



TRATADO SEPTIMO, DEL EXAMEN DE LA CONCIENCIA, CAPITULO PRIMERO.

Quam importante sea el examen de la conciencia.

UNo de los principales, y mas eficaces medios, que hay para nuestro aprovechamiento, es el examen de la conciencia; y como tal nos lo encomiendan los Santos. San Basilio, (a) que fue de los mas antiguos, que dieron Reglas à Monges, manda, que cada noche hagan este examen: San Agustín en su Regla (b) manda lo mismo: S. Antonio Abad enseñaba, y encomendaba mucho esto à sus Religiosos; San Bernardo, (c) y San Buenaventura, Casiano, y todos comunmente. El Bienaventurado San Chrysostomo (d) sobre aquellas palabras del Real Profeta David: *In cubilibus vestris compungimini*: Compungios, y confundios en vuestras camas, tratando de este examen, y aconsejando, que se haga cada noche antes que nos acostemos, apun-

ta dos razones buenas. La primera, paraque al dia siguiente nos hallemos mas dispuestos, y preparados para no pecar, ni caer en las culpas, en que oy havemos caído; porque haviendonos examinado, y arrependido de ellas, y propuesto la emmienda, claro está, que será esto algun freno para no tornar à cometerlas mañana. Lo segundo, aun para el mismo dia de oy nos será algun freno el havernos de examinar à la noche; porque el saber, que havemos de dar cuenta, y que nos han de tomar residencia este mismo dia, nos hará andar sobre aviso, y vivir con mas recato. Pues así como un Señor (dice San Chrysostomo) no consiente, que su despensero dexé de dar cada dia sus cuentas, porque no sea esto ocasion, que se descuide, y olvide, y haya despues mala

(a) Basíl. hom. 1. de instit. Monach. & serm. 1. de abdic. sive renunt. sculit. & spirit. perfect. (b) Aug. in lib. 50. homiliarum, homil. 24.

(c) Bern. de int. Dom. cap. 65. & in specul. Monach. Casian. coll. 5. Abbat. Serap. c. 14. Hug. de S. Vict. lib. de anim. cap. 6. Doroth. doct. 10. & 11.

(d) Chrysost. ser. de panis. tom. 5.

mala cuenta; así tambien será razon, que nosotros nos la tomemos cada dia, paraque el descuido, y olvido no turbe la cuenta. San Efrén, y San Juan Climaco, (e) añaden otra tercera razon, y dicen, que así como los Mercaderes diligentes cada dia tantean, y hacen cuenta de las pérdidas, y ganancias de aquel dia; y si hallan alguna pérdida, la procuran remediar, y restaurar con mucha diligencia: así nosotros cada dia nos havemos de examinar, y tomar cuenta de nuestras pérdidas, y ganancias, paraque no vaya adelante la pérdida, y se acabe el caudal, sino que lo restauremos, y remedemos luego. San Doroteo en la doctr. 11. añade otro provecho grande; y es, que examinandonos, y arrepiendonos cada dia de nuestras faltas, no se arraygará en nosotros el vicio, y la passion, ni vendrá à crecer el habito, y mala costumbre.

Por el contrario, del alma que no es cuidadosa en examinarse, dicen, que es semejante à la viña del hombre perezoso, de la qual dice el Sabio, que pasó por ella, y vió su seto caldo, y toda llena de hortigas, y espinas: *Per agrum hominis pigri transivi, & per vineam viri stulti: & ecce totum repleverunt urtica, & operuerunt superficiem ejus spine, & maceria lapidum destructa erat.* (Prov. 24.) Así está

el alma del que no tiene cuenta coa examinar su conciencia, como viña, que no se labra, hecha un herial, llena de malezas, y espinas. Esta mala tierra de nuestra carne nunca dexa de brotar algunas malas yervas, y así siempre es menester andar con el escardillo en la mano, escardando, y arrancando la mala yerba, y la mala semilla, que brota. De esto sirve el examen, de escardillo, para quitar, y arrancar el vicio, y el finiestro malo, que comenzaba à brotar, y no dexar, que vaya adelante, ni que eche raíces.

No solamente los Santos, sino los Filósofos Gentiles con la luz natural conocieron la importancia, y eficacia de este medio. Aquel gran Filósofo Pitagoras, como refieren San Geronymo, y Santo Thomàs, (f) entre otros documentos, que daba à sus discípulos, daba este por muy principal: que cada uno tuviese señalados cada dia dos tiempos, uno à la mañana, y otro à la noche, en los quales se examinasse, y tomasse cuenta de tres cosas: *Què hinc? Còmo lo hice? Què dexé de hacer de lo que debía?* Alegrandose de lo bueno, y pesandole de lo malo. Lo mismo encomiendan Seneca, Plutarco, Epícteto, y otros.

Por esto N. P. S. Ignacio, fundado en la doctrina de los Santos, y en la razon, y experiencia, nos

(e) Psalm. 48. S. Ephr. serm. Ascetico de vita Relig. Climaco. (f) Hieron. tom. 1. in apolog. adversus Rufin. c. 10. S. Thom. lib. 4. de regimine Principum, cap. 22.

encomienda el examen de la conciencia, por uno de los medios mas principales, y eficaces, de quantos podemos poner de nuestra parte para nuestro aprovechamiento, y nos puso Regla de ello: (g) * Usen (dice) examinar cada dia sus conciencias: * y en otra parte dice, que se haga estos dos veces al dia: y en cierta manera estimaba mas el examen, que la oracion; porque con el examen se ha de ir executando, y poniendo por obra lo que uno saca de la oracion, que es la mortificacion de sus pasiones, y extirpacion de sus vicios, y defectos. San Buenaventura dice, que el examen de la conciencia es el mas eficaz medio, que podemos poner de nuestra parte para nuestro aprovechamiento: y assi se hace tanto caso en la Compañia de él, que à campana tañida nos llaman à él dos veces cada dia, una à la mañana, y otra à la noche; y assi nos visitan al examen, como à la oracion, paraque nadie le dexé de hacer, ni à la mañana, ni à la noche: y no se contentó nuestro Padre, con que nosotros usásemos este examen, sino quiere, que le persuadamos à los que tratamos: y assi los buenos obreros de la Compañia, en tratando con alguno, luego le enseñan à hacer el examen general de la conciencia, y tambien el particular, para quitar alguna mala costumbre, como de jurar, men-

tir, maldecir, ò otra cosa semejante, como lo hacian nuestros primeros Padres; y lo leemos del Padre Pedro Fabro, (h) que esta era de las primeras devociones, que daba à los que trataba: y de nuestro Bienaventurado Padre leemos, que no se contentaba con dar este medio del examen particular, al que queria curar de algun vicio, sino porque no se olvidasse de ponerle por obra, le hacia, que antes de comer, y acostar, diésse cuenta à alguna persona de confianza, que él le señalaba, y le dixesse, si havia hecho el examen, como, y de la manera, que se lo havia ordenado: y fabemos tambien, (i) que à sus compañeros los entretuvo mucho tiempo con solos examenes, y frecuencia de Sacramentos, pareciendole que si esto se hacia bien, bastaba para conservarse en virtud.

De aqui havemos de sacar una estima, y aprecio tan grande de este exercicio de examinar cada dia dos veces nuestras conciencias, que le tengamos por un medio importantissimo, y efficacissimo para nuestro aprovechamiento, y como tal le usemos cada dia; y el dia, que saltáremos en esto, havemos de entender haver faltado en una cosa muy principal de nuestra Religion. No ha de haver ocupacion ninguna, que baste para dexar este examen; y si por alguna ocupacion for-

(g) 3. Part. Constit. cap. 1. §. 11. & in reg. 6. sommar. (h) Part. 7. Constit. cap. 4. lit. F. & lib. exerc. spir. reg. seu annot. v. s. ex prioribus, lib. 5. cap. 10. vit. P. S. Ignat. (i) Lib. 2. vit. P. S. Ignat.

forzosa no le pudo uno hacer à la hora señalada, le ha de procurar hacer lo mas presto, que pudiere, como despues de comer. Lo primero de todo, ni aun la enfermedad, ò indisposicion, que basta para no tener oracion larga, ha de bastar para no hacer los examenes; y assi es razon, que lo tengan todos entendido, que los examenes nunca se han de dexar, ni el particular, ni el general. Y bien tiene el enfermo de que hacer examen particular, como de conformarse con la voluntad de Dios en la enfermedad, y dolores, que le embia, y en los remedios, que manda el Medico, que algunas veces son mas penosos, que la misma enfermedad, de llevar con paciencia las faltas, que le parece, se le hacen.

CAPITULO II.

De qué cosas se ha de hacer el examen particular.

DOs examenes usamos en la Compañia, uno particular, otro general: el particular se hace de una cosa sola, y por esso se llama particular: el general se hace de todas las faltas, que en el dia hemos hecho, en pensamientos, palabras, y obras; y por esso se llama general, porque lo abraza todo. Trataremos primero del examen particular, y despues diremos brevemente del general, lo que ha-

Tomo I.

(a) P. S. Ignat. exerc. spir. in reg. ad motus anime discernendos reg. 14. Bonav. 9. p. brevitatiqui.

viere que añadir; porque en muchas cosas lo mismo se ha de hacer en el general, que en el particular; y assi, lo que se dixere del particular, servirá tambien para el general. Dos cosas trataremos acerca de este examen: la primera, de qué cosas se ha de hacer; la segunda, cómo se ha de hacer. Acerca de lo primero: paraque entendamos, de qué cosas havemos de hacer principalmente este examen, se debe notar mucho una regla, ò advertencia, que pone N. P. en el libro de los Exercicios Espirituales, (a) y es de San Buenaventura: dice, que el demonio se ha con nosotros como un Capitan, que quiere combatir, y conquistar una Ciudad, ò fortaleza, el qual procura con toda diligencia reconocer primero la parte mas flaca del muro, y alli asista toda la artilleria, y emplea todos sus soldados, aunque sea con peligro de la vida de muchos; porque derribada aquella parte, entrará, y tomará la Ciudad: assi el demonio procura reconocer en nosotros la parte mas flaca de nuestra alma, para combatirnos, y vencernos por alli: pues esto nos ha de servir à nosotros de aviso para prevenirnos, y apercebirnos contra nuestro enemigo. Havemos de mirar, y reconocer con atencion la parte mas flaca de nuestra alma, y mas desamparada de virtud, que es aquella, adonde la inclinacion natural, ò la pas-

X

Gion,

cion, ò la mala costumbre, ò habito malo mas nos lleva, y ai havemos de poner mayor recaudo. Esto dicen los Santos, y Maestros de la vida espiritual, (b) que es, lo que principalmente, y con mayor cuidado, y diligencia havemos de procurar desarraygar de nosotros; porque esto es de lo que tenemos mayor necesidad; y assi, à esso principalmente havemos de aplicar el examen particular.

Casiano dà dos razones para esto: (c) la primera; porque esto es lo que nos fuele poner en mayores peligros, y nos hace caer en mayores faltas; y assi es razon, que ai pongamos mayor cuidado, y diligencia; y lo segundo, porque haviendo vencido, y sobrepujado los enemigos mas fuertes, y que mas guerra nos hacen, facilmente vencerèmos, y echarèmos por tierra todos los demás; porque con el triunfo, y victoria queda el alma mas esforzada, y mas fuerte, y el enemigo mas flaco: y trae Casiano para esto el exemplo de aquellos juegos, que se hacian antiguamente en Roma delante del Emperador, donde sacaban muchas fieras, para que peleassen hombres con ellas; y los que se querian sentir mas, y dar contento al Emperador, daban primero contra aquella, que veian ser mas feroz, y mas fuerte, la qual vencida, y muerta, facilmente vencian, y triunfaban de las demás. Pues assi,

(b) Dorot. serm. 12. Hug. de S. Viti. (c) Casian. collat. 5. Abb. Serrapio. cap. 14.

dice, havemos de hacer nosotros por experiencia vemos; que comunmente cada uno tiene un vicio, como Rey, que le lleva tras si por la grande inclinacion, que tiene à aquello. Hay unas passiones, que llaman predominantes, que parece que se enseñorean de nosotros, y nos hacen hacer lo que no querriamos; y assi suelen decir algunos: Si yo no tuviera esto, pareceme, que no huviera cosa, que me embarazàra, ni diera pena: pues de esto havemos de traer principalmente el examen particular.

En aquella guerra, que el Rey de Syria tuvo contra el Rey de Israel, dice la Sagrada Escritura, que mandò à todos los Capitanes de su Exército, que no peleassen contra nadie, ni contra chico, ni contra grande, sino solamente contra el Rey de Israel: *Ne pugnetis contra minimum, aut contra maximum, nisi contra solum Regem Israël*; (2. Paralip. 18.) pareciendole, que en venciendo al Rey estaba vencido todo el Exército; y assi fue, que en hiriendo al Rey Achab con una saeta, que tirò uno acafo, à Dios, y à ventura, se acabò la batalla. Esto es, lo que havemos de hacer nosotros; vencid vos esse vicio Rey, que todo lo demás facilmente queda rendido: cortad la cabeza à esse Gigante Goliath, y luego huiràn, y quedaràn desbaratados todos los demás Filistcos. Esta es la mejor regla general, para que cada

cada uno entienda, de lo que ha de traer este examen.

Pero en particular, uno de los mejores avisos, que en esto se puede dar, es, que cada uno lo comunique con su Confessor, y Padre espiritual, havendole dado primero entera cuenta de su conciencia, de todas sus inclinaciones, passiones, afficiones, y habitos malos, sin quedar cosa, que no le descubra; porque de essa manera, vista, y entendida la necesidad de cada uno, y las circunstancias particulares, serà facil determinar, de què se convendrà traer el examen particular; y una de las cosas principales, que cada uno ha de tratar, quando dà cuenta de su conciencia, es, de què cosa hace examen particular, y como se aprovecha de el, como se dice en las reglas del Prefecto de las cosas espirituales, y en la institucion, que de esto tenemos: importa mucho el acertar uno à traer examen particular de lo que mas le conviene: assi como no ha hecho poco, sino mucho, el Medico, quando ha acertado con la raiz de la enfermedad; porque entonces aciertase con los remedios, y van haciendo efecto las medicinas; assi nosotros no havemos hecho poco, sino mucho, si acertamos con la raiz de nuestras enfermedades, y dolencias; porque serà acertar con la cura de ellas, aplicando alli el remedio, y medicina del examen. Una de las causas, porque muchos se aprovechan poco del examen,

es, porque no le aplican, à lo que le havian de aplicar: si vos cortais la raiz del arbol, ò arrancais la raiz de la mala yerba, luego todo lo demás se marchitarà, y secarà; pero si os andais por las ramas, y dexais la raiz, luego tornará à brotar, y crecer mas.

CAPITULO III.

De dos avisos importantes para acertar à elegir, de què cosa se ha de traer el examen particular.

Descendiendo en esto mas en particular, se han de advertir aqui dos cosas principales: lo primero, que quando hay algunas faltas exteriores, que ofenden, y desedifican à nuestros hermanos, esso ha de ser lo primero, que se ha de procurar quitar con el examen particular, aunque haya otras cosas interiores mayores; como si tiene uno falta en el hablar, ò por que habla mucho, ò por que habla con impaciencia, y còlera, ò palabras, que pueden mortificar à su hermano, ò por ventura palabras de murmuracion, y que se ha de procurar algo à otro, à otras cosas semejantes; por que la razon, y caridad pide, que quitemos primero aquellas faltas, que suelen ofender, y desedificar à nuestros hermanos, y que procuremos vivir, y conservarnos de tal manera entre ellos, que no se pueda nadie quejar, ni ofender de nosotros, como

mo dice el Sagrado Evangelio de los Padres del glorioso Bautista: *Erant autem iusti ambo ante Deum, incedentes in omnibus mandatis, & justificationibus Domini sine querela:* (Luc. 1.) Eran justos delante de Dios, y vivian sin queja delante de los hombres. Esta es una gran loa de un siervo de Dios, y una de las cosas, que ha de procurar mucho un Religioso, que vive en Comunidad: no basta, que sea justo delante de Dios, sino ha de procurar, que su modo de proceder en la Religión, sea tal, que nadie se pueda quejar de él: *Sine querela*, que no puedan decir de él un *si no*; y si hay algo, que pueda ofender, de ahí se ha de comenzar à traer el examen particular.

Pero es menester advertir lo segundo, que no se nos ha de ir toda la vida en traer examen particular de las cosas exteriores; porque estas son mas faciles, y estan mas en nuestra mano, que las interiores. Dice muy bien San Agustín, *lib. 8. Conf. c. 9.* Mando à la mano, y obedece la mano, mando al pie, y obedece el pie; empede el apetito: claro está, que está mas sujeta, y obediente la mano, y el pie, que el apetito; porque no tiene movimiento contrario, como le tiene el apetito; y así havemos de procurar desembarazarnos de estas cosas exteriores lo mas presto, que pudieremos, y concluir con ellas, para que nos quede tiempo para otras mayores; como es al-

canzar alguna virtud principal, & alguna perfección superior: una profundissima humildad de corazón, que llegue, no solo à que sienta un baxamente de sí mismo, sino à holgarle, que los otros sientan tambien baxamente de él, y le tengan en poco: hacer todas las cosas puramente por Dios, hasta que vengamos à decir, lo que decia el otro Santo: Nunca pensè, que servia à hombres, sino à Dios: una conformidad grande con la voluntad de Dios en todo, y otras cosas semejantes; porque aunque es verdad, que el examen particular, propia, y derechamente es para quitar faltas, & imperfecciones, y siempre haya en nosotros harto recaudo de esto; porque mientras durare la vida, no podemos estar sin faltas, ni aun sin pecados veniales; pero no se nos ha de ir toda la vida en esto. Muy bien empleado es el tiempo, que se gasta en arrancar las malas yerbas del vegetal; pero no todo ha de ser quitar el vicio, y maleza de la tierra, antes esto se ordena para plantar buenas flores: así muy bien empleado es el tiempo, que se gasta en los exámenes, desarraygando vicios, y malas inclinaciones de nuestra alma; pero todo esto se ordena para plantar en ella las flores buenas, y olorosas de las virtudes: *Constitui te bodie, ut evellas, & destruas, & disperdas, & disipes, & edifies, & plantes.* (Jerem. 1.) dixo Dios à Jeremias: primero ha de ser el derrocar, y el arrancar; y después

pues ha de ser el edificar, y plantar.

Especialmente, que aun para quitar estas mismas faltas, & imperfecciones exteriores, conviene algunas veces traer examen particular de alguna virtud, & perfección superior; porque muchas veces suele ser este medio mas eficaz para esso, y mas breve, y suave. Teneis vos falta en hablar à vuestros hermanos con algun sacudimiento, y libertad; tened examen de tenerlos à todos por superiores, y à vos por el menor; y esso os dirà, como les haveis de hablar, y como les haveis de responder: bien seguro podeis estar, que no direis à nadie palabra aspera, ni mortificativa, si alcanzais esta humildad. De la misma manera sentiréis repugnancia, y dificultad en algunas cosas, y ocasiones, que se os ofrecen; traed examen particular de tomar todas las cosas, que os sucedieren como venidas de la mano de Dios, y por particular disposición, y providencia suya, y que os las embia para vuestro mayor bien, y provecho; y de esta manera os havreis bien en ellas. Teneis falta de modestia? Sois facil en volver los ojos, y la cabeza à una parte, y à otra, & curioso en querer saber nuevas, & inquirir todo lo que passa? Traed examen de andar en la presencia de Dios, y de hacer todas las cosas de manera, que puedan parecer delante de su acatamiento; y en breve os hallaréis modesto, recogido, y ef-

piritual, y esso sin cansancio ninguno, y parece, que sin reparar en ello. Sino mirad, como quando fallis de la oracion devoto, no os toma gana de hablar, ni de mirar; porque el trato, y conversacion con Dios os hace olvidar de todo esso. Y si queréis tomar, y remediar todas estas faltas exteriores, una à una; fuera de ser esse un camino muy largo, y prolixo, muchas veces, si queréis traer examen de la modestia de los ojos, no le fabeis traer, y os duele luego la cabeza, por querer andar tan enfrenado; y así reprehende un Doctor à los Maestros de espíritu, que todo se les va en avisar de estas faltas exteriores; y dice, que el principal cuidado de el buen Maestro, y Pastor de las almas, ha de ser reformar el corazón, y hacer, que entre uno dentro de sí, como dice la Sagrada Escritura de Moyses: *Minabat gregem ad interiora deserti.* (Exod. 3.) Tratad vos de reformar el corazón; y luego quedará todo reformado.

CAPITULO IV.

Que el examen particular se ha de hacer de una cosa sola.

EL examen particular siempre se ha de traer de una cosa sola, como el nombre lo dice: y la razón, por que conviene se haga así, es; porque de esta manera es mas eficaz este medio, y de mayor efecto, que si le traixémos de muchas

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 singulari sensus*: Quien mucho abraza, poco aprieta; y uno à uno se vence mejor los enemigos. Este modo de vencer nuestros enemigos, que son nuestros vicios, y pasiones, dice Casiano, (a) que nos enseñó el Espíritu Santo, dando instrucción à los hijos de Israel, como se havian de haver con aquellas siete gentes, y naciones contrarias, para vencerlas, y destruir las: *Domimus Deus tuus ... consumet nationes has in conspectu tuo paulatim, atque per partes. Non poteris eas delere pariter.* (Deuter. 7.) No las podéis vencer todas juntamente; pero poco à poco os dará Dios victoria de todas ellas.

Y nota Casiano, como respondiendo à una tacita 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 este mismo cuidado, que trae de emendarse de esse 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 andado armado, y prevenido contra aquel particular, andará armado contra todos, guardado, y de-

fendido de ellos: lo segundo; porque el que anda con cuidado en el examen particular de defarrayar de sí una cosa, va cortando la raíz, que hay en el corazon para todas las demás cosas, que es la licencia de dexarle salir con todo lo que quiere; y así el traer examen 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 desorden por un camino, sirve tambien, para que no corra con desorden por otros: y à esto se añade lo tercero; que hacemos tambien cada dia otro examen general, que abraza todo lo demás.

En tanto grado ha de ser el no traer examen particular, sino de una cosa sola, que aun un vicio, ò una virtud, conviene muchas veces, y lo mas ordinario, dividir en partes, y grados, è ir poco à poco trayendo examen particular, primero de una parte, ò grado, y despues de otra, para allí poder mejor conseguir lo que se desea; porque si lo tomásemos en general todo junto, no haríamos nada. Como si uno quiere traer examen particular de defarrayar 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 esto com-

(a) Casian. collat. 5. Abb. Serap. c. 14.

comprende mucho, y seria mas, que si traxesse examen de tres, ò quatro cosas juntas, y así hará poca hacienda, porque abarca mucho; sino ha de dividir esso en partes, ò grados; porque de essa manera divididos los enemigos, y tomado à cada uno por sí, se vencerá mejor, y vendremos à 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 examen particular, dividiendolas 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 proprio lugar, lo recogeremos aqui: y podrán 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.

Como se ha de traer, y dividir el examen particular, por las partes, y grados de las virtudes.

De la humildad.

NO decir palabras, que puedan redundar en mi alabanza, y estima.

2 No holgarme, quando otro me alaba, y dice bien de mi; antes tomar de esso ocasion para hu-

millarme, y confundirme mas, viendo, que no soy tal, como los otros piensan, ni qual debia ser; y con esto se puede juntar, y holgarme, quando alaban, y dicen de otro, y quando tuviere algun sentimiento de esto, ò algun movimiento de embidia, apuntarlo por falta, y tambien quando tuviere alguna complacencia, ò contentamiento vano, de que dicen bien de mi.

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

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

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

6 Tenerlos à todos por superiores, no en sola especulacion, sino en la práctica, y en el exercicio, haviendome con todos con aquella humildad, y respeto, como si me fuesen superiores.

7 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, llevandolas 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, è imitar à

Christo, que quiso ser despreciado, y tenido en poco por mi.

8 Lo octavo, se puede traer examen particular, assi en esta materia, como en otras semejantes, de hacer algunos actos, y exercicios de humildad, y de qualquiera otra virtud, de que traxere uno examen particular, assi interiores, como exteriores, actuandose en aquello tantas veces à la mañana, y tantas à la tarde, comenzando con menos, ò yendo añadiendo mas, hasta que vaya ganando habito, y costumbre en aquella virtud.

De la caridad fraterna.

1 **N**O 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 Nunca decir à otro: Fulano dize esto de vos; siendo cosa, de que puede recibir algun disgusto, por pequeño, que sea; por que es sembrar discordias, y cizaña entre los hombres.

3 No decir palabras picantes, ni de que otro se puede mortificar, asperar, ò impacientar. No porfiar, ni contradecir, ni reprehender à otro, sin tener cargo de ello.

4 Tratar à todos con amor, y caridad, y mostrarlo en las obras,

procurando acudirles, y ayudarles, y darles contento, en quanto pudiere; y especialmente, quando uno tiene oficio de acudir à otros, ha de procurar mucho esto, y cumplir con el buen modo, y con las buenas respuestas, y palabras, lo que no pudiere con la obra.

5 Evitar qualquier averfion, y mucho mas el mostrarla; como feria, dexar por algun disgusto de hablar à otro, y de acudirle en algo, pudiendo, ò dar significacion alguna de estar quexoso de él.

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

7 No juzgar à nadie, antes procurar de escusar sus faltas consigo, y con otros, evitando mucha estima de todos.

De la mortificacion.

1 **M**ortificarme en las cosas, y ocasiones, que se ofrecen, sin andarlas yo à buscar, ahora vengan inmediatamente de parte de Dios, ahora vengan por medio de los Superiores, ò por medio de nuestros proximos, y hermanos, ò por otra qualquier via, procurando llevarlas bien, y aprovecharme de ellas.

2 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, assi espirituales, como exteriores; por que

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

3 Mortificarme en andar con la modestia, que debo como à Religioso; y especialmente, en lo que toca à los ojos, y lengua, quando en esto huviere alguna falta.

4 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 examen de hacer tantas mortificaciones de estas à la mañana, y tantas à la tarde, comenzando con menos, ò yendo añadiendo mas; porque el exercicio de estas mortificaciones voluntarias, aunque sea en cosas pequeñas, es de muy gran provecho.

5 Mortificarme en las mismas cosas, que tengo obligacion de hacer, de esta manera: que quando voy à comer, estudiar, leer, predicar, ò à otro qualquiera exercicio, de que gusto; mortifique primero mi apetito, y voluntad, diciendo con el corazon: No quiero, Señor, hacer esto por mi gusto, sino por que vos lo quereis.

De la abstinençia, ò gula.

1 **N**O comer cosa alguna antes, ni despues de la hora comun, ni fuera del lugar de la refeccion.

2 Contentarme con lo que se da à la Comunidad, no queriendo otras cosas, ni aquellas mismas guisadas de otra manera, no admitiendo particularidades sin muy conocida necesidad.

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

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

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

6 Cortar, ò atajar pensamientos de gula.

De la paciençia.

1 **N**O 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 No dar lugar, que entre en el corazon perturbacion alguna, ò sentimiento, indignacion, ò tristeza, y mucho menos deseo de venganza alguna, aunque sea muy liviana.

3 Tomar todas las cosas, y ocasiones, que se me ofrecieren, como embiadas de la mano de Dios para mi bien, y provecho, de qualquier manera, y por qualquier medio, ò via, que vengan.

4 Irme exercitando, y actuando

do en esto por esos tres grados: lo primero, llevando todas las cosas, que se me ofrecieren, con paciencia: lo segundo, con promptitud, y facilidad: lo tercero, con gozo, y alegría, por ser aquella la voluntad de Dios.

De la obediencia.

1 **S**er puntual en la obediencia exterior, dexando la letra comenzada; y acudiendo tambien à la significacion de la voluntad del Superior, sin esperar mandato expreso.

2 Obedecer de voluntad, y con razon, teniendo un mismo querer, y voluntad con el Superior.

3 Obedecer tambien con el entendimiento, y juicio, teniendo un mismo parecer, y sentir con el Superior, no dando lugar à juicios, ò razones contrarias.

4 Tomar la voz del Superior, y de la campanilla, como si fuese voz de Dios, y obedecer al Superior, qualquier que sea, como à Christo N. S. y tambien à los Oficiales subordinados.

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

6 Passar à los actos de voluntad, actuandome, quando obedezco, en que estoy alli, haciendo la voluntad de Dios, y que este sea todo mi gusto, y todo mi contento.

De la pobreza.

1 **N**O dar, ni recibir de otro de dentro, ò fuera de casa, cosa alguna sin licencia.

2 No prestar, ni tomar cosa alguna de la casa, ò aposento de otro, sin licencia.

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

4 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, resplandezca siempre la virtud de la pobreza, y se eche de ver, que soy pobre, deseando, y holgandome, que lo peor de casa sea siempre para mi mayor abnegacion, y provecho espiritual.

5 Holgarme, que aun en las mismas cosas necesarias me falte algo; porque sea verdadero, y perfecto pobre de espiritu, è imitador de Christo N. S. que siendo tan rico, y poderoso, se hizo pobre por nuestro amor, y quiso sentir falta en las cosas necesarias, padeciendome hambre, sed, frio, cansancio, y desnudez.

De la Castidad.

1 **T**Raer recato en la vista, no mirando personas, ni

co-

cosas, que puedan ser incentivo de tentacion.

2 No decir, ni oir palabras, que toquen à esta materia, ò que puedan despertar movimientos, ò pensamientos malos, ni leer cosas semejantes.

3 No dar lugar à pensamientos ningunos, que toquen à esto, aunque sea muy lexos, desechandolos con mucha diligencia, y presteza, y luego al principio.

4 No tocar à otra persona, ni en las manos, y mucho menos en rostro, ò cabeza, ni dexarse tocar.

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

6 No tener amistades particulares, ni dar, ni recibir doncellas, ni cosas de comer; y con personas ocasionadas, y con quien siente este afecto, è inclinacion, andar con mucho recato, huyendo buenamente su trato, y conversacion, que fuele ser unico remedio en estas cosas.

De hacer las cosas ordinarias bien hechas.

1 **N**O dexar dia ninguno de hacer mis ejercicios espirituales cumplidamente, dandoles todo el tiempo diputado para ellos; y quando en este tiempo huviese alguna ocupacion forzosa, suplirlo en otro.

2 Hacer la oracion mental, y los examenes general, y particular

bien hechos, guardando sus addiciones, y deteniendose en los examenes, en el dolor, y confusion de las faltas, y en el proposito de emendarme de ellas, mas que en examinar las veces, que he faltado; porque en esto està la fuerza, y fruto del examen, y por falta de esto suelen algunos aprovecharse poco dell.

3 Hacer bien los demás ejercicios espirituales, Misa, rezar, leccion espiritual, y las penitencias, y mortificaciones, assi publicas, como particulares, procurando sacar de ello el fin, y fruto, para que està ordenada cada cosa; y no haciendola como por costumbre, por cumplimiento, y ceremonia.

4 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 De no hacer falta ninguna de proposito.

6 De hacer mucho caso de cosas pequeñas.

7 Y porque en hacer bien, y con perfeccion estas obras ordinarias, que cada dia hacemos, està mi aprovechamiento, y perfeccion; tengo de tener mucho cuidado de tiempo en tiempo, quando sintiere, que me voy entibiando en esto, tornar à traer por algunos dias el examen particular de ello, para renovar, y rehacerme en hacerlas bien.

De

De hacer todas las cosas puramente por Dios.

1 **N**O hacer cosa por respeto alguno humano, ni por ser visto, y estimado de los hombres, ni por comodidad, ò interese, ni por mi gusto, ò contentamiento.

2 Hacer todas las obras puramente por Dios, acostumbRANDOME à referirlas actualmente todas à Dios: lo primero, à 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 à Dios, diciendo: Por vos, Señor, hago esto, por vuestra gloria, porque vos así lo quereis.

3 Ir trayendo este examen de actuar me en lo sobredicho tantas veces à la mañana, y tantas à la tarde: comenzando con menos, ò yendo añadiendo mas, hasta que vaya ganando habito, y costumbre de levantar muy frecuentemente el corazón en las obras à Dios, y que ya no se me vayan los ojos à mirar en ellas otra cosa, que à su Divina Magestad.

4 No tengo de parar en este examen, y exercicio, hasta que venga à hacer las obras, como quien sirve à Dios, y no à hombres; y hasta que venga à hacerlas de tal manera, que esté siempre en ellas actualmente amando à Dios, holgandome, de que estoy allí haciendo su voluntad, y que todo mi

gusto, y contentamiento en ellas, sea esse, de fuerte, que quando estuviere obrando, mas parezca, que estoy amando, que obrando.

5 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 à hacer las cosas bien hechas, y con perfeccion.

De la conformidad con la voluntad de Dios.

1 **T**Omar todas las cosas, y ocasiones, que se ofrecieren, ahora sean grandes, ahora pequeñas, por qualquiera via, y de qualquiera manera, que vengan, como venidas de la mano de Dios, que me las embia con entrañas de Padre, para mi mayor bien, y provecho, y conformarme en ellas con su santissima, y divina voluntad, como si viese al mismo Christo, que me está diciendo: Hijo, yo quiero, que ahora hagais, ò padezcáis esto.

2 Procurar ir creciendo, y subiendo en esta conformidad con la voluntad de Dios en todas las cosas, por estos tres grados: lo primero, llevandolas con paciencia: lo segundo, con promptitud, y facilidad: lo tercero, con gozo, y alegría, por ser aquella la voluntad, y contento de Dios.

3 No tengo de parar en este examen, y exercicio, hasta que halle un entrañable gusto, y regocijo,

jo, en que se cumpla en mi la voluntad del Señor, aunque sea con trabajos, menoscprecios, y dolores, y hasta que todo mi gozo, y contento sea la voluntad, y contento de Dios.

4 No dexar de hacer cosa, que entienda ser voluntad de Dios, y mayor gloria, y servicio suyo, procurando imitar en esto à Christo N. S. que dixo: *Ego, que placita sunt ei, facio semper.* (Joan. 8.) Yo siempre hago aquello, que agrada mas à mi Eterno Padre.

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

6 El examen de la mortificación, que pusimos arriba, se podrá traer mejor por via de conformidad con la voluntad de Dios, mandando todas las cosas, y ocasiones, como venidas de la mano de Dios, de la manera que aqui se ha dicho; y de esta manera será mas facil, y gustoso, y mas provechoso; porque será exercicio de amor de Dios.

Hase de advertir, que no queremos por esto decir, que el examen particular se haya de traer por el orden, que aqui se ponen las virtudes, ni por el orden de los grados, ò 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, ò grado, que mas ha menester; y en con-

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

CAPITULO VI.

Que no se ha de mudar facilmente la materia del examen particular; y que tanto tiempo será bien traerla de una misma cosa.

HAse de advertir aqui, que no havemos de mudar facilmente la materia del examen, tomando ya una cosa, ya otra; porque esto es andar, como dicen, al rededor, y no hacer jornada; sino havemos de procurar seguir una cosa hasta el cabo, y despues dar tras otra. Una de las causas de aprovecharse algunos poco del examen, suele ser esta; porque no hacen sino dar unas arremetidas, trayendo examen sobre una cosa por ocho, ò quince dias, ò por un mes, y luego se cansan, y pasan à otra, sin haver alcanzado la primera; y dan otra arremetida, y despues otra: así, como el que tomasse à pechos subir una piedra por una ladderà arriba à la cumbre de un monte, y despues se subida ya un trecho, se cansasse, y la foltasse, y dexasse rodar hasta abaxo, y despues tornasse otra, y otra vez à hacer lo mismo; éste nunca jamás, por mucho que trabajasse acabaria de poner esta piedra en su lugar; así

assi son los que comienzan à traer examen de una cosa, y antes de llevarla al cabo, y alcanzarla, la dexan, y toman otra, y otra: esto es cansar, y no acabar: *Semper discitatis pervenientes.* (2. ad Tim. 3.) Este negocio de la perfeccion, no se alcanza con arremetidas, sino con mucha perseverancia; es menester insistir, y tomar à pechos una cosa, y portar hasta salir con ella, aunque nos cueste mucho.

Dice el glorioso San Chrysostomo: (*hom. 5. sup. Genes.*) Assi como los que cavan algun tesoro, ò alguna mina de oro, ò plata, no dexan de cavar, 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; assi nosotros, que buscamos las verdaderas riquezas espirituales, y el verdadero tesoro de la virtud, y perfeccion, no havemos de descançar, hasta dar con èl, venciendo todas las dificultades, sin que cosa alguna se nos ponga delante: *Persequar inimicos meos, & comprehendam illos, & non convertar, donec desiciant.* (Psal. 17.) Perseguirè mis enemigos, dice el Profeta, y no me cansarè, ni bolverè atrás hasta alcanzar victoria de ellos. Esta santa porfia es la que vence el vicio, y alcanza la virtud, y no el dar arremetidas.

Pues entremos ahora en cuenta. De quantas cosas haveis traído examen despues que tratais de esso?

(a) *Tract. 8. cap. 21.*

Si haveis salido con todas, ya seris perfecto; y si no haveis salido con una, para què la dexasteis? Direis, que no os iba bien en aquello: y aun por esso no os va bien, porque andais mudando hitos, y no tenéis perseverancia en llevar una cosa hasta al cabo. Si trayendo examen, y cuidado particular de aquella cosa, decís, que no os iba bien en ella; peor os irá no trayendo examen de ella: porque si el que propone, falta muchas veces; què será el que tarde, ò nunca propone? Todavia aquel proponer en la mañana, y à medio dia, y à la noche, os será algun freno parò caer tantas veces; y aunque os parezca, que nunca os acabais de emendar, y que no haceis nada, ni por esso desmayeis, no lo dexeis, sino humillaos, y confundidos en el examen, y tornad à proponer, y comenzar de nuevo, que para esso permite Dios las caidas, y que de algun Gubefuso en la tierra de vuestra alma, paraquè acabeis de entender, que no podeis nada por vuestras fuerzas, sino que todo os ha de venir de la mano de Dios, y assi tengais recurso à èl, y andeis siempre colgado de èl. 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: (a) Quanto tiempo será bueno traer examen particular sobre una cosa? San Bernardo, y Hugo de Santo

Vic-

Victore, tratando esta question quanto tiempo será bueno pelear contra un vicio? Y responden, que hasta que vaya tan descaído el vicio, que en assomando, y rebelandose, luego le podais facilmente reprimir, y sujetar con la razon; de manera, que no es menester esperar à no sentir la passion, ni la repugnancia; que esso sería nunca acabar, dice Hugo de Santo Victore: esso es mas de Angeles, que de hombres: basta, que ya aquel vicio, ò passion, no os sea molesta, ni os de mucho en que entender, sino que en levantandose la aventaes, y echeis de vos con facilidad, entonees bien podreis passar à pelear, y traer examen de otra cosa. Aun allà dixo Seneca: *Contra vitia pugnamus, non ut penitus vincamus, sed ne vincamur.* No es menester, que del todo no sintamos vicio; basta, que vaya ya de vencida, de manera, que no nos sea impedimento, ni estorvo 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 examen poco tiempo, como diximos arriba en el capitulo tercero: otras hay, en que es bien empleado el examen un año, y aun muchos años: * porque si cada año desarraygassemos un vicio, presto seriamos perfectos: *

(b) y cosas hay que toda la vida será muy bien empleada en una de ellas; porque essi le bastará a uno para alcanzar la perfeccion; y assi havemos conocido algunos, que han tomado à pechos una cosa, y traído de ella examen particular casi toda su vida; y assi se señalaron, y emseraron en ella, unos en la virtud de la paciencia, otros en una profundissima 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 havemos de procurar aventajar nosotros en alguna virtud, insistiendo, y perseverando en esso, hasta alcanzarlo; y no quita esto el interrumpir algunas veces este examen; antes conviene, que se haga assi, bolviendo à traer examen por ocho, ò quince dias de silencio, de hacer bien hechos los exercicios espirituales, de hablar bien de todos, de no decir palabra, que pueda ofender à nadie en ninguna manera, y de otras cosas semejantes, que suelen tornar à obrar, y reverdecer en nosotros, y bolvernos luego à nuestro puesto; y proseguir nuestro intento principal hasta salir con lo que pretendemos.



CA-

(b) *Thomas de Kempis.*

CAPITULO VII.

Cómo se ha de hacer el examen particular.

LA segunda cosa principal, que propusimos traer es, cómo se ha de hacer este examen. (a) El examen particular tiene tres tiempos, y dos veces examinarse: el primer tiempo es, luego à la mañana en levantandose ha de proponer cada uno de guardarse con diligencia de aquel vicio, ò defecto particular, de que se quiere corregir, y emendar: el segundo tiempo es, al medio dia, en que se ha de hacer el primer examen, el qual tiene tres puntos. El primero es pedir gracia à N. S. para acordarse, quantas veces ha caído en aquel defecto, de que trae examen particular: el segundo es tomar cuenta à su alma de aquel defecto, ò vicio, discutiendo desde la hora, que se levantò, y propuso, hasta la hora presente, y ver quantas veces ha caído en él; y ha de hacer tantos puntos, en una línea, ò raya de un quadernico, ò libro, que ha de tener para esto, quantas veces hallare haver caído: el tercer punto es pensar de haver caído, pidiendo à Dios perdon de ello, y proponer de no caer à la tarde en aquello con la gracia del Señor. El tercer tiempo es, à la noche, an-

(a) S. Ignat. lib. Exerc. spir. (b) Anonius Abbas. Sozomen. lib. 1. Hist. Triplic. c. 11. & Niceph. lib. 8. c. 4. S. Joan. Climac. c. 4. Basil. ser. 1. de abdicacione, sine renunt. seculi istius, & spir. perfect.

tes de acostar; entonces se ha de hacer el examen segunda vez, ni mas, ni menos, que al medio dia, por aquellos tres puntos, discutiendo desde el examen passado hasta entonces, y poniendo en otra segunda línea tantos puntos, quantas veces hallare haver caído: y para extirpar mas facilmente, y mas presto aquel defecto, ò vicio, de que traemos examen, pone N. P. quarto advertencias, que llama adiciones. La primera, que cada vez, que cae el hombre en aquel vicio, ò defecto particular, se arrepienta de ello, poniendo la mano en el pecho; lo qual se puede hacer, aunque esté delante de otros, sin que sientan lo que hace: la segunda, que à la noche, despues de hecho el examen confiera los puntos de la tarde con los de la mañana, à ver si ha havido alguna emmienda: la tercera, y quarta, que confiera tambien el dia de oy con el de ayer, y la semana presente con la passada, para el mismo efecto.

Toda esta doctrina es sacada de los Santos. El bienaventurado San Antonio Abad, como se refiere en la Historia Ecclesiastica, (b) aconsejaba, que se notassen por escrito las faltas, que resultaban del examen, para que assi se avergonzasse mas el hombre, y tratasse de emmendarse, viendo, y considerando sus faltas. Lo mismo dice San Juan Climaco, el qual, no solo à la noche,

che, y al tiempo del examen, sino à todas horas quiere que ande uno notando la falta en que cae luego en haciendola, para que assi pueda mejor hacer el examen: como el buen cambiador, ò mercader, y el buen despensero, luego apunta en un memorial, lo que vende, ò compra, para que no se quede nada por olvido; y assi à la noche puede hacer mejor sus cuentas. San Basilio, y San Bernardo, (c) expresamente ponen, y aconsejan el conferir un dia con otro, para que assi pueda uno conocer mejor su aprovechamiento, ò desaprovechamiento, y procure con diligencia ser cada dia mejor, y mas semejante à los Santos Angeles. San Dorotheo aconseja el conferir una semana con otra, y un mes con otro.

El modo, que nos pone nuestro Padre de tomar la emmienda de nuestra falta à trechos, y poco à poco, de medio dia en medio dia no mas, es un medio, que ponen San Chrystotomo, San Eiren, y San Bernardo por eficazissimo para desarraygar qualquier vicio, ò falta, que tengamos. Y aun allà le pone Platarco, (d) y trae el exemplo del otro, que de su condicion era muy colerico, y sentia mucha dificultad en irse à la mano, y tomò por tarea no enojarse por un dia; y assi estuvo un dia sin enojarse; y luego esto otro dia dixo: Pues yo tampoco me tengo de enojar, por

Tomo I.

(c) Basil. in spec. Monach. Dorot. doct. 10. Chryst. ser. contra concubim. Bern. in quadam formula bene vivendi Canonico. & Vicariorum, cap. 24.

(d) Platarc. in Dialog. de sobibenda iracundia.

oy si quiera; y guardòlo, que tampoco se enojò aquel dia: è hizo assi otro dia, y otro, hasta que vino à hacerse de una condicion muy suave, y blanda. Pues este es el modo, que nos ensena nuestro Santo Padre en el examen particular, para que la pelea fe nos haga mas facil. Assi como al enfermo, que tiene hastio, le dan poco à poco la comida, para que la pueda comer: si le pusiesdes delante toda la gallina, parecierale imposible haver de comer todo aquello, y no podria comer bocado: cortaisle un poquito, y daisello, y lo otro teneislo allà escondido entre dos platos: de essa manera, poco à poco, bocadito à bocadito, le haceis comer todo lo que ha menester. A esse modo nos quiere llevar N. P. en el examen particular, como à enfermos, y flacos, poco à poco, de medio dia en medio dia, para que lo podamos llevar; porque si lo tomassedes todo junto: en todo el año no tengo de hablar: toda mi vida tengo de andar los ojos baxos, tan enfrenado, y con tanta modestia; en solo pensarlo por ventura os cansareis, y os parecerà, que no lo podreis llevar, y que será una vida triste, y melancolica; pero por medio dia si quiera, por una mañana, hasta hora de comer; quien no andarà compuesto, y enfrenada la lengua? Despues à medio dia propones fo-

Y

la-

lamente para la tarde, porque esso otro dia Dios sabe lo que fera; y que sabeis si llegareis alla? Y si llegaredes, tampoco es mas que un dia, y no os pesará mañana de haver andado oy con esse recato, ni quedareis cansado de haver andado con cuidado el dia de oy, 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 no hacer hincapie en esto de proponer solamente por este medio dia; y ayudariales mucho para proponer con mas eficacia.

En la segunda Parte, lib. 6. cap. 38. de las Chronicas de San Francisco se cuenta de Fray Junipero, que aunque él siempre hablaba muy poco; pero una vez por feys meses continuos guardo perpetuo silencio: de esta manera el primer dia propuso de no hablar por honra de Dios Padre, el segundo, à reverencia de Dios Hijo, el tercero, por reverencia del Espiritu Santo, el quarto, por amor de Nuestra Señora; y assi discurría por todos los Santos, guardando cada dia el silencio con nuevo fervor, y devoción; por amor de alguno de ellos. De esta manera se anima uno mas à emmendarse de aquello de que trae examen particular; y se confunde, y avergüenza tambien mas de las faltas, que hace; pues en tan poco tiempo no pudo cumplir su proposito; y assi, por todas partes nos ayudará mucho este medio.

CAPITULO VIII.

Que en el examen havemos de insistir, y detenernos principalmente en el dolor, y proposito de la emmienda.

LO que particularmente se debe advertir mucho acerca del modo de hacer el examen, es, que de tres puntos, que tiene, los dos postreros son los mas principales, que es el dolernos, y arrepentirnos de nuestras culpas, y descuidos, y el proponer firmemente la emmienda, conforme à aquello del Profeta: *Et in cubilibus vestris compungimini:* (Psal. 4.) Compungios en vuestras camas. En esta compuncion, y arrepentimiento, y en este proposito firme de no tornar à caer, està toda la fuerza, y eficacia del examen para emmendarnos; y assi en esto se ha de gastar el principal tiempo. Una de las causas principales, por que muchos se aprovechan, y emmiendan poco con 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, quando se acaba el tiempo del examen, y hacen superficialmente los demás: no se detienen en el dolor, y arrepentimiento de sus culpas, ni en confundirse, y pedir perdon de ellas, ni en hacer propositos firmes de emmendarse à la tarde, ò esse otro dia, ni en pedir à Dios gracia, y fuerzas para ellos; de

de ai viene, que quantas veces caiséis oy, tantas caeis mañana, porque en el examen no hicisteis sino acordaros, y traer à la memoria las veces, que haviades caido; y esso no es medio para emmendarnos, sino es el primer punto del examen, y el fundamento, sobre el qual han de caer estos otros dos puntos principales. El medio eficaz para emmendaros es el dolor, y arrepentirnos muy de veras de vuestras culpas, y proponer firmemente la emmienda, y pedir à nuestro Señor gracia para ello; y si esso no haceis, no os emmendaréis. Andan tan hermanadas entre si estas dos cosas, dolor de lo pasado, y emmienda en lo por venir, que al passo, que anda lo uno, anda lo otro; porque cierto es, que quando aborrecemos de veras alguna cosa, que ponemos cuidado para no dar en ella.

Cada dia decimos, y predicamos esto à los seglares: razon fera, que lo tomemos para nosotros. Qué es la causa, decimos, que los del Mundo tornan tan facilmente à recaer en los mismos pecados despues de tantas confesiones? Sabed, que la causa suele ser muy comunmente, que no los aborrecieron de veras, ni vienen à las confesiones con propositos firmes de nunca mas tornar à pecar: y assi como nunca el corazon se acaba de bolver del todo à Dios, sino à media cara, como dicen, facilmente se buelven à lo que nunca

dexaron del todo; que si de veras les pesara, y aborrecieran el pecado, y tuvieran proposito firme de nunca mas bolver à pecar, no tornaran tan facilmente à él, luego en saliendo de la confession, como si no hubieran confesado. Pues por esso tambien caeis vos en las mismas faltas à la tarde, que à la mañana, y oy en las mismas, que ayer, porque no os pesó de veras de ellas, no las aborrecisteis de corazon, no propusisteis firmemente la emmienda, ni os detuvisteis en esso; que si esso hicierais, no tornariais tan facilmente, y tan presto à ellas; porque no solemos nosotros hacer tan facilmente aquello, que aborrecimos, y nos dolió, y dió pena el haverlo hecho.

El dolor, y arrepentimiento de los pecados, quando es verdadero, no solo quita los pecados passados, sino es medicina preservativa para lo por venir, como diximos arriba en el Tratado quinto, capitulo quinto; porque el que anda aborreciendo el pecado, lexos està de caer de nuevo en él. Aun allà el otro Filosofo (a) conoció la eficacia, y fuerza de este medio para no caer en pecado; porque pidiendole una mala muger un precio excesivo por pecar, respondió: *Ego tanti panitere non emo:* No compro yo tan caro el arrepentirme, y el pesarme. Notese esta razon, que es digna, no solo de Filosofo Gentil, sino de hombre Christiano, y Religioso. Algunas

Y a ve-

(a) De Demosthene refert Aulus Gellius, lib. 1. cap. 8.

veces me pongo à considerar el desatino de los que se atreven à pecar, con decir: Despues me arrepentirè, y Dios me perdonarà. Pues como, en què sefo cabe, que por cumplir ahora vuestro appetito, y recibir un gusto breve, que se passa en un momento, escojais, y compreis, tener despues toda la vida un perpetuo pesar, y arrepentimiento de haverle cumplido? Porque aunque es verdad, que Dios os perdonarà despues este pecado, si os arrepentis de èl; pero al fin, paraque os perdone, es menester que os arrepiñais, y os pese despues de haverlo hecho. Mucha fuerza hace esta razon, aun hablando acà de las tejas abaxo, aunque no huvierè de por medio el amor de Dios, que ha de ser siempre lo principal, sino solo nuestro contento, y amor proprio: No quiero hacer aquello, que sè, que despues me ha de dar mucha pena, y mucho dolor de haverlo hecho; el gusto de hacerlo se passa en un momento, y el pesar, y dolor de haverlo hecho ha de durar toda la vida; de manera, que nunca jamàs me puedo contentar, ni complacer de ello: *Ego tanti pavitare non emo*: gran desatino es escoger tanto pesar por tan pequeño placer. Y mejor lo dixo el Apòstol: *Quem fructum habuistis tunc in illis, in quibus nunc erubescitis?* (Ad Rom. 6.) Què fruto sacasteis de aquello, de que ahora os avergonzais? Qué tiene que ver aquel contentillo, que tomasteis, con el pesar, que haveis

de tener despues? Esto se ha de considerar de antemano antes de caer. Quando viene la tentacion haveis de hacer esta cuenta, y decir: No quiero hacer aquello, de que me tengo despues de avergonzar, y arrepentir toda mi vida. Aun acà quando quereis persuadir à uno, que no haga una cosa, le decis: Mirad, que os arrepentireis despues de haverlo hecho; y dice el otro: No me arrepentirè; porque si pensasse, que se havia de arrepentir, bien ve, que seria disparate hacer lo que sabe, que despues le ha de pesar, y dar mucha pena.

Esto he dicho, paraque se vea, quan eficaz medio es para no tornar à caer en las culpas el dolor, y arrepentimiento verdadero de ellas; y paraque se entienda, quanto importa el detenernos en esto de los exámenes. Es verdad, que puede uno tener dolor, y proposito verdadero de emmendarse, y con todo esto bolver despues à caer; porque no somos Angeles, sino hombres flacos, y de barro, que se puede quebrar, y deshacer, y tornarse luego à rehacer: pero asì como quando uno, en acabandose de confesar, se buelve luego à los mismos juramentos, y à los mismos deseos, y pecados, que acabò de confesar, solemos decir comunmente, que no debid de tener contricion, ni dolor verdadero de aquello, ni proposito firme de emmendarse, pues tan presto se bolverid à ello; asì tambien es grande indicio, y argumento, que no os pesò

però à vos de veras, quando hicieris el examen à medio dia, ò à la noche, de haver quebrantado el silencio, y que no tuvieris proposito firme de emmendaros de ello: el ver, que luego à la tarde, ò esse otro dia lo quebrantais de la misma manera, como si no huvieris hecho examen; y lo mismo digo de las demàs faltas, de que trais examen. Aun delante de vuestros hermanos teneis verguenza de decir una culpa, ò que os la digan, quando la haveis dicho ya otras tres, ò quatro veces; quanto mas la tendrìais de Dios, si de veras huvieris dicho la culpa delante de èl, arrepiñiendose de corazon, y pidiendole perdon, y proponiendo la emmienda, no tres, ò quatro veces, sino mas de tres, ò quatro docenas de veces? No hay duda, sino que nos emmendarìamos, y nos aprovecharìamos de otra manera, si nos arrepiñieramos, y nos pesasse de veras, y tuvieramos propositos firmes de emmendarnos.

CAPITULO IX.

Que ayuda mucho à añadir al examen algunas penitencias.

A Un no se contentaba nuestro Santo Padre (a) con el dolor, y arrepentimiento, y propositos interiores, sino paraque pueda uno salir mejor con lo que de-

Tomo I.

(a) Lib. 5. cap. 10. vit. S. Igu.

(c) Lib. 5. c. 10. vit. S. Igu.

sea, leemos en su vida, que aconsejaba se añadiesse al examen particular alguna penitencia, poniendonos cierta pena, la qual executemos en nosotros todas las veces, que cayéremos en aquella falta, de que tenemos examen. El Padre Fray Luis de Granada trae exemplo de esto en algunos siervos de Dios, que èl conociò: de uno dice, que quando al examen de la noche hallaba, que havia excedido en alguna palabra mal hablada, se echaba una mordaza en la lengua en penitencia de ella: y de otro, que tomaba una disciplina, asì por esto, como por otro qualquier defecto, en que cayesse. Del Santo Abad Agaton se dice, que por tres años traxo una piedra en la boca para alcanzar la virtud del silencio, como traemos acà un cilicio para mortificar la carne, y que nos sirva de despertador para la castidad: asì traia aquel Santo una piedrecilla debaxo de la lengua, paraque fuesse como un cilicio suyo, y le sirviesse de recuerdo, y despertador, para no hablar mas de lo necesario. Y de N. P. S. Ignacio leemos, (c) que al principio de su conversion fue muy tentado de risa, y que vencio esta tentacion à puras disciplinas, dandose tantos azotes cada noche, quantas eran las veces, que se havia reido en el dia, por liviana, que huviesse sido la risa. Y fuele aprovechar mucho

Y 3

este

(b) Refert Polater. lib. 1. Antroph.

este añadir alguna penitencia al examen; porque con la penitencia queda el alma 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 la piquen, la hace caminar. Si cada vez, que quebranta uno el silencio, huviesse de hacer una disciplina pública, ò comer tres días 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 retraheria mucho de hablar.

Fuera de esto, y del merito, 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 asfinge, 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 N. P. en las adiciones del libro de los Exercicios: dixo el Angel à Daniel: *Ex die primo, quo posuisti cor tuum ad intelligendum, ut te affligeres in conspectu Dei tui, exaudita sunt verba tua:* (Dan. 10.) Desde el primer día, que determinaste afligirte delante del Señor, fue oída tu oracion. Añadió el Profeta Daniel à la oracion el ayuno, y la mortificacion de su carne, y así alcanzó la libertad de su Pueblo, y que le descubriessse Dios grandes misterios, y le hic-

ciessse otros beneficios muy particulares. Y así vemos, que es, y ha sido siempre muy usado en la Iglesia de Dios este medio para impedir, y alcanzar el favor de Dios en los trabajos, y necesidades. Quando el niño pide à la Madre el pecho, de que tiene necesidad, y le pide solamente con el deseo significado por señales, muchas veces se le niega la madre, ò se lo dilata; mas quando se lo pide llorando, y afligiendose, no se puede contener la Madre, que no se le dè luego; así quando el hombre pide à Dios la virtud de la humildad, de paciencia, de castidad, ò victoria de alguna tentacion, ò otra cosa semejante: si lo pide orando solamente con el deseo, y palabra, muchas veces no alcanza lo que pide, ò se le difiere mucho; pero quando con la oracion juntamos la penitencia, y mortificacion de nuestra carne, y nos asfingimos delante de Dios, entonces alcanzamos mucho mejor lo que pedimos, y con mas certidumbre, y brevedad. Ama Dios mucho à los justos, viendolos penados, y afligidos por alcanzar lo que piden: compadescese, y usa de mayor misericordia con ellos. Del Patriarca Joseph dice la Escritura Divina, que no se pudo contener, viendo la afliccion, y lagrimas de sus hermanos, fino que se les descubrió, y les hizo participantes de todos sus bienes: *Non se poterat ultra cōhibere Joseph, & dixit fratribus suis: Ego sum Joseph:* (Gen. 45.) que hará el que nos

nos ama mas que Joseph, 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, (d) tratando del cuidado, y diligencia, con que havemos de andar en esta guerra, y examen particular. Si la pelea, y examen particular ha de ser, como diximos en el capitulo segundo, de aquello de que mas necesidad tenemos: si ha de ser de defarraygar aquella passion, ò inclinacion mala, que Reyna mas en nosotros, y nos lleva mas tras sí, y nos pone en mayores peligros, y nos hace caer en mayores faltas: si ha de ser de vencer aquel vicio, el qual vencido, quedarán vencidos todos los demás, ty de alcanzar aquella virtud, con la qual havremos alcanzado todas las virtudes; con quanta sollicitud, y diligencia será razon, que andemos en una cosa, en que tanto nos va? Sabeis con quanta? Dice Casiano: *Adversus illud arripiat principale certamen, omnem curam mentis, ac sollicitudinem erga illius impugnationem, observationemque desigens, adversus illud quotidiana jejuniorum dirrigens specula, contra illud cunctis momentis cordis suspiria, crebraque gemitum tela contorquens, adversus illud vigiliarum labores, ac meditationem sui cordis impendens, indefuentes quoque orationes ad Deum fletus fundens: & impugnationis suae extinctionem ab illo spe-*

cialiter, ac jugiter possent. No nos havemos de contentar con andar con este cuidado solamente en el examen, sino tambien en la oracion; y no solamente en la oracion retirada, sino muchas veces entre día havemos de levantar el corazon à Dios con oraciones jaculatorias, y con suspiros, y gemidos del corazon: Señor, humildad; Señor, castidad; Señor, paciencia. Para esto havemos de visitar muchas veces el Santísimo Sacramento; pidiendo con mucha instancia al Señor, que nos dè gracia para alcanzar una cosa, en que tanto nos vá, y acudir à Nuestra Señora, y à los Santos, que sean nuestros intercesores. A esto havemos de enderezar nuestros ayunos, cilicios, disciplinas, y añadir algunas devociones, y ofrecer algunas mortificaciones particulares. Siempre havemos de traer atravesado aquello en el corazon, pues nos importa tanto. Si de esta manera, y con este cuidado, y diligencia anduviésemos en el examen particular, presto sentiriamos el provecho; porque el Señor veria nuestra afliccion, y oíría nuestra oracion, y cumpliria el deseo de nuestro corazon; y debese notar mucho todo esto, para ayudarnos de ello tambien en otras tentaciones, y necesidades graves, que se ofrecen. San Buenaventura dice, (e) que nuestra Señora dixo à Santa Isabel Reyna de Ungría, que ninguna gracia espiritual viene al alma (regularmen-

Y 4 te

(d) Casian. collat. 5. Abb. Serap. c. 14. (e) Bonav. in vit. Christi, c. 3.

te hablando) sino por medio de la oracion, y de las aficciones del cuerpo.

CAPITULO X.

Del examen general de la conciencia.

EL examen general de la conciencia tiene cinco puntos. El primero es dar gracias à Dios por los beneficios recibidos. Ponefe primero el acordarnos de los beneficios recibidos, paraque contraponiendo à esso las faltas, y pecados, que nosotros havemos hecho, en recompensa de tantos beneficios, tomemos de ai ocasion para confundirnos, y sentirlos mas, como el Profeta Natàn contò primero à David los beneficios, que Dios le havia hecho, para afear, y encarecer el pecado, que havia cometido. El segundo punto es, pedir à Nuestro Señor gracia para conocer las faltas, y pecados, en que havemos caido. El tercero, pedir cuenta à nuestra alma, discurriendo desde la hora que propusimos: lo primero por los pensamientos; lo segundo por las palabras; lo tercero por las obras. El quarto punto es pedir à Dios perdon de las faltas, que hallàremos haver hecho, do-liendonos, y arrepietendonos de ellas. El quinto, proponer la emmienda con la gracia del Señor; y acabar con un *Pater noster*.

Este examen general se ha de ha-

cer siempre con el particular; por-que luego à la mañana en levantandonos, havemos de ofrecer à Nuestro Señor todo lo que hiciere-mos aquel dia, assi como dice N. S. P. en el examen particular, que luego en levantandonos havemos de proponer guardarnos de aquel vicio particular, de que nos que-remos emmendar, y esse es el primer tiempo del examen particular: assi tambien entonces havemos de ofrecer à Dios todos los pensa-mientos, palabras, y obras de aquel dia, que todo sea para gloria suya, proponiendo de no ofen-derle, y pidiendole gracia para ello; y todos es razon, que tengán costumbre de hacerlo assi. Despues dos veces al dia, à medio dia, y à la noche havemos de hacer el exa-men general juntamente con el particular: y assi es la costumbre de la Compañia, fundada en nue-stras Constituciones, y lo tenemos sacado de la primera regla de las comunes: (a) * Todos cada dia dos veces den el tiempo, que les fuere señalado al examen de su conciencia. * Assi como fe encierra el reloj, y se le suben las pesas dos veces al dia, à la mañana, y à la noche, paraque ande concertado; assi havemos de concertar el reloj de nuestro corazon con el examen, à la mañana, y à la noche, para-que ande siempre concertado; de manera, que al medio dia, como discurrimos, tomandonos cuenta de las veces, que hemos faltado

aque-

(a) 4. P. Const. c. 4. §. 3. & 4. Regul. i. commun.

aquello de que traemos examen particular desde la hora, que propusimos, que fue en levantandonos, hasta entonces; assi tambien havemos de discurrir, y tomarnos cuenta de lo que havemos faltado, en pensamientos, palabras, y obras, desde que nos levantamos hasta entonces, y despues nos havemos de confundir, y arrepentir juntamente de lo que huvieremos faltado acerca del examen particular, y acerca del general, y proponer la emmienda para la tarde, assi de lo uno, como de lo otro. Y à la noche havemos de hacer de la misma manera juntamente el examen general con el particular, discurriendo, y tomandonos cuenta solamente desde el examen pasado de medio dia.

Lo principal que hay que advertir acerca del modo de hacer este examen general, es lo mismo que diximos del particular; que toda la fuerza, y eficacia del està en aquellos dos puntos postreros, que es, en arrepietirnos, y confundirnos de las culpas, en que havemos caido, y en proponer firmemente la emmienda para la tarde, ò para la mañana; y en esto consiste el hacer bien el examen, y sacar fruto de el. Dice el P. M. Avila, (b) tratando de este examen: Havis de hacer cuenta, que os han encomendado un hijo de un Principe, paraque tengais cuidado continuo de mirar por el, y ponerle en buenas costumbres, y quitarle las malas, y que cada dia

le pedis cuenta. Pues si tuviesseis este cargo, claro està, que no pondrais la fuerza de fu emmienda, en que os dixesse quantas veces ha caido, y faltado oy, sino en hacerle conocer su falta, y en la reprehension, y avisos, que le dais: en sacarle propósitos firmes, y que os ddè la palabra como hijo de quien es, que se ha de emmendar. Pues de essa manera havis de mirar vuestra alma, como cosa encomendada por Dios; y de essa manera os havis de haver con ella en la cuenta que le pedis, y en ella havis de poner la fuerza de vuestro examen, y de vuestra emmienda: no en traer à la memoria las faltas que havis hecho, y las veces, que havis caido, sino en confundiros, y arrepietiros de ellas, y en reprehenderos, como hicierais à otra persona, que tuvierais à cargo, y en hacer propósitos firmes de no tornar à caer mas en aquellas culpas.

Y debemos ayudar para esto, que el examen general es la disposicion, y preparacion propia, y legitima para la confession; y esse es el titulo que le dà N. S. P. en el Libro de los Exercicios Espirituales: *Examen conscientie generale ad purgationem anime. & ad peccatorum confessionem utilissimum*: y la razon es mas manifesta; porque dos cosas principales son las que se requieren para la confession: la primera es examen de las culpas: la segunda, dolor de ellas; y estas se hacen cumplidamente en el examen

de

(b) M. Avila, cap. 26, de Audi filia.