

100

SPÔSOBOV,

AKO

milovať

* SVOJU

dcéru

JEDNODUCHÁ UČINNÁ CESTA
K BLÍZKEMU A TRVALÉMU VZŤAHU

MATT & LISA JACOBSON

100 SPÓSOBOV, 

m

AKO 

milovať

SVOJU

dcéru

Copyright © 2020 by Faithful Families Ministries, LLC Originally published in English under the title 100 Ways to Love Your Daughter by Revell, a division of Baker Publishing Group, Grand Rapids, Michigan, 49516, USA. All rights reserved.

100 spôsobov, ako milovať svoju dcéru

Matt a Lisa Jacobson

Vydané s povolením: Baker Publishing Group, Grand Rapids, Michigan, USA.

Slovak Edition © 2021 Christian Project Support, s. r. o.

www.ver.sk

email: info@ver.sk

Preklad: Eva Simo Pelzlová

Jazyková úprava: Gabriela Mikulčíková

Grafická úprava: www.christianstudio.sk

Grafické spracovanie originálu obálky: Thinkpen Design

shutterstock.com/cs/g/Archreactor

shutterstock.com/cs/g/Anastasii+Gevko

Fotografia autorov: Allison Harp Photography

Použité citáty z Biblie: Slovenský ekumenický preklad, Slovenská biblická spoločnosť, 2017. In: www.biblia.sk

Tlač: Alfa print, s. r. o.

ISBN: 978-80-89793-94-5

ISBN: 978-80-89793-95-2 – pdf

ISBN: 978-80-89793-96-9 – epub

ISBN: 978-80-89793-97-6 – mobi

100

SPÔSOBOV,



AKO

milovať

SVOJU

dcéru

JEDNODUCHÁ A ÚČINNÁ CESTA
K BLÍZKEMU A TRVALÉMU VZŤAHU

ÚVOD

Ako rozvíjať a udržiavať blízky a láskyplný vzťah so svojou dcérou? Ako môžete zotrvať blízko jej srdca v priebehu rokov? Možno je teraz malá a ľúbi vás celým srdcom, no ako si udržať dobrý a blízky vzťah s ňou, aj keď bude staršia? Želáte si pre ňu len to najlepšie, ale ako udržiavať svoju lásku tak, aby pretrvala?

Táto kniha vám poslúži ako zdroj inšpirácie, čo robiť, čo hovoriť a ako sa správať ku svojej dcére v akomkoľvek veku. Potrebuje poznať a zažiť vašu lásku, aby váš vzťah pretrvával a rástol – a to je aj dôvod, prečo sme napísali túto knihu. Každý deň si prečítajte jeden spôsob, premýšľajte nad ním a skúste ho uplatniť vo vzťahu s vašou dcérou.

Niekedy musíme zmeniť naše myslenie. Niekedy potrebujeme zmeniť to, čo hovoríme, aj ako to hovoríme. A niekedy musíme zmeniť to, čo robíme. Pre niektorých rodičov to môže byť len malé usmernenie. Pre iných to môže znamenať dramatickú zmenu. Ale pre všetkých rodičov je to cesta, ako milovať svoju dcéru každý deň viac. Keď sa budete učiť skutočne ju milovať, vytvoríte základ pre zmysluplný dôverný vzťah, ktorý pretrvá aj v skúškach a aj potom, keď sa z nej stane dospelá žena.

Sme rodičia ôsmich úžasných detí, z toho štyri sú dievčatá vo veku od 19 do 24 rokov. Prešli sme si túto cestu a teraz ju chceme prejsť aj s vami. Nie vždy sme všetko robili správne a určite sme urobili veľa chýb,

ale sme vďační za to, že sa môžeme tešiť z milujúceho vzťahu s našimi dievčatami. Nech sa už nachádzate na vašej ceste kdekoľvek, naučiť sa dobre milovať svoju dcéru je spôsob, ako dosiahnuť to najlepšie vo vašom vzájomnom vzťahu dnes aj pre budúcnosť.

Matt a Lisa Jacobson

Pýtajte sa JEJ

Sú si blízki. Takto náš priateľ charakterizoval vzťah medzi nami a našimi dcérami. A je to pravda, sme si blízki. Smejeme sa, objímame sa a rozprávame sa o všetkom. Ako sme k tomu dospeli? Ako sme sa dostali k sebe tak blízko?

Naša blízkosť je výsledkom hľadania. Hľadali sme srdcia našich dcér a vzťah s nimi. Zaujímali sme sa o ich myšlienky, obavy, nádeje a sny.

A kládli sme im otázky.

Kladieme našim dcérkam otázky každý deň. Zaujíma nás, ako sa im darí, nad čím premýšľajú a ako sa cítia.

Naše dievčatá potrebujú, aby sme sa ich na tieto veci pýtali. Niekedy nám samé od seba nepovedia, čo majú na srdci, alebo na mysli. Potrebujú, aby sme sa ich pýtali a potrebujú, aby sme sa zaujímali o ich odpovede.

Vaša dcéra tiež potrebuje, aby ste sa jej pýtali.

Vstaňte skoro ráno

A SLEDUJTE SPOLU VÝCHOD SLNKA

Začína sa ďalší týždeň. Je čas ísť do práce, do posilňovne, zúčastniť sa nejakej udalosti. Požiadavky života nedokázate odbúrať, ale takisto nedokázate spomaliť rast a dozrievanie vašej dcéry. Čas uteká. A ani sa nenazdáte, vaše dievča odíde z domu, aby vstúpilo do ďalšej etapy svojho života. Nikdy nie je ten správny čas na to, aby ste spomalili a jednoducho len „boli“ so svojou dcérou. Vždy je veľmi veľa iných vecí, ktoré práve treba urobiť.

A predsa: múdri, hoci zaneprázdnení rodičia si dokážu nájsť čas.

Ako? Ak by sme boli k sebe naozaj úprimní, každý si vie nájsť čas na to, čo je pre neho naozaj dôležité. V skutočnosti to už každý z nás aj urobil...

Či už ako rodič, ktorý si dokáže urobiť prestávku, aby sa tešil zo svojej dcéry a vnímal ju ako Boží dar, alebo ako rodič, ktorý si nikdy čas nenájde. Oba typy rodičov majú priority podľa toho, čo je pre nich dôležité, a podľa svojich priorít trávia svoj čas. Akým rodičom ste vy?

Milujte svoju dcéru tak, že ju povýšite nad požiadavky v dennom rozvrhu – napríklad tak, že budete spolu pozorovať krásu východu, či západu slnka, alebo inú prírodnú scenériu, ktorá sa nám prihovára: „Dajme si pár minút na to, aby sme pozorovali krásu Božieho stvorenia spoločne.“

Blízky vzťah s vašou dcérou sa buduje hľadaním a delením sa o takéto nádherné, spoločne prežité okamihy.

Objímte ju ÚPRIMNE

Keď dcéra vošla do izby, hneď som videla, že je našťavaná, ešte skôr, ako niečo povedala. Pravdepodobne to so mnou nemalo nič spoločné, ale tušila som, že si to aj tak odnesiem. No ešte skôr než začala, dostala som náhlu inšpiráciu, že sa za ňou načiahnem a objímam ju – nie tým rýchlym povinným objatím, ale pomaly a zámerne bez akýchkoľvek iných plánov.

Myslím, že nás to obe tak trochu prekvapilo. Ale na jej rozpoloženie a náš vzťah to malo skvelý vplyv. To, čo ju zožieralo, akoby zrazu zmizlo.

Niekedy vaše dievčatko nepotrebuje veľa slov, inštrukcií, či náprav, len jednoducho potrebuje vaše starostlivé, úprimné objatie. Takže natiahnite dnes k nej ruku a pevne ju objímte!

Napíšte jej

LIST

Kedy ste naposledy dostali list napísaný rukou, alebo na písacom stroji? Ako ste sa cítili? Listy sú čoraz neobvyklejšie a pravdepodobne je to už veľmi dávno, čo ste vy sami list písali. (A možno ste zatiaľ žiaden nenapísali.) V každom prípade je tu dobrá správa. Keď napíšete list, môže sa stať niečím neobyčajným a môže mať mocný vplyv. Môže to byť niečo, na čo bude vaša dcéra spomínať s radosťou po celý život.

Nemusíte sa písania listu báť, váš list nemusí získať literárne ocenenie. Na to, aby ste napísali zmysluplný list, ktorý vychádza z vášho srdca a dotkne sa toho jej, potrebujete len úprimné myšlienky.

Tu je niekoľko nápadov, o čom by ste jej mohli napísať:

Napíšte jej, že ste na ňu hrdí.

Povedzte jej, ako milujete jej osobnosť a čo si na nej vážite.

Povedzte jej o svojom celoživotnom záväzku k nej.

Vyjadrite svoju dôveru k nej a v jej budúcnosť.

Možno by ste mohli kúpiť špeciálnu obálku a papier, ktorý by prispel k jedinečnosti tohto daru zo srdca.

A ešte jeden tip – list napíšte najskôr ako koncept, na obyčajný papier, alebo na počítači. Tak môžete urobiť niekoľko úprav skôr, než napíšete finálnu verziu. Až potom prepíšete text na ozdobný papier.

Ak musíte svoj list poslať poštou, tak to urobte. Ak vaša dcéra býva stále doma, položte jej list na miesto, kde ho určite nájde!

Budte pripravení POSLŮŽIT JEJ S RADOŠTÍ

Keď sa s vami podelím o tento príbeh, možno budete považovať naše dcéry za rozmazané.

Odkedy naše dcéry dorástli na to, aby mohli piť kávu (u nás je to pomerne nízky vek), otec im každé ráno na kávovare pripraví kávu a naservíruje ju dcéram tak, ako ju majú rady. Trochu smotany, dosť veľa cukru a každej ju naleje do jej obľúbenej šálky. Ak je doma, nikdy nezabudne na tento malý rituál.

Mohlo by sa zdať, že ich takto rozmaznáva, ale on sa vždy veľmi teší, keď im môže ráno naservírovať kávu. Keď im hneď zrána podáva šálku sladkej kávy, akoby im bez jediného slova vždy povedal: „Ľúbim ťa!“

Možno vaša dcéra nepije kávu, ale existuje veľa iných tvorivých spôsobov a mnoho príležitostí, ako jej môžete s radosťou a úsmevom na tvári poslúžiť. Vyberte si jednu a začnite jej robiť radosť tým, že jej každý deň poslúžite.

Zorganizujte deň PRE OTCA A DCÉRU

Mnoho otcov miluje svoje dcéry nesmiernou láskou. Opýtajte sa ich. Povedia vám to.

„Moja malá Karen je taká úžasná...“

„Mali by ste vidieť Chloe, keď robí...“

„Audrey je tá najúžasnejšia...“

Možno naše dcéry veľmi ľúbime, ale niekedy si prepojenie medzi tým, čo cítíme a čo im komunikujeme, vyžaduje viac pozornosti. Rande s otcom je tá najúčinnějšía a najsilnějšía odpoveď na všetky jej otázky, keď jej jasne hovoríte: „Áno, si jedinečná a úžasná osoba, hlavne pre mňa.“

Aby naše dcéry cítili vlastnú hodnotu, musia vedieť, že chceme, túžime a radi s nimi trávime čas.

Počas rokov som si užil niekoľko takých dní „otca a dcéry“ so svojimi dcérami a z Božej milosti mám so všetkými veľmi dobrý vzťah. Ale

poviem vám pravdu, bol by som šťastnejší, ak by som prežil takýchto dní oveľa viac, ako ich v skutočnosti bolo.

My, otcovia, potrebujeme odsunúť do úzadia tlaky každodenného života, aby sme si urobili priestor pre vzťahy, na ktorých skutočne záleží.

Dajte jej príležitosť, **ABY MOHLA POSLÚŽIŤ INÝM**

Volanie o pomoc prišlo uprostred dňa. Mladá mamička bola zjavne v ťažkej situácii a potrebovala radu. V jej hlase som zacítil zúfalý tón a ubezpečil som ju, povedal som jej, že prídem hneď, ako to bude možné.

Ale čo urobíme s jej štyrmi malými deťmi a jedným bábätkom? Kto na nich dá pozor, kým sa s ňou budem zhovárať? Išiel som za jednou zo svojich dcér a krátko, stručne som jej vysvetlil situáciu. Ihneď pochopila a začala svoj batoh plniť zábavnými hračkami, korunkou pre princeznú a párty pištálkami. Za pár minút bola zbalená a pripravená ísť so mnou.

Keď sme prišli, deti sa najskôr hanbili, ale už o malú chvíľu sme sa mohli s mladou mamičkou vytratiť a pohovoriť si pri šálke čaju. Keď sme sa vrátili, našli sme moju dcéru, ako sa

s väčšími deťmi hrá stolovú hru a bábätko spalo v jej náručí.

Prekvapivé, a zároveň neprekvapujúce. Neboľo to len včera, čo táto mladá dáma predo mnou sladko spala v mojom vlastnom náručí?

Je to úžasný dar, ak môžete svojej dcére ukázať, ako sa môže stať darom pre ostatných tým, že im poslúži.

Dajte jej najavo, **ŽE STE JEJ NAJVÄČŠÍM FANÚŠIKOM**

Nemali by ste podceňovať veľkosť vášho vplyvu na úspechy a osobný potenciál vašej dcéry. Z vašich reakcií na jej úsilie získa najväčší pocit dôvery a motiváciu, bez ohľadu na jej vek. Či už sa snaží robiť prvé kroky, učí sa písať prvé písmená, snaží sa namaľovať obraz prstami, upiecť prvú tortu, hrať v tíme, alebo sa učí šoférovať, jej odvaha skúšať nové veci rastie podľa toho, ako jej mama a otec fandia a podporujú ju.

Každý deň nastanú mnohé príležitosti, keď ju môžete podporiť. Môžete jej veriť ešte skôr, ako si uvedomí, že si má veriť sama.

Život priveje nekonečne veľa hlasov, ktoré sa budú usilovať zničiť odvalu vášho dievčatka. Preto nikdy nepremeškajte príležitosť povzbudiť ju. Pamätajte na to, že každé malé dieťa, ktoré si verí, malo rodiča, ktorý mu veril ako prvý.

Chodte spolu NA PRECHÁDZKU

Ísť spolu na prechádzku je veľmi jednoduché. Je tiež veľmi dobré, keď ste spolu na čerstvom vzduchu a kráčate bok po boku, pretože v tých chvíľach sa môže začať ten najúžasnejší rozhovor.

Keď je malá, chyťte ju za ruku a kráčajte pomaly – nemôžete sa s ňou ponáhľať – stačí prejsť krátku vzdialenosť. Nechajte ju, nech objavuje svet okolo seba a nech sa pozerá na všetky zaujímavé veci, ktoré uvidí na ceste. Hovorte jej o Božom stvorení a tešte sa spoločne z toho, čo uvidíte.

Keď je vaše dievča staršie, pozvite ju, aby išla s vami. Ak je to pre vás dvoch nová aktivita, nechcete na začiatok veľa, len tráviť čas s ňou. Možno začnete bez slov a rozhovor bude plynúť pomaly, prirodzene. Možno zistíte, že sa vám dcéra viac otvorí, ak sa na vás nepozerá priamo. Bude ju upokojsovať, keď budete kráčať vedľa nej.