



Qu'est-ce que l'humilité et comment devenir humble?

L'humilité est une vertu annexe de la tempérance, comme la magnanimité est une vertu annexe de la force. Elle consiste à ne pas avoir de soi une idée exagérée, c'est-à-dire à se maintenir dans la vérité de sa condition.

L'humilité est le fondement, le socle de toutes les vertus, parce qu'un homme qui a de lui une estime exagérée, ça sonne faux à tous les étages, c'est catastrophique pour toutes les autres vertus. La plupart des hommes se prennent pour des Phœnix, c'est l'orgueil.

Il faut distinguer 2 comportements :

- **s'appuyer sur son propre raisonnement.** Regardez toutes les interviews, les gens ne disent pas ce qui est vrai ou ce que Dieu a révélé ou ce que la philosophie ou la raison dit. Ils disent, moi je pense que, moi je pense, comme si ça tenait lieu de vérité. La référence de la plupart des hommes c'est eux-mêmes, et ça c'est l'orgueil.
- **s'appuyer sur Dieu.** Le grand conseil que donne saint Thomas, c'est que **si on veut être humble, il faut se situer par rapport à Dieu et par rapport à Dieu exclusivement.** Un homme c'est très peu de chose. On ne pèse pas très lourd quand on pense à tous les attributs de Dieu Son éternité, Sa toute-puissance, Sa justice, Sa Providence, Sa miséricorde, Son immensité, Sa simplicité etc... alors là évidemment, on devient tout de suite humble.

Nous en avons un parfait exemple dans **la parabole du pharisien et du publicain** :

Avec d'un côté le pharisien orgueilleux :

« O Dieu, je te rends grâce de ce que je ne suis pas comme le reste des hommes, qui sont ravisseurs, injustes, adultères, ou même comme ce publicain; je jeûne deux fois la semaine, je donne la dîme de tous mes revenus. »

De l'autre le publicain humble :

Le publicain, se tenant à distance, n'osait même pas lever les yeux au Ciel; mais il se frappait la poitrine, en disant: « O Dieu, sois apaisé envers moi qui suis un pécheur ».

On peut toujours trouver un homme plus loqueteux que soi. Ce n'est pas comme ça qu'on devient humble, au contraire.

Saint Paul donne un très bon conseil dans sa première lettre aux Corinthiens. Il nous dit qu'il ne se juge pas lui-même, c'est exactement comme cela que l'on devient humble.

« ... je me soucie fort peu de votre jugement sur moi, ou de celui que prononceraient les hommes ; d'ailleurs, je ne me juge même pas moi-même. Ma conscience ne me reproche rien, mais ce n'est pas pour cela que je suis juste : celui qui me juge, c'est le Seigneur ».

Le même saint Paul un peu plus loin nous dit : « Qu'as-tu que tu n'aies reçu ? »

« Qu'as-tu que tu n'aies reçu? et si tu l'as reçu, pourquoi te glorifies-tu, comme si tu ne l'avais pas reçu ? »

Il y a toujours cette position par rapport à Dieu qui est le fondement de l'humilité, qui est l'humilité tout simplement.

C'est comme ça qu'on distingue la vraie humilité de la fausse humilité ?

Oui parce que je vous dis, si vous vous situez par rapport aux hommes et non pas par rapport à Dieu, alors vous avez toujours sujet de la ramener et c'est de la fausse humilité. Il n'y a que Dieu qui jugera tous les hommes « ne jugez pas et vous ne serez pas jugés .» Mon juge c'est le Seigneur dit saint Paul. Il a tout compris avec cette formule lapidaire, je ne me juge pas moi-même, dit-il. On peut toujours se trouver bien en se regardant dans la glace, on est bien rasé, je me suis levé à l'heure, j'ai fait ma prière et tout ça... Je suis pas mal, je suis propre sur moi-même, ça c'est ridicule, c'est de la fausse humilité. Par contre quand je médite le mystère de Dieu, quand je me situe par rapport à Dieu qui me jugera, là, personne ne la ramène. Ce n'est pas vrai personne ne la ramène. On est tout petit.

Comment pratiquer l'humilité?

Pratiquer l'humilité c'est vivre en présence de Dieu, c'est tout rapporter à Dieu.

Vivre, n'être jaugé, n'être jugé, n'être apprécié, ne s'apprécier que par rapport à notre rapport à Dieu.

Celui qui la ramène avec Dieu, il faut l'enfermer. Il est fou ou alors c'est qu'il se dit athée. Dès que l'on sent que l'on sort des chemins de l'humilité rappelons-nous que Dieu élève les humbles et Il rabaisse les orgueilleux, c'est partout dans la Sainte Écriture. Le moyen c'est le Magnificat.

Quand quelqu'un commence à s'enorgueillir, Dieu le laisse généralement dans les péchés les plus honteux. **Le pire c'est l'oubli de Dieu en toute chose. C'est Dieu qui fait que nous pouvons être humbles et qu'il faut être humbles.**

le chef-d'œuvre de l'humilité c'est la Vierge Marie. La Vierge Marie qui découvre le jour de l'Annonciation le choix que de toute éternité Dieu a fait sur son humble personne. Parce qu'elle était une petite servante de Dieu avec une fidélité incroyable et c'est sur cette petite que le Tout-Puissant a jeté son dévolu.

La Sainte Vierge ne se situe que dans le plan de Dieu, c'est notre meilleur modèle.

Bibliographie - Pour aller plus loin :

- « Sommaire théologique de saint Thomas d'Aquin » p 203 à 208 - R.P. Raphaël Sineux – Éditions Pierre Téqui
- « Somme théologique de saint Thomas d'Aquin » (IIa-IIae, qu.161) - (p 911 à 919) Éditions du Cerf.
- « Les XII degrés de l'humilité » Dom Jean de Montléon – Edition Saint Rémi
- « Le livre d'or ou l'humilité en pratique » – Dom Sans de Sainte Catherine - Éditions Blanche de Peuterey

Les Litanies sur l'Humilité -

(Cardinal Raphaël Merry del Val (1865-1930))

« Ô Jésus, doux et humble de cœur, rendez mon cœur semblable au Vôtre » :

V. : Ô Jésus, doux et humble de cœur,

R. : Rendez mon cœur semblable au Vôtre.

Du désir d'être estimé, *délivrez-moi Seigneur,*

Du désir d'être affectionné, *délivrez-moi Seigneur,*

Du désir d'être recherché, *délivrez-moi Seigneur,*

Du désir d'être honoré, *délivrez-moi Seigneur,*

Du désir d'être loué, *délivrez-moi Seigneur,*

Du désir d'être préféré, *délivrez-moi Seigneur,*

Du désir d'être consulté, *délivrez-moi Seigneur,*

Du désir d'être approuvé, *délivrez-moi Seigneur,*

Du désir d'être compris, *délivrez-moi Seigneur,*

Du désir d'être visité, *délivrez-moi Seigneur,*

De la crainte d'être humilié, *délivrez-moi Seigneur,*

De la crainte d'être méprisé, *délivrez-moi Seigneur,*

De la crainte d'être rebuté, *délivrez-moi Seigneur,*

De la crainte d'être calomnié, *délivrez-moi Seigneur,*

De la crainte d'être oublié, *délivrez-moi Seigneur,*

De la crainte d'être raillé, *délivrez-moi Seigneur,*

De la crainte d'être soupçonné, *délivrez-moi Seigneur,*

De la crainte d'être injurié, *délivrez-moi Seigneur,*

De la crainte d'être abandonné, *délivrez-moi Seigneur,*

De la crainte d'être refusé, *délivrez-moi Seigneur,*

Que d'autres soient plus aimés que moi, *accordez-moi, Seigneur, de le désirer,*

Que d'autres soient plus estimés que moi, *accordez-moi, Seigneur, de le désirer,*

Que d'autres grandissent dans l'opinion et que je diminue, *accordez-moi, Seigneur, de le désirer,*

Que d'autres soient loués et que je sois oublié, *accordez-moi, Seigneur, de le désirer,*

Que d'autres soient employés et que je sois mis de côté, *accordez-moi, Seigneur, de le désirer,*

Que d'autres soient préférés en tout, *accordez-moi, Seigneur, de le désirer,*

Que d'autres soient plus saints que moi, pourvu que je le sois autant que je puis l'être, *accordez-moi, Seigneur, de le désirer.*

Ainsi soit-il.