

## PENSAMENTOS DO PADRE FORMIGÃO

### HUMILDADE

1. A alma humilde, dorme tranquila no seio da Divina Providência. Cad.6,pag.82
2. Oh, que tesouro está escondido na humildade. Cad.6,pag.83
3. A alma sublime pela humildade, é a delícia e o paraíso do Coração de Jesus, onde à sombra da cruz goza com Ele dos suaves desígnios do amor e dos apazíveis confortos de toda a doçura.Cad.6,pag.82
4. A humildade é o atalho mais fácil e mais curto para chegar à perfeição.Cad.6,pag.82
5. A humildade despoja a alma de todos os afectos maus e reveste-a das exímias virtudes.Cad.6,pag.82
6. Devemos fazer tudo, deixar tudo e tudo sofrer, antes que tornar-nos culpados de pecado grave.Cad.9,pag.28
7. O Salvador, por humildade e por amor de nós, quis reduzir-se a nada. Escolheu a pobreza, o sofrimento e a humilhação a fim de nos resgatar, principalmente porque nós estávamos na pobreza e na humilhação.Cad.9,pag.30 e 31
8. O Salvador, escolheu a nossa sorte, por humildade e por amor.Cad.9,pag.31
9. A bondade, a beleza e a elevação da humildade, mostra-se no amor e na alta estima que temos pela Pessoa e exemplo do Salvador.Cf.Cad.9,Pag.31
10. Testemunhamos pela humildade uma delicadeza e uma ternura especiais de amor à Pessoa adorável do Senhor: eu escolho, porque Ele me escolheu primeiro.Cad.9,pag.31
11. Não há nada que nos una tão intimamente com Deus como o motivo da caridade.Cad.9,pag.31
12. Não há nada que nos transplante tanto em Cristo, como a humildade, disposição que resulta de razões tiradas do Seu amor, do Seu espírito e da Sua Pessoa.Cad.9,pag.31
13. Pela humildade, é o Salvador que nos dá o seu Coração e o seu amor, assim tornamo-nos um com Ele, um espírito, um coração e uma alma.Cad.9,pag.31

- 14 A humildade é virtude sobrenatural que, pelo conhecimento que nos dá de nós mesmos, nos inclina a nos estimarmos em nosso justo valor e a buscarmos o abatimento e o desprezo. Cf Cad.1,pag.5
- 15 A humildade tem um duplo fundamento: a verdade e a justiça: a *verdade*, que faz que nos conheçamos a nós mesmos tais quais somos; a *justiça*, que nos ilumina a nos tratarmos em conformidade com esse conhecimento. Cad.1,pag.5
- 16 A humildade não nos impede de nos vermos e admirarmos, assim como, quando se admira um quadro, é para o artista que o pintou que vai a nossa homenagem, e não para a tela, assim também, quando admiramos os dons e graças de Deus em nós, é a Ele e não a nós mesmos que se deve dirigir a nossa admiração.Cad.1,pag.6
- 17 A menor das faltas veniais é uma ofensa a Deus, uma desobediência voluntária à sua lei, um acto de revolta, pelo qual preferimos a nossa vontade à Sua: uma vida inteira passada na penitência e humilhação não bastaria a expiá-la.Cad.1,pag.6
- 18 Amar as humilhações, aceitar todas as afrontas.Cad.1,pag.6
- 19 Sendo de nós mesmos mais que nada, devemos amar o esquecimento e o abatimento; merecemos todos os desprezos e humilhações.Cad.1,pag.6
- 20 O amor de Deus, eis, pois, o termo aonde guia a humildade: o caminho é árduo mas os píncaros aonde conduz são o mais remontados do amor Divino. Cad.1,pag.9
- 21 Jesus, a mesma santidade, quis tomar sobre si o peso de nossas iniquidades e sofrer a pena que lhes era devida, como se fora culpado.Cad.1,pag.9
- 22 Jesus é a causa primeira e principal de todo o bem que se faz no mundo, é Ele que inspira, robustece, consola todos os missionários, os mártires, as virgens...e quer estar escondido.Cad.1,pag.10
- 23 Sem dúvida, na vida de Jesus há para nós todos os exemplos necessários para nos sustentar e fortificar na prática de todos os géneros de humildade, Ele nos mereceu ao mesmo tempo a graça de O imitarmos, como hesitar em O seguir? Cad.1,pag.10

- 24 Reconhecendo afectuosa e alegremente o nosso nada e o nosso pecado, somos ditosos de assim proclamarmos a plenitude e santidade do ser divino.Cad.1,pag.10
- 21 Para com o próximo devemos ver o que Deus depositou de bom, admirá-lo e lançar, um véu sobre os seus defeitos.Cad.1,pag.11
- 22 Da aceitação do nosso nada, nascem aqueles sentimentos de adoração, louvor, temor filial e amor.Cad.1,pag.10
- 23 Regozijamo-nos das virtudes, dos triunfos do próximo, pois que tudo isso glorifica a Deus.Cad.1,pag.11
- 24 Se virmos o próximo cair em qualquer falta, em vez de com isso nos indignarmos, oremos pela sua conversão e digamos sinceramente que, sem a graça de Deus, haveríamos caído em faltas muito mais graves.Cad.1,pag.11
- 25 Deixarmos de reconhecer o bem que há em nós, para darmos graças a Deus, devemos sobretudo considerar o que há de defeituoso, o nosso nada, a nossa incapacidade, o nosso pecado, a fim de nos conservarmos habitualmente em sentimentos de humildade.Cad.1,pag.12
- 26 À luz deste princípio de gratidão, mais facilmente praticaremos a humildade, que se deve estender ao homem todo, ao espírito, ao coração.Cad.1,pag.12
- 27 No uso que fazemos dos nossos talentos, não procurar brilhar nem atrair a estima dos homens, mas ser útil e fazer o bem.Cad.1,pag.13
- 28 A humildade de coração exige que, em vez de desejarmos as glórias e as honras, nos contentemos da condição em que nos encontramos, e prefiramos a vida oculta às funções de esplendor.Cad.1,pag.13
- 29 A humildade de coração, Vai mais longe ainda: esconde tudo quanto nos possa fazer amar e estimar, e deseja o último lugar, não somente nos postos do mundo, mas até na sua estima. Cad.1,pag.13
- 30 A humildade exterior não deve ser mais que a manifestação dos sentimentos interiores. Cad.1,pag.14
- 31 O porte, o andar, a fisionomia, o modo de proceder modesto e humilde, sem afectação ajudam a praticar a humildade.Cad.1,pag.14

- 32 Deus está perto da alma humilde e ela jamais O esquece, vive na Sua presença e opera sob a Sua vista.Cad.1,pag.14
- 33 É preciso ser santo para poder falar mal de si sem pensamento reservado.Cad.1,pag.15
- 34 A humildade é, pois, uma virtude muito prática e santificadora que abraça o homem todo inteiramente, ajuda-nos a praticar as demais virtudes, sobretudo a mansidão.Cad.1,pag.15
- 35 O caminho para a humildade é árduo mas os píncaros aonde conduz são o mais remontados do amor Divino.Cad.1,pag.8
- 36 Quando se fala, fazê-lo suave e humildemente com gravidade e suavidade.Cad.2,pag.8
- 37 Humilhai-vos, como Jesus Cristo, abismai-vos na consideração do vosso nada.Cad.11,pag.85
- 38 Considerai com simplicidade que não sois nada em face da majestade infinita de Deus.Cad.11,pag.85
- 39 Não há alegria mais pura e suave que a que se encontra na companhia dum amigo; e, como Jesus é o mais terno e generoso dos amigos, antegosta-se na Sua presença alguma coisa das alegrias do Céu.Cad.1,pag.27
- 40 A humildade é o fundamento de todas as virtudes.Cad.3,pag.87
- 41 A humildade é o aroma que conserva todas as virtudes.Cad.3,pag.88
- 42 A humildade atrai as vistas de Deus.Cad.3,pag.88
- 43 A humildade deve ser verdadeira e sincera, simples, alegre.Cad.3,pag.88/89
- 44 A verdadeira humildade tem um duplo olhar.Cad.3,pag.89
- 45 Não nos desculpemos. Deixemos a humildade fazer na nossa alma, a sua obra de purificação e de perfeição.Cad.3,pag.142
- 46 Para as almas que querem sinceramente ser de Deus, o que importa é serem muito humildes e muito submissas e quererem sinceramente evitar as menores ocasiões do pecado.Cad.3,pag.148
- 47 Abismai-vos na condição do vosso nada, confessai com simplicidade que sois nada em face da majestade infinita de Deus.Cad.11,pag.85

- 48 Parece que todo o paraíso se põe em festa quando vêm esposas de Jesus Cristo exercitar-se à porfia em imitar o Seu Divino Esposo no caminho da humildade.Cad.11,pag.101
- 49 Sede humildes para com toda a gente, sede fáceis de ceder, habituai-vos a falar com doçura, uma palavra doce pode remediar centos de males.Cad.11,pag.163
- 50 É do nada que Deus faz sair os mundos; é também do nada que faz brotar as virtudes. A humildade atrai as complacências de Deus abre o seu coração.Cad.12,pag.35
- 51 A alma humilde sabe ceder, esquecer, perdoar.Cad.12,pag.38
- 52 A humildade, Ela proporciona a paz. O amor próprio alimenta a inquietação, a agitação; a necessidade de estima e de elevação demora-o; os achaques lançam-nos na tristeza, fazem-lhe uma ferida incurável, a inveja. Cf. Cad.12,pag.38
- 53 A alma humilde não espera nada, por isso não se admira de nada. Humilhações, desprezos não o impressionam, não o abalam; ela não deseja senão dar gosto a Deus. Cad.12,pag.38
- 54 Seja humilde, obediente e pura como um Anjo e será sempre santa e muito feliz.  
Estampa, 13.10.1946
- 55 Seja humilde, seja formosa, seja pura e pura como os Anjos, na alma e no corpo, nos pensamentos, nos desejos, nos afectos, nos sentimentos e nas obras, para que o Esposo Celeste se compraza em olhar para a sua serva em amor de predilecção e o perfume das suas virtudes inebriem as outras almas e desprendendo-as das vaidades da terra, as eleve constantemente para o Céu. Estampa, 22, 08.1949
- 56 Se formos humildes seremos esse cego feliz que não vê o mal nos outros, porque não se crê no direito nem de examinar nem de julgar.Cf.Cad.4,pag.53
- 57 Se formos humildes seremos esse feliz surdo que não compreende o mal que se lhe refere, arrepende-se do mal que ele próprio comete.Cf.Cad.4,pag.53
- 58 Se formos humildes seremos esse feliz mudo que não fala do mal que conhece, porque se sente mais culpado que os outros.Cf.Cad.4,pag.53
- 59 A humildade, a confiança e a atenção ou, ao menos, o esforço sério para estarmos atentos.Cad.10,pag.44

- 60 A humildade deriva da própria natureza da oração. Somos mendigos em relação a Deus. Cad.10,pag.44
- 61 A humildade gera a confiança, virtude que se baseia, não em nossos méritos mas na infinita bondade de Deus e nos méritos de Jesus Cristo. Cad.10,pag.44
- 62 Sendo humildes para com Deus, sê-lo-eis também para com o próximo e para vós, o vosso próximo são essas piedosas companheiras na mesma obra de santificação e dedicação. Cad.10, Pag.138
- 63 A bondade e a beleza são as duas coisas que determinam o nosso amor. Cad. Med.15, pag.46/47
- 64 A humildade não incomoda ninguém, não faz ruído, não levanta a voz, não tem o olhar livre, numa palavra é modesta. Cad. Med. pag.55
- 65 Quem fala ou procede sem se vigiar e acautelar, dirá o que deveria calar, fará o que deveria evitar. Cad. Med. pag.55
- 66 Uma boa lição de humildade administrada sobre o nosso tímpano produz um efeito maravilhoso numa vida. Cad.16, pag.64
- 67 Permanecei, permanecei muito humildes, muito pequeninas. Cad.3, pag.141
- 68 Não é num dia que se pode adquirir a humildade, a doçura, a paciência, a caridade. É com um trabalho longo e sério. Cad.16, pag.100