opusdei.org

Умеренность и самообладание (I)

«Имейте мужество научить детей воздержанию. Если не научите, то ничего не достигните», настаивал св. Хосемария. Предлагается новая статья о семье.

07.11.2014

Когда родители при воспитании детей отказывают им в прихотях, дети обычно спрашивают, почему они не могут иметь какую-нибудь новую вещь, проводить время в интернете или играть в

компьютерные игры. Обычно родители отвечают просто - «потому что мы не можем позволить себе это», или «потому что тебе надо доделать уроки», или ещё лучше «потому что ты станешь рабом своих прихотей».

Все эти ответы вполне правильные и помогают выйти из временного замешательства. Однако в результате они невольно затмевают красоту такой добродетели как воздержание. В глазах ребёнка это выглядит как простой отказ в том, что его привлекает.

Наоборот, воздержание, как всякая другая добродетель, имеет абсолютно утверждающий характер. Она позволяет человеку стать хозяином самому себе и упорядочивает эмоции и привязанности, желания и предпочтения и самые

сокровенные склонности своего «я». Короче говоря, она обеспечивает уравновешенность в потреблении материальных ценностей и помогает устремляться к высшему благу[1]. Поэтому св. Фома Аквинский рассматривает воздержание как основу для чувственной, так и для духовной жизни[2]. На самом деле, если мы внимательно читаем о жизни блаженных, мы видим, что почти все они, так или иначе, обладали этой добродетелью. Без неё нельзя ни узреть Бога, ни найти утешения, ни унаследовать земное и небесное царство, ни научиться переносить несправедливость со смирением[3]. Сдержанность в желаниях придаёт силы человеческому сердцу осуществлять все добродетели.

Самообладание

Христианство не ограничивает нас, говоря, что удовольствие «разрешено». Скорее, удовольствие рассматривается как благо, ибо сам Господь сделал оное как часть человеческой природы для удовлетворения наших нужд. Однако это совместимо с осознанием существования первородного греха, внёсшего хаос в наши страсти. Мы все понимаем, почему св. апостол Павел говорит, *зло творю, не желая того*[4]. Это как будто зло и грех были вложены в сердце человека, которое после Грехопадения вынуждено защищать себя от самого себя. Здесь роль сдержанности особенно проявляется в защите и правильной ориентации внутреннего настроя человека.

Один из первых пунктов книги «Путь» помогает привнести

сдержанность в жизнь мужчин и женщин: «научитесь говорить нет»[5]. Св. Хосемария, объясняя значение этого пункта своему духовнику, сказал, что «намного легче сказать да: амбициям, чувствам…»[6]. На одной из реколлекций он сказал, что «когда мы говорим да, всё становится легко. Но когда нам приходится говорить Нет, нам предстоит борьба, иногда поражение, а не победа является результатом этой борьбы. Итак, говорить Нет должно войти в нашу привычку, чтобы побеждать в этой борьбе, потому что вслед за внутренней победой приходит мир – покой, который ты несёшь в дом каждого из нас, в общество и весь мир»[7].

Умение говорить «нет» часто приводит к внутренней победе, что является источником мира. Это означает отказ себе в том, что отделяет нас от Бога – это амбиции

своего эго, различные пристрастия…Это необходимо для нашей свободы и открытой позиции к миру.

Если говорить «да» всем и всему кажущемуся притягательным, то человек действует механически и, в какой-то степени, «обезличивает» себя, становясь марионеткой в чужих руках. Наверняка вам известны такие люди, которые не в состоянии говорить «нет» какой-либо ситуации или окружающим людям. Это фальшиво-услужливые льстецы без характера, их можно назвать лицемерами, теми людьми, которые не хотят усложнять себе жизнь отказом.

Безотказный человек относится к внешнему миру безучастно. С другой стороны, человек, знающий, какое сокровище он

имеет в сердце[8], видит необходимость борьбы против того, что противостоит этому. Следовательно, говоря «нет» некоторым вещам означает посвятить себя другим добродетелям; это позиционирование такого мира, где мы демонстрируем свою шкалу ценностей, свой личный выбор существования и поступков. В конечном итоге, это означает желание сформировать свой характер в духе истинных ценностей и доказать это своими действиями.

Выражение «уравновешенный» часто означает основательность и стойкость. «Сдержанность это самоконтроль» - умение владеть собой приходит при осознании, что «не всё, что мы испытываем на уровне чувств и эмоций должно становиться полноправным хозяином. Не всё,

что мы можем сделать, следует исполнять. Конечно, намного легче поддаться естественным порывам; но это заканчивается грустным одиночеством в несчастье»[9].

Заканчивается тем, что человек зависим от внешних стимуляторов, ищет счастье в фальшивых и мимолётных удовольствиях, не приносящих удовлетворения. Неумеренный человек никогда не найдёт покоя; он мечется от одного удовольствия к другому и оказывается в плену бесконечного поиска, что является настоящим бегством от самого себя. Он всегда ненасытен, живёт без способности принять ситуацию в поисках новых ощущений.

Из всех пороков рабское желание грешить особенно отчётливо проявляется в неумеренности. Св.

апостол Павел так и говорит, *они отдали себя с отчаянием похоти**[10]***. Несдержанный человек кажется потерявшим самоконтроль в поисках новых ощущений и удовольствий. Напротив, умеренность приносит плоды умиротворения и покоя. Она не замалчивает и не отрицает желания и пристрастия, но делает человека настоящим хозяином самому себе. Мир, являющийся «умиротворённым порядком»[11], может царить в уверенном и самоотверженном сердце.

Воздержание и скромность

Как можно научить такой добродетели как умеренность? Св. Хосемария часто поднимал этот вопрос и выделял две основные идеи: сила собственного примера и постоянное поощрение людской свободы. Он сказал, что родители должны научить своих детей

«жить скромно, вести некоторым образом «спартанскую», а значит и христианскую жизнь. Это нелегко, но вы должны быть смелыми: иметь мужество приучать их к скромным потребностям. Если не будете, то ничего не достигните»[12].

В первую очередь родители должны сами жить в христианской сдержанности и простоте. Именно потому, что сие есть добродетель, направленная на беспристрастность, и посвящённые всё же увидят добрые плоды. Если родители ведут скромную жизнь и излучают радость и душевный покой, их дети будут подражать им. Самый простой и естественный способ передачи такой добродетели – это в самой семье, пока дети ещё маленькие. Если они видят, как родители с добрым чувством юмора

отказываются от своих прихотей, или жертвуют своим отдыхом ради заботы о семье (например, помогают детям с домашним заданием, купают и кормят младших или играют с ними), они поймут значение и важность этих функций для семьи.

Во вторую очередь, для поддержания добродетели умеренности требуется определённое мужество, чтобы сделать это стилем жизни. Конечно, когда сами родители живут скромно, то нетрудно передать такую скромность и детям. Но, тем не менее, возникает вопрос, не вмешательство ли это в законную свободу детей, некое «навязывание», не имея на это особых прав на изменение их образа жизни. Родители даже могут задаваться вопросом, уместно ли спрашивать детей

воздерживаться от своих желаний. Отказывая им в прихотях, не усиливают ли они тем самым желания, особенно, если друзья детей имеет то, чего у них нет? Они ведь могут претерпевать «дискриминацию» в отношениях со сверстниками. В худшем случае, они могут отдалиться от родителей и стать неискренними.

Но, если быть реалистом, вышеупомянутые возражения неубедительны. Живя скромно, мы обнаруживаем, что скромность это благо и никак не является непереносимым бременем для детей, наоборот, готовит их к жизни. Как утверждал св. Хосемария, простая скромная жизнь и есть христианская жизнь. Воздержание это важнейшая добродетель, благодаря которой

мы вносим порядок в хаос, вызванный первородным грехом.

Это благо, когда человек стремиться стать хозяином самому себе. Поэтому нам необходимо знать, как объяснить суть этого блага и как применить это в реальных жизненных ситуациях. Когда возникнет такая ситуация, мы должны уметь противостоять (прося у Господа силы для этого) внешним соблазнам и детским прихотям, естественным, но уже испорченным зарождающейся страстью обладания.

Свобода и воздержание

При том, что уже было сказано, возникает вопрос, как воспитывать в детях одновременно воздержание и свободу. Они не могут рассматриваться отдельно друг от друга, так как свобода присуща

человеку и является основой всего обучения. Обучение нацелено помочь человеку принимать правильные решения в духе свободы, что впоследствии послужит формированию жизненного пути.

Процесс обучения не сопровождается запретными действиями, когда родители подавляют волю ребёнка и контролируют каждый шаг; или когда чрезмерной авторитарностью вытесняют личность ребёнка и самостоятельное независимое суждение. Такие подходы к воспитанию приводят к «замещении» личности и формированию бесхарактерного человека.

Правильно будет разрешить ребёнку принимать собственные решения сообразно их возрасту и

научить их делать выбор, учитывая последствия своих действий. В то же время, дети должны чувствовать поддержку родителей – и всех задействованных в образовании лиц – с тем, чтобы сделать правильный выбор и при необходимости исправить ошибочное решение.

Хорошей иллюстрацией к этому служит один случай из детства св. Хосемарии. Его родители отказались идти на поводу его капризов. Ему предложили еду, которую он не захотел съесть, тогда его мама ничего больше для него не стала готовить. Тогда мальчик швырнул тарелку с едой об стенку. Его родители сохранили пятно на стене несколько месяцев, чтобы он мог видеть последствия своего поступка[13].

Такое поведение родителей св. Хосемарии демонстрирует гармоничное сочетание уважения к свободе ребёнка и необходимой твёрдости и бескомпромиссности перед простым детским капризом. Конечно, каждая ситуация диктует разные решения. При воспитании детей нет лёгких универсальных рецептов; важно найти то, что является наилучшим для ребёнка, учитывая опыт своей жизни, научить определять ценности и отвергать то, что причиняет вред. В любом случае, лучше культивировать принцип уважения к свободе; предпочтительнее иногда ошибаться, чем навязывать свои суждения; ведь ребёнок может воспринимать их как несправедливые и авторитарные.

Этот маленький забавный эпизод из жизни св. Хосемарии

демонстрирует основные моменты в воспитании добродетели скромности: во время еды. Когда поощряются хорошие манеры и скромность во время трапезы, это помогает детям постигать добродетель.

На каждом этапе жизни ребёнка от родителей требуются другие подходы в воспитании; например, подростковый период требует большей осмотрительности в воспитании социальных отношений и обязывает родителей более чётко озвучивать свою позицию. Но скромности в еде можно научить относительно легко с раннего детства, что обеспечит их впоследствии силой воли и умением контролировать себя в юношестве.

Таким образом, например, приготовление разнообразных блюд, не беря в расчёт детские

капризы и прихоти, поощрение ребёнка доесть до конца нелюбимую еду, не оставлять еду в тарелке, правильно использовать ложки, ножи и вилки, не приступать к еде пока всех не обслужат – всё это способы воспитания детской воли. В раннем детстве особенно важен пример семьи в воспитании скромности – смелой скромности! – с которой родители пытаются жить подобно осмосу для детей.

Если оставшуюся еду не выбрасывают, а используют для приготовления других блюд; если родители не перекусывают между трапезами, ждут, когда все другие получат заслуженное второе блюдо, что особенно приятно, дети начнут воспринимать подобное поведение как естественное. В подходящий момент, причины такого поведения можно им объяснить в

доходчивой форме: быть добрым и выражать любовь к своим братьям и сёстрам, или же предложить маленькую жертву Иисусу…Это дети часто понимают лучше, чем думают взрослые.

Х.М. Мартин, Х. де ла Вега

---

[1] См. Катехизис Католической Церкви, 1809.

[2] См, Св. Фома Аквинский, S. Th. II-II, q. 141, aa. 4, 6.

[3] См. Мф 5:3-11.

[4] Рим 7:19.

[5] Св Хосемария, *Путь*, 5.

[6] Св Хосемария, *Путь*, критическое историческое издание, 5.

[7] Св. Хосемария, запись семейной встречи от 28-X-1972.

[8] См. Мф 6:21.

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

[10] Еф 4:19.

[11] Бл. Августин, *De civtate Dei* , 19, 13.

[12] Св. Хосемария, запись семейной встречи от 28-XI-1972.

[13] См. Andres Vazquez de Prada, *El Fundador del Opus Dei*, Rialp, vol. 1, p. 19.

pdf | document generated automatically from https://opusdei.org/ru/article/umerennost-i-samoobladanie-i/ (12.12.2025)