

# Stwórz ciepły dom

## NIECH TWÓJ DOM BĘDZIE KAWAŁKIEM NIEBA NA ZIEMI



DOM TO MIEJSCE gdzie możemy doświadczyć przedsmaku nieba na ziemi, niezależnie od tego w jakim domu mieszkamy, ani z kim go dzielimy. Przy odrobienie starania możemy wypełnić nasze domy chrześcijańskimi wartościami i stworzyć miejsca, które koją i dają odpoczynek. Moi duńscy krewni nazywają to doświadczenie *hygge* ("hooga"), co tłumaczymy jako szczęśliwy, przyjazny, prosty i przytulny w odniesieniu do jedności. (Ale o wiele prościej powiedzieć po prostu *hygge*!)

Stworzenie ciepłego domu nie polega tylko na uczynieniu domu bardziej atrakcyjnym. Oznacza też pomoc każdemu, kto w nim mieszka, aby czuł się szczęśliwszy i bardziej spokojny, mniej skłonny do lęku czy kłótni.

Przeczytajcie razem Przypowieści 24,3.4. Później, jako para lub rodzina, stwórzcie listę swoich domowych wartości. Może ona zawierać takie elementy jak ciepłe powitania, wspólnota, radość, komfort, pokój, pomoc, wdzięczność oraz atmosferę prostoty i piękna, która jest odbiciem Bożej obecności.

### CIEPŁE POWITANIE (Rzymian 15,7)

Reakcja innych na to, kiedy przekraczasz próg domu jest bardzo ważna. Czy ktoś cię wita, obejmuje, pomaga wnieść zakupy, przysiada na chwilę, aby porozmawiać o tym jak ci minął dzień? Jakiego powitania chciałaby każdy z domowników? Co możesz zrobić, aby uczynić powroty do domu nieco bardziej ciepłe i radosne?

Rodzina Wilsonów ma swój powitalny rytuał. Kiedy ktoś wraca do domu, wszyscy na pięć minut przerywają swoje zajęcia. Siadają razem, zapalają świece i poświęcają czas na wspólnotę.

Kiedy mój mąż wraca do domu po pracowitym dniu, siadamy razem z herbatą owocową, zjadamy po kostce czekolady i opowiadamy o swoim dniu. To drobna rzecz, ale pozwala nam budować relacje i wycisza nas przed pójściem spać.

Pastor Jack zadaje te same pytania swojej rodzinie każdego wieczoru: "Czy widziałeś dzisiaj Boże działanie?" oraz "Jak dzisiaj okazałeś komuś Bożą miłość?" Te pytania pozwalają każdemu odnaleźć Boga w niespodziewanych miejscach oraz odnaleźć twórcze sposoby na okazywanie wzajemnej uprzejmości.

### WSPÓLNOTA (Psalm 133,1)

Niedawno przeprowadzone badanie pomogło nam zrozumieć jak ważne jest spożywanie razem posiłków. To coś więcej niż po prostu żywienie rodziny. To czas na rozmowę o dniu, czas na przedyskutowanie pomysłów i wartości, dzieleniem się swoim doświadczeniem, czas wdzięczności Bogu, czas świętowania wszystkich dobrych rzeczy oraz pocieszenia kiedy zdarzyło się coś smutnego. Wspólne spożywaniu kilku posiłków w ciągu tygodnia pomaga nastolatkom w mierzeniu się z naciskiem rówieśników oraz chroni przed złymi wpływami.

Jeszcze inna rodzina opowiada: " Czas posiłku jest czasem bez ekranu i wszystkie urządzenia mobilne wkładamy na ten czas do koszyka. Przez cały rok zapalamy świece bo pomagają nam odczuwać większy spokój. Każdy poświęca co najmniej pięć minut na pomoc w przygotowanie posiłku i co najmniej pięć minut na pomoc w sprzątanii. Staramy się, aby to był czas przyjemności i spokoju.

"My zainstalowaliśmy kominek na drewno w salonie". W zimie przyciąga nas wszystkich bliżej i każdy chce być blisko ciepła. Nie mam w pokoju telewizora, a jedynie stos ulubionych gier planszowych i książek".

### **RADOŚĆ** (Filipian 4,4)

Opowiedz innym o najszcześniejszej chwili tego dnia i podziękujcie Bogu za to doświadczenie.

Znajdź obiekty natury, które wywołują radość, takie jak kwiaty, ciekawe nasiona, piękne muszle, kamyki, zdjęcia natury i umieść je w pokoju.

Zbierz ulubione wersety biblijne i cytaty. Stwórz niewielkie plakaty i obrazy, które będą przedstawiać te cytaty lub poszukaj inspirujące wydruki, z których możesz skorzystać. Umieść je w swoim domu, gdzie codziennie mogą ci dostarczać inspiracji.

Podziel się najbardziej zabawną rzeczą, którą widziałeś, zrobiłeś lub usłyszałeś w ciągu dnia. Obejrzyj śmieszne filmy o zwierzętach, dzieciach lub chrześcijańskie komedie.

**ODPOCZYNEK** (Przypowieści 31,21.22) Stwórz dom, do którego wracasz z ulgą, ponieważ samo przebywanie w nim pokrzepia twoje serce.

Dodaj przytulne akcenty w swoim domu i spraw, aby chciało się tam spędzać czas: kołdry vintage, miękkie wełniane narzuty, biała haftowana pościel i ręcznie szyte poduszki. Naturalne materiały, takie jak drewno, ceramika i szkło są przyjemniejsze w użytkowaniu niż tworzywa sztuczne. Piec domowy chleb i gotuj na wolnym ogniu rozgrzewające zupy, aby twój dom pachniał kojąco.

### **POKÓJ** (1 Sam 25,6)

Migoczące świece łagodzą nasz stres. Świeczki na baterie i sznurki lampek również mogą dodać klimatycznego blasku.

- Czuję się o wiele spokojniejsza, kiedy w moim domu panuje porządek - mówi Julia. Nie musi być sterylnie czysto, po prostu schludnie. Kiedy ktoś opuszcza pomieszczenie, to musi pozostawić je w lepszym stanie niż zastał. Odnosi rzeczy do swojego pokoju lub znosi naczynia do zmywarki. Takie drobiazgi sprawiają, że dom jest miejscem przyjemnym dla wszystkich.

- My postanowiliśmy, że w domu nie krzyczymy - wyjaśnia Heather. - O wiele przyjemniej jest pójść i znaleźć osobę, żeby powiedzieć jej o gotowym obiedzie niż krzyczeć. Czasami szeptamy innym do ucha i to sprawiło, że nasz dom jest pełen uprzejmości i delikatności.

### **POMOC** (Gal 6,2)

Jeśli zmagamy się sami, często czujemy się smutni, samotni, a nawet urażeni. Ale kiedy ktoś oferuje nam pomoc, czujemy się, jakbyśmy otrzymali niesamowity prezent!

Wykonujcie wspólnie obowiązki. Zaproponuj, że pomożecie sobie nawzajem w czymś trudnym przez 5 do 10 minut. Spraw, by pomaganie w domu, pieczenie pizzy, tworzyło pozytywną atmosferę wokół pracy zespołowej. Wspólne robienie rzeczy pomaga również budować pewność siebie i charakter naszych dzieci.

### **WDZIĘCZNOŚĆ** (Psalm 107,8.9)

- Zdecydowaliśmy, że w naszym domu nie zwracamy wystarczającej uwagi na wdzięczność — opowiada Dave. - Każdego dnia Bóg błogosławi nas większą ilością darów i błogosławieństw niż możemy zliczyć, a prawie nigdy Mu za to nie dziękujemy. W kuchni mamy dużą tablicę kredową i każdy pisze lub rysuje na niej wszystko, za co chce podziękować Bogu. Ale nie wolno nam powtarzać tego samego dwa razy w tygodniu! Pomogło nam to stać się bardziej świadomymi darów Bożych.

Dodaje: - Czasami idziemy na spacer wdzięczności po naszym domu. W każdym pokoju musimy znaleźć co najmniej 20 rzeczy, za które możemy podziękować Bogu zanim przejdziemy dalej.

### **CZAS NA REFLEKSJĘ**

- Jakie są twoje ulubione sposoby na stworzenie ciepłego domu?
- Czy pielęgnowanie *hygge* w waszym domu jest ważne dla ciebie i twojej rodziny?
- Jak twój dom może być błogosławieństwem dla wszystkich, którzy w nim mieszkają i dla wszystkich, którzy przekraczają jego próg?

*Karen Holford jest dyrektorką Sekretariatu Rodziny przy Wydziale Transeuropejskim.*

### **CIEPŁE SŁOWA ELLEN WHITE:**

"Niech atmosfera waszego domu będzie przepełniona delikatnością i uważnością".  
(*Chrześcijański Dom*).

"Mogą pojawić się kłopoty, ale taki jest los człowieka. Niech cierpliwość, wdzięczność i miłość rozświetlają waszej serca nawet w pochmurny dzień".  
(*The Ministry of Healing*).

"Dom może być prosty, ale zawsze może być miejscem, w którym mówi się radosne słowa i spełnia dobre uczynki, gdzie uprzejmość i miłość są stałymi gośćmi".  
(*Chrześcijański Dom*).