

## Vychovávat v umírněnosti a střídmosti (2)

„Kdo je pánem sama sebe, má skvělou příležitost odevzdat se do služby bližním a Bohu a dosáhnout tak největšího štěstí.“ Druhý redakční článek o tom, jak vést dospívající děti k umírněnosti.

05.04.2011

Dospívání nabízí nové možnosti výchovy v umírněnosti, protože děti jsou již zralejší, a to jim umožňuje

získávat ctnosti vyžadující zvnitřnění návyků a motivů chování. I když si malé dítě může navyknout chovat se dobře, smysl vlastního chování a jeho důsledky je schopné plněji pochopit, až když dosáhne určité citové a duševní zralosti.

V dospívání je důležité vysvětlovat dětem jak smysl některého chování, které mohou vnímat jako formalismus, tak smysl nastavování určitých hranic chování, v kterém možná vidí jen zákazy. Konečně, je třeba se naučit rozumně vysvětlovat, proč se umírněnost vyplatí. Většinou například nestačí dětem říkat, že mají být umírněné (hlavně co se týče zábavy v konfrontaci se studiem), chtějí-li dosáhnout jisté a zářivé profesionální budoucnosti; byť je tento argument správný, sám o sobě příliš zdůrazňuje skutečnost, která je pro mnohé mladé lidi cizí a nezajímavá.

Mnohem účinnější je vysvětlit jim, proč by je tato ctnost měla zajímat, připomenout jim ušlechtilé ideály, které chovají v srdci, pohnutky, které je motivují, věci, které milují: velkorysost vůči potřebným, věrnost v přátelství atd. Vždy by se mělo připomínat, že umírněný a střídmy člověk může druhým nejlépe pomoci. Kdo je pánem sama sebe, má skvělou příležitost odevzdat se do služby bližním a Bohu a dosáhnout toho největšího štěstí a pokoje, který je zde na zemi možný.

Mimo to se v dospívání objevují ještě další situace, v nichž je zapotřebí střídmost a umírněnost. K přirozené zvědavosti člověka, který se postupně učí vstupovat do života a pohybovat se ve světě, se připojuje nový pocit vlády nad vlastní budoucností. Spolu s tím se objevuje přání všechno vyzkoušet a otestovat, přičemž to snadno bývá spojováno se svobodou. Mladí lidé se nechtějí cítit

k ničemu nucení, takže poznámky nebo zmínky o časovém rozvrhu, pořádku, studiu a útratě budou s největší pravděpodobností vnímat jako „nespravedlivý nátlak“.

Tento v současné společnosti velice rozšířený názor je v mnoha případech vyvoláván a umocňován množstvím obchodních zájmů, které se snaží na těchto touhách mladých lidí co nejvíce vydělat.

Rodiče by se však neměli nechat převálcovat okolnostmi, měli by myslet pozitivně a hledat kreativní řešení, uvažovat o tom spolu se svými dětmi, doprovázet je při hledání skutečné vnitřní svobody; měli by být trpěliví a za své děti se modlit.

## **Klíč ke štěstí**

Velká část reklam v západní společnosti se zaměřuje na mladé lidi, u nichž v posledních letech

znatelně narostla koupěschopnost. Nejrozličnější značky propagují svou módu a navrhují životní styly, se kterými se jedni ztotožňují a druzí rozcházejí.

„Vlastnění“ věcí od určité značky slouží jako jakási „vstupenka do společnosti“: člověk je přijat do skupiny a cítí se do ní zahrnut, ne však pro to, kým **je**, ale pro to, co **má** a jak vypadá. Konzum u dospívajících neurčuje ani tak touha něco mít (jako u malých dětí), jako způsob vyjádření vlastní osobnosti nebo způsob ukázání vlastní pozice ve světě prostřednictvím kamarádů.

Konzumní společnost navíc svádí k tomu, aby lidé nebyli spokojeni s tím, co mají, a aby zkoušeli to nejnovější, co jim kdo nabídne. Každý rok musí mít nový počítač nebo auto, nejnovější telefon nebo určitý kus oděvu, který potom skoro nenosí, z pouhého požitku z vlastnění musí

hromadit hudbu, filmy nebo nejrůznější počítačové programy. Tito lidé se nechávají vést emocemi, které v nich vyvolává nakupování a konzum, a ztratili kontrolu nad svým chťíčem.

Pochopitelně tím není vina pouze reklama nebo okolní prostředí: možná nebyli vychovatelé dost důslední. Je proto dobré, aby se rodiče, a vůbec každý, kdo se jakýmkoliv způsobem věnuje formaci, často ptali sami sebe, jak tuto vůbec nejdůležitější práci zlepšit, protože na ní závisí štěstí budoucích generací a spravedlnost a mír ve společnosti.

Rodiče by si měli uvědomit, že životní rytmus a výdaje se odráží i v rodinné atmosféře. Jako ve všem je i zde nutno jít příkladem, aby děti už odmala vnímaly, že žít v souladu se společenským postavením neznamena propadat konzumu nebo

utrácet. V některých zemích se dříve např. říkalo, že „chléb je Boží dar, a proto se nevyhazuje“. Na tomto názorném příkladu lze pochopit, že máme jíst žaludkem, a ne očima, že máme sníst vše, co si nandáme na talíř a být za jídlo vděční, protože hodně lidí žije v nedostatku; a potažmo, že všechno, co dostáváme a co máme – náš každodenní chléb – je *dar*, a podle toho s ním máme také zacházet.

Je pochopitelné, že chceme, aby děti měly to, co mají ostatní, že nechceme, aby jim chybělo to, co jsme my neměli, když jsme byli malí. Ale všechno jim dopřávat není rozumné. Podporuje se tím srovnávání s ostatními a nezdravé napodobování, které se, není-li mírněno, může zvrhnout v materialismus.

Společnost, v níž žijeme, překypuje úrovněmi, kategoriemi a statistikami,

které nás podvědomě navádějí k soupeřivosti. Bůh však nedělá rozdíly. Říká nám: „**Dítě, ty jsi pořád se mnou a všechno, co je moje, je i tvoje.**“[1] Všichni jsme jeho oblíbenými dětmi, všech si nás stejně cení a váží, všechny nás má stejně rád. Možná by toto mohlo být jedním z klíčů výchovy vedoucí ke štěstí: nejprve si to sami uvědomit, a pak našim dětem pomoci pochopit, že v otcově domě pro ně bude vždycky místo, že každé je milováno prostě proto, že je, a že se ***jedná stejnou láskou, ale vždy různým způsobem s různými dětmi.***[2]

Výchova ke střídmosti se ostatně neomezuje na pouhé odmítání. Je třeba k ní přistupovat pozitivně, vysvětlovat dětem, jak se lépe starat o svoje věci, o oblečení a hračky, a úměrně věku na ně klást odpovědnost za různé věci: pořádek v pokoji, pomoc mladším sourozencům, domácí povinnosti

(přípravu snídaně, kupování pečiva, vynášení odpadků, prostírání stolu...); ukázat jim na vlastním příkladu, že nemají ztrácet radost a stěžovat si na případný nedostatek, vést je k velkorysosti k potřebným.

Svatý Josemaría rád vzpomínal na to, že jeho otec vždy, dokonce i po finančním úpadku, štědře rozdával almužny. Takovéto aspekty každodenního života vytváří rodinné prostředí, v němž je cítit, že to doopravdy důležité jsou lidé.

## **Vlastnit svět**

**Ty však buď ve všem rozvážný.**[3]  
Krátká rada, kterou svatý Pavel dává Timoteovi, platí vždy a všude. Není to výjimečné pravidlo pro některé povolání k zvláštní odevzdanosti, ani něco, čím se mají řídit pouze rodiče, a co dětem nelze „nutit“. Jde spíše o to, aby rodiče a vychovatelé pochopili, že je to důležité, a aplikovali to na děti v jakémkoli

věku, na jakýkoli druh osobnosti a v jakýchkoli podmínkách.

Chceme-li dělat správná rozhodnutí, musíme jednat s rozmyslem, předem vše dobře zvážit, poradit se atd. A pokud děti přesto nějaké rozhodnutí nepochopí a budou zpočátku protestovat, později to přeci jen vděčně ocení. Je však nutno vyzbrojit se trpělivostí a železnou vůlí, protože jen málokde je třeba jít proti proudu tak, jako v této oblasti.

Zde bychom měli mít na paměti, že není správné dělat něco jen proto, že je to všeobecně rozšířená věc:

**Nepřizpůsobujte se už tomuto světu, ale změňte se a obnovte svoje smýšlení, abyste dovedli rozeznat, co je vůle Boží, co je dobré, bohulibé a dokonalé.[4]**

Stejně tak je dobré zachovávat míru v tom, co dětem dáváme. Člověk se totiž učí střídmosti tím, jak zachází s tím, co má. Konkrétně o penězích

řekl svatý Josemaría rodičům:

***Přemírou vaší lásky děti hodně z pohodlní. Když to nedělá tatínek, tak to dělá maminka. A když ani jeden, tak babička. A někdy všichni tři, každý nenápadně a potají. A zatím může vaše dítě kvůli takovému tajnůstkářství přijít o duši. Dohodněte se. Nebudte vůči dětem skoupí, ale myslete na jejich dispozice, na jejich klid a schopnost sebeovládání: ať nemají nikdy nadbytek peněz, dokud si je sami nevydělají.***[5] Děti je třeba naučit zacházet s penězi i s věcmi – např. s telefonem, jehož účet je třeba na konci každého měsíce zaplatit, naučit je správně nakupovat, poznat, kdy *utrácí jen tak ze záliby...*

Peníze jsou každopádně pouze jedním aspektem celého problému. K něčemu podobnému dochází i při využívání času. Přiměřeně zvolený prostor pro zábavu, koníčky a sport patří k umírněnému způsobu života.

Umírněnost v této oblasti umožňuje osvobodit srdce pro činnosti, které nám pomáhají vyjít ze sebe, obohacují nás a rozvíjí rodinný život a vztahy. Například je dobré děti již od mala vést ke studiu a učit je věnovat čas a peníze těm nejpotřebnějším.

## **Mírnit zvědavost, pěstovat stud**

*Umírněnost činí člověka střídmým, skromným, chápajícím, dává mu přirozenou mravnost, která je vždy přitažlivá, protože na chování takového člověka je znát rozumné sebeovládání.*

[6]Svatý Josemaría těmito slovy shrnuje plody umírněnosti a připojuje je k jedné velmi ojedinělé ctnosti: k cudnosti, kterou si můžeme představit jako určitou formu studu a zdrženlivosti.

„Zdrženlivost“ a „stud“ jsou nedílnou součástí umírněnosti,[7] neboť další oblastí této ctnosti je právě ovládání

sexuálního pudu. „Stud hájí tajemství osob a jejich lásky. Nabádá k trpělivosti a umírněnosti při milostném styku; vyžaduje, aby muž a žena vzájemně respektovali podmínky vzájemného darování a konečného závazku. Stud je skromnost. Vnuká slušnou volbu oděvu. Zachovává mlčení nebo zdrženlivost tam, kde by se rýsovalo nebezpečí nezdravé zvědavosti. Stává se tak diskrétností.“[8]

Pokud dospívající člověk již od dětství posiloval svou vůli, v rozhodující chvíli v sobě najde přirozenou zdrženlivost, díky níž dokáže usměrnit sexualitu doopravdy lidským způsobem. Je však důležité, aby si otec dokázal získat důvěru syna a matka dcery, a aby, až tomu budou děti schopné porozumět, jim vysvětlili krásu lidské lásky.

Jak vysvětloval svatý Josemaría, ***otec by měl být přítelem svých dětí. Nezbyvá mu nic jiného, než se o to snažit, protože přijde doba, kdy se děti pokud s nimi o tom otec nemluvil -, začnou zvědavě pít po vzniku života. Zeptají se na to nějakého nestydatého kamaráda, a pak se na své rodiče dívají s odporem.***

Když mu ale - protože sleduješ jeho vývoj už odmala, a vidíš, že nastala ta pravá chvíle -s citem a poté, co jsi poprosil Pána o pomoc, vysvětlíš, jak vzniká život, tvé dítě poběží obejmout maminku za to, že je tak hodná, a tebe vroucně políbí a řekne: Pán Bůh je tak dobrý! Posoužil si mými rodiči a dovolil jim podílet se na jeho stvořitelské moci. Tak to to malé stvoření neřekne, protože to ještě neumí, ale bude to tak cítit. A nebude si o vaší lásce myslet, že je nestydatá, ale že je svatá.[9]

Bude to snazší, nebudeme-li uhýbat před otázkami, které nám děti budou přirozeně klást, a budeme na ně úměrně jejich věku odpovídat.

Stejně jako u umírněnosti v jídle je i zde základem příklad. Nestačí pouhé vysvětlení: je třeba názorně ukázat, že „není dobré dívat se na něco, po čem není dovoleno toužit“, [10] a dohlížet na to, aby v rodině vládla atmosféra nazaretského domku.

Vulgarizace sexuality, k níž mnohde dochází, vyžaduje zvýšenou ostražitost při sledování televize a internetu, při četbě knih a hraní videoher. Nejde o to vzbuzovat v dětech před těmito věcmi nějakou „posvátnou hrůzu“, ale o to využít je jako výchovnou pomůcku, naučit děti používat je pozitivně a kriticky, a bez obav odmítnout vše, co škodí duši nebo propaguje zkreslený pohled na člověka. Je třeba si uvědomit jeden naprosto evidentní fakt: ***Od první***

***chvíle jsou děti neúprosnými svědky života rodičů. Vy si to neuvědomujete, ale oni si o všem dělají úsudek, a někdy vaše jednání odsuzují. To, co se děje doma, může mít na vaše děti buď dobrý, nebo špatný vliv.[11]***

Když děti vidí, že rodiče přepínají na jiný televizní kanál, když se objeví nějaká nevhodná zpráva, neslušná reklama nebo nemístná scéna ve filmu, když vidí, že se rodiče informují o morálním obsahu nějakého pořadu dříve, než se na něj podívají, nebo knihy, než si ji přečtou, učí se chápat smysl čistoty. Když jdou s rodiči (nebo s učitelem) po ulici a vidí, že si určitých reklam nevšímají, nebo je dokonce učí nebýt zvědavé a odčiňovat špatné věci, pak pochopí, že čistota srdce je něco, co má cenu, co je dobré ochraňovat a co určitým způsobem patří k rodinnému prostředí, v němž žijí. „Učit děti a dospívající studu, to

znamená probouzet v nich úctu k lidské osobě. „[12]

Chránit rodinné prostředí však neznamená v pravém slova smyslu vést k umírněnosti. Je to sice nezbytná podmínka pro křesťanský život, ale ctnost se nevychovává pouhým „vyhýbáním se zlu“ - byť je to neoddělitelná součást života v milosti Boží -, ale ovládním smyslových rozkoší, které jsou v zásadě samy o sobě dobré. Mnohem důležitější je naučit děti správně používat své věci a pomůcky, ať je jejich obsah sebelepší.

To, že nekritické sledování televize, třebaže se tak děje v rodině, vede k narušení rodinného prostředí, je nabíledni. Ještě horší je, když má každá místnost svou vlastní televizi, kde se každý „zavře“ a dívá se na své oblíbené pořady. Něco podobného lze říci i o nekritickém (a někdy

nutkavém) používání mobilních telefonů a počítačů.

Jako ve všem i zde platí, že když rodiče a vychovatelé tyto přístroje sami používají s mírou, naučí se od nich děti dělat totéž. Když však rodiče tráví hodiny u televize, „aby věděli, co dávají“, nejenže dávají dětem špatný příklad, ale navíc se jim kvůli tomu nevěnují. Děti vidí, že jejich rodiče si všímají – nebo jim to tak alespoň připadá -, více cizích lidí než jich samotných.

Jestliže umírněnost znamená sebevládu, pak je dobré připomenout, že ***není lepší ušlechtilosti než se učinit služebníkem, ochotným služebníkem všech duší. Takto se dají získat velké pocty pozemské i nebeské.***[13]

Umírněnost umožňuje člověku zapojit své srdce a schopnosti do služby bližnímu, do služeb lásky, což

je jediný klíč ke skutečnému štěstí. Svatý Augustýn, který musel hodně bojovat s lákadly nemírnosti, to vysvětluje následovně: „Obráťme svou pozornost na umírněnost, jejímž příslibem je čistota a bezúhonnost lásky, jež nás pojí s Bohem. Její úlohou je potlačovat a zmírňovat vášně, které touží po tom, co nás odvádí od zákonů Božích a od jeho dobroty, nebo, což je to samé, od věčné blaženosti. Zde má své sídlo Pravda, jejíž kontemplování, těšení se z ní a niterné spojení s ní nás činí blaženými; oproti tomu ti, kdo se od ní vzdalují, zaplétají se do sítí těch největších omylů a trápení.“[14]

J. De la Vega, J.M. Martín

---

[1]Lk 15, 31.

[2]Svatý Josemaría, Brázda, č. 601.

[3]2 Tim 4, 4.

[4]Řím 12, 2.

[5]Svatý Josemaría, Beseda v IESE (Barcelona), 27. 11. 1972. Viz <https://www.es.josemariaescriva.info/articulo/la-educacion-de-los-hijos>.

[6]Svatý Josemaría, Boží přátelé, č. 84.

[7]Srov. Katechismus katolické církve, č. 2521.

[8]Katechismus katolické církve, č. 2522.

[9]Svatý Josemaría, Beseda v Colegio Enxomil (Oporto), 31. 10. 1972.

[10]Svatý Řehoř Veliký, Moralia, 21.

[11]Svatý Josemaría, Beseda v Pozoalbero (Jerez de la Frontera), 12. 11. 1972. Viz <https://www.es.josemariaescriva.info/articulo/la-educacion-de-los-hijos>.

[12]Katechismus katolické církve, č. 2524.

[13]Svatý Josemaría, Výheň, č. 1045.

[14]Svatý Augustin, Las costumbres de la Iglesia Católica, kap. 19.

.....

pdf | dokument generován automaticky  
z [https://opusdei.org/cs-cz/article/  
vychovavat-v-umirnenosti-a-  
stridmosti-2/](https://opusdei.org/cs-cz/article/vychovavat-v-umirnenosti-a-stridmosti-2/) (21.03.2026)