

## 9ª SESIÓN – EL CAMINO DE LA HUMILDAD

### IDEA CENTRAL

“Aprended de mí que soy manso y humilde de corazón” (Mt 11,29)

“Porque todo el que se enaltece será humillado; y el que se humilla será enaltecido” (Lc 14.11).

“Pero revestíos todos de humildad en el trato mutuo, porque Dios resiste a los soberbios, más da su gracia a los humildes” (1 Pe 5,5)

### NUESTRA FE

La humildad como valor evangélico designa a aquella persona que reconoce sus limitaciones y debilidades. La humildad se convierte en un vaciamiento que deja lugar para Dios. La humildad de Cristo nos muestra el camino de quien encuentra la plenitud en esperarlo todo de Dios y es consciente de que por sus propias fuerzas no puede nada y todo es un regalo. Pero no es lo mismo ser humilde que estar humillado. Ya que estar humillado es la situación que se crea al atentar contra la dignidad de una persona.

Nos tenemos que hacer pequeños y humildes para poder descubrir a Dios. El modelo es Jesucristo “que se humilló a sí mismo” (Flp 2, 8). Ante Dios hemos de sentirnos que no somos nada. Con estas bellas palabras el profeta Isaías nos muestra el camino: “Toda carne es hierba y su belleza como flor campestre: se agosta la hierba, se marchita la flor, cuando el asiento del Señor sopla sobre ellos; si, la hierba es el pueblo; se agosta la hierba, se marchita la flor, pero la palabra de nuestro Dios permanece para siempre” (Is 40, 6-8).

Jesucristo es nuestro modelo, Él se dio plenamente a los hombres, con los que quiso compartir su propia naturaleza divina y asumió no solamente un cuerpo y un alma humana, con sus perfecciones naturales, sino que también asumió todas las miserias y todos los pecados de los hombres, de toda la humanidad y de todos los tiempos.

En el Evangelio según san Mateo, Jesús se propone a sí mismo como modelo de humildad con estas palabras: “Tomad mi yugo sobre vosotros y aprended de mí, que soy manso y humilde de corazón, y encontraréis descanso para vuestras almas” (Mt 11, 29). A lo largo de su vida, Jesús no busca los primeros puestos, los saludos y los honores, sino que practicó lo que enseñaba, y en el momento crucial de su pasión, fue tratado como el último.

Las palabras del Señor ayudan a mirar las cosas en su justa medida, la de la eternidad. Así se entiende la paradoja de que “todo el que se enaltece, será humillado; y el que se humilla, será enaltecido” (Lc 14,11).

En el impresionante himno de San Pablo en su Carta a los Filipenses (2, 5-11) destaca el vaciamiento del Señor, que renuncia a la categoría divina, toma la forma de siervo y se humilla hasta someterse a la muerte, y una muerte de cruz. Por ello, los seguidores de Jesús, la comunidad cristiana, debe responder en el trato de unos, con otros a la llamada de la primera carta de Pedro: “Tened sentimientos de humildad unos con otros, porque Dios resiste a los soberbios, pero da su gracia a los humildes” (1 Pe 5,5).

## DIALOGAMOS JUNTOS

### 1. Mirada creyente

La cultura actual no es propicia para ejercitar la humildad, más bien todo lo contrario. En todos los ámbitos de la vida tendemos a situarnos por encima de los demás casi inconscientemente. La imagen del perdedor resulta despreciable y, por el contrario, el ideal que se muestra como deseable es la del hombre y la mujer que han sido capaces de triunfar, a pesar de las dificultades. El cine, la literatura y la publicidad muestran reiteradamente la imagen del triunfador. En estas circunstancias, el cristiano que trata de hacer su vida un reflejo de la de Jesucristo es mirado a veces con incredulidad e incluso con sorpresa.

La humildad nos plantea las enseñanzas más revolucionarias del Evangelio: “No hagan nada por egoísmo o vanidad; más bien, con humildad consideren a los demás como superiores a ustedes mismos” (Filipenses 2:3-8). Por eso, si no hay humillación, no hay verdadera humildad (Papa Francisco, homilía en Santa Marta 29.01.2018).

Muchas veces observamos la falta de humildad en nuestro entorno familiar, eclesial y social. A todos nos cuesta actuar con actitudes de humildad cristiana. ¿Cómo hemos reaccionado ante actos de humildad concreto en nuestro entorno? Quizá con incompreensión e indiferencia, o acogiendo y comprendiendo...

## 2. Reflexión desde la vida cristiana

No podemos ir por el mundo creyéndonos superiores “a los demás o buscando algún interés humano” pues, jamás se logrará “abrir el corazón de nadie”, porque “su palabra no tendrá autoridad”. Una autoridad que proviene del “propio ejemplo, no con la autoridad de uno que habla desde arriba, pero al que la gente no le interesa”. Esto no es “autoridad: es autoritarismo”. “Ante la humildad, ante el poder del nombre de Cristo con el que el apóstol realiza su oficio si es humilde, los demonios escapan”, porque no soportan que curen los pecados (Papa Francisco, homilía en Santa Marta 07.02.2019).

El papa Francisco nos ofrece el modelo de Jesús, que “en los momentos difíciles, en los momentos en que se desata el diablo”, donde es acusado, “por el Gran Acusador a través de tanta gente, tantos poderosos; sufre, ofrece su vida y reza”. Nos pide que estemos “cerca de la gente, para no caer en el juego de los intereses personales o de los poderosos”. Subrayando que “el poder de Jesús radica en la humildad, en la mansedumbre, la cercanía, la capacidad de compasión y la ternura” pero para llegar a ello, hay que orar, hay que pasar tiempo con el Señor. Igualmente “la humildad de Jesús, es lo que le da autoridad a Jesús, lo acerca a las personas. Él tocaba a la gente, abrazaba a la gente, miraba a la gente a los ojos, escuchaba a la gente. Cercano. Y esto le daba autoridad” (Homilía en Santa Marta 18.09.2018).

¿Cómo valoramos la cultura del triunfador en nuestra sociedad? ¿Sigue la lógica cristiana? ¿Cuáles son sus consecuencias en medio de nuestras comunidades cristianas? ¿Cuáles son sus consecuencias en nuestra sociedad actual?

## 3. Un compromiso abierto a los demás

Jesús es modelo de humildad: “Jesús dice: ‘Aprended de mí que soy humilde y amable de corazón’: amable de corazón. Esa mansedumbre. Él era amable, no regañaba. No castigaba a la gente. Era amable. Siempre con mansedumbre” Jesús, que era humilde, también se molestaba por las injusticias contra Dios. “¿Se enfadaba Jesús? ¡Sí! Pensemos a cuando vio la casa de su Padre convertida en un negocio, para vender cosas, cambiar monedas. Allí se enfadó, tomó la fusta y mandó fuera a todos. Pero porque amaba al Padre, porque era humilde ante el Padre, tenía esta fortaleza” (Papa Francisco, homilía en Santa Marta 18.09.2018).

La oración es la clave de la humildad para los cristianos. En el momento de la tribulación rezar al Padre. “La oración también le llevó a la Cruz, con fortaleza”. Jesús no se vence ante su dolor, su cruz, su martirio y tiene la humilde actitud de pensar en ese momento en los demás, aun cuando lo están maltratando, e “incluso allí tenía la capacidad de acercarse y curar el alma del ladrón arrepentido” (Papa Francisco, homilía en Santa Marta 18.09.2018).

La humildad es considerarse a sí mismo un hombre o mujer con defectos, pero deseosos de dejarse transformar por el amor y dejarse perdonar. Esto es, vivir “un verdadero y profundo arrepentimiento” y no es justificarse inmediatamente frente a la ofensa, tratando de parecer bueno: “Si no sabes vivir una humillación, tú no eres humilde”, “ésta es la regla de oro” de la humildad (Papa Francisco, homilía en Santa Marta 29.01.2018).

¿Cómo podemos hacer efectiva en nuestra vida la virtud de la humildad en mis relaciones familiares, en el trabajo, con los amigos, en el ambiente en el que vivo?

¿La humildad debería de ser una virtud más presente, más activa en nuestra comunidad cristiana? ¿En qué aspectos de la vida? ¿Cómo podríamos lograrlo?

(\*) Estos textos están inspirados en el Itinerario de Formación Cristiana de Adultos - *Ser cristianos en el corazón del mundo-*, de la Conferencia Episcopal Española, publicados por la Editorial EDICE.