

chas cosas juntas; porque claro está, y la misma razon natural nos lo enseña, que mucho mas puede el hombre contra un vicio, que tomándolos todos juntos; porque *pluribus intentus, minor est ad singula sensus*. Quien mucho abarca, poco aprieta; y uno á uno se vencen mejor los enemigos. Este modo de vencer á nuestros enemigos, que son nuestros vicios y pasiones, dice Casiano (1), que nos enseñó el Espíritu Santo, dando instruccion á los hijos de Israel, cómo se habian de haber con aquellas siete gentes y naciones contrarias para vencerlas y destruirlas: *Dominus Deus tuus... consumet nationes has in conspectu tuo paulatim; atque per partes. Non poteris eas delere pariter*. Deuter. vii. No las podeis vencer todas juntamente; pero poco á poco os dará Dios victoria de todas ellas.

Y nota Casiano, como respondiendo á una tácita objecion, que no tiene uno que temer que ocupándose contra un solo vicio, y poniendo allí su principal cuidado, los demás le hagan mucho daño; lo primero, porque ese mismo cuidado que trae de enmendarse de ese vicio particular causará en su alma un horror y aborrecimiento grande contra todos los demás vicios, por la razon comun en que todos convienen; y así andando armado y prevenido contra aquel particular, andará arma-

(1) Cassian. collat. 5; Abbat. Serapio, cap. 14.

do contra todos, guardado y defendido de ellos: lo segundo, porque el que anda con cuidado en el exámen particular de desarraigar de sí una cosa, va cortando la raíz que hay en el corazon para todas las demás cosas, que es la licencia de dejarle salir con todo lo que quiere; y así el traer exámen contra un vicio es pelear contra todos los vicios; porque aquella sofrenada y apercibimiento para aquel particular, lo es tambien para los demás; como se ve en un caballo desbocado, que el tirar la rienda y darle la sofrenada para que no se desmande y corra con desórden por un camino, sirve tambien para que no corra con desórden por otros: y á esto se añade lo tercero, que hacemos tambien cada dia otro exámen general que abraza todo lo demás.

En tanto grado ha de ser el no traer 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 así 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 desarraigar de sí la soberbia, y alcanzar la humildad, no lo ha de tomar así en general: No tengo de ser soberbio en nada, sino en todo humilde; porque eso

comprende mucho, y seria mas que si trajese exámen de tres ó cuatro cosas juntas, y así 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 vencerá mejor, y vendremos á alcanzar mas brevemente lo que deseamos.

Para que esto se pueda poner mejor en práctica, pondremos aquí algunas cosas principales de que se puede traer 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 aquí; y podrános tambien servir de dechado y espejo en que nos miremos, si vamos aprovechando, y veamos lo que nos falta para alcanzar la perfeccion.

CAPÍTULO V.

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

De la humildad.

1.º No decir palabras que puedan redundar en mi alabanza y estima.

2.º No holgarme, cuando otro me alaba y dice bien de mí; antes tomar de eso ocasion para hu-

millarme 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 complacencia ó contentamiento vano de que dicen bien de mí.

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

4.º No excusarme, y mucho menos echar la culpa á otro, ni exterior ni interiormente.

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

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

7.º Llevar bien todas las ocasiones que se me ofrecieren de humildad; y en esto tengo de ir creciendo y subiendo por estos tres grados. Lo primero, llevándolas con paciencia: lo segundo, con prontitud y facilidad: lo tercero, 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, que quiso ser despreciado y tenido en poco por mí.

8.º Lo octavo, se puede traer exámen particular, así 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), así interiores como exteriores, actuándose en aquello tantas veces á la mañana, y tantas á la tarde, comenzando con menos, ó yendo añadiendo mas, hasta que vaya ganando hábito y costumbre en aquella virtud.

De la caridad fraterna.

1.º 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.

2.º Nunca decir á otro: Fulano dijo esto de vos, siendo cosa de que puede recibir algun disgusto, por pequeño que sea; porque es sembrar discordias y zizaña entre los hombres.

3.º No decir palabras picantes, ni de que otro se pueda mortificar, exasperar ó impacientar. No porfiar, ni contradecir ni reprender á otro, sin tener cargo de ello.

4.º Tratar á todos con amor y caridad, y mostrarlo en las obras,

procurando acudirles y 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.

5.º 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.

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

7.º No juzgar á nadie, antes procurar excusar sus faltas consigo y con otros, teniendo mucha estima de todos.

De la mortificacion.

1.º 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 prójimos y hermanos, ó por otra cualquier via, procurando llevarlas bien y aprovecharme de ellas.

2.º Mortificarme y vencerme en todo aquello que me impidie el guardar mis reglas, y el hacer bien hechas las cosas ordinarias que cada dia hago, así espirituales, como exteriores; por-

que todas las faltas que en esto hacemos, son, ó por no vencernos y mortificarnos en padecer algun trabajo, ó por no abstenernos de algun gusto y deleite.

3.º Mortificarme en andar con la modestia que debo como á religioso; y especialmente en lo que toca á los ojos y lengua, cuando en esto hubiere alguna falta.

4.º Mortificarme en algunas cosas que lícitamente 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 esas á la mañana, y tantas á la tarde, comenzando con menos, ó yendo añadiendo mas; porque el ejercicio de estas mortificaciones voluntarias, aunque sea en cosas pequeñas, es de muy gran provecho.

5.º 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 corazon: No quiero, Señor, hacer esto por mi gusto, sino porque Vos lo quereis.

De la abstinencia ó gula.

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

2.º 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.

3.º En estas cosas comunes no exceder en la cantidad la regla de la templanza.

4.º No comer con mucha ansia ni con mucha priesa, sino con modestia y decencia, no dejándome llevar del apetito.

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

6.º Cortar ó atajar pensamientos de gula.

De la paciencia.

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

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

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

4.º Irme ejercitando y actuan-

do 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.

1.º Ser puntual en la obediencia exterior, dejando la letra comenzada; y acudiendo también á la significación de la voluntad del superior, sin esperar mando expreso.

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

3.º Obedecer también con el entendimiento y juicio, teniendo un mismo parecer y sentir con el superior, no dando lugar á los juicios y razones contrarias.

4.º 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 también á los oficiales subordinados.

5.º Tener obediencia ciega; esto es, obedecer sin inquirir ni examinar, ni buscar razones por qué ni para qué; sino que me basta por razón el ser obediencia y mandarlo el superior.

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

De la pobreza.

1.º No dar ni recibir de otro de dentro ó fuera de casa cosa alguna sin licencia.

2.º No prestar ni tomar cosa alguna de la casa ó aposento de otro sin licencia.

3.º No tener cosa alguna superflua, deshaciéndome de todo lo que no me fuere necesario, así en los libros y aderezo del aposento, como en el vestido y comida, y en todo lo demás.

4.º 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 demás respandezca 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 mi mayor abnegación y provecho espiritual.

5.º Holgarme que aun en las mismas cosas necesarias me falte algo; porque sea verdadero y perfecto pobre de espíritu, é imitador de Cristo nuestro Señor que siendo tan rico y poderoso, se hizo pobre por nuestro amor, y quiso sentir falta en las cosas necesarias, padeciendo hambre, sed, frio, cansancio y desnudez.

De la castidad.

1.º Traer recato en la vista,

no mirando personas ni cosas que puedan ser incentivo de tentación.

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

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

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

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

6.º No tener amistades particulares, ni dar ni recibir doncellas, ni aun cosas de comer; y con personas ocasionadas, y con quien siente este afecto é inclinación, 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.

1.º No dejar día ninguno de hacer mis ejercicios espirituales cumplidamente, dándoles todo el tiempo diputado para ellos; y cuando en este tiempo hubiese alguna ocupación forzosa, suplirlo en otro.

2.º Hacer la oración mental, y

los exámenes general y particular bien hechos, guardando sus adiciones, y deteniéndome en los exámenes en el dolor y confesión de las faltas, y en el propósito de enmendarme de ellas, mas que en examinar las veces que he faltado; porque en eso está la fuerza y fruto del examen, y por falta de esto suelen algunos aprovecharse poco de él.

3.º Hacer bien los demás ejercicios espirituales, misa, rezar, lección espiritual, y las penitencias y mortificaciones, así 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.

4.º 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.

5.º De no hacer falta ninguna de propósito.

6.º De hacer mucho caso de cosas pequeñas.

7.º Y porque en hacer bien y con perfección estas obras ordinarias, que cada día hacemos, está mi aprovechamiento y perfección, he de tener mucho cuidado de tiempo en tiempo, cuando sintiere que me voy entibiando en esto, tornar á traer por algunos días el examen particular de ello, para renovarme y rehacerme en hacerlas bien.

De hacer todas las cosas puramente por Dios.

- 1.º No hacer cosa por respeto alguno humano, ni por ser visto y estimado de los hombres, ni por comodidad ó interés, ni por gusto ó contentamiento.
- 2.º Hacer todas las obras puramente por Dios, acostumbándome á referirlas actualmente todas á Dios: lo primero, á la mañana en despertando; lo segundo, al principio de cada obra; lo tercero, también en la misma obra, levantando muchas veces en ella el corazón á Dios, diciendo: Por Vos, Señor, hago esto, por vuestra gloria, porque Vos así lo quereis.
- 3.º Ir trayendo este exámen de actuarse en lo sobredicho tantas veces á la mañana, y tantas á la tarde: comenzando con menos, ó yendo añadiendo mas, hasta que vaya ganando hábito y costumbre de levantar muy frecuentemente el corazón en las obras á Dios, y que ya no se me vayan los ojos á mirar en ellas otra cosa que á su divina Majestad.
- 4.º 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, mas parezca que estoy amando que obrando.

- 5.º 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.

- 1.º Tomar todas las cosas y ocasiones que se ofrecieren, ahora sean grandes, ahora pequeñas, por cualquiera via y de cualquiera 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 hagais ó padezcáis esto.
- 2.º Procurar ir creciendo y subiendo en esta conformidad con la voluntad de Dios en todas las cosas, por estos tres grados: lo primero, llevándolas con paciencia: lo segundo, con prontitud y facilidad: lo tercero, con gozo y alegría, por ser aquella la voluntad y contento de Dios.
- 3.º No tengo de parar en este exámen y ejercicio, hasta que halle un entrañable gusto y regoci-

jo 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.

- 4.º No dejar de hacer cosa que entienda ser voluntad de Dios, y mayor gloria y servicio suyo, procurando imitar en esto á Cristo nuestro Señor que dijo: *Ego quæ placita sunt ei, facio semper.* Joan. c. viii. Yo siempre hago aquello que agrada mas á mi eterno Padre.

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

- 6.º 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 de 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.

Hase de advertir que no queremos por esto 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 ha menester; y en con-

cluyendo con eso, vaya escogiendo de lo demás lo que mas le conviniere, hasta alcanzar la perfeccion de aquella virtud con la gracia del Señor.

CAPÍTULO VI.

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

Hase de advertir aquí, que no habemos de mudar fácilmente la materia del exámen, tomando ya una cosa, ya otra; porque esto es andar, como dicen, al rededor, y no hacer jornada; 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: así como el que tomase á pechos subir una piedra por una ladera arriba á la cumbre de un monte, y despues de subido 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;

así son los que comienzan á traer exámen de una cosa, y antes de llevarla á cabo y alcanzarla, la dejan, y toman otra y otra: esto es cansar y no acabar: *Semper discentes, et numquam ad scientiam veritatis pervenientes.* II ad Tim. III. 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, *hom. 5 sup. Genes.*: Así como los que cavan algun tesoro, ó alguna mina de oro ó plata, no dejan de cavar y sacar la tierra, y quitar todos los impedimentos que se les ponen delante, y ahondar diez y veinte estadios, hasta dar con el tesoro que buscan; así nosotros, que buscamos las verdaderas riquezas espirituales, y el verdadero tesoro de la virtud y perfeccion, no hemos de descansar hasta dar con él, venciendo todas las dificultades, sin que cosa alguna se nos ponga delante. *Persequar inimicos meos, et comprehendam illos, et non convertar, donec deficiant.* Psalmo XVII. Perseguiré á mis enemigos, dice el Profeta, y no me cansaré, ni volveré atrás hasta alcanzar victoria de ellos. Esta santa porfía es la que vence el vicio y alcanza la virtud, y no el dar arremetidas.

Pues entremos ahora en cuenta. ¿De cuántas cosas habeis traído exámen desde que tratais de eso? Si habeis salido con todas, ya se-

réis perfecto; y si no habeis salido con una, ¿para qué la dejásteis? Diréis 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 en la mañana, y á mediodía, 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, no lo dejéis, sino humillaos y confundíos en el exámen, y tornad á proponer y comenzar de nuevo, que para eso permite Dios las caidas, y que dé algun jebuseo en la tierra de vuestra alma, 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.

Pero preguntará alguno (1): ¿Cuánto tiempo será bueno traer exámen particular sobre una cosa? San Bernardo y Hugo de Santo Victore tratan esta cuestion: ¿cuán-

(1) Tractat. 8, cap. 31.

to tiempo será bueno pelear contra un vicio? Y responden, que hasta que vaya tan decaído 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 Victore; eso es mas de Ángeles que de hombres: basta que ya aquel vicio ó pasion no os sea molesto, ni os dé mucho en qué entender, sino que en levantándose, lo aventeis y echeis de vos con facilidad: entonces bien podréis pasar á pelear, y traer exámen de otra cosa. Aun allá dijo Séneca: *Contra vitia pugnamus, non ut penitus vincamus, sed ne vincamur.* 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 dijimos arriba en el capítulo 3: otras hay en que es bien empleado el exámen un año, y aun muchos años: «porque si cada año desarraigásemos un vicio, presto seríamos perfectos (1):» y cosas hay que toda la vida se-

(1) Thom. de Kempis.

rá muy bien empleada en una de ellas; porque esa le bastará á uno para alcanzar la perfeccion; y así habemos conocido á algunos que han tomado á pechos una cosa, y traído de ella exámen particular casi toda su vida; y así se señalaron y esmeraron en ella, unos en la virtud de la paciencia, otros en una profundísima 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 así, volviendo á traer exámen por ocho ó quince dias de 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 reverdecen en nosotros, y volvernos luego á nuestro puesto, y proseguir nuestro intento principal hasta salir con lo que pretendemos.