

ZMIEŃ SWOJE ŻYCIE. ZMIEŃ SWÓJ ŚWIAT.

activated

NOWY POCZĄTEK

Jak cieszyć się
życiem w złotym wieku

Tworzenie rodziny

Wkładanie wysiłku
w to, co ważne

Każde wyjątkowe

Dzieci są wieczne



KILKA SŁÓW OD REDAKCJI PORY ŻYCIA

Niedawno napotkałem na następujący cytat i bardzo podoba mi się to w jaki sposób opisuje on rodzinę: „Rodzina to kompas, który nas prowadzi. Inspiruje do zdobywania szczytów i pociesza, kiedy się spotykamy.”

Ale rodzina nie jest statyczna. Tak właściwie, w naszym życiu, jedną z głównych rzeczy, która zmienia się, kiedy przechodzimy przez kolejne pory życia jest nasza relacja z rodziną. Jak niedawno powiedział mój trzyletni syn, „Najpierw jesteś chłopcem, potem zamieniasz się w tatę, a potem stajesz się dziadkiem.” Prostota w sposobie myślenia dziecka.

Ale życie jest nieco bardziej skomplikowane. Jedno jest pewne, wszyscy przechodzimy przez pewne pory w życiu. Niektórych etapów w naszym życiu nie możemy się doczekać i jesteśmy za nie wdzięczni. Ale są też i takie okresy w naszym życiu, których nie darzymy sympatią, albo o których nie lubimy myśleć. Król Salomon opisał cykle życia w rozdziale 3 Księgi Koheleeta—czas rodzenia i umierania, czas sadzenia i zbierania

plonów, czas szukania i czas tracenia, czas płaczu i czas śmiechu.

Są czasy rozciągania, w których Bóg działa, aby ukształtować coś nowego w naszych sercach. Czasy żarliwej, rosnącej miłości—oraz pory suche, w których miłość poddawana jest próbie. Pory błogosławieństw—oraz czasy zastanawiania się, gdzie są te wszystkie dobrodziejstwa, których zdają się doświadczać inni.

Ważne jest, aby zrozumieć, że przeżywamy pory w życiu, oraz aby uświadomić sobie, w której porze—lub porach—aktualnie żyjemy. Nie możemy zmienić trudnych okresów, ale możemy zmienić swój punkt ich widzenia. Nawet ciężkie chwile w życiu mogą być piękne—ale tylko wtedy, kiedy nauczymy się patrzeć na nie z innej perspektywy. Wspaniały przykład tego rodzaju postępowania opisuje obszerny artykuł autorstwa Marii Fontaine („Docenianie starzenia się,” str. 4–6).

—Redaktor Naczelny



WDZIĘCZNY ZA WSPOMNIENIA

ANDREW HEART

Pamiętam, jak dorastałem w Stanach Zjednoczonych i Święto Dziękczynienia było świętem, na które czekałem z niemal taką samą niecierpliwością jak na Święta Bożego Narodzenia. Uwielbiałem sezon jesienny i towarzyszące mu spektakularne kolory: brązy, żółcie, pomarańcze, oraz czerwienie, którymi pokrywały się drzewa liściaste Doliny Ohio, dziękując Bogu za ciepłe i słoneczne lato, które im dał. Było to ostatnie świadectwo splendoru Boga przed zrzućciem liści, aby te nawiozły ziemię.

Uwielbiałem widok stogów siana na polach, oraz symbolizujących pomyślność rogów obfitości przepelnionych dobrociami. Ale przede wszystkim, uwielbiałem wizyty w domu Babci, niecierpliwie wyczekiwanie na to, jak Dziadek pokroi indyka, wołanie wszystkich cioć, wujków i kuzynów, aby zasiedli przy dużym stole w jadalni.

My dzieci z szacunkiem pochyłaliśmy głowy, kiedy Dziadek podniósł tonem dziękował Bogu za pożywienie, oraz kolejny rok Jego obfitego zaopatrzenia. Potem, każdy w miarę możliwości cierpliwie czekał na rozdanie talerzy. Mój wzrok bacznie skupiał się na ogromnej misce wypełnionej wyjątkowym Babcinym nadzieniem do indyka!

W wielu krajach na świecie świętuje się dzień

składania podziękowań. Amerykańskie Święto Dziękczynienia obchodzone jest w czwarty czwartek listopada. Pierwsze Święto Dziękczynienia celebrowali Pielgrzymi po pierwszych żniwach w Nowym Świecie. W 1863 roku prezydent Abraham Lincoln ustanowił ten dzień narodowym świętem „dziękczynienia i uwielbienia naszemu dobrodusznemu Ojcu, który mieszka w Niebiosach”.

Mam nadzieję, że ludzie, którzy obchodzą Święto Dziękczynienia we współczesnych czasach naprawdę pamiętają o Tym, od którego płyną wszystkie błogosławieństwa. To wspaniałe, że jeden dzień w roku ustanowiono dniem składania podziękowań, nie mniej jednak, powinniśmy pamiętać, że Biblia napomina Boże dzieci, aby dziękowały zawsze i w każdej sytuacji, a nie tylko raz w roku.¹

Minęło sporo czasu od tego, jak jako mały chłopiec siedziałem przy Babcinym stole prosząc o kolejne dokładki nadzienia. Teraz, jako dorosły człowiek, najbardziej wdzięczny jestem za dobre zdrowie, kochającą żonę, kolejny dzień życia i możliwości służenia „naszemu dobrodusznemu Ojcu, który mieszka w Niebiosach.”

ANDREW HEART I JEGO ŻONA, ANNA, SĄ
MISJINARZAMI OD PRAWIE PIĘCIU DEKAD.

1. Patrz 1 List do Tesaloniczan 5:18

MARIA FONTAINE

DOCENIANIE STARZENIA SIĘ

Od kiedy skończyłam 70 lat, coraz więcej rozmyślałam nad *korzyściami* starzenia się. Wielu z nas, ludzi starszych, odczuwa już pewne wady i problemy związane z wiekiem, ale na tym etapie naszego życia można też odnaleźć wiele dobrego. Chciałabym zgłębić z wami kilka takich pozytywów, dzieląc się swoimi własnymi przemyśleniami i doświadczeniami. Oczywiście, możecie nie być na tym etapie waszego życia, ale może zainteresuje was ten temat przez wzgląd na waszych starszych bliskich, lub przyjaciół w starszym wieku.

Tak jak w przypadku każdego innego etapu w życiu, starzenie się wiąże się z pewnymi wyzwaniami. Niektóre z nich mogą wydawać się poważnymi zakłóceniami naszych planów, czy też pragnień, ale jeśli poświęcimy chwilę, aby dostrzec potencjał, który te wyzwania mogą odblokować, wówczas możemy przekształcić proces starzenia się w bardzo pozytywne doświadczenie.

Owszem, muszę przyznać, że są chwile, kiedy różne dolegliwości i niedogodności wydają się nie mieć nic wspólnego z czymś korzystnym, nie mniej jednak, postanowiłam postrzegać okres starzenia się jako możliwość rozwoju. Chcę dalej „biec w wyznaczonych [mi] zawodach, patrząc na Jezusa, który [mi] w wierze przewodzi i ją wydoskonala.”¹ Niektórzy określają tego rodzaju pozytywne nastawienie jako „starzenie się z gracją”, „starzenie się zwycięsko”, lub „starzenie się tryumfalnie.”



Większy szacunek dla czasu. Starzenie się wiąże się z podwyższonym poczuciem znaczenia mądrego wykorzystywania czasu. Mam większą motywację do wyznaczania stanowczych celów do osiągnięcia. Nie odkładam ich realizacji na później. Odkładanie czegoś na „kiedy indziej” wydaje się być teraz znacznie mniej bezpieczne, ponieważ „kiedy indziej” może już nie nadejść. Rośnie świadomość wagi rozsądnego wykorzystywania czasu, przez co na znaczeniu tracą rzeczy rozpraszające naszą uwagę w tym życiu.

Skuteczność poprzez myślenie o jednym celu. Jeśli chodzi o mnie, kluczową kwestią do zapamiętania jest skupianie się na jednej rzeczy w danym czasie. Na pierwszy rzut oka, może nam wydawać się, że poprzez robienie wielu rzeczy na raz zrobimy więcej. Nie mniej jednak, kiedy zsumujemy wszystkie szczegóły, które często są pomijane przy tego rodzaju działaniu, okazuje się, że tak naprawdę tego rodzaju podejście wcale nie jest najbardziej skuteczne.

Poleganie bardziej na innych. Poczucie mniejszej samodzielności, oraz świadomość tego, że niektóre rzeczy jest nam ciężiej wykonać niż kiedyś może frustrować. Ale pozytywna strona tej sytuacji jest taka, że potrzeba większej pomocy ze strony innych budzi pokorę i może wzmacniać naszą duchową bliskość z Jezusem, oraz nasze relacje z innymi.

Dzięki wyzwaniom nasz mózg pozostaje aktywny. Zauważam, że dzięki nowym wyzwaniom w moim życiu teraz, mój mózg pozostaje aktywny—myślenie, analizowanie, rozwijanie nowych pomysłów, oraz wyszukiwanie obęszć dla tych nowych wyzwań podtrzymuje moją koncentrację.

Energiczna i elastyczna dusza. Bycie młodym duchem nie jest zależne od ilości przeżytych lat. To co postanowimy myśleć na swój temat będzie odzwierciedlane w naszych myślach, słowach i czynach. Postanów traktować każdy dzień i wszelkie zmiany jakie może on przynieść jako okazje do pozostawiania młodym w duszy i sercu.

Ultimata i zmiany w stylu życia to dobrodziejstwa. W życiu niektórych moich przyjaciół pojawiły się ultimata w formie zawałów serca, które zmusiły ich do zwolnienia tempa życia, oraz przeanalizowania i zmiany stylu życia. W

wyniku tych zmian, odkryli oni nowe, lepsze życie, a także kompletnie nowy punkt widzenia w kwestii tego, co jest ważne.

Oczywiście, nie wszystkie ultimata są tak drastyczne. Ale jestem wdzięczna za wszelkie ultimata, które zmuszają mnie do dokonywania pozytywnych zmian w moim stylu życia, nawet jeśli początkowo zmiany te są niekomfortowe, niewygodne, upokarzające, a czasami niepokojące.

Świadomość zdrowotna. Częściej coraz większego cenięcia życia wraz z upływem czasu jest to, że dostrzegam wagę, którą Bóg kładzie na zdrowie. Bardziej niż wcześniej, zdaję sobie sprawę z tego, co dzieje się w moim organizmie. Wraz z upływem czasu, rośnie moje zainteresowanie zgłębianiem problemów zdrowotnych, pozyskiwaniem rzetelnej porady, oraz szukaniem skutecznych, naturalnych lekarstw i rozwiązań.

Budowanie więzi z innymi starszymi ludźmi. My seniorzy mamy ze sobą dużo wspólnego, więc warto szukać grup wsparcia. Razem możemy pomóc sobie nawzajem doceniać liczne korzyści starzenia się. Możemy być świadectwem tego, jak Bóg troszczy się o nas, pomaga nam dawać sobie radę, a nawet wznosić się ponad wyzwania, oraz być pozytywnym wbrew różnym negatywowi.

Większa satysfakcja przy mniejszym tempie. Pogodziłam się z tym, że muszę zwolnić, ponieważ mam mniej energii i moje ciało nie porusza się tak szybko, ani nie pracuje tak intensywnie fizycznie jak kiedyś. Ale wolniejsze tempo pozwala mi czerpać więcej radości z podróży i przynosi poczucie większej satysfakcji.

Przekazywanie cennych doświadczeń. Możliwość przekazywania naszych doświadczeń, mądrości, których nauczyło nas życie, naszych świadectw, oraz naszych historii zarówno naszym rówieśnikom, jak i młodszymi pokoleniom to bezcenny przywilej.

Zauważyłam, że wielu młodych ludzi łatwiej przyjmuje zachętę, oraz poradę od dziadków, aniżeli od rówieśników, czy też rodziców. Będąc w starszym wieku, możemy być powiernikami i/lub mentorami dla młodszych pokoleń. (Oczywiście, oferowanie rady, czy dzielenie się doświadczeniami z innymi nie powinno przybierać formy kazania, ani wykładu.)

Korzyści nieustannego uczenia się. Uczenie



się czegoś nowego, może dawać ogromną radość, oraz poczucie osiągnięcia. Jedną z moich przyjaciółek zaczęła uczyć się języka angielskiego, ponieważ chciała powiększyć swój dochód. Nie tylko odkryła, że uwielbia nauczać, lecz także odnalazła swoją pasję.

Dzielenie się współczuciem i pocieszeniem. Wraz z naszym wiekiem, wzrasta nasze współczucie w stosunku do innych, ponieważ doświadczysz w swoim życiu licznych i różnych wyzwań, rozumiemy problemy innych.

Dar prostoty. Kolejną korzyścią płynącą ze starzenia się jest docenianie prostszych dobrodziejstw w życiu.

Możliwości lepszej równowagi w życiu. Kiedy starzejemy się, uświadamiamy sobie, że możemy zrównoważyć nasze działania i wysiłki poprzez postrzeganie życia bardziej jako doświadczenia do przeżycia, a nie coś co trzeba znosić, lub pokonywać. Kiedy sytuacje zmuszają nas do zwolnienia tempa, możemy wykorzystać te chwile na pomaganie innym za pośrednictwem modlitwy i wsparcia.

Wypełnianie pustych miejsc. Jeśli jesteś samotny, lub nie możesz dotrzymać kroku gronie znajomych, z którymi utrzymywałeś wcześniej kontakt, możesz zamienić stratę w okazję do


wyciągnięcia ręki do innych, którzy też mogą być samotni. Najlepszym sposobem na wypełnienie pustki w naszym własnym życiu jest wypełnienie pustego miejsca w czyimś życiu.

Czerpanie korzyści ze śmiechu. Niektóre rzeczy, które robię są całkiem zabawne. Na przykład, zdarza mi się, że podnoszę coś, mając zamiar wziąć to do drugiego pokoju, a potem docieram do drugiego pokoju i zastanawiam się, co stało się z przedmiotem, który przed chwilą podniosłam. Wracam wtedy do pierwszego pokoju i uświadamiam sobie, że podniosłam daną rzecz, ale coś odwróciło moją uwagę i odłożyłam ją w to samo miejsce, gdzie początkowo leżała. Albo, czy kiedykolwiek zdarzyło wam się szukać telefonu mając go w ręku? Mi tak! Od czasu do czasu, zdarza mi się nawet zapomnieć, też mam na nosie swoje okulary.

Śmiech zmniejsza stres. Śmiech jest dobry dla zdrowia, wzmacnia układ odpornościowy. Szczery śmiech redukuje napięcie i stres; sprawia, że nasze mięśnie pozostają rozluźnione nawet przez 45 minut.

MARIA FONTAINE I JEJ MĄŻ, PETER
AMSTERDAM, SĄ DYREKTORAMI
THE INTERNATIONAL FAMILY -
CHRZEŚCIJAŃSKIEJ WSPÓLNOTY WIARY.
ADAPTACJA TEKSTU ORYGINALNEGO.

1. List do Hebrajczyków 12:1-2



MELODY CAGLE

NOWY POCZĄTEK

Niedawno, wraz z mężem pozostaliśmy znowu sami. Po czterdziestu latach wychowywania dziesięciorga dzieci, nie przeczuwałam nadejścia tej chwili!

Zawsze byliśmy zżytą rodziną, ale oczywiście, kiedy dzieci dorastały, jedno po drugim wyprowadzały się. Płakałam za każdym razem, ponieważ miałam wrażenie, że ktoś odrywa kawałek mojego serca.

Teraz, kiedy żegnałam się z „najmłodszym członkiem” naszej rodziny, zastanawiałam się *Co teraz? Jak żyć dalej, albo zacząć nowe życie?* Każda zmiana jest tak trudna. Za każdym razem musimy zmienić swój sposób myślenia, przyjmując nowe nawyki i nowe schematy myślowe.

Zapytałam Boga po co dał mi te wszystkie dzieci, skoro muszę je oddać. Powiedział mi, że jest to moja szansa na to, abym pozwoliła Mu zrobić coś nowego w moim życiu.

Po przemyśleniu i poczytaniu więcej na ten temat, odkryłam kilka wskazówek, które pomogły mi na mojej drodze:

Nieustannie przypominaj sobie, że to dobrze, iż w twoim życiu zaczął się nowy okres. Nowe życie, nowy początek.

Myśl, że ta zmiana będzie pozytywna, nie negatywna.

Teraz możesz mieć okazję, aby zrobić to, co

zawsze chciałeś, ale nie mogłeś.

Zacznij nowe hobby.

Skończ to co zaczęłeś, ale nigdy nie ukończyłeś.

Zbadaj temat, który cię interesuje.

Jeśli zawsze żyłeś w cieniu swoich dzieci, teraz możesz wykorzystać ten czas dla siebie.

Porzuć swoje troski i zacznij pomagać innym.

Podziel się ze światem swoimi życiowymi doświadczeniami pisząc książkę, zakładając blog, lub kanał na YouTube.

Załącz grupę modlitewną lub biblijną.

Zapisz się na siłownię, lub zacznij naukę nowego sportu.

Pole możliwości jest nieograniczone!

MELODY CAGLE NALEŻY DO TFI I JEST
MISJONARKĄ W STANACH ZJEDNICZONYCH
AMERYKI.

Modlitwa: Jezu, godzę się z tym, że czynisz coś nowego w moim życiu. Pomóż mi być wdzięczną za to, co ześlesz na moją drogę. Oddaję życie swoje i swoich dzieci w Twoje ręce i w pełni wierzę w Twoją opiekę. Proszę, bądź obecny w moim życiu i sercu. Witam Cię jako mojego Pana i Zbawiciela.

NIE DOSKONAŁE, ALE DOBRE

DIANA MOTOLINIA

Niedawno, postanowiłam skorzystać z bezpłatnych lekcji robienia na drutach i szydełkiem odbywających się w lokalnym domu kultury. Uczenie się nowych rzeczy w wieku 63 lat wydawało mi się być ciekawym pomysłem. Poza tym, miałam nadzieję, że te zajęcia pomogą mi w zwalczaniu stresu, który w ostatnim czasie według ostrzeżeń mojego lekarza negatywnie wpływał na moje zdrowie.

Zaczęłam swoją przygodę z nauką robótek ręcznych jako nowicjuszka i szczerze mówiąc mój postęp nie wykracza poza poziom początkujący. Nie mniej jednak, ukończyłam już kilka prostych projektów i z radością dzielę się uroczymi, aczkolwiek niedoskonałymi wynikami mojej pracy z przyjaciółmi i rodziną.

Kiedy powiedziałam córce, że chcę zrobić szydełkiem czapkę dla jej synka zasugerowała, abym wzorowała się czapką noszoną przez postać z jednego z jego ulubionych filmów. Wzór wyglądał na wykonalny, więc zakupiłam włóczkę w

kolorze jasno czerwonym i zabrałam się do pracy.

W połowie pracy uświadomiłam sobie, że na początku popełniłam mały błąd, który wtedy był niezauważalny, ale wraz z postępem pracy stawał się coraz większy. Musiałam cofnąć się i zacząć od nowa. Kiedy prućam robótkę, pomyślałam, *Musi być idealna—no dobrze, może nie idealna—ale dobra!* Zabieg prucia i ponownego szydełkowania nieco zniekształcił układ włókien, co przy bliższej inspekcji byłoby prawdopodobnie zauważalne. Nie mniej jednak, chciałam, aby ukończona robótką była wykonana dobrze, nawet jeśli materiał sam w sobie miał jakieś wady.

Po namyśle poczułam, że Bóg przypomina mi poprzez tę lekcję poglądową o moim własnym życiu z jego wszystkimi niedoskonałościami, niektórymi ledwo zauważalnymi, a innymi jakże oczywistymi. I wtedy przyszło mi do głowy krótkie hasło, „nie doskonałe, ale dobre.” Jezus przypomniał mi, że moje życie *jest* dobre, bez względu na materiał, z którym musiał pracować, moje ludzkie wady, mylne osądy, błędy i to, co postrzegam jako porażki.

Kolejna kwestia to proces naprawiania popełnionych błędów, lub pomyłek. Proces ten może być niezwykle zagmatwany i zawily i wymaga dużego wysiłku, a nawet bólu, aby rozwikłać

1. Historię Lota znajdziecie w Księdze Rodzaju w rozdziałach 11–14 oraz 19
2. Patrz Księga Rodzaju 13:9–11
3. Patrz Księga Rodzaju 14:12
4. Patrz 2 List św. Piotra 2:7



w której mieszkał.³ Dzwiałam się, dlaczego Abraham w ogóle kłopotał się niesieniem rątku swojemu bratankowi, po tym jak Lot wykazał się swoim zachłonnym i chciwym zachowaniem. Z drugiej strony, rodzina to rodzina i miłość potrafi wybaczyć, pomyślałam sobie. Natomiast, Lot zamiast przyjąć raczej dość wyraźną wskazówkę, aby opóścił Sodomę, wrócił tam.

Pomimo tego wszystkiego, według Słowa Bożego, Lot uważany był za sprawiedliwego,⁴ przez wzgląd na Bożą łaskę i moc odkupienia, co Biblia wielokrotnie obrazuje w życiu wielu innych postaci. Wielu uważa Dawida i Pawła za najbardziej godne uwagi postaci zrehabilitowane przez łaskę Bożą w Biblii; oczywiście na przestrzeni historii, byli też inni, na chwilę obecną moimi ulubionymi przykładami są św. Augustyn, oraz John Newton.

Teraz, po ponad czterech dekadach podążania za Bogiem i służenia Mu jako misjonarka, matka i nauczycielka, przeszłam szkołę życia i mogę lepiej zrozumieć Lota i jego historię. Tak jak on, podążałam za Bogiem, często nie wiedząc dokąd zmierzam. Też byłam egoistyczna i ustawałam w czynieniu dobra. Wzdrygam się na wspomnienie chwil, w których brakowało mi odwagi, aby przeciwstawić się sprzeciwowi i dokonać czegoś odważnego i niepopularnego. Czuję ból w sercu, kiedy myślę o sytuacjach, w których pomimo, że powinnam, nie wykazałam troski lub opieki w stosunku do tych, których kocham, tym samym raniąc ich. Ale Bóg, wykorzystał te wszystkie braki, aby zilustrować Swoje wspaniałe miłosierdzie i cierpliwość w stosunku do mnie jako Swojego dziecka.

Jesteśmy *usprawiedliwieni* w Chrystusie, zgodnie z Jego miłosierdziem i łaską, oraz Bożym planem—i to tak naprawdę jest ważne.

Sens życia. Stracone lata życia. Złe wybory życiowe. Bóg odpowiada na bałagan życiowy jednym słowem: łaska.—*Max Lucado*

Dojście od błędu do prawdy jest rzadkie i piękne.—*Victor Hugo*

popelnione błędy. Na szczęście, jestem pewna bezwarunkowej miłości i akceptacji Jezusa. Ale jeśli chodzi o przyznanie się innym, tzn. rodzinie, przyjaciołom, znajomym, do swoich błędów, często nie potrafiąc wyjaśnić słowami dlaczego coś zrobiłam, to tutaj materiał życia niszczy się i wyciera. Często, nawet nie mam ochoty zaczynać naprawiania, ponieważ niemal zawsze jest to bolesny i skomplikowany proces. Ale mimo to, przynosi on błogi plon sprawiedliwości w doskonałym czasie zaplanowanym przez Boga. Produkt końcowy jest jeszcze lepszy, nawet z tym, co przez przypadkowego obserwatora może być odbierane jako niedoskonałości.

Jedną z biblijnych postaci, którą tak szczerze nigdy nie podziwiałam był Lot.¹ Jako młoda chrześcijanka, uważałam go za niegodnego mojego szacunku egoistę. Lot wybiera najlepsze stanowiska dla siebie, pozostawiając resztki swojemu wujowi Abrahamowi, który wielkodusznie zaferował mu pierwszy wybór przy podziale ziemi między nimi.² A stało się to po tym, jak Abraham przygarnął osieroconego Lota i zabrał go ze sobą w swoją podróż do Kanaan.

Myślałam, że Lot zasłużył sobie na to, kiedy wraz z rodziną i dobytkiem został uprowadzony przez czterech królów, którzy podbili Sodomę,

ELSA SICHROVSKY

KOCHAJ DOPÓKI MOŻESZ



Kłótnie z moimi rodzicami psuły moje lata studenckie. Klóciliśmy się o to, ile czasu poświęcam na rozwijanie życia towarzyskiego, o moją nowoodkrytą miłość do telewizyjnych programów typu talk show, o moje pragnienie zakupu motocykla, oraz o niezliczona ilość innych spraw, które są trywialne z perspektywy czasu, ale wtedy były to dla mnie niezwykle emocjonalne kwestie. W tamtym czasie, postrzegałam swoich rodziców jako staroświeckich opiekunów, którzy blokują moją drogę do pełnego czerpania radości z wiosny mojego życia.

W czasie ostatniego semestru, uczęszczałam na zajęcia z antropologii. W czasie jednej z lekcji skupiającej się na kulturalnych przekonaniach na temat śmierci, mój profesor pokazał nam pewien dokument wyprodukowany przez japońską sieć telewizyjną (NHK) zatytułowany *The Phone of the Wind: Whispers to Lost Families* (*Telefon na wietrze: szepty z zaginionymi rodzinami*). Dokument ten opowiada o przekonaniu panującym wśród niektórych ludzi, którzy wierzą, że mogą porozmawiać ze swoimi zmarłymi bliskimi za pośrednictwem niepodłączonego do żadnej sieci staromodnego aparatu telefonicznego, zwanego „telefonem na wietrze”. Człowiek o imieniu Itaru Sasaki postawił budkę telefoniczną z tym aparatem w 2010 roku, aby utrzymać kontakt ze swoim kuzynem, który zmarł w tym samym roku. Po trzęsieniu ziemi i tsunami w rejonie Tohoku w Japonii w 2011, ludzie, którzy przeżyli ten kataklizm zaczęli przybywać do tej budki telefonicznej, aby pozostawić wiadomość swoim bliskim, którzy nie przeżyli

tej katastrofy naturalnej. Nie mogłam powstrzymać łez, kiedy oglądałam jak scena za sceną zrozpaczeni ludzie płaczą do niepodłączonego telefonu wyrażając swój ból po stracie, oraz poczucie opuszczenia. Pytali, „Dlaczego umarliście?” Błagali, „Wróćcie do nas.” Pod koniec filmu, budkę odwiedza matka wraz z trójką dzieci, aby porozmawiać z mężem i ojcem, który zginął w trzęsieniu ziemi. Córka, która miała burzliwą relację z ojcem, kiedy ten jeszcze był z nimi, trzymając w rękę telefon, zadaje pytanie swojemu bratu, „Co powinnam powiedzieć?” Wybuch płaczem, kiedy przeprasza swojego tatę za czepianie się go. Jej mama mówi, „Kochała go najbardziej.” Zaskoczony brat wyznaje, „Myślałem, że ona nienawidzi taty.”

Wróciłam myślami do ostatnich sprzeczek z moimi rodzicami. A co jeśli mnie, albo któremuś z nich życie odebrałaby jakaś naturalna katastrofa? Wygoda współczesnego życia sprawiła, że zapomniałam jak kruche może być życie. Tragiczny obraz córki szlochającej przy wypowiedzianiu słów, których nie zdążyła przekazać swojemu ojcu przypomniał mi, że muszę patrzeć na swoje irytacje z pewnym dystansem. Nie wiem, co może wydarzyć się jutro, więc dziś muszę okazywać miłość. Nie mogę pozwalać, aby nieistotne nieporozumienia wypierały rodzinną miłość, czyli to, co dla nas wszystkich jest tak naprawdę ważne.

ELSA SICHROVSKY JEST PISARKĄ-FREELANCERKĄ. MIESZKA Z RODZINĄ NA TAJWANIE.



LEKCJA DOBROCI

ROSANE PEREIRA

Kilka lat temu, nasi sąsiedzi oddali swojego psa, suczkę, swojemu przyjacielowi. Kilka lat później, ten starszy człowiek zmarł i psina przywędrowała na naszą ulicę, ale nasi sąsiedzi już tu nie mieszkali. Z biegiem czasu, suczka stawała się coraz bardziej wychudzona i osamotniona. Po jakimś czasie, wykopała dziurę pod naszym ogrodzeniem i zaczęła wyjadać to, co nasze dwa psy pozostawiały w miskach, lub na ziemi.

Kiedy przyszła zima, nocami zaczęła spać w naszej starej psiej budzie. Któregoś dnia, mój nastoletni syn stwierdził: „Ona umrze na naszym podwórku!” W tym czasie, była samą skórą i kośćmi. Wydawało się, że z trudem odnajduje siłę, aby jeszcze chodzić. Zaczęłam ją karmić dwa razy dziennie wraz z moimi psami. Szybko odzyskała siłę i doszła do siebie.

Nazwaliśmy ją Chiquita i zaadoptowaliśmy do czasu znalezienia dla niej nowego domu. Kiedy odwiedził nas mój starszy syn, jego żona poświęciła jej sporo uwagi i kiedy pojawili się znowu po jakimś czasie, Chiquita przywitała ją z takim entuzjazmem, że poczułam się zazdrosna. Przecież to ja utratowałam ją, karmiłam, kąpałam! Ale szczerą radość Chiquity na widok mojej synowej dała mi do myślenia.

Owsem, uratowałam Chiquitę przed

głodem, najpewniej z poczucia obowiązku, lub litości, ale nie okazywałam jej zbyt wiele miłości. Ta lekcja utkwiała mi w pamięci. Zaczęłam codziennie bawić się z nią w czasie zabawy z moimi pozostałymi psami. Bardzo szybko doczekałam się z jej strony powitalnych radosnych podskoków i przytulania za każdym razem, kiedy wracałam do domu.

Ostatecznie, miejskie schronisko dla psów znalazło dla niej nowy dom. Zgodziłam się ją oddać, ale moje serce bolało mnie przez kolejne trzy dni po jej odejściu. Czułam się podobnie jak wtedy, kiedy moje wnuczka przyjeżdżają na wakacje, przyzwyczajam się do dźwięku ich radosnych stópek i ich wesołego gaworzenia, ale potem zaczyna się szkoła i moje wnuczka wracają do swojego domu. Ten boleśnie słodki ucisk w sercu trwa przez kilka dni.

Wciąż myślę o Chiquicie, modłę się za nią i zastanawiam się, gdzie teraz jest. Czasami, patrzę na podwórko i bardzo tęsknię za jej zabawnymi wygłupami i oznakami jej miłości.

ROSANE PEREIRA JEST NAUCZYCIELKĄ JĘZYKA ANGIELSKIEGO I PISARKĄ. NALEŻY DO TFI. MIESZKA W RIO DE JANEIRO W BRAZYLII.



DEREK I MICHELLE BROOKES

KAŻDE WYJĄTKOWE

Nowe dziecko wypełnia nasze życie wyjątkową radością, wyjątkową nadzieją. Dziecko to żywa dusza stworzona poprzez zjednoczenie stworzonego przez Boga ducha z fizycznymi elementami naszego ciała. William Wordsworth ujął to w piękny sposób:

Nasze narodziny są niczym innym jak zaślęciem i zapomnieniem;

Dusza, która powstaje z nami, nasza gwiazda życia,

Miała gdzie indziej swój początek,

I przychodzi z daleka:

Nie w pełnym zapomnieniu,

I w niezupełnej nagości,

Jednak tropiąc chmury chwały przychodzimy
Od Boga, który jest naszym domem.

Nauka potrafi wyjaśnić w jaki sposób powstają dzieci, ale kiedy po raz pierwszy trzymasz swoje dziecko i patrzysz w te malutkie

oczy, patrzysz na jedną z największych tajemnic wszechświata—przeblask nieba i twórczej mocy Boga. W swoich ramionach trzymasz namacalny dowód miłości, którą Bóg ma dla ciebie, ponieważ wybrał Cię, abyś był rodzicem dla nowej duszy.

Pierwsze kroki na drodze

Każde dziecko jest pierwsze i jedyne w swoim rodzaju: jest to wyjątkowy człowiek, który pojawił się w twoim życiu; jest to ktoś, kto ma coś ważnego do zrobienia; jest to ktoś, kto będzie żyć z Tobą na wieki. Posiadanie dziecka to początek relacji i błogosławieństwa, które będą trwać poza granicami tego życia.

Każdy z nas jest wyjątkowy dla Boga i ma wyjątkowy cel bycia tu na ziemi. Ten świat jest miejscem nauki przez, które wszyscy musimy przejść na naszej drodze do domu do Boga. Twoje dziecko też ma wyjątkowy cel w życiu. Jako rodzice, naszym zadaniem jest pomóc nowo przybyłemu na ten świat w zadomowieniu się i bezpiecznym rozpoczęciu jej lub jego

1. Patrz Ewangelia wg św. Jana 3:1–8



drogi przez życie.

Znak zapytania, nadzieja i możliwości, które istnieją w każdym nowonarodzonym niemowlęciu przypominają nam o tym, co jest w nas boskie. Istnieje magia i tajemnica w tym kruchym ciałku. W tej małej główce mieści się geniusz. Może rosnąć i uczyć się. Piękno świata jest w jego twarzy; śpi z niewinnością śniegu; jego piękna, mała piąstka urośnie, aby trzymać pług, kierować statkiem, leczyć chorych, kierować rzeszami ludzi, a być może nawet wskazywać drogę do szczęśliwego nowego świata.—
Autor nieznanym

Powtórne narodzenie

Narodziny wyznaczają wejście do życia. Obchody urodzin to dobry czas na zastanowienie się nad naszym własnym duchowym odrodzeniem i rozwojem.

Nikodem, starszy przywódca religijny, przybył kiedyś nocą, aby spotkać się z Jezusem. Pomimo całej wiedzy, którą posiadał dręczyło

go pewne pytanie, które chciał zadać Jezusowi. Pragnął wiedzieć w jaki sposób może odnaleźć życie wieczne. Jezus odpowiedział mu krótko, iż aby mógł wejść do królestwa Bożego, musi ponownie się narodzić. To zastanowiło starca.

„Jakżeż może się człowiek narodzić będąc starcem? Czyż może powtórnie wejść do łona swej matki i narodzić się?”

Jezus wyjaśnił mu, że miał na myśli duchowe narodziny; ponowne narodziny jego duszy poprzez wypełnienie Duchem Bożym.¹

Tak jak musimy się narodzić, aby przyjść na ten świat, tak samo każdy z nas musi ponownie się narodzić, aby wejść do królestwa Bożego, wiecznego świata szczęścia, które czeka na nas po tym życiu.

Co za życie! Co za podróż!

NA PODSTAWIE KEYS TO BABIES (KLUCZ DO DZIECI) AUTORSTWA DEREK'A I MICHELLE BROOKES; PEŁNY TEKST MOŻNA ZNALEZĆ TUTAJ: [HTTPS://ACTIVATED.ORG/EN/BOOKS/PARENTING/KEYS-TO-BABY/](https://activated.org/en/books/parenting/keys-to-baby/)

TWORZENIE RODZINY

W gabinecie lekarskim, gdzie pracuję, mamy stałą pacjentkę o imieniu Blender. Jest to jej prawne imię. Nie miałam okazji, aby zapytać o tło historii jej imienia, ale jestem bardzo ciekawa, co skłoniło rodziców do nadania imienia dziecku po sprzęcie kuchennym. Być może to słowo oznacza coś pięknego w innym języku. Nie mam pojęcia!

Nie wybieramy naszej rodziny bilogicznej. Niektórzy, można by powiedzieć, że wygrali w rodzinnej loterii pod względem genetycznym, albo ekonomicznym, albo w zakresie talentu, lub po prostu pod względem kochającej, szczęśliwej rodziny. Inni, nie mieli takiego szczęścia. Wszyscy znamy kogoś, kogo rodzinna historia łamie nasze serce. I wszyscy znamy swoje własne historie; to jak rodzice, rodzeństwo, ciotki, wujkowie, dziadkowie i kuzyni wpływają na nasze życie, zarówno w sposób pozytywny jak i negatywny. A może, dorastaliśmy nie znając naszej bilogicznej rodziny, albo znamy kogoś, komu nie było dane poznać jego/jej bilogicznej rodziny.

Wraz z dorastaniem moich dzieci, coraz bardziej rozumiem znaczenie bycia świadomym rodziny, oraz poświęcania czasu i wysiłku na tworzenie rodziny, której chcemy. Życie jest przepełnione pracą i niezwykle przeładowane obowiązkami, więc zaczynam dostrzegać, że muszę zrewidować swoje priorytety. Oto kilka wskazówek, które odkryłam:

Rób co możesz z kim możesz. Nie zawsze możemy czekać na zebranie się całej rodziny. Wszystkie dynamiki i kombinacje rodzinne są

ważne i przyczyniają się do rodzinnej atmosfery.

Spółeczność jest ważna dla rodziny. Jak mówi powiedzenie, „Potrzeba całej wioski, by wychować dziecko”. Nasze dzieci zyskują tak wiele z posiadania wspaniałych ludzi w ich życiu, podobnie jak my rodzice. Więc angażujemy się w życie naszych społeczności.

Dzień po dniu. Kultura rodzinna rozwija się poprzez drobne rzeczy: wspólną modlitwę wieczorną, wspólne obowiązki, wspólne śmiechy, wspólne uściski, wspólne dyskusje i wszelkie inne codzienne sprawy wykonywane wspólnie. Są to nico, które splatają materiał rodziny bardziej niż coroczne wakacje, czy też wielkie uroczystości rodzinne. Doceniajmy wartość i piękno tych drobnych, codziennych rzeczy.

Rodzina, która modli się razem, pozostaje razem. Aby nasze dzieci nauczyły się polegać na Bogu, muszą widzieć jak my na Nim polegamy.

Silne rodziny tworzą silne społeczeństwo. Jestem głęboko przekonana, że Bóg chce pomóc nam w budowaniu silnych, szczęśliwych rodzin, nawet pośród wyzwań, których jest pełno wokół nas dzisiaj.

MARIE ALVERO BYŁA MISJONARKĄ W AFRYCE I MEKSYKU. TERAZ, WRAZ Z MĘŻEM I DZIEĆMI PROWADZI SZCZĘŚLIWE ŻYCIE W ŚRODKOWYM TEKSASIE W STANACH ZJEDNOCZONYCH.

OPA I JA

Mój dziadek, którego nazywałam „Opa” i ja byliśmy najlepszymi kumplami. Dziadek doskonale miał moje instynkty i dzielił się ze mną swoją miłością do przyrody w czasie naszych cotygodniowych wędrówek po lasach.

Każdego weekendu, niecierpliwie wyczekiwałam na chwilę, kiedy zostaną podwieziona do jednopokojowego mieszkania Opy i Omy, w małym miasteczku w samym sercu niemieckiego centrum przemysłowego.

Był 1960 rok, a ja miałam pięć lat. Opa pracował jako brygadzysta w hucie stali. W piątkowe popołudnie siadałam na wzgórzu przy ogromnej, żelaznej bramie do fabryki i niecierpliwie czekałam na dźwięk syren, oznajmiających koniec tygodnia pracy. Patrzyłam jak setki ubranych na niebiesko pracowników przekracza szeroką bramę, podeskcytowani weekendem pełnym dobrej zabawy.

Kiedy tylko dostrzegałam Opę, w pośpiechu schodziłam ze wzgórza i biegłam w jego kierunku, rzucając mu się na szyję. Przez chwilę Dziadek niósł mnie na rękach, po czym stawiał mnie na nogi. Dalej szłam obok niego, podskakując i trajkotając przez całą drogę.

Zanim docieraliśmy na czwarte piętro starego bloku mieszkalnego z pomalowanymi na czerwono schodami i wspólną toaletą usytuowaną jedną kondygnację schodów poniżej, Dziadek wiedział już wszystko na temat tego, co wydarzyło się w moim życiu w mijającym tygodniu.

Opa słuchał mnie z niewyczerpaną cierpliwością, od czasu do czasu kiwał głową i uśmiechał się. Kiedy w końcu nadchodziła kolej na jego mówienie, potrafił godzinami opowiadać ekscytyjące historie, które zawsze zaczynały się od słów, „Dawno, dawno temu ...” Jego opowieści nie zawsze były szczęśliwe. Opowiadał o trudnych chwilach w czasie wojny, o racjonowaniu żywności i niedostatku, o zimnych zimowych wieczorach spędzanych w kocach bez węgla w piecu.



Uwielbiliśmy nasze sobotnie i niedzielne spacerunki poranne do pobliskiego lasu, gdzie Dziadek uczył mnie nazw drzew, jagód, krzewów, oraz jak znaleźć drogę do domu poprzez zapamiętanie punktów orientacyjnych.

Oma gotowała na swoim wielkim piecu na węgiel, który służył też jako jedyne ogrzewanie w mieszkaniu. W zimie, ciepło z trudem dochodziło do znajdującej się w pobliżu sypialni. Babcia miała ogromne, ciężkie żelazko na węgiel, którym prasowała koszule i uniformy robocze Dziadka.

W czasie mroźnych, zimowych miesięcy, kiedy nadchodziła pora snu, ubieraliśmy flanelowe piżamy i szybko wskakiwaliśmy pod ogromne, puszyste kołdry. To były szczęśliwe, beztrudne dni, które uformowały też mój charakter i wpołyły mi poczucie wdzięczności.

Opa zmarł, kiedy miałam 12 lat, pozostawiając pustkę w moim życiu. Ale jego odejście nauczyło mnie modlić się i czasami czułam jego obecność niczym głos sumienia, który wskazywał mi drogę i wspierał mnie.

Doświadczysz wartości czasu spędzanego z dziadkiem, staram się znajdować czas, w którym poświęcam całkowitą uwagę swoim wnukom, które mieszkają blisko mnie. Jest to wspaniała inwestycja, z której korzystam zarówno ja jak i moje wnuki.

POZDROWIENIA OD JEZUSA

UCZCIE SIĘ OD DZIECI

Wielu dorosłych patrząc na dziecko błogo czerpiące radość z zabawy przez chwilę zamarzyło, aby być znowu dzieckiem. Wyglądają tak spokojnie, tak szczęśliwie, bez zmartwień. Dzieci śmieją się z łatwością, czerpią radość z tego, co robią, ekscytują się najprostszymi rzeczami. Generalnie mają drobne, chwilowe zmartwienia, które trwają nie więcej niż kilka minut, lub godzinę. Spędzają o wiele więcej czasu niż ty na byciu szczęśliwym i zaangażowanym.

Dlaczego dzieci wydają się być o wiele spokojniejsze? Oczywiście, mają znacznie mniej pracy, ale nie jest to główna przyczyna. To co daje im tyle spokoju ducha i serca to nie brak pracy, lecz niemal kompletny brak strachu przed przyszłością.

Weź głęboki oddech. Weź kolejny. A teraz przez kilka minut pomyśl o czymś radosnym. Zapomnij o swoich problemach, Zapomnij o swoim dniu. Doceń dobre rzeczy w życiu. To miłe uczucie, czyż nie? Jeśli jeszcze nie czujesz się dobrze, zaczniesz, kiedy uczynisz swoim wyyczajem cieszenie się prostymi rzeczami w życiu.

Chce, abyś czerpał radość z życia pod każdym względem. Chcę obdarzać cię szczęśliwymi chwilami i radosnymi wspomnieniami, które będą dla ciebie wsparciem w trudnych chwilach. Chcę, abyś spędzał swój czas śmiejąc się z innymi i kochając ich. Chcę, abyś kochał, abyś żył—abyś cieszył się czymś każdego dnia.

