

## Iz Frančiškove duhovnosti

### Sv. Bonaventura (1221-1274): Stopnje zmernosti

I. Kdor zna biti *zmeren v zunanjih stvareh* - v hrani, obleki, spanju, hoji, besedah, dejanjih in v vsem, kar zadeva zunanje zadržanje, tako da vse *dela urejeno in skromno* po Božji volji - je dosegel že do visoke stopnje zmernosti. Še višjo stopnjo zmernosti dosega, kdor je *zmeren v notranjih vzgibih in čustvovanju*, tako da se čezmerno ne ukvarja z minljivimi stvarmi. Še višjo stopnjo pa je dosegel, kdor *ureja svoje misli*, da se preveč ne oddaljijo od Boga.

II. Tudi v tem je visoka stopnja zmernosti: znati se *zdržati nezakonitih stvari*, tako notranjih kot zunanjih. Še višja je v *začasnem zadržanju v zakonitih notranjih in zunanjih stvareh*; zelo visoka stopnja pa je zadržanje v istih stvareh *za ceno smrti* po besedi, ki pravi: »*Krepost je v zadržanju od dovoljenih ugodij.*« Samo tisti ne zapade v nezakonite stvari, ki pri sebi skrbno pazi, da *zakonite z zmernostjo uporablja* (kot pravi Job). Tisti torej, ki se noče spustiti v opravljanje, laž, ali podobne pregrehe, se zdrži celo tistega, kar bi v nedolžnosti lahko širil naprej, kajti Salomon pravi: »*Kjer je veliko besed, ne manjka greha*« (Prg 10, 19).

III. Je še ena vzvišena stopnja zmernosti: *govoriti z zmernostjo o napakah ljudi v njihovi navzočnosti*. Še višja pa je v *zmernem govorjenju o napakah pokojnih in živih*, ko jih ni zraven in kakor da bi bili navzoči. Obe stopnji pa presega *iskreno opravičenje napak pokojnih in živih v njihovi odsotnosti*, saj sami tega (zaradi odsotnosti) ne bi mogli storiti.

IV. Sv. Janez Krizostom šteje med stopnje te kreposti *zmernost v pitju in prehrani*. Pravi: »*Nič ne prežene žalosti bolj, kot zmernost v prehranjevanju*«. In nič ne ohranja *zdravja* bolje, kot zmernost v jedi. Tudi ne daje *duhu nič večje lahkotnosti*, kot je zmernost v uživanju hrane in pijače.