

LA MORTIFICAZIONE

1. *Che cosa s'intende per mortificazione?*

S'intende per mortificazione il lavoro spirituale intrapreso dall'anima per « far morire » in se stessa le tendenze naturali che ostacolano la sua vita soprannaturale. Altri termini, più o meno sinonimi di mortificazione, sono: abnegazione, rinuncia, sacrificio.

2. *E' necessaria la mortificazione?*

Siccome è innata alla nostra natura la tendenza al benessere e si rivolge anche ad oggetti illeciti, chi non arrivasse a dominarla, contenendola nei giusti limiti, cadrebbe necessariamente nell'imperfezione e nel peccato. Bisogna quindi rendersene padroni e il lavoro spirituale intrapreso a questo scopo si chiama appunto mortificazione.

3. *In che cosa consiste quindi la mortificazione?*

La mortificazione è il lavoro ascetico per mezzo del quale l'anima intende arrivare al dominio perfetto di tutte le tendenze alla propria soddisfazione personale, ponendo ad esse un freno con la sua volontà ben decisa a contrariarle per rimanere alla fine padrona.

4. *Come si esercita la mortificazione?*

Si può arrivare al dominio delle proprie tendenze imperfette e cattive sia astenendosi dagli atti cui esse spingono, sia anche imponendosi atti contrari alle inclinazioni naturali. Si tratta sempre però d'imporsi con la volontà qualche cosa che dispiace al nostro naturale appetito di soddisfazione.

5. *Qual'è l'elemento più importante in ogni atto di mortificazione?*

Dei due elementi che si trovano in ogni atto di mortificazione: l'atto o l'astensione che costa alla natura, e l'atto di volontà con cui ce l'imponiamo, quest'ultimo è l'elemento principale, perché la qualità morale di un atto umano dipende sempre dall'intervento della volontà. Perciò bisogna praticare la mortificazione non per forza o per abitudine, ma con vera e determinata volontà.

6. *Quali sono gli scopi per cui si pratica la mortificazione?*

Lo scopo più fondamentale è di rendere possibile l'esistenza, il progresso e la perfezione della vita spirituale personale; la mortificazione però è anche un ottimo mezzo per dimostrare a Dio il nostro amore e si può esercitare anche per uno scopo apostolico.

7. In che senso dipende dalla mortificazione l'esistenza, il progresso e la perfezione della vita spirituale?

Dipende dalla mortificazione l'esistenza stessa della vita spirituale in quanto l'appetito sregolato di cose gravemente proibite, se non viene mortificato, fa cadere nel peccato mortale, distruggendo così insieme con la grazia santificante la stessa vita spirituale.

Siccome la pratica delle virtù generose non è possibile senza una grande abnegazione di se stesso, nessuno potrebbe progredire seriamente nella virtù se non si avvezzasse a rinunciare di continuo a se stesso.

Infine, poichè l'unione perfetta della nostra volontà con la volontà divina, unione che è l'elemento essenziale dello stato di perfezione spirituale, richiede che la nostra volontà sia liberata da ogni appetito non pienamente conforme alla volontà divina, per arrivare a tale unione ci vuole la mortificazione totale di ogni tendenza sregolata della nostra natura.

8. In che senso la mortificazione è una dimostrazione d'amore?

Siccome mortificandoci contrariamo il nostro appetito di benessere, quindi il nostro amor proprio, in quanto praticiamo la mortificazione per far piacere a Dio, anteponiamo praticamente la soddisfazione di Dio alla soddisfazione personale, l'amor di Dio all'amor proprio. Perciò l'anima che si mortifica per far piacere a Dio gli dice, non con le parole, ma con le opere: *Ti amo più di me stessa!*

9. *La mortificazione può servire effettivamente a scopo apostolico?*

Sì, e questo ci viene dimostrato dall'esempio dell'apostolo Paolo che diceva infatti riferendosi ai sacrifici da lui abbracciati: « Do compimento nella mia carne a ciò che manca alle sofferenze di Cristo, a vantaggio del Corpo di lui, cioè della Chiesa » ¹⁾. Anche Pio XII dichiarò nella « *Mystici Corporis* » che « la salvezza di molte anime dipende... dalle mortificazioni volontarie intraprese a questo scopo dalle membra del Corpo Mistico » ²⁾.

10. *Vi sono varie specie di mortificazione?*

Siccome in tutte le parti del nostro essere umano vi sono inclinazioni imperfette e cattive, possiamo distinguere varie specie di mortificazione secondo il soggetto immediato di queste varie tendenze che devono essere corrette; si distingue così la mortificazione corporale, quella della sensibilità e quella spirituale.

11. *E' necessaria la mortificazione corporale?*

Siccome anche nella nostra natura corporea vi sono cattive tendenze, queste devono essere mortificate del pari che le imperfette tendenze spirituali o semplicemente sensibili. E' dunque un errore voler pretendere

¹⁾ Col. 1, 24.

²⁾ Loc. c., p. 213.

che la mortificazione corporale conveniva solo al medio-evo e che può essere sostituita ormai da un lavoro di purificazione unicamente spirituale. Finchè la nostra natura corporea sarà come di fatto è, vi sarà bisogno di mortificarla.

12. *Come si pratica la mortificazione corporale?*

Anche nella mortificazione corporale si tratta d'imporre al proprio corpo, per volontà nostra, qualche cosa che gli dispiace o ripugna. Anche in questo caso l'elemento principale della mortificazione è l'atto di volontà con cui ce l'imponiamo; bisogna notare però che ciò che maggiormente ripugna alla natura richiede normalmente l'intervento di un atto di volontà più deciso e più generoso e serve così a suo modo a rendere la mortificazione più meritoria.

Alcune di queste mortificazioni consistono nell'astenersi da ciò che piace: di tal fatta sono il digiuno, la astinenza dalle carni, le veglie che fanno rinunciare al sonno. Altre consistono nell'imporre una sofferenza fisica al nostro corpo, con l'uso per esempio degli strumenti di penitenza.

13. *Che cosa comprende la mortificazione della nostra sensibilità?*

La mortificazione della sensibilità è quella mediante la quale moderiamo l'uso dei sensi e dominiamo le nostre passioni, particolarmente l'amore sensibile che simbolicamente designiamo col nome di « cuore ».

14. *I nostri sensi hanno bisogno di essere mortificati?*

Siccome proprio i nostri sensi ci mettono a contatto con tanti oggetti che ci attirano per il diletto che cagionano in noi, chi non moderasse l'uso dei propri sensi non potrebbe affatto resistere alle attrattive delle creature che spesso lo farebbero cadere in imperfezione ed in peccati. Perciò la mortificazione dei sensi, per cui ce ne rendiamo padroni, è riguardata comunemente come un elemento fondamentale della vita spirituale.

15. *Dobbiamo mortificare anche le nostre passioni?*

Le passioni sono altrettanti impulsi che spesso ci spingono ciecamente verso quello che ci piace o ci allontanano da quello che ci dispiace con grande pericolo di farci uscire dalla via della virtù, la quale richiede che osserviamo il « giusto mezzo » in tutte le nostre azioni umane. Per arrivare a mantenerle sempre nei giusti limiti bisogna saperle contrariare energicamente, coltivando generosamente in noi la volontà di andare per amore del Signore « non a ciò che piace, ma a ciò che dispiace; non al più facile, ma al più difficile; non al più ricco, ma al più povero » ³⁾.

16. *Perché dobbiamo mortificare il cuore?*

Perché il cuore, ossia l'amore sensibile, portandosi ed attaccandosi a questa o a quella persona per la soddi-

³⁾ S. Giovanni della Croce, *Salita* 1, 13, n. 6.

sfazione che ne riceve, conduce poi facilmente, per renderci ad essa graditi, a sacrificare qualche piccolo e talvolta anche qualche grande dovere, a detrimento dell'osservanza della legge divina. Del resto chi vuole amare Dio effettivamente sopra tutte le cose deve rinunciare ad ogni amore che non sia pienamente conforme alla sua Santissima Volontà.

17. *Come si pratica la mortificazione spirituale?*

La mortificazione delle nostre tendenze spirituali imperfette si pratica nel modo più efficace con l'esercizio positivo delle varie virtù.

Siccome queste ci fanno operare con rettitudine, ci fanno rinunciare necessariamente a ciò che è meno retto, quindi a tutte le tendenze in qualche modo sregolate con cui cerchiamo la nostra propria soddisfazione senza porre mente alla volontà divina.

Le virtù teologali sviluppandosi in noi ci fanno tendere sempre più puramente all'onore e alla gloria di Dio, mentre le virtù morali, crescendo, ci liberano dai nostri scopi egoistici, cercando di mantenere tutta la nostra attività umana nei limiti indicati dalla legge divina.

L'acquisto delle virtù perfette coincide quindi con la mortificazione perfetta del nostro spirito.