

EL EXAMEN PARTICULAR

- Para ser fieles al Señor es necesario luchar cada día. El *examen particular*.
- Fin y materia del *examen particular*.
- Constancia en la lucha. La fidelidad en los momentos difíciles se forja cada día en lo que parece pequeño.

I. La promesa de la Sagrada Eucaristía en la sinagoga de Cafarnaún causó discusiones y escándalos en muchos de los seguidores del Señor. Ante una verdad tan maravillosa, una buena parte de los discípulos dejaron de seguirle: *Desde entonces* –relata San Juan en el Evangelio de la Misa– *muchos discípulos se echaron atrás y ya no andaban con Él*<sup>1</sup>.

Ante la maravilla de su entrega a los hombres en la Comunión eucarística, estos responden volviéndole la espalda. No es la muchedumbre, sino *discípulos* quienes le abandonan. Los *Doce* permanecen, son fieles a su Maestro y Señor. Ellos acaso tampoco comprendieron mucho aquel día lo que el Señor les promete, pero permanecieron junto a Él. ¿Por qué se quedaron? ¿Por qué fueron leales en aquel momento de deslealtades? Porque les unía a Jesús una honda amistad, porque le trataban diariamente y habían comprendido que Él tenía *palabras de vida eterna*, porque le amaban profundamente. *¿A dónde vamos a ir?*, le dice Pedro cuando el Señor les pregunta si también ellos se marchan: *Señor, ¿a quién iremos? Tú tienes palabras de vida eterna; nosotros hemos creído y conocido que tú eres el Santo de Dios*<sup>2</sup>.

Los cristianos vivimos una época privilegiada para dar testimonio de esta virtud en ocasiones tan poco valorada, la *fidelidad*. Vemos cómo, con frecuencia, se quiebra la lealtad en el matrimonio, en la palabra empeñada, la fidelidad a la doctrina y a la persona de Cristo. Los Apóstoles nos muestran que esta virtud se fundamenta en el amor; ellos son fieles porque aman a Cristo. Es el amor el que les induce a permanecer en medio de las defecciones. Solo uno de ellos le traicionará, más tarde, porque dejó de amar. Por eso nos aconseja a todos el Papa Juan Pablo II: «Buscad a Jesús esforzándoos en conseguir una fe personal profunda que informe y oriente toda vuestra vida; pero sobre todo que sea vuestro compromiso y vuestro programa amar a Jesús, con un amor sincero, auténtico y personal. Él debe ser vuestro amigo y vuestro apoyo en el camino de la vida. Solo Él tiene palabras de vida eterna»<sup>3</sup>. Nadie más que Él.

Mientras estemos en este mundo, la vida del cristiano es una lucha constante entre amar a Cristo y el dejarse llevar por la tibieza, las pasiones o un aburguesamiento que mata todo amor. La fidelidad a Cristo se fragua cada día en la lucha contra todo lo que nos aparta de Él, en el esfuerzo por progresar en las virtudes. Entonces seremos fieles en los momentos buenos, y también en las épocas difíciles, cuando parece que son pocos los que se quedan junto al Señor.

Para mantenernos en una fidelidad firme al Señor es necesario luchar en todo momento, con espíritu alegre, aunque sean pequeñas las batallas. Y una manifestación de estos deseos de acercarnos cada día un poco más a Dios, de amar cada vez más, es el *examen particular*, que nos

ayuda a luchar con eficacia contra los defectos y obstáculos que nos separan de Cristo y de nuestros hermanos los hombres, y nos facilita el modo de adquirir virtudes y hábitos, que limitan nuestras torpezadas en el trato con Jesús.

El *examen particular* nos concreta las propias metas de la vida interior y nos dispone a alcanzar, con la ayuda de la gracia, una cota determinada y específica de esa montaña de la santidad, o a expulsar a un enemigo, quizá pequeño, pero bien pertrechado, que causa numerosos estragos y retrocesos. «El examen general parece defensa. —El particular, ataque. —El primero es la armadura. El segundo, espada toledana»<sup>4</sup>.

Hoy, cuando le decimos al Señor que queremos serle fieles, nos debemos preguntar en su presencia: ¿Son grandes mis deseos de avanzar en el amor? ¿Concreto estos deseos de lucha en un punto específico que pueda ser el blanco de mi examen particular? ¿Soy dócil a las indicaciones que recibo en la dirección espiritual?

II. Mediante el examen general llegamos a conocer las razones últimas de nuestro comportamiento; con el *examen particular* buscamos los remedios eficaces para combatir determinados defectos o para crecer en las virtudes. Este examen, breve y frecuente a lo largo del día, en los momentos previstos, debe tener un fin muy preciso: «Con el examen particular has de ir derechamente a adquirir una virtud determinada o a arrancar el defecto que te domina»<sup>5</sup>. En ocasiones el objetivo de este examen será «derribar al Goliat, esto es, la pasión dominante»<sup>6</sup>, aquello que más sobresale como defecto, lo que más daño hace a nuestra amistad con el Señor, a la caridad con quienes nos relacionamos. «Cuando alguno se ve particularmente dominado por un defecto, debe armarse solo contra ese enemigo, y tratar de combatirlo antes que a otros (...), pues mientras no lo hayamos superado echaremos a perder los frutos de la victoria conseguida sobre los demás»<sup>7</sup>. Por eso es tan importante que nos conozcamos y que nos demos a conocer en la dirección espiritual, que es donde habitualmente fijaremos el tema de este examen.

Como no todos tenemos los mismos defectos, «se hace necesario que cada uno presente batalla en consideración al tipo de lucha con que se ve acosado»<sup>8</sup>.

Puede ser tema de examen particular el aumentar la presencia de Dios en medio del trabajo, en la vida de familia, mientras caminamos por la calle; el estar más atentos para descubrir dónde se encuentra un sagrario y dirigir al Señor un saludo o una jaculatoria, aunque no podamos acercarnos en ese momento; cuidar la puntualidad, comenzando desde por la mañana a la hora de levantarnos, al comenzar la oración, o la Santa Misa...; la paciencia con nosotros mismos, con los defectos de quienes colaboran en un mismo trabajo, o en la familia; suprimir de raíz el hábito de la murmuración y contribuir a que no se murmure en nuestra presencia; la brusquedad en el trato; el desinterés por las necesidades del prójimo; ganar en la virtud de la gratitud, de tal manera que sepamos dar las gracias aun por favores y servicios muy pequeños de la vida corriente; ser más ordenados en la distribución del tiempo, en los libros o instrumentos de trabajo, en las cosas personales, el trato con los Ángeles Custodios... Un *examen particular* que dejará en el alma una

profunda huella, si luchamos, puede ser el amar y vivir mejor la Santa Misa y la Comunión.

Aunque en algunos casos el objetivo del *examen particular* pueda presentarse en su cara negativa, como resistencia al mal, el mejor modo de combatir será el de practicar la virtud contraria al defecto que tratamos de desarraigar: practicar la humildad para vencer la tendencia a ser el centro de todo o el deseo de recibir siempre elogios y alabanzas; ejercitarse en la serenidad para evitar la precipitación... De este modo se hace más eficaz y atractiva la lucha interior. «El movimiento del alma hacia el bien es más fuerte que el encaminado a apartarse del mal»<sup>9</sup>.

Antes de señalar la materia del examen particular debemos pedir luces al Señor para conocer en qué quiere Él que luchemos: *Domine, ut videam!*<sup>10</sup>, ¡Señor, que vea!, le podemos decir como el ciego de Jericó. Y pedir ayuda en la dirección espiritual.

III. Es tarea personal la manera de concretar este examen. Para unos –por su modo de ser, por su temperamento– será necesario concretarlo mucho y llevar una contabilidad muy estrecha por su tendencia a la vaguedad y a las generalidades; para otros eso podría ser motivo de complicaciones y de crearse problemas donde no debe haberlos. Nos ayudarán en la dirección espiritual si nos esforzamos en darnos a conocer.

No nos debe extrañar si alcanzar con nuestra lucha el objetivo propuesto en el *examen particular* nos lleva tiempo. Si está bien puesto, lo normal es que se trate de un defecto arraigado, y que sea necesaria una lucha paciente, recomenzando una y otra vez, sin desánimos. En ese empezar de nuevo, con la ayuda del Señor, estamos afianzando bien los cimientos de la humildad. Para mantener despierto el *examen particular* hace falta fortaleza, constancia y humildad. El amor –que es ingenioso– encontrará cada día la manera de hacer nuevo el mismo punto de lucha, porque en él, más que la propia superación, buscamos amar al Señor, quitar todo obstáculo que entorpezca nuestra amistad con Él y, por tanto, lo que nos separa de los demás. Nos dará ocasión de hacer muchos actos de contrición por las derrotas, y acciones de gracias por las victorias.

La lucha en un *examen particular* concreto, cada día, es el mejor remedio contra la tibieza y el aburguesamiento. ¡Qué gran cosa si nuestro Ángel Custodio pudiera testificar al final de nuestra vida que luchamos en cada jornada, aunque no todo hayan sido victorias! La fidelidad llena de fortaleza en los momentos difíciles se forja cada día en lo que parece pequeño. «Hemos de convencernos de que el mayor enemigo de la roca no es el pico o el hacha, ni el golpe de cualquier otro instrumento, por contundente que sea: es esa agua menuda, que se mete, gota a gota, entre las grietas de la peña, hasta arruinar su estructura. El peligro más fuerte para el cristiano es despreciar la pelea en esas escaramuzas, que calan poco a poco en el alma, hasta volverla blanda, quebradiza (...)»<sup>11</sup>.

Al terminar nuestra oración le decimos al Señor, como Pedro: *Señor, ¿a quién iremos? Tú tienes palabras de vida eterna*. Sin Ti nos quedamos sin Camino, sin Verdad y sin Vida.

Es una hermosa jaculatoria para repetir muchas veces, pero especialmente a la hora de la lucha. A Nuestra Señora, *Virgo fidelis*, le pedimos que nos ayude a ser fieles, luchando cada día por quitar

los obstáculos, bien concretos, que nos separan de su Hijo.

1 *Jn* 6, 66. — 2 *Jn* 6, 69. — 3 JUAN PABLO II, *Discurso*, 30-I-1979. — 4 SAN JOSEMARÍA ESCRIVÁ, *Camino*, n. 238. — 5 *Ibidem*, n. 241. — 6 J. TISSOT, *La vida interior*, Madrid 1971, p. 484. — 7 SAN JUAN CLÍMACO, *Escala del paraíso*, 15. — 8 CASIANO, *Colaciones*, 5, 27. — 9 SANTO TOMÁS, *Suma Teológica*, 1-2, q. 29, a. 3. — 10 Cfr. *Mc* 10, 48. — 11 SAN JOSEMARÍA ESCRIVÁ, *Es Cristo que pasa*, 77.

Nota: Ediciones Palabra (poseedora de los derechos de autor) sólo nos ha autorizado a difundir la meditación diaria a usuarios concretos para su uso personal, y no desea su distribución por fotocopias u otras formas de distribución.