

# Ödmjukhet

“Vi skall tala om ödmjukhet, för det är den dygd som hjälper oss att samtidigt känna igen såväl vårt elände som vår storhet” (S:t Josemaría, Guds vänner, 94).

2021-07-10

Jesus Kristus, vår Herre, föreslår ofta sin ödmjukhet som ett exempel för oss: lär av mig, som har ett milt och ödmjukt hjärta (Matt 11:29). För att du och jag skall veta att det inte finns någon annan väg, att bara den ärliga insikten om vår intighet i sig

innesluter kraften att dra till oss Guds nåd. För vår skull kom Jesus för att själv hungra och ge oss föda, för att själv törsta och ge oss dryck, för att ikläda sig vår dödlighet och kläda oss i odödlighet, han kom fattig för att göra oss rika (Den helige Augustinus, *Enarrationes in Psalmos*, 49, 19).

## **Guds vänner, 97, 2**

Bön är ödmjukheten hos en människa som erkänner sitt djupa elände och Guds storhet. Hon vänder sig till honom och tillber honom, som en som förväntar sig allt från honom och ingenting från sig själv.

Tron är förnuftets ödmjukhet, som avstår från sitt eget omdöme och faller ned inför Kyrkans avgöranden och auktoritet.

Lydnad är viljans ödmjukhet, som underkastar sig vad andra vill, för Guds skull.

Kyskhets är köttets ödmjukhet, som underordnar sig anden.

Yttre "självttukt" är sinnenas ödmjukhet.

Botgöring är alla lidelsers ödmjukhet, som offras åt Herren.

Ödmjukhet är sanningen längs den asketiska kampens väg.

### **Plogfåran, 259**

Gud står emot de högmodiga, men de ödmjuka ger han nåd (1 Pet 5:5), lär oss den helige aposteln Petrus. I alla tider, i alla situationer människor kan befinna sig i, finns det ingen annan väg – för att leva ett gudomligt liv – än ödmjukheten. Gläds kanske Herren åt vår förödmjukelse? Nej. Vad skulle den som har skapat allt, som upprätthåller och regerar allt som existerar, vinna på vår förödmjukelse? Gud önskar bara att vi skall vara ödmjuka, att vi skall

tömma oss på oss själva för att kunna uppfyllas av honom; han begär att vi inte skall sätta upp hinder för att det – i mänskliga termer – skall finnas plats för mer av hans nåd i våra stackars hjärtan. För den Gud som vill att vi skall vara ödmjuka är densamme som skall förvandla denna kropp vi har i vår ringhet så att den blir lik den kropp han har i sin härlighet, ty han har kraft att lägga allt under sig (Fil 3:21). Vår Herre gör oss till sina, han gudomliggör oss med gott gudomliggörande.

## **Guds vänner, 98**

Var ödmjukare ju högre du stiger, så finner du nåd hos Herren (Syr 3:20). Om vi är ödmjuka kommer Gud aldrig att överge oss. Han kväser den högmodige som förhäver sig, men upprättar den ödmjuka. Han räddar den som är utan skuld, den som lever i renhet. Herren är i sin oändliga

barmhärtighet aldrig sen att bistå  
den som åkallar honom ödmjukt.  
Och då handlar han som den han är:  
som Gud den allsmäktige. Även om  
det finns många faror, även om en  
människa känner sig förföljd och ser  
sig omringad från alla håll av sin  
frälsnings fiender, kommer hon inte  
att gå under. Och detta hör inte bara  
svunna tider till: det händer  
fortfarande.

## **Guds vänner, 104**

Jag vill påminna er om att om ni är  
uppriktiga, om ni visar er som ni är,  
om ni blir gudomliggjorda på  
ödmjukhetens och inte högmodets  
grund, så kommer ni och jag att vara  
trygga under alla förhållanden: vi  
kommer alltid att kunna tala om  
segrar och kalla oss segrare. Det  
kommer att vara segrar som äger  
rum i vårt innersta, av kärlek till  
Gud, och skänker själen lugn, lycka  
och förståelse.

## **Guds vänner, 106, 1**

Vill du leva så heligt djärvt att Gud skall kunna verka genom dig? Vänd dig till Jungfru Maria, så kommer hon att följa dig längs ödmjukhetens väg, så att du inför det som är omöjligt för det mänskliga förståndet kan svara med ett fiat - må det ske! - som förenar jorden med Himlen.

## **Plogfåran, 124**

.....

pdf | Dokument automatiskt skapad  
från <https://opusdei.org/sv-se/article/odmjukhet/> (2026-02-16)