

# Tradīcijas ģimenē.

**Tradīcijas stiprina ģimenes attiecību siltumu un iekrāso ģimenes kopā pavadīto laiku priecīgāku - gan ikdienā, kad ir pienākumi un steiga, gan brīvajās dienās, kuras izdosies piepildītākas, ja būs izdomāts noteikts pasākumu plāns.**

Ģimenes tradīcijas var būt dažādas - mantotas no paaudzes paaudzē vai pavisam jaunas, pašu izgudrotas. Tās var būt nopietnas un jautras, tādas, kuras prasa sagatavošanos, vai tādas, kuru īstenošanai nevajag nekādu piepūli. Piemērotas gan darbdienu vakariem, brīvdienām un nedēļas nogalēm, pārgājieniem un atvaļinājumiem, bērnu un pieaugušo ballītēm, gan arī īpašiem svētkiem. Arī tādas pavisam mazas lietas, kā otram veltīts uzmanības apliecinājums, padara dienas priecīgākas un attiecības laimīgākas.

Lūk, desmit vienkāršas tradīciju idejas, ko bez īpašas gatavošanās var īstenot jau tūlīt!

## *1. Modināšanas rituāls, kas bērnam liks mosties ar smaidu*

Pamodināt mazuli, kas saldi sapņo, nemaz nav viegli. Mīļa rotaļa kā ikrīta modināšanas rituāls var būt īsts glābējs. Paņem bērna pēdiņu, liec to pie auss, iztēlojoties, ka tā ir telefona klausule, un "zvani" mazajam gulētājam. Daudziem bērniem tas ir jautrs piedzīvojums.

Cits jauks rīta rituāls ir kopīga rīta dziesmiņa. Varat izvēlēties savu dziesmu vai kādu no citu iecienītajām: pavisam klasisko "Labu rītu saka saule" vai, piemēram, "Krāsaino maršu" no multenītes par Loti, kuras vārdi "Ejam mēs, ejam mēs sauli celt, dienu sveikt..." iedvesmos brīnišķīgai dienai.

## *2. Slepens rokasspiediens*

Slepeno rokasspiedienu dažādās grupās izmanto jau tūkstošiem gadu, lai varētu atpazīt savas grupas piederīgos. Ar laiku šī tradīcija tika ieviesta arī ģimenēs, lai nemanāmi nodotu cits citam informāciju. Rokasspiediens var būt pavisam vienkāršs vai sarežģīts, bet tam ir jābūt ar nozīmi. Piemēram, saspiežot otra roku trīs reizes, nevienam nemanot un vārdos nepasakot, pavēstī trīs vārdus "Es tevi mīlu".

## *3. Brīvdienu brokastīs pankūkas*

Sestdien vai svētdien kopā gatavojiet gardas brokastis! Brīvdienās gatavošanas laiks ir neierobežots un varat atļauties pagatavot ko saldu. Iecienītākais brīvdienu ēdiens ir pankūkas, un katrs tās var ēst ar savu gardāko piedevu, piemēram, karameli vai zemeņu ievārījumu. Tas ir īpaši patīkami ģimenēs, kurās darbdienu rītos neizdodas brokastot kopā un parunāties.

## *4. Pastaiga mežā ar fotografēšanos un dabas iepazīšanu*

Dodieties pastaigā pa mežu, lai iepazītu kokus, putnus un ziedus. Jau iepriekš sagatavojiet bērnam vai pusaudzīm uzdevumu nofotografēties ar katru no atradumiem. Kuram būs visvairāk fotogrāfiju ar dažādu sugu augiem un kurš spēs tos nosaukt, būs uzvarētājs.

## *5. Pasaku stāsti, īsinot laiku garā braucienā*

Pasaku stāsti sevišķi uzjautriņoši ir ceļojumos. Tā laiks paiet, gluži nemanot. Kurš izdomās vēl kādu blēņu dzejolīti un pasaku stāstu? "Govs bezdelīgas ligzdā sēdēja ar septiņiem kazlēniem maziem. Tur svētkus viņi svinēja un lidot iecerēja. Ēzels kurpes uzāva un pacēlās virs nama. Un, ja tā patiesība nav, tad tās taču ir pasakas."

## *6. Dzimtas stāstu grāmatas veidošana*

Katrs no mums glabā kādu stāstu, ko ir vērts pierakstīt un sākt veidot dzimtas stāstu grāmatu. Varbūt tev pašam patlaban šķiet, ka nekā ievērtības cienīga un pierakstāma nav, tāpēc sāc ar ciemošanos pie saviem vecvecākiem vai vecākiem. Kāda bija viņu bērnība? Ar kādām rotaļlietām tolaik spēlējās? Kādi noteikumi bija jāievēro skolā? Kā piedzima viņu bērni? Kā vecāki, vecvecāki iepazīs un apprecēs? Nelielas atmiņu ainiņas tev un vēlāk taviem bērnu bērniem uzburs kopainu par dzimtu un savām saknēm. Stāstiem nav jābūt gariem, var būt arī trīs četri teikumi vienā ainiņā. Vēl vajadzīgs kāds pamatīgs pierakstu bloks.

## *7. Ballīte ar orientēšanos*

Iepazīstiet tuvāko apkārtni sarīkojot, foto-orientēšanos. Paņemiet līdzī tēju, maizītes un citas lietas un sarīkojiet pikniku piemērotā vietā.

## *8. Kūkas dekorēšana*

Izcepiet kūku, bet atstājiet to nedekorētu. Ļaujiet to izdarīt jubilāram un viņa viesiem un iemūžiniet šo procesu bildēs.

## *9. Vecvecākiem par prieku*

Braucot ciemos pie vecvecākiem, paņemiet līdzī gan lielo, gan mazo bērnu veikumus, kas tapuši kopš iepriekšējās ciemošanās reizes. Vecvecākus ļoti priecē iespēja redzēt mazbērnu zīmējumus, veidojumus un citas pašu veidotas lietas, kā arī dzirdēt jaunapgūtas dziesmas vai dzejoļus. Sarīkojiet vecvecākiem jubilejas koncertu - tā būs vislieliskākā dāvana.

## *10. Tematiskās ballītes ar pārgērbšanos*

Pidžamu ballīte, ūsaiņu ballīte, ballīte 30. gadu vai hipiju stilā, kino varoņu ballīte. Varat sākt ar vienu detaļu tērpā un stāstu, kādēļ izvēlējāties tieši šo varoni. Ja iepatiksies tērpā meklēšana un gatavošanās sagādās tikpat lielu prieku kā pati ballīte.

*Vislielākie ģimenes tradīciju fani parasti ir bērni.*

*Taču arī pieaugušie, kam ir kopīgi ģimenes hobiji un aizraušanās, ir krietni laimīgāk!*