Jak ciekawie spędzić wolny czas?

Wracasz po ciężkim dniu ze szkoły lub pracy do domu. Jesteś zmęczony(a), głowa Ci pęka, ten dzień był naprawdę wyczerpujący. Czas na zasłużony odpoczynek. Przed Tobą wolne popołudnie i wieczór, a może nawet cały weekend. Co robisz? Jak planujesz spędzić ten czas? Czas na regenerację, na odpoczynek, na uzupełnienie energii.

Najłatwiejszy sposób, który znam niestety z autopsji, to położyć się lub usiąść wygodnie, rzecz jasna z telefonem i scrollować. Smartfon można zastąpić komputerem lub tabletem, a scrollowanie – graniem. Oczywiście, co jakiś czas trzeba zmienić pozycję, czasami coś zjeść, mieć źródło prądu i dostęp do wi-fi, a kilka godzin minie niepostrzeżenie. Tylko czy taki sposób na spędzenie wolnego czasu pozwala odpocząć? Bazując na moich doświadczeniach i obserwacjach, odpowiadam – nie. Efektem takich długich sesji są raczej zmęczone oczy, przebodźcowanie, rozdrażnienie, poczucie straconego czasu, a nie regeneracja. Co prawda słowo “ciekawie”, które pojawiło się w tytułowym pytaniu jest bardzo pojemne, więc w zależności od tego, czym się interesujesz, ten warunek być może został spełniony podczas spędzania czasu przed telefonem, ale chciałbym, żebyśmy do tego określenia „ciekawie” dodali jeszcze jedno słowo: „pożytecznie”.

Zatem jak można ciekawie i pożytecznie spędzić wolny czas?

Nie chcę tworzyć listy czynności, które są jedynie właściwe, raczej zachęcam Cię, żebyś sam(a) sobie stworzył(a) taki spis, opierając się na biblijnych kryteriach i praktykował(a) go. Jednocześnie napiszę, co lubię robić w wolnym czasie z uzasadnieniem, czemu akurat na takie rzeczy się decyduję.

Uwielbiam spędzać czas wolny na świeżym powietrzu, w lesie, na rowerze, grając w piłkę, na packrafcie, nad morzem, na spacerach, pod namiotem. To taka odskocznia od codzienności, od miejskiego zgiełku, od pracy przy komputerze i jednocześnie zadbanie o swoje zdrowie, nie tylko fizyczne, ale też duchowe. Przebywając samotnie w pięknych okolicznościach przyrody, zachwycam się Bożym stworzeniem i modlę się gorliwie. Gdy na taką wycieczkę wybiorę się z rodziną lub bliskimi, to jest to skuteczny i przyjemny sposób na budowanie relacji, na poznawanie się i okazywanie miłości.

Bardzo lubię wyjazdy na młodzieżowe, na kursy, na spotkania dziecięce. Wielkim błogosławieństwem jest widzieć innych, cieszących się, śpiewających i chwalących Boga, obserwować, jak się rozwijają, dorastają, chcą też coś od siebie dać społeczności. Uświadamiam sobie, że to dodaje mi energii i motywuje do tego, żeby być gorliwym.

Z drugiej strony odwiedziny i przebywanie z osobami starszymi pozwalają mi zrozumieć, że każdy moment życia trzeba dobrze wykorzystywać, że to wszystko jest kruche i przemijające. Warto posłuchać opowieści osób z większym doświadczeniem, nawet jeśli historie ich życia działy się w innych okolicznościach i realiach niż te, w których ja się znajduję.

Lubię wspólnie z Gosią spędzać soboty w kuchni, zwłaszcza, gdy szykuje poczęstunek na niedzielę dla zborowników lub gości. Robienie czegoś dla innych to piękna rzecz, a dodatkowo wspólna praca tworzy więź i cementuje związek.

Lubię wieczorem poczytać Słowo Boże, szczególnie, gdy pozornie znany fragment odkrywam na nowo. Lubię słuchać interpretacji tekstów biblijnych osób, które mają większą wiedzę niż ja i lubię je analizować. Świadomość, że nie wiem wszystkiego, zachęca mnie do poznawania Boga i ciągłego odkrywania Jego przesłania.

Wszystkie te rzeczy wymagają większego wysiłku i przez to niestety zbyt często przegrywają z wygodnym leżeniem i przesuwaniem kciukiem po telefonie. Ale ten wysiłek daje wielkie błogosławieństwo, pozwala prawdziwie wypocząć, nabrać sił, by być gotowym do intensywnej pracy i do przezwyciężania pokus. Życzę Ci, żebyś podejmował(a) dobre decyzje i ciekawie oraz pożytecznie spędzał(a) wolny czas, nie poddając się wygodnictwu. Do zobaczenia na młodzieżowym lub … gdzieś w lesie.

Tyc Jakub