

# A humildade

Jesus Cristo, Nosso Senhor, propõe-nos com muita frequência na Sua pregação o exemplo da Sua humildade: aprendei de Mim que sou manso e humilde de coração, para que tu e eu aprendamos que não há outro caminho.

09/01/2018

Jesus Cristo, Nosso Senhor, propõe-nos com muita frequência na Sua pregação o exemplo da Sua humildade: aprendei de Mim que sou manso e humilde de coração, para

que tu e eu aprendamos que não há outro caminho; que só o conhecimento sincero do nosso nada é capaz de atrair sobre nós a graça divina. Por nós, Jesus veio padecer fome e alimentar-nos, veio sentir sede e dar-nos de beber, veio vestir-se da nossa mortalidade e vestir-nos de imortalidade, veio pobre para nos tornar ricos.

### *Amigos de Deus, 97*

A oração é a humildade do homem que reconhece a sua profunda miséria e a grandeza de Deus, a Quem se dirige e adora, de maneira que tudo espera d'Ele e nada de si mesmo.

A fé é a humildade da razão, que renuncia ao seu próprio critério, e se prostra ante os juízos e a autoridade da Igreja.

A obediência é a humildade da vontade, que se sujeita ao querer alheio, por Deus.

A castidade é a humildade da carne, que se submete ao espírito.

A mortificação exterior é a humildade dos sentidos.

A penitência é a humildade de todas as paixões, imoladas ao Senhor.

- A humildade é a verdade no caminho da luta ascética.

*Sulco, 259*

Deus resiste aos soberbos, mas aos humildes dá a Sua graça, ensina o Apóstolo S. Pedro. Em qualquer época, em qualquer situação humana, não existe - para viver vida divina - senão o caminho da humildade. Será que o Senhor se regozija com a nossa humilhação? Não. Que lucraria com o nosso

abatimento Aquele que tudo criou, e mantém e governa tudo o que existe? Deus só deseja a nossa humildade, que nos esvaziemos de nós próprios para Ele nos poder encher; pretende que não lhe levantemos obstáculos, a fim de que - falando ao modo humano - caiba mais graça Sua no nosso pobre coração. Porque o Deus que nos inspira a ser humildes é o mesmo que transformará o nosso corpo de miséria, fazendo-o semelhante ao Seu corpo glorioso, com aquele poder com que pode também sujeitar a si todas as coisas. Nosso Senhor faz-nos Seus, endeusa-nos com um endeusamento bom.

### *Amigos de Deus, 98*

Quanto maior fores, mais te deves humilhar em todas as coisas, e acharás graça diante de Deus. Se formos humildes, Deus não nos abandonará nunca. Ele humilha a altivez do soberbo, mas salva os

humildes. Ele liberta o inocente, que pela pureza das Suas mãos será resgatado. A infinita misericórdia do Senhor não tarda em vir socorrer quem O chama com humildade. E então atua como quem é: como Deus onipotente. Ainda que haja muitos perigos, ainda que a alma pareça acossada, ainda que se encontre cercada por todos os lados pelos inimigos da sua salvação, não perecerá. E isto não é apenas tradição doutros tempos, pois continua a acontecer agora.

### *Amigos de Deus, 104*

Recordo-vos que, se formos sinceros, se nos mostrarmos tal como somos, se nos endeusarmos com humildade, não com soberba, vós e eu manter-nos-emos sempre seguros em qualquer ambiente. Poderemos falar sempre de vitórias e chamar-nos-emos vencedores, com essas íntimas vitórias do amor de Deus que nos

trazem a serenidade, a felicidade da alma, a compreensão.

### *Amigos de Deus, 106*

Queres viver a audácia santa, para conseguir que Deus atue através de ti? Recorre a Maria, e Ela te acompanhará pelo caminho da humildade, de modo que, perante os impossíveis para a mente humana, saibas responder com um "fiat!" - faça-se! - que una a Terra ao Céu.

### *Sulco, 124*

A humildade é outro bom caminho para chegar à paz interior. - Foi Ele que o disse: "Aprendei de Mim, que sou manso e humilde de coração... e encontrareis paz para as vossas almas".

### *Caminho, 607*

A humildade, o exame cristão, começa por reconhecer o dom de

Deus. É algo bem diferente de encolher-se diante do curso que tomam os acontecimentos, da sensação de inferioridade ou de desalento perante a história. Na vida pessoal, e às vezes também na vida das associações ou das instituições, pode haver coisas a mudar, inclusivamente muitas; mas a atitude com que o cristão deve enfrentar esses problemas há de ser, antes de mais, a de se admirar diante da magnitude das obras de Deus, comparadas com a pequenez humana.

### *Temas Atuais do Cristianismo, 72*

Deixa-me que te recorde, entre outros, alguns sinais evidentes de falta de humildade:

- pensar que o que fazes ou dizes está mais bem feito ou mais bem dito do que o que os outros fazem ou dizem;
- querer levar sempre a tua avante;

- discutir sem razão ou, quando a tens, insistir com teimosia e de maus modos;
- dar a tua opinião sem ta pedirem ou sem a caridade o exigir;
- desprezar o ponto de vista dos outros;
- não encarar todos os teus dons e qualidades como emprestados;
- não reconhecer que és indigno de toda a honra e estima, inclusive da terra que pisas e das coisas que possuis;
- citar-te a ti mesmo como exemplo nas conversas;
- falar mal de ti mesmo, para fazerem bom juízo de ti ou te contradizerem;
- desculpar-te quando te repreendem;



- ocultar ao Diretor algumas faltas humilhantes, para que não perca o conceito que faz de ti;
- ouvir com complacência quem te louva, ou alegrar-te por terem falado bem de ti;
- doer-te que outros sejam mais estimados do que tu;
- negar-te a desempenhar ofícios inferiores;
- procurar ou desejar singularizar-te;
- insinuar na conversa palavras de louvor próprio, ou que dão a entender a tua honradez, o teu engenho ou destreza, o teu prestígio profissional...;
- envergonhar-te por careceres de certos bens...

*Sulco, 263*

Padre - comentaste-me -, eu cometo muitos enganos, muitos erros.

- Já sei, respondi-te. Mas Deus Nosso Senhor, que também o sabe e conta com isso, só te pede a humildade de o reconheceres e a luta para retificares, para O servires cada vez melhor, com mais vida interior, com uma oração contínua, com a piedade e com o emprego dos meios adequados para santificares o teu trabalho.

*Forja, 379*

---

pdf | Documento gerado  
automaticamente de [https://  
opusdei.org/pt-br/article/a-humildade-2/](https://opusdei.org/pt-br/article/a-humildade-2/)  
(22/02/2026)