

UMIARKOWANIE CNOTĄ NA DZISIEJSZE CZASY

1. Określenie umiarkowania jako cnoty moralnej

Cnota we współczesnych rozważaniach teologicznych pojmowana jest w podwójny sposób: w *ujęciu tradycyjnym*, od czasów starożytnych, jako sprawność osobowa, czyli jako habitualna i trwała dyspozycja wewnętrzna człowieka usprawniająca do czynienia dobra oraz w *ujęciu współczesnym, psychologizujących teologów* jako postawa moralna, czy nawet etyczna figura chrześcijanina. Oznacza to, że cnota jako postawa moralna jest całościowym, ogólnopsychicznym nawykiem, który opierając się na potrzebach i pragnieniach osoby ludzkiej dynamizuje, wyznacza i ukierunkowuje jego postępowanie¹.

Nauka o cnotach (aretologia) wyróżnia przedmiotowo dwa rodzaje cnót: ludzkie (moralne) i boskie (teologalne). W kręgu naszych rozważań jest umiarkowanie, które wraz ze sprawiedliwością, roztropnością i męstwem, tworzą moralną strukturę czterech cnót głównych (kardynalnych). *Katechizm Kościoła Katolickiego* podaje definicję cnoty ludzkiej, łącząc ujęcie tradycyjne ze współczesnym: *Cnoty ludzkie są trwałymi postawami, stałymi dyspozycjami, habitualnymi przymiotami umysłu i woli, które regulują nasze czyny, porządkują nasze uczucia i kierują naszym postępowaniem zgodnie z rozumem i wiarą. Zapewniają one łatwość, pewność i radość w prowadzeniu życia moralnie dobrego*². Cnoty moralne człowiek zdobywa własnym wysiłkiem. Są one jednocześnie i owocami i załączkami czynów moralnie dobrych. Nie są celem samym w sobie, lecz uzdalniają wszystkie władze człowieka do tego, by doszedł do zjednoczenia z Bogiem. Omówienie cnoty umiarkowania należy osadzić w rzeczywistości filozoficzno-teologicznej, a na-

¹ Por. F. Greniuk, *Katolicka teologia moralna w poszukiwaniu własnej tożsamości*, Lublin 1993, ss. 191; 201–204.

² KKK 1804.

stępnie w praktycznym wymiarze życia ludzkiego. Najpierw kilka definicji, które pozwolą jak najlepiej ująć tę cnotę:

- *Umiarkowanie jest to cnota kardynalna, która sprawia, że człowiek w sposób rozumny, roztropny, świątły – z właściwą miarą wprzęga w swe życie naturalne moce, w jakie jest wyposażony*³.

- *Cnota umiarkowania polega na tym, by uporządkować pierwotne popędy człowieka w celu zachowania jednostki i całego rodzaju, i to nie tylko same w sobie, ale ze względu na ogólny cel człowieka*⁴.

- *Sens istotny cnoty umiarkowania jest taki, by pierwotne popędy utrzymania życia i gatunku uporządkować i poddać je celowi ostatecznemu*⁵.

- *Umiarkowanie (bądź opanowanie) jest zaletą moralną (cnotą) normującą pożądanie człowieka w stosunku do głównych pragnień i przyjemności związanych z działaniem w różnych dziedzinach życia osobistego, i to z uwagi na osiągnięcie ostatecznego celu istnienia*⁶.

- *Umiarkowanie jest cnotą moralną, która pozwala opanować dążenie do przyjemności i zapewnia równowagę w używaniu dóbr stworzonych. Zapewnia panowanie woli nad popędami i utrzymuje pragnienia w granicach uczciwości. Osoba umiarkowana kieruje do dobra swoje pożądania zmysłowe, zachowuje zdrową dyskrecję (wstydlivość) i nie daje się uwieść by iść za zachciankami swego serca*⁷.

Z powyższych definicji można wyróżnić trzy istotne elementy tej cnoty:

- dotyczy naturalnych popędów, pragnień, sfery zmysłowej;
- działa na zasadzie: porządkowania, opanowania, kierowania;
- za główny argument takiego działania uważa cel ostateczny człowieka.

Jeśli chodzi o samo słowo „umiarkowanie”, to po grecku określa się je jako *sofrozynie* – równowaga umysłu, umiejętność miarkowania, po łacinie *temperantia*, co pochodzi od słowa *tempero*: porządkować, regulować, panować nad czymś. W języku niemieckim, podobnie jak i w polskim źródłostów tego pojęcia opiera się na czasowniku mierzyć, odmierzyć: *Maß, Mäßigung* od *messen*. Umiarkowanie zawiera więc w sobie słowo miarkować, przykładać miarę, właściwie odmierzyć bądź też „być u miary”, aby właściwie postąpić. Człowiek powinien zatem szukać jakiegoś odniesienia, jakiejś miary do swojego postępowania.

U Platona umiarkowanie oznaczało rozwagę, która pod kierownictwem mądrości podporządkowuje wzruszenia zmysłowe rozumowi. U Arystotelesa oznaczało

³ P. Sikorski, *Umiarkowanie*, w: A. Zuberbier [red.], *Słownik teologiczny*, Katowice 1989, t. 2, s. 336.

⁴ B. Häring, *Nauka Chrystusa. Teologia moralna*, Poznań 1963, t. 3, cz. 2, s. 51.

⁵ W. Wicher, *Podstawy teologii moralnej*, Poznań–Warszawa–Lublin 1969, s. 541.

⁶ S. Witek, *Chrześcijańska wizja moralności*, Poznań 1982, s. 263.

⁷ KKK 1809.

środek między nieczułością a rozwiązłością. U stoików oznaczało przede wszystkim opanowanie siebie, które wraz z wieloma innymi cnotami ma prowadzić do stanu „*apathei*” czyli nie tyle apatii, co do stanu uniezależnienia się od namiętności i uczuć (swoista niewrażliwość na różne sytuacje)⁸.

W ujęciu teologii chrześcijańskiej umiarkowanie ma być utrzymaniem równowagi w życiu afektywnym, a więc nie może oznaczać pozbywania się uczuć, lecz dążyć do ich równowagi wewnętrznej. Zresztą według psychologii nie da się uczuć wykorzenić, ani też nawet wola i rozum nie mają bezpośredniego wpływu na intensywność uczuć, przynajmniej w pierwszych momentach ich zadziałania, podobnie jak jest z naszymi popędami naturalnymi (nie da się rozumem uciszyć głodnego żołądka, po prostu trzeba go nakarmić). Sztuką jest więc umiejętnie, czyli umiarkowane, uporządkowane działanie zgodnie z naturą ludzkiej egzystencji.

Umiarkowanie można wyjaśnić takimi pojęciami jak: skromność, powściągliwość, opanowanie. Powściągliwość objawia się szczególnie w zakresie pragnień, skromność w zachowaniu w relacji do innych, a opanowanie dotyczy wszystkiego co mamy w nadmiarze, bez potrzeby specjalnej kontroli i normowania. Te pojęcia wskazują na potrzebę „*obcinania*”, czy też dystansu wobec tego, co nadmierne. Umiarkowanie jest więc ogromnie ważne w dziedzinie pożądań, pragnień i popędów zwłaszcza, gdy ma się świadomość wielkiej dynamiki i siły tych sfer ludzkiego życia. W przeciwnym wypadku przekraczanie umiaru, zwłaszcza ponawiane i rozrastające się do wymiarów namiętności i wady, staje się niebezpieczne i szkodliwe dla człowieka, bo go po prostu zniewala⁹.

Takie ujęcie umiarkowania od strony negatywnej nie wypełnia całego zakresu tej cnoty. Pozytywną stroną tej cnoty jest rozumne kierowanie działaniem sfery ludzkich pragnień i popędów, zgodnie z zasadą „*złotego środka*” między nadmiarem a niedomiarem. Umiarkowanie ma człowieka nie tylko powściągać czy opanowywać w działaniu, ale też pobudzać i inspirować, kiedy nie ma on ochoty na pozytywne działanie, np. przy lenistwie, umiarkowanie nie ma na celu pomagać w miarę leniuchować, ale wzywa do podjęcia rozsądnego wykorzystania czasu. Umiarkowanie szanuje więc ludzkie siły, czas, pragnienia i chroni przed nadmierną eksploatacją, ale domaga się też bezwzględnie pozytywnego działania. Umiar jest tam, gdzie coś się dokonuje, a nie tam, gdzie nic się nie robi. Takie ukierunkowanie po linii umiarkowania, czyli nadawanie właściwej miary działaniu, oznacza w praktyce odnoszenie swych pragnień i przyjemności do sensu i wartości życia, czyli do najwyższego powołania człowieka, jakim jest zjednoczenie z Bogiem.

Dlatego fundamentalną zasadą kierującą umiarkowaniem jest wzgląd na ostateczny cel człowieka, stosownie do którego trzeba regulować doznania zmysłowe,

⁸ Por. W. Wicher, *Podstawy teologii moralnej*, ss. 540–541.

⁹ Por. tamże, ss. 541–542, B. Häring. *Nauka Chrystusa*, ss. 52–53.

związane z potrzebami biopsychicznymi, ażeby one nie przysłoniły najważniejszych spraw ludzkich. Umiarkowanie przypomina człowiekowi o tym, co dla niego najważniejsze. Widać to wyraźnie w nauczaniu Chrystusa. Wprawdzie w Ewangelii trudno odnaleźć bezpośrednio odniesienie się Jezusa do cnoty umiarkowania, nigdzie bowiem nie używa tego słowa, jednakże w kilku miejscach można bez obawy nadinterpretacji wskazać Jego zachętę do umiaru w odniesieniu do ludzkich pragnień i doczesnych potrzeb. Choćby wizyta w Betanii, gdzie Maria i Marta przyjmują Jezusa. Zachęta do umiaru skierowana jest do Marty, która krząta się, aby jak najlepiej podjąć Gościa, przy czym ma pretensje, że siostra jej nie pomaga. Jezus wtedy wskazuje na zbyt wielką troskę o doczesne sprawy, wobec tego, co powinno być najważniejsze dla życia ludzkiego: *Marto, Marto, troszczysz się i niepokoisz o wiele, a potrzeba mało albo tylko jednego. Maria obrala najlepszą część, której nie będzie pozbawiona* (Łk 10, 41–42).

Podobnie też ostrzega przed chciwością i nadmiernym bogactwem. Wobec dwóch braci, którzy kłócą się o spadek (Łk 12, 13–14), wskazuje, że życie nie jest zależne tylko od pieniędzy i posiadania. Przytacza przypowieść o bogatym człowieku, który zebrął obfite plony i pobudował większe spichlerze, aby z tych ogromnych zasobów mógł czerpać i przez długie lata odpoczywać, jeść, pić i używać. Te „hedonistyczne motywy” powodują, że Jezus określa takiego człowieka „głupcem”, bo w każdej chwili może go spotkać śmierć i na nic mu się to nie przyda. Widać tu przestrożę przed nadmiarem i obfitością oraz wielką zachętę do umiaru i dystansu wobec doczesnych bogactw, bo jak mówi: *Tak dzieje się z każdym, kto skarby gromadzi dla siebie, a nie jest bogaty przed Bogiem* (Łk 15, 21).

Konkretne odniesienie do cnoty umiaru znajduje się w listach Pawłowych (1 Tm 2, 9.15; Tt 2, 6). W pierwszym liście do Tymoteusza św. Paweł zachęca niewiasty, aby ich wygląd i ubiór był skromny i z umiarem, zwłaszcza w domu modlitwy, a także by całe dzieło wychowania potomstwa, za które otrzymają zbawienie, realizowały wytrwale *w wierze i miłości, i uświęceniu – z umiarem*. Do Tytusa natomiast pisze, aby upominał młodzieńców, by w stylu swego życia *byli umiarkowani*.

Z powyższego widać, że nauka NT odnośnie do umiarkowania jest zachętą wierzących, aby umieli odnajdywać wartość doczesności, spraw „tego świata” w relacji do życia nadprzyrodzonego. Oczywiście jest bowiem to, że niektóre z potrzeb ludzkich mają charakter potrzeb absolutnych i stąd domagają się one koniecznego zaspokojenia przynajmniej w postaci niezbędnej do życia i działania. Takimi potrzebami są potrzeby fizyczne: jedzenie, picie, ciepłe ubranie, praca, itp. Istnieją jednak potrzeby o charakterze względnej konieczności, czyli takie, których nieuwzględnienie w konkretnych warunkach życia, byłoby zapewne poważnym brakiem i zubożeniem osoby ludzkiej, ale nie można ich stawiać na najwyższych szczeblach hierarchii wartości. Ich treść i zakres wyznaczają okoliczności personalne i społeczne danej osoby: np. stan zdrowia, wiek biologiczny, zajmowane stanowisko, poziom zamożności, przestrzeganie przyjętych obyczajów, właściwe relacje z innymi osobami

itd. To, co w jednych warunkach byłoby dla kogoś luksusem, dla innej osoby może być zachowaniem normalnego umiaru życiowego¹⁰. Dlatego warto ukazać, jak w praktyce życia i wobec różnych sytuacji chrześcijanin powinien postępować.

2. Umiarkowanie w praktyce życia chrześcijańskiego

Cnota umiarkowania występuje jako czwarta spośród cnot kardynalnych, co wcale nie oznacza, że posiada małe znaczenie w życiu chrześcijańskim. Wręcz przeciwnie: odnosi się ona do najbardziej fundamentalnego popędu samozachowawczego człowieka, czyli instynktu życia, do którego zalicza się trzy następne, podstawowe popędy biologicznej sfery ludzkiego życia: popęd do jedzenia, do picia i do przyjemności zmysłowej. Te popędy służą człowiekowi do zapewnienia egzystencji, a także do zapewnienia istnienia gatunku ludzkiego. Są więc pozytywne i są darem Bożym. Gdy jednak popędy te zostaną wynaturzone, wtedy samoniszącym rozmachem przewyższają wszystkie inne siły w człowieku. Rodzi się wówczas w człowieku postawa „rozpasania” (niewstrzeźliwości, nieopanowania, nieumiarkowania, niepowściągliwości i nieczystości), która niszczy nie tylko piękno i szczęście wewnętrznej harmonii między ciałem a duchem, lecz powoduje też bezpośrednio nieuporządkowanie duchowej sfery osoby ludzkiej¹¹.

Rozpasanie uderza następnie w inne cnoty kardynalne: czyni człowieka nieroztropnym, a także niesprawiedliwym. Trzeba mocno podkreślić, że poza nienawiścią i zazdrością nic tak nie zaciemnia osądu roztropności jak rozpasanie. Siła niszcząca samego siebie polega na tym, że wszelkie rozpasanie czyni człowieka niewolnikiem i niezdolnym do zauważenia tego, co się dzieje. Człowiek rozpasany jest całkowicie dezorientowany na skutek przeakcentowania i zbytniego ulegania namowom poszczególnych popędów. A to powoduje, że używanie dóbr zmysłowych przesłania wzrok na wartości duchowe. Uleganie, używanie i bezcelowość popędów systematycznie rozszczepia władzę decydowania wolnej woli.

Rozpasanie jest ponadto przeciwnikiem miłości. Czyni bowiem człowieka niezdolnym do prawdziwej miłości. Miłość bowiem dąży do oddania się, ofiarowania, które nie szuka zapłaty, ceny, zadośćuczynienia. Miłość zachowuje wobec drugiego dystans czci, szacunku. Z istoty swej miłość pragnie prowadzić umiłowanego coraz wyżej, pragnie jego uszlachetnienia. Natomiast rozpasanie oddaje się egoistycznej żądzy rozkoszy (przeciwieństwo ofiarowania), następnie nadużywa i wykorzystuje drugą osobę (przeciwieństwo szacunku) i stacza ją w grzech, poniża zamiast uszlachetniać¹².

¹⁰ Por. S. Witek, *Chrześcijańska wizja moralności*, s. 264

¹¹ Por. B. Häring, *Nauka Jezusa*, ss. 51–52.

¹² Por. tamże.

Potrzeba więc, wobec takich skutków rozpasania, kształtowania cnoty umiarkowania, opanowania i skromności. Umiarkowanie w jedzeniu i w picciu, umiarkowane pielęgnowanie żądzy wiedzy, władzy, uszanowanie i skromność wobec całej sfery ludzkiej cielesności, wreszcie stałe usposobienie łagodności i opanowania, to wszystko jest skutkiem cnoty umiarkowania, przepelnionej prawdziwą miłością w postawie ludzkiej. Istnieje więc potrzeba, by ludzki umiar był oparty o cnotę miłości. Umiarkowanie np. popędu jedzenia tylko ze względu na zdrowie (też ważny wzgląd), nie da się porównać z używaniem pokarmów i napojów w duchu wdzięczności dla Boga, z mocnym postanowieniem takiego ich używania lub powstrzymywania się od nich, jak żąda tego miłość Boga, siebie i bliźniego. W takim ustawieniu naturalnych popędów człowiek potrafi się cieszyć i radować pokarmem, napojem, używaniem innych dóbr tego świata, bo wie, że to wszystko jest darem Stwórcy (*czyńcie sobie ziemię poddaną*, por. Rdz 1, 28). Nie szuka w tych dobrach tylko rozkoszy i zadowolenia dla zaspokojenia egoistycznych pragnień, ale przede wszystkim używa ich dla rozwoju swojej egzystencji, szanując egzystencję bliźniego i wyrażając wdzięczność wobec Boga (np. modlitwa przed jedzeniem). A to rodzi satysfakcję, spokój umysłu, zadowolenie, które współgrają z doznawaną przyjemnością¹³.

Umiarkowanie czyni więc zdolnym do otwarcia się na Boga i drugiego człowieka, reguluje też właściwe korzystanie z doczesnych spraw i dóbr ziemskich. Można by je porównać do nurtu rzeki. Otóż umiarkowanie nie jest wprawdzie głównym strumieniem rzeki życia ludzkiego, ale brzegiem, wałem i kaskadą, dzięki którym ta rzeka życia otrzymuje moc i pewność, a w zależności od sytuacji „przeżywa” spokojny bieg lub rozmach, spadek „ciśnienia” albo też chyżość i energię.

3. Cnoty pokrewne do umiarkowania

Św. Tomasz rozróżnia w dziedzinie pożądania zmysłowego i popędów obok umiarkowania także i powściągliwość. Warto więc prześledzić, na czym polega różnica i jednocześnie, w czym się uzupełniają te dwie cnoty. Otóż, pełna i doskonała cnota umiarkowania jest wtedy, gdy człowiek utrwali w sobie takie postępowanie, by nigdy nie dać się odwieść przez pożądanie zmysłowe od wyższych celów duchowych i będzie potrafił korzystać z przyjemności zmysłowych w granicach wyznaczonych przez rozsądek i mądrość życia. Wtedy pożądanie zmysłowe w zupełności będzie poddane woli i rozumowi¹⁴.

Natomiast powściągliwość jest jakby niższym stopniem umiarkowania, swego rodzaju preludium wobec umiaru. Bez powściągliwości nie można dojść do umiar-

¹³ Por. S. Olejnik, *Teologia moralna. Życie osobiste i współzycie międzyludzkie*, Warszawa 1990, t. 6, ss. 27–29.

¹⁴ Por. W. Wicher, *Podstawy teologii moralnej*, s. 541.

kowania i opanowania siebie. Dlaczego? Otóż człowiek wobec pożądań, pragnień i popędów ma władzę pośrednią, niejako „polityczną”. Nie ma bezpośredniego oddziaływania na pojawienie się, intensywność, czy zanik tych czynników. Mają one bowiem pewną samodzielność, autonomię i ich działanie zależne jest od poznania zmysłowego i wyobraźni¹⁵.

Coraz to doskonalsze opanowanie tych popędów i pragnień dokonuje się przez odpowiedni wpływ na poznawcze zmysły człowieka oraz na jego wyobraźnię i dlatego powściągliwość jest stanem woli u tych, którzy idą już w dobrym kierunku, ale pożądanie zmysłowe nie zostało jeszcze należycie opanowane i natarczywie sprzeciwia się porządkowi moralnemu. Powściągliwość jest jednak niewątpliwie zaletą i stanowi pierwszy krok do całkowitego opanowania i umiaru. Wprawdzie powściągliwość nie osiąga jeszcze pełnej wartości jako cnota moralna, która wymaga by i pożądanie zmysłowe podlegało rozumowi do tego stopnia, aby nie budziły się silne namiętności. Jednak powściągliwość pomaga nie ulegać pokusie. Bowiem człowiek powściągliwy podobnie jak i człowiek niepowściągliwy doznaje jeszcze silnych podnieć zmysłowych, ulega mocnym uczuciom pod wpływem różnego rodzaju bodźców zewnętrznych czy też wewnętrznych, ale zaczyna nabierać wobec nich dystansu, stara się je powściągać, nie rozniecać, nie kierować się nimi¹⁶.

Natomiast umiarkowanie polega na takim już opanowaniu popędów, pragnień przyjemności, zmysłów, że ich poruszenia i oddziaływania dokonują się w granicach rozumu i nie burzą spokoju ducha, lecz są poruszeniami natury. Innymi słowy umiarkowanie jest postawą, która potrafi kierować całą tą sferą pożądań i pragnień, leczyć różnego rodzaju napięcia i odczucia negatywne oraz porządkować ludzkie popędy, tak że z biegiem czasu, na drodze rozwoju i pracy nad sobą następuje wewnętrzna harmonia, wyciszenie, opanowanie. Wyżej jest więc umiarkowanie, bo ono kształtuje popędy i pragnienia, niż sama powściągliwość, która tylko opanowuje i ujarzmia. Zestawienie umiarkowania i powściągliwości staje się jeszcze jaśniejsze przez porównanie przeciwnych im wad: nieumiarkowania i niepowściągliwości.

Niepowściągliwość polega na nieodpowiednim, ujemnym ustosunkowaniu się do silnych wzruszeń zmysłowych, czyli człowiek niepowściągliwy zachowuje chęć i wolę opanowania się, ale przez brak dystansu, powściągliwości ulega nieuporządkowanym popędom i żałuje zaraz po upadku. Jest to wada i grzech raczej słabości, niż przewrotności woli. Natomiast u nieumiarkowanego pożądanie zmysłowe przez złą wolę specjalnie jest zwrócone do danej podniety, popędu, poruszenia i odwraca je od właściwego im przeznaczenia. Udział rozumu jest u nieumiarkowanego większy niż u niepowściągliwego, bo dobrowolnie skierowuje się w stronę danych doznań i popędów i pragnie ich coraz więcej, bez umiaru i stwarza ku temu sytuacje.

¹⁵ Por. tamże, s. 542.

¹⁶ Por. tamże.

U niepowściągliwego ulegnięcie pokusie i nieliczenie się z wymogami moralności jest praktycznie chwilowe. W zasadzie szanuje prawo moralne i chciałby żyć w zgodzie z nim, ale gdy przyjdzie pokusa, zapomina się, ulega. Ceni sobie wartość danego popędu, pragnienia, pożądania, uznaje potrzebę ich moralnego uporządkowania i nawet w chwili upadku nie porzuca tego przekonania, ale pod wrażeniem nastroju uczuciowego, braku powściągliwości, zbytniego zbliżenia się do podniety zawiesza rozsądek i dochodzi do upadku. Natomiast nieumiarkowany utrwala sobie dobrowolnie nie liczenie się z porządkiem moralnym w tych sprawach pożądawczych i tworzy sobie coraz szerszą furtkę, skalę doznaniową, aby móc postępować tak jak sam uważa, oczywiście szukając maksymalnych owoców przyjemności i rozkoszy z korzystania z różnego rodzaju dóbr doczesnych. Dlatego po dokonanym czynie zamiast żałować, cieszy się raczej ze złego postępowania, grzech staje się niejako jego drugą naturą (np. uczyty starożytnych cesarów rzymskich, czy też powiedzenie: *Za króla Sasa pij i popuszczaj pasa*)¹⁷.

Niepowściągliwy człowiek po zaspokojeniu namiętności zaczyna szczerze reflektować, widzieć swój błąd, słabość, nieuszanowanie prawa Bożego i żałuje. Taka postawa sprzyja nawróceniu i można zrozumieć i wytłumaczyć ten upadek bardziej słabością niż przewrotnością. Natomiast człowiek nieumiarkowany nie widzi większego problemu w swoim postępowaniu i stąd proces nawrócenia jest o wiele trudniejszy. Doszedł jednak do takiego stanu w wyniku przejścia ze stadium niepowściągliwości do nałogu nieumiarkowania, co w poważnym stopniu ograniczyło jego wolność woli, zdroworozsądkowe spojrzenie na dobra doczesne. Zamiast być ich panem, staje się ich sługą, bo w zasadzie wszystko robi, aby je posiadać, przeżyć, doznać.

Z tego też powodu można podzielić ludzi na cztery kategorie:

- *Nieumiarkowanych*, którzy zatracili poczucie umiaru, hołdują w dużej mierze przyjemności, a w skrajnych wypadkach rozpasaniu. Do spraw doczesnych i wobec swoich pragnień, popędów podchodzą od strony: używaj – *carpe diem* (w sensie negatywnym), wszystko mi wolno – *róbta co chceta*.
- *Niepowściągliwych*, którzy dostrzegają sens umiaru, potrzebę kierowania się zasadami rozsądku wobec spraw doczesnych i własnych pragnień, jednak łatwo im ulegają, bo nie posiadają wyrobionej postawy umiarkowania i dystansu.
- *Powściągliwych*, którzy potrafią nabierać dystansu wobec spraw doczesnych i własnych pragnień i pożądań, już wiele czynią w kierunku uporządkowania popędów, jednak wobec szczególnych sytuacji, zwłaszcza w zmysłowym pożądaniu okazują swą słabość, choć są chwile, kiedy udaje się im zwyciężyć.
- *Umiarkowanych*, którzy w sposób pełen umiaru i właściwych proporcji potrafią kierować swoją sferą pragnień i popędów oraz roztropnie korzystają z dóbr doczesnych¹⁸.

¹⁷ Por. tamże, ss. 543–544.

¹⁸ Por. tamże, s. 544.

Umiarkowanie cnotą na dzisiejsze czasy

Warto jeszcze podać na koniec tego punktu, w sposób skrótowy, zestaw cnot pokrewnych do umiarkowania w relacji do wad im przeciwnych w codziennych postawach ludzkich. Zestaw wad ułożony jest w strukturze nadmiar : niedomiar:

- kultura jedzenia – obżarstwo : zagładzanie się (anoreksja)
(umiarkowanie w jedzeniu)
- trzeźwość – pijaństwo : szowinizm antyalkoholowy
(umiarkowanie w picciu)
- czystość – rozpusta : pruderia
- skromność – bezwstydnosc : nadmierna wstydlivosc
- łagodność – gniewliwosc : flegmatyczna obojętnosc
- pokora – pycha i wynioslosc : upodlenie i samoponizanie
- humor – blaznowanie : sztywnosc¹⁹.

W praktyce życia chrześcijańskiego umiarkowanie zawiera więc w sobie umiar w standardzie życia i w używaniu. Masowa, na miarę przemysłu, produkcja łącznie z wszędzie wdzierającą się reklamą sprawia, że człowiek, który nie umie zachować miary, prowadzi bezmyślne życie konsumenta. Stąd postawa chrześcijanina wobec współczesnego świata powinna być: bierz i korzystaj, ale nie daj się zakuć w niewolę, co współcześnie Jan Paweł II określa słowami: *bardziej być niż mieć*²⁰.

4. Umiarkowanie w życiu zakonnym

Umiarkowanie w życiu zakonnym jest jednym z podstawowych wyznaczników i warunków tego stylu życia, gdyż cnota ta dotycząca sfery zmysłowej, ludzkich pragnień i popędów, dotyka szczególnie wyraźnie dwóch ślubów zakonnych, mianowicie: ślubu ubóstwa i ślubu czystości. Praktyczna realizacja tych ślubów wymaga zatem stosowania, spośród wielu innych środków duchowych, także cnoty umiarkowania, bez której pragnienie wypełnienia tych ślubów staje się w praktyce wręcz niemożliwe. Choć oczywiście samo umiarkowanie, bez modlitwy, życia sakramentalnego, pogłębionej wiedzy, kultury osobistej, wypełniania posłannictwa zakonnego, też niewiele dokona. Profesja zakonna jest stylem życia i działania, który w wymiarze naturalnym, doczesnym „uderza” i sprzeciwia się pragnieniom i popędom natury osoby ludzkiej. I zapewne jest to oczywiste.

Ślub czystości jest ślubem ofiarowania i polega na wyrzeczeniu się miłości małżeńskiej, cielesnej, jest pragnieniem nie-realizacji fizycznej seksualności – oczywiście ze względu na Królestwo niebieskie, ze względu na miłość do Chrystusa i służbę Kościołowi, czyli jest próbą spełnienia się pod względem miłości nad-

¹⁹ Por. B. Häring, *Nauka Jezusa*, s. 54.

²⁰ Por. Jan Paweł II, *Sollicitudo rei socialis*, p. 28, w: tenże, *Encykliki Ojca Świętego Jana Pawła II*, Kraków 1998, s. 470.

przyrodzonej, umiłowania spraw „nie tego świata”. Ślub ubóstwa jest natomiast ślubem rezygnacji i ofiarowania naturalnego prawa człowieka do posiadania prywatnej własności oraz jest postawą życiową, w której korzystanie z rzeczy materialnych i wytworów cywilizacyjnych jest uzależnione od podstawowych, koniecznych potrzeb osobistych, od potrzeb wspólnoty zakonnej czy też potrzeb związanych z duszpasterską działalnością Kościoła. Jeden i drugi ślub oraz oczywiście ślub posłuszeństwa mają za zadanie prowadzić zakonnik, siostrę zakonną do uświęcenia, do zbawienia (od strony indywidualnej), ale też do bycia dyspozycyjnym i wolnym w służbie Chrystusowi i Kościołowi (od strony wspólnotowej). Jeśli tak ukaże się perspektywę wymagań tych ślubów, to osoba zakonna jest w stanie przyjąć, zrozumieć i uczyć się drogi rad ewangelicznych, która przecież mocno wykracza poza sferę naturalnego i doczesnego rozumienia ludzkiego życia, ale która również daje szczęście, daje sens życiu i wartość osobistego działania²¹.

Samo jednak zrozumienie, akceptacja i pragnienie takiej formy życia nie wystarcza. Jak do wszystkiego, co trudne, wartościowe i wymagające, tak również do życia według ślubów zakonnych trzeba się przygotować i trzeba następnie codziennie „kontrolować” i ćwiczyć ten styl życia. Jak sportowiec, który chcąc utrzymać odpowiednią formę, jakże przewyższającą naturalne możliwości fizyczne zwyczajnego człowieka, musi codziennie trenować, wiele poświęcić czasu na przygotowania do zawodów. Warto tu zaznaczyć, że tak jak z wielu pragnień sportowiec musi zrezygnować, łącznie z ograniczeniami w odżywianiu się i używaniu „dobrodziejstw” tego świata, tak „sportowiec duchowy”, czyli osoba zakonna, także musi zdawać sobie sprawę z potrzeby „duchowych treningów-praktyk”, z konieczności rezygnowania z wielu nawet bardzo atrakcyjnych form życia ludzkiego, zdobyć też umiejętność właściwego odżywiania się itp.

To wszystko naprowadza na konieczność zastosowania w życiu zakonnym cnoty umiaru, która zakłada postawę opanowania, ascezy, ale też wymaga pracy i zaangażowania się w życie zakonu, Kościoła i świata. Właśnie umiarkowanie ma na celu takie ukształtowanie ludzkich, naturalnych pragnień, popędów, aby można było rzeczywiście zrealizować ten nadprzyrodzony wymiar życia zakonnego.

Należy więc prześledzić kilka podstawowych postaw życia zakonnego, które wydają się być podstawowym wymaganiem pozwalającym realizować rady ewangeliczne (oczywiście nie jedynym), a które domagają się zastosowania oraz są skutkiem cnoty umiarkowania. Najpierw jednak przykład: porównajmy człowieka do samochodu. Jak każdy przykład nie do końca jest to adekwatne, ale w tym przypadku dobrze ilustruje sens umiarkowania. Otóż to, czym jest kierownica w samochodzie, w życiu religijno-moralnym jest roztropność. Silnik jest odwagą, która pcha nas do przodu, natomiast umiarkowanie jest pedałem gazu, który pozwala regulo-

²¹ A. Brault, N. Rath, *Szczęście w życiu zakonnym*, Kraków 1995, ss. 62–64.

wać prędkość jazdy. Można ten pedał nacisnąć i jechać szybko, można też zwolnić nacisk, by jechać powoli. Umiejętność operowania pedałem gazu decyduje w dużej mierze o dobrym wykorzystaniu samochodu i bezpiecznej jeździe, wreszcie o dotarciu do celu. Należy zauważyć, że umiarkowanie nie jest trzymaniem „pedału gazu” w środkowej pozycji (nie na tym polega „złoty środek”), ale jest właściwą reakcją, właściwą regulacją, na sytuację w jakiej człowiek się znajduje. Oczywiście nie jest łatwo o taką właściwą „regulację” w codziennym życiu, ale z całą pewnością trzeba uczyć się tak postępować²².

Na tym przykładzie łatwo ukazać to, co szczególnie powinien praktykować zakonnik, siostra zakonna w codziennym życiu, w odniesieniu do cnoty umiarkowania, oczywiście nie zapominając o życiu kontemplacyjno-sakramentalnym i codziennych obowiązkach:

1. *Umiar w jedzeniu i w picciu*: pomaga poznać w tym zakresie swoje możliwości, pozwala wytrzymać w chwilach braku jedzenia i picia (praktyki postne), pozwala właściwie zachować się przy stole, zwraca uwagę na potrzeby innych współbiesiadników, pomaga wypełnić zasadę: „w zdrowym ciele zdrowy duch”.

2. *Skromność*: pomaga właściwie traktować sferę materialnych i cielesnych pragnień. Umie je uszanować i korzystać z nich, we właściwych granicach, ale oczywiście też potrafi upomnieć się o to, co konieczne (środki higieny, właściwy ubiór, narzędzia pracy itp.). W relacjach z innymi ludźmi, zwłaszcza z osobami płci przeciwnej, pozwala zachować właściwy dystans i kulturę.

3. *Czystość*: pomaga zachować pełnię serca dla Chrystusa, co wcale nie oznacza, że nie ma tam miejsca dla nikogo więcej. Uczy tego, co duchowe i nadprzyrodzone, aktywizuje do „służby na rzecz drugich”. Domaga się poważnego ograniczenia oraz umartwienia w tym, co fałszywie ukazuje cielesność człowieka. Ponadto przestrzega przed nadmiernym rozczytywaniem się i zdobywaniem wiedzy także o właściwym ujęciu ludzkiej cielesności, bo to nie zawsze sprzyja czystości zakonnej. Potrzeba tutaj dużo rozsądku i umiaru. Czystość domaga się dobrego harmonogramu codziennych zajęć i obowiązków oraz mądrego wypoczynku i rekreacji.

4. *Łagodność*: związana ze sferą nerwów i siły gniewliwości, aktywności. Pomaga spojrzeć na członków wspólnoty w duchu siostrzanej i braterskiej życzliwości, zrozumienia ludzkiej słabości, ale też domaga się konsekwencji w pracy nad sobą i w wymaganiach wobec siebie i drugiego. Domaga się działania „nie-emocjonalnego”. Ponadto pomaga mądrze się umartwiać, czyli nie wykonywać wszelkich praktyk ascetycznych „na siłę”, wbrew ludzkiej roztropności, ale konsekwentnie i ze stopniowym podejmowaniem skali trudności.

5. *Radość*: pozwala zachować optymizm i sprzyja zdrowej atmosferze wspólnoty, jest pożądanym elementem czasu rekreacyjnego. Jest przeciwieństwem ośmie-

²² E. Staniek, *Wady-cnoty i modlitwa*, Kraków 1996, s. 90.

szania kogoś i żartowania z czyjej postawy i stylu działania, ale potrafi też umiejętnie i bez napięć ukazywać żartobliwie „bolączki” wspólnoty. Zakonnik bez umiarkowanego poczucia humoru jest „antyewangelizacją”, ale jeszcze gorsze owoce przynosi nadmierne dowcipkowanie, często ukazujące osobę zakonną jako „błazna”.

Tych kilka powyższych postaw moralnych może sprzyjać właściwemu ukazaniu obrazu życia zakonnego. Jest to oczywiście ideał, do którego niełatwo, ale zapewne warto dążyć. Ten ideał domaga się szczególnie ducha ascezy, umartwienia i umiłowania krzyża. Zapewne jest to trudny temat i niełatwo mówić o umartwieniu dzisiejszemu człowiekowi, także osobie zakonnej. I może nie ma się co dziwić, bo z jednej strony istnieje niebezpieczeństwo „sztuki dla sztuki”, czyli niejednokrotnie nierozsądne umartwianie doprowadziło do zgubnych owoców (dziwactwa, szkodzenie na zdrowiu, konflikty we wspólnotach). A przecież chrześcijańskie przewartościowanie i zapieranie samego siebie nie ma nic wspólnego z nienawiścią siebie czy samoudręczeniem. Jednakże z drugiej strony nie można wmawiać sobie i Bogu, że „masz mnie takiego jakiego mnie stworzyłeś” i nie podejmować żadnej pracy nad sobą.

Zapewne krzyż umiaru, opanowania i ascezy uderza w naszą zmysłowość i pragnienia, sprawia bowiem ból rezygnacji, ale w swej najgłębszej istocie umiar i asceza są źródłem pokoju ducha, nowej radości panowania nad sobą i zwyciężaniem siebie dla siebie, dla Boga i drugiego człowieka. Nic nie sprawia więcej przykrości człowiekowi jak nieuporządkowane życie, nieuporządkowane pragnienia miłości własnej i do stworzenia. Asceza i opanowanie są więc właściwym środkiem na tę sytuację. Dobrowolne wyrzeczenie się zaspokajania określonych pragnień, popędów i pożądań, nawet tam, gdzie samo w sobie jest to dozwolone i wchodzi w zakres cnoty umiaru, zawsze owocuje duchową radością i wskazuje na wysoką ocenę moralną. Także dobrowolnie przyjęty ból powstrzymuje przemożny świat zmysłów i łatwiej otwiera duszę na niebiańskie radości, choć oczywiście sam moment przeżywania bólu i cierpienia jest bardzo trudny i nikomu tego się nie życzy. Sztuka cierpienia jest wielką umiejętnością. Chryścijanin nie chce, tak jak stoik wznieść się ponad bolesny charakter cierpienia; nie chce zabijać swej sfery zmysłowej i namiętności nadmiernymi wyrzeczeniami, ale chce wciągnąć to wszystko w święty porządek Bożego człowieka²³.

Podsumowując potrzebę ascezy i umartwienia w odniesieniu do cnoty umiarkowania trzeba podkreślić, że wszelka asceza i zaparcie się samego siebie jest niebezpieczne, jeżeli w wewnętrznej pysze człowiek dąży tylko i wyłącznie do samoudoskonalenia, aby być lepszym od innych. Ale również niemożliwe jest pokorne oddanie się Bogu, służbie Kościołowi i zakonowi bez poddania zmysłowości i pragnień prawu Bożemu i moralnej postawie wyrzeczenia i umartwienia. Najgłębsze oczyszczenie człowieka jest możliwe tylko w szkole cierpienia *prowadzonej przez Opatrzność*.

²³ B. Häring, *Nauka Jezusa*, ss. 57–58.

Zakończenie

Potrzeba umiarkowania w dziedzinie życia ludzkiego jest więc bardzo wyrazista, gdyż reguluje i harmonizuje wymagania stawiane przez powołanie chrześcijańskie oraz wyznacza właściwe zaangażowanie się w rzeczy tego świata w ramach służby Bogu i drugiemu człowiekowi. Cnoty umiarkowania nie można rozumieć w sensie przeciętności i wypośrodkowania wszelkich przejawów życia. Trzeba zobaczyć, że życie moralne, religijne, ewangeliczne wzywa do szczytnych ideałów, do doskonałości i świętości. Nakazuje nieustannie piąć się wzwyż, odnajdywać radość zdobywanych szczytów duchowych. Jeżeli jednak ukazuje się potrzebę umiaru to odnosi się on do środków, które pomagają osiągnąć te piękne chrześcijańskie ideały. Czyli umiar powinien być w środkach zastosowanych, w prowadzonej metodzie postępowania i dochodzenia do celów, natomiast same cele powinny być jak najwznioślejsze i najlepsze. Przykładem może być św. Maksymilian. Jego ideał było: wszystko, co najlepsze dla Chrystusa przez Niepokalaną – samoloty, radio, maszyny drukarskie. Ale wszystko, co godziwe, czyli nie luksusowe, nie „ostatni krzyk mody”, ale co przynosi dobre i optymalne efekty. Bo umiar i roztropność nakazują kupić aktualnie taką rzecz, która jest teraz najlepsza, jednak pod względem użytkowym, a nie estetyczno-luksusowym. Ma ona służyć jak najdłużej i to tak, że jakość danych usług będzie najwyższa, a koszty eksploatacji okażą się w dłuższym okresie czasu optymalne i opłacalne. A zatem jeszcze raz: środki zastosowane mają mieć w sobie umiar, ale cele w życiu ludzkim należy stawiać dobre, szczytne i umacniające w miłości.

Summary

Paweł Salamon OFMConv

The Virtue of Temperance in Today's Times

Modern development of the social-industrial world favors the use, often unlimited, of material goods created by the manufacturing and service industry. Artificially induced needs create consumer oriented and hedonistic disposition of contemporary man. As a result, man becomes dependent and even a slave of material goods. Moreover, he sees in them the only meaning and goal of life. If the dreams of material goods are not realized, many people lose their sense of life; forget about their spiritual dimension and about their destiny to live with God. The moral theology shows therefore the need for restrained use of material goods. Accepting the material goods and showing their importance for human existence, the author forewarns, at the same time, against their unrestrained use. Man needs to sensibly utilize the fruits of modern civilization. One of the means to achieve that goal is the virtue of temperance. This virtue is a proposal for today's times to pre-

vent man from becoming enslaved to prosperity and to put more importance on being rather than having. The temperance regulates and harmonizes material and existential needs of the human being, underscoring clearly the need for control, restraint and ascetics. This temperance relates to lives of lay people as well as religious. Every Christian is called to learn the positive use of modern goods through this virtue with emphasis on the eternal goal of his/her life.