

### 1.3. Η μεταμορφωτική δύναμη της ΠΡΟΣΕΥΧΗΣ στην Ορθόδοξη χριστιανική Παράδοση

**✝ ΒΗΜΑ 1. Προσωπικές εμπειρίες επικοινωνίας με όσους επιθυμούμε, αγαπάμε, έχουμε ανάγκη.**  
Συμπληρώστε τη φράση:

«Όταν θέλω να μοιραστώ κάτι προσωπικό με έναν άνθρωπο που αγαπώ/έχω ανάγκη,  
φοβάμαι/διακινδυνεύω ότι .....

**✝ ΒΗΜΑ 2. Η προσευχή ως σχέση και επικοινωνία με τον Θεό στην ορθόδοξη πίστη.**  
Διαβάστε τα κείμενα 1 και 2 (βιβλίο, σελ. 21-22) και απαντήστε στις ερωτήσεις:

ΕΡΩΤΗΣΕΙΣ	ΑΠΑΝΤΗΣΕΙΣ
<b>Κατά τον Ιωάννη Χρυσόστομο (κείμενο 1), ...</b>	
1. Μέχρι πότε πρέπει να προσεύχεται κάποιος, όταν ζητάει κάτι από τον Θεό;	1. Μέχρι .....
2. Όταν πάρει κάποιος από τον Θεό αυτό που ζητάει, τι είναι καλό να κάνει;	2. Να ευ_____ τον Θεό.
3. Τι συμβαίνει πολλές φορές, όταν προσευχόμαστε;	3. Πολλές φορές τα χείλη κινούνται, αλλά η ψυχή .....
4. Πού είναι καλό να προσευχόμαστε;	4. Ό___ κι αν είμαστε, καλό είναι να προσευχόμαστε, γιατί είμαστε ν___ του Θεού.
5. Τι χρειάζεται μόνο για την προσευχή;	5. Μόνο εσ_____ διά_____ και σκ_____.
<b>Κατά τον μητροπολίτη Αντώνιο του Σουρόζ (κείμενο 2), ...</b>	
6. Πότε είναι δυνατή η συνάντηση με τον Θεό και τον άνθρωπο;	6. Όταν α_ _ _ _ _ κανείς πολύ και τους δύο, τόσο που αυτός που προσεύχεται να μπορεί να ξ_ _ _ _ τον εαυτό του και να στρέφεται ολοκληρωτικά και προς τους δ_ _ _ .
7. Για ποιους λόγους ο Θεός κάποιες φορές φαίνεται να είναι απών;	7. Για δύο κυρίως λόγους: <b>α.</b> Γιατί εμείς δεν είμαστε σε θέση να νιώ_ _ _ _ _ την παρουσία Του, και <b>β.</b> Γιατί ο Θεός είναι ελεύθερος να εμφανίζεται όποτε Εκείνος θ_ _ _ _ . Η συνάντηση με τον Θεό είναι μια πράξη ελ_ _ _ _ _ , στην οποία ο Θεός έχει τον έλ_ _ _ _ .
8. Τελικά, ο Θεός είναι απών;	8. _ _ _ , ο Θεός είναι πάντα _ _ _ _ _ για τον καθένα μας. Απλώς, πρέπει να έχουμε τη δύναμη να περ_ _ _ _ _ με δέος και σε_ _ _ _ _ .
9. Η προσευχή μοιάζει με βέλος. Μπορείς να το εξηγήσεις;	9. [προφορικά]

### ✠ ΒΗΜΑ 3. Τρόποι και είδη προσευχής

Διαβάστε το κείμενο «Ο Χριστός προσεύχεται» (βιβλίο, σ. 23), το κείμενο «Κομποσχοίνοι» (βιβλίο, σ. 22), καθώς και την Κυριακή προσευχή παρακάτω.

Προσπαθήστε να εντοπίσετε τους **τρόπους και τα είδη προσευχής\*** και σημειώστε τα πάνω στο βιβλίο και στη φωτοτυπία.

\* Τα είδη της προσευχής (που θα τα βρείτε στο βιβλίο, σελ.23 πάνω πάνω, στον τίτλο της υποενότητας-μπλε πλαίσιο) είναι:

**ευχαριστία, αίτηση, μετάνοια, δοξολογία /  
κοινή ή ατομική, τυπική ή αυθόρμητη, αδιάλειπτη προσευχή**

<p style="text-align: center;"><b>Η Κυριακή Προσευχή</b></p> <p style="text-align: center;">Ἅγιος ὁ Θεός, ἅγιος Ἰσχυρός, ἅγιος Ἀθάνατος ἐλέησον ἡμᾶς. ❖❖❖</p> <p>Πάτερ ἡμῶν ὁ ἐν τοῖς οὐρανοῖς ἁγιασθήτω τὸ ὄνομά σου· ἐλθέτω ἡ βασιλεία σου· γενηθήτω τὸ θέλημά σου, ὡς ἐν οὐρανῷ καὶ ἐπὶ τῆς γῆς·</p> <p>τὸν ἄρτον ἡμῶν τὸν ἐπιούσιον δός ἡμῖν σήμερον· καὶ ἄφες ἡμῖν τὰ ὀφειλήματα ἡμῶν, ὡς καὶ ἡμεῖς ἀφίεμεν τοῖς ὀφειλέταις ἡμῶν· καὶ μὴ εἰσενέγκῃς ἡμᾶς εἰς πειρασμόν, ἀλλὰ ῥῦσαι ἡμᾶς ἀπὸ τοῦ πονηροῦ. (Ματθ. 6, 9-13)</p> <p style="text-align: center;">❖❖❖</p> <p>Δι' εὐχῶν τῶν Ἁγίων Πατέρων ἡμῶν, Κύριε Ἰησοῦ Χριστέ, ὁ Θεὸς ἡμῶν, ἐλέησον καὶ σῶσον ἡμᾶς. Ἀμήν.</p>	<p style="text-align: center;"><b>Η προσευχή του Κυρίου (Χριστού)</b></p> <p style="text-align: center;">Ο Θεός που είσαι άγιος, δυνατός, αθάνατος, βοήθησέ μας. ❖❖❖</p> <p>Πατέρα μας, που βρίσκεσαι στους ουρανοί, κάνε να σε δοξάσουν όλοι ως Θεό· να έρθει η Βασιλεία σου· να γίνει το θέλημά σου (ό,τι θέλεις), όπως από τους αγγέλους στον ουρανό, έτσι και από τους ανθρώπους στη γη. Το απαραίτητο ψωμί για τη ζωή μας δώσε μας σήμερα· Και συγχώρεσε τις αμαρτίες μας, όπως κι εμείς τις συγχωρούμε σε όσους μας έβλαψαν (έκαναν κακό)· Και μη μας αφήσεις να πέσουμε σε πειρασμό (να κάνουμε κακό), αλλά γλίτωσέ/σώσε μας από τον πονηρό (διάβολο). (Καινή Διαθήκη, Ευαγγέλιο του Ματθαίου, κεφάλαιο 6, στίχοι 9-13)</p> <p style="text-align: center;">❖❖❖</p> <p>Με τις προσευχές των πατέρων μας (ιερέων μας) Κύριε Ιησού Χριστέ, που είσαι ο Θεός μας, βοήθησε και σώσε μας. Μακάρι, ας γίνει (Αμήν)!</p>
--	---

\*\*\*\*\*

#### ΕΡΩΤΗΣΕΙΣ

...στο κείμενο «Κομποσχοίνοι» (σ. 22)	
10. Ποια είναι η προσευχή που συνοδεύει το κομποσχοίνοι;	«Κύριε Ιη___ Χρ___, ελέ___ με τον αμα___»..
11. Τι σημαίνει «αδιάλειπτη προσευχή»;	Σημαίνει αδ___ (ασταμάτητη) προσευχή

### ✠ ΒΗΜΑ 4. Η προσευχή ως μεταμορφωτική δύναμη στην Ορθόδοξη Παράδοση.

Παρακολούθηση βίντεο: «Τρεις εμείς, τρεις κι εσείς» (ή ανάγνωση της ιστορίας, βιβλίο, σελ. 24-25).

Με αφορμή αυτό το βίντεο, απαντήστε στην ερώτηση:

Τελικά προσευχή είναι μόνο λέξεις; Τι άλλο μπορεί να είναι;