

Obrázok, na ktorom je ľudská tvár, ošatenie, úsmev, osoba

Automaticky generovaný popis

Počiatočná formácia 2

FORMAČNÉ TÉMY – AŠPIRANTI ASC

PAVOL GRACH SDB

2024

Spracované podľa materiálu:

dall’itinerario aspiranti della Provincia Sicula, già sperimentato dai Salesiani Cooperatori di Messina - Giostra nel loro Centro Locale, sono stati elaborati 3 testi che si arricchiscono del materiale estrapolato dagli itinerari in uso nell’Ispettoria del Piemonte e dell’Italia del Nord-Est.

Progettazione, coordinamento e premessa ai capitoli a cura di Giuseppe Raitano, SC centro di Gela;

Ricerca e cura redazionale a cura di Mina Del Popolo, SC centro di Messina - Giostra

# Úvod

V druhom roku prípravy na vstup do Združenia saleziánov spolupracovníkov sa upriamime na hlbšie spoznávanie a prežívanie saleziánskej charizmy dona Bosca.

Duch Svätý oživuje život Cirkvi a jej apoštolát vo svete tým, že svojimi darmi pobáda kresťanov, aby osobitným spôsobom sprostredkovali ľuďom spásu. Každá charizma, ktorá sa rodí v Cirkvi, tlmočí dary Ducha Svätého podľa inšpirácie, ktorú Boh dáva veľkým zakladateľom reholí a hnutí.

Aj don Bosco bol už od útleho detstva inšpirovaný, aby interpretoval dary Ducha Svätého. Máme pred sebou cestu, ktorá sa zakladá na týchto dvoch bodoch

1. spoznávať duchovný život dona Bosca, jeho spôsob bytia, jeho štýl života
2. objaviť to podstatné a trvalé, čo nám, Cirkvi i svetu Duch Svätý cez neho zanechal

Ak sa v tom nájdeme, ak to naplní naše srdce a vojde to aj do nášho zmýšľania a konania, tak potom môžeme pokračovať na našej životnej ceste ako tí, ktorí sa budú usilovať znovu sprítomniť tento dar vo svojom živote.

Spiritualitu saleziánov dona Bosca si priblížime v nasledovných témach:

|  |  |
| --- | --- |
| Sept ✔ | Pramene saleziánskeho ducha. Spiritualita práce a spojenia s Bohom. |
| Okt ✔ | Pastoračná láska – srdce spirituality. *Da mihi animas* |
| Nov ✔ | Výchova preventívne: rozum – náboženstvo - láskavosť |
| Dec ✔ | Životný štýl: život podľa blahoslavenstiev**\*** |
| Január | Životný štýl: saleziánsky štýl modlitby a duchovného života**\*** |
| Február | Životný štýl: patričnosť do strediska, do saleziánskej rodiny, ek. Solidarita**\*** |
| Marec | Spoluzodpovednosť za formačný a apoštolský rast |
| Apríl | Prednostná láska k mladým |
| Máj | Mariánsky rozmer saleziánskej charizmy |
| Jún | Prísľub |

## \* Tu prichádza k zmene oproti pôvodnému plánu

# 4. Štýl života - blahoslavenstvá

*Životný štýl, ktorý inšpiruje saleziánskeho spolupracovníka, je založený a modelovaný na blahoslavenstvách: jednoduchý spôsob života, otvorený zdieľaniu, oslobodený od konzumu, luxusu a modlárstva vo vzťahu k hmotným veciam. Životný štýl, ktorý je odrazom čistoty srdca, ktorý sa zameriava na cnosti čistoty v manželstve alebo celibáte. Prejavuje sa v umiernenom správaní, v gestách, slovách i v spôsobe obliekania. Ide o životný štýl, ktorý nie je ľahký, lebo uprostred tohto sveta vyjadruje vieru ako primát Ducha Svätého. A napokon tento životný štýl charakterizuje aj vzájomné vzťahy a modlitbu.*

## Božie slovo

*Keď Ježiš videl zástupy, vystúpil na vrch, sadol si a jeho učeníci pristúpili k nemu. Otvoril ústa a začal ich učiť:*

*Blahoslavení chudobní v duchu, lebo ich je nebeské kráľovstvo.*

*Blahoslavení plačúci, lebo oni budú potešení.*

*Blahoslavení tichí, lebo oni budú dedičmi zeme.*

*Blahoslavení hladní a smädní po spravodlivosti, lebo oni budú nasýtení.*

*Blahoslavení milosrdní, lebo im sa dostane milosrdenstva.*

*Blahoslavení čistého srdca, lebo oni uvidia Boha.*

*Blahoslavení tvorcovia pokoja, lebo oni sa budú volať Božími synmi.*

*Blahoslavení prenasledovaní pre spravodlivosť, lebo ich je nebeské kráľovstvo.*

*Blahoslavení ste, keď vás budú pre mňa haniť, prenasledovať a všetko zlé na vás lživo hovoriť.*

*Radujte sa a veseľte sa, lebo v nebesiach máte veľkú odmenu.*

Komentár:

Prijať blahoslavenstvá ako program svojho života znamená jasné odmietnutie opačných postojov a správania: nenávisti, sebestačnosti, pýchy, tvrdosti, intríg, túžby po nadvláde, násilia, žiadostivosti, lenivosti a strachu z otvoreného vyznania lásky ku Kristovi. Evanjelizácia kultúry s blahoslavenstvami Koncil pozýva všetkých veriacich laikov, aby si ducha blahoslavenstiev nielen osvojili, ale aby ho vyžarovali aj do prostredia, v ktorom žijú a uskutočňujú svoj apoštolát: "Laici majú všetci spoločne a každý zo svojej strany živiť svet duchovným ovocím a šíriť v ňom ducha, ktorým sú oživení chudobní, tichý a pokojný, ktorého Pán evanjelia vyhlásil za 'blahoslaveného'" (LG 38).

Blahoslavení, čiže šťastní. Blahoslavenstvá naznačujú cestu šťastia. Svätý Filip Neri, svätec radosti, rád opakoval: *Boží služobník by mal byť vždy veselý*. Touto radosťou je účasť kresťana na Kristovej Veľkej noci: *Ako sa v nás rozhojňujú Kristove utrpenia, tak sa rozhojňuje aj naša útecha skrze Krista* (2 Kor 1,5)

**Blahoslavení chudobní v duchu** (Mt 5,3), čiže pokorní srdcom. Cirkevní otcovia zvyčajne interpretujú chudobu v duchu ako pokoru: "*Pridal 'v duchu', aby sa chápala pokora, nie nedostatok*" (sv. Hieronym). Je to postoj dôvery, odovzdania sa Bohu, ktorý zahŕňa oslobodenie od seba samého a od vecí, solidaritu s chudobnými. Radujú sa zo svojej slabosti, ktorá dovoľuje, aby sa prejavila Božia sila. Nepodliehajú ťažkostiam a vedia oceniť všetky možnosti dobra. Ježiš neodsudzuje bohatstvo samo osebe, ale to, čo bráni otvoriť sa ľudskej duši Bohu: evanjeliová chudoba je pozvaním Pána, aby sme žili bez úzkosti pozemských dobier, prekonali pokušenie obohatenia, prijali prísny a jednoduchý životný štýl, ktorý oslobodzuje srdce a myseľ od toľkých vecí, ktoré nám bránia v úplnej oddanosti sa poslaniu a robí nás menej dôveryhodnými.

**Blahoslavení plačúci** (Mt 5,4). Sú to tí, ktorí smútia nad zlom, ktoré je vo svete, tak ako Ježiš plakal nad Jeruzalemom. Túžia po novom svete, po odčinení svojich vlastných hriechov a odčinení hriechov iných. Nesú kríž a kráčajú za Ježišom. Boh ich *utešuje v každom súžení a robí ich schopnými utešovať druhých*, sú schopní vidieť za bolesť a zdieľať utrpenie čakania.

**Blahoslavení tichí** (Mt 5,5). Blahoslavení sú tí, ktorí sú pokorní, trpezliví a mierni. Tí, ktorí sú pokorní pred Bohom a sú mierni, úctiví a súcitní k svojmu blížnemu. Nekladú prehnané požiadavky: sú chápaví, prívetiví, ľudskí, nenásilní. Zriekajú sa toho, aby vynikli nad ostatnými. Niekedy sú dokonca schopní vzdať sa obrany svojich práv a svojho ospravedlnenia tvárou v tvár nespravodlivým obvineniam. Nasledujú Ježiša *tichého a pokorného srdcom* (Mt 11,29) Miernosť nie je slabosťou duše a zbabelou poddajnosťou v tvárou v tvár udalostiam života: je to pokoj duše, ovocie lásky, ktorý sa navonok prejavuje v postoji úplnej láskavosti k ľuďom a odvážnom znášaní nepríjemných ľudí alebo udalostí. Tichí sú tí, ktorí sa rozhodli odpovedať láskou tým, ktorí im berú dôstojnosť, sú mierni, sú to ľudia, ktorí sú pokojní, vedia prijímať, vždy milujúci, rešpektujúci cestu druhých svojimi rytmami a vlastnosťami. Vždy musíme odpovedať s láskou. Don Bosco vedel dlho a pokojne znášať, modlil sa za tých, ktorí mu ublížili, vedel čakať a rešpektovať časy druhých, znášal nespravodlivosť a bolesť bez toho, aby sa sťažoval.

**Blahoslavení, ktorí sú hladní a smädní po spravodlivosti** (Mt 5,6), tí, ktorí vrúcne a horlivo túžia uskutočniť vo svojom živote novú evanjeliovú spravodlivosť. Nezostanú vo svojej pravde, neuspokoja sa s tým, čo robia. Usilujú sa stále rásť, aby boli dokonalí ako ich Nebeský Otec. Túžia po novom svete, horlivo hľadajú Božiu vôľu a plnia ju.

**Blahoslavení, milosrdní** (Mt 5,7), tí, ktorí vedia odpúšťať a konať skutky milosrdenstva voči blížnemu, ktorý je v ťažkostiach. Napodobňujú Ježiša, ktorý stelesňuje Otcovo milosrdenstvo. Blahoslavení sú tí, ktorí sa snažia byť odrazom Božej dobroty k svojim bratom. Spomedzi blahoslavenstiev toto je najväčšou útechou, ale zároveň aj najťažšou úlohou, lebo si vyžaduje silu ducha, ducha lásky, sebadarovania a odpustenia.

**Blahoslavení čistého srdca** (Mt 5,8). Čistota srdca znamená čistotu mysle a svedomia, ktorá odráža svetlo Božej tváre, poslušná jeho posolstvu a jeho prikázaniam. Čistí sú schopní rozpoznať Božiu prítomnosť okolo seba. Hovoriť o čistote sa dnes zdá smiešne: kontrolovať si svoje pohľady, slová, vyberať si, čo čítam, byť striedmy v jedení a pití, odmietať niektoré prostredia, to všetko je považované za absurdné, lebo to obmedzuje slobodu. Don Bosco čistotu nazýval "krásnou cnosťou" a pre neho to znamenalo investovať všetku energiu a inteligenciu jedným smerom: milovať Boha celým srdcom, celou dušou a celou mysľou a milovať blížneho ako seba samého.

**Blahoslavení, tvorcovia pokoja** (Mt 5,9), tí, ktorí z lásky plánujú a budujú spravodlivé vzťahy. Zaviazali sa vytvárať harmonické spolužitie, v ktorom sa rešpektuje dôstojnosť každého človeka a originalita každej sociálnej skupiny. Podporujú materiálne a duchovné, časné a večné blaho pre všetkých.

**Blahoslavení, ktorí sú prenasledovaní pre spravodlivosť**" (Mt 5,10). Sú to tí, ktorí trpia urážkami, diskrimináciou a násilím pre novú evanjeliovú spravodlivosť, a teda pre svoju kresťanskú identitu. **Blahoslavení ste, keď vám ľudia nadávajú a prenasledujú vás a falošne hovoria o vás pre mňa všelijaké zlé**" (Mt 5,11). Toto blahoslavenstvo zvlášť upozorňuje tých, ktorí si vypestovali zvláštnu ilúziu, že byť kresťanom znamená pokojnejší život, Ježiš však hovorí, že prenasledovanie najdôveryhodnejším znakom kresťanstva. Hlásať Krista, svedčiť o ňom znamená byť nepríjemnými prorokmi vystavenými posmechu i prenasledovaniu. Netreba sa však báť, je potrebné radovať sa "Radujte sa a plesajte, lebo veľká je vaša odmena v nebi".

**Evanjeliová chudoba v živote saleziána spolupracovníka**. Don Bosco naznačil spolupracovníkom: *... odporúča sa im skromnosť v šatách, šetrnosť pri stole, jednoduchosť v vybavení domácnosti*" (Reg. D. B. VIII, 1).

Inde zase píše: *Pravý kresťan v jedení a pití musí byť taký, ako bol Ježiš Kristus na svadobnej hostine v Káne Galilejskej a Betánii, čiže triezvy, umiernený, pozorný k potrebám druhých, viac sa zaujímajúci o duchovnú výživu ako o chody, ktorými živí svoje telo.*

Z konferencie dona Bosca spolupracovníkom v Lucce (8. apríla 1882). … *Ale poďme trochu k praxi. Človek bude mať príjem tisíc frankov a môže poctivo žiť z osemsto; Potom dvesto tých, ktorí zostali, spadajú pod slová "dajte ich ako almužnu". Budete namietať: "ale nepredvídaná nevyhnutnosť, skromná úroda, nešťastie v obchode...". Ale budeš potom ešte nažive? A potom vám Boh, ktorý vám teraz pomáha, nepomôže najmä vtedy, ak ste dávali z lásky k nemu? Hovorím, že kto nedáva nadbytočné kradne od Pána. Dovoľte nám teda vojsť do vašich domov a nájdeme niečo nadbytočné v oblečení, nábytku, stole, cestovaní, výdavkoch a uchovávaní peňazí a iných vecí, ktoré nie sú potrebné. Poviete: "Ale môj dom je chudobný; potrebujem obnoviť niektoré zariadenia, ktoré sú príliš staré a už nie podľa súčasného vkusu." Ak dovolíte, pôjdem s vami do vášho domu. Vidím tam veľmi slušný nábytok, tu zasa stôl vybavený bohatým prestieraním, inde koberec, ktorý je stále dobrý. Nebolo by možné zabudnúť na výmenu týchto predmetov a namiesto toho, aby vyzdobiť múry a zem a zaodiať toľkých chudobných mladých ľudí, ktorí trpia a ktorí sú tiež údmi Ježiša Krista a Božím chrámom*?"

### Pravidlá apoštolského života III, 17-18

***Čl. 17. Štýl činnosti***

Saleziáni spolupracovníci žijú ako „dobrí kresťa- nia a poctiví občania“30, posväcujú sa každodenným životom a zakladajú svoju činnosť na spojení   
s Bohom. Veria v hodnotu života, nezištnosti, brat- stva a blízkosti k druhým. Pestujú také postoje, ktoré podporujú výchovu ku každodenným radostiam, a odovzdávajú ich iným.

***Čl. 18. Štýl vzťahov***

Saleziáni spolupracovníci sa inšpirujú preventív- nym systémom dona Bosca a vo svojich vzťahoch prežívajú *láskavosť*31 ako znamenie Božej lásky   
a nástroj na prebudenie jeho prítomnosti v srdciach tých, ktorých stretávajú. Sú pripravení urobiť prvý  
krok a vždy prijímať iných s dobrotou, úctou a trpez- livosťou. Usilujú sa o vytváranie vzťahov dôvery   
a priateľstva, aby budovali jednoduché a láskou naplnené rodinné ovzdušie. Sú šíriteľmi pokoja a prostredníctvom dialógu sa usilujú o vzájomné porozumenie a súlad.

Čl. 17: Všetko, čo spolupracovník robí, je nezištný dar pre druhých. Neočakávajme odškodnenie, ani materiálne, ani morálne. Neočakávame poďakovanie, uznanie, vďačnosť a okamžité výsledky našej práce, pretože sila a odvaha vždy sa angažovať musí pochádzať z toho, že všetko s dôverou vložíme do Božích rúk. Ak prídu zadosťučinenia, môžu nám priniesť aj radosť, ale vždy budeme chváliť a ďakovať Pánovi. Don Bosco na tých, ktorí sa ho pýtali, prečo sa jeho projekty tak dobre uskutočňovali, odpovedal: *Preto, lebo s tým nemám nič spoločné. Je to Pán, kto robí všetko. Keď chce dokázať, že dielo je jeho, použije ten najnevhodnejší nástroj. Toto je môj prípad. Keby našiel kňaza chudobnejšieho a horšieho ako ja, vybral by si jeho, a nie iného, ako svoj nástroj na tieto skutky. A nechal by úbohého dona Bosca, aby v pokoji nasledoval svoje prirodzené povolanie vidieckeho kaplána*.

Čl. 18: Dynamická láska, čerpaná z Kristovho Srdca, inšpiruje štýl vzťahu saleziánskych spolupracovníkov v ich rodine, s mladými, medzi sebou navzájom, s priateľmi, so všetkými, ktorých stretávajú. Don Albera, druhý nástupca dona Bosca, nám dáva pochopiť túto skutočnosť nášho zakladateľa: *"Don Bosco vychovával, miloval, priťahoval, dobýval a premieňal. Ponoril nás všetkých do atmosféry úplnej spokojnosti a šťastia, z ktorej boli vyhnané bolesti, smútok, melanchólie: prenikla do nášho tela i duše tak, že sme už nemysleli ani na jedno, ani na druhé: boli sme si istí, že dobrý Otec sa o to postará, a táto myšlienka nás dokonale tešila... Z každého jeho slova a skutku vyžarovala svätosť jednoty s Bohom, ktorá je dokonalou láskou. Pritiahol nás k sebe plnosťou nadprirodzenej lásky, ktorá planula v jeho srdci, a svojimi plameňmi absorboval a zjednocoval malé iskry tej istej lásky, ktoré Božia ruka zdvihla v našich srdciach. V ňom sa svätosťou jeho života stali nadprirodzené mnohé prirodzené dary a v tejto svätosti bolo celé tajomstvo jeho príťažlivosti, ktorá si navždy podmanila a premenila srdcia.*

Tento opis nás dojíma a možno nás odrádza, pretože nás núti zamyslieť sa do akej miery je naša snaha o prežívanie saleziánskeho ducha záležitosťou svätosti. V každom prípade zdôrazňuje tri hlavné aspekty saleziánskeho štýlu vo vzťahoch: milujúcu láskavosť, rodinnú atmosféru a radosť.

## Otázky na prehĺbenie:

1. Aký je náš životný štýl? Porovnávame ju a overujeme vo svetle blahoslavenstiev evanjelia?
2. S akými problémami sa stretávam pri striedmosti? Pochopil som hlbokú spiritualitu chudoby, alebo ju vidím len v nevlastnení a zrieknutí sa?
3. Je moja šetrnosť zameraná na solidaritu s chudobnými? Aký význam prikladáme veciam, peniazom, kariére?
4. Moje okolie, príp. moje deti, mladí, vidia na mne autentické svedectvo chudoby?

## Texty na prehĺbenie:

Ján Pavol II., Sollicitudo Rei Sociali (Sociálna starostlivosť), n. 28

28. Ale zároveň sa dostalo do krízy aj samo "hospodárske" alebo "ekonomistické" chápanie, týkajúce sa pojmu "rozvoja". Dnes sa skutočne lepšie chápe, že jednoduché hromadenie majetkov a služieb, hoci aj v prospech väčšiny, nestačí na šťastie človeka. A preto ani možnosť mnohých, naozaj užitočných vymožeností, ktoré v posledných časoch priniesla veda a technika - vrátane informatiky -, neprináša oslobodenie od každej formy otroctva. Naopak, skúsenosť z posledných rokov poukazuje, že všetko to množstvo zdrojov bohatstva a rôznych možností, ktoré má teraz človek k dispozícii, ak nie je usmerňované mravnou zásadou a upriamené na ozajstné dobro ľudského pokolenia, ľahko sa obracia proti človekovi a ho utláča. Malo by byť veľmi poučné zarážajúce konštatovanie z nedávnej minulosti: vedľa biedy, spôsobenej nedostatočným rozvojom, ktorú neslobodno trpieť, stojíme pred určitým druhom rovnako neprípustného nadpriemerného rozvoja, ktorý práve tak isto odporuje opravdivému dobru a šťastiu ako nedostatočný rozvoj. Takýto nadpriemerný rozvoj, pozostávajúci v prílišnej hojnosti každého druhu hmotných dobier v prospech niektorých spoločenských skupín, ľahko urobí z ľudí otrokov "majetku" a bezprostredného pôžitku, ktorí myslia iba na to, ako rozmnožiť veci, ktoré už vlastnia, alebo ako ich nahradiť inými, dokonalejšími. To je takzvaná spotrebná civilizácia alebo konzumizmus, ktorý má za následok veľa "smeti" a "odpadkov". Vlastnený predmet, prekonaný iným, dokonalejším, sa jednoducho odhodí bez ohľadu na jeho možnú trvanlivú hodnotu alebo na možnosť poslúžiť ním nejakému chudobnému človekovi.  
Všetci sa takmer dotýkame smutných účinkov tohto slepého otroctva číreho konzumizmu: je to na prvom mieste hrubý materializmus a súčasne akási radikálna nespokojnosť, pretože hneď chápeme, - ak, pravda, sa nevzoprieme záplave verejnej reklamy a neustálej zvodnej ponuke rozličných výrobkov -, že čím viac človek má, tým viac chce mať, zatiaľ čo tie najhlbšie túžby ostávajú neuspokojené a možno aj udusené.  
Encyklika Pavla VI. dôrazne poukázala na veľký rozdiel, dnes často zdôrazňovaný, medzi "*mať*" a "*byť*",51 ktorý už predtým vyjadril presnými slovami Druhý vatikánsky koncil. "Mať" predmety a majetky, to samo osebe človeka nezdokonaľuje, ak zároveň nenapomáha dospievanie a obohacovanie jeho "bytia", čiže splnenie vlastného ľudského povolania.

Je isté, že rozdiel medzi "**byť**" a "**mať**", ako aj nebezpečenstvo, ktoré väzí v rozmnožovaní vecí a v ich nahradzovaní novými, v porovnaní s hodnotou "bytia" nemusí byť priamym protirečením. Jedna z najväčších nespravodlivostí moderného sveta je práve v tom, že je pomerne málo tých, čo vlastnia mnoho, ale veľmi veľa je tých, čo nemajú skoro nič. Táto nespravodlivosť pochádza zo zlého rozdelenia majetkov a služieb, ktoré boli pôvodne určené všetkým.

Takýto je teda celkový obraz: je málo tých, ktorí mnoho vlastnia, a predsa nemôžu dospieť k opravdivému "bytiu", pretože majú pomýlenú stupnicu hodnôt a bráni im v tom kult "majetku"; a, naopak, je zasa veľa tých, ktorí vlastnia málo alebo celkom nič - a tí sú tiež neschopní rozvinúť svoje základné ľudské povolanie, pretože sú pozbavení nevyhnutných prostriedkov.

Zlo nespočíva vo "vlastnení majetkov" ako takých, ale v spôsobe, akým ich človek vlastní: že totiž neberie ohľad ani na vlastnosti, ani na správnu stupnicu vlastnených hodnôt. Tieto vlastnosti a stupnica hodnôt sú určené skutočnosťou, či sú podradené a či slúžia "bytiu" človeka a jeho pravému povolaniu.

Týmto sa dokazuje, že rozvoj má síce nevyhnutný hospodársky rozmer, lebo musí umožňovať čo najväčšiemu počtu svetového obyvateľstva prístup k majetkom nevyhnutným pre ľudské "bytie"; to však neznamená, že už tu sa končí. A ak sa obmedzí iba na tento rozmer, potom sa obráti proti tým, ktorým sa chcelo pomôcť.  
Charakteristické črty plného rozvoja, "ľudskejšieho" rozvoja, ktorý by nepopieral hospodárske požiadavky a bol by schopný držať na výške pravé povolanie muža a ženy, opísal práve Pavol VI.

### František, *Laudato sí´* (2015)

11. Jeho svedectvo nám ukazuje aj to, že integrálna ekológia si vyžaduje otvorenosť voči kategóriám, ktoré presahujú jazyk exaktných vied alebo biológie a spájajú nás s podstatou toho, čo je ľudské. Tak ako keď sa zamilujeme do nejakej osoby – zakaždým, keď sa František pozeral na slnko, mesiac či najmenšie zvieratá, jeho reakciou bol spev a do svojich chvál zahŕňal aj všetky ostatné stvorenia. Nadväzoval rozhovor s každým stvorením a kázal ešte aj kvetom – „pozýval ich, aby chválili a milovali Boha ako bytosti obdarované rozumom“.19 Jeho reakcia bola oveľa viac ako intelektuálne ocenenie alebo ekonomická kalkulácia, pretože preňho každé stvorenie bolo bratom alebo sestrou, ku ktorým ho viazali citové putá. Preto sa cítil povolaný starať sa o všetko, čo existuje. Jeho učeník svätý Bonaventúra rozprával, že „vďaka presvedčeniu, že všetky veci majú spoločný pôvod, cítil ešte väčšiu zbožnosť a nazýval stvorenia, i keď maličké, svojimi bratmi a sestrami“.20 Týmto presvedčením nemožno pohŕdať ako iracionálnym romantizmom, pretože má vplyv na rozhodnutia, ktoré ovplyvňujú naše správanie. Ak pristupujeme k prírode a k životnému prostrediu bez toho, aby sme boli otvorení pre úžas a údiv, ak už nehovoríme o svojom vzťahu k svetu jazykom bratstva a krásy, naše postoje budú postojmi vládcu, spotrebiteľa alebo obyčajného využívateľa prírodných zdrojov, ktorý nie je schopný stanoviť hranice svojim okamžitým záujmom. Naopak, ak sa cítime intímne spojení so všetkým, čo existuje, spontánne z toho vyplynie striedmosť a starostlivosť. Chudoba a strohosť svätého Františka neboli len vonkajším asketizmom, ale čímsi radikálnejším: odmietnutím toho, aby realitu považoval iba za jednoduchý predmet na použitie a ovládnutie.

222. Kresťanská spiritualita ponúka alternatívne chápanie kvality života a **povzbudzuje k prorockému a kontemplatívnemu životnému štýl, schopnému hlboko sa radovať a nebyť posadnutý konzumom**. Je dôležité prijať starodávne ponaučenia prítomné v rôznych náboženských tradíciách, ako aj v Biblii. Ide o presvedčenie, že „menej je viac“. Neustále hromadenie možností konzumácie rozptyľuje srdce a bráni doceňovať každú vec a každý okamih. Naopak, vyrovnané prežívanie každej a akokoľvek nepatrnej reality nám otvára oveľa viac možností chápať a osobne sa realizovať. Kresťanská spiritualita navrhuje rásť v striedmosti a schopnosti tešiť sa aj z mála. Je návratom k jednoduchosti a umožňuje nám zastaviť sa a vychutnať malé veci, ďakovať za možnosti, ktoré nám ponúka život bez lipnutia na tom, čo máme, a bez smútku nad tým, čo nemáme. Preto treba unikať pred dynamikou nadvlády a číreho zhromažďovania pôžitkov.  
223. **Striedmosť,** prežívaná slobodne a vedome, je oslobodzujúca. Nie je menej živá ani menej intenzívna, ale práve naopak. Najviac vychutnávajú a najlepšie prežívajú každý okamih tí, ktorí prestanú pachtiť po tom, čo nemajú, ale cenia si každého človeka a každú vec, učia sa dôverne spoznávať aj tie najjednoduchšie skutočnosti a vedia sa z nich tešiť. Takto dokážu obmedzovať svoje neuspokojené potreby a umenšovať svoju únavu a úzkosť. Je možné potrebovať málo a žiť naplno, najmä ak sme schopní dávať priestor iným potešeniam a nachádzať uspokojenie v bratských stretnutiach, v službe, v zužitkovávaní vlastných chariziem, v hudbe a umení, v kontakte s prírodou, v modlitbe. Šťastie si vyžaduje umenie obmedzovať niektoré potreby, ktoré nás otupujú, a zostať tak prístupní rozmanitým možnostiam, ktoré život ponúka.

224. **Striedmosť a pokora** v poslednom storočí neboli docenené. Ak sa však generalizujúcim spôsobom oslabí uplatňovanie niektorej cnosti v osobnom a spoločenskom živote, vyvolá to mnohé nerovnosti, aj ekologické. Preto už nestačí hovoriť iba o integrite ekosystémov. Treba mať odvahu hovoriť o integrite ľudského života, o nevyhnutnosti presadzovať a spájať všetky veľké hodnoty. Strata pokory v človeku, prehnane nadšenom možnosťou ovládať všetko bez obmedzenia, môže skončiť poškodením spoločnosti a životného prostredia. Nie je ľahké nechať dozrieť túto zdravú pokoru a šťastnú striedmosť, ak sme autonómni, ak vylučujeme zo svojho života Boha a naše ja zaujíma jeho miesto, ak veríme, že naša subjektivita môže určovať, čo je dobré a čo zlé.

225. Na druhej strane **v žiadnom človeku nemôže dozrieť šťastná striedmosť**, ak nie je zmierený sám so sebou. A súčasťou adekvátneho pochopenia spirituality je rozšírenie nášho chápania mieru, ktorý znamená oveľa viac ako len absencia vojny. Vnútorný pokoj ľudí sa veľmi spája so starostlivosťou o ekológiu a so spoločným dobrom, pretože ak je prežívaný autenticky, odráža sa vo vyrovnanom životnom štýle, ku ktorému sa pridružuje schopnosť žasnúť, ktorá vedie do hĺbky života. Príroda je plná slov lásky, ale ako ich môžeme počúvať uprostred neustáleho hluku, trvalej a úzkostlivej roztržitosti alebo kultu vonkajšieho zdania? Mnohí ľudia zakúšajú hlbokú nerovnováhu, ktorá ich núti robiť veci maximálne rýchle, aby mali pocit zaneprázdnenosti, v neustálom zhone, ktorý vedie k tomu, že prevrátia všetko, čo je okolo nich. Toto vplýva na spôsob, ktorým sa zaobchádza so životným prostredím. Integrálna ekológia si vyžaduje, aby sme venovali trocha času na obnovenie pokojnej harmónie so stvorením, na uvažovanie o svojom životnom štýle a svojich ideáloch, na rozjímanie o Stvoriteľovi, ktorý žije medzi nami a v tom, čo nás obklopuje, a ktorého prítomnosť „nesmie byť vykonštruovaná, ale musí byť objavovaná a odhaľovaná“.155