

# **La bellesa dels sants i la mortificació cristiana**

Al cristianisme la mortificació no busca el dolor pel dolor. La mortificació del cos respon fonamentalment a dues motivacions: l'autocontrol o el domini de si mateix i l'embelliment de la persona.

16/05/2006

**Dues premisses per entendre la  
mortificació cristiana**

Per abordar aquest tema, en el marc més o menys polèmic que es presenta avui dia (entorn de la discussió sobre el llibre i la pel·lícula Codi da Vinci), hem de partir de dues premisses. La primera, d'importància essencial, és tenir en compte que el cos ocupa un paper central i insubstituïble per a la vida de fe. El cristianisme no és una religió, filosofia o visió del món espiritualista. És a dir, el cos representa un rol fonamental. Sense el cos no hi ha cristià, és més: no hi ha cristianisme. Alhora, el cos en el conjunt de la persona té les seves regles, la seva autonomia i els seus límits, amb els quals cal comptar.

La segona premissa és més circumstancial. Sabem que una imatge val més que moltes paraules. Si tenim en la nostra retina l'escena de Silas flagel·lant-se, no entendrem res. Silas, el sicari-assassí amb aparença externa de monjo, en les

seqüències del Codi da Vinci no fa mortificació corporal sinó masoquisme. La mortificació té un motiu més enllà d'ella mateixa, i a més un motiu bo, en cas contrari no és mortificació cristiana. En el Cristianisme la mortificació no busca el dolor pel dolor. En aquest sentit, per entendre la mortificació del cos cal posar-la al costat de la imatge d'un sant: quadra amb el somriure de Joan Pau II o amb la pau de Teresa de Calcuta enmig dels més pobres entre els pobres.

Valorades ambdues premisses, si entrem en el fons de l'assumpte, trobem que la mortificació del cos respon fonamentalment a dues motivacions: l'autocontrol o domini de si mateix i l'ennobliment de la persona.

**1. El cos manifesta la persona i és la llera per a expressar els seus**

## **sentiments, la seva llibertat i el seu amor**

La persona és el seu cos, però no solament el seu cos. El món interior de cada persona no està fet de teixits i líquids, sinó de pensaments, amors i sentiments. Per això ja deien els grecs que l'home és en certa manera totes les coses, un microcosmos, un món. En la persona humana existeix el nivell biològic, però també el psicològic i l'espiritual. Encara que la persona és una unitat, observem en la nostra vida l'existència de forces o tensions diverses que ens condueixen a diferents objectius i que cal controlar i integrar en la unitat personal. Per exemple, em ve de gust fumar (el cos m'ho demana) però sé (aquí apareix la intel·ligència) que no em convé o que està prohibit i em poden multar, i per això decideixo fumar o no imposito aquesta decisió a la meva actuació (això seria la voluntat).

Per controlar i dirigir totes les forces o tensions que apareixen en la meua vida, perquè s'integrin entorn de la meua identitat personal de manera harmoniosa, cal educar la intel·ligència i enfortir la voluntat. Aquí la mortificació es demostra necessària.

Aconseguir l'acte-domini o senyoriu sobre el meu cos té necessitat de la mortificació, que pot descriure's com negació voluntària d'una apetència (em ve de gust fumar però no fumo), o afirmació voluntària d'alguna cosa que no em ve de gust (no em ve de gust menjar això perquè no m'agrada, però és el que hi ha i m'ho menjo; no em ve de gust posar-me a estudiar o treballar, però m'hi poso; no em ve de gust aixecar-me, però m'aixeco). La mortificació del cos és un acte lliure forjat per una decisió de la voluntat, informada per la intel·ligència (que proporciona el motiu d'aquesta decisió), que

contraria les apetències o gustos del cos en un acte determinat.

Ara bé, per què necessito controlar el meu cos?, o millor, per què busco controlar el meu cos? Els motius poden ser molt variats, com per exemple l'educació o cortesia humana. Així, he de mortificar el meu cos per no dur a terme actituds que destorben la pau i la convivència pròxima.

Entre les moltes raons que duen a mortificar o subjectar -si es vol, reprimir- el cos, penso que la fonamental és la petició al cos d'un servei a la persona per sobre de les seves possibilitats inicials o ordinàries. M'explico amb alguns exemples. En el món en què vivim, sobretot en les societats avançades, acostumem a mortificar el cos principalment en relació amb el treball professional. Suportant fred o calor (especialment les persones que

treballen a la intempèrie); superant el cansament i la son (gairebé universalment cada matí en aixecarse -a qui no li demana el cos quedar-se una bona estona més en el llit, tots o gairebé tots els dies?--; en els treballs d'atenció directa al públic no em puc permetre fer mala cara i ometre el somriure, encara que realment el cos demani empipar-se o simplement passar d'algú o alguna cosa), quants projectes ens duen més enllà de les nostres forces i exigeixen mortificar el cos!, en períodes determinats o per a determinats treballs sempre.

Per descomptat, també he de mortificar el meu cos per complir altres deures, especialment amb la família o amb els amics.

Pràcticament cada dia he de mortificar el meu cos i les seves apetències, a favor dels requeriments d'uns altres: el pare i la mare entre ells i respecte als seus fills petits; els

nuvis; els amics; els veïns. No estem sols en el món, la relació amb els altres duu moltes vegades a posar les seves coses abans que les nostres i, per tant, mortificar els gustos propis. En cas contrari, en poc temps arribarem a trobar-nos realment sols.

Avui potser la mortificació corporal més severa s'exigeix als esportistes. Han de viure fregant i superant el límit de les possibilitats del cos humà. Per a això necessiten mortificar el cos fins a l'extenuació en la seva vida diària d'entrenament; a més han de seguir una dieta rigorosa, sense permetre's excessos ni capritxos; un horari estable i regular que limiti la diversió. És una mica voluntari, però que exigeix molta mortificació: pensi's en les discussions i crítiques -de vegades amb fonament- sobre si Ronaldo està gras o no, o si els futbolistes han de sortir a la nit o no. Encara que el cas



dels futbolistes és una mica especial. Si pensem en ciclistes, tennistes, nedadors, atletes, muntanyencs o gimnastes no ens quedarà dubte de la duresa de la seva vida: de l'entrenament i de la competició.

Amb els esportistes professionals, de vegades justifiquem tot aquest esforç en què ells són els millors o representen l'excel·lència de la humanitat. En aquest sentit, aquests personatges d'elit són uns triats per a la glòria i per tant se'ls pot demanar i fins i tot exigir tot aquesta submissió o mortificació del cos, mentre els altres contemplem aquestes meravelles des de la nostra butaca de la tele. Però segons el cristianisme tots hem estat triats per a la glòria, per tant cada persona singular és tractada per Déu com el seu millor fill, com si fos l'únic.

Connectem així amb el tema que ens ocupa. La mortificació corporal

cristiana es pot enquadrar dintre d'aquest sentit d'exercici o entrenament per a controlar el cos, amb idea de disposar-lo al servei de Déu i dels altres. En la societat que vivim, té sentit mortificar el cos per controlar les seves forces i integrar-les cap a l'execució d'un projecte laboral, la realització de tasques o deures en relació amb els altres, l'assoliment d'unes metes esportives, etc. No obstant això, a alguns els pot estranyar la mortificació del cos per aconseguir un objectiu espiritual, religiós. La renúncia a un gust sensible o material, per apreciar amb més desimboltura un valor espiritual. És curiós, encara que explicable pel materialisme pràctic de la nostra cultura.

La vida cristiana ensenya que l'ideal d'estimar Déu sobre totes les coses i els altres com a un mateix, no surt sol i necessita de la implicació personal, de la lluita i l'esforç. Aquí

apareix la necessitat de la mortificació del cos, per a involucrar-lo per complet en l'íntima unitat de la persona i així pugui donar el millor de si mateix.

No només perquè existeixen tendències desordenades que condueixen la persona a la seva pròpia ruïna, i que cal controlar. El desig de satisfacció i de gaudi, desordenat pel pecat, duu a coses que, si les féssim, ens apartarien de la pau interior i de la comunió amb Déu. Per exemple, l'apetit desordenat pel menjar o la beguda, l'enveja, la crítica o intolerància amb alguna persona (familiar, amic, veí o company), la mandra davant els propis deures, etc. Sinó també perquè l'excel·lència de l'ideal cristià (estimar amb totes les forces i totes les obres), comporta la pràctica intensa de la virtut (la caritat i totes les altres), la qual cosa no és possible sense imposar-se coses, per dir-ho

així, desagradables, que ens resten comoditat i repòs per a obligar-nos al compromís i al treball pels altres. Per a poder avançar en la vida cristiana, cal mortificar-se. Com succeeix en molts aspectes de la vida humana (l'esport, el treball o la carrera professional, l'estètica personal, etc.). Canvia la motivació: l'amor a Déu i a les altres persones.

## **2. Una bellesa que fuig de la uniformitat i la uniformació**

Però passem al segon punt. Em sembla que l'altre motiu fonamental de la mortificació corporal és l'ennobliment del cos, o si volem el cos com adorn. Amb dues precisions. Parlem d'adorn no en el sentit d'alguna cosa bonica però supèrflua, sinó com a quelcom essencial o transcendental, és a dir, com a bellesa. D'altra banda, subratllem que la bellesa del cos expressa i és part de la bellesa de la persona. Per

aquest motiu sempre és una bellesa individual i singular, pròpia de cada persona, que fuig de la uniformitat i la uniformació de criteris generals.

Doncs bé, per aconseguir la bellesa del cos o en el cos també es necessita la mortificació corporal. Sens dubte el *cos danone* s'aconsegueix prenent molts iogurts, però alhora deixant de prendre moltes altres coses, riques i saboroses, que reclamen l'atenció i el gust, però a les quals cal respondre amb un exigent "no".

En ocasions, la bellesa estètica requereix una mortificació corporal més específica. Aquí entra el camp de les operacions quirúrgiques, sens dubte violentes i invasives però d'acceptables resultats en algunes ocasions, estil liposucció, estiraments facials, nas, etc. Altre cop tenim una mortificació del cos, però per un motiu que transcendeix i supera el sacrifici: la bellesa del cos.

En aquest àmbit entra també tot el tema de les exigències de la moda, respecte a la incomoditat (determinats talons no són el millor ni per al peu ni per al caminant, però la bellesa justifica aquesta mortificació), al fred o a la calor; o del costum (no es pot oblidar el plor d'una nena petita en obrir-li un foradet a les orelles). En aquest context, potser un punt especial mereix l'adorn del cos mitjançant el *piercing*, el tatuatge, etc.

Per al cristià l'adorn del cos, el cos com adorn i manifestació de la persona és fonamental. Aquest adorn es manifesta en el somriure, en l'esforç de vegades heroic per l'altre (entre els esposos o entre amics; el pare o la mare pels seus fills), en el compartir la pobresa amb el pobre i la malaltia amb el malalt, etc. Com es veu, és un adorn de la persona, manifestat de maneres visibles (el que sempre s'han anomenat obres de

misericòrdia corporals). Però com es tracta d'un cos animat per l'esperit, per l'ànima, en la unitat de la persona l'adorn també és espiritual: l'adorn del cos pobre o malalt és l'amor solidari d'aquest cos, d'aquesta persona.

Principalment en aquest sentit d'adorn i bellesa espiritual del cos, s'ha entès la mortificació corporal del cristià. I també directament relacionada amb la Passió de Jesucrist. Es tracta d'adornar el cos en correspondència a Jesucrist Crucificat. L'ús tradicional en l'Església de pràctiques de penitència corporal com el cilici o -en el cas que ens ocupa- les deixuplines, va unit a aquest adornar el cos espiritualment amb els sofriments i les nafres de Crist, compartint en el nostre cos els dolors de Jesús.

Per comprendre això cal intentar entendre el sacrifici de Crist. Només

així pot haver tolerància i respecte vers el cristià. Probablement per a la nostra societat, aquest és l'aspecte de la mortificació corporal que més ens costa comprendre. Potser perquè la deixuplina o el cilici es veuen com càstig al cos.

Crist sofreix una violència brutal per part dels soldats i del poble. La detenció, els insults, la flagel·lació, la corona d'espines, el camí de la creu i la crucifixió. Però aquesta descripció no explica gairebé res de la realitat profunda que aquí està succeint.

La realitat que s'esdevé és que Crist transforma la violència brutal de la humanitat al llarg de la Història en l'amor total de Déu i dels homes. Crist no pateix sense més la violència d'un condemnat a mort, sinó que Ell que és amo de la seva vida, l'ofereix, i l'ofereix per amor a la humanitat, als pecadors, als marginats, als pobres. Per això el Crucificat adorna:



expressa a través del seu cos mortificat la corona de l'amor desinteressat i total per Déu i pels altres.

Crist sofreix perquè vol, i vol perquè amb el seu sofriment s'uneix a cada persona que sofreix, l'acompanya, la sosté, li dóna esperança. No es pot demanar al cristià que renunciï a la creu ("el senyal del cristià és la santa creu"), ni que renunciï al crucifix.

El sofriment del cristià, i dintre d'ell, la mortificació corporal, és la manifestació d'una realitat més profunda: la seva solidaritat i proximitat amb el sofriment de tots els homes i de cada home al llarg de la Història i de la seva vida. No és un càstig al cos, com si aquest fos dolent o menyspreable, sinó tot el contrari. És un adorn del cos que fa més bella la persona, ja que expressa en la seva carn l'amor solidari i la unió amb

Crist i amb la humanitat sofrent,  
necessitada, marginada, oblidada.

No és obligatori tenir un *cos danone*,  
ni anar a la moda encara que sigui  
incòmoda, ni dur un *piercing* o fer-se  
tatuar, com tampoc és obligatori  
utilitzar la mortificació corporal del  
cilici o les deixuplines.

Tampoc aquests són els únics mitjans  
per a adornar el cos. Però sí que són  
uns mitjans, utilitzats per molts avui  
com ahir, que han provat la seva  
eficàcia per a arribar a una  
particular bellesa. Aquí tenim  
sobretot l'exemple de Crist i de tants  
màrtirs. I també l'exemple de la vida  
i obra de tants sants. No és fàcil  
dedicar la vida a Déu i als altres,  
abans i per sobre del que pot venir  
de gust al propi jo: cuidar i viure  
entre els més pobres d'entre els  
pobres, no només un dia, sinó un dia  
i altre, la vida sencera; etc.

Per què estigmatitzar ningú o jutjar a priori, amb un cert grau d'intolerància? Millor tractem de comprendre les raons que pot tenir cadascú per a viure i actuar a la seva manera. Entre tots, cadascú procurant ser millor personalment, farem una civilització i un món millor.

Pablo Marti del Moral

.....

pdf | document generat  
automàticament des de [https://  
opusdei.org/ca-es/article/la-bellesa-dels-  
sants/](https://opusdei.org/ca-es/article/la-bellesa-dels-sants/) (02/06/2025)