

ΕΡΓΑΣΙΑ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΙΚΟΥ ΠΡΟΓΡΑΜΑΤΟΣ
2023-2024

ΘΕΜΑ: Τα άνθη του καλού

Υπόθεμα ομάδας: Ο αγχολυτικός ρόλος της
θρησκευτικότητας

ΣΧΟΛΕΙΟ: 6^ο Γυμνάσιο Καλαμαριάς

ΤΜΗΜΑ: Β2

Μέλη ομάδας: Ν. Π., Κ. Σ., Θ. Γ., Κ. Ν.



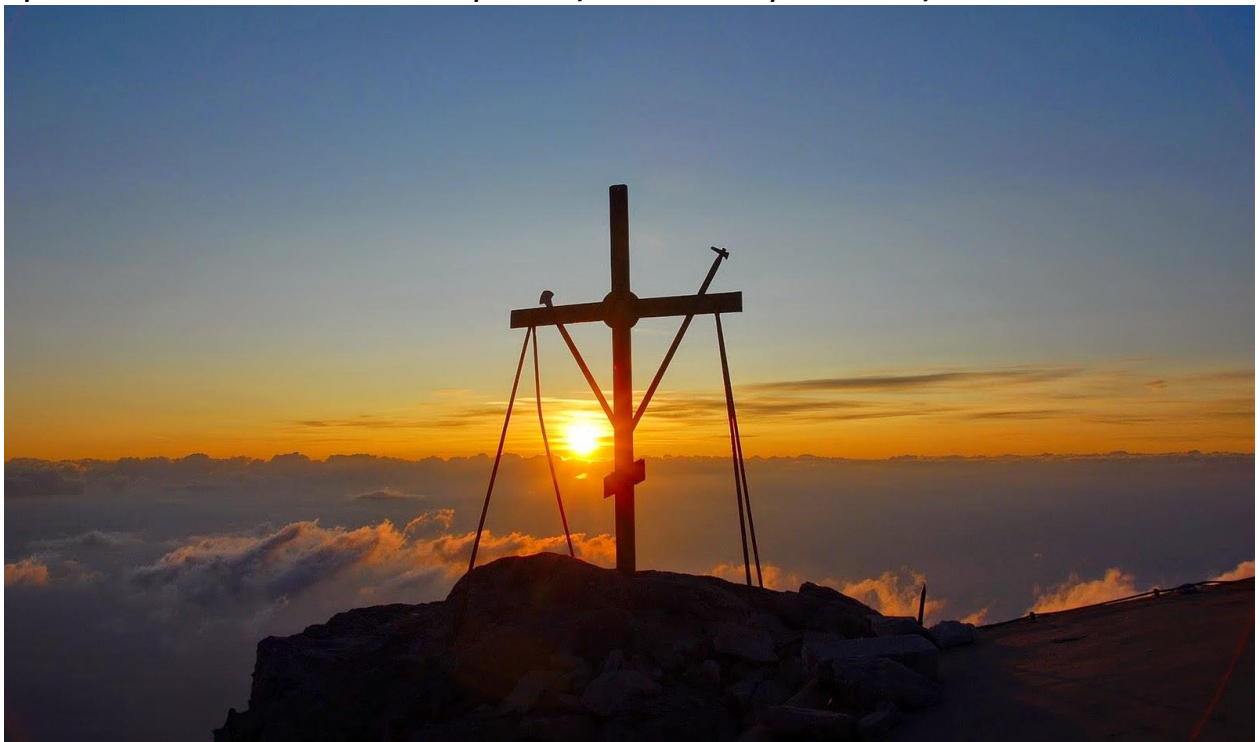
ΛΙΓΑ ΛΟΓΙΑ ΓΙΑ ΤΟ ΘΕΜΑ ΤΟΥ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ ΜΑΣ...

Στον κόσμο μας , υπάρχει πολύ άγχος...

Πάρα πολύ άγχος...Τα τελευταία χρόνια έχει αυξηθεί ακόμα περισσότερο και οι άνθρωποι αντιμετωπίζουν όλο και περισσότερα ψυχολογικά προβλήματα...Η δουλειά , οι υποχρεώσεις , οι ευθύνες , δημιουργούν στον άνθρωπο πολύ άγχος...Ειδικά και εμείς οι έφηβοι , έτσι; Τα μαθήματα , το σχολείο , οι εξετάσεις , οι υποχρεώσεις , οι φιλίες , το internet , οι σχέσεις , το μέλλον , η ακατάστατη καθημερινότητα και τα τόσα γεγονότα που συμβαίνουν μας αναστατώνουν πολύ , και υποφέρουμε από πολύ άγχος...Το άγχος είναι κάτι που δεν μπορεί εύκολα κάποιος να ελέγξει όταν είναι τόσο πολύ...Η λέξη άγχος προέρχεται από το ρήμα της αρχαίας ελληνικής 'άγχω' Που σημαίνει πνίγω , σφίγγω...Έτσι λοιπόν , και εμείς αγχωνόμαστε πολλές φορές από όλα όσα συμβαίνουν , η και αναμένουν να συμβούν στην ζωή μας...Άλλοτε μας φαίνονται πολλά , δύσκολα , ανεξέλεγκτα...Άλλες φορές θέλουμε τα αποφύγουμε , άλλες φορές θέλουμε να τα αλλάξουμε , η απλά νιώθουμε πως δεν θα τα καταφέρουμε...΄Πνιγόμαστε΄ και νομίζουμε πως θα αποτύχουμε...Εμείς οι άνθρωποι , πολλές φορές πνιγόμαστε σε μια κουταλιά νερό , άλλες φορές όμως όντως πνιγόμαστε...Πνιγόμαστε σε έναν ολόκληρο ωκεανό , γεμάτο αδικία , επίπτωση , απιστία , πόλεμο , πονηριά , εκμετάλευση , αμαρτία , και δεν μπορούμε να πάρουμε ανάσα...Οι μέρες μας , είναι πολύ περίεργες...Πως μπορούμε να ξεφύγουμε από αυτό το άγχος , να πάρουμε μια ανάσα...Να βγούμε από αυτήν την θλίψη και το βάρος που μας πλακώνει...Δυστηχώς , προσπαθώντας να ξεφύγουμε από το άγχος , ξεφεύγουμε από αυτό με έναν λάθος τρόπο...Άσχημες Παρέες που θα προσφέρουν "αληθινή φιλία" και "χαρά" , κκκές συνήθειες που θα μας προσφέρουν "ευχαρίστηση" , βίντεο , ιστοσελίδες και άλλα πολλά στο διαδίκτυο που θα μας "ευχαριστήσουν" και θα μας φέρουν "ευτυχία" , τσιγάρο , παρανομία , άσχημη διάλεκτος, ανήθικη συμπεριφορά και πράξεις και άλλα πολλά...Με αυτόν τον τρόπο δεν ξεφεύγεις μόνο από το άγχος , αλλά και από τον εαυτό

σου , και από τα λογικά σου και γίνεσαι ακόμα πιο ακατάστατος απ'ότι ήσουν...Δυστηχώς όμως παρόλαυτα , πάρα πολλοί έφηβοι ξεσπούν και για να αποφύγουν το άγχος η την θλίψη , πέφτουν στην αμαρτία...Και έτσι αυτό που "πετυχένουν" είναι να χάνουν τα χαρίσματα που έχουν , την αληθινή αίσθηση της χαράς , να αποκτούν στην τελική περισσότερο άγχος και θλίψη , να μην τα πηγαίνουν καλά στα μαθήματα , να αποτύχουν σε πολλούς στόχους , να χάσουν πολλά πράγματα και το πιο σημαντικό , να απομακρύνονται από αυτόν ο οποίος είναι ο μόνος ο οποίος μπορεί να τους λυτρώσει από το άγχος , όχι μόνο σε αυτήν την ζωή , αλλά και στην άλλη...Αυτός είναι η σωτηρία! Ναι αλλά ποιος είναι αυτός , που με μια προσταγή του , η φουρτούνα κόπαζε , ποιος είναι αυτός που τόσα θαύματα έκανε, ποιος είναι αυτός που μπορεί να γιατρέψει κάποιον με έναν μόνο λόγο , ποιος είναι αυτός που το σύμπαν όλο βαστάζει και από κάθε κακό μπορεί όλους να μας ελευθερώσει και να καθαρίσει...Ποιος είναι αυτός που μπορεί να μας σώσει από τα φουρτουνιασμένα κύματα της αμαρτίας και να μας βγάλει από το άγχος , και να δώσει χαρά αληθινή , και γαλήνη , και ηρεμία και μπορεί να μας δείξει τι να κάνουμε στην ζωή μας για να τα βγάλουμε πέρα και να μην αγχωνόμαστε και θλιβόμαστε...Αυτός είναι ο Χριστός , ο τέλειος και αληθινός και εύσπλαχνος και μόνος Θεός ! Και πως μπορούμε να τον βρούμε ? Μέσω του λόγου του , μέσω της εκκλησίας του , μέσω της μητέρας του που είναι και μητέρα όλων μας , της Παναγίας μας , και των Αγίων μας , και όλων των αρχαγγέλων και αγγέλων μας...Μέσω της προσευχής , μέσω της παράδοσης της εκκλησίας μας , μέσω της μετάνοιας , μέσω της αγάπης και όλων των αρετών , μέσω της πίστης μας...Μέσα λοιπόν στο σκοτάδι της αμαρτίας , ψάχνουμε κάπου να σταθούμε , μια ελπίδα , η μια ευκαιρία για να σωθούμε...Και τότε βλέπουμε τον Χριστό , ο οποίος σαν μας βλέπει να τρέχουμε σε αυτόν , τρέχει και αυτός σε εμάς , ως σπλαχνικός πατέρας μας...Στην αγκαλιά του , δεν υπάρχει άγχος , ούτε οδείνη , ούτε θλίψη , υπάρχει αγάπη και χαρά...Ο Χριστός έγινε ένας με εμάς , έγινε άνθρωπος στην γη μέσω της Υπεραγίας Θεοτόκου , έγινε παιδί , έγινε νέος , έγινε έφηβος σαν και εμάς και πέρασε δυσκολίες

που και εμείς περνάμε...Πως να μην μας καταλάβει αυτός που μας έπλασε? Αυτός ήρθε στην γη , πόνεσε , υπέφερε , σταυρώθηκε για μας και ανοίγοντας τα ματωμένα χεράκια του άνοιξε την αγκαλιά του σε όλους μας και άνοιξε και την πύλη του παραδείσου και καταπάτησε τον θάνατο και την θλίψη! Όλοι χωράμε στην αγκαλιά του...Και οι πάνσοφοι και γεναιότατοι Άγιοι μας καλιέργησαν τους καρπούς που μας έδωσε ο Θεός και έχτισαν την εκκλησία μας , την Ορθόδοξη εκκλησία μας η οποία καλεί όλους μας να έρθουμε σε αυτήν , και να γίνουμε μέλη της...Η πίστη μας , είναι η υγεία της ψυχής μας , και όταν είμαστε κοντά στον Χριστό και στην Παναγία , στην εκκλησία , ότι και να κάνουμε στην ζωή μας , θα το κάνουμε με έναν υγιή και σωστό τρόπο που θα μας οδηγήσει στον παράδεισο...Για να πάμε όμως στον παράδεισο στην επόμενη ζωή , πρέπει να νιώσουμε και τον παράδεισο εδώ...στην γη , στην καθημερινότητά μας...Και πως θα νιώσουμε τον παράδεισο , πως θα ζήσουμε τον παράδεισο εδώ στην γη? Όταν είμαστε κοντά στον Χριστό , στον οίκο του...Ο Χριστός είναι ο παράδεισος!



Η ΕΚΚΛΗΣΙΑ

(Παναγιώτης Ντιραϊκόπουλος)



Η εκκλησία είναι ο οίκος του Θεού...Ο Χριστός , Αναστήθηκε και αργότερα ανελήφθη στους ουρανούς...Και εδώ στην γη , οι μαθητές του και αργότερα οι Άγιοι απόστολοι , Θεόπνευστοι γεμάτοι θεία χαρά και ζήλο κυρήξανε την αλήθεια , τον Χριστό σε όλον τον τότε γνωστό κόσμο...Οι Χριστιανοί γίναν πάρα πολλοί και όλο και αυξάνονταν...Οι Άγιοι Απόστολοι , οι Άγιοι πατέρες , οι Άγιοι και Αγίες μας με Θεία φώτιση και σοφία και αγάπη χτίσανε την εκκλησία του Χριστού , την Ορθόδοξη εκκλησία μας...Εδώ και αιώνες η εκκλησία μας καλεί για την σωτηρία μας , να βαφτιστούμε να γίνουμε μέλος της και να απολαύσουμε την χαρά που μας προσφέρει , αλλά εμείς κλείνουμε τα αυτιά μας , η κάνουμε πως ακούμε ενώ στην πραγματικότητα είμαστε υποκριτές...Σήμερα όπου ο φόβος , το άγχος και η αμαρτία караδοκει , αμφισβητούμε το οτιδήποτε έχει να κάνει με την εκκλησία...Ο κόσμος απορήπτει την εκκλησία , της βάζει ταμπέλες και μεταδίδει στον κόσμο πως η εκκλησία είναι κάτι αρχαίο , που αντιστέκεται στην ελευθερία και την ανεξαρτησία , αντιστέκεται στην νεολαία , σε κάθε τι σύγχρονο και πως μας πηγαίνει πίσω και άλλες τόσες φλιαρίες...Και όταν είσαι

νέος , έφηβος , μέσα στο άγχος και περικικλωμένος από γεγονότα και απόψεις δεν ξέρεις και εσύ τι να κάνεις και τι να πιστέψεις... Σήμερα έχουμε φτάσει μέχρι και να θεωρούμε την εκκλησία επικύνδινη , οι γονείς δεν θέλουν τα παιδιά τους να ασχολούνται με την εκκλησία , παρουσιάζουν την εκκλησία με έναν τρόπο πολύ άσχημο και πλανούν τον κόσμο...Αυτό είναι η ανεξαρτισία? Δυστηχώς , βλέπουμε τα πράγματα τελείως λανθασμένα...Διότι η εκκλησία δεν αντιστέκεται στην ελευθερία αλλά είναι η ελευθερία της ψυχής μας. Η εκκλησία του Χριστού λοιπόν μέσα στο σκοτάδι της αμαρτίας που σκοτίζει και φυλακίζει τον άνθρωπο , είναι μια ηλιαχτίδα , είναι το φώς... Η λαμπρότατη εκκλησία , που καλιεργήθηκε με αμέτρητη θεία σοφία από τους Αγίους μας είναι ένα σώμα όπως έλεγε ο Άγιος Παύλος , που μέσα στο σώμα είναι μέσα όλα τα όργανα και δουλεύουν , είναι ζωντανά...Αν ένα όργανο δεν είναι στο σώμα , πεθαίνει , σταματά να λειτουργεί . Έτσι και εμείς...Αν θέλουμε ζωή και ελευθερία στην ψυχή μας η εκκλησία είναι το μέσο , η πύλη που μας έδωσε ο Χριστός για να έρθουμε σε αυτόν και να βρούμε την αιώνια ζωή και ελευθερία...



Η εκκλησία είναι το λιμάνι των Χριστιανών ! Εκεί που θα ξαποστάσουμε , εκεί που θα πάρουμε εφόδια , θα μεταλάβουμε το άχραντο σώμα το Κυρίου μας και θα συνεχίσουμε το ταξίδι μας ! Η εκκλησία είναι η ομορφιά της ζωής , που γεμίζει τον άνθρωπο με χαρά και ευτυχία και τον βελτιώνει καθώς εκεί είναι το σπίτι του Θεού , του δημιουργού των ανθρώπων ! Η εκκλησία είναι η σοφία του κόσμου , η οργάνωση της ψυχής ! Η εκκλησία είναι το μεγαλύτερο ιατρείο , εκεί που γιατρός είναι ο μόνος γιατρός , των ψυχών και των σωμάτων ημών ! Η εκκλησία είναι ο πιο πολύτιμος θυσσαυρός στο σύμπαν , που λάμπει πιο πολύ από κάθε άστρο... Η εκκλησία είναι ο παράδεισος στη γη , εκεί που μητέρα είναι η μητέρα του κόσμου και βασίλισσα των αγγέλων και πηγή της χαράς ,

η Υπεραγία Θεοτόκος , και όλοι οι Άγιοι και Άγγελοι ! Πως γίνετε να μην μπορούμε να βρούμε λύση εκεί που υπάρχει η λύση για τα πάντα, και πως γίνεται να μην μπορούμε να βρούμε χαρά εκεί που είναι η πηγή της χαράς και της ζωής...Η εκκλησία είναι για όλους μας...Καθώς μέσα στην εκκλησία ο Χριστός θυσιάζεται , γίνεται σώμα και αίμα για να μπορούμε εμείς να λυτρωθούμε και για να μπορούμε εμείς να κατασκηνώσουμε σε αυτόν και αυτός να κατασκηνώσει σε εμάς...Και όταν ο Θεός κατασκηνώνει σε εμάς έχουμε βρει την χαρά...

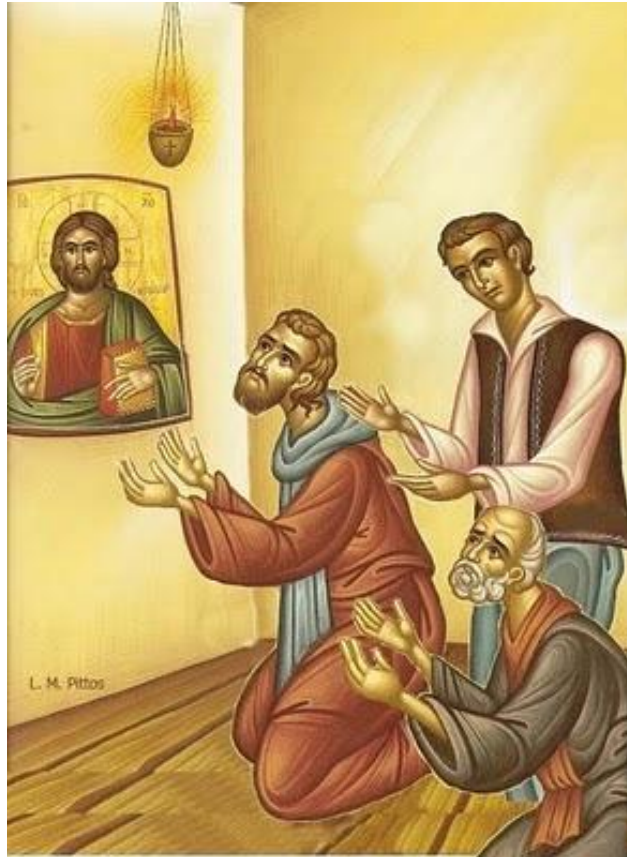


Και πως μπορούμε να καθαρίσουμε την ψυχή μας , την καρδιά μας για να υποδεχτούμε τον Χριστό...Η εκκλησία , μας βρίσκει την λύση και μας προετοιμάζει και μας διδάσκει , και μας βάζει σε ένα σωστό πρόγραμμα και άσκηση , και μας καλεί να κάνουμε κάποια πράγματα για να μπορούμε να κοινωνήσουμε , να καθαριστούμε , να ζήσουμε ειρηνικά , να αγωνιστούμε , να γιατρευτούμε , να πάμε στον παράδεισο , να γίνουμε Άγιοι...Και η εκκλησία δεν είναι μόνο για την Ελλάδα , δεν είναι μόνο για τους μεγάλους , δεν είναι μόνο για τους ανθρώπους που είναι τακτικοί και πιστοί , αλλά και για όλον τον κόσμο καθώς απλώνει τα χέρια της σε κάθε γωνιά της γής ,

κάνοντας ιεραποστολές και έργα , απλώνει τα χέρια της και ανοίγει την αγκαλιά της στην νεολαία σε εμάς , με το κατηχητικό , τις κατασκηνώσεις , απλώνει τα χέρια της στους ανθρώπους που είναι πλανημένοι που είναι χαμένοι που είναι άπιστοι και τους καλεί να αλλάξουν , να γνωρίσουν τον Χριστό και να δουν την αληθινή ευτηχία ! Μέσα από τα θεία μυστήρια της εκκλησίας μας παίρνουμε χάρη , μπορούμε να νιώσουμε τον παράδεισο που είναι ο σκοπός μας , εκεί που δεν υπάρχει θλίψη και άγχος...Και τον παράδεισο , μπορούμε να τον ζήσουμε και εδώ , μέσα στην εκκλησία η οποία μας δείχνει τον δρόμο για τον αιώνιο παράδεισο , οι Άγιοι μας μας εφοδιάζουν μας καθοδηγούν και έτσι μπορούμε όλοι να φτάσουμε στον προορισμό μας , τον παράδεισο...Η εκκλησία είναι η σκέπη που δεν καταρέει ποτέ και ποτέ δεν κατέρρευσε στους αιώνες παρά τα όσα πέρασε...Η εκκλησία φροντίζει για όλους μας , ζωντανούς και κεκοιμημένους και προσπαθεί να μας σώσει όλους...Η εκκλησία είναι αγάπη , καθώς σκορπά παντού την αγάπη του Χριστού , του σωτήρα μας...Η εκκλησία είναι ο παράδεισος στην γη !



Η ΠΡΟΣΕΥΧΗ (Στέλλα Κουστράβα)



Εμείς οι άνθρωποι , και ιδιαίτερα και εμείς οι έφηβοι σκεφτόμαστε πολλά , έχουμε ένα περίπλοκο πρόγραμμα και περίεργο , φορτωμένο και γεμάτο υποχρεώσεις...Πως να μην έχουμε άγχος . Και από το άγχος πηγάζουν πολλά άσχημα πράγματα , θλίψη , κατάθλιψη , πίεση , άσχημη συμπεριφορά και πράξεις και πολλά άλλα...Και υπάρχει και η προσευχή , που η εκκλησία μας διδάσκει πόσο σημαντική και σπουδαία είναι , και πως μας κάνει να αποκτάμε αρετές και χαρά και μπορούμε να πάμε μέχρι και στον παράδεισο με την προσευχή...Ο Άγιος Γρηγόριος ο Θεολόγος μάλιστα έλεγε πως είναι προτιμότερο να προσευχόμαστε από το να αναπνέουμε ! Βρίσκουμε όμως συνεχώς δικαιολογίες...’ Πως θα κάνω προσευχή , είμαι κουρασμένος , είμαι άρρωστος , έχω άλλα πράγματα να κάνω , θα χάσω τον χρόνο μου , θα κάνω άλλη στιγμή (τελικά δεν κάνουμε όμως) , θα δώ κάτι και μετά (ξεχνάμε τελείως την προσευχή) , καλύτερα να κάνω κάτι άλλο , βαριέμαι ’ και πόσες άλλες δικαιολογίες...Φυσικά πολλές φορές δεν μπορούμε όντως να κάνουμε προσευχή , λόγω των μαθημάτων , λόγω κάποιας

υποχρέωσης , όταν όμως έχουμε χρόνο , δεν το κάνουμε και βρίσκουμε όλο αυτές τις δικαιολογίες...Και όλοι έχουμε έστω λίγο χρόνο μέσα στο 24ωρο διότι δεν είναι ανάγκη να προσευχηθώ για μια η και μισή ώρα αλλά μπορώ να προσευχηθώ έστω και για δέκα , πέντε , ένα λεπτό...Μπορώ να προσευχηθώ και σε δυο δευτερόλεπτα λέγοντας την ευχή η κάντοντας απλά τον σταυρό μας...Πολλές φορές δεν μπορούμε ούτε αυτό να κάνουμε...Αν προσπαθήσουμε όμως και καθήσουμε και προσευχηθούμε θα δούμε πόσο καλό θα μας κάνει στην ψυχή μας και πως θα μπορέσουμε μόνο με μια μικρή προσευχούλα να διώξουμε όλο το άγχος που έχουμε...



Η προσευχή είναι το οξυγόνο της ψυχής μας...Η ψυχή μας χρειάζεται την προσευχή για να αναπνεύσει καθώς μέσα από την προσευχή μπορούμε να μιλήσουμε με τον Θεό , και την Παναγία μας , και τους Αγίους μας , και τους Αρχαγγέλους , τους Αγγέλους , τον φύλακα άγγελο μας...Και αν προσευχηθούμε εγκάρδια , όπως μας διδάσκουν οι Άγιοι μας , με ταπείνωση και μετάνοια δεν μιλάμε απλά ΣΤΟΝ Χριστό αλλά μιλάμε ΜΕ τον Χριστό ! Με την προσευχή μοιράζεσαι με τον Κύριο τους προβληματισμούς σου , αναποθέτεις σε αυτόν και στην Παναγία μας και σε όλους τους Αγίους τα προβλήματα σου...Επικοινωνείς με τον Θεό και τους Αγγέλους , η προσευχή φέρνει κοντά τον άνθρωπο με τον Χριστό , τους Αγίους , την Παναγία...Η προσευχή γεννάει την ελπίδα και καταργεί τον θυμό , το άγχος , την αδικία και πολλά αρνητικά συναισθήματα ! Η προσευχή

είναι το καταφύγιο των ανθρώπων , καθώς μέσω της προσευχής καταφεύγουν στην μόνη ελπίδα που τους μένει , τον Χριστό...Η προσευχή ομορφαίνει την ζωή μας και τον τρόπο που βλέπουμε την ζωή μας και μας δίνει λύσεις στα προβλήματα μας καθώς μας κάνει να νιώθουμε ασφάλεια και τα βλέπουμε όλα θετικά καθώς ξέρουμε και ελπίζουμε πως ο Θεός θα μας βοηθήσει και θα μας δίξει με τον τρόπο που ξέρει αυτός τι να κάνουμε...Πολλές φορές μας το δίδει και χωρίς να το καταλαβαίνουμε ε? Παράδειγμα προσευχής είναι οι Άγιοι μας και οι Αγίες μας , οι οποίοι προσεύχονταν συνέχεια , μέρα νύχτα , και με την προσευχή γίνανε δυνατότεροι και κατάφεραν σπουδαία πράγματα...Οι Άγιοι με την προσευχή τους κάνανε θαύματα , αποκτούσαν χαρά αληθινή , μιλούσαν με τον Χριστό , έβλεπαν τον Χριστό και την Παναγία και τους Αγίους και τον παράδεισο ολόκληρο ! Ο Άγιος Παΐσιος μάλιστα από μικρό παιδί στην ηλικία μας είδε τον Χριστό...Οπότε όπως και οι Άγιοι με την προσευχή τους και τις αρετές τους έγιναν Άγιοι , και εμείς με την προσευχή μπορούμε να γίνουμε Άγιοι ! Ο ίδιος ο Κύριος , ο Θεός προσευχήθηκε για να μας δώσει το παράδειγμα της προσευχής , μας έδειξε πως να προσευχόμαστε ! Η προσευχή λοιπόν δίνει αρετές...Η

προσευχή δίνει χαρά , ευτηχία , γαλήνη , πραότητα , ηρεμία !



Μέσω της προσευχής μπορούμε να νιώσουμε τον παράδεισο...Όταν προσευχόμαστε παραδίδουμε την ψυχή μας στον Χριστό , και αφηνόμαστε στο άπειρο έλεος του ! Η προσευχή μας βελτιώνει μας ογανώνει τον νου , μας συγκεντρώνει ! Η προσευχή μας γαληνεύει και μας ηρεμεί...Και όταν έχουμε την προσευχή στην ζωή μας έχουμε ένα μεγάλο όπλο κατά του διαβόλου και κατά της αμαρτίας που θα μας συνοδεύει σε όλην την διάρκεια του πνευματικού μας αγώνα. !! Με την προσευχή αποκτούμε μια πραγματική σχέση με τον Χριστό και τους Αγίους...Η προσευχή επίσης είναι για κάθε περίπτωση και για κάθε ώρα υπάρχουν προσευχές για ανάρωση από αρρώστια , ταξίδια μεγάλων αποστάσεων και γενικά ταξίδια , πρωινή προσευχή αλλά και σημαντικότερη η Κυριακή προσευχή που είναι για όλες τις περιπτώσεις ...Η προσευχή δεν είναι μόνο για τον εαυτό μας αλλά και για τον αδερφό , την αδερφή μας , τον γείτονά μας...Η προσευχή έχει πολύ μεγάλη δύναμη ! Η προσευχή μπορεί να σώσει πολλές

ψυχές , καθώς μια προσευχή για τον αδερφό/η μας μπορεί να πάει μια ψυχή στον παράδεισο !



Και αν όλοι προσευχόμαστε για το καλό του κόσμου και των ανθρώπων γύρω μας , θα χτίσουμε όλοι μαζί , μια μεγάλη σκάλα που θα μας πάει στον παράδεισο...Καμία προσευχή δεν πάει χαμένη , αλλά ειδικά εμείς τα παιδιά πρέπει να προσευχόμαστε πιο πολύ καθώς μια ταπεινή παιδική προσευχή είναι πολύ ισχυρή ! Με την προσευχή μπορούμε να ευχαρηστήσουμε τον Θεό για τα όσα μας δίνει και να τον δοξολογήσουμε και να τον υμνήσουμε , αυτόν και την Παναγία , και τους Αγίους ! Με την προσευχή μπορούμε να μετανοήσουμε και να αλλάξουμε τρόπο ζωής και με την προσευχή βάζουμε πρόγραμμα στην ζωή μας και μεταμορφώνουμε τον εαυτό μας , και όταν μεταμορφωνόμαστε εμείς , όπως λέει στο ευαγγέλιο , μπορούμε να μεταμορφώσουμε και άλλους χίλιους γύρω μας ! Μπορούμε να προσευχόμαστε πάντοτε , και με τον νού μας , λέγοντας το 'Κύριε Ιησού Χριστέ ελέησον με' , 'Παναγία Θεοτόκε βοήθει με' , η όπως έλεγε ο Άγιος Γρηγόριος ο Παλαμάς , που το βρίσκουμε σαν ομάδα πολύ όμορφο 'Κύριε φώτισόν μου το σκότος'...Με αυτές τις μικρές προσευχές και με όποιες ευχές μπορούμε να πούμε μπορούμε να καθαρίσουμε την σκέψη μας και

όπως έλεγε ο Άγιος Παΐσιος να κάνουμε το μυαλό μας αεροδρόμιο καλών λογισμών και όχι κακών λογισμών...Έτσι θα βγάλουμε από το μυαλό μας την θλίψη και το άγχος και την πονηριά και θα αλλάξουμε την ζωή μας , αλλά και των άλλων...Μέσα από την προσευχή επίσης αποκτάμε θάρρος και πίστη! Καλό είναι επίσης να προσευχόμαστε , κάνοντας τον σταυρό μας , λέγοντας μια μικρή προσευχή σαν ξυπνάμε , πριν φάμε , πριν πάρουμε μια σοβαρή απόφαση , πριν κοιμηθούμε και όποτε θέλουμε , να ευχαριστήσουμε τον Θεό και την Παναγία και όλους τους Αγίους για τα όσα μας έδωσαν... Η προσευχή είναι για όλους τους ανθρώπους , καθώς όλοι μας μπορούμε να αλλάξουμε , να μετανοήσουμε , να καθαριστούμε και να εισέλθουμε στον χειτώνα του Χριστού !Μπορεί η προσευχή να μας οδηγήσει όλους σε έναν σωστό τρόπο...Με την προσευχή παρακαλούμε τον Χριστό , τους Άγιους να βρουν μια λύση στα θέματα μας...Και εκείνοι αργά η γρήγορα θα μας απαντήσουν... Ο άνθρωπος όταν προσεύχετε βλέπει την ζωή του να αλλάζει , να γίνετε πιο όμορφη , να γεμίζει το κενό της ψυχής του...



Μπορούμε να προσευχηθούμε και για τους κεκκοιμημένους αδελφούς μας και η προσευχή μας να γίνει ένα σκαλωπάτι γι αυτούς στην σκάλα του παραδείσου...

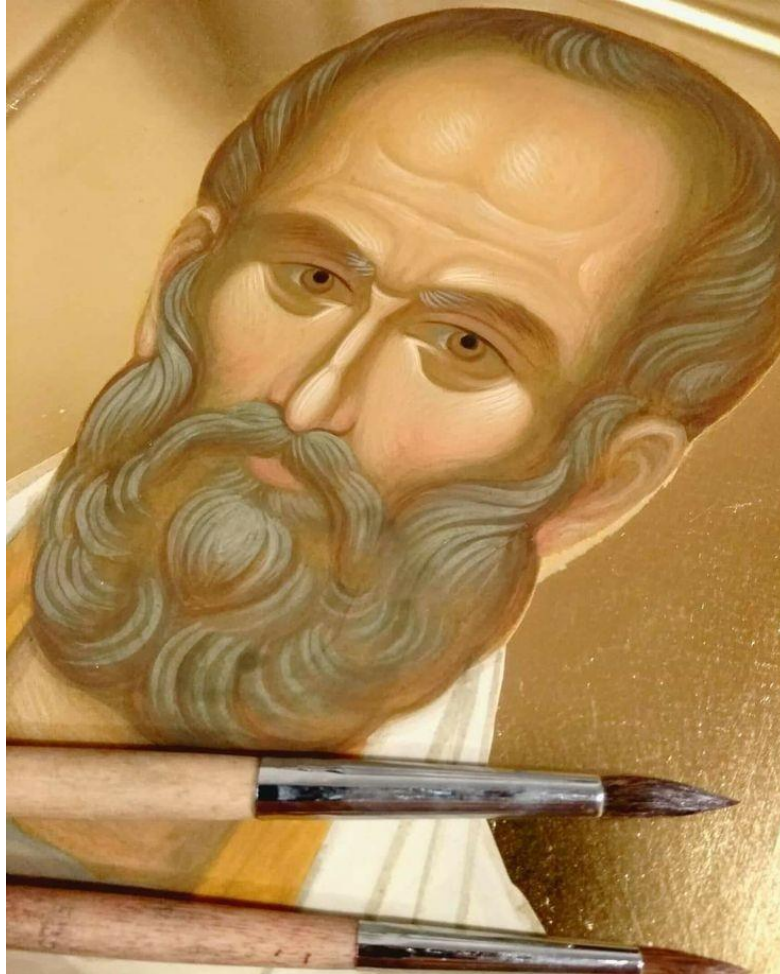
Μας βοηθά στη καθημερινότητα μας , με την προσευχή κάνουμε τον κόσμο καλύτερα , μεταμορφώνουμε τον κόσμο σε καλύτερο...

Με τις προσευχές που είναι γραμμένες από τους Αγίους , γεμάτες σοφία και απλότητα και κατάνυξη , στολίζουμε την ψυχή , ομοραίνουμε την καρδιά μας και καθαρίζουμε τον νου μας και γαλυνεύουμε ολοκληρη την διάνοια μας...Η προσεύχη είναι το κλειδί για την πύλη του παραδείσου...Με την προσευχή μπορούμε να εκφράσουμε τα συναισθήματά μας ! Η προσευχή είναι από τις σημαντικότερες αρετές , με την προσευχή συναντιόμαστε με τον Χριστό αλλά και με τους συνανθρώπους μας , καθώς όλοι μας καταφεύγουμε μέσω της προσευχής στο άπειρο έλεος του Κυρίου ! Με την προσευχή μπορούμε να συνομιλούμε με τον Θεό , την Παναγία , τον Χριστό και τους Αγγέλους . Η προσευχή μας μεταμορφώνει και μπορεί να μας κάνει Αγίους !



ΘΡΗΣΚΕΥΤΙΚΗ ΤΕΧΝΗ

(Γρηγόρης Θέος)



Αγιογραφία

Όταν ο άνθρωπος έχει άγχος δυστηχώς πολλές φορές , καταφεύγει σε πράγματα που θα τον βλάψουν και θα τον φωρτόσουν με ακόμα περισσότερο άγχος...Η αμαρτία ασχημένει την ψυχή και τον νου και μας τραβά πίσω στον αγώνα μας ! Αντί λοιπόν να κάνουμε πράγματα που θα μας βλάψουν το νου , ας κάνουμε πράγματα που θα μας ομορφύνουν...Η ομορφιά στον κόσμο αυτόν είναι ο Χριστός , η Παναγία , οι Άγιοι και οι Αγίες , οι Αρχάγγελοι , οι Άγγελοι , η εκκλησία , η αρετή , η πίστη μας! Αυτά μας ομορφένουν την ψυχή...Ένα πανέμορφο κομμάτι της εκκλησίας μας , είναι η τέχνη της...Μέσα στην εκκλησία σαν μπούμε γύρω μας παντού υπάρχουν αγιογραφίες, τοιχογραφίες , εικόνες , αναπαραστάσεις...Και επίσης ακούμε ψαλμωδίες , ύμνους , ψαλμούς...Η ομορφιά και η γαλήνη της εκκλησιαστικής παράδοσης είναι απεριγράπτη ! Οι θρησκευτικές

τέχνες μας γαληνεύουν την ψυχή ! Μέσα στην εκκλησία , παρατηρούμε τις αγιογραφίες... Η αγιογραφία είναι ουράνιο , κάτι διαφορετικό από κάθε άλλη τέχνη και απεικόνιση... Η τέχνη αυτή είναι μια τέχνη πολύ παλιά με ρίζες στο Βυζάντιο και είναι μια τέχνη ατελείωτη και πολύ μεγάλη , και ο αγιογράφος πρέπει να αφωσιωθεί σε αυτό... Υπάρχουν και πολλές άλλες εκκλησιαστικές τέχνες όπως τα ψιφιδωτά , πολλές τοιχογραφίες κ.α . Για να αγιογραφήσει κάποιος πρέπει να έχει αληθινή πίστη στον Θεό , να κάνει προσευχή , εγκράτεια , νηστεία και να αφωσιώνεται στο πρόσωπο που πρόκειται να απεικονίσει ... Πρέπει να έχει διάκριση και αρετή... Για να αγιογραφήσει λοιπόν σωστά κάποιος πρέπει να αγωνίζεται , γιατί αυτή η εξαύλωση αυτή που έχουν οι εικόνες των Αγίων είναι κάτι ουράνιο . Η έκφραση στα πρόσωπα , η μορφή των Αγίων , η όλη εμφάνιση και τα χρώματα διμιουργούν στην ανθρώπινη ψυχή , ένα ρύγος , μια πραότητα και ιδιαίτερο συναίσθημα... Μόνο και μόνο η μορφή των Αγίων στις εικόνες γαλυνεύουν την ψυχή μας... Μέσα μας νιώθουμε μια ιδιαίτερη θερμότητα μια ηρεμία και ασφάλεια κοιτώντας την εικόνα...



Οι Αγίες εικόνες , μετά από πολλούς αγώνες των Αγίων μας , οι οποίοι πολεμούσαν την αίρεση της εικονομαχίας και την απιστία ,

κατάφεραν να φέρουν τις εικόνες ξανά στην εκκλησιαστική παράδοση και μπήκαν στην λατρευτική ζωή των Χριστιανών , και μέχρι σήμερα οι εικόνες είναι ένα τεράστιο κομμάτι στις ψυχές των ανθρώπων...Διότι η αγιογραφίες είναι η απεικόνιση της πίστης μας , η μορφή των Αγίων μας , τα χρώματα των αρετών...Ο πολεύσπλαγχνος Κύριος μας Ιησούς Χριστός έγινε άνθρωπος και πήρε ανθρώπινη μορφή και μπορούμε και εμείς να τον δούμε και να τον προσκυνήσουμε και να τον πλησιάσουμε μέσα από τις εικόνες...Δεν μπορούμε να φανταστούμε την πίστη μας χωρίς εικόνες , χωρίς να έχουμε δίπλα μας τον Άγιο να μας κοιτάει και να τον κοιτάμε και εμείς , και δεν μας κοιτάει μόνο από την εικόνα αλλά και από τον παράδεισο και περιμένει την προσευχή μας...Και η χάρης των Αγίων και του Χριστού μας , κάνουν τις εικόνες θαυματουργές και κάνουν πολλά θαύματα στις ζωές μας !



Όταν προσεύχεσαι στην εικόνα μπροστά , νιώθεις ελπίδα και χαρά...Η εικόνα είναι ένα μέσο για να πάμε στον παράδεισο , μας δίνουν δύναμη και πίστη...Χάρη στον Χριστό , την Παναγία , τους Αγίους μας , που μας αξίωσαν να βλέπουμε στην κυριολεξία τον παράδεισο μέσα από τις εικόνες και την μορφή των Αγίων , μπορούμε και εμείς να πάρουμε το καλό παράδειγμα , και να μοιάζουμε στους Αγίους...Στην μορφή επίσης των Αγίων φαίνεται μια παιδικότητα , απλότητα , ταπεινότητα και σεβασμός ! Ο κάθε Άγιος και Αγία επίσης έχει και το δικό του χαρακτηριστικό και ξεχωριστά στην καρδιά μας , μας κάνουν συντροφιά ...Βλέποντας τις εικόνες , στο νου μας θυμόμαστε τον βίο των Αγίων , τι περάσαν , τι

κάνανε για εμάς και χάρη στις εικόνες αποκτούμε κατάνυξη και μετάνοια...Και όπως και οι εικόνες είναι πανέμορφες , ομορφαίνουν και την ψυχή μας...Και όλη αυτή η χάρις των εικόνων , η τέχνη δεν δημιουργήθηκε από τους ανθρώπους αλλά με πολλά θαύματα και θεία φώτιση εμφανίστηκε σε εμάς και οι Άγιοι μας την καλιέργησαν! Οι εικόνες αποτελούν καταφύγιο και στήριγμα και δίνουν ώθηση στους ανθρώπους , καθώς κοιτάμε τις εικόνες ξέρουμε πως ο Άγιος θα μας βοηθήσει , ξέρουμε πως και αυτός πέρασε πολλά , και ξέρει και μπορεί να βάλει το χέρι του και να σώσει τους ανθρώπους.



Μόνο και μόνο επίσης απλά να σταθεί κάποιος άνθρωπος μπροστά στην εικόνα , γεμάτος άγχος και πίεση και πει 'Παναγία μου' ...Κύριε'...'Άγιε μου'...θα νιώσει πολύ καλύτερα , επειδή θα του δώσουν ελπίδα...Μπορεί επίσης ο καθένας αν θέλει και έχει ελεύθερο χρόνο να ασχοληθεί και να μάθει αγιογραφία , και έτσι μπορεί να κάνει μια όμορφη δραστηριότητα . Αν αγαπά και ασχολείται με τις εικόνες , θα του είναι πάντα πνευματική ωφέλεια. Οι άνθρωποι βρίσκουν καταφύγιο στις εικόνες αυτές , στους Αγίους οι οποίοι κάνουν πραγματικά θαύματα στους ανθρώπους , παίρνουν

και αυτοί μέρος στην ζωή τους...Γίνονται παραστάτες στην ζωή μας, ελπίδα χαρά και στήριγμα και δύναμη στις δυσκολίες αλλά και στις χαρές μας...Και έχοντας τις εικόνες στο σπίτι μας , στο δωμάτιο μας , στην τάξη μας και σε πολλά άλλα μέρη , μας προστατεύουν και νιώθουμε την παρουσία τους...Είναι συμπαραστάτες στην ζωή μας και βοήθεια μας...Μας ζωντανεύουν την ψυχή και μαζί τους , μπορούμε να καταφέρουμε να φτάσουμε στον παράδεισο !





Βυζαντινή μουσική
(Παναγιώτης Ντιραϊκόπουλος)



Ένα ακόμα μεγάλο κομμάτι της εκκλησιαστικής ζωής είναι η βυζαντινή μουσική , οι ψαλμωδίες , οι ύμνοι , οι δοξολογίες... Η Βυζαντινή μουσική είναι ένα φάρμακο κατά της αμαρτίας , κατά του άγχους , κατά της θλίψης , και λειτουργεί σαν προσευχή ! Σαν μπορούμε στην εκκλησία , ακούμε τους μεγαλοπρεπείς ύμνους , τις ψαλμωδίες... Η εκκλησιαστική μουσική καλλιεργήθηκε και αναπτύχθηκε στο Βυζάντιο (για αυτό λέγεται και Βυζαντινή μουσική) και δεν είναι μια συνιθισμένη τέχνη αλλά ένας ολόκληρος κόσμος , που χτίστηκε και κοσμήθηκε με σοφία και πίστη από πολλούς Αγίους μας αλλά και μεγάλους επιστήμονες της Βυζαντινής μουσικής . Με την Βυζαντινή μουσική υμνούμε και δοξάζουμε τον Θεό... Τι όμορφο πράγμα ! Η Βυζαντινή μουσική είναι στερέωμα για τους πιστούς , πηγή δύναμης , προσευχής , αρετής... Μέσα από την Βυζαντινή μουσική , τα λόγια , τους ύμνους , τις παρακλήσεις , τις ψαλμωδίες ο άνθρωπος παραδίδεται στο έλεος του Θεού και παρακαλεί αυτόν και την Παναγία και τους Αγίους για την σωτηρία της ψυχής του αλλά και όλων των ανθρώπων... Η ψαλμωδίες μας

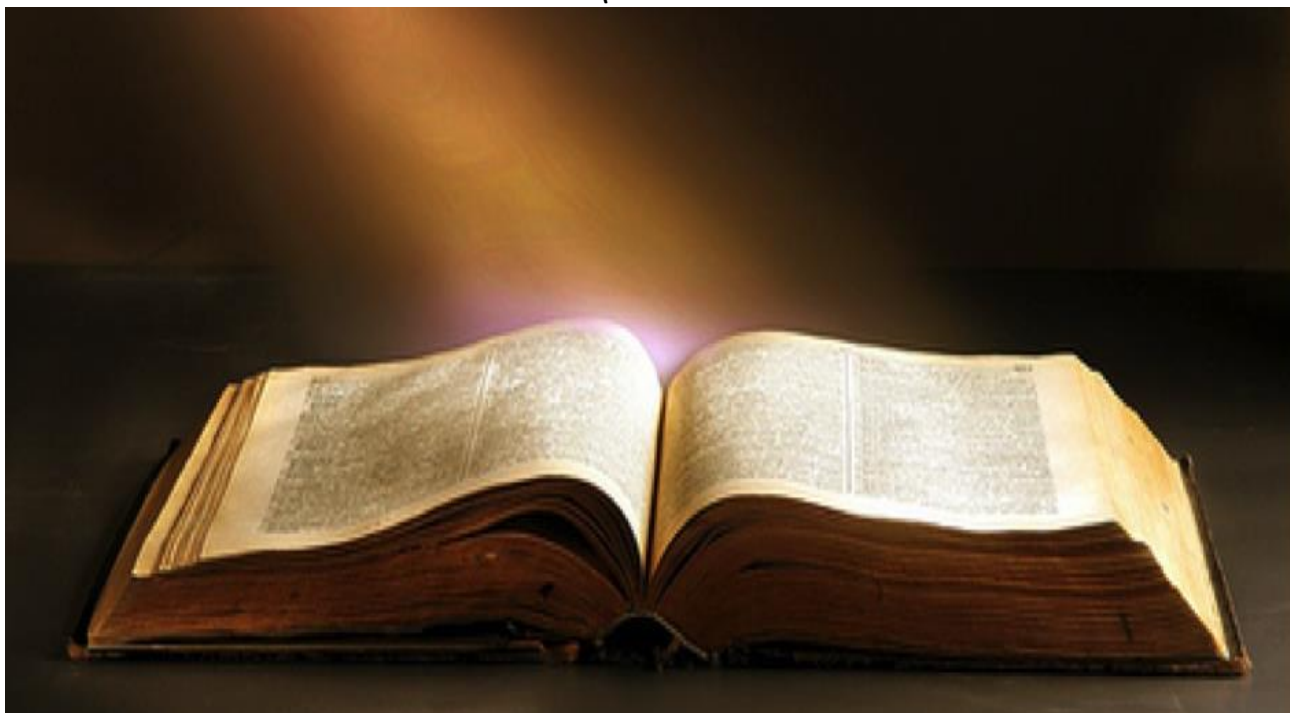
βελτιώνουν και μας συμμορφώνουν , μας διδάσκουν μέσα από τα κείμενα και τις προσευχές...Η ψαλμωδία γίνεται για τον άνθρωπο ένα σκαλοπάτι για τον παράδεισο...Καθώς ακούγοντας ψαλμωδίες γαληνεύει και ανοίγει η καρδιά του και νιώθει και ποθεί τα λόγια που ψέλνουν οι ψάλτες η οι ιερείς . Αποκτά κατάνυξη... Η ψαλμωδία ανοίγει τον νου και την ψυχή του ανθρώπου και την συγκεντρώνει και την κάνει πράα και γαλήνια . Οι ψαλμωδίες είναι η μελωδία του παραδείσου !



Όταν ψέλνουμε , μοιάζουμε τους Αγγέλους που όλη μέρα υμνούν με τους ωραιότερους ύμνους τον Κύριο . Δοξάζοντας τον Θεό και την Παναγία και του Αγίους και παρακαλώντας τους μέσα από την ψαλμωδία αποκτάμε μια προσωπική σχέση μαζί τους ! Δίνει υγεία πνευματική αλλά και σωματική ! Με την ψαλμωδία ηρεμούμε και παίρνουμε ώθηση , έμπνευση , αποκτούμε ζήλο να συνεχίσουμε...Τα λόγια από τις ψαλμωδίες μας ωθούν στο να καταφύγουμε στον Θεό , στην Παναγία , στους Αγίους , να μετανοήσουμε , να σηκωθούμε να αλλάξουμε...Είναι ελπίδα ! Μέσα στην λόγια της ψαλμωδίας είναι ο αγώνας μας , ζητούμε από τον Θεό να μας βοηθήσει , τον υμνούμε , τον δοξάζουμε , τον επικαλούμαστε και έτσι ο Θεός είναι δίπλα μας...Με την ψαλμωδία ζωντανεύει η ζωή μας ! Με την ψαλμωδία δεν είμαστε αγχώδεις , αλλά γινόμαστε πιο δυνατοί και χαρούμενοι !

Η ΚΑΙΝΗ ΔΙΑΘΗΚΗ

(



Η Καινή διαθήκη είναι το βιβλίο της ζωής , από το οποίο όλη η πλάση παίρνει πνοή...Μέσα στην Καινή Διαθήκη εξιστορείται η ζωή του Χριστού , από την γέννηση του , μέχρι και την ανάσταση , την ανάληψη του...Οι Άγιοι Απόστολοι Ματθαίος , Μάρκος , Λουκάς και Ιωάννης που έζησαν τον Χριστό και είδαν τα όσα έκανε και τα έζησαν γράψαν τα τέσσερα ευαγγέλια μέσα στην Καινή διαθήκη... Μετά τα τέσσερα ευαγγέλια , είναι οι πράξεις των Αποστόλων , οι περιπέτειες τους και τα πολλά τους έργα...Μετά οι επιστολές του Αποστόλου Παύλου σε πολλές Χριστιανικές κοινότητες , και τέλος η Αποκάλυψη του Ιωάννου . Μέσα στην Καινή διαθήκη είναι ο λόγος του Χριστού , τα όσα είπε σε μας , τα θαύματα του , η ζωή του , τα πάθη του και η Ανάσταση του ! Είναι επίσης και τα λόγια και τα έργα των Αγίων Αποστόλων μας και η Αποκάλυψη του Ιωάννου , που μας διηγείται τα έσχατα χρόνια , και την Δευτέρα Παρουσία ! Ο Χριστός ήρθε στην Γη , κύρηξε σε εμάς , έδειξε σε εμάς , πέθανε σαν έναν από εμάς και Αναστήθηκε για εμάς , και ανελήφθη στους ουρανούς...Μας έδωσε οδηγίες , κανόνες , συμβουλές για να πάμε στον παράδεισο και να απολαύσουμε την αιώνια ζωή ! Όλα αυτά καταγράφηκαν στην Καινή Διαθήκη από τους Αγίους Αποστόλους

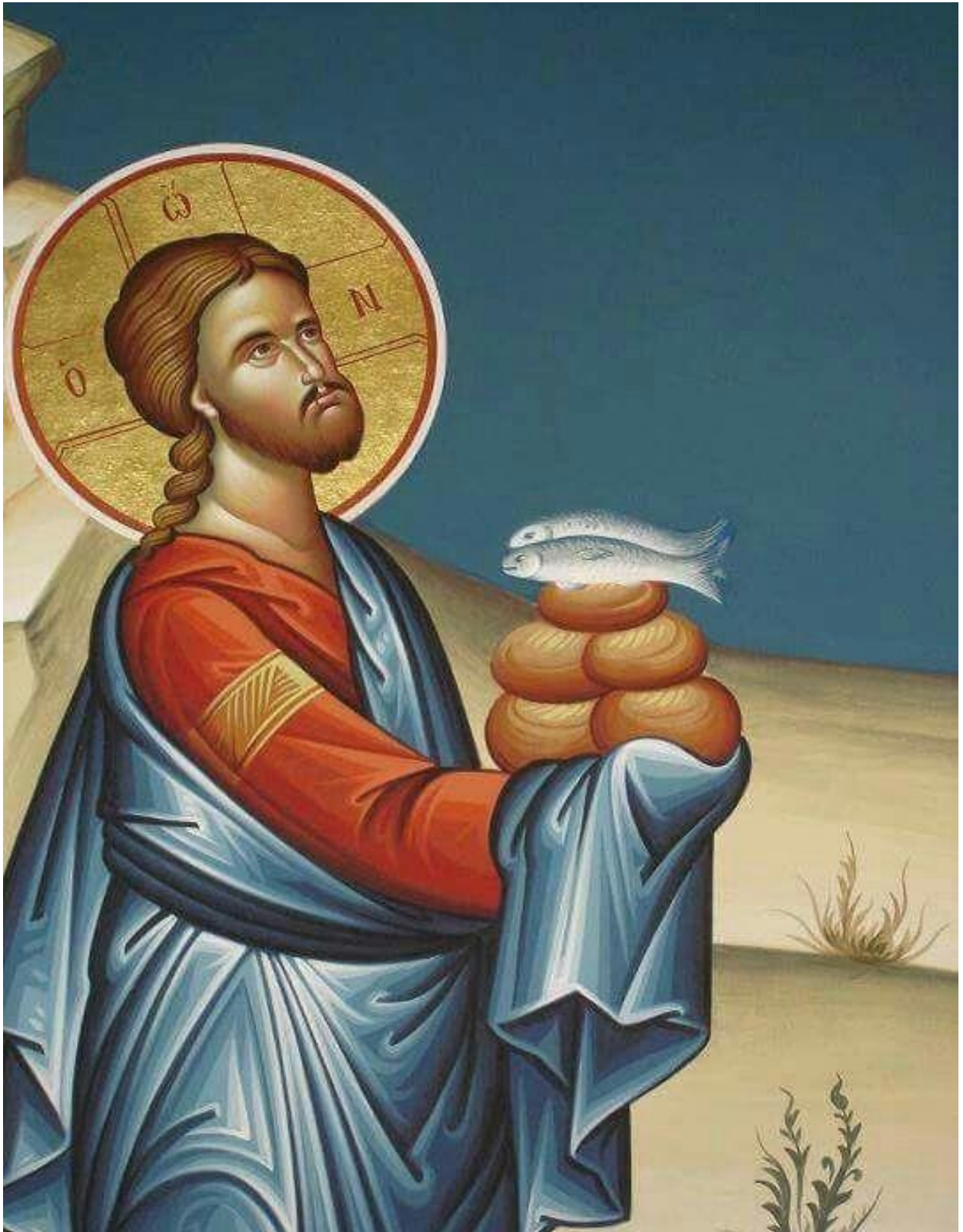
μας Ματθαίο , Μάρκο , Λουκά και Ιωάννη !

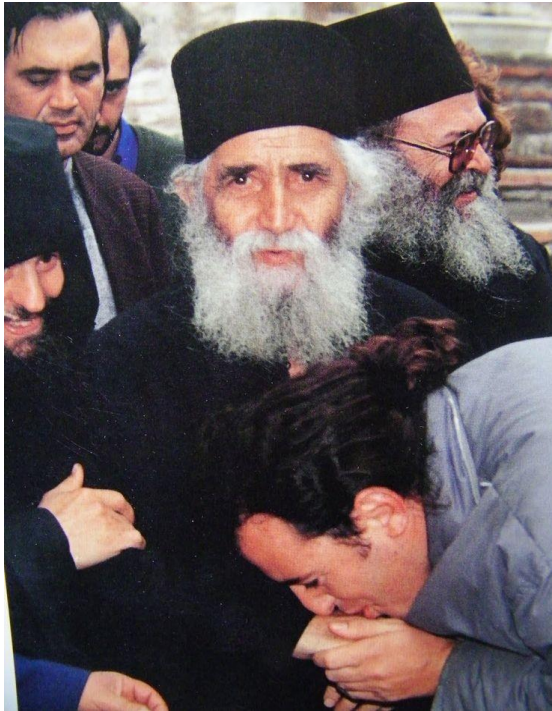


Η Καινή διαθήκη είναι το βιβλίο πάνω στο οποίο είναι φτιαγμένος ο δρόμος της σωτηρίας μας...Διότι στην Καινή διαθήκη είναι γραμμένα τα όσα πρέπει να κάνουμε για να πάμε στον παράδεισο...Οι Άγιοι και Αγίες μας μας εξηγούν και μας βοηθούν στην κατανόηση της

Καινής διαθήκης και στο πως θα πάμε στον παράδεισο...Πρέπει όλοι μας να διαβάζουμε και να μελετάμε την Αγία Γραφή , διότι είναι η κύρια πηγή αρετών και μέσα από αυτήν βλέπουμε πως πρέπει να αγωνιστούμε και τι να κάνουμε...Μέσα από την Καινή διαθήκη αντλούμε δύναμη και πίστη και μέσα σε αυτήν υπάρχουν οι λύσεις για όλα τα προβλήματα του κόσμου...Η Καινή διαθήκη είναι το βιβλίο της αγάπης , μέσα στην Καινή διαθήκη βρίσκουμε απαντήσεις σε πολλές ερωτήσεις της ζωής μας...Η Καινή διαθήκη είναι η βάση της πίστης μας , μέσα σε αυτήν είναι ο δρόμος της σωτηρίας μας που ο Χριστός και η Παναγία και οι Άγιοι μας έστρωσαν ! Κάθε τι στην Καινή διαθήκη που είπε ο Κύριος , οι Απόστολοι κρύβει ένα βαθύ νόημα , που στην ζωή μας είναι πολύτιμο ! Είναι επίσης η Καινή διαθήκη όπλο τεράστιο κατά του διαβόλου και όταν εμείς διαβάζουμε Καινή διαθήκη , τον λόγο του Θεού , για να ωφεληθούμε και να πάμε στον παράδεισο ούτε άγχος έχουμε ούτε θλίψη αλλά ξέρουμε πως με την βοήθεια του Θεού , της Παναγίας , των Αγίων θα καταφέρουμε να τηρίσουμε τα όσα μας λέει το ευαγγέλιο , η εκκλησία μας και θα πάμε στον παράδεισο , και ο διάβολος βλέποντας το αυτό φρίττει και ορήεται και δεν αντέχει το φώς και την δύναμη του ευαγγελίου και φεύγει ! Η καινή διαθήκη είναι ελπίδα , ο Χριστός ήρθε , νίκησε τον διάβολο , καταπάτησε τον θάνατο και μας άνοιξε τις πόρτες του παραδείσου ! Και εμείς μπορούμε να εισέλθουμε στον παράδεισο...Και στην ζωή μας που είναι γεμάτη άγχος και πίεση , και αμαρτία και προβλήματα , μπορούμε μέσα στην Καινή διαθήκη να καταφύγουμε , να μελετήσουμε , να δούμε τι να κάνουμε , να προσευχηθούμε ! Και ο Κύριος μας απαντά σε όλα , μας έδωσε παραβολές , προσευχές , συμβουλές και κανόνες για να μπορέσουμε να αποκτήσουμε αρετή και χαρά ! Μας δίδαξε να έχουμε αγάπη , πίστη , ειρήνη , ταπείνωση , μετάνοια , απλότητα , παιδικότητα , διάκριση , προσευχή , ελπίδα , υπομονή , και πόσες ακόμα αρετές ...Ο Χριστός δεν μας εγκατέλειψε ποτέ , εμείς τον εγκαταλείψουμε...Μας έδωσε τον λόγο του , την αγάπη του ...Μας δίνει το σώμα και το αίμα του...Ας κάνουμε μια θυσία λοιπόν για αυτόν , να αγωνιζόμαστε και όλο το άγχος στην

ζωή μας θα εξαφανιστεί !





‘ Απλοποιήστε την ζωή σας και θα φύγει το άγχος...’.

Άγιος Παΐσιος ο Αγιορείτης



‘ Το άγχος καταπολεμείται , με την εμπιστοσύνη στην Πρόνοια του Θεού και τον καλόν αγώνα...’

Άγιος Πορφύριος ο Καυσοκαλυβήτης