

# LA HUMILDAD

El significado de la palabra humildad es la ausencia total de orgullo. Para mí este estado es un grado muy elevado de sabiduría y saneamiento humano. Una persona humilde sabe que siempre de cualquier experiencia se puede aprender, y está abierto a la vida, sin querer que sea de una manera determinada. Mirando a todo por igual, sin querer aparentar nada, sabe de sus limitaciones y las acepta, sin más. La persona humilde solo tiene aspiración de superación de sí mismo, no compete ni compara. Le basta con llegar a su destino. No necesita compararse con nadie ni

la realidad que está más allá de nuestra personalidad. Si miramos con sencillez y humildad veremos como las personas hacemos gestos orgullosos para demostrarnos superiores hacia los demás. Esta actitud está hablando de la vulnerabilidad y debilidad de la persona. Hay personas con cualidades muy deficientes que se esfuerzan por todos los medios en llamar la atención de mil maneras. Quien se esfuerza por parecer superior ante los demás, lo hace porque en el fondo se siente inferior. A mayor orgullo mayor sufrimiento. Porque el orgullo siempre camina acompañado de la



intenta demostrar nada. La humildad bien entendida no va acompañada necesariamente de pobreza, puede ser todo lo contrario. Una persona con mucho dinero puede vivir la humildad perfectamente en su corazón. Pero su felicidad no dependerá de su dinero, ni de nada exterior. En la medida que voy escribiendo percibo lo poco que sabemos del verdadero significado de muchas palabras que usamos o pronunciamos. Gran parte de nuestra vida nos la pasamos hinchando, agrandando el yo personal. Sin darnos cuenta del yo profundo,

envidia. Todo esto nos lleva al descontento, la tristeza y la infelicidad. El orgullo es un mal compañero para vivir con felicidad el camino de la vida. Todo esto lo crea el yo superficial, personal. Por el contrario, cuando se vive desde la conciencia profunda todo lo que podía parecer desagradable ahora es placentero, porque se hace desde lo mejor de uno mismo, con toda humildad y nada de orgullo. El gozo no está en la acción en sí, sino en la actitud gozosa con que se trabaja y actúa. La actitud humilde ante cualquier situación



debe ser activa y transformadora. Si uno hace lo que puede no está obligado a más. El éxito interno no es más que el resultado de tu actitud en la acción. Cada persona debe sentirse bien si su acción ha sido desde lo mejor de ella misma, con todo el alma. La humildad casi siempre va acompañada de la sencillez, te desprecupas de tus cualidades y defectos personales. La persona sencilla acepta los altibajos de la personalidad sin más importancia, aceptando y dejando que pasen con buen humor.

Cuanto más saneadas y más maduras están las personas mejor sentido del humor tienen consigo mismas y con todo lo que les rodea. Como vemos, la persona humilde puede ser rica o pobre, pero sabe igualmente disfrutar de aquello que le brinda la vida. Se sienten cómodos haciendo

cualquier cosa, no pierden el tiempo quejándose o deseando que las cosas fueran de otra manera. Les gusta la vida y actúan siempre de la mejor manera. La humildad está libre del sentimiento de culpa, no hay culpables todo está bien. Intentan aprender del pasado, en vez de quejarse de él. Disfrutan del aquí y ahora, porque son conscientes de lo absurdo que es no disfrutar. La humildad es una manera natural de vivir la vida, como un niño pequeño,

que no necesita la aprobación ni el aplauso de los demás. Se aceptan a si mismos y no sienten necesidad de disculparse por lo que son. Se podría decir que están en el mundo de Dios, pero son capaces de funcionar en un mundo hecho por la mano del hombre. La humildad nos hace ver los problemas como una prueba para vencer y no como un reflejo de nuestra personalidad. Desde la humildad no se vive ni inferior ni superior a nada, si algo no se entiende se pregunta sin miedo a quedar bien o mal. Esto pasa porque no tienes miedo al fracaso, la valoración surge del interior.



No son insensibles al aplauso o a la aprobación, pero no la necesitan.

La persona humilde puede parecer brusca porque sus mensajes o palabras no están pensados para complacer a los demás. Si quieres saber lo que piensan, eso será exactamente lo que te dirán. Igualmente aceptan lo que tú digas de ellos, y por medio de sus valores usarán lo que les sirve para su beneficio y crecimiento. Son dueños de sí mismos y aunque consideran que la vida social es parte de la convivencia, se niegan a dejar que esta les gobierne o convertirse en esclavos de la misma. Las personas humildes suelen ser honestas, porque la mentira les aparta de su realidad. También suelen ser discretas, viven su vida con eficacia, sin pretender que el mundo sea de una manera especial.

Todo en la vida ofrece oportunidades de hacer, sentir, pensar, etc...ellos saben responder inteligentemente en casi todas las circunstancias. No les preocupa hacerlo bien o mal, porque de todo aprenden. Con su sencillez y naturalidad escuchan a los demás sin pretender cambiarlos ni convencerlos de nada, mirando a la gente como seres humanos, con diferentes opiniones, sin ser más unos que otros. Los

problemas no los bloquean emocionalmente. Si se resbalan en algo o se equivocan se levantan y aprenden, sin lamentaciones. La persona humilde no malgasta su vida buscando la felicidad, simplemente la crea en su vivir diario.

María Amores