

# Mortificación por amor

¿Qué significa mortificación? La mortificación es un medio cristiano que nos acerca a Jesucristo que, por amor a los hombres padeció y murió en la Cruz. Consiste en realizar por amor a Dios actos que suponen pequeñas renunciaciones — interiores o exteriores— para dejar de lado lo que nos aparta de Él, y unirnos a su Pasión. Es, por tanto, una forma de participar en la redención del Señor por la salvación de todos. Recogemos algunos puntos de san Josemaría para hablar con Dios sobre la mortificación.

22/02/2016

¿Qué significa mortificación? La mortificación es un medio cristiano que nos acerca a Jesucristo que, por amor a los hombres padeció y murió en la Cruz. Consiste en realizar por amor a Dios actos que suponen pequeñas renunciaciones —interiores o exteriores para dejar de lado lo que nos aparta de El, y unirnos a su Pasión. Es, por tanto, una forma de participar en la redención del Señor por la salvación de todos.

La Iglesia Católica siempre ha sostenido que el sacrificio tiene que estar presente en la vida del cristiano, como lo estuvo en la vida de Cristo, como manifestación de amor a Dios y a los demás.

Recogemos algunos puntos de san Josemaría para hablar con Dios sobre la mortificación.

## **No cabe amor sin renuncia**

No olvides que el Dolor es la piedra de toque del Amor. *Camino*, 439

No se ha limitado el Señor a decirnos que nos ama: sino que nos lo ha demostrado con las obras, con la vida entera. —¿Y tú? *Forja*, 62

Esta es la verdad del cristiano: entrega y amor —amor a Dios y, por El, al prójimo—, fundamentados en el sacrificio. *Forja*, 528

El amor gustoso, que hace feliz al alma, está basado en el dolor: no cabe amor sin renuncia. *Forja*, 760

El camino del Amor se llama Sacrificio. *Forja*, 768

En esta forja de dolor que acompaña la vida de todas las personas que

aman, el Señor nos enseña que quien pisa sin miedo —aunque cueste— donde pisa el Maestro, encuentra la alegría. *Forja*, 816

### **Esa cruz es tu cruz: la de cada día**

¿Motivos para la penitencia?:

Desagravio, reparación, petición, hacimiento de gracias: medio para ir adelante...: por ti, por mí, por los demás, por tu familia, por tu país, por la Iglesia... Y mil motivos más.

*Camino*, 232

Hacedlo todo por Amor. —Así no hay cosas pequeñas: todo es grande. —La perseverancia en las cosas pequeñas, por Amor, es heroísmo. *Camino*, 813

¿No has visto en qué "pequeñeces" está el amor humano? —Pues también en "pequeñeces" está el Amor divino. *Camino*, 824

El mundo admira solamente el sacrificio con espectáculo, porque

ignora el valor del sacrificio  
escondido y silencioso. *Camino*, 184

Si no eres mortificado nunca serás  
alma de oración. *Camino*, 172

Esa palabra acertada, el chiste que  
no salió de tu boca; la sonrisa amable  
para quien te molesta; aquel silencio  
ante la acusación injusta; tu  
bondadosa conversación con los  
cargantes y los inoportunos; el pasar  
por alto cada día, a las personas que  
conviven contigo, un detalle y otro  
fastidiosos e impertinentes... Esto,  
con perseverancia, sí que es sólida  
mortificación interior. *Camino*, 173

Cuando veas una pobre Cruz de palo,  
sola, despreciable y sin valor... y sin  
Crucifijo, no olvides que esa Cruz es  
tu Cruz: la de cada día, la escondida,  
sin brillo y sin consuelo..., que está  
esperando el Crucifijo que le falta: y  
ese Crucifijo has de ser tú. *Camino*,  
178

## En las cosas pequeñas

Busca mortificaciones que no mortifiquen a los demás. *Camino*, 179

Si han sido testigos de tus debilidades y miserias, ¿qué importa que lo sean de tu penitencia? *Camino*, 197

¡Cuántos que se dejarían enclavar en una cruz, ante la mirada atónita de millares de espectadores, no saben sufrir cristianamente los alfilerazos de cada día! —Piensa, entonces, qué es lo más heroico. *Camino*, 204

Jesús llegó a la Cruz, después de prepararse durante treinta y tres años, ¡toda su Vida! —Sus discípulos, si de veras desean imitarle, deben convertir su existencia en corredención de Amor, con la propia negación, activa y pasiva. *Surco*, 255

La mortificación es el puente levadizo, que nos facilita la entrada en el castillo de la oración. *Surco*, 467

Si la palabra amor sale muchas veces de la boca, sin estar respaldada con pequeños sacrificios, llega a cansar. *Surco*, 979

El espíritu de mortificación, más que como una manifestación de Amor, brota como una de sus consecuencias. Si fallas en esas pequeñas pruebas, reconócelo, flaquea tu amor al Amor. *Surco*, 981

¿No has contrariado, alguna vez, en algo, tus gustos, tus caprichos? — Mira que Quien te lo pide está enclavado en una Cruz —sufriendo en todos sus sentidos y potencias—, y una corona de espinas cubre su cabeza... por ti. *Surco*, 989

Cuidar las cosas pequeñas supone una mortificación constante, camino para hacer más agradable la vida a los demás. *Surco*, 991

La vocación cristiana es vocación de sacrificio, de penitencia, de

expiación. Hemos de reparar por nuestros pecados —¡en cuántas ocasiones habremos vuelto la cara, para no ver a Dios!— y por todos los pecados de los hombres. Hemos de seguir de cerca las pisadas de Cristo: traemos siempre en nuestro cuerpo la mortificación, la abnegación de Cristo, su abatimiento en la Cruz, para que también en nuestros cuerpos se manifieste la vida de Jesús. Nuestro camino es de inmolación y, en esta renuncia, encontraremos el *gaudium cum pace*, la alegría y la paz. *Es Cristo que pasa*, 9

La mortificación es la sal de nuestra vida. Y la mejor mortificación es la que combate —en pequeños detalles, durante todo el día—, la concupiscencia de la carne, la concupiscencia de los ojos y la soberbia de la vida. Mortificaciones que no mortifiquen a los demás, que nos vuelvan más delicados, más



comprensivos, más abiertos a todos. Tú no serás mortificado si eres susceptible, si estás pendiente sólo de tus egoísmos, si avasallas a los otros, si no sabes privarte de lo superfluo y, a veces, de lo necesario; si te entristeces, cuando las cosas no salen según las habías previsto. En cambio, eres mortificado si sabes hacerte todo para todos, para ganar a todos. *Es Cristo que pasa*, 9

Otros artículos relacionados:

[Orar en cuerpo y alma](#)

[Imitar a Cristo](#)

[La sal de la mortificación](#)