

## EL CAMINO DEL CORAZÓN

### Entrada Espiritual



Examinar la vida es aprender a mirar el paso de Dios por lo que te toca vivir cada día y descubrir el modo en el que el Buen Señor se hace presente. Examinar es mirar, es observar, es permitir que lo que ya pasó en el tiempo se haga nuevamente presente.

Al examinar adoptas una postura de espectador de ti mismo, es como si estuvieras viendo la película de aquello que estás examinando. En ese “mirar” traes al presente lo vivido. Sin embargo, como observador, no serás neutral, adoptarás una perspectiva al mirar que estará teñida por los sentimientos que te habiten al momento de hacer el examen.

El examen es esencialmente un modo de hacer oración. No es una evaluación solamente intelectual o un recorrido puramente racional. Como tampoco es un recorrido sentimentalista de acontecimientos. Examinar es orar, es abrir un espacio de silencio interior y disponerte al encuentro con Dios. Por eso, cuando hacemos examen, nos hacemos disponibles a encontrarnos con el Señor en aquello que estamos examinando. Por eso hablamos de “mirar el paso de Dios” cuando examinamos.

Por tratarse de un tiempo de oración, de un modo especial de orar, es muy importante iniciar el momento de examen haciéndote presente a ti mismo, tomando conciencia de cómo te encuentras y qué sentimientos te habitan. ¿Por qué es importante esta conciencia? Porque esos sentimientos actuales tienen el potencial de transformar los sentimientos que viviste en los sucesos que en el examen estás volviendo a mirar. Dicho en otras palabras, si al momento de examinar tu día, en tu corazón hay alegría y entusiasmo los momentos tristes que hayas vivido podrán quedar teñidos de esa misma alegría.

El examen tiene una finalidad, que es descubrir cómo el Creador trabaja en tu vida, se te hace presente, te habita, te acompaña, te ayuda, te da consuelo y cómo también corrige tu rumbo y te advierte de los desatinos. Y también tiene un marco, un encuadre desde el que lo realizamos, también podemos llamarlo “clave”, y que nos da una perspectiva, un modo de mirar eso que miramos y examinamos, una orientación en la mirada.

La experiencia del amor de Dios, el descubrimiento de que Él en su infinita misericordia, nos ama hasta la locura es el puntapié inicial y la perspectiva de lectura de todo examen. Un amor que se nos da primero, que tiene la iniciativa y que no espera que hagamos alguna cosa para manifestarse, es en nuestra vida un amor concreto. Es un amor que se encarna en los acontecimientos que vivimos, llega a nosotros y nos alcanza.

Si miramos el día, “en clave” de ese Amor descubrimos que la Vida que se nos da es puro don gratuito, manifestado en numerosos pequeños dones que a lo largo del día son regalo. Estar vivos, respirar, la salud poca o mucha, las personas que nos acompañan en el camino, el trabajo, la naturaleza, nuestros talentos particulares, nuestras capacidades, y podríamos seguir nombrando tanto bien que recibimos y que no nos hemos dado nosotros, sino que nos viene dado.

Cuando hemos podido pasar por el corazón esta experiencia de haber recibido tanto bien, surge el agradecimiento como impulso casi espontáneo del alma que sabe que su vida está sostenida por el don. Reconocer y agradecer el bien en nuestra vida como amor concreto que se nos regala es el marco inicial o perspectiva del examen, esa orientación o clave de la que hablábamos párrafos atrás.

El examen que hagas has de iniciarlo teniendo en tu corazón esta perspectiva del agradecimiento. Reconocer todo lo bello y bueno que hay en nuestra vida, nos impulsa a agradecer el amor gratuito de Dios. Por eso cuando inicies tu momento de examen pregúntate:

¿Qué tienes para agradecer? ¿Qué gracia especial has recibido hoy? ¿Qué deseas agradecer al Padre? ¿Por quiénes deseas agradecer hoy?

Y comienza a recorrer el paso de Dios en el día mirando y reconociendo todo aquello que es don y por lo que deseas dar gracias.

¡Concluye tu examen dando gracias a Dios, por tanto bien recibido!

