

стао сам да будем сам, и сада је потребно да стално мислим како да поступим не би ли било добро не само мени, већ НАМА.

Постоје породице чији се супружници налазе на веома опасном путу; видећи да се заједнички живот не уређује из неког разлога, свако је почео да живи својим животом и боравећи под истим кровом, чак и одмор проводе одвојено. Свако од њих је пронашао своје, мање-више удобно уточиште у забавама, послу или нечем другом, сакрио се у њему од непријатности и како-тако наставља своје породично битисање. Ово наравно не представља излаз из породичних проблема, већ представља само бекство које се обично завршава распадом породице. Породица је жива само онда када смо МИ заједно.

Трудимо се да више разговарамо. Без обзира на велику заузетост ван куће и на мноштво кућних обавеза, пронађимо време за породичну заједницу. Контакт представља темељ добрих међусобних супружничких односа. Данас је доста људи принуђено да много ради да би прехранило породицу, међутим, колико год се уморили на послу, колико год бисте хтели увече да предахнете, опустите се, ипак ограничите макар време које проводите испред телевизора, за компјутером или разговарајући дуго телефоном – да бисте разговарали са најближом особом и – нећете жалити. Огроман број супружничких парова се распао управо зато што су супружници престали да разговарају.

Разматрајмо заједно важне проблеме. Све важне одлуке је неопходно доносити након заједничких саветовања. Када разматрамо проблем и питамо за мишљење и савет друге, увек нам полази за руком да донесемо одмеренију и правилнију одлуку, посебно када се ради о ствари која је важна за целу породицу. Ако питаш за савет **значи да уважаваш**, а то увек помаже и служи јачању породичних односа. Друга особа види проблем из другог угла и у стању је да примети оно што ми не можемо. Важно је да у разговору разматрамо не само важна питања, већ и све што нас занима.

Уважавајмо се међусобно. Супружници треба да уче да се уважавају, тачније, да поштују један другог. И није само жена дужна да показују мужу свакодневно поштовање као својој глави, већ и муж има обавезу да поштује супругу, брижно се односи према њој као бићу које је крхко, нежно, немоћније, поштује у њој непроцењиви образ Божији и цени је као дар који је добио од Самог Бога. И наравно, деца морају да поштују родитеље, а родитељи би са уважавањем требало да се односе према деци. Желимо да се наши блиски добро односе према нама, уважавају нас, слушају наше речи? Хајде да сами први дамо пример таквог односа.

Не покушавајмо да мењамо или преваспитавамо другу половину. Будимо способни за сагледавање добрих, светлих страна својих најближих и свог породичног живота. Најснажније и најсрећније породице су поро-

дице где се супружници труде да не примећују међусобне недостатке и насупротив томе, увиђају мноштво позитивних страна у својим укућанима и свом породичном животу.

Контролишимо љутњу и друга негативна осећања. Човек који се љути никада није у праву. Свако схвата да раздражљивост, гнев и свађе разарају добре односе. Гнев такође није у стању да реши ни један проблем, јер је за време љутње човеку скоро немогуће да донесе правилну одлуку, будући да је његов разум помрачен гневом. Свети Григорије Богослов говори: „гнев је опасни саветник, оно што се предузме у гневу никада није разумно“. Све озбиљне разговоре је неопходно водити само у спокојном стању духа. Потребно је учити се да неспоразуме и увреде разматрамо спокојно и без раздражљивости. Сви ми се разликујемо и противречности су у браку неизбежне, међутим, када са љубављу, без гнева супружници заједно траже решење, увек се може доћи до сагласности и компромиса. Што се тиче других негативних емоција – чамотиње, тескобе, туге и других, потребно је памтити да у браку оне загорчавају живот не само нама самима, већ и целој нашој породици. Не муче само нас лично ове страсти, већ и наши најрођенији страдају и трпе због нас. Макар ради њих треба да се боримо са својим страстима.

Обрадујмо чешће своје ближње. Ово правило је потребно увести као противтежу гневу, раздражљивости и меланхолији.

Савремени човек је окружен негативним, застрашујућим информацијама: убиства, несреће, катастрофе... Како је лепо ако макар у породици имамо прилику да добијемо позитивна осећања. Зар је тешко да пар пута током дана кажемо једно другом нешто лепо, поделимо неке пријатне утиске? Пажљива реч, захвалност изговорена ујутру у стању су да нам поправе расположење током целог дана. Неопходно је захваљивати једно другом чак за најобичније ствари: опрано посуђе, купљено поврће на пијаци или очишћени под. Најједноставније речи захвалности веома позитивно утичу на атмосферу у кући.

Указујмо међусобну помоћ и подршку. У свакој породици сваки члан, по правилу, има свој круг обавеза. Наравно, ове обавезе би требало испуњавати савесно, међутим, има тренутака када је потребна помоћ најближих. Ауторитет и најуваженијег академика нестаје ако он не притекне у помоћ својој жени да истресе тепих док она припрема ручак за госте који долазе. Ако нема међусобне подршке у породици, може да се понови ситуација из једне приче са истока: Муж и жена су поделили обавезе тако да жена одговара за све унутар дома, а муж за све споља. Када се у кући догодио пожар, супруг није пожурио да помогне жени и цео дом је изгорео до темеља. Узајамна помоћ се огледа и у молитви: „*Молите се Богу једни за друге*“, говори Апостол Јаков (Јак. 5:16).

Супружницима је важно да се заједно моле Богу за јачање љубави и мира у породици. Молитва представља велику силу, способна је да премешта планине неверја и умишљености у човековом срцу. Јако је добро ако муж и жена имају заједнички духовни темељ у Христу. Молитва и Тајне Цркве представљају темељ у узајамним односима Бога и човека. Да би Бог чуо наше молитве, неопходно је да учимо да праштамо увреде и сами стремимо миру и љубави. Будимо срећни!

„Свака горчина и гњев и љутина и вика и хула са сваком злобом, нека су далеко од вас. А будите међу собом благи, милостиви, праштајући један другоме, као што је и Бог у Христу опростио вама“ (Еф. 4:31-32).

Молимо Вас, немојте користити овај летак за свакодневне потребе.

Ако Вам више није потребан, дајте га другоме или однесите у храм.

**ПРАВОСЛАВНИ МИСИОНАРСКИ ЦЕНТАР
“с. ДАНИЛ СИГОЈЋЕ”**

у саставу Мисионарског одељења при Светом
Архијерејском Синоду Српске Православне Цркве



Правила породичног живота

„Жене, покоравајте се својим мужевима, као што доликује у Господу. Мужеви, љубите жене ваше и не срдите се на њих. Дјецо, слушајте родитеље своје у свему, јер је ово угодно Господу. Оцеви, не раздражујте дјеце ваше, да не клону духом“ (Кол. 3:18-21).

Никада не заборављајте на најважније. У свим околностима породичног живота (посебно у тешким) неопходно је памтити да смо одлучили да живимо заједно не да бисмо разјашњавали ко је у праву, ко је крив или да бисмо преваспитавали један другог, већ да бисмо се волели међусобно и заједно спасавали. Стремите миру, љубави и срећи.

Породица. То смо МИ. Хтели то или не, у породици нисмо сами, а наш живот и наша духовна осећања не могу да се одвоје од живота наших ближњих. Од нас зависи како се они осећају. Ако човек покушава да живи некаким „својим“ животом, одвојеним од живота породице, неће бити среће у тој породици. У породичном животу заменица „Ја“ мора бити заборављена и насупрот њој, заувек упамћена заменица: „Ми“. Када сам ушао у брак, пре-