

opusdei.org

# Humilitat

Us oferim en àudio i text,  
l'homilia de sant Josepmaria  
"Humilitat" publicada a "Amics  
de Déu" i pronunciada el 6  
d'abril de 1965.

18/08/2020

Disponible també a [Soundcloud](#),  
[ivoox](#) i [Youtube](#)

---

Considerem ara per uns instants els  
textos d'aquesta Missa del dimarts de

Passió. Pensem de quina manera els homes es deïfiquen. Perquè cal que sapiguem distingir la *deïficació bona* de la *deïficació dolenta*. Parlarem d'humilitat, ja que aquesta és la virtut que ens ajuda a conèixer, simultàniament, la nostra misèria i la nostra grandesa.

La nostra misèria ressalta amb prou evidència. No vull dir les limitacions naturals: tantes grans aspiracions en les quals l'home somia i que, en canvi, mai no farà efectives, mal que sigui per falta de temps. Penso més aviat en allò que fem malament, en les caigudes, en les errades que podrien evitar-se i no s'eviten. Contínuament experimentem la nostra ineficàcia personal. Però, de vegades, sembla com si s'ajuntessin totes aquestes coses, com si se'ns manifestessin amb un major relleu, perquè ens adonem de la poqueta cosa que arribem a ser. Què hem de fer?

*Expecta Dominum*,[1] espera en el Senyor; viu de l'esperança, ens suggereix l'Església, amb amor i amb fe. *Viriliter age*,[2] comporta't baronívolament. Què hi fa que siguem criatures de fang, si tenim l'esperança posada en Déu? I si mai una ànima sofreix una caiguda, un retrocés —cosa que no cal pas que s'esdevingui—, s'hi posa remei, com se sol fer en la vida ordinària amb la salut del cos, i tornem-hi!

¿No us heu fixat en les famílies, quan conserven una peça decorativa de valor i fràgil —un gerro, posem per cas—, com en tenen cura perquè no es trenqui? Fins que arriba un dia que el nen, tot jugant el tira a terra, i aquell record preciós s'esmicola en mil trossos. El disgust és gran, però de seguida ve l'adob; es recompon, s'enganxa amb tot el mirament i, un cop restaurat, a la fi és tan bonic com abans.

Però, quan l'objecte és de terrissa o només de terra cuita, generalment n'hi ha prou amb unes grapes de ferro o de qualsevol altre metall, que mantindran els trossos units. I l'atuell, reparat així, cobra un encís original.

Portem això a la vida interior. Davant les nostres misèries i els nostres pecats, davant els nostres errors —bé que, per la gràcia divina, siguin de poc pes—, anem a l'oració i diguem al nostre Pare: Senyor, en la meva pobresa, en la meva fragilitat, en aquest fang meu d'atuell trencat, Senyor, poseu-m'hi unes grapes i —amb el meu dolor i amb el vostre perdó— seré més fort i més agraciat que no pas abans! Una oració consoladora, per repetir-la quan s'esmicoli aquest pobre fang nostre.

Que no ens sorprengui pensar que som tan trencadissos, que no ens sobti si comprovem que el nostre

captivament s'esbocina per un no res; confieu en el Senyor, que té l'auxili sempre preparat: *el Senyor és la meva llum i la meva salvació, qui em pot fer mal?*<sup>[3]</sup> Ningú: tractant així el nostre Pare del Cel, no tinguem por de ningú ni de res.

Si acudim a la Sagrada Escripura, veurem com la humilitat és un requisit indispensable per a disposar-se a sentir Déu. *On hi ha humilitat hi ha saviesa*,<sup>[4]</sup> explica el llibre dels Proverbis. Humilitat és mirar-nos com som, sense pal·liatius, amb la veritat. I en comprendre que amb prou feines valem res, ens obrim a la grandesa de Déu: aquesta és la nostra grandesa.

Que bé que ho entenia Nostra Senyora, la santa Mare de Jesús, la criatura més excelsa de totes les que han existit i existiran damunt la terra! Maria glorifica el poder del Senyor, que *derrocà del soli els*

*poderosos i exalçà els humils.[5] I canta que en Ella s'ha esdevingut un altre cop aquesta providència divina: puix que ha posat els ulls en la petitesa de la seva serventa, heus aquí, doncs, que des d'ara em diran benaurada totes les generacions.[6]*

Maria es mostra santament transformada, en el seu cor puríssim, davant la humilitat de Déu: *l'Esperit Sant vindrà sobre teu, i la virtut de l'Altíssim et cobrirà amb la seva ombra. Per això el sant que naixerà de tu serà anomenat Fill de Déu.[7]* La humilitat de la Verge és conseqüència d'aquest abisme insondable de gràcia, que s'opera amb l'Encarnació de la Segona Persona de la Trinitat Beatíssima en les entranyes de la seva Mare sempre Immaculada.

Quan sant Pau evoca aquest misteri, prorromp també en un himne joiós, que avui podem assaborir amb

deteniment: *tingueu entre vosaltres els mateixos sentiments que tingué Jesucrist. Essent, ell, de condició divina, no fou per usurpació, sinó per essència, això d'ésser igual a Déu, i no obstant s'anorrea a ell mateix prenent la condició d'esclau, i esdevenint semblant als homes. I trobat, d'aspecte, com un altre home s'humilià a si mateix fent-se obedient fins a la mort, i mort de Creu.*[8]

Jesucrist, Senyor Nostre, molt sovint ens proposa en la seva predicació l'exemple de la seva humilitat: *apreneu de mi, que sóc mans i humil de cor.*[9] Perquè tu i jo sapiguem que no hi ha cap altre camí, que només el coneixement sincer del nostre no res enclou la força d'atreure envers nosaltres la divina gràcia. *Per nosaltres, Jesús vingué a patir fam i a nodrir, vingué a tenir set i a donar de beure, vingué a vestir-se de la nostra mortalitat i a vestir*

*d'immortalitat, vingué pobre per a fer rics.[10]*

*Déu resisteix els superbs i dóna la seva gràcia als humils,[11] ensenya l'apòstol sant Pere. En qualsevol època, en qualsevol situació humana, no hi ha altre camí —per a viure la vida divina— que el de la humilitat. ¿És que, per ventura, el Senyor es complau en la nostra humiliació? No. Què aconseguiria, amb el nostre abatiment el qui ho ha creat tot i manté i governa tot el que existeix? Déu només desitja la nostra humilitat, que ens buidem de nosaltres mateixos per tal de poder-nos omplir; pretén que no li posem obstacles, perquè —parlant com els homes— pugui cabre més gràcia seva en el nostre pobre cor. Perquè el Déu que ens inspira d'ésser humils és el mateix que *transformarà el nostre cos miserable, conformement al seu cos glorificat, segons la força amb què pot sotmetre totes les coses a si**



*mateix.*[12] Nostre Senyor ens fa seus, ens deïfica amb una *deïficació bona*.

## **La supèrbia, l'enemic**

I què és el que impedeix aquesta humilitat, aquesta *deïficació bona*? La supèrbia. Aquest es el pecat capital que mena a la *deïficació dolenta*. La supèrbia porta a seguir, potser en les qüestions més menudes, la insinuació que Satanàs va presentar als nostres primers pares: *se us obriran els ulls i sereu com Déu, coneixedors del bé i del mal.*[13]

Podem llegir també a l'Esriptura que *el principi de la supèrbia és que l'home s'aparti del Senyor.*[14] Perquè aquest vici, un cop ha arrelat, influeix en tota l'existència de l'home fins a convertir-se en allò que sant Joan anomena *superbia vitae*,[15] supèrbia de la vida.

Supèrbia? De què? L'Esriptura Santa recull accents, tràgics i còmics

ahora, per estigmatitzar la supèrbia: de què et glorieges, pols i cendra? Ja en vida vomites les entranyes. Una lleugera malaltia: el metge somriu. L'home que avui és rei, demà serà mort.[16]

Quan l'orgull s'apodera de l'ànima, no és estrany que al darrera vinguin en corrua tots el vicis: l'avarícia, les intemperàncies, l'enveja, la injustícia. L'orgullós intenta inútilment treure del seu soli Déu, que és misericordiós amb totes les criatures, i així poder-s'hi acomodar ell, que actua amb entranyes de crueltat.

Hem de demanar al Senyor que no ens deixi caure en aquesta temptació. La supèrbia és el pitjor dels pecats, i el més ridícul. Si aconseguix d'emmordassar amb les seves múltiples al·lucinacions, la persona atacada es vesteix d'aparença, s'emplena de buidor,

s'envaneix com el gripau de la falla, que inflava el pap, tot presumint, fins que va rebentar. La supèrbia és desagradable, també humanament: qui es considera superior a tothom i a tot, s'està contemplant contínuament a si mateix i menyspreant els altres, que li corresponen fent burla de la seva vana fatuïtat.

Sentim parlar de supèrbia, i potser ens imaginem una conducta despòtica, asservidora: una gran remor de veus aclamatòries i el triomfador que passa, com un emperador romà, per sota els alts arcs, amb el gest d'acotar el cap, no fos cas que el seu front gloriós arribés a tocar el marbre blanc.

Siguem realistes: aquest orgull només es pot donar en una fantasia esbojarrada. Hem de lluitar contra unes altres formes més subtils, més freqüents: l'orgull de preferir la

pròpia excel·lència a la del proïsme; la vanitat en les converses, en els pensaments i en els gests; una susceptibilitat gairebé malaltissa, que se sent ofesa amb paraules i accions que de cap manera no signifiquen un greuge.

Tot això sí que pot ser, i ho és, una temptació corrent. L'home es considera a si mateix com el sol i el centre dels qui són al seu voltant. Tot ha de girar al seu entorn. I no és estrany que recorri, amb el seu afany morbós, fins a la simulació del dolor, de la tristesa i la malaltia, per tal que els altres el curin i l'afalaguin.

La major part dels conflictes, que es plantegen en la vida interior de molta gent, els fabrica la imaginació: que si han dit, que si pensaran, que si em consideren... I aquesta pobra ànima pateix, per la seva trista fatuïtat, amb sospites que no són reals. En aquesta aventura

desgraciada, la seva amargor és contínua i mira de produir desassossec en els altres: perquè no sap ésser humil, perquè no ha après a oblidar-se de si mateixa per lliurar-se, generosament, al servei dels altres per amor de Déu.

### **Un burret per tron**

Tornem a l'Evangelí. Mirem-nos en el nostre model, en Crist Jesús.

Jaume i Joan, per mitjà de la seva mare, han demanat a Crist de posar-se a la seva esquerra i a la seva dreta. Els altres deixebles s'indignen amb ells. I Nostre Senyor, què contesta?: *el qui vulgui arribar a ser gran entre vosaltres, perquè el vostre servidor; i el qui entre vosaltres vulgui ser el primer, ha de ser criat de tots: perquè el Fill de l'home no ha vingut a fer-se servir, sinó a servir i a donar la vida com a redempció de molts.*[17]

En una altra ocasió anant a Cafarnaüm, potser Jesús —com en d'altres jornades— els anava al davant. *I arribats a casa els preguntava: què discutieu pel camí? Però ells no badaven boca; és que pel camí havien discutit —una vegada més— entre ells qui era el més gran. Aleshores, tot asseient-se, va cridar els dotze i els digué: si algú vol ser el primer, serà el darrer de tots i el servidor de tots. Llavors prengué un nen i el posà enmig d'ells i, tot abraçant-lo, els digué: qui acull un d'aquests nens en nom meu, a mi m'acull; i el qui m'acull, no m'acull a mi, sinó aquell qui m'ha enviat.*[18]

No us enamora aquesta manera de fer de Jesús? Els ensenya la doctrina i, per tal que l'entenguin, els presenta un exemple viu. Crida un nen d'entre els que devien córrer per aquella casa i l'estreny contra el seu pit. Ah, aquest silenci tan eloqüent de Nostre Senyor! Ja ho ha dit tot: Estima

aquells qui es fan com nens. Després afegeix que el resultat d'aquesta senzillesa, d'aquesta humilitat d'esperit és poder abraçar-lo a Ell i al Pare que és al cel.

Quan s'acosta el moment de la seva Passió, i Jesús vol mostrar d'una manera gràfica la seva reialesa, entra triomfalment a Jerusalem, a cavall d'un burret! Estava escrit que el Messies havia de ser un rei d'humilitat: *digueu a la filla de Sió: guaita, ve cap a tu el teu Rei ple de mansuetud i muntant una somera i el seu pollí, fill d'aquella que està avesada al jou.*[19]

Ara, en l'última Cena, Crist ho ha preparat tot per acomiadar-se dels seus deixebles, mentre que ells s'han embrancat en una enèsima discussió sobre qui d'aquest grup escollit seria tingut com el més gran. Jesús s'aixeca de taula, es treu el mantell i se ceneix una tovallola al cos. Després tira

*aigua en un gibrell i comença a rentar els peus dels deixebles i a eixugar-los-els amb la tovallola que duia cenyida.*

[20]

Ha tornat a predicar amb l'exemple, amb obres. Davant els deixebles que discutien per motius de supèrbia, de vanaglòria, Jesús s'inclina i fa de gust l'ofici de servent. En acabat, quan torna a taula, els comenta: *ho enteneu, el que us he fet? Vosaltres em dieu Mestre, Senyor, i feu bé de tractar-me així, perquè ho sóc. Ara, si jo, el Mestre i el Senyor, us he rentat els peus, vosaltres també us heu de rentar els peus els uns als altres.*[21]

A mi em commou aquesta delicadesa del nostre Crist. Perquè no afirma: si jo me n'ocupo, què no hauríeu de fer vosaltres? Es posa al mateix nivell, no coacciona: fustiga amorosament la falta de generositat d'aquells homes.



Com als primers dotze, també a nosaltres el Senyor ens pot insinuar i ens insinua contínuament: *exemplum dedi vobis*,[22] us he donat exemple d'humilitat. M'he convertit en servent, perquè vosaltres sapigueu, amb cor benigne i humil, servir tots els homes.

## **Fruits de la humilitat**

*Com més gran ets, més humil t'has de fer, i trobaràs gràcia davant el Senyor.*[23] Si som humils, Déu no ens abandonarà mai. Ell humilia l'altivesa del superb, però salva els humils. Ell allibera l'innocent, el qual per la puresa de les seves mans serà rescatat.[24] La infinita misericòrdia del Senyor no triga a acudir en socors de qui el crida des de la humilitat. I aleshores actua com qui és: com Déu Omnipotent. Ni que hi hagi molts perills, ni que l'ànima sembli ben assetjada, ni que es trobi encerclada pertot arreu pels enemics

de la seva salvació, no sucumbirà. I això no és solament una tradició d'altres temps: avui encara passa.

Llegint l'Epístola d'avui, veia Daniel ficat entre aquells lleons famolencs, i, sense pessimisme —no puc dir allò de *qualsevol temps passat fou millor*, ja que tots els temps han estat bons i dolents—, considerava que també en els moments actuals hi ha molts lleons deixats anar, i nosaltres hem de viure en aquest ambient. Lleons que cerquen qui poden devorar: *tanquam leo rugiens circuit quaerens quem devoret.*[25]

I aquestes feres, com les evitarem? Potser no ens passarà com a Daniel. Jo no sóc miracler, però estimo aquesta grandiositat de Déu, i entenc que li hauria estat més fàcil d'apaivagar la fam del profeta, o de posar-li davant un aliment; i no ho va fer. Va disposar, en canvi, que des de Judea es traslladés miraculosament

un altre profeta, Habacuc, a dur-li el menjar. No li va fer res d'obrar un prodigi gran, perquè Daniel no es trobava dins aquell pou perquè sí, sinó per una injustícia dels seguidors del diable, per ser servidor de Déu i destructor d'ídols.

Nosaltres, sense portents espectaculars, amb normalitat de vida cristiana ordinària, amb una sembra de pau i d'alegria, també hem de destruir molts ídols: el de la incomprensió, el de la injustícia, el de la ignorància, el de la pretesa suficiència humana que gira arrogant l'esquena a Déu.

No us espanteu, ni tingueu por de res, per més que les circumstàncies en què treballeu siguin tremendes, pitjors que les de Daniel dins el fossat amb aquelles bèsties voraces. Les mans de Déu són sempre poderoses i, si calgués, farien meravelles. Fidels! Amb una fidelitat amorosa,

conscient, alegre, a la doctrina de Crist, persuadits que els anys d'ara no són pas pitjors que els d'altres segles, i que el Senyor és el mateix de sempre.

Vaig conèixer un ancià sacerdot, que afirmava —somrient— de si mateix: *jo sempre estic tranquil, tranquil*. I així hem de trobar-nos sempre nosaltres, ficats en el món, rodejats de lleons famolencs, però sense perdre la pau: tranquils. Amb amor, amb fe, amb esperança, sense oblidar mai que, si convé, el Senyor ja multiplicarà els miracles.

Us recordo que si sou sincers, si us mostreu com sou, si us *deïfiqueu*, a base d'humilitat, no de supèrbia, vosaltres i jo estarem segurs en qualsevol ambient: podrem parlar sempre de victòries, i ens direm vencedors. Amb aquestes íntimes victòries de l'amor de Déu, que

porten la serenitat, la felicitat de l'ànima, la comprensió.

La humilitat ens empenyerà a dur a terme grans empreses; però a condició que no perdem de vista la consciència de la nostra poquedat, amb un convenciment de la nostra pobra indigència que creixi de dia en dia. *Admet sense vacil·lacions que ets un servent obligat a fer un gran nombre de serveis. No et gloriegis d'ésser anomenat fill de Déu* —reconeguem la gràcia sense oblidar la nostra naturalesa-; *no t'envaneixis si has servit bé, perquè has complert allò que havies de fer. El sol fa la seva feina, la lluna obeeix; els àngels compleixen llur missió. L'instrument escollit pel Senyor per als gentils, diu: jo no em mereixo el nom d'Apòstol, perquè he perseguit l'Església de Déu... No pretenguem tampoc nosaltres d'ésser lloats per nosaltres mateixos:[26] pels nostres mèrits, sempre mesquins.*

## Humilitat i alegria

*Deslliureu-me de tot el que hi ha de dolent i pervers en l'home.*[27]

Novament el text de la Missa ens parla de la deïficació bona: destaca davant els nostres ulls la mala pasta de què som fets, amb totes les malvades inclinacions; i en acabat suplica: *emitte lucem tuam*[28] envieu la vostra llum i la vostra veritat que m'han guiat i conduït a la vostra muntanya santa. No em fa res de dir-vos que m'he emocionat en recitar aquestes paraules del Gradual.

¿Com ens hem de capténir per adquirir aquesta *deïficació bona*? Llegim a l'Evangelí que Jesús *no volia anar a Judea perquè els jueus el cercaven per matar-lo*. [29] Ell, que amb un desig de la seva voluntat podria eliminar els seus enemics, també hi posava els mitjans humans. Ell, que era Déu i que en tenia prou

amb una decisió seva per a canviar les circumstàncies, ens ha deixat una lliçó encantadora: no va anar a Judea. *Els seus parents li van dir: no et quedis aquí, i vés-te'n a Judea, perquè també els teus deixebles vegin les obres que fas.*[30] Pretenien que en fes un espectacle. Ho veieu? ¿Veieu què és una lliçó de *deïficació bona* i de *deïficació dolenta*?

*Deïficació bona: que esperin en Vós —canta l'Ofertori— els qui us coneixen, perquè Vós no abandoneu els qui us busquen.*[31] I ve la joia d'aquella terrissa carregada de grapes, *perquè no oblida mai les oracions dels pobles,*[32] dels humils.

No concediu el més petit crèdit als qui presenten la virtut de la humilitat com un apocament humà, o com una condemna perpètua a la tristesa. Sentir-se fang, adobassat amb grapes, és una font contínua d'alegria; significa que hom es

reconeix poca cosa davant de Déu: infant, fill. I, ¿hi ha alegria més gran que la de qui, sabent-se pobre i feble, també se sap fill de Déu? Per què ens entristim els homes? Perquè la vida a la terra no s'esdevé tal com nosaltres personalment ho esperàvem, perquè sorgeixen obstacles que impedeixen o dificulten de tirar endavant cap a la satisfacció d'allò que pretenem.

Res d'això no passa, quan l'ànima viu aquesta realitat sobrenatural de la seva filiació divina. *Si Déu està de part nostra, qui se'ns posarà en contra?*<sup>[33]</sup> Que s'entristeixin els qui s'obstinen a no reconèixer-se fills de Déu, ho he anat dient sempre.

Per acabar, descobrim en la litúrgia d'avui dues peticions que han de sortir com sagetes, de la nostra boca i del nostre cor: *concediu-nos, Senyor Totpoderós, que acomplint sempre els divins misteris meresquem d'acostar-nos als dons celestials.*<sup>[34]</sup> I, us



*preguem, Senyor, que ens concediu de servir-vos constantment segons la vostra voluntat.*[35] Servir, servir, fills meus, això fa per a nosaltres; ésser criats de tothom, per tal que els nostres dies el poble fidel augmenti en mèrits i en nombre.[36]

Mireu Maria. Mai cap criatura no s'ha donat amb més humilitat als designis de Déu. La humilitat de la *ancilla Domini*,[37] de l'esclava del Senyor, és el motiu d'invocar-la com a *causa nostra laetitiae*, causa de la nostra alegria. Eva, després de pecar, havent volgut en la seva follia igualar-se a Déu, s'amagava del Senyor i s'avergonyia: estava trista. Maria, en confessar-se esclava del Senyor, esdevé Mare del Verb diví, i s'omple de goig. Que aquest goig seu, de bona Mare, se'ns aferri a tots nosaltres: que en això *sortim* com Ella —com Santa Maria—, i així ens assemblarem més a Crist.

---

[1] Ps XXVI, 14 (Introit de la Missa).

[2] Ps XXVI, 14 (Introit de la Missa).

[3] Ps XXVI, 14 (Introit de la Missa).

[4] Prv XI, 2.

[5] Lc I, 52.

[6] Lc I, 48.

[7] Lc I, 35.

[8] Phil II, 5-8.

[9] Mt XI, 29.

[10] St. Agustí, *Enarrationes in Psalmos*, XLIX, 19 (PL 36, 577).

[11] Pet V, 5.

[12] Phil III, 21.

[13] Gen III, 5.

[14] Ecclo X, 14.

[15] 1 Ioh II, 16.

[16] Cfr. Ecclo X, 9, 11-12.

[17] Mc X, 43-45.

[18] Mc IX, 32-36.

[19] Mt XXI, 5; Zach IX, 9.

[20] Ioh XIII, 4-5.

[21] Ioh XIII, 12-14.

[22] Ioh XIII, 15.

[23] Ecclo III, 20.

[24] Cfr. Job XXII, 29-30.

[25] 1 Pet V, 8.

[26] St. Ambròs, *Expositio Evangelii secundum Lucam*, VIII, 32 (PL 15, 1774).

[27] Cfr. Ps XLII, 1 (Gradual de la Missa).

[28] Ps XLII, 3 (Gradual de la Missa).

[29] Ioh VII, 1.

[30] Ioh VII, 3.

[31] Ps IX, 11.

[32] Ps IX, 13.

[33] Rom VIII, 31.

[34] Postcomunió de la Missa.

[35] Oració *Super populum*.

[36] Oració *Super populum*.

[37] Lc I, 38.

opusdei.org/ca-ad/article/humilitat/  
(18/04/2025)