



La humildad

Los santos afirman que la humildad es el fundamento de todo crecimiento espiritual. La regla es sencilla: si no somos humildes, no somos santos; pero vivirlo y ponerlo en práctica no es igual de simple.

Humildad es reconocer nuestros defectos y nuestras cualidades. Es darnos cuenta de que somos criaturas de Dios, imperfectas, necesitadas, que tropezamos habitualmente en el pecado. La humildad la vemos contemplando a Cristo. Él, siendo Hijo de Dios, no hizo alarde de sus cualidades y categoría de Dios. Él nos dijo: “aprended de mí que soy manso y humilde de corazón”.

En este día vamos a pedirle al señor por intercesión del P. Marcos que nos ayude y nos enseñe a ser humildes, pues como decía el P. Fundador: **“No se adquiere fácilmente esta virtud de la humildad, sin un continuo trabajo y oración”**.

- **Himno – Canción**
- **Salmo**

1. Sólo el fuerte puede ser humilde.
Porque su fortaleza no depende de cómo lo ven los demás;
Su fortaleza son Tus principios,
Oh Tú,
El más humilde, porque compartiste nuestra miseria por amor;
Oh Tú,
El más humillado, porque confundimos Tu humildad con la debilidad.
2. Sólo el fuerte puede ser humilde.
Porque su fortaleza reside en saber quién es; saber quién es porque Tú eres,
Saberse ser en Ti.
Oh Tú,
El más humilde, porque eres el que ama de verdad.

TRIDUO

P. MARCOS

Castañer

1ER. DÍA:

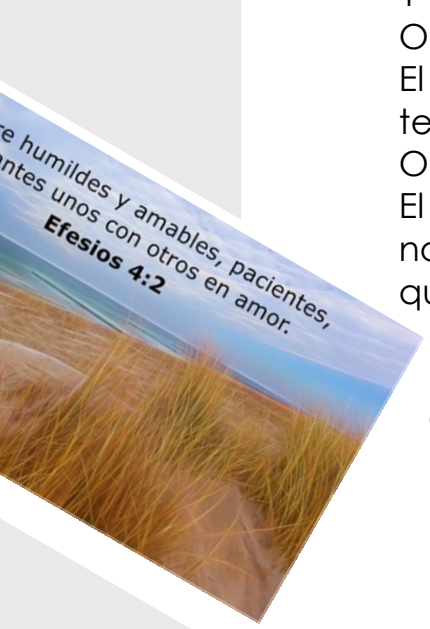
“LA HUMILDAD”



Oh Tú,
El más humillado, porque somos los que
menos amamos de verdad.

3. Sólo el fuerte puede ser humilde.
Porque su fortaleza es Tu Gracia,
Porque su fortaleza eres Tú, Dios eterno,
Y en Ti es inamovible.

Oh Tú,
El más humilde, porque nuestras miserias
te conmueven, pero no te manchan,
Oh Tú,
El más humillado, porque nuestras miserias
nos confunden a la hora de entender
quién eres y quiénes somos.



Siempre humildes y amables, pacientes,
tolerantes unos con otros en amor.
Efesios 4:2

- **Cita bíblica.**

“No hagan nada por rivalidad o vanagloria. Que cada uno tenga la humildad de creer que los otros son mejores que él mismo. No busque nadie sus propios intereses, sino más bien preocúpese cada uno por los demás. Tengan unos con otros los mismos sentimientos que estuvieron en Cristo Jesús” (Fil 2, 3-5)

- **Reflexión**

En las Instrucciones, el p. Marcos deja claro lo que quería para las hermanas y para Él mismo sobre la virtud de la humildad y de alguna forma nos orienta cómo trabajarla.

Lo primero que nos recomienda es la oración frecuente pidiendo el sobreponernos a nuestro amor propio y a nuestro orgullo. Reconoce que la **“hermana no viene para figurar”**, pues un camino para llegar a ella es aceptando las humillaciones y desprecios que los demás muchas veces nos otorgan.

Somos importantes, pero hemos de reconocer nuestra insignificancia porque **“Las hermanas de San Felipe Neri deben pensar lo que somos y**



Al fracaso lo precede
la soberbia humana;
a los honores los
precede la humildad.
Proverbios 18:12

valemos, más bien miseria que en un momento queda en nada. ¿Y no nos hemos de humillar al pensar que cuanto tenemos no es nuestro?”.

El otro elemento es no presumir y el considerar a los demás mejores que nosotros, así nos lo expresa el P. Marcos cuando nos dice: **“Las hermanas deben vigilarse de no presumir de sus cualidades y tomar más bien, conciencia de sus debilidades”** ... porque **“Con tan diversos caracteres en la Comunidad, es una misma prueba la humildad, para sacar provecho espiritual y ganarse los corazones de todas”.**



- **Momento de silencio**
- **Símbolo:**

Cada hermana escribe en un papel los rasgos de humildad que siento me faltan y que se manifiestan en la vida de comunidad. Luego se deposita en una vasija de barro que representa nuestra fragilidad humana y se queman mientras cantamos:

“Dame todo ese amor, que de mí pides, dame todo ese amor, dame más amor”

- **Padre Nuestro**
- **Gloria al Padre**
- **Oración**

“Señor Jesús:

Enséñanos a tener un corazón sencillo y humilde como el de Marcos Castañer.

Tú nos conoces a fondo y sabes cómo somos realmente. Danos un corazón nuevo donde no tengan cabida actitudes negativas. Que en cada hermano descubra tu rostro y esté siempre dispuesto a servirte en ellos.

Ayúdanos a cambiar aquellas maneras que nos dañan y con las que hacemos sufrir. Cámbialas por actitudes de compasión, amor, ayuda y servicio para que podamos todos juntos hacer de este mundo un mejor lugar para vivir”.

Amén