

## Воздержание и самообладание (II)

«Кто властвует над собой, имеет прекрасную возможность служить Богу и своему ближнему, достигает счастья и мира».

09.12.2014

Юношеский возраст предоставляет новые возможности для того, чтобы привить добродетель воздержания. Юноши являются достаточно зрелыми, чтобы с лёгкостью приобретать

добродетель. Добродетели требуют углубления привычек поведения и мотивов в пользу желания делать добро. Хотя дети младшего возраста могут делать добрые дела, но только когда они достигают умственного и эмоционального развития чтобы понять смысл своих добрых дел и оценить их последствия.

Важно объяснять подросткам причины определённых деяний, так как, вероятно, молодые люди воспринимают их как формальность или как определённые рамки для поведения, которые они воспринимают просто как запреты. В конечном итоге, мы должны как следует объяснить, почему надо быть воздержанным. Например, во многих случаях призывы быть воздержанным звучат неубедительно (особенно где это преподносится в

развлекательной манере как метод обучения), с тем, чтобы достичь успеха в будущей карьере. Хотя всё это и имеет законные основания, но всё же нацелены на отдалённую реальность, что не отвечает сиюминутным интересам молодёжи.

Более эффективно будет показать красоту добродетели воздержания здесь и сейчас, заостря внимание на благородных идеалах великодушия, заполняющих их сердца и отвечающих их предпочтениям: это милосердие к нуждающимся, преданность друзьям и так далее. Нам не следует забывать, что воздержанный и контролирующий себя человек лучше помогает другим. Те, кто обладает собой, имеют прекрасную возможность посвятить себя службе Богу и

ближнему своему, и обрести великое счастье и покой здесь в земной жизни.

Юношеский возраст даёт новые возможности для самоконтроля и воздержания. Естественное любопытство для тех, кто открыт для всех жизненных возможностей, усиливает новое чувство превосходства над будущим. Желание всё изведать и испытать легко отождествляется со свободой. В этом возрасте молодые люди хотят чувствовать себя свободными от принуждения, они могут воспринимать режим дня, порядок, учёбу, ограниченность в расходах и т.д. как «несправедливые требования».

Более того, такой распространённый в наше время подход к вещам поддерживается и подкрепляется коммерческими

интересами озабоченными  
прибылью.

В такой ситуации родители не должны поддаваться неблагоприятным обстоятельствам; наоборот, им следует мыслить позитивно, находить неординарные решения, обсуждать всё с детьми, помогать им в поисках внутренней свободы, культивировать терпение и молиться за них.

### **Ключ к счастью**

В западных странах огромное количество рекламы рассчитано на молодёжь, покупательская способность которых увеличилась в последние годы. Различные бренды входят и также быстро выходят из моды. «Обладание» вещью определённого бренда является условием вхождения в общество. Молодого человека принимают в сообщество не ради

того, какой он есть, сколько, чем обладает и какое производит впечатление на других.

Потребительское поведение подростков обусловлено часто не желанием обладать множеством вещей, сколько самоутвердиться в глазах своих друзей.

В добавление к этим причинам, общество потребления заставляет людей не останавливаться на том, что у них есть, а покупать всё новые бренды. Например, ежегодная покупка нового компьютера или автомобиля, мобильного телефона последней модели, модную одежду, которая потом даже и не используется, коллекционирование компакт-дисков, фильмов, всякого рода компьютерных программ только ради чувства обладания. Тот, кто поддался этому влиянию, кто находит удовлетворение в приобретении и потреблении, тот

потерял контроль над своими чувствами.

Очевидно, не стоит возлагать всю вину на рекламу и влияние окружающей среды. Вину несут и те, кто не обеспечил приличное воспитание. Поэтому родителям и всем занятым в сфере воспитания нужно чаще задаваться вопросом, как лучшим образом выполнить ключевую задачу обучения детей – главнейшую задачу из всех, так как от этого зависит счастье будущих поколений, справедливость и мир в обществе.

Родителям следует осознавать важность семейной атмосферы в установлении приоритетных ценностей. Как и во всём, хорошо бы детям с раннего возраста усвоить, что жить согласно своему социальному статусу не означает впадать в потребительство или в безумные расходы. В некоторых

странах существует пословица: «хлеб дан Богом, и поэтому его нельзя расточать». Это особый способ помочь детям понять, что они должны насыщаться желудком, а не глазами; что они должны доесть до конца всё, что лежит на тарелке и поблагодарить за то, что имеют, потому что многие люди в этом мире голодают. Дети должны осознать, что всё, что нам даётся, и чем обладаем, есть *дар*, который мы должны употребить на пользу.

Понятно, что родители не хотят, чтобы их чадо был обделён тем, что есть у других детей и чего не было у самих родителей в детском возрасте. Но это не значит, что родители должны давать детям всё, что они пожелают. Они должны научить своих детей не сравнивать себя с другими и не подражать другим во всём, что ведёт к ментальности вещизма.

Общество изобилия и роскоши, социальных статусов и статистики заставляет нас соревноваться и сравнивать себя с другими. Но наш Господь не сравнивает нас друг с другом. Он говорит нам: *сын мой, ты всегда со Мной и всё Моё - это твоё*[1].

Для Него мы особо любимые чада, одинаково ценимые, любимые и дорогие. Здесь и есть ключ в воспитании счастья:

поддерживать себя и своих детей в самореализации в отчем доме, где нас любят просто за то, какие мы есть, потому что мы являемся сыновьями или дочерьми, немного разные, но в целом одинаковые. Это перекликается с материнским воспитанием и справедливостью, обращаться с неодинаковыми детьми неодинаково.[2]

Далее, обучение воздержанию не должно сводиться к простому

запрету. Этому надо обучать позитивно, помогать детям бережному отношению к вещам - одежде, игрушкам или другим вещам. Следует также давать им ответственные поручения, учитывая возраст: поддерживать порядок в своей комнате, присматривать за младшими братьями и сёстрами, помощь в хозяйстве по дому (приготовление завтрака, покупка хлеба, вынос мусора, накрывание стола...). Надо им помочь способности с юмором и без жалоб воспринимать нехватку чего-либо и проявлять великодушие к нуждающимся.

Св. Хосемария с удовольствием вспоминает своего отца, который всегда щедро давал милостыню, несмотря на финансовые трудности. Все эти повседневные семейные дела поддерживают атмосферу приоритета человека над вещами.

## Обладание миром

*Соблюдай себя во всём[3].*

Короткое послание св. апостола Павла к Тимофею очень ценное для всех времён и народов. Это послание предназначено не только для тех, кто следует своему призванию и не только для родителей, чтобы «навязать» его детям. Скорее, это послание для тех родителей и воспитателей, которые могут применить его значение для любого возраста, любого человека и при любых обстоятельствах. Оно требует поступать благоразумно и вдумчиво, спрашивая совета при необходимости принять правильное решение.

И если, не смотря ни на что, юноши и девушки не понимают, что необходимо соблюдать меру и протестуют, то впоследствии, они начинают ценить это и бывают

благодарны. Нужно вооружиться терпением и силой воли, потому что в некоторых случаях придётся плыть против течения. Нам всем следует помнить, что если что-то делают другие, это не является веской причиной подражать им. *Не будь приспособленцем в этом мире, а следуй за обновлённым сознанием, ибо ты можешь утверждать, что есть Воля Божья, что есть благо, польза и совершенство*[4].

В связи с вышесказанным, не надо быть чрезмерно щедрым на подарки детям, так как они должны учиться быть воздержанными и обходиться тем, что у них есть. Касательно карманных денег, св. Хосемария советует родителям: «Своей чрезмерной любовью, вы сделаете детей мягкотелыми. Не папочка даст, так мамочка или бабуля. Временами все трое потихоньку

суют деньги. А ребёнок, пользуясь этим, теряет душу. Так придите же к единому соглашению. Не надо так с детьми. Решите, что каждый может сделать, с чем справится, чтобы проявить самоконтроль. Не позволяйте детям иметь слишком много денег, пока они не научатся самостоятельно зарабатывать»[5]. Мы должны научить их с пользой тратить деньги, покупать с умом, умеренно пользоваться телефоном с ежемесячной оплатой, пресекать попытки тратить деньги ради просто «удовольствия тратить»...

Однако, денежный вопрос это один аспект. Что-то подобное происходит и с пустой тратой времени. Частью воздержанной жизни является и умеренно потраченное время на развлечения, хобби или спорт. Воздержанность освобождает

наше сердце, и мы можем посвятить себя более трудной, но важной деятельности, например учёбе. Это освобождает нас от эгоизма и наполняет нашу жизнь самоотдачей для семейной жизни или дружбы, или пожертвовать время и деньги нуждающимся. Это надо поощрять в детях пока они ещё маленькие.

### **Сдерживая любопытство, поддерживаем скромность**

«Воздержанность делает душу благоразумной, скромной и понимающей. Это помогает естественному чувству сдержанности, которое нравится всем, так как символизирует разумный самоконтроль»[6]. Св. Хосемария подводит итог о плодах воздержанности и относит их к особой добродетели, сдержанности, являющейся чертой порядочности и

скромности. «Скромность» и «порядочность» являются неотъемлемой частью воздержанности[7], потому что другой сферой этой добродетели является сдержанность в сексуальном проявлении. «Скромность препятствует проникновению в тайну людей и их любовных отношений. Она способствует терпению и умеренности в любовных отношениях; она требует особых условий для дарения мужчиной и женщиной друг другу. Скромность это порядочность. Она влияет на выбор одежды. Она молчит или сдержанна, когда есть признаки нездорового любопытства. Она осторожна»[8].

Если подросток воспитывал свою волю с детства, в нужный момент приобретённая сдержанность поможет осознать естественную сексуальность с человеческой

точки зрения. Важно, чтобы отец с сыном или мать с дочерью были в доверительных отношениях, чтобы объяснить им красоту земной любви. Как св. Хосемария советует: «Отец должен стать другом своим сыновьям. Здесь нужно приложить определённые усилия. Если отец не поговорит с сыном, придёт время и сын спросит, как зарождается жизнь с естественным и немного нездоровым любопытством. Он просто спросит беззастенчивого друга, и далее будет смотреть на родителей с отвращением.

Если вы воспитываете сына с раннего детства, когда придёт время, вы, призвав Бога, расскажете ему о зарождении жизни в самой благородной манере. Если вы это сделаете, сын подбежит к маме чтобы обнять её, потому что она такая хорошая. Он поцелует вас и скажет: «Как добр

Господь, что позволил моим родителям разделить Его созидательную силу». Может так и не скажет, но точно почувствует. Он подумает, что ваша любовь не есть нечто отвратительное, но святое»[9]. Будет намного легче, если мы не будем уклоняться от естественных детских вопросов и ответим достойно для их понимания.

Здесь также уместен пример с воздержанностью в еде. Одних слов недостаточно; мы должны показать своими поступками, что «не следует смотреть на то, чего требует желание»[10], и обеспечить такую же атмосферу у себя в доме, как это было в доме в Назарете.

Широкое распространение опошления сексуальности заставляет обратить наше внимание на телевидение,

интернет, книги и видеоигры. Здесь не нужно поддаваться «подозрительному опасению» по отношению к СМИ (средствам массовой информации), а извлекать определённую выгоду в образовательных целях, научить детей относиться к ним позитивно и критично. Нам не нужно бояться отвергнуть всё вредное для формирования души и личности. «С самого раннего периода дети являются беспристрастными свидетелями образа жизни родителей. Вы это не осознаёте, но они всё подвергают оценке, и иногда судят вас не в самом лучшем свете. Итак, что происходит дома, остаётся у детей на всю жизнь»[11].

Когда дети видят, что родители переключают канал, если там происходит нечто непристойное, т.е. видят, что родители

настроены на моральное содержание телепрограмм или книг, то эта чистота передаётся от родителей детям. Если они видят, что родители и учителя отказываются смотреть на оскорбляющую достоинство уличную рекламу, то дети сохраняют величайшую ценность чистоты целомудренного сердца и укрепляют это в своих семьях. «Воспитание скромности у детей и подростков означает пробуждение в них уважения к человеческому достоинству»[12].

Однако, даже если соблюдать чистоту окружения, всё же требуется обучаться воздержанности. Это необходимое условия для христианской жизни, ведь добродетель воздержанности не формируется только «отторжением зла». Скорее, это модифицирование удовольствий, которые сами по себе не так уж

плохи. Таким образом, важно научить детей как умеренно использовать все эти средства.

Неразборчивость в просмотре телепрограмм ведёт к разрушению семейных отношений. Самый худший вариант – это когда в каждой комнате есть телевизор и каждый член семьи «уединяется», чтобы посмотреть свою любимую программу. То же самое относится к беспорядочным пользованием мобильным телефоном и компьютерами.

Как и во всём, когда родители и учителя используют эти средства, дети делают то же самое. Если родители проводят целые часы перед телевизором, желая узнать «что там происходит», они не то что дают плохой пример детям, а отказываются от детей в пользу чужих жизней. Стоит вспомнить,

что воздержание есть самоконтроль, «нет лучшего самообладания, чем быть слугой для всех душ! Этим можно достигнуть величайшей славы, как на земле, так и на небе»[13].

Воздержанность даёт нам возможность служить всем сердцем ближнему своему в любви, что есть ключ к счастью. Св. Августин, который всю свою жизнь боролся с искушениями и излишествами, писал: « давайте смотреть на воздержание, как гарант чистоты и полноты любви, которая соединяет нас с Богом. Её роль состоит в сдерживании и подавлении страстей, отталкивающих нас от Бога, а значит, от благодати и счастья. На сим зиждется обитель Истины, следуя с преданностью ей, мы счастливы; но отступая от неё, мы увязаем в заблуждениях и тонем в отчаянии»[14].

Х. Де ла Вега, Х.М. Мартин

---

[1] Лк 15:31.

[2] См. Св. Хосемария, *Кузница*, 601.

[3] 2 Тим 4:5

[4] Рим 12:2.

[5] Св. Хосемария, запись семейной встречи в IESE от 27-  
XI-1972.

[6] Св. Хосемария, *Друзья Божие*,  
84.

[7] См. Катехизис Католической  
Церкви, 2521.

[8] Катехизис Католической  
Церкви, 2522.

[9] Св. Хосемария, запись семейной встречи в Опорто от 31-X-1972.

[10] Святой Григорий, *Moralia*, 21.

[11] Св. Хосемария, запись семейной встречи в Херез де ла Фронтера, 12-XI-1972.

[12] Катехизис Католической Церкви, 2524.

[13] Св. Хосемария, *Кузница*, 1045.

[14] Бл. Августин, *De moribus ecclesiae catholicae*, гл 19.

.....