más de Aquino eran de cosas santas y provechosas á la salud de las almas, y por esto, después de haber hablado, volvía con mucha facilidad á la oración.

17. Por el contrario, si nuestro trato y conversación no es de Dios, correremos gran peligro de manchar nuestro corazón, pues fácilmente haremos lo que oimos y tratamos.

18. Cierto es que debemos acomodarnos á todos por medio de la suavidad, del buen trato y de una amable condescendencia; pero esto ha de ser para levantarlos y salvarlos, y no para perdernos. Quien da la mano para levantar al que está caido, no se arroja al suelo; se inclina solamente para poderlo hacer sin su propia desgracia.

19. Finalmente, portémonos en esta materia de tal manera que todos los que nos vieren ú oyeren se edifiquen con nuestra conducta y puedan decir: «He aquí un verdadero cristiano que nunca falta en sus palabras.»

TRATADO IX

DE LA VIRTUD DE LA HUMILDAD

CAPITULO PRIMERO

Excelencia y necesidad de la humildad. — Es el fundamento de las otras virtudes. — Sus grados. — El propio conocimiento. — Su práctica. — Falsa humildad. — Bienes del propio conocimiento. — Males que hay en no conocernos. — Ejemplo de los santos. — Cómo debemos ocuparnos durante la oración en el propio conocimiento. — A quiénes conviene.

§ I

«APRENDED de Mí, que soy manso y humilde de corazón, y hallaréis descanso para vuestras almas [1].» Jesucristo, Maestro de todas las virtudes, lo fué especialmente de la humildad, que nos enseñó con su ejemplo y doctrina. Toda su santísima vida fué un continuo ejercicio de esta virtud: descendió de los cielos abatiendo su infinita grandeza, nació en un pesebre y murió en las ignominias de una cruz, para enseñar al hombre á no ensoberbecerse. Y si el Hijo de Dios, igual al Padre, toma la forma de siervo y quiere ser humilla-

---

1 Matth., XI, 29.

do, ¿será razón que el hombre, que es polvo y ceniza, busque la grandeza, la estimación y la gloria?

2. El Señor nos dijo que aprendiésemos de El, no á fabricar los cielos y la tierra, ni á sanar los enfermos y resucitar los muertos, sino á imitar la mansedumbre y humildad de su divino corazón.

3. No sólo es muy excelente la humildad, sino también muy necesaria, pues todas nuestras obras deben ir precedidas y acompañadas de esta virtud; de otra suerte, la vana complacencia y la soberbia las arruinarán del todo: querer reunir virtudes sin humildad, es como levantar un montón de polvo, que se lleva el aire.

4. La humildad es la raíz y el fundamento de todas las virtudes; y así como la raíz sustenta á la flor, y cortada aquélla ésta se marchita, así las otras virtudes reciben su savia de la humildad, y si ésta se corta, aquéllas se secan muy presto. — La raíz está debajo de la tierra, la pisamos con facilidad y no descubre su hermosura; y con todo, para que el árbol crezca y dure mucho tiempo, es necesario que la raíz entre en la tierra más profundamente, y así también, para que la virtud se levante á mayor elevación y sea más duradera, el hombre tiene que ir descendiendo á cada paso hasta llegar al abismo de su propia nada.

5. La humildad es el cimiento de todas las virtudes. Dos cosas se necesitan para fundar bien una casa: abrir los cimientos y echar fuera todo lo movedizo, hasta llegar á la firmeza; después de esto se asientan las piedras del cimiento. Ahora bien: « en el edificio espiritual, — dice Santo Tomás, — la humildad abre los cimientos y echa fuera la arena y la tierra; su oficio es ahondar más y más, hasta llegar á la piedra viva, á la peña firme, que es Jesucristo, verdadero cimiento, fuera del cual nadie puede poner otro [1]. »

6. De aquí que no son verdaderas virtudes, sino aparentes, las que no se fundan en la humildad; por esto decía Santo Tomás: « Quien anda con deseo de honra, quien huye de ser tenido en poco y le pesa si lo es, aunque haga maravillas está lejos de la perfección, porque eso es virtud sin cimiento. »

7. La humildad es el fundamento de la fe, la cual pide un entendimiento humilde y rendido y que esté cautivo en obsequio de Jesucristo. «¿Cómo podéis vosotros creer en Mí, — decía el Señor á los judíos, — cuando queréis ser honrados unos de otros [2]? »

8. La humildad es necesaria para conservar la fe, pues el principio de todas las herejías es

---

1 Cor., III, 11.
2 Joann, V, 44.

la soberbia, que nos hace anteponer nuestro propio sentir al de la Iglesia.

9. La esperanza se sostiene con la humildad, porque el humilde siente sus necesidades y conoce que por sí mismo no las puede remediar; por esto acude á Dios y todo lo espera de su gran bondad.

10. El amor de Dios se enciende y aviva con la humildad, porque esta virtud nos enseña que todos los bienes descienden de Dios, que no los merecemos y que somos muy indignos de ellos, y esto enciende y aviva en nuestros corazones la llama de la caridad, pues vemos que á pesar de todo somos objeto de los cuidados y del afecto de nuestro Dios. Y cuanto más conozcamos la grandeza de nuestras miserias brillará más y más á nuestros ojos la bondad de Dios, y le alabaremos y le amaremos con más tierno y ardiente amor.

11. La humildad nos es muy necesaria para conservar el amor del prójimo, pues lo que suele entibiar este amor es juzgar las faltas de nuestros hermanos y tenerlos por imperfectos; mas el humilde está bien lejos de hacerlo: ve en sí mismo sus propias faltas, y en los otros las virtudes que los adornan, y los tiene por mejores que á sí mismo. De aquí se sigue su estimación, respeto y amor á los demás, y por esto no siente que le sean preferidos ni tiene envidia de su bien.

12. De la humildad nace la paciencia, porque el humilde conoce sus pecados y ve que es digno de humillación y desprecio, y cualquier trabajo lo juzga por menor del que merece. Y al revés del soberbio, que de todo se queja y juzga que en todo le faltan, aunque no sea así, el humilde á nadie resiste, y aunque le hagan injuria la humildad se la oculta, y por esto recibe con dulzura todos los trabajos y desprecios que le vienen de los hombres.

13. De la humildad nace también la paz: entre los humildes no hay disensiones ni porfías, sino solamente deferencia y mutuo rendimiento.

14. La humildad es muy amiga de la pobreza evangélica, y ésta sin aquélla corre muchos peligros; pues muy fácilmente puede originarse espíritu de vanagloria y soberbia del vestido pobre, de la mala comida, etc., y de ahí suele venir el despreciar á los demás.

15. A la castidad le es necesaria la humildad. Muchos ejemplos tenemos en la historia de los Padres del Yermo de tristísimas caídas en hombres que habían pasado muchos años en la penitencia y el retiro, naciendo todas ellas de falta de humildad.

16. Respecto á la obediencia, quien no fuere humilde no será buen obediente, ni dejará de serlo si tuviese humildad, porque el humilde se conforma con el juicio del superior en la obra,

en la voluntad y en el entendimiento sin ninguna resistencia ni contradicción.

17. Finalmente, respecto á la oración, si no va acompañada de humildad no tiene valor, y con la humildad penetra los cielos. «La oración del que se humilla,—dice el Sabio,—pasará las nubes y no descansará hasta alcanzar de Dios lo que desea.» El publicano humillándose fué justificado, y el soberbio fariseo no alcanzó perdón.

§ II

18. La virtud de la humildad contiene tres grados, según San Buenaventura. El primero, que el hombre se tenga en poco y sienta bajamente de sí mismo, y el medio único y necesario para conseguirlo es el propio conocimiento; porque, si no nos conocemos, no podremos tenernos en poco ni sentir como debemos de nosotros mismos.

19. He aquí de qué manera podremos conocernos: consideremos nuestro propio ser y hagámonos estas preguntas: ¿Qué fuimos? En el tiempo de nuestra generación, una materia sucia é indigna de nombrarse. ¿Qué somos ahora? Vasos de corrupción. ¿Qué seremos dentro de breve tiempo? Manjar de gusanos. Los árboles del campo producen hojas, flores y frutos

muy buenos; el hombre arroja de sí corrupción y suciedad. Es nuestro cuerpo un como sepulcro blanqueado y como muladar cubierto de nieve, lleno en su interior de toda especie de inmundicia. No es el hombre sino un poco de podre y un manantial de gusanos; pues ¿de qué se ensoberbece el polvo y la ceniza?

20. Antes que el Señor nos criase éramos nada, y sólo por su bondad tenemos la existencia; por lo mismo, si alguno piensa que es algo, se engaña á sí mismo, porque es nada.

21. El Señor conserva nuestra vida con su continua asistencia, y si retira su mano protectora dejamos de vivir. ¿De qué, pues, se ensoberbece la nada?

22. ¿Habrá otro abismo más profundo que la misma nada? Sí lo hay: el pecado; abismo adonde hemos descendido por nuestra propia malicia, porque no hay lugar tan bajo, tan apartado y despreciable á los ojos de Dios como aquel á que nos arroja la culpa mortal; culpa que nos priva del cielo y nos hace enemigos de Dios, siendo por ello sentenciados al infierno para siempre jamás. Al vernos, pues, cubiertos con la lepra del pecado, ó al recordar los pecados que hemos cometido, procuremos humillarnos más y más, persuadidos á que nunca llegaremos á la profunda sima del desprecio que merece el que ha ofendido al bien infinito, que es Dios. ¡Oh! Si anduviésemos siempre con la

consideración de nuestros pecados y miserias, ¡cuán humildes seríamos, en qué poco nos tendríamos y con cuánta voluntad recibiríamos los desprecios de los hombres! Si el que ha sido traidor á Dios y le ha ofendido por gozar un deleite sucio y momentáneo merece estar en los infiernos, ¿qué deshonras y afrentas no recibirá de buena gana en satisfacción de sus pecados? ¿No deberá ser tenido en poco el que tuvo en poco á Dios? Y la voluntad que se atrevió á ofenderle, ¿no tendrá que ser humillada y castigada? Y aunque confiemos que el Señor nos haya perdonado nuestras culpas, esto no lo sabemos de cierto, y ¡ay de nosotros si no estamos en su gracia! Esto deberá servirnos para andar siempre humillados y confundidos y llenos de temor, y para pedir á Dios misericordia y estimularnos para bien obrar y no despreciar á nadie aunque haya pecado más que nosotros, pues éste acaso está ya perdonado, y nosotros no sabemos si lo estamos.

23. Los males que causó en nosotros el pecado original nos dan muy abundante materia para humillarnos. Está lleno el corazón del hombre de inclinaciones y apetitos desordenados y vergonzosos. Somos muy fáciles en seguir las más ignominiosas pasiones y en entregarnos á toda suerte de infamias. ¡Oh, cuánto es lo que debemos humillarnos al considerar nuestra inmensa y profunda miseria!

24. He aquí ahora cómo debemos ejercitarnos en el conocimiento de nosotros mismos. Consideremos nuestras miserias y flaquezas para desconfiar enteramente de nosotros y humillarnos más y más; pero no paremos aquí, porque el desaliento y la mayor desconfianza se apoderarían de nosotros, sino pongamos luego los ojos en la infinita bondad del Señor, con cuya gracia todo lo podemos. Esto nos impedirá desalentarnos. Y si volvemos otra vez á contemplar nuestras miserias, podremos conservar al mismo tiempo la humildad y la confianza. Así la escala de Jacob por una parte estaba fija en la tierra, y por la otra llegaba al cielo. Subamos nosotros y bajemos continuamente por la humildad, subiendo por medio de la confianza que debemos tener en Dios nuestro Señor, y bajando por el conocimiento de nuestras flaquezas y miserias.

25. Grandes son los bienes que trae consigo nuestro propio conocimiento: por él alcanzamos la humildad y conocemos á Dios más que por el ejercicio de todas las ciencias. Jesucristo nos da la vista que nos falta y hace que nos conozcamos á nosotros mismos, del mismo modo como se la dió en otro tiempo al ciego de nacimiento, poniendo sobre nuestros ojos el lodo de que fuimos formados, la nada que somos, de suerte que conociéndonos conozcamos también al Señor; y mientras más conociére-

mos que nada bueno hay en nosotros, que sólo tenemos pecado y miseria, más descubriremos la bondad y misericordia con que el Señor nos trata. De aquí vendremos á inflamarnos más en su divino amor, y no acabaremos de admirar su bondad y de darle gracias por la paciencia con que nos sufre y los favores de que nos colma, cuando muchas veces no podemos sufrirnos á nosotros mismos; y no sólo nos sufre, sino que llega á decir que sus delicias son estar con los hijos de los hombres.

26. He aquí por qué los santos usaban tanto el ejercicio del propio conocimiento para aumentar su amor á Dios. El Serafín de Asís pasaba las noches enteras diciendo estas palabras: «¿Quién sois Vos, Dios mío, y quién soy yo?» Y San Agustín usaba esta oración: «Dios mío, que siempre eres el mismo, conózcame yo á mí mismo y conózcate á Ti.» Y cuanto más profundizaban en su propio conocimiento, más se elevaban á Dios y más se abrasaban en su santo amor; nunca dejaban de encontrar motivos para humillarse y confundirse, y de aquí nacía en ellos el odio santo que sentían contra sí mismos al considerarse enemigos de Dios por sus pecados; se aborrecían por haber dejado á Dios á causa de sus culpas y haber merecido con ellas el infierno.

27. Pero tiene además otras ventajas el propio conocimiento: no sólo no nos acobarda ni

desmaya, sino antes nos inspira aliento y fortaleza para todo lo bueno; porque cuanto más nos conocemos, más desconfiamos de nosotros mismos, y ponemos toda nuestra confianza en el Señor y le atribuimos todo el bien que hacemos, y el Señor toma por suya nuestra causa y nos da con más abundancia sus auxilios; de esta manera descubre los tesoros y riquezas de sus misericordias por medio de instrumentos llenos de miseria y de flaqueza; y así como el médico gana más honra cuando es más grave la dolencia del enfermo, así también cuanta más flaqueza hay en nosotros, más honra gana el brazo de Dios; por esto, cuando el hombre se conoce y desconfía de sí mismo y pone toda su confianza en Dios, su divina Majestad le ayuda con todo el poder de su gracia.

28. Por aquí se entenderá que no es humildad el desmayo y la tristeza que á veces sentimos por falta de aprovechamiento espiritual, por no haber alcanzado la virtud ni vencido las malas inclinaciones; pues debemos confiar en Dios, con cuya gracia todo lo podemos, y no en nosotros, que somos incapaces para todo bien.

29. El Señor nos colma de sus dones cuando nos humillamos y conocemos nuestra flaqueza y miseria. «De muy buena gana me gloriaré en mis enfermedades y miserias, — decía San Pablo, — para que more en mí la virtud de Cris-

to [1].» «Y si se ha de gloriar el cristiano, —nos dijo San Ambrosio, — lo ha de hacer en su bajeza y en su nada, pues éste es el camino para crecer delante de Dios.» Y así como acá los pobres, mientras más descubren su pobreza y sus llagas á los ricos misericordiosos, más les mueven á piedad y mayor limosna reciben, de la misma manera nosotros, mientras más conozcamos y confesemos nuestra miseria, más inclinaremos la misericordia de Dios para que tenga compasión de nosotros y nos comunique con mayor abundancia los dones de su gracia.

30. Muchos son, por el contrario, los males que trae consigo el no conocernos á nosotros mismos. En efecto: si juzgamos á nuestros hermanos ó hablamos de ellos, si murmuramos de los superiores, si excusamos nuestras faltas, si nos turbamos y entristecemos por las tentaciones y caídas, todo esto nace de que no nos conocemos ni somos humildes; que si lo fuéramos no pondríamos los ojos en los demás, veríamos á los superiores con gran respeto y sumisión, y lejos de admirarnos de nuestras caídas daríamos gracias á Dios que nos ha librado de otras mayores; pues de una sentina y manantial de vicios no es de esperar que salgan sino pecados, y de un muladar como somos

1 II Cor., XII, 6.

nosotros sino corrupción, ni de un árbol malo sino frutos malos.

31. San Francisco de Borja caminaba con tanta pobreza é incomodidad, que alguno le dijo que atendiese más á su persona, y el Santo, con alegre semblante, le contestó: «No voy tan desprevenido como parece, porque antes de llegar á la posada envío delante de mí un aposentador que la prepara muy bien: ese aposentador es mi propio conocimiento y la consideración del infierno que merezco por mis pecados; y cuando llego, la peor posada me parece muy buena y veo que no la merezco.»

32. Los santos nos advierten que nos ocupemos mucho durante la oración en el propio conocimiento, y reprenden el engaño de los que pasan ligeramente sobre sus defectos y se detienen en pensar cosas devotas, por el gusto que tienen en esto y no en la consideración de sus miserias; y la causa de esto es que no les agrada parecer mal á sus propios ojos, como la persona fea que no gusta de verse en el espejo; mas nosotros, si queremos aprovechar en el servicio de Dios, no dejemos que se nos pase ni un solo día sin ocuparnos en conocernos, humillarnos y confundirnos. El mismo San Francisco de Borja empleaba cada día las dos primeras horas de su oración en conocerse y despreciarse, y de todo tomaba ocasión para su propio abatimiento. Todas las mañanas besaba tres

veces la tierra para acordarse de que era polvo y que había de volver al polvo. Nosotros, á imitación suya, no paremos ni descansemos en este ejercicio hasta que sintamos que se nos ha embebido en el alma un entrañable desprecio de nosotros mismos, y una confusión y vergüenza muy grandes delante de Dios viendo nuestra miseria y flaqueza. Es tanta nuestra soberbia y la inclinación que tenemos á ser estimados, que si no andamos continuamente en este ejercicio, en toda hora nos hallaremos levantados sobre nuestra nada, como el corcho sobre el agua.

33. Este ejercicio no es sólo de principiantes, sino conviene aun á los mayores santos, como San Pablo. Y no causa tristeza ni turbación, sino dulce paz y muy grande consuelo; porque, á pesar de todas nuestras miserias, luego ponemos los ojos en la bondad de Dios, en lo mucho que nos ama y padeció por nosotros, y esto nos llena de confianza y del más puro y santo gozo en el Señor.

CAPÍTULO II

Del segundo grado de la humildad y de la manera de adelantar en él. — Medios para alcanzar la perfección de este grado. — Motivos para ser humildes. — Ventajas de la humildad. — Desgracias que suelen venir contra los soberbios.

§ I

El segundo grado de humildad consiste en que el hombre desee que los demás le tengan en poco. Si estuviésemos bien fundados en el primer grado de humildad no nos sería muy difícil alcanzar este segundo, pues alegrándonos todos de que los otros se conformen con nuestro parecer, si realmente nos despreciamos á nosotros mismos y nos tenemos en poco, tendremos gusto en que los demás nos desprecien y no hagan caso de nosotros. Si no nos alegramos cuando nos desprecian, es porque en realidad no sentimos bajamente de nosotros mismos: somos humildes en nuestras palabras, mas no vive con nosotros la verdadera humildad; que si viviera, ni sentiríamos tanto cuando nos reprenden, ni diríamos palabra para defendernos, ni perderíamos la paz del corazón. Pero sucede muchas veces que hablamos de nosotros, sin querer por esto que los demás crean lo que decimos. Hay algunos que se humillan fingida-