

## 8 HUMILITAT

*Per rebre el sagrament de la Confirmació, cal estar en gràcia. Convé recórrer al sagrament de la Penitència per tal de purificar-se en vista al do de l'Esperit Sant. (Catecisme de l'Església Catòlica, 1.310)*

### **.. Textos de la Sagrada Escripura:**

- . “Preneu el meu jou damunt vostre i feu-vos deixebles meus, que sóc benigne i humil de cor, i les vostres ànimes trobaran repòs” (Mt 11, 29).
- . “Maria digués aleshores: Vet aquí l'esclava del Senyor, ques es faci en mi segons la teva paraula” (Lc 1, 38).
- . “perquè ha mirat la petitesa de la seva serventa; des d'ara totes les generacions em diran benaurada” (Lc 1, 48).
- . “Us asseguro que aquest va baixar justificat a casa seva, i no l'altre; perquè tot aquell que s'exalta, serà humiliat; i el qui s'humilia, serà exaltat” (Lc 18, 14)
- . “revestiu-vos d'humilitat, perquè Déu resisteix els superbs i, en canvi, dóna gràcia als humils” (1 Pe 5, 5).

- El profe de reli ens va dir que “l'infern té les portes tancades per dins”, jo la veritat és que no ho acabo d'entendre...

El primer pecat de la història va ser un pecat de supèrbia: el “no serviré” a Déu de Llucifer. I el primer pecat de la humanitat també va anar d'orgull: “sereu com déus”, va temptar el dimoni a Adán i Eva.

El principal enemic de la nostra santedat -i de la nostra felicitat- és la supèrbia, l'orgull, el “jo”. Quan volem ser el centre, desplaçant Déu i els altres, la nostra vida es va convertint en “un desastre”, i ho passem molt malament: “si m'han dit, si no em valoren, si no em tenen en compte, si he quedat bé o malament...”. Es converteix en un autèntic “infern”, del que és difícil escapar, perquè l'últim que fa el superbi és reconèixer que ho és.

- Doncs la nostra societat no va sobrada d'humilitat...

L'home “modern” tendeix a ser “autosuficient”: no li agrada dependre de res ni de ningú, ni deure favors o haver de demanar ajuda. Vol ser “independent”. I això el porta a sentir-se sol, a no confiar en els altres, a aïllar-se. I evita, per tant, adquirir compromisos que el lliguin, que li treguin “la llibertat”. I com que els “altres” també pretenen imposar-se, el conflicte està garantit: lluites d'interessos, discussions constants... Vivim en una societat molt “competitiva”: l'egoisme és fred i dificulta l'afecte.

- És estrany, perquè en general la xuleria no agrada a ningú...

La supèrbia molesta especialment a Déu, i als homes: creure's millor, menysprear als altres, donar-se-les de perfecte... Produeix “rebuig”, cau malament. I al revés, la virtut que més agrada a Déu -per això es va fixar en Maria- i també als homes, és la humilitat. La persona humil, senzilla, natural, que reconeix les seves limitacions i que demana ajuda, “cau bé”, desperta simpatia.

El superb està tot el dia criticant, tot li sembla malament, perquè es pensa que ell podria haver-ho fet millor, és un perfeccionista, i li dóna enveja que els altres facin coses bé. L'humil aprèn dels altres, a qui sempre admira per alguna cosa, i és comprensiu amb els errors del proïsme. Per això l'orgullós no és alegre sino irònic i cínic, i en canvi l'humil està de bon humor, perquè sap enriure-se'n de si mateix.

- Aleshores, encara que sigui un “crack” jugant a futbol, he de dir que sóc un “paquet”?

La humilitat és la veritat: fem coses bé i fem coses malament. Hi ha coses que ens surten a la primera, i d'altres que no ens sortiran mai. Qui digui que ho fa tot bé, que no s'ha de penedir de res, o qui digui que ho fa tot malament, que és un desastre, que no serveix per a res... És que no es coneix.

Ser humil no és anar capcot o dir ximpleries d'un mateix, ni tenir poca personalitat. És acceptar la realitat: Déu és Déu, i jo sóc una criatura; abans de néixer jo, el món ja existia; i quan em mori seguirà existint. És alegrar-nos amb la nostra "grandesa" de ser fills de Déu.

Ser humil és, també, reconèixer les qualitats que Déu ens ha donat i donar-li gràcies. L'humil recorda en tot moment que ho ha rebut tot de Déu: la intel·ligència, la simpatia, la capacitat de treball... I que no li "pertanyen", que són per posar-les al servei de Déu i dels altres. I com que sap que d'altres les haurien aprofitat millor no s'omple de supèrbia.

Convé, per tant, fomentar l'autoestima. Tenim moltes més qualitats que defectes. Per això és molt el que Déu espera de cadascun. Tenim un "encàrrec" important que complir, una missió. No podem confondre la humilitat amb la mandra o amb ser apocats.

#### **- I què m'aconseilles per ser humil?**

El millor per a guanyar en humilitat és "la sinceritat". La supèrbia ens porta a voler quedar bé -ocultant els defectes, exagerant les virtuts-, a excusar-se, a donar la culpa als altres... La sinceritat porta a la humilitat -reconec els meus encerts i els meus errors-. L'humil no té problemes per a confessar-se. Però la sinceritat veritable exigeix un "examen de consciència" ben fet -tenint en compte els fets, no quedar-se només en impressions o en simples desitjos-.

Un altre mitjà per a créixer en humilitat és aprendre a "servir". Per al superb servir és "una humiliació" -per què ho he de fer jo?! Sempre em toca a mi!-. L'orgullós es creu amb "dret" a tot, fins i tot a què el serveixin -no agraeix els serveis que li fan, menysprea els inferiors-. A l'humil, en canvi, li sembla "normal" servir els altres -la Mare de Déu, per exemple, serveix a la seva cosina santa Elisabet; serveix a les noces de Canà; Jesús no ha vingut a ser servit sinó a servir; renta els peus als seus deixebles- i utilitza molt el "si us plau" i el "gràcies".

La paciència també és molt amiga de la humilitat. Hem d'aprendre a "conviure" amb els nostres propis defectes i amb els defectes dels altres. Aquest saber "suportar-se" és, en el fons, un realisme sa. Mai serem "perfectes", és una aspiració impossible... Què hi farem! La paciència és la ciència de la pau.

#### **- Abans has dit que el superb no s'adona que ho és... Jo com puc saber si sóc humil?**

Un símptoma clar d'humilitat és "resar". Per al superb tot és molt fàcil, se sent molt segur, confia en les seves forces, per això no demana ajuda, ni consell, ni resa a Déu davant les dificultats: "la pròxima vegada ho aconseguiré, he tingut mala sort". L'humil està acostumat a resar, i a resar molt: demana per ell i pels altres, implorant la misericòrdia de Déu.

L'humil confia sempre en Déu; se sap "depenent" de Déu; però també "sap" que Déu mai li fallarà, perquè ens estima amb bogeria -no "exigeix" de Déu ajuda, sinó que implora la seva misericòrdia, ple d'esperança-.

**.. Examen sobre humilitat:**

- . Saps escoltar, o sempre vols parlar tu?
- . Admires i t'alegres amb les coses bones dels teus amics?
- . Intentes cridar l'atenció, ser el centre de les converses, o aprens a passar ocult?
- . Et molestes quan et corregeixen per a ajudar-te?
- . Ets comprensiu amb els defectes dels altres perquè coneixes les teves limitacions?
- . Penses que les teves opinions són les més objectives i intel·ligents?
- . Saps "convivre" amb els teus defectes i els dels altres?
- . Et costa demanar ajuda, reconèixer que no pots amb tot?
- . Comptes amb les derrotes en la teva lluita interior o et falta realisme?
- . Aprens dels altres, els hi demanes consell, acceptes els seus suggeriments?
- . Lluites en les indicacions que reps del preceptor o del Mossèn?
- . Dónes gràcies a Déu contínuament?