

TERAPÉUTICA DE LA CENODOXIA Y DEL ORGULLO: LA HUMILDAD

1. TERAPÉUTICA DE LA CENODOXIA

Al describir la cenodoxia, vimos que es una pasión especialmente sutil, difícil de reconocer, susceptible de revestir múltiples formas y de atacar al hombre desde distintos lados; y que san Juan Clímaco la considera «la más difícil y peligrosa de todas las trampas».

La terapéutica de esta enfermedad resulta, por consiguiente, particularmente delicada, tanto más cuanto que se alimenta de aquello mismo que se hace para combatirla, y se halla reforzada por su derrota, como explica san Juan Casiano: «Todos los vicios, una vez dominados, se marchitan y cuando han sido vencidos se debilitan de día en día... La cenodoxia, tras ser abatida, vuelve a levantarse para combatir con mayor violencia y, cuando la creemos extinguida, se apoya en su derrota para incrementar su fuerza. Los otros vicios no atacan generalmente más que a aquellos a los que ya han vencido; pero este persigue más sañudamente a sus vencedores y, cuanto más enérgicamente ha sido aplastado, más se aprovecha del orgullo de su vencedor para atacarlo más violentamente». De este modo, «la cenodoxia... embauca más cruelmente a aquellos que no se la esperan y no están sobre aviso»¹.

El que emprenda la terapéutica de la cenodoxia deberá, pues, dar prueba de principio a fin de un gran discernimiento espiritual y de una constante vigilancia².

Un conocimiento detallado de la pasión, de sus múltiples facetas, de sus rodeos y de sus trampas, y también de los medios que permiten desbaratar sus artimañas, constituye desde el comienzo un elemento fundamental, tanto de su profilaxis como de su terapéutica, que los Padres consideran necesario poner a disposición de aquellos que van a ser instruidos por ellos, como subraya san Juan Casiano: «Lo mismo que los

1. Juan Casiano, *Instituciones cenobíticas*, XI, 7; 9.

2. Cf. Juan Casiano, *Instituciones cenobíticas*, XI, 4; 19; Juan Clímaco, *Escala*, IV, 90; Juan de Gaza, *Cartas*, 324.

médicos más experimentados no se contentan generalmente con curar las enfermedades presentes, sino que, con su sabia experiencia, toman la delantera a las enfermedades futuras y las previenen mediante prescripciones y remedios saludables, así también estos auténticos médicos de las almas, destruyendo de antemano en la conferencia espiritual, como por un antídoto celestial, las enfermedades del corazón antes de que aparezcan y no dejando que se desarrollen en el espíritu de los jóvenes, les desvelan tanto la causa de las pasiones que los amenazan como los remedios que procuran la salud». «Mientras ellos exponen las ilusiones de todas las pasiones, las propias de los principiantes y las de los fervorosos, los jóvenes aprenden los secretos de sus combates, que ven como en un espejo, enterándose de las causas y los remedios de los vicios que los sacuden, y saben también, antes de que se produzcan, cómo tienen que precaverse contra los combates por venir y cómo hacerles frente luchando contra ellos»³.

El hombre estará estimulado para combatir esta pasión si toma conciencia de los riesgos que ella le hace correr, especialmente el perder totalmente el beneficio de las penas que ha soportado hasta entonces, así como todas las virtudes que ha podido adquirir, y el verse finalmente reducido a nada, según la palabra del salmista: «El Señor dispersa los huesos de quienes quieren complacer a los hombres» (Sal 52, 6). Así pues, contribuyen a la lucha la meditación y el miedo al juicio divino sobre el presente y el futuro⁴, juicio que nos revela en particular estas palabras de Cristo: «El que se ensalce será humillado» (Lc 14, 11).

Puesto que la cenodoxia es búsqueda de la gloria humana, mundana y terrena, el hombre que quiera vencer esta pasión debe reconocer la vanidad de semejante gloria, tomando conciencia sobre todo de la inconsistencia de sus fundamentos y del nulo valor de los objetivos que persigue, como subrayan los Padres repetidamente⁵. La muerte revela la medida justa de la vanidad y del nulo valor de las cosas humanas que la cenodoxia tiene por objeto, al mismo tiempo que es el momento crucial en el que se notifica al hombre el juicio divino. Por eso la «memoria de la muerte» es también un arma eficaz contra esta pasión⁶.

Puesto que la cenodoxia es búsqueda de consideración, de renombre, de honor y de gloria, conviene renunciar a todo aquello que puede

3. Juan Casiano, *Instituciones cenobíticas*, XI, 17, 1-2.

4. Cf. Juan Casiano, *Instituciones cenobíticas*, XI, 19; Juan Climaco, *Escala*, XXI, 41; Macario de Egipto, *Homilias*, colección II, LV, 4.

5. Cf. Juan Crisóstomo, *Homilias sobre la Epístola a los hebreos*, IX, 5; *Homilia sobre estas palabras 'No temáis...'*, I, 1; *Comentario a san Mateo*, LXV, 5; *Comentario al salmo 4*, 6.

6. Cf. Juan Climaco, *Escala*, XXI, 41; Macario de Egipto, *Homilias*, colección II, LV, 4.

ser fuente u ocasión de ello. Hay que huir de aquellos que están manifestamente bajo su influencia⁷ y constituyen un ejemplo nefasto. Hay que rechazar para uno mismo cualquier función honrada por los hombres a causa sobre todo del poder o del prestigio que confiere, y rehusar cualquier distinción susceptible de atraer sobre uno la admiración o la alabanza. Como la cenodoxia es el deseo de ser notado, conviene incluso evitar lo que puede singularizarnos, tanto en nuestras palabras como en nuestros actos y nuestros comportamientos. El que quiere librarse de la cenodoxia debe, por el contrario, hacer lo que sea para permanecer ignorado por los hombres. La elección de una condición oscura, y también la búsqueda de la soledad pueden contribuir a ello⁸.

Hemos visto que la cenodoxia consiste en elevarse no solo por «bienes» mundanos, sino también por bienes espirituales, en jactarse ante los demás o ante uno mismo de las propias ascesis y virtudes. Esta es la forma más sutil de la pasión, y también la más temible, que no cesa de acechar al hombre espiritual y debe ser combatida de muchos modos.

Dado que la cenodoxia espera admiración y alabanza por parte de los demás, conviene no dejar ver nada de la propia ascesis ni de las virtudes que se poseen, ni de los actos que las manifiestan⁹. San Máximo escribe: «La cenodoxia se suprime mediante la acción oculta»; y también: «Es un duro combate el de la cenodoxia. Se libra uno de ella mediante la práctica oculta de las virtudes...». Debemos, en efecto, controlar cuidadosamente nuestro comportamiento y nuestras palabras, para no dejar que se muestre nada de nuestro estado exterior, y no revelar nada de nuestra vida espiritual. De modo que san Juan Clímaco aconseja: «Afánate en tu alma sin manifestarlo para nada en tu cuerpo, ni por tu apariencia externa, ni por una palabra, ni por un sobreentendido»; «doquiera que vayas, esconde tu manera de vivir»; y más adelante escribe: «El comienzo de la victoria contra la cenodoxia es la vigilancia de los labios». Esto implica *a fortiori* negarse a enseñar a los demás e incluso a anunciar la palabra, como subraya san Macario el Grande: «Aquel a quien le ruegan que hable y le obligan a anunciar la palabra, debe entristecerse, huir de ello como del fuego y rechazar el pensamiento a fin de escapar de él y no caer en la cenodoxia a causa de su palabra»¹⁰. Y cita el ejemplo de Moisés que, cuando Dios le pidió que anunciara la palabra a Israel, se excusó diciendo: 'No soy capaz de hablar' (cf. Ex 4, 10);

7. Cf. Isaac de Nínive, *Discursos ascéticos*, 5.

8. Cf. Juan Casiano, *Instituciones cenobíticas*, XI, 18-19; Juan Clímaco, *Escala*, IV, 90; XI, 6; XXI, 19; Macario de Egipto, *Homillas*, colección III, XXI, 3, 2; *Apotegmas*, Arm II, 250.

9. Cf. Juan Crisóstomo, *Comentario a san Mateo*, XIX, 2.

10. Máximo el Confesor, *Centurias sobre la caridad*, III, 62; IV, 43; Juan Clímaco, *Escala*, IV, 91; XXI, 36 y 39; Macario de Egipto, *Homillas*, colección II, LV, 2.

de Jeremías, que se excusó también diciendo: 'Soy un niño y no puedo hacerlo' (cf. Jr 1, 6); y de san Pablo, que escribió: 'Este ministerio se me ha confiado a mi pesar' (1 Cor 9, 17). En los *Apotegmas* encontramos innumerables ejemplos de Padres que se niegan de este modo a hablar o que no responden a las cuestiones de los que acuden a preguntarles hasta que les insisten largamente.

El que quiera vencer la cenodoxia no solo debe ocultar sus eventuales ascesis, virtudes y sabiduría, sino que además debe no ocultar sus faltas a los demás, con la condición, no obstante, de que eso no les cause perjuicio. San Juan Clímaco aconseja: «No escondas una falta humillante con el pretexto de evitar el escándalo; pero quizá no es apropiado usar este remedio en todos los casos; depende de la naturaleza de la falta». En general, y este es un remedio fundamental contra la cenodoxia, el hombre debe aceptar ser humillado, y hasta buscar lo que es susceptible de acarrearle el desprecio. «El comienzo de la victoria sobre la cenodoxia es... el amor a las humillaciones», escribe el mismo autor. Por eso aconseja un anciano: si el diablo «viene a extraviarte en la cenodoxia, realiza una acción o toma ante los hombres una actitud tal que ellos te desprecien. Pues, sábelo bien, Satán nada siente tanto como que el hombre desee la humillación y el desprecio». Y san Juan Clímaco indica que «Dios se regocija cuando nos ve correr al encuentro de las humillaciones, para reprimir, golpear y aniquilar nuestra vana autoestima». Él mismo revela que algunos abades o padres espirituales llegan a humillar a aquellos que no lo hacen por sí mismos, con el fin de curarlos de la cenodoxia: «Habiendo observado que a algunos les gustaba exhibirse cuando los seculares acudían al monasterio, el médico les infligía ante los visitantes las más graves injurias y les encargaba las tareas más humillantes». Dios mismo puede utilizar también la humillación con el mismo objetivo, como observa además este autor: «El Señor conduce a menudo a los vanidosos a la ausencia de vanagloria por medio de alguna humillación que les ocurre»¹¹.

Así pues, el hombre debe ver en las diversas humillaciones que sufre (desprecio, injurias, etc.) unos remedios providenciales, y a aquel que le ha afligido, herido, despreciado o insultado, a un médico que le ha revelado su enfermedad y le ha proporcionado los medios para curarse de la cenodoxia. Por eso aconseja un Padre: «Si alguno conserva el recuerdo del hermano que lo ha afligido, herido o insultado, debe acordarse de él como de un bienhechor. Pues si en estas circunstancias te entristeces, es que tu alma está enferma. En efecto, si no estuvieras enfermo, no sufrirías. Debes, pues, dar gracias a este hermano, puesto que gracias

11. Juan Clímaco, *Escala*, XXI, 39-38; XXV, 42; IV, 36; *Apotegmas*, N 592/ 54.

a él conoces tu enfermedad, rezar por él y recibir lo que procede de él como remedios que el Señor te envía. Si, por el contrario, te enfadas con él, es como si dijeras a Jesús: 'No quiero recibir tus remedios; prefiero que la gangrena se introduzca en mis heridas'». Y más adelante: «Si quieres curarte de estas terribles heridas del alma, debes soportar lo que el médico te impone. En efecto, el que tiene el cuerpo enfermo no sufre una amputación o toma una purga por gusto, e incluso conserva un mal recuerdo de ello; y, sin embargo, convencido de que sin estos tratamientos no podría verse libre de su enfermedad, soporta lo que le impone el médico. Sabe que con una pequeña molestia se librará de una larga enfermedad. El cauterio de Jesús es aquel que, insultándote o perjudicándote, te libera de la vanagloria». Y dice refiriéndose a sí mismo: «Yo no acuso a los que me hacen reproches, sino que los nombro mis bienhechores, y no rechazo al médico de las almas, que proporciona un remedio humillante a mi alma impura y orgullosa»¹².

La señal de que el hombre se ha curado de la cenodoxia es que ya no experimenta pena por ser humillado en público, ni siente rencor hacia quien le ha ofendido, despreciado o insultado, hacia quien ha hablado o sigue hablando mal de él, sino, por el contrario, le da gracias como a un bienhechor, según el ejemplo del anciano antes citado. En esta perspectiva podemos comprender la afirmación de san Máximo de que «el amor al prójimo... vuelve indiferente la gloria»¹³.

Asumir, e incluso buscar las humillaciones, cura al hombre de la cenodoxia, por cuanto esta busca la gloria mundana, la admiración o simplemente la estima de los demás. Pero la cenodoxia es también una pasión por la cual el hombre se estima, se admira y se honra a sí mismo, y se glorifica ante sus propios ojos. Para combatirla a este nivel, el hombre debe primero no dar importancia a su ascesis y sus virtudes, esconder a sus propios ojos lo que él tiene de bueno y lo que él hace bien. San Juan Crisóstomo hace notar que Cristo, «tras censurar la vanidad..., proporciona el remedio para un alma afectada de este mal [ordenando]...: 'Que tu mano izquierda no sepa lo que hace tu mano derecha' (Mt 6, 3)»¹⁴.

Aun cuando hubiera cumplido por entero la voluntad de Dios, el hombre debería, como recomienda Cristo (Lc 17, 10), considerarse un siervo inútil, que no ha hecho sino lo que debía hacer: también este es un medio que ofrecen los Padres para evitar la cenodoxia¹⁵.

12. *Apotegmas*, XVI, 17-19.

13. Máximo el Confesor, *Centurias sobre la caridad*, IV, 75 (cf. 43). Cf. Juan Climaco, *Escala*, XXI, 39.

14. Cf. Juan Crisóstomo, *Comentario a san Mateo*, XIX, 2.

15. Cf. *Apotegmas*, N 299.

Pero, mucho antes, el hombre debe examinar su conciencia y considerar hasta qué punto está lejos de haber cumplido todos los mandamientos¹⁶. Y todavía antes, debe recordar sus pecados y llorar por ellos, lo cual cortará de raíz la cenodoxia, tanto en relación consigo mismo como en relación con los demás. «Si no perdemos de vista nuestros pecados, los bienes externos no podrán nunca hinchar nuestras almas. Las riquezas, el poder, el rango supremo, las dignidades y los honores no tendrán ninguna influencia sobre nosotros», hace notar san Juan Crisóstomo. Y san Juan Clímaco aconseja: «Cuando nuestros adulares... comienzan a alabarnos, traigamos brevemente a nuestra memoria la multitud de nuestros pecados, y nos reconoceremos indignos de lo que se dice o se hace en nuestro honor»¹⁷.

Observemos, por último, el papel esencial que juega la oración en la curación de la cenodoxia¹⁸, como en la de toda pasión. Por la oración el hombre recibe de Dios la ayuda sin la cual es impotente para vencer ninguna pasión. Pero en el caso de la cenodoxia recibe además el discernimiento que necesita para desbaratar todas las trampas que ella le tiende. La oración le permite igualmente desasirse de este mundo, que es el objeto de la cenodoxia, y unirse a Dios. Le permite, en fin, glorificar a Dios, reconociendo que «a Él le corresponden toda gloria, honor y adoración».

Hemos señalado que la gloria que viene de los hombres y la gloria que procede de Dios son antagonistas y se excluyen la una a la otra. Si el hombre debe renunciar a toda gloria humana, es para poder tener acceso a la gloria divina, a la que su naturaleza le destina. Mientras permanece apegado a la gloria terrena, no puede de ninguna manera gozar de la gloria celestial. «Como el fuego no engendra la nieve, así los que buscan la gloria aquí abajo no gozarán de ella allá arriba», indica san Juan Clímaco. Por eso la humillación es la vía obligada, la condición indispensable para participar en la gloria divina. Un anciano aconseja: «Si quieres que Dios te conozca, permanece ignorado por los hombres». El hombre, como hemos visto, tiende por naturaleza a la gloria, pero la gloria que viene de Dios es la única que le conviene verdaderamente. Así pues, debe gloriarse solo en Dios, según las palabras del apóstol: «Nosotros nos gloriamos en Jesucristo y no ponemos nuestra confianza en la carne» (Flp 3, 3), y según la promesa de Dios: «Glorificaré a quienes me glorifican» (1 Re 2, 30). La búsqueda de la

16. *Ibid.*

17. Juan Crisóstomo, *Homilias sobre la Epístola a los hebreos*, IX, 5; Juan Clímaco, *Escala*, XXI, 42 (cf. 41).

18. Cf. *ibid.*, 41; Máximo el Confesor, *Centurias sobre la caridad*, IV, 43.

«gloria según la carne» (2 Cor 11, 18) debe ser sustituida por «la gloria que viene sólo de Dios» (Jn 5, 44). De modo que Orígenes aconseja: «Despreciad toda gloria procedente de los hombres, para no buscar más que aquella que merece verdaderamente ese nombre, gloria que solo Dios dispensa a quienes son dignos de ella»¹⁹.

Cuanto más tiende el hombre a la gloria divina, más se desinteresa de la gloria que viene de los hombres. Por eso, el amor a Dios y a su gloria aparece como un medio para librar el alma de la cenodoxia. Así pues, san Juan Clímaco aconseja: «Esforcémonos por no gozar sino de la gloria de arriba. En efecto, quien ha gustado de ella despreciará cualquier gloria terrena»²⁰.

No por ello deja de ser cierto que el antídoto específico de la cenodoxia es la humildad. Y así, san Doroteo de Gaza escribe: «El médico de nuestras almas es Cristo, que lo sabe todo y da a cada pasión el remedio apropiado, quiero decir, sus mandamientos: contra la cenodoxia, la humildad». San Juan Casiano aconseja a propósito de la cenodoxia: «Aplicad al miembro o a la parte del alma que... está especialmente herida el remedio de la verdadera humildad». San Juan Clímaco escribe: «Desde el momento en que... la santa humildad empieza a florecer en nosotros, nos ponemos de inmediato... a odiar toda gloria y toda alabanza humana». Y san Máximo dice: «La humildad libera al espíritu... de la cenodoxia»²¹. Y veremos a continuación que muchos de los medios que los Padres recomiendan para luchar contra la cenodoxia son medios que recomiendan para adquirir la humildad.

2. TERAPÉUTICA DEL ORGULLO

Al examinar la cenodoxia y el orgullo, vimos que estas pasiones están tan próximas que algunos Padres no consideran indispensable examinarlas por separado. Nosotros, siguiendo el ejemplo de otros, hemos considerado que era útil distinguirlas y presentar las características específicas de cada una de ellas. Esto implica que examinemos también por separado su terapéutica. No obstante, su proximidad hará inevitable que se den coincidencias y repeticiones.

La terapéutica del orgullo, igual que la de la cenodoxia, supone previamente un conocimiento detallado de la pasión, si bien el orgullo no

19. Juan Clímaco, *Escala*, recapitulación, 35; *Apotegmas*, Arm II, 250; Orígenes, *Tratado de la oración*, 19.

20. Juan Clímaco, *Escala*, XXI, 29.

21. Doroteo de Gaza, *Instrucciones espirituales*, XI, 113 (cf. II, 29); Juan Casiano, *Conferencias*, XXIV, 16 (cf. 15); Juan Clímaco, *Escala*, XXI, 4; Máximo el Confesor, *Centurias sobre la caridad*, I, 80.

es tan sutil, multiforme y engañoso como la cenodoxia. De este modo san Juan Casiano, que considera que la nosología es un elemento fundamental de la terapéutica de la cenodoxia, subraya a propósito del orgullo que es importante conocer sobre todo su etiología: «Aprenderemos cómo evitar el veneno tan peligroso de esta enfermedad buscando su causa y su origen. En efecto, las enfermedades no podrán curarse nunca, ni se podrán encontrar los remedios para los problemas de salud, si antes no se buscan mediante una investigación minuciosa sus orígenes y sus causas»²².

En todo caso, el conocimiento general de la enfermedad ofrece al hombre la posibilidad de reconocer en él esta pasión, tan propensa a hacerse ignorar u olvidar. Es obvio que tal reconocimiento es una condición de la terapéutica, pues quien no se siente enfermo no busca curarse. Y san Juan Clímaco observa a propósito de aquellos que están ciegos hasta tal punto de que no tienen conciencia del orgullo que los habita: «Habrá poca esperanza de salvación para estos enfermos»²³.

La vigilancia y el discernimiento permiten descubrir la enfermedad desde sus primeras manifestaciones, y evitar que adquiera una amplitud tal que se vuelva casi incurable. Así pues, escribe san Juan Casiano: «Podremos salir totalmente indemnes de esta enfermedad mortal si no esperamos para mantenernos en guardia que sus peligrosos asaltos le hayan dado ya poder sobre nosotros; pero necesitamos que un sabio y prudente discernimiento prevenga lo que podríamos llamar sus avanzadillas»²⁴. Mientras la enfermedad no rebasa ciertos límites, su terapéutica permanece accesible a los esfuerzos humanos, que deben actuar entonces en varias direcciones.

Pueden contribuir a vencerla saber que el orgullo, como la cenodoxia, hace vanos todos nuestros esfuerzos presentes o pasados, y quita todo valor a las virtudes que podemos tener; y ser conscientes del rigor del juicio divino respecto a los orgullosos, y de la privación de gracia y de las penas que se derivan de esta pasión²⁵. De modo que san Basilio, a la pregunta: «¿Cómo puede curarse el orgulloso?», contesta: «Se cura por la fe en Aquel que ha dicho: ‘El Señor se opone a los orgullosos y da su gracia a los humildes’ (Sant 4, 6), es decir, por el temor de la sentencia a la que se exponen por el orgullo». Cristo mismo insiste en señalar las consecuencias nefastas del orgullo, diciendo en numerosas ocasiones: «El que se eleve será rebajado» (Mt 23, 12; Lc 14, 18), e indicando que el fariseo, a pesar de sus virtudes, no será justificado a causa

22. Juan Casiano, *Instituciones cenobíticas*, XII, 4, 2 (cf. XI).

23. Juan Clímaco, *Escala*, XXII, 14-15.

24. Juan Casiano, *Instituciones cenobíticas*, XII, 29.

25. Cf., por ejemplo, Juan Crisóstomo, *Homilias sobre 2 Tesalonicenses*, I, 2.

de su orgullo (cf. Lc 18, 9-14). Pero, como indica san Basilio, el temor de Dios no basta para tratar la enfermedad. Puesto que el orgullo consiste en general en elevarse uno mismo en relación con los demás hombres y en relación con Dios, no podremos curarnos de él más que esforzándonos por evitar elevarnos en todas las circunstancias, destruyendo la disposición habitual (ἔξις) de la pasión mediante una deshabitación progresiva de la actitud que la caracteriza, lo cual implica dar pruebas de una constante vigilancia interior, y también evitar frecuentar a los hombres que están claramente bajo el poder de esta pasión. Por eso san Basilio completa así su respuesta: «No podemos liberarnos de esta pasión más que absteniéndonos de cualquier ejercicio de superioridad, igual que no se olvida una lengua o un arte más que cesando por completo, no solo de practicarlo o de hablar uno mismo, sino también de oír hablarlo y de ver practicarlo a otros»²⁶.

Nos ayudará en esta tarea la consideración de la vanidad y del nulo valor de las cosas sobre las cuales el hombre, en la pasión, funda su superioridad: la inestabilidad de todas las cosas humanas, la fugacidad de las riquezas y del poder, la debilidad y fragilidad del hombre mismo, sometido en este mundo a la enfermedad, el envejecimiento y la muerte y que, sin Dios, no es sino «polvo y ceniza, sombra y humo»²⁷.

El orgullo se traduce en una serie de actitudes: confianza en uno mismo, autosatisfacción, arrogancia, seguridad, pretensión de saber, confianza en el propio juicio, certeza de tener razón, manía de justificarse, espíritu de contradicción, voluntad de enseñar y de mandar, negativa a obedecer... El hombre podrá combatir el orgullo en este terreno esforzándose por adoptar las actitudes contrarias: odiar la propia voluntad, desconfiar de su propio juicio, evitar la autojustificación, censurarse a uno mismo, no contradecir, renunciar a enseñar y a mandar; actitudes que se hallan todas realizadas en la obediencia al Padre espiritual, y que permiten al hombre, como dice san Doroteo de Gaza, «recuperarse y volver al estado natural»²⁸.

Para evitar la primera forma de orgullo, que consiste en considerarse superior a los demás o, por lo menos a algunos, y en despreciarlos, el hombre deberá esforzarse ante todo por advertir en ellos en qué le son superiores, en negarse a ver sus defectos y en valorar sus cualidades²⁹. Especialmente, podemos decir con san Máximo que «la caridad supri-

26. Basilio de Cesarea, *Pequeñas reglas*, 35.

27. Cf. Juan Crisóstomo, *Homilias sobre los Hechos de los apóstoles*, XXX, 3; *Homilias sobre 2 Tesalonicenses*, I, 2; *Homilias sobre Ozías*, IV, 4; *Comentario a san Juan*, XXXIII, 3.

28. Doroteo de Gaza, *Instrucciones espirituales*, I, 10. Cf. también Juan Climaco, *Escala*, XXII, 15; 31.

29. Cf., por ejemplo, Juan Crisóstomo, *Homilias sobre 2 Tesalonicenses*, I, 2.

me el orgullo». El hombre deberá llegar incluso a considerarse inferior a todos, como enseña san Doroteo de Gaza: «Mantenerse por debajo de todos [se opone] a la primera forma de orgullo. En efecto, el que se pone por debajo de todos, ¿cómo podría creerse más grande que su hermano, elevarse en algo, censurar o despreciar a alguien?»³⁰.

El recuerdo de sus pecados contribuye a quitar del hombre el sentimiento de su superioridad, revelándole su miseria espiritual³¹. Su orgullo se reduce tanto más cuanto que esta conciencia va acompañada de compunción y de autocensura³².

La aceptación, e incluso la búsqueda de humillaciones bajo diversas formas, permiten igualmente curarse de la pasión. San Doroteo de Gaza escribe: «Cree que desprecio y ultrajes son remedios contra el orgullo de tu alma, y ruega por aquellos que te maltratan, como si se tratara de verdaderos médicos»³³.

Vivir ignorado por los hombres ayuda a tratar la forma de orgullo más exterior, como subraya san Juan Clímaco: «El orgullo visible se cura mediante una situación oscura»³⁴.

Llevar una vida ruda y humillante contribuye también a combatir esta enfermedad. Hemos visto, en efecto, en el capítulo dedicado a la ascesis corporal, cómo el alma, en cierta manera, se ve afectada por lo que el cuerpo hace o padece; y cómo, más en general, las condiciones materiales de la existencia del hombre poseen cierta incidencia sobre su estado interior. Las penas corporales y las distintas dificultades que el hombre puede verse llevado a soportar en su cuerpo lo purifican de su pasión en la medida en que le hacen constatar su debilidad y su fragilidad, y reducen la ilusión de autosuficiencia vinculada al orgullo.

En la medida en que el orgullo consiste en pensar que uno se eleva por las cualidades naturales que posee, el remedio se halla en reconocer que todo bien procede de Dios y que toda cualidad tiene su fuente en el Creador de nuestra naturaleza. Respecto a esto conviene meditar estas palabras del apóstol: «¿Qué te distingue? ¿Qué tienes tú que no hayas recibido? Y si lo has recibido, ¿por qué te glorías como si no lo hubieras recibido?» (1 Cor 4, 7). En esta perspectiva, Evagrio hace observar al orgulloso: «Eres una criatura de Dios; no repudies a tu Creador». Y san Juan Clímaco indica: «Todo lo que te ha sucedido desde que na-

30. Máximo el Confesor, *Centurias sobre la caridad*, IV, 61; Doroteo de Gaza, *Instrucciones espirituales*, II, 38.

31. El recuerdo de las faltas es uno de los principales remedios que da Evagrio contra el orgullo (cf. *Tratado práctico*, 33).

32. Cf. Juan Clímaco, *Escala*, XXII, 31; Doroteo de Gaza, *Instrucciones espirituales*, I, 10.

33. Doroteo de Gaza, *Cartas*, 2.

34. Juan Clímaco, *Escala*, Recapitulación, 13; cf. XXII, 15.

ciste, igual que el mismo nacimiento, te lo ha dado Dios»; y también: «Cuando nuestro pensamiento deja de elevarse a propósito de los bienes naturales, es señal de que comienza a recobrar la salud»³⁵.

Sin embargo, el orgullo consiste sobre todo, para el espiritual, en elevarse a causa de sus virtudes. El remedio consistirá entonces en acordarse de sus pecados, a lo que ya nos referimos al tratar de la primera forma de orgullo. Suponiendo que sus virtudes sean reales, el que se engríe tomará así fácilmente conciencia de su mediocridad y reducirá la pasión al considerar la perfección de los santos, lo cual se verá favorecido por la lectura frecuente de las vidas de los Padres³⁶.

En cualquier caso, el remedio fundamental consiste en reconocer que «toda gracia excelente y todo don perfecto descienden de lo alto, del Padre de las luces» (Sant 1, 17) y en atribuir a Dios todo lo bueno que se haya podido hacer, todas las virtudes que se poseen y todos los buenos actos y buenos pensamientos que proceden de ellas³⁷. Conviene meditar aquí además las palabras del apóstol antes citadas, como aconseja san Juan Clímaco parafraseándolas: «¿Qué tienes tú que no hayas recibido como un don gratuito, ya sea de Dios mismo, ya por la ayuda y las oraciones de los otros?». Evagrio hace notar asimismo: «No tienes nada que no hayas recibido de Dios... Reconoce a quien te ha dado y deja de ensalzarte... Dios te ha ayudado; no reniegues de tu bienhechor». Y san Juan Casiano enseña: «Podremos escapar de la red que este espíritu nos tiende con su maldad si, a propósito de cada una de las virtudes en las que tenemos la impresión de haber progresado, decimos con el apóstol: 'No soy yo, sino la gracia de Dios conmigo', y: 'Por la gracia de Dios soy lo que soy' (1 Cor 15, 10)». Las mismas facultades por las cuales ejercitamos la ascesis y practicamos las virtudes son atribuibles a Dios. Así, Juan Clímaco escribe con ironía: «De todas las virtudes que has adquirido, solo las que has adquirido sin ayuda de tu inteligencia te pertenecen, pues tu inteligencia te la ha dado Dios. De todas las victorias que has logrado, solo las que has logrado sin la cooperación de tu cuerpo son resultado de tu esfuerzo, pues tu cuerpo es obra de Dios, no tuya»³⁸. Y las fuerzas que ponen en movimiento nuestras facultades, el principio mismo de todos nuestros actos tienen su fuente primera en Dios, como enseña el apóstol: «Dios es quien produce en vosotros el querer y el hacer, según su benevolencia» (Flp 2, 13).

35. Evagrio Pónico, *De los ocho espíritus de malicia*, 17; Juan Clímaco, *Escala*, XXV, 22.

36. Cf. Juan Casiano, *Instituciones cenobíticas*, XII, 15; Juan Clímaco, *Escala*, XII, 15; 21.

37. Cf. Máximo el Confesor, *Centurias sobre la caridad*, III, 62.

38. Juan Clímaco, *Escala*, XV, 79; XXII, 16; Evagrio Pónico, *De los ocho espíritus de malicia*, 17; Juan Casiano, *Instituciones cenobíticas*, XII, 9.

El remedio consiste también en reconocer que cualquier progreso espiritual que hayamos podido realizar ha sido gracias a Dios; en sentir que sin la ayuda de Dios somos incapaces de hacer nada bueno ni de conservar los bienes espirituales que hayamos podido adquirir; en considerar que nuestros esfuerzos y nuestros trabajos, aunque indispensables, no bastan sin embargo para obtener nada, sino que todo nos es dado por Dios, sin cuya gracia nos vemos reducidos a una completa impotencia; en tener una conciencia permanente de que «eso no depende del que quiere, ni del que corre, sino de Dios» (Rom 9, 16) y de que «si el Señor no construye la casa, en vano se cansan los albañiles; si el Señor no guarda la ciudad, en vano vigila el centinela toda la noche» (Sal 126, 1). Juan Casiano aconseja: «En cada una de nuestras acciones tenemos, no solo que sentir, sino también que reconocer: ‘Yo no puedo hacer nada por mí mismo. El Padre que está en mí es quien actúa’ (Jn 5, 30; 10, 14)». El remedio consiste, en fin, en tomar conciencia de que sin el auxilio y la protección de Dios estaríamos sumergidos por las fuerzas del mal y cederíamos a los ataques repetidos de nuestros enemigos. El mismo autor aconseja: «Aprendamos, sintiendo en cada acción nuestra debilidad y su ayuda, a proclamar cotidianamente: ‘Me empujaron para hacerme caer, pero el Señor me sostuvo; mi fuerza y mi alabanza es el Señor: Él fue mi salvación’ (Sal 117, 13-14)»³⁹.

La oración, en especial si es permanente, constituye un remedio fundamental contra el orgullo en la medida en que el hombre, cuando reza, pide la ayuda, el auxilio y la protección de Dios y, por consiguiente, no puede no tener conciencia de que lo que obtiene en respuesta a su oración viene de Dios como un don, y no es atribuible a sus propias fuerzas ni a sus propios méritos. La oración de acción de gracias permite igualmente vencer la pasión en la medida en que, con ella, el hombre que la practica con un corazón roto y contrito, y no a la manera del fariseo, reconoce inmediatamente que es Dios, y no él mismo, el principio y el fin de los bienes que posee, y entonces no se considera más que como el indigno depositario de estos. Lo explica san Doroteo de Gaza: «La oración continua... se opone a la segunda clase de orgullo... El que ruega a Dios sin cesar conoce la fuente de cualquier buena obra que le sea dado realizar, y no puede concebir orgullo por ella ni atribuirla a sus propias fuerzas. Atribuye a Dios toda obra buena, y no deja de darle gracias y de invocarlo, temiendo que la pérdida de semejante auxilio deje aparecer su propia debilidad y su impotencia». Pero, bien entendido, el papel de la oración es también pedir la ayuda de Dios para sanar

39. Juan Casiano, *Instituciones cenobíticas*, XII, 17. En esta obra, el autor desarrolla extensamente este punto, XII, 9-15. Cf. también Evagrio Pónico, *Tratado práctico*, 33; *De los ocho espíritus de malicia*, 17.

de esta pasión misma del orgullo que, más que las otras pasiones, puede sustraerse totalmente a la acción terapéutica de los hombres, como señala en numerosas ocasiones san Juan Clímaco: «El orgullo invisible solo puede curarlo Aquel que es eternamente invisible»; «los hombres pueden curar a los voluptuosos; los ángeles, a los malvados; pero a los orgullosos, únicamente Dios»⁴⁰.

La mayoría de los medios que hemos ido presentando para curar el orgullo son también, como veremos, medios para adquirir la humildad. Pues la humildad constituye en realidad el principal remedio del orgullo, por cuanto es la virtud que se le opone y que está llamada a sustituirlo. En este sentido, san Gregorio de Nisa señala: «La humildad arruinará la soberbia, la modestia curará el orgullo malsano». San Barsanufio escribe: «Nuestro gran y celestial médico nos ha dado remedios y cataplasmas... Ante todo, nos ha dado la humildad, que destierra todo orgullo». San Juan Casiano apunta: «El creador del universo y su médico, Dios, sabiendo que el orgullo es la causa de las enfermedades más graves, se preocupa de curar los contrarios mediante los contrarios, de modo que lo que había caído por el orgullo vuelva a levantarse por la humildad»; y en otro lugar: «Si la peste infecciosa infecta la parte racional, engendra en ella la cenodoxia, el encumbriamiento, el orgullo, la presunción... Aplicad, pues, al miembro o a la parte de vuestra alma que hemos dicho que está especialmente herida, el remedio de la verdadera humildad». San Doroteo de Gaza se expresa en términos semejantes: Cristo «nos muestra la causa que conduce al desprecio y a la transgresión de los preceptos de Dios; de este modo nos proporciona el remedio para que podamos obedecer y salvarnos. ¿Cuál es, pues, este remedio y cuál es la causa del desprecio? Escuchad lo que dice nuestro Señor mismo: 'Aprended de mí, que soy manso y humilde de corazón, y encontraréis reposo para vuestras almas' (Mt 11, 29). He aquí que brevemente, en pocas palabras, nos muestra la raíz y la causa de todos los males, así como su remedio, causa de todos los bienes; nos muestra que es el engrimiento lo que nos ha hecho caer, y que es imposible obtener misericordia si no es por medio de la disposición contraria, que es la humildad»⁴¹.

40. Doroteo de Gaza, *Instrucciones espirituales*, II, 38; Juan Clímaco, *Escala*, Re-capitulación, 13; XXVI, 164 (cf. XXII, 10; 30). Cf. Juan Casiano, *Instituciones cenobíticas*, XII, 18.

41. Gregorio de Nisa, *Homilias sobre el Padrenuestro*, IV, 2; Barsanufio, *Cartas*, 61; Juan Casiano, *Instituciones cenobíticas*, XII, 8; *Conferencias*, XXIV, 15-16; Doroteo de Gaza, *Instrucciones espirituales*, I, 7. Cf. asimismo Juan Clímaco, *Escala*, XXII, 31; XV, 79; Máximo el Confesor, *Centurias sobre la caridad*, I, 80.

3. LA HUMILDAD

La humildad (ταπεινοφροσύνη) se opone tanto a la cenodoxia como al orgullo. Y así como hay dos formas de orgullo, se distinguen dos formas de humildad correspondientes: la humildad en relación a los hombres y la humildad en relación a Dios. Aunque esta última sea el fin de la otra, no dispensa de ella. Por eso san Barsanufio aconseja: «*Humíllate no solo ante Dios, sino también ante los hombres*». Y san Juan Casiano subraya que «nadie puede alcanzar la perfección de la pureza sino por la humildad que manifiesta a sus hermanos y a Dios»⁴².

Antes de presentar cada una de estas dos formas de humildad, observemos que la humildad en general consiste para el hombre en reconocer sus límites, su debilidad, su impotencia y su ignorancia. Esta es una de las definiciones patrísticas fundamentales de esta virtud, recogida por san Juan Clímaco⁴³. San Isaac el Sirio escribe: «Un hombre que ha llegado a conocer la medida de su debilidad ha alcanzado la perfección de la humildad»⁴⁴.

Pero la humildad no consiste solo en reconocer y en asumir una debilidad y una mediocridad reales, sino también, cuando se poseen ciertas cualidades, en rebajarse voluntariamente: esta es, según san Juan Crisóstomo, la definición misma de la palabra ταπεινοφροσύνη. La humildad —afirma— «consiste en considerarse una nulidad a pesar de la grandeza y la cantidad de los méritos que se poseen», y en otro lugar: «La verdadera humildad consiste en rebajarse... cuando se tienen ocasiones de elevarse». «El verdaderamente humilde —escribe san Isaac el Sirio— es aquel que tiene en secreto de qué enorgullecerse y no se enorgullece, sino que no ve en él mismo más que un poco de tierra»⁴⁵.

El humilde no se estima en nada y no hace caso de sí mismo⁴⁶. «Se ve a sus propios ojos como insignificante»; llega incluso a denigrarse a sí mismo: «El humilde se ve a sí mismo como un hombre despreciable», escribe también san Isaac⁴⁷. Y san Juan Clímaco señala: «La humildad es un abismo de desvalorización de uno mismo»⁴⁸. La humildad se caracte-

42. Barsanufio, *Cartas*, 102; Juan Casiano, *Instituciones cenobíticas*, XII, 23 (cf. 32). Cf. Doroteo de Gaza, *Instrucciones espirituales*, II, 31; 33.

43. Juan Clímaco, *Escala*, XXV, 3. Cf. también Macario de Egipto, *Homilias*, colección II, LIV, 6; Isaac de Ninive, *Discursos ascéticos*, 21; Máximo el Confesor, *Centurias sobre la caridad*, I, 87; Isaac de Ninive, *Discursos ascéticos*, 20.

44. Isaac de Ninive, *Discursos ascéticos*, 73.

45. Juan Crisóstomo, *Homilias sobre la Epístola a los filipenses*, VI, 2; *Homilias contra los anomeos*, V, 6; *Homilias sobre el Génesis*, XXXIII, 5; Isaac de Ninive, *Discursos ascéticos*, 20.

46. Cf. *Apotegmas*, XV, 26; *Apotegmas*, serie alfabética, Poemen, 82.

47. Isaac de Ninive, *Discursos ascéticos*, 20.

48. Juan Clímaco, *Escala*, XXV, 26.

riza, por tanto, por un «desapego de uno mismo en todo»⁴⁹. Este desapego de uno mismo se traduce en una renuncia a la propia voluntad, hasta llegar a odiarla, desapego que los Padres consideran una característica fundamental de la humildad hasta el punto de definirla mediante él⁵⁰.

Se traduce también en la ausencia de confianza en uno mismo y la desconfianza en el propio juicio, cualidades cercanas a la anterior y a menudo citadas con ella, y de las que brotan una obediencia sin vacilación al padre espiritual⁵¹. En las relaciones con el prójimo da lugar a la renuncia a justificarse y a imponer la propia opinión, el abandono de todo espíritu de protesta y de oposición, la renuncia a contradecir e incluso a discutir y, por consiguiente, una actitud a menudo silenciosa⁵². Debido a que se manifiestan en primer lugar respecto al padre espiritual⁵³, estas actitudes dan testimonio de la humildad no solo frente a los hombres, sino también frente a Dios, de quien el padre espiritual es testigo e indicador de su voluntad.

Específicamente, en lo que concierne al prójimo, la humildad consiste para el hombre, al contrario de lo que ocurre con el primer tipo de orgullo, no solo en que no se considere superior a los demás⁵⁴, sino además en que considere a los demás superiores a sí mismo. Esta es la enseñanza de san Pablo, que recomienda: «Que la humildad os haga considerar a los demás por encima de vosotros mismos» (Flp 2, 3). Los Padres, naturalmente, retoman esta enseñanza. De este modo, a la pregunta: «¿Qué es la humildad?», San Basilio el Grande responde de entrada: «La humildad consiste en considerar a los otros por encima de uno mismo, siguiendo el mandato del apóstol». San Doroteo de Gaza enseña: «La primera [clase de humildad] consiste en tener al hermano por más inteligente que uno mismo y superior en todo». San Juan Crisóstomo dice: «La verdadera humildad consiste en ceder ante quienes están por debajo de nosotros, y en preferir a quienes nos parecen inferiores a nosotros. Si reflexionamos, pensaremos que nadie es inferior a nosotros, y creemos que todo el mundo nos sobrepasa». Y san Juan Clímaco, en el capítulo que dedica a la humildad, observa: «Si, con un sentimiento profundo del

49. Juan de Gaza, *Cartas*, 278.

50. Cf. Juan Casiano, *Instituciones cenobíticas*, IV, 39, 2; Barsanufio, *Cartas*, 379; *Apoteegas*, XV, 26; Juan Clímaco, *Escala*, XXV, 3; 51; Doroteo de Gaza, *Instituciones espirituales*, I, 10; Juan de Gaza, *Cartas*, 278; 462.

51. Cf. Juan Clímaco, *Escala*, XXV, 3; 8; Doroteo de Gaza, *Instituciones espirituales*, I, 10; Juan Casiano, *Instituciones cenobíticas*, IV, 39, 2; *Apoteegas*, XV, 26.

52. Cf. *Apoteegas*, XV, 26; *ibid.*, N 318; N 321; N 330; *ibid.*, XV, 26; *ibid.*, serie alfabética, Mateos, 11; *ibid.*, Anón, 199; Doroteo de Gaza, *Instituciones espirituales*, I, 10; Juan Clímaco, *Escala*, XXII, 6; XXV, 8; 48; Juan Casiano, *Instituciones cenobíticas*, IV, 39, 2.

53. Cf., por ejemplo, Juan Casiano, *Instituciones cenobíticas*, IV, 39, 2.

54. Cf. Máximo el Confesor, *Centurias sobre la caridad*, I, 87.

corazón, estimamos que nuestro prójimo es mejor que nosotros en todos los sentidos, es que la misericordia está cercana a nosotros»⁵⁵.

Sin embargo, tal actitud podría seguir siendo orgullosa si, considerando a los otros superiores a nosotros mismos, siguiéramos teniendo-nos a nosotros por grandes. Por eso, los Padres añaden –la mayoría de las veces apelando directamente a la enseñanza misma de Cristo (cf. Mt 9, 35)–, que la humildad consiste en considerarse inferior a todos, en verse como el último de todos los hombres⁵⁶. En el grado más elevado de humildad el hombre se considera, no solo inferior a sus semejantes, sino incluso a todos los seres de la naturaleza⁵⁷.

Mientras que el orgulloso, que se considera superior a los demás, los desprecia, el humilde, por el contrario, al tenerse por inferior a todos, se considera a sí mismo y solo a sí mismo digno de desprecio, y asume sin afigirse ni turbarse las humillaciones procedentes del prójimo, sean del tipo que sean⁵⁸. San Juan Casiano aconseja: «Considerándonos inferiores a todos, soportaremos con paciencia cualquier trato de los hombres, por injustos, torturantes y penosos que sean, estimando que nos llegan de hombres que son superiores a nosotros», y advierte además que una de las señales por las que se reconoce la humildad es que «uno no se aflige por las injurias que recibe»⁵⁹.

«La humillación es lo que pone a prueba el corazón», observa san Juan Clímaco: el hombre puede ser humilde en sus pensamientos, pero solo el que no sufra perturbación si es sometido a humillación revelará que es verdaderamente humilde. Y signo de una humildad aún mayor es aceptar esta humillación con alegría⁶⁰.

Además, el humilde no soporta ser valorado con relación al prójimo y no se contenta con soportar e incluso recibir con alegría el desprecio, sino que lo busca. De este modo, san Juan Clímaco escribe: «Si el carácter propio del orgullo extremo es fingir virtudes que no se poseen para obtener gloria de ellas, de ahí se deduce que el signo de la humildad más profunda será simular a veces, para desvalorizarnos a nosotros mismos, defectos de los que carecemos»⁶¹.

55. Basilio de Cesarea, *Pequeñas reglas*, 198; Doroteo de Gaza, *Instrucciones espirituales*, II, 33; Juan Crisóstomo, *Homilías sobre el Génesis*, XXXIII, 5; Juan Climaco, *Escala*, XXV, 31.

56. Juan Clímaco, *Escala*, XXV, 3; Doroteo de Gaza, *Instrucciones espirituales*, II, 33; *Apotegmas*, serie alfabética, Sisoës, 13; *ibid.*, N 323; Juan Casiano, *Instituciones cenobíticas*, IV, 39, 2; XII, 33; Juan Crisóstomo, *Homilías sobre el Génesis*, XXXIII, 5; *Homilía sobre la humildad*, 2.

57. Cf. Juan de Gaza, *Cartas*, 276; *Apotegmas*, serie alfabética, Sisoës, 13.

58. Cf. Juan de Gaza, *Cartas*, 278; *Apotegmas*, N 324; N 325.

59. Juan Casiano, *Instituciones cenobíticas*, XII, 33; IV, 39, 2.

60. Juan Clímaco, *Escala*, XXV, 33 (cf. XXV, 7).

61. *Ibid.*, XXV, 41.

Aceptar sin turbarnos la humillación implica excluir toda reacción de ira, todo rencor y toda animosidad hacia el que nos ha humillado, San Juan Climaco indica que una de las propiedades de la humildad es «la pérdida de toda irritabilidad»: el humilde verdadero es «aquel que, cuando otro le ofende, no deja que su caridad para con él se reduzca». «La humildad ni se encoleriza ni encoleriza a nadie», constata un Padre; y otro afirma: «La humildad consiste en abandonar la ira». Y Abba Isaías: «La humildad... es pacífica con todos los hombres». «Preguntaron a un anciano: '¿Qué es la humildad?' Y el anciano contestó: 'Si tu hermano peca contra ti y tú le perdonas antes de que venga a pedirte perdón'». Y un anciano al que preguntaron «¿Qué es la humildad?», respondió todavía de forma más positiva: «Es hacer el bien a los que te hacen el mal»⁶².

El humilde se muestra abnegado y sumiso con todos, se hace el servidor de todos⁶³, a ejemplo de Cristo y según sus recomendaciones: «Si alguno quiere ser el primero, que se haga el último de todos y el servidor de todos» (Mc 9, 35); «el que de vosotros quiera ser grande, que sea vuestro servidor; y el que de vosotros quiera ser el primero, que sea esclavo de todos. Porque el Hijo del hombre no ha venido a ser servido, sino a servir» (Mc 10, 43-45; cf. Mt 20, 26-28; Lc 22, 26-27).

Frente a Dios, la humildad consiste, en primer lugar, en reconocerse pecador. San Doroteo de Gaza recuerda en este sentido que cuanto más se acercan los santos a Dios, más pecadores se ven. La humildad es incluso —enseña Abba Isaías— «considerarse el más pecador de todos los hombres». «Es estimarse el mayor de los pecadores», indica asimismo san Juan Climaco en su recensión de las grandes definiciones patrísticas de esta virtud⁶⁴. Esta consideración de los pecados propios va acompañada naturalmente de la autocensura y la autocondena⁶⁵.

La humildad consiste después en que olvidemos sin cesar nuestras buenas obras y nos neguemos a ver nuestras eventuales virtudes⁶⁶. La humildad obra aquí un estado de despojamiento, de desnudez interior. Por eso Juan Crisóstomo, casi todas las veces que habla de esta virtud,

62. Juan Climaco, *Escala*, XXV, 7 (cf. 3; 4; 8); XXI, 17; *Apoteymas*, N 115 (cf. XV, 26); *ibid.*, Eth. Pat. 438; *ibid.*, J 716; *Ibid.*, N 304; *ibid.*, P 263.

63. Cf. Juan Crisóstomo, *Homilias contra los anomeos*, VIII, 6; Macario de Egipto, *Capítulos parafraseados*, 86.

64. Doroteo de Gaza, *Instrucciones espirituales*, II, 33; *Apoteymas*, XV, 26; Juan Climaco, *Escala*, XXV, 3. Cf. *Apoteymas*, serie alfabética, Mateos, 2; Isaac de Nínive, *Discursos ascéticos*, 20.

65. Cf. Doroteo de Gaza, *Instrucciones espirituales*, I, 10; Juan Climaco, *Escala*, XXV, 31; 52; Barsanufio, *Cartas*, 411.

66. Cf. Juan Crisóstomo, *Comentario a san Mateo*, III, 5; *Homilias sobre los cambios de nombre*, IV, 6; Juan Climaco, *Escala*, XXV, 3; 26.

la identifica con la pobreza espiritual, que Cristo evoca en primer lugar en las Bienaventuranzas: «Dichosos los pobres de espíritu, porque de ellos es el Reino de los Cielos» (Mt 5, 3). «¿Quiénes son esos a los que Jesús llama pobres de espíritu? Son los humildes...». Y san Isaac el Sirio, considerando este estado de perfección, escribe que el verdadero humilde llega incluso a querer «estar en la creación como si no estuviera, como lo que aún no ha llegado a ser, totalmente desconocido, hasta por su propia alma»⁶⁷.

En un nivel más modesto, san Juan Climaco constata que «a medida que esta reina de las virtudes progresa en nuestra alma y crece espiritualmente, somos llevados a considerar una nulidad... todo el bien que nosotros hemos realizado»⁶⁸. El humilde se considera, así pues, un siervo inútil, según la recomendación de Cristo: «Cuando hayáis hecho todo lo que se os ha ordenado, decid: somos siervos inútiles, hemos hecho lo que debíamos hacer» (Lc 17, 10). Llega incluso a considerarse un mal obrero y a «despreciarse por no hacer nada bueno delante de Dios»⁶⁹.

El humilde considera, por consiguiente, que él no merece todos los bienes que posee, que no es digno de ellos y que está en deuda por ellos⁷⁰. Reconoce que sin Dios no habría podido hacer nada bueno.

Esto nos lleva a otra gran definición clásica de la humildad, la más importante de todas y de alguna manera su fin: es «un reconocimiento de la gracia y la misericordia divina»⁷¹, más exactamente, el reconocimiento de que sin la ayuda de Dios no habríamos podido, ni podremos hacer nunca nada bueno, de que todos los bienes que tenemos, cualesquiera que sean, proceden de Él y no se nos pueden atribuir de ningún modo, que los progresos que hemos realizado han sido gracias a Él, que las cualidades o virtudes que poseemos son un don de su gracia, en absoluto imputables a nuestro valor o mérito, y no pueden conservarse sin su auxilio constante⁷². La humildad equivale, por tanto, a atribuir a Dios todo lo bueno que se tiene y todo el bien que se ha hecho. «Así es la perfecta humildad de los santos», dice san Doroteo de Gaza. San Barsanufio aconseja: «Si te ocurre algo bueno, debes reconocer que es un don gratuito de Dios, que te llega de su bondad». Y san Macario el Grande describe bien esta actitud: «Aunque practique todas las vir-

67. Juan Crisóstomo, *Comentario a san Mateo*, XV, 1; Isaac de Ninive, *Discursos ascéticos*, 81.

68. Juan Climaco, *Escala*, XXV, 4 (cf. 7). Cf. Juan Crisóstomo, *Homilias sobre los cambios de nombre*, IV, 6; *Comentario a san Mateo*, III, 5.

69. *Apotegmas*, XV, 26. Cf. Juan Casiano, *Instituciones cenobíticas*, IV, 39, 2.

70. Cf. Juan Casiano, *Instituciones cenobíticas*, IV, 39, 2; Juan Climaco, *Escala*, XXV, 4; 35.

71. Juan Climaco, *Escala*, XXV, 3.

72. Cf. Juan Casiano, *Instituciones cenobíticas*, XII, 23; 33.

Tipo es de Dios.

tudes, el alma que ama a Dios tiene por costumbre no imputarse nada a sí misma, sino atribuirlo todo a Dios... Pues todo lo que el hombre tiene, todos los bienes aparentes por medio de los cuales puede cada uno hacer el bien, la tierra y todo lo que hay en ella, el cuerpo y el alma mismos, todo es de Dios. Su mismo ser no lo tiene el hombre más que por gracia. ¿Qué le queda, por tanto, de lo que pueda razonablemente jactarse o justificarse? Sin embargo, Dios recibe de los hombres esta gracia inmensa, lo que más le complace de todo lo que nosotros le ofrecemos: que el alma refiera únicamente a Dios todo lo bueno que ella puede hacer, todo el trabajo que se toma por Él, todo lo que comprende, todo lo que conoce, y que se lo atribuya todo a Él»⁷³.

La humildad se muestra aquí indisociable de la oración. En primer lugar, de la oración de petición, pues el hombre manifiesta por ella que no cuenta en absoluto con sus propias fuerzas, reconoce su impotencia para realizar por sí mismo lo que pide, y muestra, por el contrario, que solo de Dios espera todo bien. Reconoce igualmente que no puede hacer ni conservar nada sin la ayuda, el auxilio y la protección de Dios. Y si reza con perseverancia, inevitablemente tendrá conciencia de que todo lo que recibe lo recibe de Dios en respuesta a su plegaria, no a causa de sus méritos, sino como un don gratuito. De este modo, escribe san Máximo: «La humildad es una oración continua, con lágrimas y esfuerzo. Es una llamada de socorro lanzada sin cesar hacia Dios; no permite que os apoyéis imprudentemente en vuestro propio poder o vuestra propia sabiduría». San Doroteo dice: «Está claro que el hombre humilde y piadoso, sabiendo que nada bueno puede hacerse en su alma sin el auxilio y la protección de Dios, jamás deja de invocarlo para que tenga misericordia de él; y quien ruega a Dios sin cesar conoce la fuente de cualquier obra buena que le sea dado realizar... Atribuye a Dios toda buena obra, y no deja de darle gracias y de invocarlo, temiendo que la pérdida de tal auxilio deje aparecer su debilidad e impotencia. De este modo, la humildad le hace orar y la oración le vuelve humilde»⁷⁴.

Pero la humildad va acompañada sobre todo por la oración de acción de gracias, mediante la cual el hombre atribuye a Dios sus buenas acciones y los bienes de cualquier naturaleza que ha recibido; considerándose como un mero intermediario y un mero depositario, se muestra agradecido hacia Él y lo alaba como la fuente única de todo bien⁷⁵.

73. Doroteo de Gaza, *Instrucciones espirituales*, II, 33; Barsanufio, *Cartas*, 412; Macario de Egipto, *Capítulos parafraseados*, 123.

74. Máximo el Confesor, *Centurias sobre la caridad*, I, 87; Doroteo de Gaza, *Instrucciones espirituales*, II, 38.

75. Cf. Macario de Egipto, *Homilias*, colección II, LII, 6; Máximo el Confesor, *Centurias sobre la caridad*, I, 48; Barsanufio, *Cartas*, 411.

Observemos, por último, que la humildad es indisoluble igualmente de la contrición del corazón, de la penitencia y de la compunción. Pues si, al describir la humildad, hemos hablado constantemente de reconocer (la superioridad de los otros, la propia inferioridad, el estado propio de pecado, la impotencia para hacer el bien y para conservarlo, a Dios como único origen del bien que se posee y que se realiza, etc.), no se trata de un reconocimiento abstracto, sino de un reconocimiento de corazón, de un reconocimiento que procede, más exactamente, de un «corazón roto y contrito» (Sal 50, 19). Los Padres, con el fin de hacer comprender esto, equiparan a menudo la humildad con la contrición del corazón⁷⁶. San Juan Clímaco define la humildad como «el sentimiento de un alma contrita». San Juan Crisóstomo, comentando el pasaje del salmo 50 que acabamos de citar, observa que el salmista exige con ello «un grado avanzado de humildad, un 'quebrantamiento'». Y, preguntándose en otro lugar quiénes son aquellos a los que Jesús llama «pobres de espíritu», responde: «Son los humildes y quienes tienen el corazón contrito. Pues por la palabra espíritu entiende el corazón y la voluntad». Más adelante precisa: «La humildad tiene varios grados... David alaba esta humildad perfecta que no consiste solo en un abajamiento, sino en un quebrantamiento completo del corazón, cuando dice: 'El sacrificio agradable a Dios es un espíritu abatido por la aflicción y el arrepentimiento; un corazón contrito y humillado, oh Dios, no lo desprecias' (Sal 50, 19)». Y san Juan Clímaco hace notar que, si la penitencia, la compunción y la humildad se diferencian, es para los principiantes, pero que para aquellos que han progresado «esta santa cuerda de tres hebras... se reduce a una sola entidad que tiene un mismo poder y una misma actuación, adquiere caracteres y cualidades propios, y en la que lo que designamos como señal de uno de sus elementos resulta ser también la marca de los otros»⁷⁷.

Las formas de adquirir la humildad casi se identifican con los medios aplicados para curar la cenodoxia y el orgullo. En efecto, hemos visto que, en general, extinguir una pasión implica adquirir la virtud contraria, y a la inversa. Los Padres tan pronto evocan los medios para luchar contra la pasión como los medios para adquirir la virtud, pues podemos

76. Doroteo de Gaza, por ejemplo, utiliza indiferentemente una u otra expresión: «Sin humildad es imposible obedecer a los mandamientos ni conseguir ningún bien, como dice Abba Marcos [el Monje]: 'Sin contrición del corazón es imposible librarse del mal, es absolutamente imposible adquirir ninguna virtud'. Por consiguiente, por la contrición del corazón aceptamos los mandamientos, nos alejamos del mal y adquirimos las virtudes», *Instrucciones espirituales*, I, 10.

77. Juan Clímaco, *Escala*, XXV, 3; cf. 7).
Epístola a los...

distinguir en el proceso espiritual, como hemos mostrado, un momento negativo y otro positivo, según las palabras del salmista: «Apártate del mal y haz el bien». Pero los medios indicados en ambos casos son prácticamente los mismos, y los dos momentos del proceso van a la par.

Así pues, para adquirir la humildad los Padres recomiendan principalmente: no prestar atención a las faltas del prójimo, no juzgarlo; dar muestras de caridad para con él en toda circunstancia; considerarlo superior a uno mismo y, sobre todo, considerarse inferior a él, quienquiera que sea⁷⁸. El que quiere llegar a ser humilde debe también disminuir ante los otros y ante sí mismo sus propias cualidades y virtudes, reconocer sus debilidades, prestar atención a las propias faltas, recordar constantemente sus pecados, y censurarse y condenarse a sí mismo⁷⁹. La compunción y las lágrimas aparecen, por consiguiente, como una vía privilegiada de acceso a la humildad⁸⁰. Conviene además ejercitarse en soportar desprecios, injurias y humillaciones diversas de parte de los otros, y para ello buscarlos⁸¹. La renuncia a la propia voluntad y la obediencia⁸², que son las que más contribuyen a esto, constituyen también unos modos esenciales de adquirir esta virtud. Las penas corporales y las dificultades de todo tipo favorecen igualmente esta adquisición⁸³, así como el alejamiento del mundo, el desapego, la no posesión, la sencillez en todos los ámbitos, la voluntad de ser ignorado y pasar desapercibido, el silencio y la soledad⁸⁴. Conducen también a la humildad las virtudes de la templanza, la mansedumbre, el temor de Dios y la caridad⁸⁵. La oración, por supuesto, juega un papel esencial, con más razón cuanto

78. Isaac de Nínive, *Discursos ascéticos*, 5; 81; Juan Climaco, *Escala*, XXV, 18; 27; Máximo el Confesor, *Centurias sobre la caridad*, III, 14; Hesiquio de Batos, *Capítulos sobre la vigilancia*, 64; *Apoteymas*, N, 323; N 330; *ibid.*, serie alfabética, Sisoos, 13; Títoes, 7; *ibid.*, Arm II, 318 (83); Simeón el Nuevo Teólogo, *Himnos*, V, 13-14.

79. Cf. Juan Climaco, *Escala*, XXII, 21; XXV, 18; 35; 64; Isaac de Nínive, *Discursos ascéticos*, 16; 20; 81; *Apoteymas*, N 323; N 330; Evagrio Pónico, *Tratado práctico*, 33; Hesiquio de Batos, *Capítulos sobre la vigilancia*, 64; Juan Crisóstomo, *Homilias sobre la Epístola a los hebreos*, IX, 4.

80. Cf. Isaac de Nínive, *Discursos ascéticos*, 21; 37; 48; Simeón el Nuevo Teólogo, *Capítulos teológicos, gnósticos y prácticos*, III, 23; Juan Climaco, *Escala*, XXV, 6; Juan Crisóstomo, *Homilias sobre la Epístola a los hebreos*, IX, 4.

81. Cf. Barsanufio, *Cartas*, 150; Juan de Gaza, *Cartas*, 278; 307; Isaac de Nínive, *Discursos ascéticos*, 5; 37.

82. Cf. *Apoteymas*, serie alfabética, Poemen; serie alfabética, Sinclético, 25; *ibid.*, Arm II, 269; Barsanufio, *Cartas*, 150; Doroteo de Gaza, *Carta de envío*, 2; Isaac de Nínive, *Discursos ascéticos*, 81; Juan Casiano, *Instituciones cenobíticas*, XII, 32; Juan de Gaza, *Cartas*, 278; Juan Climaco, *Escala*, XXV, 61.

83. Cf. *Apoteymas*, N 323; Doroteo de Gaza, *Instrucciones espirituales*, II, 39; Juan Climaco, *Escala*, XXV, 61; Isaac de Nínive, *Discursos ascéticos*, 21; 37.

84. Cf. Isaac de Nínive, *Discursos ascéticos*, 81; Juan Climaco, *Escala*, XXV, 64; 65; Juan Casiano, *Instituciones cenobíticas*, XII, 31; 32; 64.

85. Cf. *Apoteymas*, serie alfabética, Títoes, 7; Juan Casiano, *Instituciones cenobíticas*, XII, 31; Máximo el Confesor, *Centurias sobre la caridad*, I, 48.

que la humildad aparece siempre como un don de Dios, como una virtud que solo podemos aprender de Él, como indica Cristo: «Aprended de mí, que soy manso y humilde de corazón» (Mt 11, 29)⁸⁶. Por este motivo los Padres recomiendan además considerar el ejemplo de los santos y frecuentar la compañía de hombres que posean esta virtud⁸⁷ y, sobre todo, tomar como modelo a Cristo, que ofrece el ejemplo más acabado de ella por su kénosis, por su aceptación de una vida pobre y oscura, la aceptación silenciosa de los ultrajes y las injurias durante su pasión, y su perfecta obediencia a su Padre⁸⁸. Fiel al mandato de Cristo: «Aprended de mí» la humildad (Mt 11, 29), san Isaac aconseja: «Mira lo que ha hecho por adquirirla Aquel que ha ordenado la humildad y concedido esta gracia. Sé como él y la encontrarás»⁸⁹.

En el marco de la *praxis*, la humildad está llamada a ocupar un lugar clave. De hecho, junto con la caridad, es la virtud cristiana por excelencia. De modo que san Juan Crisóstomo no duda en afirmar: «El fundamento de nuestra filosofía es la humildad»⁹⁰. En efecto, ella es el cimiento del edificio espiritual que el hombre tiene por tarea edificar, el principio de la vida espiritual. Esto se comprende bien si se considera que el orgullo está en el origen de la caída del hombre, es el principio de la existencia caída. Por eso el hombre no puede esperar reconstruirse a sí mismo, si no pone como fundamento la humildad, que es el remedio del orgullo y, por tanto, una de las principales fuentes de curación. «A esta humildad —explica san Juan Crisóstomo— le otorga Cristo el primer puesto en sus bienaventuranzas, porque el diluvio de males que inunda la tierra no tiene otra fuente que el orgullo... Como el orgullo era, por así decir, el mal culminante del hombre y la raíz y fuente de todos los pecados del mundo, Jesucristo, para curarlo mediante un remedio contrario, estableció primero esta ley de la humildad como fundamento inamovible del edificio que quería construir. Cuando se ponga este fundamento, el que construya podrá elevar sin temor el resto del edificio; pero si falta, cuando el edificio se eleve hasta el cielo, necesariamente se

86. Cf. *Apotegmas*, serie alfabética, Títoes, 7; Juan Climaco, *Escala*, XXV, 3; 68; Doroteo de Gaza, *Instrucciones espirituales*, II, 38; Isaac de Nínive, *Discursos ascéticos*, 20-21.

87. Cf. Barsanufio, *Cartas*; Juan Casiano, *Instituciones cenobíticas*, XII, 33; Isaac de Nínive, *Discursos ascéticos*, 5.

88. Cf. *Apotegmas*, Arm II, 318 (84); Barsanufio, *Cartas*, 150; Juan Casiano, *Instituciones cenobíticas*, XII, 8; 33; Macario de Egipto, *Capítulos parafraseados*, 86; Juan Crisóstomo, *Homilias sobre 2 Tesalonicenses*, I, 2; Juan Climaco, *Escala*, XXV, 35.

89. Isaac de Nínive, *Discursos ascéticos*, 20.

90. Juan Crisóstomo, *Homilias sobre la humildad*, 2. Cf. Juan Climaco, *Escala*, XXV, 44; Simeón el Nuevo Teólogo, *Catequesis*, XX, 204-207; Isaac de Nínive, *Discursos ascéticos*, 21; Juan Crisóstomo, *Comentario a san Juan*, XXXIII, 3.

tambaleará y se irá cayendo a pedazos»⁹¹. San Doroteo de Gaza enseña asimismo: «Cristo nos enseña la causa que lleva hasta el desprecio y la transgresión de los preceptos de Dios [a saber, el orgullo]; nos proporcióna así el remedio para que podamos obedecer y salvarnos. ¿Cuál es este remedio y cuál es la causa del desprecio? Escuchad lo que dice nuestro Señor mismo: 'Aprended de mí, que soy manso y humilde de corazón, y hallaréis descanso para vuestras almas' (Mt 11, 29). He aquí que, brevemente, en muy pocas palabras, nos muestra la raíz y la causa de todos los males, junto con su remedio, fuente de todos los bienes; nos muestra que lo que nos ha hecho caer es el habernos elevado, y que no se puede obtener misericordia sino mediante la disposición contraria, que es la humildad»⁹².

En la medida en que el orgullo aparece como la primera causa de la caída, la humildad puede aparecer como la primera causa de la salvación. Así, san Juan Clímaco escribe: «Si esta pasión [del orgullo] por sí sola, sin el concurso de ninguna otra, ha podido hacernos caer del cielo, podemos preguntarnos si no sería posible subir al cielo solo por medio de la humildad, sin ayuda de ninguna otra virtud»⁹³. Ella es, en todo caso, la condición *sine qua non* de la salvación: «sin ella nadie entrará jamás en la cámara nupcial», escribe san Juan Clímaco, que la presenta en otro lugar como «la puerta del Reino»⁹⁴. Sin ella, no solo no es posible ninguna perfección, sino que además el hombre permanece separado de Dios, como afirma categóricamente san Macario el Grande: «Allí donde no hay humildad, tampoco está Dios»⁹⁵. De modo que Abba Isaías enseña: «Ante todo tenemos necesidad de humildad»⁹⁶. Ninguna virtud puede adquirirse verdaderamente sin ella; ninguna virtud puede tampoco subsistir sin ella⁹⁷. Por eso Abba Teodoro afirma: «Quien no posee humildad no ha cumplido ningún mandamiento. Pues sin humildad ninguna de las virtudes es agradable ante Aquel que las recibe: Cristo»⁹⁸. Y san Juan Crisóstomo: «Edificar sobre otro fundamento es condenarse a no hacer nada duradero y a trabajar en vano»⁹⁹. San Isaac el Sirio en-

91. Juan Crisóstomo, *Comentario a san Mateo*, XV, 2.

92. Doroteo de Gaza, *Instrucciones espirituales*, I, 7.

93. Juan Clímaco, *Escala*, XII, 12. Cf. Isaac de Nínive, *Discursos ascéticos*, 48.

94. Juan Clímaco, *Escala*, XXV, 49; XXV, 30. Cf. Juan Crisóstomo, *Comentario a san Mateo*, XLVII, 4.

95. *Apoteegas*, Arm II, 279. Cf. Isaac de Nínive, *Discursos ascéticos*, 21; *Apoteegas*, I, 16.

96. Isaías de Escete, *Asceticon*, III, 1. Cf. *Apoteegas*, serie alfabética, Poemen, 49.

97. Cf. Juan Casiano, *Instituciones cenobíticas*, XII, 32; Juan Crisóstomo, *Comentario a san Mateo*, XV, 2; *Homilía sobre la humildad*, 2; Doroteo de Gaza, *Instrucciones espirituales*, II, 28.

98. *Apoteegas*, Arm II, 319 (adición a Teodoro, 18).

99. Juan Crisóstomo, *Homilias sobre los cambios de nombre*, IV, 6.

seña en el mismo sentido: «Mientras el hombre no se ha vuelto humilde, no recibe el salario de su propio trabajo. La recompensa no se le da a la obra, sino a la humildad. Quien descuida la segunda, pierde la primera... Por la humildad se da la gracia. Por tanto, la recompensa no viene de la virtud, ni del esfuerzo que se pone en ella, sino de la humildad. Si no se tiene humildad, la obra de la virtud es vana»; «las obras sin [humildad] no sirven para nada... Fuera de ella, todas nuestras obras son vanas, son vanas todas las virtudes y son vanos todos los esfuerzos»¹⁰⁰, «La labor verdadera no existe sin humildad», y sin humildad ninguna virtud es verdadera¹⁰¹. Podemos decir, pues, con san Gregorio Magno, que «el fundamento esencial de una virtud es la humildad», y entendemos por qué los Padres consideran que la humildad es la base, y también la cabeza, la madre, la causa de todas las virtudes¹⁰².

La humildad juega un papel considerable en la curación espiritual del hombre. Sin ella «es imposible liberarse del mal»; por ella, más que por cualquier otro medio, el hombre puede curarse de todos sus males¹⁰³. San Juan Clímaco cita a este respecto el ejemplo de Manasés: «Manasés pecó como ningún otro hombre... Aunque el mundo entero hubiera ayunado por él, no hubiera podido compensar dignamente su crimen. Pero la humildad tuvo el poder de curar en él lo que era incurable»¹⁰⁴. Ella es uno de los principales remedios que Cristo dio a los hombres para curar sus enfermedades espirituales. De este modo, un Padre aconseja: «Reunamos los remedios del alma, es decir..., la humildad... Pues el médico más grande de nuestras almas, Cristo nuestro Dios, está cerca y quiere curarnos. No lo desdénemos»¹⁰⁵. La humildad, en efecto, permite al hombre obtener el perdón de todas sus faltas, purificarse de todos sus pecados y liberarse de todas sus pasiones¹⁰⁶. Por eso san Juan Clímaco escribe: «El remedio contra todas las pasiones de las que hemos hablado es la humildad. Quienes han obtenido esta vir-

100. Isaac de Nínive, *Discursos ascéticos*, 37; 48.

101. Juan de Gaza, *Cartas*, 277. Cf. Juan Crisóstomo, *Homilias sobre el Génesis*, XXXV, 7.

102. Gregorio Magno, *Morales sobre Job*, XXVII, 46. Cf. Juan Crisóstomo, *Comentario a san Mateo*, III, 5; XLVII, 3; *Homilias sobre la Epístola a los filipenses*, V, 2; *Consolaciones a Estagiro*, I, 9.

103. Doroteo de Gaza, *Instrucciones espirituales*, I, 10. Cf. Hesiquio de Batos, *Cápítulos sobre la vigilancia*, 63.

104. Juan Clímaco, *Escala*, XXV, 58.

105. Juan Mosco, *El prado espiritual*, 144.

106. Cf. Isaac de Nínive, *Discursos ascéticos*, 48; Juan Crisóstomo, *Homilias sobre 1 Corintios*, I, 2; *Homilias sobre los cambios de nombre*, IV, 6; Hesiquio de Batos, *Cápítulos sobre la vigilancia*, 75; Máximo el Confesor, *Centurias sobre la caridad*, I, 76; Juan Clímaco, *Escala*, XXV, 9; Simeón el Nuevo Teólogo, *Catequesis*, XX, 204-207; Barsanufio, *Cartas*, 226; 239;

tud las han vencido todas»¹⁰⁷. Pero sin ella el hombre no puede vencer ninguna; sin ella no puede pretender alcanzar la pureza¹⁰⁸.

La humildad aparece como la única virtud que permite vencer al diablo y a los demonios en el combate espiritual; en efecto, es la única virtud que ellos son incapaces de realizar¹⁰⁹. De esta manera, un apotegma cuenta que un demonio dijo a san Macario: «Todo lo que vosotros tenéis, nosotros también lo tenemos; solo os distinguís por la humildad»¹¹⁰. Por eso ella puede considerarse la única virtud que salva al hombre¹¹¹. Con ella el hombre puede desbaratar todas las astucias y las trampas de los demonios, hacer frente eficazmente a todas las tentaciones, afrontar victoriosamente todos los ataques del enemigo. Abba Antonio dice: «Yo vi todas las redes del enemigo desplegadas en la tierra, y dije gimiendo: '¿Quién podrá atravesar indemne estas trampas?' Y oí una voz que me contestaba: 'La humildad'»¹¹². San Juan Clímaco, citando al salmista, subraya igualmente el poder profiláctico de la humildad: «La humildad es 'una torre fortificada frente al enemigo' (Sal 60, 4). El enemigo no prevalecerá contra el humilde, y el hijo —o, más bien, el pensamiento— de la iniquidad no lo dañará; él apartará a sus enemigos de delante él, y pondrá en fuga a los que le odian' (Sal 88, 23-24)»¹¹³. Lo mismo dice otro Padre: «Si somos humildes, el Señor alejará de nosotros al enemigo y nos ayudará a guardar nuestra alma en todo momento»¹¹⁴. Y san Doroteo afirma: «Ella protege al alma de todas las pasiones y de todas las tentaciones... Verdaderamente, nada es más poderoso que la humildad»¹¹⁵. El que la posee ya no puede caer, constata san Barsanufio¹¹⁶.

Debido a que lo purifica de toda pasión y lo preserva de cualquier ataque del enemigo, y también debido a que le proporciona «la fuerza del corazón» y le somete todo al someter su alma a Dios, la humildad permite al hombre no tener miedo, ni temor ni desconcierto, y conocer la paz interior. Así pues, san Isaac escribe: «En el humilde no hay nunca precipitación, ni apresuramiento, ni confusión, ni ningún pensamiento ardiente y vano; por el contrario, él permanece en todo momento

107. Juan Clímaco, *Escala*, XXVI, 33.

108. Cf. Isaac de Nínive, *Discursos ascéticos*, 46; Juan Casiano, *Instituciones cenobíticas*, XII, 23.

109. Cf. *Apotegmas*, serie alfabética, Macario, 11; Juan Clímaco, *Escala*, XXV, 17. San Barsanufio la llama «la hoguera de los demonios», *Cartas*, 229.

110. *Apotegmas*, serie alfabética, Macario, 35.

111. Cf. *ibid.*, Teodora, 7.

112. *Ibid.*, Antonio, 7. Cf. Isaías de Escete, *Asceticon*, III, 3.

113. Juan Clímaco, *Escala*, XXV, 26.

114. *Apotegmas*, Eth. Pat. 179.

115. *Instrucciones espirituales*, II, 30.

116. Barsanufio, *Cartas*, 70.

en calma. Si el fuego del cielo cae a la tierra, el humilde no teme. No todos los hombres tranquilos son humildes, pero todos los hombres humildes están tranquilos... El humilde siempre está en calma, pues no hay nada que agite o perturbe su reflexión». La humildad permite al hombre asumir todas las dificultades y las penas que le sobrevienen sin dejarse afectar por ellas¹¹⁷.

La humildad aparece, pues, como la madre de la impasibilidad¹¹⁸. Esta no es solo la ausencia de pasión, sino también la posesión de todas las virtudes. Ahora bien, hemos visto que la humildad es la condición de todas las virtudes, lo que hace que sean virtudes de verdad, y no solo es la base, sino también el coronamiento del edificio espiritual, junto con la caridad. Se puede decir que implica y supone a la vez todas las virtudes. En este sentido Abba Teodoro escribe: «El cumplimiento de los mandamientos es la humildad, en quien Dios descansa (cf. Is 66, 2); quien cumple la humildad cumple todos los mandamientos». Y san Isaac el Sirio hace notar que ella «lo engloba todo»; «por eso no es posible considerar humilde a cualquiera», pues la humildad perfecta es una virtud que solo «los santos perfectos reciben cuando han completado toda la ascesis de su vida», «no se le concede más que a aquellos que logran la perfección de la virtud por la fuerza de la gracia»¹¹⁹.

Al curar al hombre de todas las pasiones y englobar todas las virtudes, la humildad le permite recuperar su naturaleza original y volver a ser verdaderamente hombre. Como explica san Doroteo de Gaza, propicia que «se recupere y regrese a su estado natural», permitiéndole así recuperar la salud. De este modo, san Juan Crisóstomo constata que «gracias a la humildad [el alma] se mantiene sana»¹²⁰.

La humildad aparece, por tanto, como «la madre, la raíz, el alimento, el vínculo y la base de todos los bienes»¹²¹. No solo es, como hemos visto, una fuente de paz interior, sino también de vida verdadera, de alegría espiritual, al contrario que el orgullo, que era principio de muerte y de privación del auténtico gozo¹²². La humildad eleva al hombre a la ca-

117. Cf. Isaac de Nínive, *Discursos ascéticos*, 16; 81 (cita); *Apotegmas*, serie alfabética, Poemen, 82; Simeón el Nuevo Teólogo, *Catequesis*, XXXI, 40.

118. Cf. Juan Clímaco, *Escala*, XXI, 32 («La madre de la perfecta impasibilidad es la humildad»); Juan Clímaco, *Escala*, XXV, 9; 36; Simeón el Nuevo Teólogo, *Catequesis*, XX, 204-207 («la humildad procura la celestial y angélica impasibilidad»).

119. *Apotegmas*, Arm II, 319 (adición a Teodoro 18); Isaac de Nínive, *Discursos ascéticos*, 20.

120. Doroteo de Gaza, *Instrucciones espirituales*, I, 10; Juan Crisóstomo, *Homilias sobre la Epístola a los filipenses*, VII, 5.

121. Juan Crisóstomo, *Homilias sobre los Hechos de los apóstoles*, XXX, 3. Cf. Isaac de Nínive, *Discursos ascéticos*, 21; Barsanufio, *Cartas*, 226; Doroteo de Gaza, *Instrucciones espirituales*, I, 7.

122. Cf. Doroteo de Gaza, *Instrucciones espirituales*, I, 8.

ridad¹²³, que es, como veremos, la cima de la praxis. Es también una de las principales condiciones para acceder al conocimiento espiritual¹²⁴, San Isaac el Sirio escribe que quien posee la perfecta humildad «ha penetrado en el misterio de todas las naturalezas espirituales, lleva en él la sabiduría de la creación con toda exactitud y, sin embargo, considera que no sabe nada... Pues bien, eso es lo que había dicho la Escritura Santa: los misterios se les revelan a los humildes. A los humildes se les concede recibir en ellos este Espíritu de las revelaciones, que descubre los misterios. Por eso los santos han dicho que la humildad plenifica el alma en las contemplaciones divinas». La humildad permite entonces al hombre hacer la experiencia de la luz inefable, lo que le hace participar de la gloria divina. De esta manera, siguiendo a Salomón, que afirma: «El humilde de espíritu obtiene la gloria» (Prov 29, 23), san Isaac el Sirio aconseja: «Desciende más debajo que tú mismo, y verás la gloria de Dios. Pues allí donde germina la humildad, se extiende la gloria de Dios»¹²⁵. Este es uno de los efectos de la promesa de Cristo: «El que se abaje será elevado» (Mt 23, 11).

Los efectos de la humildad son tan importantes porque ella es para el hombre una de las principales fuentes de la recepción de la gracia divina¹²⁶, igual que el orgullo era una de las principales causas de su privación. Por eso constata el salmista: «Un corazón quebrantado y humillado, Dios no lo desprecia». Y Dios mismo dice por boca del profeta Isaías: «Aquel en quien pongo los ojos, es el humilde» (Is 66, 2). «Dios da su gracia a los humildes», enseñan los santos apóstoles Pedro (1 Pe 5, 6) y Santiago (Sant 4, 6), siguiendo al autor del libro de los Proverbios (Prov 3, 34). Hemos visto que las virtudes tienen valor por la humildad, de modo que san Isaac el Sirio no duda en afirmar que «por la humildad se concede la gracia», y que «la humildad toma la delantera a la gracia»¹²⁷. Esto se explica sobre todo por el hecho de que la humildad es reconocimiento por parte del hombre de su propia debilidad, de su propia nulidad, al mismo tiempo que de la omnipotencia de Dios. Por la humildad, el hombre renuncia a su voluntad propia y se vuelve así totalmente permeable a la acción de la voluntad divina; deja de estar apegado a sí mismo y se abre a la gracia que pide con su oración y de la

123. Cf. Juan Casiano, *Instituciones cenobíticas*, IV, 39, 2.

124. Cf. Máximo el Confesor, *Centurias sobre la caridad*, IV, 57; Isaac de Nínive, *Discursos ascéticos*, 16.

125. Isaac de Nínive, *Discursos ascéticos*, 20; 5. Cf. Juan Climaco, *Escala*, XXV, 27; Doroteo de Gaza, *Instrucciones espirituales*, I, 8.

126. Cf. Doroteo de Gaza, *Instrucciones espirituales*, II, 29; Juan Climaco, *Escala*, XXI, 32; Juan Crisóstomo, *Homilias sobre 2 Tesalonicenses*, I, 2; *Comentario al salmo 9, 6*; Barsanufio, *Cartas*, 214.

127. Isaac de Nínive, *Discursos ascéticos*, 37; 73.

cual se esfuerza por ser digno mediante la práctica de los mandamientos divinos. San Macario escribe: «Aunque practique todas las virtudes, el alma que ama a Dios tiene por costumbre no imputarse nada a ella misma, sino atribuírselo todo a Dios. Entonces Dios, a su vez, atento a la salud y a la rectitud de la inteligencia y del conocimiento de un alma semejante, se lo atribuye todo a ella»¹²⁸.

Por esta última razón, la humildad aparece, junto con la caridad, como la virtud que más une al hombre con Dios¹²⁹.

128. Macario de Egipto, *Capítulos parafraseados*, 123.

129. Cf. Doroteo de Gaza, *Instrucciones espirituales*, I, 11; Isaac de Nínive, *Discursos ascéticos*, 48; 20; Macario de Egipto, *Capítulos parafraseados*, 86.