el exámen de la conciencia. Y asi, si hacemos bien este exámen, haremos bien la confesion. Y háse de advertir que el dolor necesario para la confesion, como dice el Concilio Tridentino (2) y el Florentino, incluye dos cosas: pesar y arrepentimiento de lo pasado y propósito de no tornar mas á pecar; y cualquiera de ellas que falte, no será disposicion bastante para la confesion. Algunos piensan que solamente cuando dejan de confesar algun pecado por vergüenza, no quedan confesados; pero yo creo que son muchas mas las confesiones malas, sacrílegas y nulas, por falta de verdadero dolor y propósito de la enmienda; para que se vea cuán necesaria es esta preparacion y cuánto importa acostumbrarnos en el exámen á ejercitarnos y detenernos en este dolor de las culpas y propósito de no tornar mas á caer en ellas. Y asi digo que de

(1) Examen conscientiae generale ad purgationem animae, et ad peccatorum confessionem utilissimum.  
(2) Concil. Trid. Ses. 14, c. 4.

tres puntos principales que hay en el exámen, que esotros son como preámbulos, lo principal del tiempo habemos de gastar en los dos postreros, que es en pedir á Dios perdon, arrepintiéndonos y confundiéndonos de nuestras culpas y en hacer propósitos de enmendarnos; y lo menos se ha de gastar en discurrir y traer á la memoria las faltas en que habemos caido; para eso, que es una parte de las tres, basta la tercera parte del tiempo del exámen, y las otras dos sean para esotros dos puntos, pues son los mas principales y donde está la fuerza y eficacia del exámen y el fruto de él.

Pero dirá alguno, ¿cómo podremos en tan poco tiempo, como la tercera parte de un cuarto de hora, discurrir por las veces que habemos caido en lo del exámen particular, y tambien por las faltas que habemos hecho en el general, en pensamientos, palabras y obras? que aun todo el cuarto de hora parece poco. El mejor medio para esto es llevar ya hecho el primer punto cuando vamos al exámen. De nuestro bienaventurado P. S. Ignacio se dice (1), que cada vez que faltaba en aquello de que traia exámen particular, hacia un nudo en una corregüela que traia colgada de la cinta para este efecto, y despues por los nudos sabia las veces sin detenerse mas en eso; y para lo que tocaba al exámen general, no se le pasaba hora del dia que no se recogiese dentro de sí, y dando de mano á todo lo demas examinaba su conciencia. Y si por ventura se le ofrecia algun negocio tan grave ó tan urgente ocupacion, que no le dejase cumplir aquella hora con esta su devocion, recompensábalo la siguiente, ó luego que le daba lugar la ocupacion. Muy buena devocion seria esta: cada vez que dá el reloj dar una ojeada por nuestra conciencia, y aun algunos usan examinarse tras cada obra

(1) Lib. 5, cap. 5, vitae S. P. N. Ignatii.

que hacen; pero si os pareciere mucho hacerlo cada hora ó tras cada obra, será bueno hacerlo á lo menos tras cada obra de las principales que hacemos en el dia; y de algunas ya tenemos órden que en acabándolas de hacer hagamos exámen de ellas, como dijimos arriba (1). San Buenaventura dice que siete veces al dia se ha de examinar el siervo de Dios; y si en el exámen particular guardásemos aquella adiccion de cada vez que faltamos poner la mano en el pecho, fácilmente nos acordariamos por allí de las veces que habemos caido. Aunque esta adiccion no la pone nuestro Padre para que nos acordemos de las faltas, sino para que luego nos arrepintamos de ellas, y por eso pone esa señal de poner la mano en el pecho, que es decir: «Señor, pequé;» pero al fin, si nosotros guardamos esta adiccion, mucho nos ayudará para que despues nos acordemos fácilmente de las veces que habemos caido. Y añádesé á esto, que cuando uno trae cuenta consigo y anda con cuidado de aprovechar, en haciendo la falta, luego siente un remordimiento de la conciencia que es el mejor despertador que puede tener para acordarse de ella.

Con esto queda respondido á dos géneros de personas; porque unos hay que aun todo el cuarto de hora les parece poco tiempo para acordarse de las culpas en que han caido, y á estos ya les habemos dado modo cómo han de llevar ya casi hecho el primer punto para que asi les quede tiempo para ocuparse en los dos postreros; otros hay, por el contrario, que se les hace largo el cuarto del exámen y no hallan en qué gastarle; á estos mas fácilmente les podemos satisfacer, porque ya dijimos que asi á medio dia como á la noche se ha de ha-

(1) Trat. 5, cap. 27.

cer el exámen general, juntamente con el particular, y despues de vistas las faltas en que habemos caido, asi en el uno como en el otro, nos habemos de detener en confundirnos y arrepentirnos de ellas, y en pedir perdon y en proponer firmemente la enmienda y pedir á nuestro Señor gracia para ello: en lo cual, mientras mas se detuvieren, será mejor.

Añade aqui San Doroteo (1) un aviso de mucho provecho: dice que en el exámen no solamente se ha de tener cuenta con las faltas en que caemos, sino mucho mas con la raiz de las faltas, examinando las causas y ocasiones que tuvo para caer, para prevenirnos y guardarnos de ellas de ahí adelante; como si por salir del aposento quebranté el silencio ó murmuré, tengo de proponer de no salir de ahí adelante sin necesidad y entonces ir prevenido, y asi de otras cosas semejantes; porque de otra manera, será como el que tropieza en la piedra, y porque no repara en la ocasion de tropezar, tropieza allí tambien mañana; ó como el que quisiese remediar un árbol dañado con solo quitarle algunas ramas y la fruta carcomida y llena de gusanos. Si de esta manera hacemos los exámenes, no nos parecerá el tiempo, que está señalado para ellos, largo, sino corto.

CAPITULO IX.

Que el exámen de la conciencia es medio para poner por obra todos los demas medios y avisos espirituales; y que la causa de no aprovechar es no hacerlo cómo debemos.

El bienaventurado San Basilio (2), despues de haber dado á los monges muchos avisos espirituales, concluye con que cada noche, antes de acostar, hagan exámen de la conciencia, pareciéndole que aquello

(1) S. Doroth. serm. 12.  
(2) Basil. hom. 5 de inst. Monachor.

bastará para guardar todo lo que les habia dicho y conservarse en ello. Pues con esto tambien querria yo concluir este tratado, encomendando mucho á todos este exámen; porque él, con la gracia del Señor, bastará para poner por obra todos los demas avisos espirituales y remediar todas nuestras faltas. Si aflojáredes en la oracion, si os descuidáredes en la obediencia, si os desmandáredes en el hablar, si comenzáredes á cobrar un poco de libertad, luego con el exámen se atajará y remediará todo eso. El que hiciere cada dia este exámen de la conciencia bien hecho, puede hacer cuenta que trae consigo un ayo, y un maestro de novicios, y un superior, que cada dia y cada hora le está pidiendo cuenta y avisando de lo que ha de hacer, y reprendiendo en faltando en cualquier cosa. Dice el P. Maestro Avila: «no podrán durar mucho vuestras faltas si dura en vos este exámen, y este tomaros cuenta y reprenderos cada dia y cada hora (1).» Y si duran las faltas y al cabo de muchos dias, y por ventura años, os estais tan inmortificado y tan vivo y entero en vuestras pasiones como al principio, es porque no usais como debeis de estos medios que tenemos para nuestro aprovechamiento: porque si tomásedes de veras y muy á pechos el quitar una falta ó alcanzar una virtud, y anduviésedes con cuidado y diligencia en eso, proponiendo la enmienda tres veces al dia, por lo menos, á la mañana, á medio dia y á la noche, y confiriendo cada dia las faltas de la tarde con las de la mañana, y las de hoy con las de ayer, y las de esta semana con las de la pasada, arrepintiéndoos y confundiéndoos tantas veces de haber caido, y pidiendo favor á nuestro Señor y á los Santos para enmendaros, ¿es posible que alcabo de tanto tiempo no habríades salido con algo? Pero

(1) M. Ávila, *Audi filia*, cap. 62.

si uno se va al exámen por costumbre y por cumplimiento, sin tener verdadero dolor de sus culpas, y sin hacer propósitos firmes de enmendarse, ese no es exámen, sino ceremonia y entretenimiento. De ahí es, que los mismos siniestros y los mismos malos hábitos é inclinaciones que trajo uno del siglo se tiene despues de muchos años: si era soberbio, soberbio se es ahora; si era impaciente y airado, el mismo se es ahora; si tenia palabras ásperas y mortificativas, tambien las tiene ahora; tan mal acondicionado se está ahora, como el primer dia, tan voluntarioso, tan apetitoso, tan amigo de sus comodidades; y aun plegue á Dios que en lugar de aprovechar y crecer en virtud no haya crecido en algunos la mala condicion, y que con la antigüedad no haya crecido la libertad, y que habiendo de ser mas humildes, tengan mas presuncion y caigan en aquella perversion que dice San Bernardo: «Muchos hay que allá en el mundo no se hiciera caso de ellos, y acá quieren ser estimados: y que allá no tuvieran lo necesario, y acá buscan el regalo (1).»

De lo dicho se verá tambien cuán mala excusa es la que dan algunos de sus faltas, diciendo sea aquella su condicion; antes esto es digno de mayor reprehension, que habiendo uno que tiene esa ú otra mala condicion, y debiendo de haber puesto todo su cuidado y diligencia en fortificar esa parte flaca para no perderse por ahí, se esté al cabo de tanto tiempo tan vivo y tan entero como el primer dia.

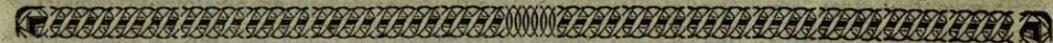
Pues vuelva sobre sí el que trata de servir á Dios, que con todos hablamos aquí, y comience como de nuevo, procurando de aqui en adelante hacer el exámen de la con-

(1) Quodque perversum est, plerique in domo Dei non patiuntur haberi contemptui, qui in sua non nisi contemptibiles esse potuerunt. *Bernard. super Missus est.*

ciencia bien hecho, de manera que se le eche de ver el fruto. Hombres somos y faltas tenemos y tendremos mientras se stuviéremos en esta vida; pero tenemos de procurar con el exámen tres cosas: la primera, que si eran muchas las faltas, de aqui adelante sean pocas; la segunda, que si eran grandes, sean menores; la tercera, que no sean siempre unas mismas, porque el reiterar muchas veces una misma falta arguye gran descuido y negligencia.

Cuenta Evagrio, en un libro que hace de la conversacion y ejercicios corporales de los monges, de un santo monge que decia: «no sé que en una misma culpa me hayan enlazado dos veces los demonios (1).» Este hacia bien el exámen de la conciencia; este se arrepentia de veras y hacia firmes propósitos de enmendarse. Pues de esta manera lo habemos de hacer nosotros. Por es-

te medio llevó Dios á nuestro bienaventurado P. S. Ignacio y le subió á tanta perfeccion. Leemos en su vida (1) una cosa notable y muy particular, que comparando el dia de ayer con el de hoy, y el provecho presente con el pasado, cada dia hallaba haber aprovechado mas y ganado tierra, ó por mejor decir, cielo; en tanto grado, que en su vejez vino á decir que aquel estado que tuvo en Manresa (al cual en tiempo de los estudios solia llamar su primitiva Iglesia) habia sido como su noviciado, y cada dia iba Dios en su alma hermoheando y poniendo con sus colores en perfeccion el dibujo de que en Manresa no habia hecho sino echar las primeras líneas. Pues usemos nosotros como debemos de este medio que el Señor tan particularmente nos ha dado, y tengamos gran confianza que por él nos llevará á la perfeccion que deseamos.



## TRATADO OCTAVO.

### De la conformidad con la voluntad de Dios.

#### CAPITULO I.

En que se ponen dos fundamentos principales.

«No se haga, Señor, como yo quiero, sino como vos quereis (2).» Para dos cosas, dicen los Santos, que bajó el Hijo de Dios del cielo y se vistió de nuestra carne ha-

ciéndose verdadero hombre: la una para redimirnos con su Sangre preciosa; la otra para enseñarnos con su doctrina el camino del cielo é instruirnos con su ejemplo, porque asi como no aprovechara saber el camino, si estuviéramos presos en la cárcel, asi, dice San Bernardo (2), no aprovechara

(1) Refertur in *Hist. Eccles.* p. 2, l. 6, c. 1.

(2) Non sicut ego volo, sed sicut tu. *Matth. XXVI, 39.*

(1) Lib. 5, c. 1, *vilae S. P. N. Ignatii.*  
(2) *Bern. serm. 3 in circunc. Domini,*