

# Sobre la Humildad

## Estudio Breve

Paulo Caprara

caprarapaulo@yahoo.es

16/09/2012

Centro de Estudios Parque Toledo

## INDICE

Introducción.....	3
Interés de estudio.....	4
Tesis .....	4
Arrimando a una definición.....	4
Algunas menciones de Silo sobre el tema .....	6
El no-saber, el aprender y la humildad .....	7
La humildad y la reconciliación .....	8
La humildad y su relación con el tiempo .....	10
La humildad como traducción de los espacios profundos .....	10
Conclusiones .....	11
Bibliografía .....	13

## ***Introducción***

La humildad es, a mi ver, una constante en la obra de Silo, a veces de manera manifiesta, otras a modo de leve insinuación. No solamente en sus escritos, sino en su actitud y en su estilo de vida. Personalmente me resulta muy conmovedor y ejemplar.

El caso es que a raíz de una experiencia personal, este tema empieza a convertirse en una preocupación primordial y se inicia la búsqueda de registros que profundicen en la humildad o en la actitud humilde. Esto lo vemos interesante de cara a todo trabajo interno, y como no, de Ascesis. Por otra parte, es una cota a lograr que quizá nunca se alcanza, capaz de orientar el propio comportamiento y la relación con los demás generando un estilo de vida acorde a lo que se busca. No hablamos por tanto, de una mera predisposición hacia el momento del "laboratorio". Aunque en sí mismo eso suponga ya un gran esfuerzo y un logro nada desdeñable. Sino que es el intento de un paso más.

Lo dicho anteriormente nos lleva a preguntarnos ¿qué es la humildad? Lo primero que nos encontramos es una palabra manoseada al igual que tantas otras como espiritualidad, amor, bondad, amistad, solidaridad...Lo segundo es que si hacemos un pequeño sondeo seguro que encontramos algunas constantes pero sobre todo descubrimos que es una vivencia muy subjetiva, íntima y con diferentes profundidades.

Si empezamos por lo opuesto, es obvio, que con actitud soberbia no se puede aprender. Que quien no trabaja en la humildad, para sí y hacia los demás, no puede progresar. ¿Qué podría incorporar alguien que ya lo sabe todo? Esto es más claro que la pared que tengo enfrente, pero lo cierto es que este simple razonamiento conforma una actitud (con sus roles y todo aquello) que no me acompaña en lo cotidiano, y puedo observarlo también en las personas de mi medio inmediato. No solamente al escuchar a los demás, al hablarles, sino también al escuchar y al hablarme a mí mismo. Ocurre incluso a la hora de conversar de diversas temáticas rozando así la censura en unos casos y la autocensura en la mayoría de los otros.

Esto se relaciona con la desposesión y con la entrega. Con un profundo acto de soltada, donde ya no queda lugar para el cálculo ni para la manipulación. Es particularmente relevante en un momento de paridad, en la Escuela, en el Mensaje, en los Organismos del Movimiento Humanista y también en el mundo. Y donde ya no está físicamente la presencia del Maestro. Las relaciones de

paridad marcan una horizontalidad que no deja espacio para las dependencias y donde es imprescindible una actitud de aporte.

Entonces, independientemente de que la humildad sea vista como actitud válida y preámbulo del trabajo interno o como emplazamiento cotidiano generando un nuevo estilo de vida o como relación de paridad en la Escuela, el Mensaje y los Organismos, sea una o todas las visiones, me parece interesante ahondar en este tema.

### ***Interés***

Intento de profundizar en una actitud que tiene que ver con la humildad como parte de un estilo de vida y como ubicación mental interesante de cara a los trabajos de Ascesis y de todo trabajo interno en general. Para ello buscaremos en nuestros materiales (charlas, libros...) lo mencionado directa o indirectamente por Silo acerca de este tema.

También (no sé si esto llega a la altura de un punto de vista), nos guiará la copresencia de registros que están asociados (verdaderos o no) a la humildad o una actitud similar y que como acto lanzado que busca completarse, intentan profundizar sobre este tema en el espacio, en el tiempo y por supuesto en el propio cuerpo.

Por tanto, nuestro interés es profundizar y ordenar la experiencia sobre el tema.

### ***Tesis***

Planteamos la posibilidad de que la humildad sea la traducción de registros que provienen de los espacios sagrados y que conforman un sentimiento profundo, capaz de dar dirección a la vida y a los actos humanos, de modificar el comportamiento creando un estilo de vida que de continuidad a dichos cambios.

### ***Arrimando a una definición***

Según lo consultado en los diccionarios, encontramos más o menos lo siguiente:

- Se aplica a la persona que tiene la capacidad de restar importancia a los propios logros y virtudes, y de reconocer sus defectos y errores.
- Actitud de la persona que no presume de sus logros, reconoce sus fracasos y debilidades y actúa sin orgullo.
- La humildad es la virtud que consiste en conocer las propias limitaciones y debilidades y actuar de acuerdo a tal conocimiento. El término proviene del vocablo latino *humilitas*.

El término deriva del latín «humilitas, ātis, f. humilis», que se traduce no solamente como humildad sino también como *bajo* o *de la tierra* y *humus*, ya que en el pasado se pensaba que las emociones, deseos y depresiones eran causadas por irregularidades en las masas de agua. Debido a que el concepto alberga un sentido intrínseco, se enfatiza en el caso de algunas prácticas éticas y religiosas donde la noción se hace más precisa y también una persona humilde significa: persona modesta.

Miguel de Cervantes dice en el famoso Diálogo de los Perros que "la humildad es la base y fundamento de todas virtudes, y que sin ella no hay alguna que lo sea." Opina que la modestia y la discreción mejoran las demás virtudes y enriquece la personalidad.

El término humildad, como también lo dice la Real Academia se usa muchas veces en sentido peyorativo. Puede significar pertenecer a un hogar de recursos limitados, o incluso sumisión, dejadez o rendimiento.

Del último párrafo, nos puede ser útil lo relacionado con el "rendirse" por aquello de dejar caer o soltar el propio yo (con sus tensiones, contenidos, tiempos y espacios); incluso también como comprensión al descubrir "que no estoy en guerra conmigo mismo y así empezar a tratarme como a un amigo con el que hay que reconciliarse."<sup>1</sup>

Las religiones suelen asociar la humildad al reconocimiento de la superioridad divina. Todos los seres humanos son iguales ante los ojos de Dios y deben actuar en consecuencia. Es más que obvio que no tiene nada que ver con nuestro enfoque.

En todo caso, se aproxima más al del budismo, para el cual, la humildad es la conciencia respecto al camino que se debe seguir para liberarse del sufrimiento.

Desde la filosofía, Immanuel Kant afirma que la humildad es la virtud central de la vida ya que brinda una perspectiva apropiada de la moral. Para Nietzsche, en cambio, la humildad es una falsa virtud que esconde las decepciones que una persona esconde en su interior. Estos son solo algunos ejemplos. En todo caso, desde la filosofía se ha abordado esta temática de modo sublime o

---

<sup>1</sup> Obras Completas. Silo. Vol. 1. Humanizar la Tierra. Cap IX, Contradicción y Unidad Pág. 80.

aberrante pero siempre desde afuera, desde una mirada externa. Y por eso, no la consideramos relevante.

Es mucho lo que se ha dicho sobre la humildad y no vamos a entrar en una exhaustiva comparativa ni relación con diversos autores o corrientes. Ya que escapa al interés de este breve estudio.

### ***Algunas menciones de Silo sobre el tema***

*...“Aquí se habla de la revelación interior a la que llega todo aquel que cuidadosamente medita en **humilde** búsqueda”.*<sup>2</sup>

*...“Por último, el camino y yo. **Humilde** peregrino que regresa a su gente.” Y más adelante dice: “yo que doy de mis manos lo que puedo, que recibo la ofensa y el saludo fraterno”.*<sup>3</sup>

Pareciera en ambos casos, que la humildad está relacionada con la falta de grandes pretensiones (materiales, intelectuales, etc) y que ya sea referida al inicio del Camino como del trato hacia los demás siempre nos ubica hacia lo interno, hacia el centro de gravedad.<sup>4</sup>

Al afirmar que: “la conciencia de sí, es algo muy **humilde**”, nos encontramos con lo mismo, con una insistencia a favor de la poca “vistosidad” que puede tener para una mirada externa tal fenómeno o estado. En una época en la que el éxito es valorado de forma desmedida y siempre en función de la aprobación o rechazo de los demás, lo humilde nos acerca a los fracasos, a lo no-resuelto, a lo fracturado, a los desechos; siempre es una vuelta, una invitación hacia la interioridad, hacia el contacto con el sí-mismo y con lo mejor de uno.

Cabe asimismo, otra lectura complementaria, que tiene que ver con la del que desarrolla ese paso evolutivo de crecimiento y expansión de la conciencia y descubre que eso no le ubica por encima ni por debajo de nadie, lo que nos aproxima al registro de paridad y a la reconciliación. Volveremos sobre esto más adelante.

Y además, advierte a aquellos que se interesan por el trabajo interno que no esperen fuegos artificiales, sino algo muy quedo, inapresable.

*...“algo leve como sonido lejano, algo leve como brisa amanecida, algo que comienza suavemente, se abre paso en el interior del ser humano...”*

---

<sup>2</sup> El Mensaje de Silo. La mirada Interna. La Meditación. Pag. 9. Editorial Edaf.

<sup>3</sup> Experiencias guiadas. Silo. El viaje. Pag. 62. Editorial Plaza & Janés.

<sup>4</sup> Ver recopilación de comentarios de Silo sobre el doble y el espíritu. Andrés Koryzma.

*...”avanzando de ese modo, tal vez un día captas una señal. Una señal que se presenta a veces con errores y a veces con certezas. Una señal que se insinúa con mucha suavidad...”*<sup>5</sup>

*“...Yo quisiera, amigos, que se escuchar el Mensaje de lo Profundo. No es un mensaje estridente, es un mensaje muy quedo, que no se lo puede escuchar cuando se lo quiere atrapar.”*<sup>6</sup>

Pero volviendo al punto relacionado con la paridad, la humildad nos insta a no juzgar a los demás.

*Todo esto, tanto la dirección mental que te ha sido dada como las condiciones, las cosas que te han pasado durante la vida, están grabadas en el Doble, por lo tanto no se puede comparar y es por esto que no existe justicia humana. Entonces es enorme la dificultad, la enorme **humildad** que tendríamos que tener nosotros para juzgar la vida de los demás. Es muy difícil juzgar.*<sup>7</sup>

Si la compasión nos lleva a ponernos en el lugar de los demás y a sentirlos por dentro para poder comprenderlos y así poder tender puentes sobre el sufrimiento, la humildad nos conduce a no avanzar más de ese impreciso punto. Como si lo anterior no resultara ya mucho. Por supuesto, que compasión y humildad se desarrollan en complemento. Mas bien, quiero decir que existe un invisible límite por el cual, ya no estoy prestando ayuda al otro, sino imponiendo mi paisaje.<sup>8</sup> Y una cosa es vencer límites en la comunicación, en el sentir y en el pensar, en un modo cada vez más sutil del influir y otra cosa muy distinta es ejercer violencia.

*...”No es valiente dejar de proclamar las propias certezas, pero es indigno de la verdadera solidaridad, tratar de imponerlas.”*<sup>9</sup>

Es ese límite, el que me lleva a aprender, en cada momento y caso, a superar la violencia y el sufrimiento que hay en mí y fuera de mí y para lo cual los Principios de Acción Válida son, para mí (y no necesariamente para todos), siempre una copresencia imprescindible.

## **El no-saber, el aprender y la humildad**

---

5 Inauguración de la Sala de Sudamérica. Silo. La Rreja. 7 de mayo de 2005.

6 Primera celebración anual del Mensaje. Silo. Punta de Vacas. 4 de mayo de 2004.

7 Ver recopilación de comentarios de Silo sobre el doble y el espíritu. Andrés Koryzma. Charla de Silo con Salvatore 1983.

8 Obras Completas. Silo. Vol. 1. Humanizar la Tierra. Cap V Distancia que impone el paisaje humano. Pág. 112.

9 Obras Completas. Silo. Vol. 1. Habla Silo. El sentido de la vida. Pág. 702. Declaración de México 1980.

He escogido algunas citas en las que se da a entender “la humildad” sin ser nombrada y que sirven para ampliar el significado que hasta aquí traemos.

*“Escuchas a un hombre desconocedor de las leyes que rigen al Universo, desconocedor de las leyes de la Historia, ignorante de las relaciones que rigen a los pueblos”.*<sup>10</sup>

El camino<sup>11</sup> es una buena prueba de ello: *...“Aprende a tratar a los demás del modo en que quieres ser tratado.” “Aprende a superar el dolor y el sufrimiento en ti, en tu prójimo y en la sociedad humana”. “Aprende a resistir la violencia que hay en ti y fuera de ti”. “Aprende a reconocer los signos de lo sagrado en ti y fuera de ti”. En el preguntarse “¿Quién soy y hacia dónde voy?”*

En estos casos, la humildad se relaciona con el hecho del no-saber y del aprender constantemente. Quizás a esto se refería Sócrates con aquello de que *Sólo sé que no sé nada*. Como mencionábamos al principio esto es lo opuesto a la soberbia; es estar dispuesto y sobre todo predispuesto a reconocer que uno no sabe. Y en otros puedo vislumbrar pistas que me ayudan en el insustituible acto de profundizar en mí. Y es justamente en ese acto y en ese constante ejercicio donde se hace evidente (o por lo menos esa es mi experiencia y no tiene por que corresponderse con la de todos) que sé poco o nada y que cuanto más aprendo, más agradecido estoy, y cuanto más agradecido, más ganas de profundizar. Lo veo íntimamente relacionado con el desplazamiento del yo. No puedo aprender ni aprehender lo esencial sino es con ese corrimiento del yo.

Aquí es necesario, o por lo menos así lo creo, dejar claro que este camino de profundización en el que puedo aprender con las pistas dejadas por los demás y por mi propio esfuerzo, no sería posible si el Maestro no hubiese traído la Doctrina a este mundo, y nos hubiese enseñado el Camino hacia la Unidad y la trascendencia. Mi inmenso agradecimiento por haber cambiado mi vida, por haber compartido con nosotros este tiempo y este espacio.

### ***La humildad y la reconciliación***

La humildad o trabajar la actitud humilde me ayuda a profundizar en el camino hacia la reconciliación. Si quiero salir de esa estructura mental en la que siempre acabo como víctima, agresor, justiciero, etc (según el papel que me

---

<sup>10</sup> Obras Completas. Silo. Vol. 1. Habla Silo. Arenga de la Curación del sufrimiento. Pág. 662. Punta de Vacas.

<sup>11</sup> El Mensaje de Silo. El Camino. Pag. 137. Editorial EDAF.

toque desempeñar), tengo forzosamente que re-conocerme como parte integrante de la situación, del problema y de la solución. Y aquí una actitud como la que venimos comentando es vital, porque me lleva a comprender la situación, a poder aprender, a no juzgar ni buscar culpables afuera y entonces, es posible un ejercicio de reversibilidad, de pequeña liberación.

Un buen indicador lo experimento como estar “abierto” a conversar sobre cualquier temática y con cualquier persona. Todo conspira para aprender, no sólo de los aportes que puedan hacerme sino también al observar cómo me ubico frente a los temas en sí y a las personas. Tiene que ver con la paridad. Con escuchar sinceramente, con soltar e intentar comprender las situaciones, los procesos, las personas. Esto es imposible si estoy lleno de tensiones, o si mi intención larvada o manifiesta, consciente o ingenua, es la de imponer, o la de situarme sin intención de construir el fenómeno del que formo parte.

*“Importa pues, que dirijas tu atención a las mejores cualidades de las demás personas, porque impulsarás hacia el mundo lo que hayas terminado de configurar en ti”.*<sup>12</sup>

Entonces, todo ser humano es importante. Y evidencia mis contenidos a integrar, mis dificultades y mis cualidades ya fortalecidas y las incipientes.

*“Ni aún lo peor del criminal me es extraño. Y si lo reconozco en el paisaje, lo reconozco en mí.”*<sup>13</sup>

Tal es así, que busco en todo encuentro, el sentimiento de no ser ni más ni menos que cualquier ser humano; ni mejor ni peor que cualquier especie viviente o no viviente. Estoy hablando de una actitud muy digna (pero nada afirmada) donde juego a salir de los límites de la censura y poco a poco de la autocensura. Donde pongo en ti, mi diana de libertad.

Comprendo y agradezco a todas las personas que me antecedieron, que construyeron con tanto esfuerzo nuestro peldaño. La evolución del cuerpo, de las cosas que utilizamos, la visión del mundo que poseo (buena o mala y que tanto quiero soltar) es gracias a una acumulación de la que me siento inmensamente agradecido y con la que me siento en disposición de continuar.

*“...si crees que has sido arrojado al mundo para cumplir con la misión de humanizarlo, agradecerás a los que te precedieron y construyeron trabajosamente tu peldaño, para continuar en el ascenso.”*<sup>14</sup>

---

<sup>12</sup> Obras Completas. Silo. Vol. 1. Humanizar la Tierra. Cap XVII El guía interno. El Paisaje Interno. Pág. 97.

<sup>13</sup> Obras Completas. Silo. Vol. 1. Humanizar la Tierra. Cap IV El Paisaje Humano. Pág. 69.

<sup>14</sup> Obras Completas. Silo. Vol. 1. Humanizar la Tierra. Cap VII Dolor, sufrimiento y sentido de la Vida. Pág. 74.

### ***La humildad y su relación con el tiempo***

Sin prisas. Me lleva a soltar, a que cada instante, con cada persona y/o con cada situación puedo sentir que el tiempo se expande y tiende a detenerse. El tiempo en sí mismo, en cuanto instante, es una posibilidad de liberación. ¿Cómo saber cuándo se va a producir la verdadera y última iluminación? Es entonces, cuando todo momento cobra real importancia. Como acumulación, como trabajo sostenido, permanente, imperfecto y creativo. Y se vuelve importante la meditación en torno a la forma real de estar despierto.<sup>15</sup>

Cuando puedo atender suavemente a lo que me rodea, incluyendo mi mirada, todo fluye. Si por un esfuerzo consciente, amplío mi conciencia librándola de ruidos (retenciones y protensiones), estoy más flexible frente a la compulsión, al querer agarrar, al querer controlar.

Y si mi tiempo se amplía percibo su correlato en cuanto al registro de la humanidad de otros<sup>16</sup>. Todo es expansivo, el tiempo, el propio cuerpo, la energía, las personas, las acciones...

Incluso como posibilidad de trascendencia. La humildad se presenta así como un vacío, como un recogimiento íntimo en un espacio abierto de la energía donde mi búsqueda y mis preguntas se profundizan cada vez más.

### ***La humildad como traducción de los espacios profundos***<sup>17</sup>

Cierta experiencia me llevó a reconsiderar al registro de la humildad del mismo modo que comentara Platón con su idea del bien, acerca de su ubicación en otros "espacios". Tanto es así que en un intento de soltada para acceder a los espacios profundos registro como nunca y sin buscar exactamente eso, una humildad (que calificada ahora como "infinita" no me dice nada ni se acerca al registro de lo que quiero transmitir) que impacta profundamente en mi conciencia dejando una huella imborrable e incuestionable a la par que un camino difícil de volver a recorrer y cuyas pistas intento ahora ordenar y sintetizar.

---

<sup>15</sup> El Mensaje de Silo. Cap X Evidencia del Sentido. La Mirada Interna. Pag. 37. Editorial Edaf.

<sup>16</sup> Obras Completas. Silo. Vol. 1. Habla Silo. Acerca de lo Humano. Pág. 726.

<sup>17</sup> Psicología IV. Silo

Este sentimiento profundo y abarcante me conmociona, dejando registros de paz y reconciliación, de intenso agradecimiento, de suave alegría. No puedo evitar el llanto ante tal descubrimiento.

Surgen posteriormente, algunas certezas tales como que la traducción de señales de los espacios profundos (sea a través de sueños, intuiciones, experiencias, monografías...) son pistas que enriquecen nuestro emplazamiento y que con mucho esfuerzo pueden ser incorporadas a lo cotidiano gracias al estilo de vida. Así comprendo la importancia del trabajo interno (en el "laboratorio") y también la del trabajo humilde, constante, que permite en el día a día alcanzar la plenitud.

*"Si afirmas aquello que se busca a sí mismo, eso cuya naturaleza es transformarse, que no tiene saciedad y que por esencia está abierto al futuro, entonces amas la realidad que construyes".*<sup>18</sup>

## **Conclusiones**

A lo largo de este breve estudio, hemos intentado con más errores que aciertos, con más dudas que certezas, acercarnos al significado de la palabra humildad así como a una actitud derivada de tal registro con la intuición de que tal sentimiento profundo y sagrado es útil de cara a los trabajos de Ascesis y al estilo de vida que le acompaña.

No hemos rastreado esta temática en diversas corrientes ni escritores. Apenas hemos citado y traído a presencia algunas menciones del Maestro con la idea de arrojar luz y profundizar en la comprensión de este tema.

Las pistas que hemos desarrollado tienen que ver con:

- La orientación constante hacia la interioridad, hacia el desarrollo del centro de gravedad y a no dejarse llevar por personas y/o situaciones que se nos presentan.
- La valoración simple y calma del trabajo interno donde la búsqueda de progreso tiene suaves aunque netas señales.
- El registro de paridad con el ser humano que me lleva a profundizar en la ubicación frente a los otros, esforzándome por salir de la censura y la autocensura.

---

<sup>18</sup> Obras Completas. Silo. Vol. 1. Humanizar la Tierra. Cap XII Compensación, reflejo y futuro. Pág. 86.

- La comprensión de la ligazón entre compasión y humildad, donde el registro de lo humano tiende a ampliarse y dejar claros los límites entre ayudar y ponerme en el lugar del otro o proyectar e imponer mi paisaje generando violencia.
- El ejercitar una mirada de no-juzgar al otro como consecuencia de lo anterior.
- Una predisposición a la actitud del aprender constante, donde todo conspira para develar la realidad.
- La importancia de la actitud humilde para avanzar en el camino de la reconciliación valorando adecuadamente mi emplazamiento en diversas situaciones y/o frente a distintas personas.
- La relación intrínseca que se establece con el propio transcurrir al trabajar esta actitud, en un intento por expandir el tiempo, por valorarlo en sí mismo, como acto de profunda transformación.
- Y por último, la experiencia de la humildad como una traducción de lo sagrado que es inapresable e indescriptible pero que deja su huella orientando el comportamiento hacia un nuevo emplazamiento que busca hacerse permanente apoyándose en el estilo de vida.

Estas son algunas conclusiones a las que hemos arribado y que ni de lejos cierran este tema ni agotan mayores relaciones y profundizaciones.

Y por supuesto, este breve estudio es más un diálogo lleno de dudas y preguntas que un dogma con certezas inmutables. Es más proclive al aprendizaje que al adoctrinamiento. Esperamos que aunque parte de una inquietud personal, de un intento de profundización y de una reordenación de la experiencia pueda ser útil más allá de la propia subjetividad ayudando a enriquecer el intercambio con otros a los que les interesen estos temas.

## ***Bibliografía***

Apuntes de Psicología IV. Silo.

Humanizar la Tierra. Silo.

Silo a cielo abierto (el Mensaje de esta época). Silo.

Experiencias guiadas. Silo. Editorial Plaza & Janes.

El Mensaje de Silo. Silo. Editorial Edaf.

Obras Completas. Volumen I. Silo. Ediciones humanistas.

Silo y la liberación. H.Van Doren. Editorial Transmutación.