

ΣΩΦΡΟΝΙΑ ΜΟΝΑΧΗ



Γιὰ μιὰ...
**ἈΛΗΘΙΝΗ
ΖΩΗ!**

*Λίγες σελίδες, λίγο φῶς·
μιὰ πρώτη γεύση ἀπὸ τὸ βιβλίο*

ΔΩΡΕΑΝ ΔΕΙΓΜΑ



Ἱερὰ Μονὴ Ἁγίας Τριάδος Ἀκράτας

MONASTIRIAKA-ERGOXEIRA.GR

Άγαπημένη ψυχή,



Στὰ χέρια σου κρατᾷς μιὰ μικρὴ «πρώτη γεύση» ἀπὸ τὸ βιβλίο
«Γιὰ μιὰ... ΑΛΗΘΙΝΗ ΖΩΗ!».

Ἄν κάποια φράση σὲ σταματήσει, κράτησέ την.

Ἄν σὲ παρηγορήσει, κάν' την προσευχή.

Ἄν σὲ ξυπνήσει, μὴν τὴν ἀφήσεις νὰ χαθεῖ.

Γιατί ἡ ἀληθινὴ ζωὴ δὲν ἀρχίζει ὅταν λυθοῦν ὅλα· ἀρχίζει ὅταν ἡ
καρδιά ἀρχίζει νὰ πλησιάζει τὸν Θεό.

Μὲ ἀγάπη Χριστοῦ,

Μοναχὴ Σωφρονία



Γιὰ σένα...



Άφορμή για τή συγγραφή αὐτοῦ τοῦ βιβλίου στάθηκες ἘΣΥ... Ποιὸς ἐσύ;

— Ἐσὺ ποὺ νιώθεις μοναξιά καὶ δὲν ἔχεις κανένα νὰ μιλήσεις...

— Ἐσὺ ποὺ εἶσαι γεμάτος ἄγχος καὶ λογισμούς, σκέψεις ποὺ σὲ βασανίζουν καὶ δὲν μπορεῖς νὰ τὶς διώξεις...

— Ἐσὺ ποὺ τὰ οἰκονομικὰ προβλήματα σὲ ἔχουν «θολώσει» καὶ δὲν βλέπεις καμιά λύση, κανένα φῶς στὸν ὁρίζοντα...

— Ἐσὺ ποὺ σηκώνεις τὸν ἄδικο χαμὸ τῶν παιδιῶν σου καὶ ἀναρωτιέσαι: Γιατί, Θεέ μου; Γιατί;

Γιὰ σένα εἶναι γραμμένο αὐτὸ τὸ βιβλίο· γιὰ σένα ποὺ μέσα στὸν κυκεῶνα τῶν προβλημάτων σου διψᾷς γιὰ μιὰν ἄλλη ζωή, γιὰ μιὰ ἀληθινὴ ζωή, καὶ ἀναρωτιέσαι τὸ «πῶς»...



ΜΙΑ ΦΡΑΣΗ — ΕΝΑ ΒΑΛΣΑΜΟ

Κι όμως μιὰ μόνο φράση μπορεῖ νὰ γίνει τὸ βάλσαμο καὶ νὰ σβήσει τὴν καταστροφικὴ φωτιά, μὲ ἀποτελέσματα πιὸ ἄμεσα καὶ ἀπὸ τὸ ἰσχυρότερο φάρμακο:



«Κύριε Ἰησοῦ Χριστέ,
ἐλέησόν με»



ΑΠΟ ΤΗΝ ΕΙΣΑΓΩΓΗ ΤΟΥ ΒΙΒΛΙΟΥ · ΠΕΠΗ ΣΠΗΛΙΩΤΟΠΟΥΛΟΥ,
ΔΗΜΟΣΙΟΓΡΑΦΟΣ

Ἀγγελοβαλμένη μορφή



Κάθεται καὶ κλαίει καὶ κάνει προσευχὲς τοὺς κόμπους ἀπὸ τὰ δάκρυά της.

Θυμᾶται τὰ τότε, ποὺ ἄμυαλη ἔτρεχε δίχως νὰ ξέρει. «Δὲν Σὲ γνῶριζα, Χριστέ μου», λέει, κλαίγοντας τώρα χαμηλὰ καὶ ντροπαλὰ, σὰν μικρὸ παιδί ποὺ τὸ μάλωσαν...

Ἦτσι τὴ γνῶρισα ἓνα καλοκαίρι. Φοροῦσε χρώματα ἀνοιχτὰ καὶ φωτεινὰ κι εἶχε ἑλαφρὺ τὸ βάδισμα σὰν ἀερικό, παρόλο ποὺ τὰ βάσανα τῆς κύρτωσαν πιά τὸ σῶμα. Καὶ σὰν τὸ βλέμμα της ἔπεφτε πάνω στὸ δικό μου, δὲν ἄντεχα τὴ λάμψη του.

Πῶς νὰ κοιτάξω ἐγώ, τὸ σκοτάδι, τὸ φῶς;

Λύγισε ὁ νοῦς μου, καὶ πῆρα τὸ χαρτί καὶ τὸ μολύβι κι ἔγραψα δυὸ λέξεις...

ΜΕΤΑΝΟΙΑ — ΠΡΟΣΕΥΧΗ

Ἀγόρασε τὸν Παράδεισο



Ἀναζήτησε τὴν ἡσυχία μέσα σου, ὅπου καὶ νὰ βρίσκεσαι...

Σκέψου τί λόγια θὰ βγοῦν ἀπὸ τὸ στόμα σου... Πάντα μετανιώνουμε γιὰ τὰ λόγια ποὺ εἶπαμε κι ὄχι γι' αὐτὰ ποὺ δὲν εἶπαμε... Πρὶν μιλήσεις, σκέψου, προσευχήσου...

Κάθε μέρα μπορεῖς νὰ «ἀγοράσεις» τὴ σωτηρία σου μὲ πολὺ πολὺ μικρὰ πράγματα, ἀλλὰ οὐσιαστικά.

Ἕνα «ναί», ἓνα ἌΜΗΝ μὲ τὴν καρδιὰ ἀνοίγει τοὺς οὐρανούς... Μιὰ καλὴ σκέψη, ἓνα «συγγνώμη», ἀκόμα καὶ ἓνα ποτήρι κρύο νερό...

Μικρὰ ἀλλὰ τόσο δυνατὰ ἐχέγγυα τοῦ Παραδείσου!

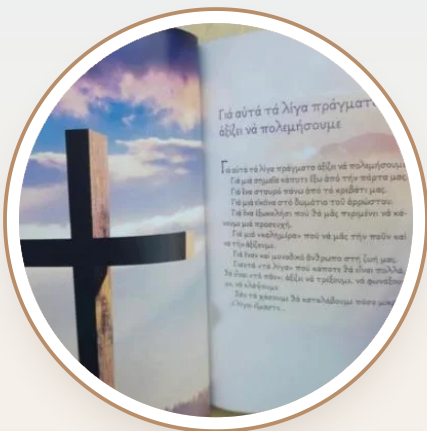


Ἀλεξίσφαιρο ἀποτελεσματικὸ μόνο ἡ προσευχή.

Ἀποκρούει κάθε πειρασμό, ἐπιλύει κάθε δυσκολία...



ΛΟΓΙΑ ΓΙΑ ΝΑ ΚΡΑΤΗΣΕΙΣ



«**Θέλω** σημαίνει μπορῶ!
Θέλω σημαίνει προσπαθῶ! »

«**Χαμογέλα!**
Ἔτσι κάνεις τὸν ἐχθρὸ νὰ σὲ φοβᾶται καὶ τὸν Θεὸ νὰ
σὲ ἀγαπᾷ ἀκόμα περισσότερο! »



ΛΟΓΙΑ ΓΙΑ ΝΑ ΚΡΑΤΗΣΕΙΣ

«Εκεῖνοι ποῦ σοῦ ἔστειλε ὁ Θεός δὲν σὲ ἐγκαταλείπουν
στὴ μέση τοῦ δρόμου. Γίνονται *χέρια, φῶς, προσευχή*
γιὰ πάντα!»

«Συντρίμμια, λάθη, γνῶμες στραβές, λόγια, λόγια...
Σταματῆστε ἐδῶ!
Βάλτε ἓνα τέλος!
Βάλτε μιὰ νέα ἀρχή!»



ΛΟΓΙΑ ΓΙΑ ΝΑ ΚΡΑΤΗΣΕΙΣ

«Φωνάζω μόνο χωρίς ήχο.
Πονάω χωρίς άκροατές.
Μπροστά Σου, Θεέ μου, **μεγαλώνω.**»



«Τοῦτο τὸ σχοινὶ τὸ πλεγμένο, πού τὸ τρέμουν οἱ ἐχθροί,
πού τὸ σέβεται ὁ οὐρανός, πού κάνει τοὺς ἀγγέλους στὸ
πρόσταγμα του νὰ κατεβαίνουν στὴ γῆ...»

Μερικά από τὰ κείμενα



- ✦ Δώσε τὸ παρελθόν σου στὰ χέρια τοῦ Χριστοῦ
- ✦ Ἡ προσευχή τῶν προσευχῶν
- ✦ Ὅταν λέω «Κύριε ἐλέησον»...
- ✦ Οἰκογένειες χωρίζονται
- ✦ Ὅταν φεύγουν οἱ φίλοι...
- ✦ Κάθε ἀναπηρία ἄς γίνει δάκρυ προσευχῆς
- ✦ Σημασία ἐξομολόγησης
- ✦ Γιατί τόσο μοναξιά
- ✦ Μὴ λιμνάζεις στὸ χθές
- ✦ Ἀγάπη σημαίνει ἐλευθερία
- ✦ Τίποτε δὲν τελειώνει ἐδῶ

...καὶ πολλὰ ἀκόμη σύντομα κείμενα, στοχασμοὶ καὶ προσευχές.

Ένα μικρό βήμα



1

Μιά στάση πρὶν μιλήσεις

Πρὶν ἀπαντήσεις μὲ θυμὸ ἢ βιασύνη, πῆς μέσα σου: «Κύριε Ἰησοῦ Χριστέ, ἐλέησόν με».

2

Ένα μικρό δῶρο

Μιά καλή σκέψη, ἓνα «συγγνώμη», ἓνα ποτήρι κρύο νερό. Μικρά, ἀλλὰ ἀνοίγουν τοὺς οὐρανούς.

3

Τὸ βράδυ, στὰ χέρια Του

Ὅ,τι συνέβη εἶναι παρελθόν· τὸ αὔριο εἶναι στὰ χέρια τοῦ Θεοῦ. Ἄφησε ἐκεῖ τὴ μέρα σου καὶ κοιμήσου εἰρηνικά.

ΣΥΝΕΧΙΣΕ ΤΗ ΔΙΑΔΡΟΜΗ



Όσα διάβασες ήταν μόνο ή αρχή.
Το βιβλίο

Γιὰ μιά... 'ΑΛΗΘΙΝΗ ΖΩΗ!



σὲ περιμένει νὰ τὸ ἀνοίξεις σιγὰ σιγὰ,
ὄχι βιαστικά· ὅπως ἀνοίγει κανεὶς ἓνα παράθυρο
γιὰ νὰ μπεῖ λίγο φῶς.

ΠΑΡΑΓΓΕΙΛΤΕ ΤΟ ΒΙΒΛΙΟ →

Ἀποστολὴ σὲ ὅλη τὴν Ἑλλάδα, στὴν Κύπρο καὶ στὸ ἐξωτερικό

Ἱερὰ Μονὴ Ἀγίας Τριάδος Ἀκράτας

monastiriaka-ergoxeira.gr

Τηλ. 697 448 1813 · info@monastiriaka-ergoxeira.gr