

CAMINO HACIA DIOS

245



El examen o “vigilancia”

El cristiano que quiere emprender un camino serio de configuración al Señor Jesús descubre pronto que se trata de un sendero en el que no faltarán las dificultades. No en vano el mismo Señor nos dice que en el mundo tendremos tribulaciones, como también nos recuerda que de su mano podremos vencerlas¹. Estas dificultades pueden ser externas o internas —a veces incluso ambas—, y se oponen a que sigamos los propósitos con los que nos hemos comprometido y que de todo corazón anhelamos alcanzar.

Por más que quisiéramos una vida libre de obstáculos, pronto comprenderemos que son parte del camino, muchos de ellos incluso herencia de las rupturas que el pecado ha causado en nuestro interior. En este sentido, resulta muy importante conocer estos obstáculos o situaciones que nos impiden realizar nuestros buenos propósitos. La Dirección de San Pedro, y en concreto la *gnosis*, nos ofrece varios medios que salen al paso de esta realidad. Uno de ellos es, precisamente, el examen o “vigilancia”.

Mirarnos desde la fe

En el marco de la *gnosis*, el examen o vigilancia no es propiamente lo que conocemos como el examen de conciencia que nos prepara para la confesión sacramental. Es, más bien, un ejercicio habitual de reflexión que nos ayude a tomar conciencia de nuestras conductas, nuestras motivaciones, y de las circunstancias en que se producen reacciones que no son coherentes con nuestro compromiso por avanzar hacia la santidad.

Se trata, entonces, de un medio que nos ayuda a estar atentos a nosotros mismos para conocernos cada vez mejor, y saber descubrir las dificultades —sean interiores o exteriores— que se nos presentan para poder enfrentarlas. En este sentido, se trata de un camino netamente positivo que, en la medida de lo que nos es posible, nos ayude a mirarnos con la mirada que Dios tiene sobre nosotros. En esa mirada descubrimos la invitación a crecer en santidad, a amar al Señor cada vez más, a amar al prójimo como a uno mismo. El examen o vigilancia nos ayuda a descubrir lo que nos aleja de alcanzar ese ideal, a remover todo cuanto nos aparta del designio divino para estar más prontos a responder a la invitación del Señor y seguir su Plan de Amor.

El ideal, lo sabemos bien, es la configuración con el Señor Jesús. La luz que nos debe iluminar en el examen o vigilancia es precisamente la que Él arroja sobre nosotros. La atención que le damos a nuestro interior, donde descubrimos las fragilidades, debilidades o incluso nuestro pecado, no busca centrarnos egoístamente en nosotros, sino acercarnos a quien es Camino, Verdad y Vida. Iluminados por la verdad que proviene de Él, el examen se convierte así en un medio de apertura a la gracia que nos hace más libres y más disponibles para dejarnos transformar interiormente y encauzar nuestra vida para poder decir, junto con San Pablo, «es Cristo quien vive en mí»².

El examen o vigilancia, entonces, se convierte también en un medio de unificación de nuestra vida, favoreciendo un señorío personal que apunta no a una perfección de “eficiencia” o de falsa paz, sino a la perfección en la caridad.

Punto de partida

El examen o vigilancia, por lo dicho hasta ahora, no es un mero recuento de nuestras faltas o pecados. El punto de partida es la conciencia viva de que, inme-recidamente, somos amados por Dios y llamados por Él a la vida verdadera. Junto con ello, está el profundo deseo de ser cada vez más como el Señor Jesús. A partir de esta realidad, y dejándonos iluminar por lo que el

«Ahora bien; las cuerdas de mi corazón son mis disposiciones interiores; estas son las que hay que pulsar para saber qué sonido tienen. ¿Cantan la gloria de Dios, o cantan mi satisfacción?»⁵.

Señor nos enseña de nosotros mismos, buscamos preguntarnos cómo nos encontramos a la luz del llamado que Dios nos hace a ser «santos como yo soy santo»³.

En la respuesta a ese llamado, en la medida que avancemos más en nuestro recorrido, nos iremos volviendo más finos y reverentes para reconocer, de cara al Señor, qué nos falta para ser como Él. Una persona acostumbrada al desorden, por ejemplo, no le molestará vivir en un hogar desordenado. Sin embargo, cuando empieza a colocar todo en su lugar y a percibir la mayor libertad y gozo que hay cuando las cosas están en su sitio, entonces el desorden le afectará y será pronto en arreglarlo. Algo análogo va ocurriendo con nuestro interior cuando buscamos que se asemeje cada vez más al Señor Jesús y gocemos de su armonía y paz.

La madurez en la vida cristiana nos va volviendo más sensibles para percibir lo que nos aleja del Señor, más finos para descubrir los malos hábitos que nos impiden dar gloria a Dios con nuestras vidas, y también más deseosos de configurarnos con Él. Seremos, quizás, cada vez más como un buen músico que sabe, al escuchar tan solo una nota de su instrumento, si éste anda desafinado, y seremos prontos en afinarlo para que la música sea bella y armoniosa. A veces serán hábitos malos que tenemos, a veces serán circunstancias ante las cuales podemos reaccionar de modo más evangélico. Lo importante es, en el día a día, ir las descubriendo.

Un modo de procurar esto nos lo señalaba San Francisco de Sales cuando decía que es preci-

so preguntarnos «¿qué afectos ocupan nuestro corazón, qué pasiones le dominan y hacia qué parte se ha desviado más? Pues por las pasiones del alma se reconoce el propio estado, examinándolas una a una. Y así como el que ha de tocar la cítara va pulsando todas las cuerdas y templea las que están destempladas, estirándolas y aflojándolas, así también, después de haber tanteado el amor o el odio, el deseo, el temor, la esperanza, la tristeza y la alegría de nuestra alma, si las encontramos destempladas para el tono que queremos tocar, que es la gloria de Dios, podemos afinarlas con su divina gracia y el consejo de nuestro padre espiritual»⁴.

Otro autor espiritual, comentando las palabras del citado santo Obispo de Ginebra, señalaba que lo importante es que «las cuerdas de mi corazón estén acordes para lo que yo quiero tocar, que es la gloria de Dios, y el examen tiene por fin esencial mostrarme si esas cuerdas suenan bien en ese tono. Ahora bien; las cuerdas de mi corazón son mis disposiciones interiores; estas son las que hay que pulsar para saber qué sonido tienen. ¿Cantan la gloria de Dios, o cantan mi satisfacción?»⁵.

Humildes ante Jesús

Un pasaje muy iluminador al reflexionar sobre el examen es el encuentro del Señor Jesús con la Samaritana⁶. Jesús ilumina nuestro caminar y nos invita a reconocer y aceptar nuestras debilidades y fragilidades precisamente para alentarnos a un mayor encuentro con Él. La mirada de Jesús no busca esconder el pecado, ni restarle importancia a sus consecuencias. Sin embargo, va mucho más allá, señalándonos el horizonte al que somos invitados y reiterándonos su llamada, como lo hizo también con Pedro, luego de las tres negaciones del apóstol, a orillas del lago de Tiberíades⁷. A veces, sin embargo, no sabemos reconocer que a pesar de nuestra fragilidad Dios sigue apostando por nosotros. Él no es el acusador —designación reservada más bien para el Demonio— sino por el contrario nuestro

Reconciliador.

Es importante aclarar que no se trata, en ningún momento, de una minuciosa y constante revisión escrupulosa de cada uno de nuestros actos. Al principio quizás debamos reservar unos momentos al día o la semana para detenernos y, en espíritu de oración, “escuchar” lo que sucede en nuestro interior. La práctica de este ejercicio nos irá volviendo más reverentes para descubrir “sobre la marcha” nuestras disposiciones interiores, nuestras reacciones, sus orígenes o motivaciones. Entonces estaremos más preparados para discernir los modos de superarlos y abrirnos cada vez más al amor de Dios, procurando que las cuerdas de nuestro corazón estén afinadas y en sintonía con Él.

El examen, estar atentos y vigilantes a nuestro interior, requiere entonces de una gran humildad, que abierta a la

Jesús ilumina nuestro caminar y nos invita a reconocer y aceptar nuestras debilidades y fragilidades precisamente para alentarnos a un mayor encuentro con Él.

verdad reconoce el amor de Dios por cada uno de nosotros. Quizás, en este sentido, siempre que nos detengamos un momento para revisarnos debemos empezar con una acción de gracias porque descubriremos que, ante todo, Dios nos ha amado primero, sin ninguna condición previa. Así, con nuestro corazón de rodillas, de la mano de nuestra Madre Santa María, el camino de la santidad aparecerá claramente con un camino de perfección en la caridad y no como una imposible senda de humano perfeccionismo.

¹ Ver Jn 16,33.

² Gál 2,20.

³ Ver Lev 19,2; 1Pe 1,16.

⁴ San Francisco de Sales, *Introducción a la vida devota*, V, 7.

⁵ Joseph Tissot, *La vida interior*, Herder, Barcelona 1996, p. 465.

⁶ Ver Jn 4,1-30.

⁷ Jn 21,15-19.

CITAS PARA LA ORACIÓN

**Es importante examinar
nuestro interior:**

1Cor 11,28.

**Iluminar nuestra fragilidad a
la luz de Dios:**

1Jn 1,7-10; Sal 50,3-5.

**Dios apuesta por nosotros a
pesar de nuestra fragilidad:**

Jn 4,1-30; Jn 21,15-19.

**El horizonte es la
configuración con el Señor:**

Col 3,9-10.

PREGUNTAS PARA EL DIÁLOGO

1. ¿Qué es el examen o vigilancia?
2. ¿Cuál es la relación entre el examen o vigilancia y la *gnosis* según la Dirección de San Pedro?
3. ¿Qué características tiene este examen?
4. ¿Cómo puedo ejercitarme en este medio para crecer en conocimiento propio y del Señor Jesús?

GUÍA PARA LA ORACIÓN

1. Invocación inicial

En el nombre del Padre, y del Hijo, y del Espíritu Santo. Amén.

2. Preparación

- a. Acto de fe en la presencia de Dios.
- b. Acto de esperanza en la misericordia de Dios.
- c. Acto de amor al Señor Jesús y a Santa María.

3. Cuerpo

- a. Mente:
 - Medito en el *en sí* del texto.
 - Medito en el *en sí-en mí* del texto.
- b. Corazón:
 - Elevo una plegaria buscando adherirme cordialmente a aquello que he descubierto con la mente y abriéndole mi corazón al Señor.

c. Acción:

- Resoluciones concretas.

4. Conclusión

- Breve acto de agradecimiento y súplica: al Señor y a Santa María.
- Rezo de la Salve u otra oración mariana.

5. Innovación final

En el nombre del Padre, y del Hijo, y del Espíritu Santo. Amén.

