

Francisco Fernández Carvajal

## MORTIFICACIONES HABITUALES

- Las mortificaciones nacen del amor y a su vez lo alimentan.
- Mortificaciones para ayudar y hacer más grata la vida a los demás; las pequeñas contrariedades de cada día; espíritu de sacrificio en el cumplimiento del deber.
- Otras mortificaciones. El espíritu de mortificación.

I. Nos relata San Mateo en el Evangelio de la Misa<sup>1</sup> que, después de responder a la llamada de Jesús, preparó una comida en su propia casa, a la que asistieron el resto de los discípulos y *muchos publicanos y pecadores*, quizá sus amigos de siempre. Los fariseos, al ver esto, decían: *¿Por qué vuestro Maestro come con los publicanos y los pecadores?* Jesús oyó estas palabras y Él mismo les contestó diciéndoles que no tienen necesidad de médico los sanos, sino los enfermos. Y a continuación hace suyas unas palabras del profeta Oseas<sup>2</sup>: *más quiero misericordia que sacrificio*. No rechaza el Señor los sacrificios que se le ofrecen; insiste, sin embargo, en que estos han de ir acompañados del amor que nace de un corazón bueno, pues la caridad ha de informar toda la actividad del cristiano y, de modo particular, el culto a Dios<sup>3</sup>.

Aquellos fariseos, fieles cumplidores de la Ley, no acompañaban sus sacrificios del olor suave de la caridad para con el prójimo y del amor a Dios; en otro lugar dirá el Señor, con palabras del Profeta Isaías: *este pueblo me honra con los labios, pero su corazón está lejos de Mí*. En aquella comida en casa de Mateo manifiestan con su pregunta que les falta comprensión hacia los demás invitados y que no se esfuerzan por acercarlos a Dios y a la Ley, de la que ellos se muestran tan fieles cumplidores; juzgan con una visión estrecha y falta de amor. «Prefiero las virtudes a las austeridades, dice con otras palabras Yahvé al pueblo escogido, que se engaña con ciertas formalidades externas.

»—Por eso, hemos de cultivar la penitencia y la mortificación, como muestras verdaderas de amor a Dios y al prójimo»<sup>4</sup>.

Nuestro amor a Dios se expresa en los actos de culto, pero también se manifiesta en todas las acciones del día, en las pequeñas mortificaciones que impregnan lo que hacemos, y que llevan hasta el Señor nuestro deseo de abnegación y de agradecerle en todo.

Si faltara esta honda disposición, la materialidad de repetir unos mismos actos carecería de valor, porque le faltaría su más íntimo sentido: los pequeños sacrificios que procuramos ofrecer cada día al Señor, nacen del amor y alimentan a su vez este mismo amor.

El espíritu de mortificación, tal como lo quiere el Señor, no es algo negativo ni inhumano<sup>5</sup>; no es una actitud de rechazo ante lo bueno y lo noble que puede haber en el uso y goce de los bienes de la tierra; es manifestación de señorío sobrenatural sobre el cuerpo y sobre las cosas creadas, sobre los bienes, las relaciones humanas, el trabajo...; la mortificación, voluntaria o aquella otra que viene sin haberla buscado, no es la simple privación, sino manifestación de amor, pues «padecer necesidad es algo que puede ocurrirle a cualquiera, pero saber padecerla es propio de las almas grandes»<sup>6</sup>, de las almas que han amado mucho.

La mortificación no es simple moderación, mantener a raya los sentidos y el desequilibrio que producen el desorden y el exceso, sino abnegación verdadera, dar cabida a la vida sobrenatural en nuestra alma, adelanto de *aquella gloria verdadera que se ha de manifestar en nosotros*<sup>7</sup>.

II. *Prefiero la misericordia al sacrificio...* Por eso, un campo principal de nuestras mortificaciones ha de ser el que se refiere a las relaciones y al trato con los demás, donde ejercitamos continuamente una actitud misericordiosa, como la del Señor con las gentes que encontraba a su paso. El aprecio por quienes cada día tratamos en la familia, en nuestro quehacer profesional, en la calle, empuja y ordena nuestra mortificación. Nos lleva a hacerles más grato su paso por la tierra, de modo

particular a aquellos que más sufren física o moralmente, a prestarles pequeños servicios, a privarnos de alguna comodidad en beneficio de ellos.

Esta mortificación nos impulsará a superar un estado de ánimo poco optimista que necesariamente influye en los demás, a sonreír también cuando tenemos dificultades, a evitar todo aquello –aun pequeño– que puede molestar a quienes tenemos más cerca, a disculpar, a perdonar... Así morimos, además, al amor propio, tan íntimamente arraigado en nuestro ser, aprendemos a ser humildes. Esta disposición habitual que nos lleva a ser causa de alegría para los demás, solo puede ser fruto de un hondo espíritu de mortificación, pues «despreciar la comida y la bebida y la cama blanda, a muchos puede no costarles gran trabajo... Pero soportar una injuria, sufrir un daño o una palabra molesta... no es negocio de muchos, sino de pocos»<sup>8</sup>.

Junto a estas mortificaciones que hacen referencia a la caridad, quiere el Señor que sepamos encontrarle en aquello que Él permite y que de alguna manera contraría nuestros gustos y planes o el propio interés. Son las *mortificaciones pasivas*, que hallamos a veces en una grave enfermedad, en problemas familiares que no parecen tener fácil arreglo, en un importante revés profesional...; pero más frecuentemente, cada día, tropezamos con pequeñas contrariedades e imprevistos que se atraviesan en el trabajo, en la vida familiar, en los planes que teníamos para esa jornada... Son ocasiones para decirle al Señor que le amamos, precisamente a través de aquello que en un primer momento nos resistimos a admitir. La contrariedad –pequeña o grande– aceptada con amor, ofreciendo al Señor aquel contratiempo, produce paz y gozo en medio del dolor; cuando no se acepta, el alma queda desentonada y triste, o con una íntima rebeldía que la aleja de los demás y de Dios.

Otro campo de mortificaciones en las que mostramos el amor al Señor está en el cumplimiento ejemplar de nuestro deber: trabajar con intensidad, no aplazar los deberes ingratos, combatir la pereza mental, cuidar las cosas pequeñas, el orden, la puntualidad, facilitar su labor a quien está en el mismo quehacer, ofrecer el

cansancio que todo trabajo hecho con intensidad lleva consigo...

Mientras trabajamos, en el trato con los demás..., en toda ocasión, manifestamos, a través de ese vencimiento pequeño, que amamos al Señor sobre todas las cosas y, más aún, por encima de nosotros mismos. Con estas mortificaciones nos elevamos hasta Él; sin ellas, quedamos a ras de tierra. Esos pequeños sacrificios ofrecidos a lo largo del día disponen al alma para la oración y la llenan de alegría.

III. Sacrificio con amor nos pide el Señor. La mortificación está en la zona fronteriza en la que es inminente el peligro de caer en el pecado; se encuentra en pleno campo de la generosidad, porque es saberse privar de lo que sería posible no privarse sin ofender a Dios. El alma mortificada no es la que no ofende, sino la que ama; vivir así, con una mortificación habitual, *parece necesidad a los ojos de los que se pierden; mas para los que se salvan, esto es, para nosotros, es la fuerza de Dios*<sup>9</sup>, recordaba San Pablo a los primeros cristianos de Corinto.

El amor al Señor nos mueve a controlar la imaginación y la memoria, alejando pensamientos y recuerdos inútiles; a sujetar la sensibilidad, la tendencia a «pasarle bien» como primera razón de la vida. La mortificación nos lleva a vencer la pereza al levantarnos, a no dejar la vista y los demás sentidos desparramados, sin control alguno, a ser sobrios en la bebida, a comer con templanza, a evitar caprichos...; también mortificaciones corporales, con el oportuno consejo recibido en la dirección espiritual o en la Confesión.

En ocasiones nos fijaremos en algunas mortificaciones con preferencia a otras, dando siempre especial importancia a las que se refieren al mejor cumplimiento de nuestros deberes para con Dios, a las que ayudan a vivir con esmero la caridad y el cumplimiento del propio deber. Incluso puede ser útil el tomar nota de algunas, revisarlas a lo largo del día y pedirle ayuda a nuestro Ángel Custodio para que salgan adelante. Tener en cuenta la tendencia de todo hombre, de toda mujer, al olvido y a la dejadez, nos ayudará a poner los medios necesarios para no dejarlas incumplidas, a un lado. Esas pequeñas renunciaciones a lo largo del día, previstas y

buscadas muchas de ellas, acercan a Cristo y constituyen un arma poderosa para ir adquiriendo, primero en un campo y después en otro, el hábito de la mortificación; son una industria humana difícilmente sustituible, dada la natural tendencia a resistir y a olvidarnos de la Cruz.

Para el alma mortificada se hace realidad la promesa de Jesús: *quien pierda su vida por amor mío, la encontrará*<sup>10</sup>; así le encontramos a Él en medio del mundo, en nuestros quehaceres y a través de ellos. «Dijo el amigo a su Amado que le diese la paga del tiempo que le había servido. Tomó el Amado en cuenta los pensamientos, deseos, llantos, peligros y trabajos que por su amor había padecido el amigo, y añadió el Amado a la cuenta la eterna bienaventuranza, y se dio a Sí mismo en paga a su amigo»<sup>11</sup>.

**1** Mt 9, 9-13. — **2** Os 6, 6. — **3** Cfr. SAGRADA BIBLIA, *Santos Evangelios*, EUNSA, Pamplona 1983, in loc.; cfr. B. ORCHARD y otros, *Verbum Dei*, Herder, Barcelona 1960, vol. II, p. 683. — **4** SAN JOSEMARÍA ESCRIVÁ, *Surco*, n. 992. — **5** Cfr. J. TISSOT, *La vida interior*, Herder, 16.<sup>a</sup> ed., Barcelona 1964, p. 397 ss. — **6** SAN AGUSTÍN, *Sobre el bien del matrimonio*, 21, 25. — **7** Rom 8, 18. — **8** SAN JUAN CRISÓSTOMO, *Sobre el sacerdocio*, 3, 13. — **9** 1 Cor 1, 18. — **10** Mt 10, 39. — **11** R. LLULL, *Libro del amigo y del Amado*, 64.

Nota: Ediciones Palabra (poseedora de los derechos de autor) sólo nos ha autorizado a difundir la meditación diaria a usuarios concretos para su uso personal, y no desea su distribución por fotocopias u otras formas de distribución.