

Ödmjukheten, en källa till glädje

Ödmjukhet är en grundläggande egenskap för ett äkta kristet liv, för den är ”kärlekens boning”. Vi publicerar en text om denna strålande dygd.

2007-11-18

Ingen har någonsin sett Gud[\[1\]](#), säger den Heliga Skrift. Så länge vi lever på jorden har vi ingen direkt kunskap om det gudomliga väsendet; mellan Gud och människan finns ett oändligt avstånd, och endast Han har

genom att anpassa sig till människans villkor kunnat fylla det genom sin uppenbarelse. Gud har visat sig för människorna i skapelsen, i Israels historia, i de ord som han uttalar genom profeterna och slutligen i sin egen Son, som är den sista, fullständiga och slutgiltiga uppenbarelsen; själva uppenbarelsen av Gud: **Den som har sett mig har sett Fadern**[2].

En Gud som gör sig till människa! Det är något att förvånas över. En Gud som, i Kristus, ser och låter sig ses, hör och låter sig höras, vidrör och låter sig vidröras; som sänker sig till människans villkor och använder våra sinnen för att få oss att förstå kallelsen till sin kärleks förtrolighet, till heligheten. Häpnaden inför Ordet som blivit människa driver oss att med vördnad betrakta Jesu handlingar, gester och ord. När vi gör det, upptäcker vi att i Kristi liv är allt, från födelsen till döden på

Korset, impregnerat av ödmjukhet,
**för Han ägde Guds gestalt men
vakade inte över sin jämlikhet med
Gud, utan avstod från allt och
antog en tjänares gestalt då han
blev som en av oss. När han till det
yttre hade blivit människa, gjorde
han sig ödmjuk och var lydig ända
till döden, döden på ett kors.**[3]
**ÖDMJUKHETEN, KÄRLEKENS
BONING**

Guds kärleks budskap når oss här
genom att Sonen gjorde sig ödmjuk.
Ödmjukheten är ett fundamentalt,
utmärkande kännetecken, en av
grunderna i ett äkta kristet liv, för
den är *kärlekens boning*. Den helige
Augustinus bekräftar: ”Om ni frågar
mig vad som är viktigast i religionen
och i Jesu Kristi lära, svarar jag er:
Det första är ödmjukhet, det andra
ödmjukhet och det tredje
ödmjukhet”[4]. Utom att djupet av
Guds kärlek manifesterar sig för oss i
det människoblivna Ordets

ödmjukhet, får vi lära känna den kungsväg som leder till denna kärlek i dess fullhet.

Det kristna livet består i att identifiera sig med Kristus: endast i den mån vi förenar oss med Honom, leds vi in i gemenskap med den levande Guden, källan till all kärlek, och vi blir i stånd att älska de andra med denna hans kärlek[5]. Att vara ödmjuk som Kristus varit betyder att tjäna alla, låta den gamla människan och de tendenser som ursynden har förstört i vår natur dö. Den kristne förstår att ***förödmjukelser, särskilt de för kärleks skull, är välsmakande och ljuva, de är en Guds välsignelse***[6]. Den som tar emot dem på det sättet öppnar sig för det övernaturliga livets hela rikedom och kan utropa med den helige Paulus: **För hans skull har allt det andra förlorat sitt värde för mig. Jag kastar det på sophögen för att**

vinna Kristus och få leva i honom[7].

ORSAKER TILL ORO

I kontrast till den djupa inre glädjen som härrör från ödmjukheten, drar högmodet inte med sig något annat än oro och otillfredsställelse.

Högmodet tenderar att orientera saker och ting mot det egna jaget och analysera händelser ur ett uteslutande subjektivt perspektiv: om jag gillar något eller inte, om det medför en fördel eller om det kräver en ansträngning ...; däremot tar det inte i beaktande om det är något som är gott i sig självt eller för andra.

Denna egocentricitet leder till att man anser att andra ska handla och uppträda enligt ens eget tycke. Så förklaras att en högfärdig människa utsätts för många vredesutbrott, när hon anser att man inte räknat tillräckligt med henne, eller också blir hon nedstämd om hon märker

sina egna fel eller de andras bättre egenskaper.

När en person låter sig ryckas med av högmodet erfar han alltid en sorts oro, även om han söker sin egen tillfredsställelse. Vad är det som fattas honom för att vara lycklig? Ingenting, för han har allt; allt fattas honom, ty han har förlorat kontakten med det viktigaste, möjligheten att ge sig åt andra. Hans uppförande har format ett sätt att vara som gör det svårt för honom att finna den sanna lyckan. Detta poängterade vår grundare: ***Om ni någon gång känner er illa till mods, och ni märker att själen fylls av oro, så betyder det att ni bara tänker på er själva (...). Om du, min son, har dig själv som centrum, då ger du dig inte bara in på fel väg utan du förlorar dessutom den kristna lyckan i detta livet***[8].

Högmodet är alltid ett eko av den första revolten då människan försökte sätta sig själv i Guds ställe, och vars konsekvens blev att hon förlorade vänskapen med Skaparen och harmonin med sig själv. Den högmodige har så stor tilltro till sina egna möjligheter att han glömmer, att hans natur behöver frälsning. Därför blir han rubbad inte bara av fysisk sjukdom utan också av det oundvikliga konstaterandet att han har begränsningar, defekter och elände, och det kan till och med leda till förtvivlan. Han lever i så hög grad fäst vid sina egna böjelser och åsikter att han inte lyckas positivt värdesätta ett synsätt annorlunda än hans eget. Han lyckas inte lösa sina egna inre konflikter och hamnar i upprepade kontroverser med andra. Svårigheten att underordna sig andras vilja får honom att inte ens acceptera Guds vilja. Han övertygar sig lätt om att Gud inte kan be honom om något han inte önskar, och det

kan till och med inträffa att medvetenheten om att vara en varelse som beror på Gud blir en anledning till harm för honom.

ÖDMJUKHETENS ATTRAKTIONSKRAFT

För den som är ödmjuk däremot är det en glädje att konfronteras med Guds ära, ja, den enda anledningen till äkta jubel. Det är sant att när man ställer sig inför Honom, upptäcker man sin egen bristfällighet och litenhet, men det faktum att man är en skapad varelse är långt ifrån en anledning till sorgsenhet och nedslagenhet, det är en källa till innerlig glädje. Ödmjukheten är ett ljus som får människan att upptäcka storheten i sin egen identitet som någon som kan samtala med Skaparen och acceptera beroendet av Honom i fullständig frihet.

Den ödmjuka människans själ erfar den största inre fullhet, när hon inser

att det Absoluta Väsendet är en personlig Gud, oändligt stor, som har skapat oss, som uppehåller vår existens och uppenbarar sig för oss med ett mänskligt ansikte i Jesus Kristus. Att lära känna den gudomliga generositeten, dess vilja till samarbete med sina skapelser, leder den som är ödmjuk till att betrakta skönheten i de skapade tingen; i dem upptäcker hon en spegling av Guds kärlek, och det får henne att dela denna ständiga häpnad med andra.

Också inför Guds kallelse reagerar den högmodige och den ödmjuke mycket olika. Den högmodige gömmer sig bakom en attityd av falsk blygsamhet, och han anför att han inte har några meriter, för han vill inte avstå från den värld som han själv har skapat åt sig; den ödmjuke däremot håller inte fast vid tanken att han är för liten för att nå heligheten. Det räcker för honom att

uppfatta inbjudan att komma in i
gemenskap med Gud för att
acceptera den med glädje, även om
detta medför en stor överraskning.

De som, liksom helgonen, kämpar för
att verkligen vara ödmjuka,
utvecklar en personlighet som drar
andra till sig. Med sitt normala sätt
att vara lyckas de skapa en oas av
frid och glädje omkring sig, för de
erkänner de andras värde. De
uppskattar dem verkligen, och därför
kan de i sina samtal, i familjelivet
och i relationen till kollegor och
vänner förlåta och förstå. De styrs av
viljan att hjälpa och att umgås med
alla: de är förmögna att erkänna hur
mycket de är skyldiga dem som de
lever tillsammans med, utan att vare
sig kräva eller göra anspråk på
rättigheter. Med ett ord, i deras
sällskap berörs man av Guds kärlek
som genom dem förmedlar liv: man
befinner sig i ett klimat av tillit, man

känner sig inte dömd utan välvilligt bemött.

BÖRJA OM ATT LÄRA OSS ATT VARA ÖDMJUKA

Orsaken till den ängslan eller pessimism som griper tag i oss ibland, ligger ofta inte i den mänskliga litenheten eller i den ansträngning som vi måste göra inför en viss uppgift, utan skälet är att vi ser saker och ting i ett perspektiv som är alltför centrerat på vårt eget jag. ***Varför blir vi människor ledsna?***frågade sig den helige Josemaría. Och han svarade: ***Därför att jordelivet inte utvecklas som vi själva hoppas, därför att vi möter hinder som gör det omöjligt eller svårare för oss att tillfredsställa våra önskemål.***[9]

Man kan erfara en viss känsla av tristess inför egna och andras svårigheter, inför några svagheter som man uppfattar som allvarigare

än man gjort tidigare eller som man trodde man övervunnit för alltid; inför det omöjliga att i sitt yrke eller apostolat uppnå mål, som man strävat mot under lång tid med stort intresse och möda. Man kan till och med revoltera och inte vilja acceptera vissa händelser eller omständigheter som är irriterande eller orsakar lidande. Vi måste alltid, men särskilt i sådana stunder, enligt det råd som don Alvaro gav i ett av sina brev, *förnya föresatsen att börja om på nytt att lära oss att vara ödmjuka***[10]**. Be Herren om ödmjukhet, hans ödmjukhet, och ta vår tillflykt till Guds Moder, så att hon undervisar oss och ger oss styrka. Det är innebörden i Herrens ord: **"Kom till mig, alla ni som är tyngda av bördor; jag ska skänka er vila. Ta på er mitt ok och lär av mig, som har ett milt och ödmjukt hjärta, så ska ni finna vila för er själ. Mitt ok är skonsamt och min börda är lätt."****[11]** Den förälskade

själen lär sig varje dag i bönen att vara ödmjuk: **”Bön är ödmjukheten hos en människa som erkänner sitt djupa elände och Guds storhet. Hon vänder sig till honom och tillber honom, som en som förväntar sig allt från honom och ingenting från sig själv.”**[12] Och friden återkommer först när vi, i stället för att resonera och reflektera i vårt inre över det som håller på att ske inom oss, försöker lägga dessa bekymmer åt sidan och återvänder till Kristus.

Själ, lugn[13]. Dessa ord, som Opus Deis grundare tyckte så mycket om, är en syntes av ett helt livsprogram genom vilket en själ som räknar med den gudomliga nåden med frimodig ansats och klokhet möter varje svårighet. När man lever på så sätt, fullbordas den helige Josemarías ord: ***Alla de motgångar som så många gånger har fått oss att lida har aldrig varit anledning till att få***

**oss att förlora glädjen och friden,
för vi har kunnat bekräfta att
Herren utvinner ljuvlighet – utsökt
honung – ur svårighetens hårda
klippa: med honung ur klippan
skulle jag mätta dig (Ps 81: 17).[14]**

Vår Moder, den heliga Maria, visar
oss nödvändigheten att vara ödmjuk
för att leva nära Gud. Hon är en
förebild i glädje därför att hon är en
förebild också i ödmjukhet: **Min själ
prisar Herrens storhet och min
ande jublar över Gud, min
Frälsare, ty han har vänt sin blick
till sin ringa tjänarinna**[15].

-----[1] 1 Joh 4: 12.

[2] Joh 14: 9.

[3] Fil 2: 6-8.

[4] Den helige Augustinus, *Epistel*
118, 22.

[5] Jfr Rom 5: 5.

[6] Den helige Josemaría,
Anteckningar från en meditation,
25.12.1973.

[7] Fil 3: 8-9.

[8] Den helige Josemaría.
Anteckningar från en meditation,
25.12.1972

[9] *Guds vänner*, nr 108.

[10] Don Alvaro, Lettere di famiglia
(3), nr 81.

[11] Matt 11: 28-30.

[12] Plogfåran nr. 259.

[13] Den helige Josemaría,
Anteckningar från en sammankomst
vänner emellan, 9.11.1972.

[14] Den helige Josemaría, *Brev*,
29.09.1957, nr. 4.

[15] Luk 1: 46-48.

.....

pdf | Dokument automatiskt skapad
från [https://dev.opusdei.org/sv-se/
article/odmjukheten-en-kalla-till-gladje/](https://dev.opusdei.org/sv-se/article/odmjukheten-en-kalla-till-gladje/)
(2025-08-04)