

HUIDA A EGIPTO - NUESTRO AVANCE EN LA VIDA DE ORACIÓN

[ Audio [SoundCloud](#)]

[ Audio [Google Drive](#)]

Texto extraído de la **Introducción a la vida devota** de san Francisco de Sales (Quinta Parte, Cap. III), en la que el Santo nos invita a hacer **EXAMEN DE NUESTRA ALMA SOBRE EL AVANCE EN LA VIDA DEVOTA**

DEL EXAMEN DE NUESTRA ALMA SOBRE EL ADELANTAMIENTO EN LA VIDA DEVOTA

Este punto del ejercicio es un poco largo; y así, cuanto a su práctica, no es necesario lo hagas todo de una vez, sino por partes: primero considera lo referente a tus acciones para con Dios; luego lo referente a ti; luego lo que atañe a tus relaciones con al prójimo; y por último, considera las pasiones. No será tampoco necesario ni conveniente que estés de rodillas, excepción hecha del comienzo y del fin, cuando se producen los afectos. Los otros puntos del examen los podrás hacer con utilidad paseándote, y aun mejor en la cama, si puedes estar en ella sin adormecerte y bien desvelada. Es, no obstante, necesario hacer todo este ejercicio en tres días y dos noches, tomando de cada día y de cada noche alguna hora, es decir, algún tiempo, según te sea posible; porque, si este ejercicio se hiciese a intervalos muy distantes, perdería su eficacia e impresionaría muy débilmente. Después de cada punto del examen, verás si has faltado y en qué faltas has incurrido, y cuáles son los movimientos más notables que has sentido, al objeto de manifestarlo, para tomar consejo, resolución y ánimo. Aunque no es necesario que los días en los cuales hagas este y los demás ejercicios te apartes del trato de la gente, es imprescindible que lo hagas un rato, sobre todo, hacia el atardecer, para que puedas acostarte más temprano y tener el reposo de cuerpo y de espíritu que se requiere para la consideración. También conviene dirigir, durante el día, frecuentes aspiraciones a Dios, a la Santísima Virgen, a los ángeles y a toda la corte celestial; importa también mucho hacerlo todo con un corazón enamorado de Dios y de la perfección de tu alma.

Así, pues, para comenzar bien este examen:

1. Ponte primeramente en la presencia de Dios.
2. Invoca el Espíritu Santo, pidiéndole luz y claridad, para que puedas conocerle bien, como San Agustín, que exclama delante de Dios: « ¡Oh Señor, haced que os conozca y que me

conozca!¹»; o como San Francisco, que preguntaba a Dios, diciendo: «¿Quién eres Tú y quién soy yo?». Declara que no quieres conocer tus progresos, sino para alegrarte en Dios; no para glorificarte, sino para glorificar a Dios y darle las gracias.

3. Asegura que, si, como crees, descubres que has aprovechado poco, o bien que has retrocedido, de ninguna manera querrás abatirte por ello ni enfriarte por ninguna clase de desaliento o relajación de ánimo, sino que, al contrario, querrás alentarte y animarte más, humillarte y poner remedio a tus defectos, con el auxilio de la gracia de Dios.

Hecho esto, considerarás mansa y sosegadamente de qué manera hasta la hora presente te has llevado para con Dios, para con el prójimo y para contigo misma.

†

Renovemos nuestros propósitos con estos nuevos Ejercicios

¡Ave María y adelante!

¹ Soliloq. 2, 1