

# MANSEDUMBRE

## ÍNDICE

### [1. Mansedumbre](#)

#### [1.1. Mansedumbre, caridad y fortaleza](#)

#### [1.2. En el trato con los demás](#)

### [2. Ira](#)

#### [2.1. La ira y el odio](#)

#### [2.2. Violencia y odio](#)

#### [2.3. La ira deja sin luz el corazón](#)

#### [2.4. Consecuencias de la ira](#)

#### [2.5. Existe una ira justa y virtuosa](#)

#### [2.6. Remedios contra la ira](#)

\* \* \*

### **1. Mansedumbre [Volver al Índice](#)**

#### **1.1. Mansedumbre, caridad y fortaleza [Volver al Índice](#)**

Te recomiendo la mansa y sincera cortesía que, sin molestar a nadie, a todos obliga; que busca el amor con preferencia al honor; que no se divierte nunca a expensas de otra persona, ni zahiere, ni rechaza, ni es rechazada, a no ser alguna vez por excepción. (SAN FRANCISCO DE SALES, *Carta 8-XII-1616*, 1.c., p. 839).

Los justos también suelen algunas veces indignarse con razón contra los pecadores. Mas una cosa es lo que se hace movidos por la soberbia, y otra lo que se verifica por celo del bien: se indignan sin indignarse, desesperan sin desesperar, mueven persecución pero amando; porque, aunque exteriormente parecen extremar la reprensión para corregir, interiormente conservan la dulzura en virtud de la caridad. En su corazón prefieren las más veces a aquellos

mismos a quienes corrigen, y tienen como mejores a aquellos a quienes juzgan (SAN GREGORIO MAGNO, *Hom. 34 sobre los Evang.*).

Quien lleva en sus ojos la viga de la indignación, ¿podrá observar serenamente la paja en el ojo de su hermano? (CASIANO, *Instituciones*, 8).

Ser manso y humilde es la mejor custodia de la caridad (SAN AGUSTÍN, *Coment. Epístola a los Gálatas*).

El que está en paz no piensa mal de nadie. En cambio, el descontento e inquieto es atormentado por muchas sospechas; ni descansa él ni deja descansar a los demás (*Imitación de Cristo*, II, 2-3).

El Señor conoce más que nadie la naturaleza de las cosas: él sabe que la violencia no se vence con la violencia, sino con la mansedumbre (SAN JUAN CRISÓSTOMO, *Hom. sobre S. Mateo*, 33).

Bienaventurados los mansos porque ellos en la guerra de este mundo están amparados del demonio y los golpes de las persecuciones del mundo. Son como vasos de vidrio cubiertos de paja o heno, y que así no se quiebran al recibir golpes. La mansedumbre les es como escudo muy fuerte en que se estrellan y rompen los golpes de las agudas saetas de la ira. Van vestidos con vestidura de algodón muy suave que les defiende sin molestar a nadie. (F. DE OSUNA, *Tercer abecedario espiritual*, III, 4).

## **1.2. En el trato con los demás [Volver al Índice](#)**

Conviene no forjarnos ilusiones. La paz de nuestro espíritu no depende del buen carácter y benevolencia de los demás. Ese carácter bueno y esa benignidad de nuestros prójimos no están sometidos en modo alguno a nuestro poder y a nuestro arbitrio. Esto sería absurdo. La tranquilidad de nuestro corazón depende de nosotros mismos. El evitar los efectos ridículos de la ira debe estar en nosotros y no supeditarlo a la manera de ser de los demás. El poder superar la cólera no ha de depender de la perfección ajena, sino de nuestra virtud (CASIANO, *Instituciones*, 8).

Bienaventurados son los mansos porque tienen la virtud del imán, que atrae el hierro con atracción natural. No hay manera mejor de atraer y ablandar la dureza de los corazones ásperos que con la mansedumbre, como se lee del manso David, (cfr. *1 Sam 24, 17-18*), que muchas veces ablandó el corazón de su gran enemigo Saúl e incluso le hizo llorar y le acercó a él con su misericordia (F. DE OSUNA, *Tercer abecedario espiritual*, III, 4).

Era su labor profesional (de S. José) una ocupación orientada hacia el servicio, para hacer agradable la vida a las demás familias de la aldea, y acompañada de una sonrisa, de una palabra amable, de un comentario dicho como de pasada, pero que devuelve la fe y la alegría a quien está a punto de perderlas (S. JOSEMARÍA ESCRIVÁ, *Es Cristo que pasa*, 51).

*No juzguéis y no seréis juzgados (Mt 7, 1)*. Al decir esto, no descarta el discernimiento y la sabiduría; lo que él llama juicio es una condenación demasiado severa (ASTERIO DE AMASES, *Hom. 13*; PG 40, 355).

## **2. Ira [Volver al Índice](#)**

### **2.1. La ira y el odio [Volver al Índice](#)**

La ira es un movimiento que impulsa a venganza de las injurias recibidas (*SANTO TOMÁS, Sobre los mandamientos*, 1. c., p. 264).

En comparación del odio, la ira no es más que una mota de paja, pero si la fomentas llegará a viga. Si la desarraigas y la arrojas no es nada (*SAN AGUSTÍN, Sermón 211, De fraterna concordia*).

Hay que guardarse de que la ira pase al corazón, cosa que ocurre cuando se transforma en odio. La diferencia entre la ira y el odio reside en que la primera es repentina y el segundo es sostenido (*SANTO TOMÁS, Sobre los mandamientos*, 1. c., p. 265).

## **2.2. Violencia y odio [Volver al Índice](#)**

La violencia que está destruyendo el tejido social de la nación italiana no es casual: parte de un programa preciso, nace del espíritu del odio. Aquí está la matriz de la violencia; sólo aquí. Es necesario no dejarse engañar por otras motivaciones. He aquí por qué es muy necesario, por parte de los cristianos, saber discernir este espíritu, comprender su perversión intrínseca (cfr. *1 Jn 3, 15*), y no dejarse contaminar por él, para librarse con vigor de su espiral y no dejarse engañar por sus sugerencias. Sed, en cambio, apóstoles perspicaces y generosos del amor (JUAN PABLO II, *Aloc. 23-III-1980*).

## **2.3. La ira deja sin luz el corazón [Volver al Índice](#)**

Quien lleva en sus ojos la viga de la indignación, ¿podrá observar serenamente la paja del ojo de su hermano? (CASIANO, *Instituciones, 8, 5*).

Sea cual fuere la causa de esa efervescencia que radica en la cólera, la verdad es que ciega los ojos del corazón (CASIANO, *Instituciones, 8, 6*).

No olvidemos que cuando estamos irritados perdemos por completo la libertad de ponernos en oración y ofrecer nuestras plegarias al Señor (CASIANO, *Instituciones, 8, 22*).

## **2.4. Consecuencias de la ira [Volver al Índice](#)**

(La ira) normalmente provoca la injuria (SANTO TOMÁS, *Suma Teológica, 2-2, q. 72, a. 4*).

Tu mal carácter, tus exabruptos, tus modales poco amables, tus actitudes carentes de afabilidad, tu rigidez (¡tan poco cristiana!), son la causa de que te encuentres solo, en la soledad del egoísta, del amargado, del eterno descontento, del resentido, y son también la causa de que a tu alrededor, en vez de amor, haya indiferencia, frialdad, resentimiento y desconfianza.

Es necesario que con tu buen carácter, con tu comprensión y tu afabilidad, con la mansedumbre de Cristo amalgamada a tu vida, seas feliz y hagas felices a todos los que te rodean, a todos los que te

encuentren en el camino de la vida. (S. CANALS, *Ascética meditada*, pp. 72-73).

Cuando somos zarandeados por la ira estamos faltos de lucidez en el juicio, de la imparcialidad en el discernimiento, de la justa medida indispensable para dirimir las diferencias (CASIANO, *Instituciones*, 8, 1).

En toda nuestra actuación hemos de practicar dos virtudes, la justicia y la misericordia. Pues bien, la ira cierra el camino a las dos (SANTO TOMÁS, *Sobre los mandamientos*, 1.c., p. 266).

A veces la tristeza no es más que una consecuencia de la ira (CASIANO, *Instituciones*, 9, 4).

## **2.5. Existe una ira justa y virtuosa [Volver al Índice](#)**

Quien se enfurece con causa no es culpable; porque si la ira no existiese, ni aprovecharía la doctrina ni los tribunales estarían constituidos, ni los crímenes se castigarían. Así, quien no se enfurece, cuando hay causa para ello, peca: la paciencia imprudente fomenta los vicios, aumenta la negligencia e invita a obrar el mal, no sólo a los malos sino también a los buenos (SAN AGUSTÍN, *Sobre la Ciudad de Dios*, 105).

Si uno se encoleriza cuando debe, en la medida que debe, por lo que debe encolerizarse, etc., es entonces la ira un acto de virtud (SANTO TOMÁS, *Sobre los mandamientos*, 1. c., p. 263).

## **2.6. Remedios contra la ira [Volver al Índice](#)**

Así como es excelente remedio contra la mentira desdecirse al instante que se advierte haberla dicho, también es remedio eficaz contra la ira repararla prontamente con su acto contrario, que es el de mansedumbre; que las llagas, como se suele decir, se curan con más facilidad cuando están recién hechas (SAN FRANCISCO DE SALES, *Introd. a la vida devota*, III, 8).

Calla siempre cuando sientas dentro de ti el bullir de la indignación. -Y esto, aunque estés justísimamente airado. -Porque, a pesar de tu discreción, en esos instantes siempre dices más de lo que quisieras (S. JOSEMARÍA ESCRIVÁ, *Camino*, n. 656).

La indignación debe mantenerse en secreto [...]. Porque es de tal naturaleza que, diferida, languidece y muere; manifestada, se enciende más y más (CASIANO, *Colaciones*, 16, 27).

A tu paso debes dejar el buen aroma de Cristo -*bonus odor Christi* -: tu sonrisa habitual, tu calma serena, tu buen humor y tu alegría, tu caridad y tu comprensión. Debes asemejarte a Jesús que *pertransiit benefaciendo*, que pasó haciendo el bien.

Quienes no conocen la mansedumbre de Cristo dejan tras de sí una polvareda de descontento, una estela de animosidad y de dolorosas amarguras, una secuela de heridas sin cicatrizar; un coro de lamentos y una cantidad de corazones cerrados, por un tiempo más o menos largo, a la acción de la gracia y la confianza en la bondad de los hombres. (S. CANALS, *Ascética meditada*, p. 73).

Como el hombre encolerizado jamás tiene por injusto su enojo, alimenta su ira con muchos falsos juicios. De lo dicho se infiere que vale más aprender a no enfadarse que intentar enfadarse con moderación y prudencia; y por si por imperfección o flaqueza nos sorprende la ira, más vale rechazarla al instante que entrar con ella en capitulaciones, pues, por poco lugar que se le dé, se apodera de la plaza y hace como la serpiente, que donde entra la cabeza fácilmente entra todo el cuerpo (SAN FRANCISCO DE SALES, *Introd. a la vida devota*, III, 8).

Pero conviene no forjarnos ilusiones. La paz de nuestro espíritu no depende del buen carácter y benevolencia de los demás. Ese carácter bueno y esa benignidad de nuestros prójimos no están sometidos en modo alguno a nuestro poder y a nuestro arbitrio. Esto sería absurdo. Sino que la tranquilidad de nuestro corazón depende de nosotros mismos. El evitar los efectos ridículos de la ira debe estar en nosotros y no supeditarlos a la manera de ser de los demás. El poder superar la cólera no ha de depender de la perfección ajena, sino de nuestra virtud (CASIANO, *Instituciones*, 8, 17).

Al despachar a sus hermanos de Egipto, el santo y famoso patriarca José, para que se restituyesen a la casa de su padre, sólo les hizo este encargo: *No os enojéis por el camino*. Y pues esta

miserable vida es camino de la bienaventurada, lo mismo te digo: no nos enojemos en el camino unos contra otros; caminemos con nuestros hermanos y compañeros con dulzura, paz y amor; y te lo digo con toda claridad y sin excepción alguna: no te enojas jamás, si es posible; por ningún pretexto des en tu corazón entrada al enojo (SAN FRANCISCO DE SALES, *Introd. a la vida devota*, III, 8).

Recuerdo que, cuando vivía yo en el desierto, disponía de una caña para escribir, que, a mi parecer, era o demasiado gruesa o demasiado fina; tenía también un cuchillo, cuyo filo, embotado sobremanera, apenas si podía cortar; un sílex cuya chispa no brotaba lo bastante prontamente para satisfacer mi afán de leer en seguida; y entonces sentía yo nacer en mí tales oleadas de indignación, que no podía menos de proferir maldiciones, ora contra estos objetos insensibles, ora contra el mismo Satanás.

Ello es una prueba fehaciente de que de poco sirve no tener a nadie con quien enojarnos, si no hemos alcanzado antes la paciencia. Nuestra ira se desencadenará incluso contra las cosas inanimadas, a falta de alguien que pueda sufrir el golpe (CASIANO, *Instituciones*, 8, 17).