

25. EXAMEN PARTICULAR

Capítulo 25 de la publicación 'interna' del Opus Dei: Vivir en Cristo

Todos los días, hijos queridísimos -nos dice el Padre- deben presenciar nuestro afán por cumplir la misión divina que, por su misericordia, nos ha encomendado el Señor 1. Una manifestación de ese afán diario por llevar a cabo lo que Dios nos pide es el examen particular, la lucha eficaz en un punto concreto en el que presentamos *batalla al enemigo, para que el enemigo no la presente donde no nos convenga*.

NECESIDAD DEL EXAMEN PARTICULAR

El examen particular es consecuencia de la voluntad de luchar de modo realista y eficaz por ser santo; es estrategia para la victoria sobre nuestros defectos. *El examen general parece defensa. -El particular, ataque. -El primero es la armadura. El segundo, espada toledana* 2, que nos hace avanzar, superar los obstáculos, progresar siempre. Ese examen breve, pero frecuente, de un punto concreto, mantiene vivo nuestro espíritu de lucha, a lo largo de la jornada; impide que nos abandonemos. Y esa insistencia es el mejor antídoto contra la dejadez y contra los estragos de la tibieza.

Nadie atribuya su descarrío a un repentino derrumbamiento, sino a haber seguido malos consejos o haberse apartado de la virtud poco a poco, por una pereza mental prolongada. De ese modo es como comienzan a ganar terreno insensiblemente los malos hábitos, y sobreviene una si-

(1) Carta *Singuli dies*, 24-111-1930, n. 1;

(2) *Camino*, n. 238;

tuación extrema. «El derrumbamiento -se lee en los Proverbios- viene precedido por un deterioro, y éste por un mal pensamiento» 3. *Sucede lo mismo que con una casa: se viene abajo un buen día sólo en virtud de un antiguo defecto en los cimientos, o por una desidia prolongada de sus moradores. Gotitas muy pequeñas penetran imperceptiblemente, corroyendo los soportes del techo; y gracias a esa falta de atención repetida, se agrandan los boquetes y los desperfectos. Después la lluvia y la tempestad penetran a mares* 4.

El examen particular, además de prevenir este peligro, asegura la eficacia de nuestro esfuerzo. *Yo corro -decía San Pablo-, no como quien corre a la aventura; peleo, no como quien tira golpes al aire* 5. Nuestra lucha ha de tener una táctica que evite la dispersión, para concentrar el ímpetu en un frente concreto. *A menudo muchos se proponen un sin número de cosas, y sin embargo hacen muy pocas, pues con la misma facilidad con que formulan un propósito, lo abandonan después. Nosotros debemos en primer lugar proponernos una cosa práctica, y después, mantenernos firmemente en ese propósito* 6.

Somos como niños pequeños, que no pueden con muchas tareas a la vez, ni con proyectos demasiado ambiciosos. Hemos de ir poco a poco, *como los párvulos en la escuela. Primero aprenden la forma de las letras; luego empiezan a distinguir las torcidas, y así, paso a paso, acaban por aprender a leer. Hagámoslo así también nosotros. Dividiendo la virtud en partes, aprendamos primero, por ejemplo, a no, hablar mal, a no renegar, a no maldecir; luego, pasando a otra letra, a no envidiar a nadie, a no ser esclavos del cuerpo, a no dejarnos llevar por la gula, a no ser crueles, a no ser perezosos. Luego, pasando de ahí a las letras espirituales, estudiemos la continencia, la mortificación de los sentidos, la castidad, la justicia, el desprecio de la gloria vana; procuremos ser modestos, contritos de corazón. Enlazando unas virtudes con otras escribámoslas en nuestra alma. Y hemos de ejercitar esto en nuestra misma casa: con los amigos, con la mujer, con los hijos* 7.

MATERIA DEL EXAMEN PARTICULAR

No basta que vayamos luchando con constancia, poco a poco, y

- (3) Prov. XVI, 18, sec. LXX;
(4) Casiano, *Collat.* 6, 17;
(5) I Cor. IX, 26;
(6) Ricardo de San Víctor, *De erud. Hom. inter.* 2, 5;
(7) San Juan Crisóstomo, *In Matth. hom.* 11, 8;

en frentes concretos; conviene además que centremos nuestro empeño en un punto crucial. **Pide luces**, nos dice el Padre. **-Insiste: hasta dar con la raíz para aplicarle esa arma de combate que es el examen particular** 8.

Perdería gran parte de su eficacia un examen particular descentrado. *Pues como no todos son atacados de la misma manera, se hace necesario que cada uno de nosotros presente batalla en consideración al tipo de lucha con que se ve acosado. Para unos el primer frente estará en un vicio que ocupa el tercer lugar, según el modo corriente de enumerarlos; para otros, estará en el cuarto o en el quinto; y así sucesivamente, según la relevancia que cada vicio tenga en nosotros. Del mismo modo que el ataque obedece a una táctica, es necesario que también nosotros instituyamos un orden de combate que, por sus ventajas, nos lleve al triunfo, a la victoria, purifique nuestro corazón y nos conduzca a la perfección plena* 9.

Con frecuencia hay un defecto que tiende a prevalecer sobre los demás y se manifiesta de continuo: en el modo de razonar, de juzgar, de preferir, de sentir. *Y cuando alguno se ve particularmente dominado por un defecto, debe armarse sólo contra ese enemigo, y tratar de combatirlo antes que a otros..., pues mientras no lo hayamos superado malograremos los frutos de victoria conseguidos sobre los demás* 10.

En esa tarea de ir desarraigando defectos, debemos plantear la lucha de un modo positivo, porque **el espíritu de la Obra es siempre una afirmación: es alegre, sobrenatural, deportivo**. Nada más ajeno a nosotros que la negación, contraria a la sana psicología. El Padre nos ha enseñado siempre a hacer las cosas por Amor, por motivos positivos en plan de afirmación 11. El mejor modo de conseguirlo es poner la meta del examen particular en una realidad positiva: el ejercicio de una virtud, la consecución de una meta determinada. Tratar de cultivar una virtud es, además, la garantía más segura de no caer en el defecto contrario. De este modo la lucha se hace atractiva, y sobre todo más eficaz; porque **el movimiento del alma hacia el bien es más fuerte que el encaminado a alejarse del mal** 12.

El carácter de esa lucha que el Señor quiere de nosotros, nos hace

- (8) Camino, n. 240;
(9) Casiano, *Collat.* 5, 27;
(10) San Juan Clímaco, *Scal. parad.* 15;
(11) Instrucción, 8-XII-1941, nota 58;
(12) Santo Tomás, S. Th. I-II q. 29, a. 3 c;

comprender que **el hombre no debe intentar ni le es posible extirpar por sus propias fuerzas el pecado. Luchar, volver a la brega, caer, resultar herido; eso sí que cae dentro de sus posibilidades; pero quitarlo, sólo pertenece a Dios** 13. Es una realidad que el examen particular nos hace percibir de un modo muy vivo. Verse vencido una y otra vez en un propósito tan concreto como es la materia del examen particular, nos lleva a reconocer, con el convencimiento de algo íntimamente sentido, que solos nada podemos, que la victoria no puede ser fruto de nuestra fuerza de voluntad, sino de la gracia de Dios, que hemos de pedir humildemente.

Hay que comenzar por acudir al Señor para que nos haga ver en qué punto es conveniente que luchemos. *Escudriñame, oh Dios, y examina mi corazón; pruébame y examina mis pensamientos. Mira si hay en mi camino cosa viciosa, y llévame por las sendas de la eternidad* 14. Hay que examinarse a fondo, con valentía y profundidad para conocerse interiormente. **Ya habéis oído decir que el mejor negocio del mundo sería comprar a los hombres por lo que realmente valen, y venderlos por lo que creen que valen. Es difícil la sinceridad. La soberbia violenta la memoria, la oscurece: el hecho se esfuma, o se embellece, y se encuentra una justificación para cubrir de bondad el mal cometido, que no se está dispuesto a rectificar** 15. Si somos sinceros con nosotros mismos en el examen general, para serlo después en la dirección espiritual, el Señor nos dará luces para situar con eficacia el frente de lucha.

PERSEVERANCIA EN LA LUCHA PERSONAL

Es fundamental que el examen particular sea algo vivo, operativo, eficaz. Pero es tarea muy personal, variable según el temperamento, las disposiciones interiores y las condiciones de vida del que lo ejercita. Hay quienes tienden a la dispersión, y les resulta difícil hallar momentos y ocasiones de practicar una determinada virtud. Otros concretan fácilmente la ocasión para vivir indicaciones muy generales e indeterminadas. Unos necesitan llevar una contabilidad muy estrecha y exacta, para no adormecerse; para otros, esta rigidez puede ser motivo de complicación interior, de no sentirse libres con *la libertad y gloria de los hijos de Dios* 16, de crearse problemas donde no debe haberlos.

(13) Pseudo Macario, *Hom.* 3, 3;

(14) *Ps.* CXXXVIII, 23;

(15) Carta *Videns eos*, 24-111-1931, n. 36;

(16) *Rom.* VIII, 21;

Motivo de cambiar el tema de examen particular puede ser, a veces, el resultado negativo, contraproducente: porque esa lucha desemboque en un desasosiego; porque aumente la tendencia a pensar en sí mismo o a luchar *a fuerza de brazos*, sin abandonarse totalmente en Dios. Otras veces, la perseverancia prolongada en un mismo punto de lucha, sin conseguir resultado positivo alguno, será lo que haga sentir finalmente que *es imposible alcanzar el triunfo sobre una pasión cualquiera, sin haber comprendido antes que nuestra industria y trabajo personales no pueden llevarnos a la victoria... La experiencia y testimonios innumerables de la Escritura nos persuaden sobradamente de que nuestras fuerzas humanas, si no se apoyan en el socorro que sólo Dios puede dar, no sabrán superar tan poderosos enemigos, y que es a El a quien debemos atribuir el honor de las victorias de cada día* 17.

Por eso, el cansancio ante un punto de lucha que, pese al esfuerzo, no produce el resultado apetecido, no es de suyo motivo suficiente para cambiar de examen particular. Tras ese deseo de cambio puede ocultarse en ocasiones el malsano afán de no verse vencido, de encontrar la ocasión de mostrar la propia valía. Por otro lado, con el paso de los años, las diversas manifestaciones del mal tienden a verse cada vez más claramente enraizadas en un único defecto fundamental, contra el que habremos de luchar, en una forma u otra, durante toda la vida, sin que nunca quizá hayamos acabado de desarraigarlo por completo.

La santidad, nos ha dicho el Padre muchas veces, no está en carecer enteramente de defectos, sino en luchar siempre, sin abandonos. ***Cuando sintamos en nosotros mismos -o en otros- cualquier debilidad, no debemos mostrar extrañeza: acordémonos de aquellos que, con su flaqueza indiscutible, perseveraron y llevaron la palabra de Dios por todos los pueblos, y fueron santos. Estemos dispuestos a luchar y a caminar: lo que cuenta es la perseverancia*** 18. La lucha es sólo aparentemente ineficaz, porque es en esa ineficacia aparente donde aprenderemos a vivir la humildad, base y fundamento de todas las demás virtudes.

Todos tenemos errores, aunque llevemos años y años luchando por vencerlos. Cuando de la lucha ascética sacamos desaliento, es que somos soberbios. Hemos de ser humildes, con deseos de ser fieles. Es verdad que serví inútiles sumus (Luc. XVII, 10). Pero, con

(17) Casiano, *Collat.* 5, 42, 15;

(18) Carta *Videns eos*, 24-III-1931, n. 48;

estos siervos inútiles, el Señor hará cosas muy grandes en el mundo, si ponemos algo de nuestra parte: el esfuerzo de alzar la mano, para asirnos a la que Dios -con su gracia- nos tiende desde el cielo 19.

CONFIANZA EN DIOS

La necesidad de apoyarse en Dios nos llevará a acompañar ese esfuerzo nuestro con una particular petición de ayuda. *Te aconsejo -nos dice el Señor- que compres de mí el oro afinado en el fuego, con que te hagas rico, y no se descubra la vergüenza de tu desnudez* 20. Aunque ya hayamos agotado todos los medios humanos para alcanzar una determinada meta, aunque la lucha y el esfuerzo personal no basten para conseguirla, porque se trata de recibir un don gratuito de Dios, la oración seguirá

siendo el mejor medio para adelantar en el camino señalado por nuestro examen particular.

Si sentís decaimiento, al experimentar -quizá de un modo particularmente vivo- la propia miseria, es el momento de abandonarse por completo, con docilidad en las manos de Dios. Cuentan que un día salió al encuentro de Alejandro Magno un pordiosero, pidiendo una limosna. Alejandro se detuvo y mandó que le hicieran señor de cinco ciudades. El pobre, confuso y aturdido, exclamó: ¡yo no pedía tanto! Y Alejandro repuso: tú has pedido como quien eres; yo te doy como quien soy 21.

La lucha esforzada, aunque indispensable, no es la parte más importante del examen particular, que debe ser, antes que nada, motivo particular de examen, y así de contrición. Un examen que no nos llevara al dolor, al arrepentimiento sincero y al deseo de reparar, no nos acercaría a Dios. Los propósitos y los proyectos de mejora, para que no sean, un mero esfuerzo humano condenado a la esterilidad, han de responder al dolor: dolor de amor por haber ofendido a Dios. El examen particular debe llevarnos a pedir perdón a Dios muchas veces al día: siempre que por nuestra debilidad o por nuestra falta de entrega no hemos sabido dar lo que el Señor nos pedía. Y ha de movernos a la acción de gracias, cada vez que salimos victoriosos.

Si vivimos con esa humildad y ese sentido sobrenatural, seremos alegres, esperanzados. ***Estaremos persuadidos de que, como enseña el***

(19) Ibid., n. 24;

(20) Apoc., III, 18;

(21) Carta *Videns eos*, 24-III-1931, n. 25;

Apóstol, la lucha ascética no es algo negativo y, por tanto, odioso; sino afirmación alegre. Es un deporte 22. Y entonces no cederemos al cansancio, no nos dejaremos dominar por el desaliento. ***El buen deportista no lucha por alcanzar una sola victoria y al primer intento, sino que se prepara y se entrena durante mucho tiempo; con confianza y serenidad, prueba una y otra vez, y aunque al principio no pueda triunfar, insiste tenazmente, hasta superar el obstáculo*** 23.

De este modo, cuando al fin hayamos conseguido una victoria, total o parcial, sobre un determinado defecto, habremos conseguido un progreso efectivo en nuestro camino hacia Dios. ***El espíritu del Opus Dei no es como una fibra aislada, sino un tejido compuesto por virtudes que se entrelazan, unidas por la caridad; tejido completo, que recubre nuestra vida de pies a cabeza. Cuando en un árbol hay un fruto maduro, hay otros muchos en el mismo árbol -si se podó a tiempo-, que también están a punto. El sabor, la grandeza y la sazón de uno de ellos son el anuncio de la madurez de los otros*** 24.

En cualquier caso, aun cuando no consigamos superar un determinado punto de lucha, hemos de continuar ***constantes, alegres, rectificando cada día un poco, como hacen los barcos en alta mar, para llegar a puerto. Los santos han sido como nosotros: han tenido buena voluntad y la sinceridad de rectificar, en su vida interior, en su lucha: con victorias y con derrotas; que a veces son victorias; buscando el trato con Dios, que es esperanza, que es fe, que es Amor. Nuestro Dios está contento con esa lucha nuestra, que es señal cierta de que tenemos vida interior*** 25.

(22) Carta *Divinus Seminador*, 28-III-1955, n-24;

(23) Ibid.;

(24) Instrucción, mayo-1935, 14-IX-1950, nota 84;

(25) Carta *Videns eos*, 24-III-1931, n. 49.

[Volver al índice de Cuadernos 3: Vivir en Cristo](#)
[Volver a Libros silenciados y Documentos internos del Opus Dei](#)
[Ir a la correspondencia del día](#)
[Ir a la página principal](#)