

Humildad: ¿una virtud poco explorada?

● POR CARLOS GONZÁLEZ SARACHO, CAPELLÁN DEL IEEM

El psiquiatra suizo C. G. Jung sostenía que todos los pacientes de una cierta edad que se habían dirigido a él sufrían de un síndrome que se podría definir como “ausencia de humildad”. Comprobó que no se curaban hasta que no adquirían una actitud de respeto referente a una realidad mayor que ellos, es decir, hasta adquirir un planteamiento de humildad.

Recordé esta cita relejendo un célebre pasaje del Evangelio de San Mateo (11, 29) en el que Jesús hace una afirmación sorprendente: “Carguen con mi yugo y aprendan de mí, que soy manso y humilde de corazón, y encontrarán su descanso”. Al leer esto, a uno le pueden venir dos objeciones muy fuertes. La primera: ¿cómo puede una persona decir “aprendan de mí que soy humilde”? Eso parece un oxímoron, una *contradictio in terminis*. No es lógico que una persona diga que es humilde porque, precisamente al decirlo, falta a la humildad. La segunda objeción es aún más de fondo para quién conoce algo de la vida de Jesús: ¿en qué ha sido humilde Jesús?

Al leer los cuatro Evangelios no encontramos nunca la más mínima admisión o reconocimiento

de culpa alguna. Es más: se proclama Maestro y Señor; dice ser superior a Abrahán, a Moisés, a Jonás, a Salomón; e incluso ¡llega a afirmar que son dichosos los ojos que lo ven!

Esto nos lleva a preguntarnos en qué radica la humildad. Parece que no consiste principalmente en tener pocas cualidades o en ser pobres, porque uno puede ser insignificante y al mismo tiempo arrogante, o no tener medios y ser soberbio. Tampoco se trata de sentirse poco valioso, porque esto puede provenir de un complejo de inferioridad o de una mala imagen de sí mismo. Y menos aún consiste en declararse inútil; muchos que afirman públicamente no valer nada lo hacen para que los contradigan y expongan sus cualidades.

Si la humildad no radica en ser o en sentirse o en declararse de poco valor, ¿en qué consiste entonces? Podríamos decir que consiste en abajarse, hacerse pequeños; y hacerlo para servir y ayudar a los demás.

En este sentido, humilde —para una visión religiosa— solo podría ser Dios, porque, en la posición en la que está no puede encumbrarse por encima de sí. Solo

puede descender. Y es esto lo que ha hecho: creando el mundo; inspirando la Biblia; en la Encarnación del Hijo desciende y se hace hombre; en la Eucaristía desciende y queda disponible para nosotros. Podríamos afirmar que la historia de la salvación en la Biblia es la historia de los descendimientos y de las humillaciones de Dios.

San Francisco de Asís (de quien el actual papa ha tomado el nombre) decía que el agua es el símbolo de la humildad porque, abandonada a sí misma, siempre desciende hasta llegar a alcanzar el punto más bajo posible, como si eligiera para sí el último lugar. Lo contrario que el vapor o el humo, que tienden a subir a lo alto y por ello justamente están asociados al orgullo.

Resulta interesante señalar que la palabra hombre (*homo*, en latín) está emparentada con la palabra humildad (en latín, *humilitas*). Ambas derivan del latín *humus*, suelo. El humilde es el que tiene los pies en la tierra, que está enraizado en el suelo, que no se deja arrastrar por las opiniones o las modas, ni se engrandece fatuamente por unos elogios.

Por otra parte, la experiencia nos

enseña que la humildad no es natural. A veces parece que enloquecemos por sobresalir y nos hundimos cuando no nos consideran como pensamos que merecemos. Por esto Jung hablaba del síndrome de "ausencia de humildad", como decíamos al inicio de esta columna.

Entonces, ¿todos deberíamos rebajarnos, renunciar a hacemos valer, a aspirar a grandes cosas? No. Volviendo al Evangelio, vemos que un día Jesús dijo a sus discípulos: "Si uno de ustedes quiere ser el primero, sea el último de todos y el servidor de todos" (Marcos 9, 35). Por lo tanto, es lícito querer *ser de los primeros* y destacar en la vida.

Lo que cambia con este enfoque es el camino para realizar esta aspiración legítima. No consiste en sobresalir sobre los demás, reduciéndolos a admiradores, servidores, sino en sobresalir sirviéndoles, ayudándoles a crecer.

En suma, como hace un buen padre, que no desea tanto sobresalir sobre sus hijos, sino hacerles llegar a ser grandes, incluso más grandes que él. Así debería hacer también un buen ejecutivo

No es un camino en el que uno consigue ser vencedor sobre todos los demás perdedores, sino que engrandece o eleva a todos.

Sustituye a la competitividad por la solidaridad. Humildad no significa, insistimos, hacerse poner bajo los pies de los demás, ni no reaccionar ante la injusticia: esto es una caricatura de la humildad.

Por oposición vemos a muchas personas que, con la excusa de no hacerse poner bajo los pies de nadie, no se dan cuenta que ponen continuamente a los demás bajo sus pies. Y también constatamos que nos acercamos y confiamos nuestras cosas no al altanero, a la persona repleta de sí, sino a la persona discreta, humilde, capaz de escuchar y de callar.

El orgullo estropea incluso las cosas más lindas. Del mismo modo, la inteligencia y la belleza física sin la modestia o discreción pierden gran parte de su fascinación y exponen a la persona más a la crítica que a la admiración.

Si la humildad es tan preciosa, debemos trabajar para llegar a ser un poco más humildes. Un pequeño medio, que nos hace crecer en la humildad, es saber aceptar cualquier observación de los demás sin deprimirnos de inmediato ni —por el contrario— reaccionar partiendo enseguida al contraataque, sin considerar si la observación era o no justa. No se llega a ser humilde sin aceptar las observaciones.

Así sucede, también, en otros detalles. Tender la mano primero o poner una sonrisa después de una discusión —tantas veces por motivos banales— entre marido y mujer, pronunciar una palabra de excusa entre compañeros de trabajo y hasta entre adversarios políticos, todo esto serena la atmósfera, desmonta todo resentimiento y lo hace todo más sencillo. El verdadero vencedor es quien se ha anticipado al otro con el acto de humildad,

no quien se ha hecho anticipar. O sea el que procura superar el "síndrome de falta de humildad".