

Η ΚΥΡΙΑΚΗ ΠΡΟΣΕΥΧΗ ("Πάτερ ἡμῶν"):



**ΣΤΟΝ ΚΑΙΝΟΥΡΓΙΟ ΚΟΣΜΟ ΤΟΥ ΘΕΟΥ
ΟΙ ΑΝΘΡΩΠΟΙ ΠΡΟΣΕΥΧΟΝΤΑΙ**

Τι είναι η προσευχή;

Πρόκειται για μια βασική πτυχή της πνευματικής ζωής.

- Είναι ένα είδος **επικοινωνίας με το Θεό**.
- Είναι ο μυστικός αγωγός (καλώδιο), που **συνδέει** τον άνθρωπο με τον Δημιουργό του.
- Η προσευχή αποτελεί το κυριότερο μέρος της διακονίας του αναστημένου **Χριστού**. Όταν αναστήθηκε και αναλήφθηκε στα δεξιά του Πατρός, άρχισε να μεσιτεύει υπέρ ημών, δηλαδή να προσεύχεται (Εβρ. 7. 25). **Δια των προσευχών Του μας σώζει**.
- Εάν λοιπόν θέλουμε να είμαστε συνεργοί του Χριστού, πρέπει να **αφιερώνουμε πολύ χρόνο στην προσευχή**.
- Η προσευχή φέρνει ευλογία στην εκκλησία και **πετυχαίνει εκεί όπου οτιδήποτε άλλο αποτυχαίνει**.
- Ο Κύριος είναι έτοιμος να ενεργήσει, αλλά **επιθυμεί να ακούσει την προσευχή μας**, ως πρόσωπα και ως Εκκλησία.
- Η προσευχή είναι η κορυφαία εκδήλωση λατρείας.

Υπάρχουν δύο τύποι προσευχής:

- α) ιδιωτική, προσωπική, οικογενειακή, και
- β) δημόσια προσευχή, που γίνεται στο Ναό και προσευχόμαστε όπως έχει καθορίσει η Εκκλησία μας.

α΄

Μκ 1,35 Το πρωί, πολύ πριν ακόμα φέξει, ο Ιησούς βγήκε έξω και πήγε σε ένα ερημικό μέρος, και εκεί προσευχόταν.

Λκ 5,15 Η φήμη του απλωνόταν όλο και περισσότερο, και πλήθος ανθρώπων πήγαιναν κοντά του να τον ακούσουν και να τους θεραπεύσει από τις αρρώστιες τους. Εκείνος όμως αποσυρόταν σε ερημικά μέρη **16** και προσευχόταν.

Λκ 6,12 Εκείνες τις ημέρες ανέβηκε ο Ιησούς στο βουνό για να προσευχηθεί. Όλη τη νύχτα προσευχόταν² στον Θεό.

Μτ 26,36 ... ο Ιησούς (στη Γεθσημανή)... λέει στους μαθητές: "... θα πάω λίγο παραπέρα να προσευχηθώ".

39 Κι αφού απομακρύνθηκε λίγο, έπεσε με το πρόσωπο στη γη και προσευχόταν με τούτα τα λόγια: "Πατέρα μου, αν είναι δυνατόν, ας μην πιω αυτό το ποτήρι· όμως ας μη γίνει το δικό μου θέλημα αλλά το δικό σου".

Λκ 22,44 Η αγωνία τον κυρίεψε και προσευχόταν πιο πολλή ώρα. Ο ιδρώτας του γινόταν σαν σταγόνες αίματος και έπεφτε στη γη.



β'



Μτ 7,7 "Ζητάτε και θα σας δοθεί, ψάχνετε και θα βρείτε, χτυπάτε την πόρτα και θα σας ανοιχτεί.

8 Γιατί όποιος ζητάει λαβαίνει και όποιος ψάχνει βρίσκει και όποιος χτυπά του ανοίγεται. ...

9 ποιος από σας, αν του ζητήσει το παιδί του ψωμί, θα του δώσει λιθάρι;

10 Ή, αν του ζητήσει ψάρι, θα του δώσει φίδι;

11 Αφού λοιπόν εσείς... ξέρετε να δίνετε στα παιδιά σας καλά πράγματα, πολύ περισσότερο ο ουράνιος Πατέρας σας θα δώσει αγαθά σε όσους του τα ζητούν".

γ' Λκ 11,1 Κάποτε ο Ιησούς προσευχόταν σε έναν τόπο. Όταν τελείωσε, ένας από τους μαθητές του του είπε: "Κύριε, δίδαξέ μας πώς να προσευχόμαστε, όπως και ο Βαπτιστής Ιωάννης δίδαξε τους μαθητές του".

Μτ 6,9 "Εσείς... έτσι να προσεύχεστε:



Ονομασία - αιτήματα

Η Κυριακή προσευχή είναι η προσευχή που παρέδωσε ο ίδιος ο Κύριος στους μαθητές του. Κεντρική έννοια της προσευχής είναι ο διακαής (έντονος) πόθος για τον **ερχομό της Βασιλείας του Θεού**.

Τα αιτήματα της προσευχής είναι έξι.

- Τα τρία πρώτα αναφέρονται στο Θεό (αγιασμό ονόματός Του, ερχομό της Βασιλείας Του και πραγματοποίηση του θελήματός Του).
- και τα τρία άλλα στον άνθρωπο (απόκτηση υλικών αγαθών, συγχώρηση αμαρτιών και αντιμετώπιση πειρασμών).
- Από τα έξι τα πέντε αναφέρονται σε πνευματικά θέματα και μόνο το ένα στις υλικές ανάγκες του ανθρώπου.

**Πάτερ ἡμῶν ὁ ἐν
τοῖς οὐρανοῖς,**

Πατέρα, εσύ ο δικός μας και μοναδικός,
ο κυρίαρχος του ουρανού και της γης, που
είσαι τόσο κοντά μας,

**ἁγιασθήτω τὸ
ὄνομά σου·**

Κάνε να φανερωθεί στον κόσμο με τη δική
μας ζωή,
το δικό Σου όνομα, που είναι δύναμη και
δόξα, δικαιοσύνη και χάρη.

**ἐλθέτω ἡ βασιλεία
σου·**

Η βασιλεία της αγάπης Σου, που άρχισε ήδη
με το Χριστό,
ας γίνει να φανερωθεί και να επικρατήσει
γρήγορα σε όλο τον κόσμο.

**γεννηθήτω τὸ
θέλημά σου,**

Η χάρη Σου ας μας ικανώσει να αποκτήσουμε
το δικό Σου θέλημα
και να το εφαρμόζουμε στη ζωή μας,

**ὡς ἐν οὐρανῷ καὶ
ἐπὶ τῆς γῆς·**

Για να γίνει η γη, όπως Εσύ θέλεις να είναι,
εικόνα της ουράνιας βασιλείας.

**τὸν ἄρτον ἡμῶν
τὸν ἐπιούσιον δὸς
ἡμῖν σήμερον·**

Δώσε μας σήμερα, όπως κάθε ημέρα και πάντοτε, το ψωμί που έχουμε ανάγκη για να ζήσουμε, όπως δίνεις το Σώμα του Υιού Σου για τη ζωή μας.

**καὶ ἄφες ἡμῖν τὰ
ὀφειλήματα
ἡμῶν,**

Σου ζητούμε ακόμη να μας συγχωρήσεις, διότι δεν εκπληρώνουμε το χρέος μας απέναντι στην αγάπη Σου,

**ὡς καὶ ἡμεῖς
ἀφίεμεν τοῖς
ὀφειλέταις ἡμῶν·**

Αφού και εμείς συγχωρούμε, με τη δική Σου χάρη, όσους μας έβλαψαν.

**καὶ μὴ εἰσενέγκης
ἡμᾶς εἰς
πειρασμόν,**

Και μη επιτρέψεις, Κύριε, να πέσουμε σε πειρασμό,

**ἀλλὰ ρῦσαι ἡμᾶς
ἀπὸ τοῦ
πονηροῦ.**

αλλά γλίτωσέ μας από τη δύναμη του Διαβόλου, που αγωνίζεται να μας εξουσιάσει.

**Ὅτι σοῦ ἐστὶν ἡ
δύναμις καὶ ἡ δόξα,**

Προσευχόμαστε ἔτσι διότι γνωρίζουμε
ὅτι μόνον Εσύ
ἔχεις την ἀπόλυτη ἐξουσία, καὶ τη
δύναμη, καὶ τη δόξα
του Πατέρα, του Υἱοῦ καὶ του Ἁγίου
Πνεύματος.

**νῦν καὶ ἀεὶ καὶ εἰς τοὺς
αἰῶνας τῶν αἰώνων.**

Τώρα καὶ πάντοτε, μέχρι το τέλος του
χρόνου.

Ἄμήν.

Ἄς γίνει ἔτσι.

Επεξεργασία

1. Βρείτε στο κείμενο α' πότε, πού και για ποια ζητήματα προσευχόταν ο Ιησούς.

Όπως μαθαίνουμε από τις Γραφές, ο **Χριστός προσευχόταν πάντα**, ακόμα και πάνω στο Σταυρό. **Ιδιαίτερα όμως πριν προχωρήσει στα μεγάλα γεγονότα** της επίγειας ζωής του προετοιμαζόταν πάντοτε με την προσευχή.

Προσευχήθηκε πριν καλέσει τους μαθητές του να τον ακολουθήσουν, στη Γεθσημανή πριν προχωρήσει προς το Σταυρικό θάνατο, πριν θεραπεύσει τους ανθρώπους από ασθένειες κλπ.



2. Ο Χριστός διαβεβαιώνει: "Όποιος ζητάει λαβαίνει" (κείμ. β'). Πολλοί όμως παραπονιούνται ότι ο Θεός δεν απαντάει στις προσευχές τους. Τι διδάσκει με την προσευχή του στη Γεθσημανή; (κείμ. α': Μτ 26, 39).

Με την προσευχή **χτυπάμε την πόρτα του Θεού**. Ο Θεός μας ακούει ως στοργικός πατέρας. **Μας απαντάει πάντα**, όχι όμως οπωσδήποτε με τον τρόπο που εμείς ζητάμε και περιμένουμε, αλλά με τον τρόπο που εκείνος, ως παντογνώστης, γνωρίζει ότι θα μας ωφελήσει πραγματικά.

Κάποιοι από μας ζητάμε όχι σπάνια πράγματα περίεργα, παράλογα και ιδιοτελή, ευτελή, ανόητα και απαράδεκτα, ακόμη και για το κακό των άλλων. Πώς να ικανοποιηθούν τέτοια αιτήματα;

Λοιπόν η ικανοποίηση εξαρτάται και από το είδος των αιτημάτων.



Χέρια προσευχής, Ντύρερ

3. Διαβάστε το "Πάτερ ημών" και προσπαθήστε να απαντήσετε:

- Τι νιώθουν όσοι προσφωνούν τον Θεό "Πατέρα";
- Γιατί κυριαρχεί ο πληθυντικός αριθμός;
- Τι ζητούν οι πιστοί από τον Θεό;
- Τι θα ήταν λογικό να κάνουν οι πιστοί, πριν ζητήσουν συγχώρηση από τον Θεό;



- Νιώθουμε πρώτα και κύρια όχι σεβασμό δέος και φόβο αλλά εμπιστοσύνη, αγάπη, άνεση, οικειότητα, ελευθερία (ξέρουμε ότι θέλει μόνο το καλό μας). **Ο Θεός είναι ο στοργικός Πατέρας μας κι εμείς τα αγαπημένα παιδιά Του.** Η φράση «έν τοις ούρανοις» θέλει να δείξει την απόσταση ουσίας που χωρίζει το Θεό από τα κτίσματά Του.
- **Κυριαρχεί ο πληθυντικός αριθμός για να τονιστεί το στοιχείο της ενότητας όλων μας μπροστά στον κοινό Πατέρα. όλοι είμαστε αδέρφια μεταξύ μας.** Όλοι αποτελούμε μια τεράστια οικογένεια και **όλοι είμαστε ισότιμοι.**
- Να έρθει η βασιλεία του, να γίνει τι θέλημα του, να μας δώσει την απαραίτητη τροφή μας (υλική και πνευματική), να μας συγχωρέσει και να μας γλιτώσει από το κακό.
- Να συγχωρέσουν και αυτοί τους συνανθρώπους τους (αλληλοσυγχωρητικότητα). Επειδή αυτό δεν είναι εύκολο ζητούμε τη θεία βοήθεια.



4. Παρατηρήστε τον παρακάτω πίνακα. Υπογραμμίστε όσα σας εκφράζουν περισσότερο και προσθέστε, αν θέλετε, και κάτι άλλο.

Όταν προσεύχομαι:



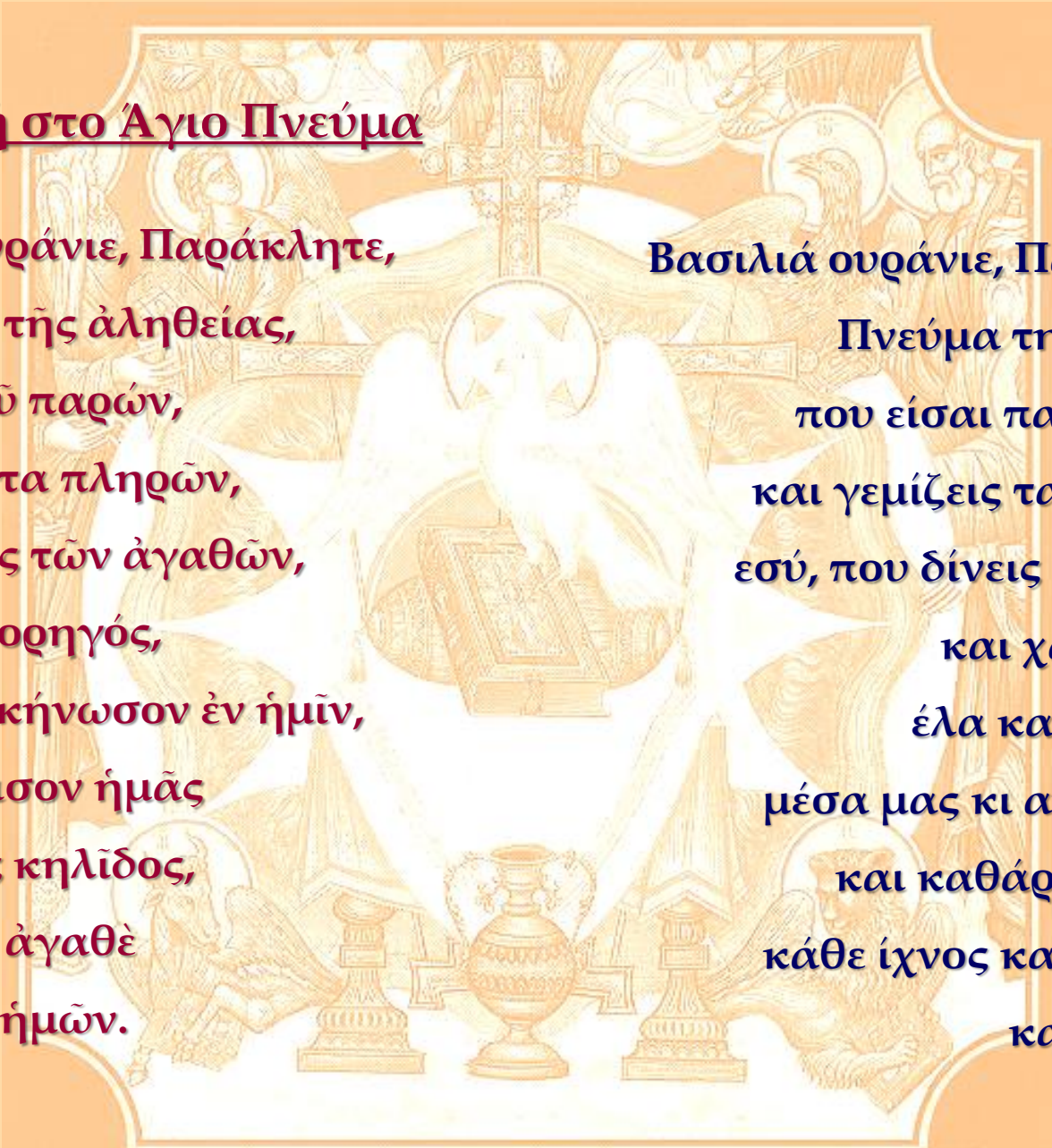
- ζητώ βοήθεια
- εκφράζω ευχαριστίες
- μιλώ για τους φόβους μου
- ζητώ δύναμη και θάρρος
- λέω τις στενοχώριες μου
ψάχνω για ελπίδα
- ζητώ συγχώρηση
- θυμάμαι τις ανάγκες άλλων
- παρακαλώ υγεία για όλους
- αναζητώ παρηγοριά...

5. Μάθετε απέξω και ακριβώς τις προσευχές "Πάτερ ημών" και "Βασιλεῦ ουράνιε".

Προσευχή στο Άγιο Πνεύμα

Βασιλεῦ οὐράνιε, Παράκλητε,
τὸ Πνεῦμα τῆς ἀληθείας,
ὁ πανταχοῦ παρών,
καὶ τὰ πάντα πληρῶν,
ὁ θησαυρὸς τῶν ἀγαθῶν,
καὶ ζωῆς χορηγός,
ἐλθέ, καὶ σκηνώσον ἐν ἡμῖν,
καὶ καθάρισον ἡμᾶς
ἀπὸ πάσης κηλίδος,
καὶ σῶσον ἀγαθὲ
τὰς ψυχὰς ἡμῶν.

Βασιλιά ουράνιε, Παρηγορητή,
Πνεύμα της αλήθειας,
που είσαι παρόν παντού
και γεμίζεις τα σύμπαντα·
εσύ, που δίνεις κάθε αγαθό
και χαρίζεις ζωή·
έλα και κατοίκησε
μέσα μας κι ανάμεσά μας
και καθάρισέ μας από
κάθε ίχνος κακού, Αγαθέ,
και σώσε μας.





Βυζαντινή Μονή Παναγίας Μαυριώτισσας Η
κατασίγαση της τρικυμίας

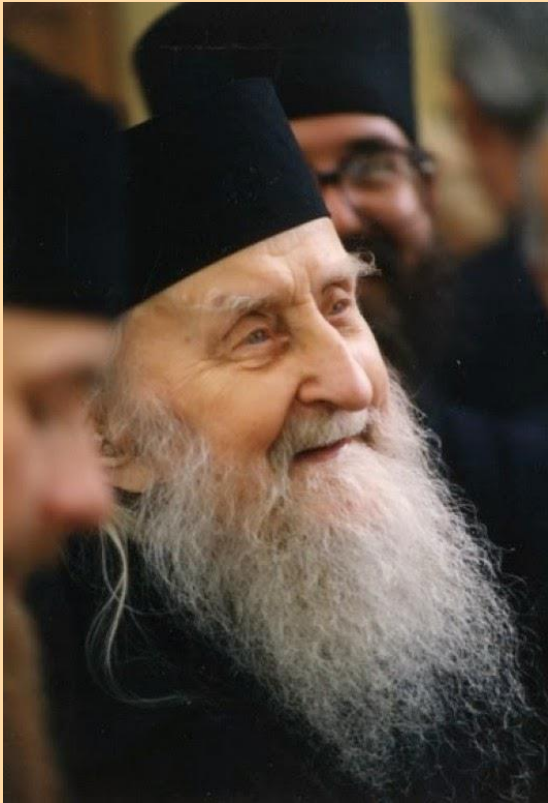
«Υπὲρ πλεόντων, ἵπταμένων, ὄδοιπορούντων, νοσοούντων, καμνόντων,
αἰχμαλώτων καὶ τῆς σωτηρίας αὐτῶν τοῦ Κυρίου δεηθῶμεν». Από τη θεία Λειτουργία



Ἡ ἐλπίς μου ὁ Πατήρ,
καταφυγή μου ὁ Υἱός,
σκέπη μου τὸ Πνεῦμα τὸ Ἅγιον,
Τριάς Ἁγία, δόξα Σοι.

Ἀπό το Απόδειπνο

Ξέρεις, τώρα μιλάμε με το τηλέφωνο·
έτσι να μιλάς με τον Θεό,
σαν να σηκώνεις το τηλέφωνο
και να Του λες ό,τι θέλεις απευθείας.
Να έχεις πάντα ανοιχτή γραμμή,
μη σπάσεις ποτέ το καλώδιο αυτό.



Γέροντας Σωφρόνιος του Έσσεξ †1993

Βασικά στοιχεία του μαθήματος

- Την πόρτα του Θεού χτυπούν οι άνθρωποι με την προσευχή. Του μιλούν, Τον σκέφτονται, Τον ευχαριστούν, ζητούν με εμπιστοσύνη τη χάρη Του. Η **επικοινωνία** αυτή τους γεμίζει χαρά, ανακούφιση, ελπίδα, δύναμη.
- Ο Ιησούς με την προσευχή "Πάτερ ήμῶν" έδειξε **τι κυρίως να ζητούν** οι πιστοί από τον Θεό και **με ποια προτεραιότητα**.
- Με το προσωπικό του παράδειγμα και με όσα για την προσευχή δίδαξε ο Ιησούς προέβαλε τη **Βασιλεία του Θεού** και ως **μια κοινωνία ανθρώπων που προσεύχονται**.



Σε όλες τις θρησκείες
οι άνθρωποι προσεύχονται



Κύριε Ἰησοῦ Χριστέ,
Υιέ τοῦ Θεοῦ,
ἐλέησόν με
τόν ἁμαρτωλόν!

Κύριε,
ποιήσον με οἷον θέλεις
καὶ ὡς θέλεις·
κἂν θέλω, κἂν μὴ θέλω.

