

HUMILDAD

1. La humildad dispone al alma para acercarse a Dios.
2. La humildad es «guardiana de todas las virtudes» y fundamento de la vida interior.
3. La humildad es la verdad.
4. Humildad y propio conocimiento.
5. Falsa humildad.
6. Algunas cualidades de la humildad.
7. Para crecer en esta virtud.
8. La sabiduría propia del humilde.
9. Humildad y olvido de uno mismo.
10. Humildad y eficacia.
11. «El Señor es custodio de los humildes».
12. «El humilde será ensalzado».
13. Humildad y flaquezas.
14. Humildad y Caridad.
15. La alegría está íntimamente relacionada con la humildad.
16. Humildad y sencillez.
17. La soberbia.
18. El ejemplo humilde de Jesús.
19. La humildad de la Virgen.

* * *

1. La humildad dispone al alma para acercarse a Dios.

Dígase, pues, a los humildes, que al par que ellos se abajan, aumentan su semejanza con Dios; y dígase a los soberbios que, al par que ellos se engríen, descienden, a imitación del ángel apóstata (SAN GREGORIO MAGNO, Regla Pastoral, 3, 18).

Cuanto más se abaja el corazón por la humildad, más se levanta hacia la perfección (SAN AGUSTIN, Sermón sobre la humildad y el temor de Dios).

En cualquier época, en cualquier situación humana, no existe más camino -para vivir vida divina- que el de la humildad (SAN JOSEMARÍA ESCRIVA DE BALAGUER, Amigos de Dios, 98).

Todo valle será rellenado y todo monte y collado será abatido, porque los humildes reciben los dones que rechazan de sus corazones los soberbios (SAN GREGORIO MAGNO, Hom. 20 sobre los Evang.).

Solamente quien acepta los propios límites intelectuales y morales y se reconoce necesitado de salvación puede abrirse a la fe, y en la fe encontrar en Cristo a su Redentor (JUAN PABLO II, Hom. 21-I-1980).

Si me preguntáis qué es lo más esencial en la religión y en la disciplina de Jesucristo, os responderé: lo primero la humildad, lo segundo la humildad y lo tercero la humildad (SAN AGUSTIN, Epístola 118).

La humildad dispone para acercarse libremente a los bienes espirituales y divinos (SANTO TOMAS, Suma Teológica, 2-2, q. 161, a. 5).

La humildad, como virtud especial, considera principalmente la sujeción del hombre a Dios, en cuyo honor se humilla sometiéndose incluso a otros (SANTO TOMAS, Suma Teológica, 2-2, q. 161, a. 1).

La humildad dispone para acercarse sin ataduras a la consecución de los bienes espirituales y divinos (SAN AGUSTIN, Trat. sobre la virginidad, 51).

2. La humildad es «guardiana de todas las virtudes» y fundamento de la vida interior

Porque la soberbia fue la raíz y la fuente de la maldad humana: contra ella pone (el Señor) la humildad como firme cimiento, porque una vez colocada ésta debajo, todas las demás virtudes se edificarán con solidez; pero si ésta no sirve de base, se destruye cuanto se levanta por bueno que sea (SAN JUAN CRISÓSTOMO, Hom. sobre S. Mateo, 15).

Ni como hombre ni como fiel cristiano el sacerdote es más que el seglar. Por eso es muy conveniente que el sacerdote profese una profunda humildad, para entender cómo en su caso también de modo especial se cumplen plenamente aquellas palabras de San Pablo: ¿qué tienes que no hayas recibido? (I Cor 4, 7). Lo recibido... ¡es Dios! Lo recibido es poder celebrar la Sagrada Eucaristía, la Santa Misa -fin principal de la ordenación sacerdotal-, perdonar los pecados, administrar otros Sacramentos y predicar con autoridad la Palabra de Dios, dirigiendo a los demás fieles en las cosas que se refieren al Reino de los Cielos (SAN JOSEMARÍA ESCRIVA DE BALAGUER, Hom. Sacerdote para la eternidad, 13-IV-1973).

Si no tenéis humildad, podéis decir que no tenéis nada (SANTO CURA DE ARS, Sermón sobre la humildad).

La humildad, maestra de todas las virtudes, es a la par, el fundamento inconmovible del edificio sobrenatural, el don por antonomasia y la gracia más excelsa del Salvador (CASIANO, Colaciones, 15, 7).

Como este edificio todo va fundado en humildad, mientras más llegados a Dios, más adelante ha de ir esta virtud, y si no va todo perdido (SANTA TERESA, Vida, 12, 2).

No quieras ser como aquella veleta dorada del gran edificio: por mucho que brille y por alta que esté, no importa para la solidez de la obra. Ojalá seas como un viejo sillar oculto en los cimientos, bajo tierra, donde nadie te vea: por ti no se derrumbará la casa (SAN JOSEMARÍA ESCRIVA DE BALAGUER, Camino, n. 590).

Sólo a pasos de humildad se sube a lo alto de los cielos (SAN AGUSTIN, Sermón sobre la humildad y el temor de Dios).

Poseyendo la humildad, tenemos también todas las demás (virtudes); pero, si nos falta, nada valen todas las demás (SANTO CURA DE ARS, Sermón sobre la humildad).

(Es) madre y maestra de todas las virtudes (SAN GREGORIO MAGNO, Moralia, 23, 23).

Amad la humildad, que es fundamento y guarda de todas las virtudes (SAN BERNARDO, Sermón 1, en la Natividad del Señor).

Nunca estaremos bastante convencidos de lo importante que es para los cristianos, y especialmente para los sacerdotes, el esforzarse en practicar la humildad y el arrojar del espíritu toda presunción, toda vanidad, todo orgullo. No hay que ahorrar esfuerzo ni fatiga para salir airoso en una empresa tan santa; y como es cosa que no se puede lograr sin la gracia de Dios, hay que pedirlo insistentemente, sin cansarse nunca (J. PECCI -León XIII-, Práctica de la humildad).

La verdadera paciencia y tranquilidad de alma sólo puede adquirirse y consolidarse con una profunda humildad de corazón. La virtud que mana de esta fuente no tiene necesidad del retiro de una celda ni del refugio de la soledad. En realidad, no le hace falta un apoyo exterior cuando está interiormente sostenida por la humildad, que es su madre y guardiana. Por otra parte, si nos sentimos airados cuando se nos provoca, es indicio de que los cimientos de la humildad no son estables (CASIANO, Colaciones, 18, 13).

Aun las buenas acciones carecen de valor cuando no están sazonadas por la virtud de la humildad. Las más grandes, practicadas con soberbia, en vez de ensalzar, rebajan. El que acopia virtudes sin humildad arroja polvo al viento, y donde parece que obra provechosamente, allí incurre en la más lastimosa ceguera. Por lo tanto, hermanos míos, mantened en todas vuestras obras la humildad [...] (SAN GREGORIO MAGNO, Hom. 7 sobre los Evang.).

Nada tengas por más excelente, nada por más amable que la humildad. Ella es la que principalmente conserva las virtudes, una especie de guardiana de todas ellas. Nada hay que nos haga más gratos a los hombres y a Dios como ser grandes por el merecimiento de nuestra vida y hacernos pequeños por la humildad (SAN JERÓNIMO, Epístola 148, 20).

Nadie puede alcanzar santidad si no es a través de una verdadera humildad. Cada uno debe dar pruebas de esta humildad, ante todo a sus hermanos. Pero también debe tributarla a Dios, persuadido de que si El no le protege y ayuda en cada instante, le es absolutamente imposible obtener la santidad a que aspira y hacia la cual corre (CASIANO, Instituciones, 12, 23).

Si por pereza dejas de poner los medios necesarios para alcanzar la humildad, te sentirás pesaroso, inquieto, descontento y te harás la vida imposible a ti mismo y quizá también a los demás y, lo que más importa, correrás gran peligro de perderte eternamente; al menos se te cerrará la puerta de la perfección, ya que fuera de la humildad no hay otra puerta por la que se pueda entrar (J. PECCI León XIII-, Práctica de la humildad, 49).

Si quieres ser grande, comienza por ser pequeño; si quieres construir un edificio que llegue hasta el cielo, piensa primero en poner el fundamento de la humildad. Cuanto mayor sea la mole que se trate de levantar y la altura del edificio, tanto más hondo hay que cavar el cimiento. Y mientras el edificio que se construye se eleva hacia lo alto, el que cava el cimiento se abaja hasta lo más profundo. El edificio antes de subir se humilla, y su cúspide se erige después de la humillación (SAN AGUSTIN, Sermón 69).

La fe no es propia de los soberbios, sino de los humildes (SAN AGUSTIN, en Catena Aurea, vol. VI, p. 297).

La guardiana de la virginidad es la caridad, pero el castillo de tal guardia es la humildad (SAN AGUSTIN, Trat. sobre la virginidad, 33, 51).

Puedes salvarte sin la virginidad, pero no sin la humildad. Puede agradar la humildad que llora la virginidad perdida; mas sin

humildad (me atrevo a decirlo) ni aun la virginidad de María hubiera agradado a Dios (SAN BERNARDO, Hom. sobre la Virgen Madre, I, 5).

Hermosa es la unión de la virginidad y de la humildad; y no poco agrada a Dios aquella alma en quien la humildad engrandece a la virginidad y la virginidad adorna a la humildad (SAN BERNARDO, Hom. sobre la Virgen Madre, I, 5).

La humildad es el fundamento de todas las demás virtudes. Quien desea servir a Dios y salvar su alma, debe comenzar por practicar esta virtud en toda su extensión. Sin día nuestra devoción será como un montón de paja muy voluminoso que habremos levantado, pero al primer embate de los vientos queda derribado y deshecho. El demonio teme muy poco esas devociones que no están fundadas en la humildad, pues sabe muy bien que podrá echarlas al traste cuando le plazca (SANTO CURA DE ARS, Sermón sobre la humildad).

Si el orgullo es la fuente de toda clase de vicios (Eccli 10, 15), podemos también afirmar que la humildad es la fuente y el fundamento de toda clase de virtudes (Prov 15, 33); es la puerta por la cual pasan las gracias que Dios nos otorga; ella es la que sazona todos nuestros actos, comunicándoles tanto valor, y haciendo que resulten tan agradables a Dios; finalmente, ella nos constituye dueños del corazón de Dios, hasta hacer de El, por decirlo así, nuestro servidor; pues nunca ha podido Dios resistir a un corazón humilde (I Pdr 5, 5) (SANTO CURA DE ARS, Sermón sobre el orgullo).

(San Juan Bautista) perseveró en la santidad porque se mantuvo humilde en su corazón (SAN GREGORIO MAGNO, Trat. sobre el Evang. de S. Lucas, 20, 5).

3. La humildad es la verdad

Una vez estaba yo considerando por qué razón era Nuestro Señor tan amigo de esta virtud de la humildad, y púsoseme delante, a mi parecer sin considerarlo, sino de presto, esto: que es porque Dios es suma Verdad y la humildad es andar en verdad (SANTA TERESA, Las Moradas, VI, 10).

Imitad el ejemplo de humildad del Bautista. Lo toman por Cristo, pero él dice que no es lo que ellos piensan ni se adjudica el honor que erróneamente le atribuyen. Si hubiera dicho: «Soy Cristo», con cuánta facilidad le hubieran creído, ya que lo pensaban de él sin haberlo dicho. No lo dijo: reconoció lo que era, hizo ver la diferencia entre Cristo y él, y se humilló. Vio dónde estaba la salvación, comprendió que él era sólo una antorcha y temió ser apagado por el viento de la soberbia (SAN AGUSTIN, Sermón 293).

El verdadero humilde siempre anda dudoso en virtudes propias, y muy ordinariamente le parecen más ciertas y de más valor las que ve en sus prójimos (SANTA TERESA, Camino de perfección, 38, 9).

La humildad no debe estar tanto en las palabras como en la mente; debemos estar convencidos en nuestro interior de que somos nada y que nada valemos (SAN JERÓNIMO, Coment. sobre la Epist. a los Efesios, 4).

Concibe un profundo sentimiento de tu nada y hazlo crecer continuamente en tu corazón a despecho del orgullo que te domina. Persuádate en lo más íntimo de ti mismo de que no hay en el mundo cosa más vana y ridícula que querer ser estimado por dotes que has recibido en préstamo de la gratuita liberalidad del Creador (J. PECCI - León XIII-, Práctica de la humildad, 2).

Nadie confíe en sí mismo al hablar; nadie confíe en sus propias fuerzas al sufrir la prueba, ya que, si hablamos con rectitud y prudencia, nuestra sabiduría proviene de Dios, y si sufrimos los males con fortaleza, nuestra paciencia es también don suyo (SAN AGUSTIN, Sermón 276).

Abre los ojos de tu alma, y considera que no tienes nada tuyo de que gloriarte. Tuyo sólo tienes el pecado, la debilidad y la miseria; y, en cuanto a los dones de naturaleza y de gracia que hay en ti, solamente a Dios, de quien los has recibido como principio de tu ser, pertenece la gloria (J. PECCI -León XIII-, Práctica de la humildad, 1).

4. Humildad y propio conocimiento

Y tened este cuidado: que en principio y fin de oración -por subida contemplación que sea- siempre acabéis en propio conocimiento. Y si es de Dios, aunque no queráis ni tengáis este aviso, lo haréis aún más veces, porque trae consigo humildad y siempre deja con más luz para que entendamos lo poco que somos (SANTA TERESA, Camino de perfección, 39, 5)

La humildad es una antorcha que presenta a la luz del día nuestras imperfecciones; no consiste, pues, en palabras ni en obras, sino en el conocimiento de sí mismo, gracias al cual descubrimos en nuestro ser un cúmulo de defectos que el orgullo nos ocultaba hasta el presente (SANTO CURA DE ARS, Sermón sobre el orgullo).

(La humildad) tiene su norma en el conocimiento, haciendo que nadie se juzgue superior a lo que realmente es (SANTO TOMAS, Suma Teológica, 2-2, q. 161, a. 6).

Al cristiano que bien se conozca todo debe inclinarse a ser humilde, y especialmente estas tres cosas, a saber: la consideración

de las grandezas de Dios, el anonadamiento de Jesucristo, y nuestra propia miseria (SANTO CURA DE ARS, Sermón sobre la humildad).

Adonde el demonio puede hacer gran daño sin entenderle es haciéndonos creer que tenemos virtudes no las teniendo, que esto es pestilencia (SANTA TERESA, Camino de perfección 38. 5).

5. Falsa humildad

Déjense de algunos encogimientos que tienen algunas personas y piensan que es humildad. Sí, que no está la humildad en que si el rey os hace alguna merced que no la toméis, sino en tomarla y entender cuán sobrada os viene y holgaros con ella. Donosa humildad que me tenga yo al emperador del cielo y de la tierra en mi casa, que se viene a ella por hacerme merced y por holgarse conmigo, y que por humildad no le quiera responder ni estarme con El ni tomar lo que me da, sino que le deje solo; y que estándome diciendo y rogando que le pida, por humildad me quede pobre y aun le deje ir, de que ve que no acabo de determinarme. No os cuidéis, hijas, destas humildades (SANTA TERESA, Camino de perfección, 28, 3).

Ese celo apostólico, que Cristo ha puesto en nuestro corazón, no debe agotarse -extinguirse-, por una falsa humildad. Si es verdad que arrestamos miserias personales, también lo es que el Señor cuenta con nuestros errores. No escapa a su mirada misericordiosa que los hombres somos criaturas con limitaciones, con flaquezas, con imperfecciones, inclinadas al pecado. Pero nos manda que luchemos, que reconozcamos nuestros defectos; no para acobardarnos, sino para arrepentirnos y fomentar el deseo de ser mejores (SAN JOSEMARÍA ESCRIVA DE BALAGUER, Es Cristo que pasa, 1 59).

Si en la Comunión tu corazón está inflamado de amor divino, tu espíritu debe estar penetrado de sentimientos de verdadera humildad. ¿Cómo no asombrarse al considerar que un Dios infinitamente puro e infinitamente santo llegue a esos extremos de amor por una miserable criatura como tú, y se te dé a Sí mismo, en alimento? Abístrate en las profundidades de tu indignidad [...]; pero que el sentimiento de tu pobreza y de tu miseria no te lleve a cerrar tu corazón y a menguar en nada esa santa confianza que debes tener en tan celestial banquete (J. PECCI.-León XIII-, Práctica de la humildad, 49).

6. Algunas cualidades de la humildad

La humildad no inquieta ni desasosiega ni alborota el alma, por grande que sea, sino viene con paz y regalo y sosiego. Aunque uno de veras ruin entienda que merece estar en el infierno y se aflige y, a su parecer con justicia, todos le habían de aborrecer y que no osa casi pedir misericordia, si esta pena es buena humildad y viene en sí con una suavidad y contento que no querríamos vernos sin ella; no alborota ni aprieta el alma, antes la dilata y hace hábil para servir más a Dios (SANTA TERESA, Camino de perfección, 39, 2).

Verdad es que aquestas virtudes tienen tal propiedad que se esconden de quien las posee, de manera que nunca las ve ni acaba de creer que tiene alguna, aunque se lo digan; mas tiénelas en tanto que siempre anda procurando tenellas y valas perfeccionando en sí (SANTA TERESA, Camino de perfección, 10, 4).

Miren que la verdadera humildad está mucho en estar muy pronto en contentarse con lo que el Señor quisiere hacer de ellos y siempre hallarse indignos de llamarse sus siervos (SANTA TERESA, Camino de perfección, 17, 6).

Es propio de la humildad y de la responsabilidad cristiana no transmitir a quienes nos sucedan nuestras propias opiniones, sino conservar lo que ha sido recibido de nuestros mayores (SAN VICENTE DE LERINS, Conmonitorio, n. 6).

La verdadera humildad no muestra que lo es ni anda diciendo palabras humildes, porque no sólo desea ocultar las otras virtudes, sino principalmente ocultarse a sí misma (SAN FRANCISCO DE SALES, Introd. a la vida devota, 3, 5).

Continua paz tiene el humilde; mas en el corazón del soberbio hay saña y desdén muchas veces (Imitación de Cristo, 1, 7, 2).

Conoceremos si un cristiano es bueno por el desprecio que haga de sí mismo y de sus obras, y por la buena opinión que en todo momento le merezcan los hechos o los dichos del prójimo (SANTO CURA DE ARS, Sermón sobre el orgullo).

Si la obediencia no te da paz, es que eres soberbio (SAN JOSEMARÍA ESCRIVA DE BALAGUER, Camino, n. 620).

Que cada cual tenga a su amigo por más sabio y más santo que a sí mismo, estando plenamente convencido de que la verdadera y perfecta discreción se halla más fácilmente en el juicio ajeno que en el propio (CASIANO, Colaciones, 16, 11).

Mientras te sea posible, mantente en silencio y recogimiento; mas que esto no sea con perjuicio del prójimo, y cuando tengas que

hablar hazlo con contención, con modestia y con sencillez. Y si sucediera que no te escuchan, por desprecio o por otra causa, no des muestras de disgusto; acepta esta humillación y súfrela con resignación y con ánimo tranquilo (J. PECCI -León XIII-, Práctica de la humildad, 8).

El verdadero humilde más quiere que otro diga que es miserable, que es nada, que nada vale, que no decirlo él mismo; o, por lo menos, cuando sabe que lo dicen así, no lo contradice, sino que de buena gana se conforma; porque como lo cree firmemente, se alegra de que sigan su propia opinión (SAN FRANCISCO DE SALES, Introd. a la vida devota, 3, 5).

Hijo mío, atiende a la humildad, que es la virtud más sublime y la escalera para subir a la cima de la santidad; porque los propósitos sólo se cumplen por humildad, y las fatigas de muchos años por la soberbia quedan reducidas a la nada. El hombre humilde es semejante a Dios, y lo lleva consigo en el templo de su pecho; el soberbio es odioso a Dios, y se asemeja al demonio (SAN BASILIO, Admoniciones a sus hijos espirituales).

Aunque hayáis hecho grandes cosas, decid: somos siervos inútiles. En cambio, la tendencia de todos nosotros es la contraria: ponerse en el escaparate. Humildes, humildes: es la virtud cristiana que interesa a nosotros mismos (JUAN PABLO I, Alloc. 6-IX-1978).

Un tipo de humildad es la humildad suficiente, otro la abundante Y otro la superabundante. La suficiente consiste en someterse al que es superior a uno y no imponerse al que es igual a uno; la abundante consiste en someterse al que es igual a uno y no imponerse al que es menor; la superabundante consiste en someterse al que es menor a uno mismo (SAN BERNARDO), Sentencias, n. 37).

7. Para crecer en esta virtud

Un enfermo que desea vivamente la curación procura evitar todo lo que pueda retrasarla; toma con temor aun los alimentos más inofensivos y casi a cada bocado se para a pensar si le sentarán bien; también tú, si deseas de corazón curarte de la funesta enfermedad de la soberbia, si verdaderamente anhelas adquirir esta preciosa virtud, has de estar siempre en guardia para no decir o hacer lo que pueda impedírtelo; por esto, es bueno que pienses siempre si lo que vas a hacer te lleva o no a la humildad, para hacerlo inmediatamente o para rechazarlo con todas tus fuerzas (J. PECCI -León XIII-, Práctica de la humildad, 50).

Conservad la verdadera humildad de corazón, que no consiste en demostraciones y palabras afectadas, sino en un abajamiento profundo del alma. Esa humildad se mostrará con la paciencia, que será como una proyección de ella y como la señal más evidente. Y esto no precisamente cuando os atribuyan crímenes que nadie va a creer, sino cuando os quedéis insensibles a las acusaciones arrogantes que se os harán y soportéis con mansedumbre y ecuanimidad las injurias que os infieran (CASIANO Colaciones, 18, 11).

Cuando se te presente la ocasión de prestar algún servicio bajo y abyecto al prójimo, hazlo con alegría y con la humildad con que lo harías si fueras el siervo de todos. De esta práctica sacarás tesoros inmensos de virtud y de gracia (J. PECCI -León XIII-, Práctica de la humildad, 32).

A veces nos es muy provechoso para conservar la humildad que los otros conozcan y reprendan nuestros defectos (Imitación de Cristo, 11, 2, 3).

La frecuencia en la Confesión y en la Comunión te proporcionará la ayuda más eficaz para perseverar en la práctica de la humildad (J. PECCI -León XIII-, Práctica de la humildad, 58).

No eres humilde cuando te humillas, sino cuando te humillan y lo llevas por Cristo (SAN JOSEMARÍA ESCRIVA DE BALAGUER, Camino, n. 594).

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 (SAN JUAN CRISÓSTOMO, Hom. 3, sobre el sacerdocio).

Si recibes algún favor extraordinario, júzgate indigno de él, y piensa que Dios te lo ha concedido por su largueza y misericordia. No te complazcas vanamente atribuyéndolo a tus méritos. Si no recibes ningún don señalado, no te muestres descontento; considera que te queda mucho por hacer para merecerlo, y que Dios tiene harta bondad y paciencia permitiendo que estés a sus pies; como el mendigo que permanece durante horas enteras a la puerta del rico para alcanzar una pequeña limosna que remedie su miseria (J. PECCI -León XIII-, Práctica de la humildad, 44).

Por medio de la piedad los santos se hacen humildes (SAN AGUSTIN, Sobre el Sermón de la Montaña, 1, 18).

La Confesión, por la que revelamos a uno que es semejante a nosotros las miserias más secretas y vergonzosas de nuestra alma,

es el acto más sublime de humildad que Jesucristo ha mandado a sus discípulos (J. PECCI -León XIII-, Práctica de la humildad, 58).

No creas que vas a adquirir la humildad sin las prácticas que le son propias, como son los actos de la mansedumbre, de paciencia, de obediencia, de mortificación, de odio de ti mismo, de renuncia a tu propio juicio, a tus opiniones, de arrepentimiento de tus pecados y de tantos otros; porque éstas son las armas que destruirán en ti mismo el reino del amor propio [...] (J PECCI -León XIII-, Práctica de la humildad, 7).

En los movimientos interiores se traiga mucha cuenta, en especial si tocan en mayorías. Dios nos libre, por su Pasión, de decir ni pensar para detenerse en ello «si soy más antigua en la Orden», «si he más años», «si he trabajado más», «si tratan mejor a la otra». A estos pensamientos, si vinieren, es menester atajar con presteza, porque si se detienen en ellos o los ponen en plática es pestilencia y de donde nacen grandes males (SANTA TERESA, Camino de perfección, 12, 4).

Si te sobreviene alguna contradicción, bendice al Señor, que dispone las cosas del mejor de los modos; piensa que la has merecido, que merecerías más todavía, y que eres indigno de todo consuelo; podrás pedir con toda sencillez al Señor que te libre de ella, si así le place; pídele que te dé fuerzas para sacar méritos de esa contrariedad. En las cruces no busques los consuelos exteriores, especialmente si te das cuenta de que Dios te las manda para humillarte y para debilitar tu orgullo y presunción (J. PECCI -León XIII-, Práctica de la humildad, 23).

Todos los santos han abominado las dignidades, las alabanzas y los honores y, por el gran desprecio que sentían por sí mismos, no deseaban sino las humillaciones y los oprobios. ¿Eres tú quizá más santo que ellos? (J. PECCI -León XIII-, Práctica de la humildad, 52).

Haz todas las cosas, por pequeñas que sean, con mucha atención y con el máximo esmero y diligencia; porque el hacer las cosas con ligereza y precipitación es señal de presunción; el verdadero humilde está siempre en guardia para no fallar aun en las cosas más insignificantes. Por la misma razón practica siempre los ejercicios de piedad más corrientes y huye de las cosas extraordinarias que te sugiere tu naturaleza; porque así como el orgulloso quiere singularizarse siempre, así el humilde se complace en las cosas corrientes y ordinarias (J. PECCI -León XIII-, Práctica de la humildad, 27).

Si cometes alguna falta que es motivo para que te desprecie quien la presencié, siente un vivo dolor de haber ofendido a Dios y de

haber dado un mal ejemplo al prójimo, y acepta la deshonra como un medio que Dios te envía para hacerte expiar tu pecado y para hacerte más humilde y virtuoso. Si, por el contrario, el verte deshonrado te atormenta y te contrista, es que no eres verdaderamente humilde y que estás todavía envenenado por la soberbia (J. PECCI -León XIII-, Práctica de la humildad, 36).

No habiendo cosa más provechosa para el progreso espiritual que el ser advertido de los propios defectos, es muy conveniente y necesario que los que te hayan hecho alguna vez esta caridad se sientan estimulados por ti a hacértela en cualquier ocasión. Después que hayas recibido con muestras de alegría y de reconocimiento sus advertencias, imponte como un deber el seguirlas, no sólo por el beneficio que reporta el corregirse, sino también para hacerles ver que no han sido vanos sus desvelos y que tienes en mucho su benevolencia. El soberbio, aunque se corrija, no quiere aparentar que ha seguido los consejos que le han dado, antes bien los desprecia; el verdadero humilde tiene a honra someterse a todos por amor de Dios, y observa los sabios consejos que recibe como venidos de Dios mismo, cualquiera que sea el instrumento de que El se haya servido (J. PECCI -León XIII-, Práctica de la humildad, 41).

8. La sabiduría propia del humilde

Nuestra sabiduría y nuestra fuerza están precisamente en tener la convicción de nuestra pequeñez, de nuestra nada delante de los ojos de Dios [...] (SAN JOSEMARÍA ESCRIVA DE BALAGUER, Amigos de Dios, 144).

Esto de no fiarse del propio parecer nace de la humildad. Por ello el cap. 11 de los Proverbios dice que donde hay humildad, hay sabiduría. Los soberbios, en cambio, confían demasiado en sí mismos (SANTO TOMAS, Sobre el Padrenuestro, 1. c., 142).

La verdad huye del entendimiento que no encuentra humilde (SAN GREGORIO MAGNO, Hom. 18 sobre los Evang.).

La humildad se requiere para entender (SANTO TOMAS, Opúsculo, 40).

Cuando uno se acerca con reverencia y corazón recto, consigue abundantemente la revelación de las cosas más ocultas; pero el que no tiene estas sanas disposiciones no es digno ni aun de oír las cosas que resultan fáciles para los demás (SAN JUAN CRISÓSTOMO, en Catena Aurea, vol. IV, p. 99).

9. Humildad y olvido de uno mismo

Sólo quien ama en verdad a Dios no se acuerda de sí mismo (SAN GREGORIO MAGNO, Hom. 38 sobre los Evang.).

Muchas veces os lo digo, hermanas, y ahora lo quiero dejar escrito aquí, porque no se os olvide, que en esta casa, y aun toda persona que quisiere ser perfecta, huya mil leguas de «razón tuve», «hiciéronme sin razón», «no tuvo razón quien esto hizo conmigo»... De malas razones nos libre Dios. ¿Parece que había razón para que nuestro buen Jesús sufriese tantas injurias y se las hiciesen y tantas sinrazones? La que no quisiere llevar cruz sino la que le dieran muy puesta en razón, no sé yo para qué está en el monasterio; tórnese al mundo, adonde aun no le guardarán esas razones. (SANTA TERESA, Camino de perfección, 13, 1).

Así que si las cosas dichas no se atajan con diligencia, lo que hoy no parece nada, por ventura mañana será pecado venial, y son de tan mala digestión, que si os dejáis no quedará solo; es cosa muy mala para Congregaciones (Se refiere la Santa a pequeños «puntos de honra», que si no se atajan van siempre a más) (SANTA TERESA, Camino de perfección, 13, 3).

Gustan de los primeros puestos en los banquetes, y de los primeros puestos en las sinagogas... (Mt 23, 6). Debe advertirse que no prohíbe el que sean saludados en la plaza, ocupen o se sienten en los primeros puestos aquellos a quienes se deben estos respetos por razón de sus cargos o dignidades, pero si nos enseña que nos guardemos como de unos malvados de aquellos que exigen injustamente de los fieles todas estas cosas, tengan o no derecho a ellas (RABANO MAURO, en Catena Aurea, vol. III, pp. 105-106).

No hay nadie más rico, ni más libre, ni más poderoso que aquel que sabe dejarse a sí y a toda cosa y ponerse en el más bajo lugar (Imitación de Cristo, 11, 11, 5).

La gloria del hombre es Dios (SAN IRENEO, Trat. contra las herejías, 3, 20).

Aquella que le parece que es tenida en menos entre todas se tenga por más dichosa y bienaventurada; y ansí lo es si lo lleva como debe llevar, que no le faltará honra en esta vida ni en la otra (SANTA TERESA, Camino de perfección, 13, 3).

10. Humildad y eficacia

Tú, sabio, renombrado, elocuente, poderoso: si no eres humilde, nada vales. Corta, arranca ese «yo», que tienes en grado superlativo -Dios te ayudará-, y entonces podrás comenzar a trabajar por Cristo, en el último lugar de su ejército de apóstoles (SAN JOSEMARÍA ESCRIVA DE BALAGUER, Camino, n. 602).

Vemos que un árbol, cuanto más cargado de fruto se halla, más inclina hacia el suelo sus ramas; así también nosotros, cuanto mayor sea el número de nuestras buenas obras, más profundamente debemos humillarnos, reconociéndonos indignos de que Dios se sirva de tan vil instrumento para hacer el bien. Solamente por la humildad podemos reconocer a un buen cristiano (SANTO CURA DE ARS, Sermón sobre el orgullo).

Sólo los débiles y pacientes pueden combatir los combates del Señor (CASIANO, Colaciones, 7, 5).

La humildad nos empujará a que llevemos a cabo grandes labores; pero a condición de que no perdamos de vista la conciencia de nuestra poquedad [...1 (SAN JOSEMARÍA ESCRIVA DE BALAGUER, Amigos de Dios, 106).

[...] los humildes siempre son los instrumentos de Dios (SAN JUAN CRISÓSTOMO, Hom. sobre S. Mateo, 15).

Por eso os digo que os será quitado el reino y será entregado a un pueblo que rinda sus frutos (Mt 21, 43). La viña fue entregada a otro, como sucede con el don de la gracia, que el soberbio menosprecia y el humilde recoge (RABANO MAURO, en Catena Aurea, vol. III, p. 48).

El don de la gracia que desprecia el soberbio, enriquece al humilde (SAN BEDA, en Catena Aurea, vol. VI, p. 377).

Sola la humildad es la que puede algo, y ésta no es adquirida por el entendimiento, sino con una clara verdad, que comprende en un momento [...] lo muy nada que somos y lo muy mucho que es Dios (SANTA TERESA, Camino de perfección, 32, 13).

Si el Señor no construye la casa, en vano se cansan los albañiles. El Señor es quien construye la casa [...]. Muchos son los que trabajan en la construcción, pero si él no construye, en vano se cansan los albañiles. ¿Quiénes son los que trabajan en esta construcción? Todos los que predicán la palabra de Dios en la Iglesia, los dispensadores de los misterios de Dios. Todos nos esforzamos, todos trabajamos, todos construimos ahora; y también antes de nosotros se esforzaron, trabajaron, construyeron otros; pero si el

Señor no construye la casa, en vano se cansan los albañiles. (SAN AGUSTIN, Coment. sobre el salmo 126).

11. «El Señor es custodio de los humildes»

Si somos humildes, Dios no nos abandonará nunca. El humilla la altivez del soberbio, pero salva a los humildes (SAN JOSEMARÍA ESCRIVA DE BALAGUER, Amigos de Dios, 104).

Verdad es que, sirviendo con humildad, al fin nos socorre el Señor en las necesidades; mas si no hay de veras esta virtud, a cada paso -como dicen- os deja el Señor. Y es grandísima merced suya, que es para que le tengáis y entendáis con verdad que no tenemos nada que no lo recibimos (SANTA TERESA, Camino de perfección, 38, 7).

Parece que al verdadero humilde no osará el demonio tentarle en cosas de mayorías [...]. Si una es humilde gana más fortaleza en esta virtud y aprovechamiento, si el demonio la tienta por ahí, porque está claro que ha de dar vuelta sobre su vida y mirar lo que ha servido con lo que debe al Señor y la grandeza que hizo en bajarse de Si para dejarnos ejemplo de humildad y mirar nuestros pecados y adónde merezca estar por ellos; y con estas consideraciones sale el alma tan gananciosa que no osa tornar (el demonio) otro día por no ir quebrada la cabeza (SANTA TERESA Camino de perfección, 13, 6).

Dios defiende y libra al humilde, y al humilde ama y consuela, al humilde se inclina, y al humilde da grande gracia, y después de su abatimiento lo levanta a honra. Al humilde descubre sus secretos, y le trae dulcemente a si y le convida. El humilde, recibida la injuria y afrenta, está en mucha paz, porque está en Dios y no en el mundo (Imitación de Cristo, 11, 2, 3).

Refiérese en la vida de San Antonio que Dios le hizo ver el mundo sembrado de lazos que el demonio tenía preparados para hacer caer a los hombres en pecado. Quedó de ello tan sorprendido, que su cuerpo temblaba cual la hoja de un árbol, y dirigiéndose a Dios, le dijo: «Señor, ¿quién podrá escapar de tantos lazos?». Y oyó una voz que le dijo: «Antonio, el que sea humilde; pues Dios da a los humildes la gracia necesaria para que puedan resistir a las tentaciones; mientras permite que el demonio se divierta con los orgullosos, los cuales caerán en pecado en cuanto sobrevenga la ocasión. Mas a las personas humildes el demonio no se atreve a atacarlas» (SANTO CURA DE ARS, Sermón sobre la humildad).

Humillémonos si alguna cosa buena hacemos; no nos llenen de orgullo nuestras obras [...]. Por el contrario, acerca de los humildes

dice Dios por boca del Salmista: El Señor es custodio de los humildes (Ps 1 14, 6) (SAN GREGORIO MAGNO, Hom. 28 sobre los Evang.).

La infinita misericordia del Señor no tarda en acudir en socorro del que lo llama desde la humildad. Y entonces actúa como quien es: como Dios Omnipotente. Aunque haya muchos peligros, aunque el alma parezca acosada, aunque se encuentre cercada por todas partes por los enemigos de su salvación, no perecerá. Y esto no es sólo tradición de otros tiempos: sigue sucediendo ahora (SAN JOSEMARÍA ESCRIVA DE BALAGUER, Amigos de Dios, 104).

Quien no quiere humillarse no puede tampoco ser salvado (SAN BEDA, Coment. sobre el Evang. de S. Lucas, 1).

12. «El humilde será ensalzado»

Hay muchos que, siendo soberbios, se colocan en los últimos sitios, y por el orgullo de su corazón les parece que se sientan a la cabeza de los demás; y también hay muchos humildes que, aun cuando se sientan en los primeros puestos, están convencidos en sus conciencias de que deben ocupar los últimos puestos (SAN JUAN CRISÓSTOMO en Catena Aurea, vol. III, p. 106).

El humilde se mantiene alejado de los honores terrenos, y se tiene por el último de los hombres; aunque exteriormente parezca poca cosa, es de gran valor ante Dios. Y cuando ha hecho todo lo que el Señor le ha mandado, afirma no haber hecho nada, y anda solícito por esconder todas las virtudes de su alma. Pero el Señor divulga y descubre sus obras, da a conocer sus maravillosos hechos, le exalta y le concede todo lo que le pide en su oración (SAN BASILIO, Admoniciones a sus hijos espirituales).

El que se ensalza será humillado y quien se humilla será ensalzado. Ni todo el que se ensalza delante de los hombres es humillado, ni todos los que se humillan en su presencia son ensalzados por ellos. Pero el que se engríe por su mérito, será humillado por el Señor: y el que se humilla por sus beneficios, será ensalzado por El (SAN BEDA, en Catena Aurea, vol. VI, p. 167).

Así como todos los vicios conducen al infierno, especialmente la soberbia, así todas las virtudes conducen al cielo, especialmente la humildad; por eso es muy natural que sea ensalzado el que se humilla (SAN JUAN CRISOSTOMO), Hom. sobre S. Mateo, 15).

13. Humildad y flaquezas

No obstante, aunque tengamos conciencia de ser pecadores, no por eso debemos privarnos de la comunión del Señor. Al contrario,

tenemos que ir a recibirla con más avidez, para encontrar en ella la santidad del alma y la pureza del espíritu. Si bien tenemos que alimentar sentimientos de humildad y de fe, juzgándonos indignos de gracia semejante, y buscando únicamente el remedio para nuestras heridas. Si esperamos a ser dignos no comulgaremos ni una vez al año (CASIANO, Colaciones, 23, 21).

En la oración la soberbia, con la ayuda de la gracia, puede transformarse en humildad. Y brota la verdadera alegría en el alma, aun cuando notemos todavía el barro en las alas, el lodo de la pobre miseria, que se está secando. Después, con la mortificación, caerá ese barro y podremos volar muy altos, porque nos será favorable el viento de la misericordia de Dios (SAN JOSEMARÍA ESCRIVA DE BALAGUER, Amigos de Dios, 249).

Me limito a recomendar una virtud muy querida del Señor. Ha dicho: Aprended de mi, que soy manso y humilde de corazón. Me expongo a decir un despropósito, pero lo digo: el Señor ama tanto la humildad que, a veces, permite pecados graves. ¿Para qué? Para que aquellos que han cometido estos pecados, después, arrepentidos, se mantengan humildes (JUAN PABLO I, Alloc. 6-IX-1978).

Y, sepámoslo, nunca seremos vencidos más fácilmente por nuestro rival que cuando le imitamos en la soberbia [...], ni le derribaremos con más empuje que imitando la humildad de Nuestro Señor, ni le serán nunca nuestros golpes más dolorosos y duros que cuando curemos nuestros pecados con la confesión y la penitencia (SAN AGUSTIN, Sermón 351, 6).

(Y vino a El un leproso que, rogándole de rodillas, le decía: Si quieres puedes limpiarme). Aquel hombre se arrodilla postrándose en tierra -lo que es señal de humildad y de vergüenza-, para que cada uno se avergüence de las manchas de su vida. Pero la vergüenza no ha de impedir la confesión: el leproso mostró la llaga y pidió el remedio. Su confesión está llena de piedad y de fe. Si quieres, dice, puedes: reconoció que el poder curarse estaba en manos del Señor (SAN BEDA, Coment. sobre S. Marcos).

La humildad saca al hombre del abismo de sus pecados (SAN JUAN CRISOSTOMO, en Catena Aurea, vol. VI, p. 303).

Gran sabiduría y perfección es sentir siempre bien y gran- des cosas de otros, y tenerse y reputarse en nada. Si vieres a alguno pecar públicamente, o cometer cosas graves, no te debes estimar por mejor: porque no sabes cuánto podrás tú perseverar en el bien. Todos somos flacos; mas tú no tengas a alguno por más flaco que a ti (Imitación de Cristo, 1, 2, 4).

Cuando cayere, pues, tu corazón, levántate suavemente, humillándote mucho en la presencia de Dios con el conocimiento de tu miseria, sin admirarte de tu caída; pues, ¿qué extraño es que sea enferma la enfermedad, flaca la flaqueza y la miseria miserable? Pero, sin embargo, detesta de todo corazón la ofensa que has hecho a Dios y, llena de ánimo y de confianza en su misericordia, vuelve a emprender el ejercicio de aquella virtud que has abandonado (SAN FRANCISCO DE SALES, Introduc. a la vida devota, III, 9).

¡Ay de mi, Señor! ¡Ten misericordia de mi! [...]. Yo no te oculto mis llagas. Tú eres médico, y yo estoy enfermo; tú eres misericordioso, y yo soy miserable (SAN AGUSTIN, Confesiones, 10).

Es propio de los justos, a causa de su humildad, desmentir diligentemente, y de una a una, sus buenas obras narradas en presencia de los mismos; y es propio de los poco rectos dar a entender –excusándose– que no tienen culpas, o que son leves y pocas (ORIGENES, en Catena Aurea, vol. III, p. 247).

[...] en la vida interior se da un perpetuo comenzar y recomenzar, que impide que, con soberbia, nos imaginemos ya perfectos (SAN JOSEMARÍA ESCRIVA DE BALAGUER, Es Cristo que pasa, 75)

Algunos hay guardados de grandes tentaciones, que son vencidos muy a menudo de pequeñas para que se humillen y no confíen en sí en cosas grandes, ya que son flacos en cosas tan chicas (Imitación de Cristo, 1, 13, 8).

14. Humildad y Caridad

La morada de la caridad es la humildad (SAN AGUSTIN, Sobre la virginidad, 51).

No hay camino más excelente que el del amor, pero por él sólo pueden transitar los humildes (SAN AGUSTIN, Coment. sobre el Salmo 141).

Cuanto mayor parezca uno ser, tanto más debe humillarse y buscar no sólo su propio interés, sino también el de los demás (SAN CLEMENTE, Carta a los Corintios, 46).

Nunca anheles ser amado de manera singular. Puesto que el amor depende de la voluntad, y la voluntad está inclinada hacia el bien por naturaleza, ser amado, y ser amado como bueno, es una misma cosa; ahora bien, el afán de ser estimado por encima de los demás es inconciliable con una sincera humildad (J. PECCI -León XIII-, Práctica de la humildad, 26).

Estas dos virtudes, es decir, la humildad y la caridad, son tan indivisibles y tan inseparables, que quien se establece en una de ellas de la otra forzosamente se adueña, porque así como la humildad es una parte de la caridad, así la caridad es una parte de la humildad. Si nos paramos a mirar las cosas que el Apóstol llamó estériles sin el bien de la caridad, observamos que esas mismas son también infructuosas si falta la verdadera humildad. Y en verdad, ¿qué fruto puede dar la ciencia con la soberbia, o la fe con la gloria humana, o la ostentación con la limosna, o el martirio con el orgullo? (SAN AMBROSIO, Epist. a Demetrio, 10).

Reprende el Señor nuestra soberbia, porque no sabemos apreciar a los hombres por los hombres; solamente apreciamos las cosas que los rodean, no vemos su interior, y tampoco reconocemos en ellos el honor de Dios (SAN GREGORIO MAGNO, Hom. 28 sobre los Evang.).

Lo mismo la humildad que la caridad tienden a derribar a la soberbia (SAN AMBROSIO, Epist. a Demetrio, 10).

El ser manso y humilde es la custodia de la caridad (SAN AGUSTIN, Coment. sobre la Epíst. a los Gálatas).

Por consiguiente, si un hermano falta en alguna cosa y es necesario corregirle, se le corregirá ciertamente. No obstante, hay que hacerlo de suerte que al querer aplicar el remedio al doliente cuya fiebre no es grave por ventura, no caiga aquél, por efecto de la ira, en la enfermedad más temible de la ceguera (CASIANO, Instituciones, 8, 5).

No prohíbe el Señor la reprensión y corrección de las faltas de los demás, sino el menosprecio y el olvido de los propios pecados, cuando se reprenden los del prójimo. Conviene, pues, en primer lugar examinar con sumo cuidado nuestros defectos, y entonces pasemos a reprender los de los demás (SAN JUAN CRISOSTOMO, en Catena Aurea, vol. 1, p.421).

Muestra siempre un gran respeto y reverencia a tus superiores, una gran estima y cortesía a tus iguales y una gran caridad a los inferiores; persuádate de que el obrar de otra manera sólo puede ser efecto de un espíritu dominado por la soberbia (J. PECCI -León XIII-, Práctica de la humildad, 11).

[...] porque quien se ensalza y engríe por cosas transitorias, no sabe respetar en el prójimo lo que es permanente y duradero (SAN GREGORIO MAGNO, Hom. 28 sobre los Evang.).

El, aun siendo Dios y Señor, no se avergüenza de llamarse Padre nuestro, y nosotros ¿nos cerraremos a los que son de nuestra misma condición? (SAN GREGORIO NACIANCENO, Disertación 14).

La reprensión, que hace mejorar a los humildes, suele parecer intolerable a los soberbios (SAN CIRILO), en Catena Aurea, vol. VI, p. 52).

15. La alegría está íntimamente relacionada con la humildad

No concedáis el menor crédito a los que presentan la virtud de la humildad como apocamiento humano, o como una condena perpetua a la tristeza. Sentirse barro, recompuesto con lañas, es fuente continua de alegría [...]. (SAN JOSEMARÍA ESCRIVA DE BALAGUER, Amigos de Dios, 108).

Vos, Señor, no dabais a mis oídos gozo, ni alegría, ni se alegraban mis huesos, porque no eran humillados (SAN AGUSTIN, Confesiones, 4, 5).

Si encontramos amarga la admirable suavidad del yugo del Señor, ¿no será porque la corrompe la amargura de nuestra falta de correspondencia? Si la alegre ligereza de la carga divina nos es tan pesada, ¿no será porque, llevados de una orgullosa presunción, despreciamos a aquel que nos ayuda a llevarla? (CASIANO, Colaciones, 24, 24).

Mirad a María. Jamás criatura alguna se ha entregado con más humildad a los designios de Dios. La humildad de la ancilla Domini (Lc 1, 38), de la esclava del Señor, es el motivo de que la invoquemos como causa nostrae laetitiae, causa de nuestra alegría. Eva, después de pecar queriendo en su locura igualarse a Dios, se escondía del Señor y se avergonzaba: estaba triste. María, al confesarse esclava del Señor, es hecha Madre del Verbo divino, y se llena de gozo. Que este júbilo suyo, de Madre buena, se nos pegue a todos nosotros: que salgamos en esto a Ella -a Santa María-, y así nos pareceremos más a Cristo (SAN JOSEMARÍA ESCRIVA DE BALAGUER, Amigos de Dios, 109).

16. Humildad y sencillez

Me pesaba mucho de que me tuviesen en buena opinión como yo sabía lo secreto de mí (SANTA TERESA, Vida, 7, 1).

(La sencillez) inclina al hombre a callarse acerca de sus propias cualidades (SANTO TOMAS, Suma Teológica, 2-2, q. 109, a. 4).

Tenga presente quien manda que la verdadera humildad es el mejor de los ejercicios. Así como quien asiste a diversos heridos y se cuida de curarlos quienesquiera que sean, no toma el mando para enorgullecerse, así mucho más el que se encarga de curar las enfermedades de sus hermanos, como tendrá que dar cuenta de cada uno de ellos, debe cuidar de andar muy solícito. Por ello, el mayor hágase como el menor (SAN BASILIO, en Catena Aurea, vol. VI, p. 444).

Mientras se disponían los moradores de la ciudad para salir a recibirle, El no ignoraba lo que aún permanecía oculto en el fondo de sus corazones, y por eso se presentó a ellos, no montado en carroza tirada por caballos enjaezados con frenos de plata y guarniciones claveteadas de oro, sino sentado sobre humilde jumento, puestas debajo las vestiduras de los Apóstoles, que no creo fuesen de las más preciosas de aquella tierra [...] (SAN BERNARDO, Sermón para el Domingo de Ramos, 2, 4).

Se nos ha dado a conocer cómo debemos andar este camino. Ama a Dios, que te creó [...]; sé sencillo de corazón y rico en el espíritu [...]. No te ensalces a tí mismo, sé humilde en todo; no te arrugues la gloria a tí mismo (Epist. De Bernabé, 19, 1-3).

17. La soberbia. Ver nn. 4955-5014.

18. El ejemplo humilde de Jesús

Otro motivo poderoso que debe impulsarte a practicar la hermosa virtud de la humildad es el ejemplo de nuestro divino Salvador, al cual debes conformar toda tu vida. El ha dicho en el santo Evangelio: Aprended de mí, que soy manso y humilde de corazón (Mt 11, 29) (J. PECCI -León XIII, Práctica de la humildad, 51).

El que no cabe en todo el mundo, se encerró en las entrañas de una Virgen (SAN JUAN CRISOSTOMO. en Catena Aurea, vol. I, p. 437).

Cristo, a quien el universo está sujeto, estaba sujeto a los suyos (SAN AGUSTIN, Sermón 51).

A cualquier alma que visita a Jesús en el Santísimo Sacramento le dice este Señor [...]: Alma que me visitas, levántate de tus miserias, pues estoy aquí para enriquecerte de gracias. Date prisa, llega a mí, no temas mi majestad, porque está humillada en este Sacramento, para apartar de tí el miedo y darte toda confianza (SAN ALFONSO MARÍA DE LIGORIO, Visitas al satmo. Sacramento, 8).

¿Te duele quedar rebajado por la humildad?, nos pregunta el Señor. Mírame a Mí; considera los ejemplos que yo te he dado, y verás la grandeza de esta virtud (SAN JUAN CRISÓSTOMO, Hom. sobre S. Mateo, 38).

Jesús, humilde, no quiso hacer nada por ostentación (TEOFILACTO, Coment. sobre el Evang. de S. Marcos).

Este divino Salvador ha vivido la humildad hasta el extremo de hacerse el oprobio de la tierra, para abajar lo más elevado y curar la llaga de nuestro orgullo, enseñándonos con su ejemplo el único camino que lleva al cielo. Esta es, para hablar con propiedad, la lección más importante del Salvador: Aprended de mí, que soy manso y humilde de corazón; y hallaréis paz para vuestras almas (J. PECCI -León XIII-, Práctica de la humildad).

Aprende, pues, ¡oh hombre!, y conoce a qué extremos llegó Dios por ti. Aprende (en Belén) esa lección de humildad tan grande que te da un maestro sin hablar todavía. En el paraíso tú tuviste tal honor que pudiste poner nombres a todos los animales, y aquí tu Creador se ha hecho tan niño, que ni aun puede dar a la suya el de madre. Tú, en aquel vastísimo lugar de ricos bosques, te perdiste desobedeciendo. El se ha hecho hombre mortal en tan estrecha posada para buscar, muriendo, al que estaba muerto. Tú, hombre, quisiste ser Dios y pereciste. El, Dios, quiso ser hombre y te salvó. ¡Tanto pudo la soberbia humana que necesitó de la humildad divina para curarse! (SAN AGUSTIN, Sermón 183).

Jesucristo, Señor Nuestro, con mucha frecuencia nos propone en su predicación el ejemplo de su humildad: aprended de mí, que soy manso y humilde de corazón (Mt 11, 29). Para que tú y yo sepamos que no hay otro camino, que sólo el conocimiento sincero de nuestra nada encierra la fuerza de atraer hacia nosotros la divina gracia (SAN JOSEMARÍA ESCRIVA DE BALAGUER, Amigos de Dios, 97).

El misterio de nuestra salvación, este misterio que el fundador del mundo ha creído digno de ser pagado con su sangre, se ha realizado, desde el día de su nacimiento físico hasta el fin de su Pasión, por una humildad largamente practicada (SAN LEÓN MAGNO Sermón 72, en la Ascensión del Señor).

(Jesús quiso bautizarse) para encarecernos con su humildad lo que a nosotros era de necesidad (SAN AGUSTIN, Sermón 51).

La soberbia del diablo fue la causa de nuestra ruina, y el fundamento de nuestra redención, la humildad de Dios (SAN GREGORIO MAGNO, Regla Pastoral, 3, 18).

Si buscas un ejemplo de humildad, mira al crucificado: él, que era Dios, quiso ser juzgado bajo el poder de Poncio Pilato y morir (SANTO TOMAS, Sobre el Credo, 6, 1. c.).

Es de notar, en la genealogía del Salvador, que no se nombra a ninguna de las mujeres santas, sino a las reprendidas en la Escritura, a fin de que borrarse los pecados de todas, naciendo de pecadores, al que ha venido por los pecadores; de ahí que entre aquellas se cite a Ruth, la moabita (SAN JERONIMO, en Catena Aurea, vol. 1, pp. 45-46).

San Lucas prescindió de estas mujeres para presentar inmaculada la serie de la estirpe sacerdotal; pero el motivo de San Mateo no es sin razón y justicia; puesto que él anunció la genealogía de Cristo según la carne, tomaba sobre sí los pecados de todos, quedó sujeto a los ultrajes, sometido al sufrimiento, y no quiso que pudiera decirse ajeno a su bondad el no rehusar la afrenta de un origen manchado, ni que su Iglesia debiera avergonzarse de estar formada de pecadores; y por último, para bosquejar ya en sus antepasados el beneficio de la redención, y que nadie creyera que la mancha de origen pueda ser impedimento para la virtud, ni se jactase insolente de la nobleza de su persona (SAN AMBROSIO, Coment. sobre el Evang. de S. Lucas, 3).

19. La humildad de la Virgen

¡Qué humildad, la de mi Madre Santa María! -No la veréis entre las palmas de Jerusalén, ni -fuera de las primicias de Caná- a la hora de los grandes milagros. -Pero no huye del desprecio del Gólgota: allí está, «juxta crucem Jesu» -junto a la cruz de Jesús, su Madre (SAN JOSEMARÍA ESCRIVA DE BALAGUER, Camino, n. 507).

«Esta hermosa virtud, dice San Bernardo, fue la causa de que el Padre Eterno mirase a la Santísima Virgen con complacencia; y si la virginidad atrajo las miradas divinas, su humildad fue la causa de que concibiese en su seno al Hijo de Dios. Si la Santísima Virgen es la Reina de las vírgenes, es también la Reina de los humildes» (Hom. 1. super Missus est. 5) (SANTO CURA DE ARS, Sermón sobre la humildad).

Aun con haber merecido alumbrar al Hijo del Altísimo, era ella humildísima, y al nombrarse no se antepone a su esposo, diciendo: «Yo y tu padre», sino: Tu padre y yo. No tuvo en cuenta la dignidad de su seno, sino la jerarquía conyugal. La humildad de Cristo, en efecto, no había de ser para su madre una escuela de soberbia (SAN AGUSTIN, Sermón 51).

Si quieres que Dios te conceda más fácilmente la humildad, toma por abogada y protectora a la Santísima Virgen. S. Bernardo dice que «María se ha humillado como ninguna otra criatura, y siendo la más grande de todas, se ha hecho la más pequeña en el abismo profundísimo de su humildad» (J. PECCI -León XIII-, Práctica de la humildad, 56).

Y esta práctica (del pudor y de la modestia) será una lección viva y atrayente enseñanza, que arrastre a las almas hacia la santidad. Pero habéis de hacerlo con la humildad de María, que oye a todos como discípula y aprendiz de virtudes, aunque era doctora consumada en la difícil ciencia de ellas (SAN AMBROSIO, Sobre las vírgenes, 2, 9).

He aquí, dice, la esclava del Señor. ¿Qué humildad es ésta tan alta que no se deja vencer de las honras ni se engrandece en la gloria? Es escogida por Madre de Dios y se da el nombre de esclava [...]. No es cosa grande ser humilde en el abatimiento, pero es muy grande y muy rara ser humilde en el honor (SAN BERNARDO, Hom. sobre la Virgen Madre, 4, 9).

María es, al mismo tiempo, una madre de misericordia y de ternura, a la que nadie ha recurrido en vano; abandónate lleno de confianza en el seno materno, pídele que te alcance esta virtud (de la humildad) que Ella tanto apreció; no tengas miedo de no ser atendido, María la pedirá para tí de ese Dios que ensalza a los humildes y reduce a la nada a los soberbios; y como María es omnipotente cerca de su Hijo, será con toda seguridad oída (J. PECCI -León XIII-, Práctica de la humildad, 56).