

Umjerenost i vladanje sobom (I)

“Imajte hrabrosti učiti djecu suzdržanosti. Ako ih to ne naučite, ništa nećete postići.” inzistirao je sv. Josemaria.

15.06.2015.

Kada roditelji, odgajajući djecu, brane nešto što bi oni htjeli činiti, nije rijetko da dijete postavlja pitanje zašto ono ne može pratiti posljednju modu ili satima surfati Internetom i igrati kompjuterske igrice. Prvi odgovor je najčešće “zato što si to ne možemo priuštiti,” ili “jer moraš

završiti svoju domaću zadaću," ili možda bolje "zato što ćeš tako postati rob svojih hirova."

Ovi odgovori vrijede jer je pomoću njih moguće vrlo brzo završiti raspravu, međutim, oni mogu imati neželjenu posljedicu zamagljivanja ljepote i vrijednosti krjeposti umjerenosti, čineći je u dječjim očima samo negiranjem onoga što ih privlači.

Upravo suprotno – umjerenost, kao i svaka druga krjepost, je prvenstveno afirmativna, potvrdna. Ona pomaže osobi vladati nad sobom, te stavlja na pravo mjesto osjećaje, strasti, želje i najintimnije osobne težnje. Ukratko, osigurava uravnoteženo korištenje materijalnih dobara i pomaže težiti za višim dobrom.[1] Upravo zbog toga, Sv. Toma Akvinski postavlja krjepost umjerenosti kao korijen i bazu emocionalnog i duhovnog života.[2] Zapravo, čitamo li pažljivo

blaženstva, možemo primijetiti da su ona sva povezana upravo s ovom krjeposti. Bez nje je nemoguće vidjeti Boga, biti utješeno, zadobiti zemlju i Nebo, te strpljivo trpjeti nepravdu.[3] Umjerenost usmjerava ljudsko srce kako bi ono prigrllilo sve ostale vrline.

Vlast nad sobom

Kršćanstvo se ne ograničava govoreći da je užitak "dopušten". Naprotiv, užitak je pozitivno dobro, jer ga je sam Bog učinio dijelom ljudske prirode kao rezultat zadovoljenja naših težnji. Uz ovakav pogled na užitak istovremeno smo svjesni postojanja istočnog grijeha koji unosi nered među ljudske strasti. Svima je jasno zašto sv. Pavao kaže "Činim zlo koje ne želim."[4] Čini se kako da su zlo i grijeh umetnuti u ljudsko srce koje se nakon Pada mora čuvati samo od sebe. Upravo je to glavna uloga

krjeposti umjerenosti, izvor i zaštita unutrašnjeg reda.

Jedna od prvih točaka *Put*a pomaže postaviti umjerenost u života žene i muškarca: "Navikni se reći ne." [5] Jednom je mladiću prilikom ispovijedi, sv. Josemaria objasnio značenje ove točke rekavši kako je lakše reći "da" ambicijama, strastima [6]. U jednom druženju istaknuo je: "kada kažemo da, sve je lako. Ali kada kažemo ne, započinje borba koja ponekad završava porazom, ne pobjedom. Prema tome, moramo se naučiti reći ne kako bismo pobijedili u ovoj borbi, jer iz ove unutrašnje pobjede dolazi mir koji unosimo u naše domove, u domove svakog od vas, u društvo, u cijeli svijet." [7]

Često govoreći "ne" nosi sa sobom unutrašnju pobjedu koja je izvor mira. To znači da se odričemo nečega što nas odvaja od Boga – ambicija našeg ega, neurednih strasti... Na taj

način također potvrđujemo svoju slobodu i zauzimamo ispravan stav prema svijetu.

Kada neka osoba kaže “da” svakomu i svemu što se čini privlačnim, ona se ponaša mehanički i na jedan način se depersonalizira, prestaje biti osoba, postajući marioneta pokretana voljom drugih. Možda smo i sami upoznali neku osobu koja ne zna reći “ne” poticajima okoline ili zahtjevima ljudi oko sebe. Takve osobe su laskavci čiji je prividni duh služenja zapravo manjak osobnosti ili čak licemjerje, ljudi koji ne znaju zakomplicirati svoj život govoreći “ne”.

Osoba koja odgovara na sve sa “da” na kraju pokazuje kako joj sve osim nje ima vrlo malo važnosti. S druge strane, onaj koji zna da u srcu nosi blago, [8] ima potrebu boriti se protiv svega što može ugroziti to blago. Prema tome, reći “ne” nekim

stvarima znači, prije svega, predati se drugim dobrima; postaviti se u i prema svijetu, potvrditi pred svima ljestvicu svojih vrijednost, način življenja i ponašanja. Na kraju, to znači izgraditi vlastiti karakter, predati se onome što se zaista cijeni i pokazati to svojim djelima.

“Umjerenost je vlast nad sobom.”
Vlast nad sobom postiže se kad smo svjesni da “se ne treba dati voditi svime što iskusimo u tijelu ili duši. Ne treba se uvijek činiti sve ono što možemo činiti. Jednostavno se dati voditi tzv. prirodnim poticajima, ali ova cesta završava tugom i osamljenošću u vlastitoj bijedi.”[9]

Takva osoba postaje ovisna o vanjskim poticajima, tražeći sreću u varljivim i kratkotrajnim užicima koji nikada ne mogu potpuno zadovoljiti. Neumjereni osoba nikada ne pronalazi mir – prelazeći s jednog objekta na drugi ostaje

zarobljena u beskrajnoj potrazi koja postaje istinski bijeg od samoga sebe. Uvijek je nezadovoljna, ne prihvaća svoju stvarnost neprestano tragajući za novim užicima.

Malo je poroka u kojima je ropstvo grijehu bolje vidljivo nego u neumjerenosti. Kako sam Apostol kaže, odali su se očajavanju i pohoti. [10] Neumjereni osoba gubi kontrolu nad sobom, nastojeći uvijek tražiti nove užitke i zadovoljstva. Nasuprot tome, umjerenost kao plod ima vedrinu i mir. Ona niti ušutkava, niti negira želje i strasti, već čini čovjeka pravim gospodarom nad sobom. Mir se jedino pronalazi u srcu koje je sigurno u sebe i koje se je spremno dati.

Suzdržanost i umjerenost

Kako možemo druge naučiti vrlini suzdržanosti? Sv. Josemaria je to pitanje često postavljao, naglašavajući dvije temeljne misli:

hrabrost u vlastitom primjeru i stalno njegovanje tuđe slobode. Rekao je da bi roditelji trebali učiti svoju djecu da „žive umjereno, da vode donekle 'spartanski', tj. kršćanski život. Teško je, ali morate biti hrabri: imati hrabrosti podučavati ih u stezi. Ako tako ne budete činili, nećete ništa postići.“ [ref: Sv. Josemaria, Susret u Barceloni, 28. studenog 1972.]

Prije svega, roditelji trebaju biti hrabri kako bi osobno vodili život kršćanske stege. Upravo zato što je to vrlina čiji je cilj upravljen prema nenavezanosti, oni koje se podučava moraju vidjeti njezine dobre učinke. Ako roditelji kroz svoj umjeren život zrače radost i mir duše, njihova djeca dobit će poticaj da ih nasljeđuju. Najjednostavniji i najprirodniji način prenošenja te vrline je unutar obitelji, posebno dok su djeca još malena. Ako djeca vide da se roditelji uz smiješak odriču onoga što se može

nazvati hirom, ili žrtvuju svoj vlastiti odmor kako bi se skrbili za obitelj (npr. pomažući djeci da napišu domaću zadaću, kupajući ili hraneći malene, ili se igrajući s njima), ona će shvatiti značenje tih postupaka i njihovu važnost za okruženje doma.

Osim toga, hrabrost je potrebna i kako bismo zadržali vrlinu umjerenosti kao poželjno dobro i životni stil. Svakako je lakše prenijeti vrlinu umjerenosti na djecu ako sami roditelji žive tu vrlinu. Ponekad se kod roditelja može pojaviti sumnja da se upliću u legitimnu slobodu svoje djece ili da im „nameću“, bez prava na to, svoj vlastiti životni stil. Mogu se čak zapitati ima li smisla tražiti od svoje djece da se odriču nečega ako oni sami nemaju želju za odricanjem. Ako im uskratimo hir, neće li se želja za njim zadržati ili čak ojačati, pogotovo ako je riječ o nečemu što imaju

njihovi prijatelji? Oni se tako mogu osjećati „diskriminiranim“ u odnosu na svoje vršnjake. Ili čak i gore, to može biti prilika da se udalje od svojih roditelja i postanu neiskreni.

Ako smo realni, vidjet ćemo da ni jedan od tih prigovora zapravo nije uvjerljiv. Živeći umjereno, prepoznamo da je umjerenost dobro, i da nije riječ o nametanju nerazumnog i nepodnošljivog tereta na pleća svoje djece, već da ih time pripremamo za život. Kao što je sv. Josemaria inzistirao, život stege je kršćanski život. Umjerenost je ključna vrlina s pomoću koje uvodimo red u kaos koji je istočni grijeh uveo u ljudsku narav.

Za tu vrlinu svi bi se trebali boriti da je steknu ako žele zagospodariti samima sobom. Moramo stoga biti kadri objasniti zašto je potrebno živjeti tu vrlinu i kako se dovesti u situaciju kada je možemo vršiti. I

kada se prilika pojavi, moramo znati kako se oduprijeti (moleći Gospodina za snagu) hirovima koji dolaze iz okoline i dječjih želja – koje su prirodne, ali i okaljane naslijeđenom požudom.

Sloboda i suzdržanost

Kada je sve rečeno i učinjeno, postavlja se pitanje odgajanja djece istovremeno i u suzdržanosti i u slobodi. Te dvije sfere nikada ne smiju biti odvojene, budući da sloboda prožima cijelo čovjekovo biće i predstavlja temelj svakog obrazovanja. Obrazovanje je usmjereno prema tome da pomogne osobi da slobodno donese ispravne odluke koje će oblikovati njegov ili njezin život.

U tom procesu ne pomaže zaštitnički pristup u kojem, za sve praktične svrhe, roditelji završe tako da zanemare volju djeteta i nadgledaju svaki njegov pokret; kao ni

ekstremno autoritativan pristup koji ne ostavlja prostora za rast djetetove osobnosti i vlastitog prosuđivanja. Takvi pristupi na kraju rezultiraju ili „zamjenama“ za nas same ili osobama bez karaktera.

Ispravan je pristup dopustiti djeci da donose vlastite odluke na način koji je prikladan njihovoj dobi; naučiti ih donositi odluke ukazujući im na njihove posljedice. Istodobno, oni moraju imati osjećaj podrške od svojih roditelja – i svih onih koji sudjeluju u obrazovanju – kako bi izabrali ispravno ili da, u slučaju potrebe, znaju ispraviti svoje pogrešne odluke.

Ovdje bi nam mogao pomoći jedan događaj iz života sv. Josemarije. Njegovi roditelji odbijali su popuštati njegovim hirovima, i kada bi mu se ponudilo za jelo nešto što nije volio, njegova majka nije htjela pripremiti nešto drugo. Jednoga je dana dječak

bacio tanjur hrane koju nije volio u zid. Njegovi su roditelji ostavili mrlju na zidu nekoliko mjeseci, kako bi dječak mogao jasno vidjeti posljedice svog postupka. [ref: Cf. Andres Vazquez de Prada, *The Founder of Opus Dei*, Scepter, vol. 1, p. 19.]

Pristup roditelja sv. Josemarije pokazuje nam kako uskladiti poštovanje prema djetetovoj slobodi s nužnom hrabrošću da se ne radi kompromis s nečim što je samo djetetov hir. Sigurno će se načini rješavanja različitih situacija razlikovati. U odgoju djece ne postoje laki recepti koji su mogu primijeniti na sve slučajeve; važno je pronaći ono što je najbolje za svako dijete i biti jasan, budući da smo u vlastitom životu iskusili koje vrijednosti trebaju biti podučavane i njegovane, a što može biti štetno. U svakom slučaju, najbolje je dati prednost principu poštivanja slobode; bolje je pogriješiti u nekim slučajevima nego

uvijek nametati vlastitu prosudbu; pogotovo kada je djeca počinju doživljavati kao nerazumnu ili čak proizvoljnu.

Ova mala anegdota iz života sv. Josemarije usmjerava pažnju na jedno od ključnih mjesta gdje djecu možemo podučavati vrlini suzdržanosti: za vrijeme obroka. Sve što se radi u smjeru njegovanja lijepog ponašanja i suzdržanosti u obrocima pomaže djeci da steknu tu vrlinu.

Istina je da svako životno razdoblje predstavlja specifične okolnosti koje zahtijevaju da se formacija pruži na različite načine; npr. adolescencija će zahtijevati veću diskreciju u društvenim odnosima, dok će istovremeno roditeljima omogućiti da na potpuniji način objasne razloge postupanja na jedan, odnosno na drugi način. Ali suzdržanost u obrocima može se podučavati od

najnježnije dobi s izvjesnom lakoćom, davajući djetetu hrabrost i samokontrolu koje će im biti od velike koristi kada dođe vrijeme za borbu sa suzdržanošću u adolescenciji.

Tako na primjer pripremanje razolikih jelovnika, pazeći na hirove, ohrabrivanje djece da do kraja pojedu hranu koja im se posebno ne sviđa, da ne ostavljaju hranu na tanjuru, učenje ispravnog načina korištenja pribora za jelo, ili inzistiranje na tome da nitko ne počne jesti dok svi ne budu posluženi, jesu specifični načini jačanja djetetove volje. Za vrijeme najranijeg djetinjstva obiteljsko okružje suzdržanosti – hrabre suzdržanosti! – koju roditelji nastoje živjeti prenijet će se kao osmozom na djecu, a da u vezi s tim ne moramo činiti ništa posebno.

Ako se ostatak hrane ne baca, već se koristi za pripremanje drugih jela; ako roditelji ne jedu između obroka, ili čekaju dok drugi ne dobiju drugu porciju deserta koji izgleda jako privlačno, djeca će takvo ponašanje smatrati prirodnim. U pravom trenutku mogu im se dati razlozi za takvo ponašanje, na način na koji mogu razumjeti: tako da bi bili velikodušni i pokazali privrženost braći i sestrama, ili da bi ponudili malu žrtvu Isusu... razlozi koje djeca često bolje razumiju nego što odrasli misle.

J.M. Martin i J. de la Vega [1]

Katekizam Katoličke Crkve, 1809.

[2] Sv. Toma Akvinski, Sv. *T.* II-II, q. 141, aa. 4, 6.

[3] *Mt* 5:3-11.

[4] *Rim* 7:19.

[5] *Put*, 5.

[6] Sv. Josemaria, Rukopis, Kritičko-povijesno izdanje, 5.

[7] Sv. Josemaria, Bilješke s druženja, 28. listopada 1972.

[8] *Mt* 6:21.

[9] Sv. Josemaria, *Prijatelji Božji*, br. 84.

[10] *Ef* 4:19.

[11] Sv. Augustin, *Božji grad*, 19, 13.

[12] Sv. Josemaria, Druženje u Barceloni, 28. studenog 1972.

[13] Cf. Andres Vazquez de Prada, *The Founder of Opus Dei*, Scepter, vol. 1, p. 19.

.....

hr-hr/article/umjerenost-i-vladanje-
sobom-i/ (24.03.2026.)