



La Mortificazione

LA MORTIFICAZIONE

Antonio M. Alessi

La virtù cardinale della temperanza che abbiamo visto nell'opuscolo precedente, è necessaria per vincere la naturale inclinazione al male, triste conseguenza del peccato originale. Ora la mortificazione è la figlia primogenita di questa virtù, appunto perché è il mezzo più efficace per tenere a freno le nostre cattive tendenze.

Gesù ne fece oggetto dei suoi inviti più frequenti: « *Se qualcuno vuol essere mio discepolo, prenda ogni giorno la sua croce e mi segua* » (S. Luca IX - 23). Il che vuol dire che senza croce, senza mortificazione, non si può essere suoi veri discepoli. « *Se qualcuno non prende la sua croce e non mi segue, egli aggiunge, non è degno di me* » (S. Matteo X - 38).

« *Il regno dei cieli si conquista con la violenza e solo i coraggiosi lo raggiunge-*

ranno » (S. Matteo XI - 12). La mortificazione è pertanto una condizione insostituibile per vincere il peccato ed evitare l'inferno. « *Se non farete penitenza, perirete tutti allo stesso modo* » (S. Luca XIII - 5).

« *Se vuoi regnare con me, dice l'Imitazione di Cristo, porta con me la croce. Solo i servi della croce trovano la via della beatitudine e della vera luce* ».

Gesù spinge il dovere della mortificazione fino a lasciarci mutilare il corpo, piuttosto di correre pericolo di trovarci eternamente dannati. « *Se il tuo occhio, la tua mano o il tuo piede ti è di scandalo, taglialo e buttalo via: meglio andare in cielo con il corpo mutilato, anziché precipitare con il corpo integro nell'inferno* » (S. Matteo V - 29).

Parole dure, ma chiare, precise che ci fanno capire come la mortificazione è assolutamente necessaria a tutti per vivere in grazia e accumulare meriti per il Paradiso.



Ma oltre all'insegnamento Gesù ci ha dato l'esempio del distacco, della mortificazione più eroica. Dalla grotta di Betlemme, ove nasce nella più squallida povertà, al martirio della croce, tutta la sua vita è una rinuncia e mortificazione continua.

Dio d'infinita potenza non volle per sé agi, onori, ricchezze. Per trent'anni visse nell'oscurità, lavorando in un mestiere umile e faticoso. Durante i tre anni della sua vita pubblica fu oggetto di odio, di calunnie, di persecuzioni e rimase così povero da poter affermare: « *Le volpi hanno una tana, gli uccelli un nido, solo il Figlio dell'uomo non ha ove reclinare il capo* » (S. Matteo VIII - 20).

Molti sono devoti di Gesù bambino, di Gesù adolescente, ma non molti del Crocifisso. Eppure la Chiesa ce lo presenta sempre così: con le braccia aperte sull'infame patibolo, le mani e i piedi traforati, il cuore squarciato dalla lancia, per ri-

cordarci quanto ci ha amato e a quale prezzo ha espiato i nostri peccati.

Ora « *se tutta la vita di Cristo fu croce e martirio*, si domanda l'Imitazione di Cristo, *vorrai per te solo gaudio e riposo?*

L'Esempio dei Santi

La via della mortificazione è quella che hanno percorso tutti i Santi perché essa sola conduce alla salvezza.

L'attrattiva al piacere, alla colpa è innata in ogni uomo. « *Sento nelle mie membra*, dice S. Paolo, *delle sollecitazioni che ripugnano alle leggi dello spirito* » (ai Romani VII - 23) e aggiungeva: per questo « *castigo il mio corpo e lo rendo soggetto alla legge di Dio* » (I ai Corinti IX - 27).

Tutti gli Apostoli vissero nella penitenza e nella mortificazione, coronando la vita con il martirio. Perciò essi possono cantare con il reale Salmista: « *Siamo passati attraverso il fuoco e l'acqua e per*

questo ci hai condotto nel luogo della felicità » (Salmo 65 - 12).

Possiamo scorrere la vita di tutti gli anacoreti, di tutti i martiri, di tutti i santi e vedremo che ognuno di essi ha raggiunto vittorioso il traguardo dell'eternità, attraverso il sacrificio e la mortificazione, poiché « *il Signore, dice S. Paolo, castiga coloro che ama e usa la sferza con ogni figliuolo che riconosce per suo* » (Agli Ebrei XII - 6).

Alcuni di essi poi la praticarono in grado così eroico da spaventare la nostra debolezza. S. Ilarione non dormiva mai coricato; S. Giuseppe da Copertino, con i cilizi, aveva ridotto tutto il suo corpo a una piaga; S. Francesco d'Assisi non esitò ad avvolgersi tra le spine di un rovetto per spegnere l'ardore della concupiscenza; S. Giovanna di Chantal non ebbe timore di passare sopra il corpo del suo figlio per andarsi a seppellire nella solitudine; S. Margherita Maria Alacoque, scelta da Gesù per propagare la soavissi-

ma devozione al S. Cuore, fu creduta pazza, oggetto di molestie, motteggi e disprezzi; S. Luigi Gonzaga, S. Stanislao Kostka e tutti gli altri si separarono da ciò che il mondo aveva di più incantevole e attraente, per abbracciare la povertà, le umiliazioni, i sacrifici, i patimenti per amore di Gesù Cristo.

* * *

E' impressionante leggere nella storia dei tre piccoli veggenti di Fatima come la Madonna, anziché sgridarli, li abbia incoraggiati nelle loro eroiche mortificazioni per la salvezza dei peccatori, pur essendo essi tre piccoli innocenti. Di Giacinta e Francesco accettò persino l'olocausto della loro fanciullezza.

« Tutti coloro che sono piaciuti a Dio, dice la S. Scrittura, sono passati attraverso molte tribolazioni ».

Per adare a Dio è necessario risalire continuamente la corrente delle nostre cattive tendenze. Esaminiamoci qualche

volta: siamo sempre dominati dall'orgoglio, occupati a cercare ciò che più solletica i sensi, la vanità, la comodità, il piacere; tiranneggiati spesso da desideri sfrenati, da ambizioni smodate, attaccati come chiocciole al loro guscio ai beni della terra?...

Guai se non si vigila, se non si resiste, se non ci si mortifica, si finisce per vivere una vita d'istinto, non dissimile, se non addirittura peggiore, di quella degli animali.

Solo la mortificazione riesce a sottrarre la nostra vita al dominio dei sensi e delle passioni, per sottoporla a quella della grazia.

Prova d'amore

La mortificazione è la vera prova dell'amore che dobbiamo verso Dio, verso il prossimo e per la nostra stessa santificazione.

Anche nel piano umano la misura dell'amore è data dai sacrifici che si fanno per la persona amata: molti sacrifici, molto

amore; pochi sacrifici, poco amore; nessun sacrificio e nessun amore.

Dio ci ha dimostrato il suo amore sacrificando il suo Figlio per noi; Gesù per nostro amore è morto sulla croce tra orribili tormenti, perciò poté affermare: « *Nessuno ha maggior amore di chi dà la vita per la persona amata* » (S. Giovanni XV - 13).

Tanti si illudono di essere buoni cristiani solo perché fanno qualche pratica religiosa esteriore o coltivano qualche divozione sentimentale, mentre amano la vita comoda, indulgono a tutti i desideri, assecondano tutte le passioni.

S. Paolo li chiama « *nemici della croce di Cristo* » (Ai Filippesi III - 18). Non basta portare al collo una crocetta d'oro, come un ninnolo d'ornamento, è necessario farne strumento di meditazione, di mortificazione, di santificazione, come lo fu per il Salvatore divino, giacché solo « *se patiamo con Cristo, dice S. Paolo, saremo glorificati con Cristo* » (Ai Romani VIII - 17).



Né si deve credere sia necessario fare penitenze straordinarie, mortificazioni eroiche. Un piccolo sacrificio fatto con grande amore, glorifica di più Dio ed è più utile all'anima, di un grande sacrificio fatto con poco amore. Così una piccola sofferenza accettata per amore, vale più di una grande sofferenza senza amore.

Non c'è alcuno che ogni giorno non abbia cento occasioni per fare qualche piccolo o grande sacrificio. Dal mattino quando ci svegliamo, alla sera quando ci corichiamo, le occasioni per mortificarci si presentano a ritmo ininterrotto: basta volerne approfittare.

Così è grande saggezza « *fare di necessità virtù* », cioè accettare per amore quelle sofferenze che non possiamo evitare, che ci capitano contro la nostra volontà. Fame, sete, incomodi, malattie, dispiaceri, umiliazioni, incomprensioni... quali immense ricchezze possiamo accumulare per

noi e per gli altri, accettandole per amore dalle mani di Dio!

Da notare che questa accettazione amorosa le rende più sopportabili, mentre la ribellione le aggrava e soprattutto ci priva di meriti infiniti.

Siamo santamente avari di queste ricchezze che formeranno un giorno la nostra gloria e felicità per tutta l'eternità. « *I giusti, dice lo Spirito Santo, dopo la breve tribolazione, saranno messi a parte di grandi beni perché Dio li ha provati e trovati degni di sé* » (Sapienza III-5).

Necessità e vantaggi

Lo spirito di mortificazione è quanto mai necessario in questi tempi in cui il progresso e il conseguente benessere hanno eliminato tanti disagi, difficoltà, sacrifici che la vita prima imponeva; mentre invece sono aumentati i pericoli, le provocazioni, le tentazioni al peccato.

Digiuno, penitenza, astinenza, privazione, rinuncia, stanno diventando parole in-

comprensibili; per questo il male dilaga e tanti cristiani finiscono per perdere ogni sensibilità.

— Che male c'è?... Fanno tutti così!

Guai a non remare contro questa pericolosa corrente, si finisce per andare alla deriva e condurre una vita da pagani tra i pagani.

Il Cristianesimo non ammette il compromesso: « *Chi non è con me, è contro di me, dice Gesù. Non si possono servire due padroni, o si ama l'uno e l'altro si odia* » (S. Matteo VI - 24).

Ed è questo uno dei motivi per cui spesso siamo scontenti, ci sentiamo infelici.

I piccoli beni della terra non ci saziano, stancano, diventano spesso nauseanti, ci tolgono la pace, la libertà perché ci allontanano da quello che è il vero scopo della vita: la conquista del cielo.

Mai il mondo ha avuto tanti disperati, tanti suicidi come ai nostri tempi!



Solo lo spirito di mortificazione ci mantiene nei giusti limiti, purifica l'anima, liberandola dagli attaccamenti pericolosi: ricchezze, onori, piaceri sono i lacci fatali con i quali il demonio tenta continuamente di trascinare le anime nel peccato.

Solo la mortificazione procura una pace immensa perché non c'è gioia più grande di dominare i propri istinti, evitare il peccato, conservare la grazia di Dio nel cuore.

S. Paolo si sentiva « *sovrabbondare di gioia in mezzo a tutte le sue tribolazioni* » (II ai Corinti VII - 4). S. Francesco Saverio, tra i sacrifici e le privazioni del suo apostolato missionario tra gli infedeli, si sentiva scoppiare il cuore dalla gioia.

S. Ignazio, gettato in un oscuro carcere di Salamanca, era così contento da dire: « *Sappia la città che essa non ha tante catene quante ne vorrei portare per amore di Gesù Cristo* ». S. Teresa scongiura-

va Dio di prolungare le sue sofferenze. « *Patire o morire* » era il suo motto preferito. E D. Bosco quando aveva qualche dispiacere era più ilare e contento.

Ecco come i Santi hanno compreso il valore della mortificazione alla luce della promessa di Gesù: « *Beati coloro che piangono perché saranno consolati; beati coloro che soffrono perché di essi è il regno dei cieli* » (S. Matteo V - 5).

ESERCIZIO PRATICO

- ★ Sopportare senza lagnarti il caldo, il freddo, la sete, i piccoli incomodi della vita.
- ★ Evita di cercare le posizioni più comode nel sedere, dormire, viaggiando.
- ★ Accetta di buon grado vesti grossolane, ruvide poco appariscenti.
- ★ Bandisci ogni ricercatezza e leziosità negli ornamenti della persona.
- ★ Sacrifica volentieri qualche serata al cinema o alla televisione.
- ★ Rifuggi dal guardare i cartelloni della pubblicità.

- ★ **Non fissare a lungo le persone che incontri, ma cammina con gli occhi bassi.**
- ★ **Privati o ritarda almeno la lettura di una lettera, di un libro o giornale gradito.**
- ★ **Contempla ogni tanto le bellezze della natura, le meraviglie del firmamento, per sollevare il pensiero riconoscente al Creatore.**
- ★ **Fai qualche ora di silenzio ogni giorno, nel momento più opportuno, per mortificarti e per raccoglierti.**
- ★ **Non rispondere per qualche offesa o affronto che ricevi.**
- ★ **Non parlare mai dei difetti degli altri, se non costretto dalla carità.**
- ★ **Evita le parole e i discorsi inutili; i motti di spirito detti per essere ammirati e lodati.**
- ★ **Non parlare mai di te stesso, né in bene, né in male, se non per necessità.**
- ★ **Sopporta serenamente ogni umiliazione e ingiustizia.**
- ★ **Rifiuta di difenderti anche se hai ragione, a meno si tratti di un dovere.**
- ★ **Non parlare quando sei eccitato o provocato: è facile esagerare e peccare.**

- ★ Non pretendere di avere sempre l'ultima parola nelle conversazioni.
- ★ Loda volentieri il bene che fanno gli altri.
- ★ Difendi con coraggio la verità, la giustizia, la virtù.

* * *

- ★ Non mangiare fino alla sazietà.
- ★ Procura di non mangiare e bere fuori dei pasti, se non per necessità.
- ★ Serviti per ultimo, scegliendo qualche volta la porzione meno gradita.
- ★ Accetta i cibi come sono, senza lagnarli, anche se poco conditi e appetitosi.
- ★ Mangia lentamente e compostamente, senza avidità, anche se sei affamato.
- ★ Sacrifica volentieri una bibita, il café, una sigaretta.
- ★ Accetta lietamente anche le cose insipide, amare, disgustose.
- ★ Non voler essere curioso nel conoscere sempre le ultime novità.
- ★ Rinuncia qualche volta a una musica o a un discorso che ti piace.

- ★ Allontanati prontamente da chi parla male, se non puoi impedirlo.
- ★ Ripara con qualche giaculatoria ogni offesa che ascolti contro Dio.
- ★ Supplisci con qualche mortificazione a un peccato tuo o di altri che non sei riuscito a evitare.
- ★ Non usare profumi e cosmetici sulla tua persona.
- ★ Evita di odorare un fiore o un profumo che ti è gradito.
- ★ Accetta senza lagnarti i piccoli incomodi di ogni giorno.
- ★ Ringrazia Dio delle croci che ti manda come prova del suo infinito amore.

Proprietà riservata:

LIBRERIA DOTTRINA CRISTIANA
Colle Don Bosco (Asti)

Visto per la Congr. Sal.: Sac. Giacomo M. Medica
Torino, 6 dicembre 1962

Visto nulla osta: Can. Luigi Carnino, Revis.

Imprimatur: Can. Vincenzo Rossi, Vic. Gen.
Torino, 10-XII-62



Le vere ricchezze della vita sono le virtù che pratichiamo e che ci renderanno per sempre felici. S. Bernardo

1. L' UMILTA'
2. LA FEDE
3. LA SPERANZA
4. LA CARITA'
5. LA GIOIA
6. LA PRUDENZA
7. LA GIUSTIZIA
8. LA FORTEZZA
9. LA TEMPERANZA
10. LA MORTIFICAZIONE

Cad. L. 25

LIBRERIA DOTTRINA CRISTIANA

Via Maria Ausiliatrice, 32 - Torino