

# 10 μικροί θησαυροί ορθοδοξίας

/ Πεμπτουσία

image not found or type unknown



Με τον τίτλο «**10 μικροί θησαυροί ορθοδοξίας**» κυκλοφόρησε το βιβλίο - κατηχητικό βοήθημα της κ. Αθηνάς Ντάσιου Γιάννου. Στις σελίδες του γίνεται αναφορά σε δέκα μικρά καθημερινά και βασικά θέματα που χρειάζεται να γνωρίζουν τα παιδιά από τη μικρή τους ηλικία. Έτσι, αναπτύσσονται με απλά λόγια και με τη βοήθεια εικόνων, τα θέματα:

1. Πώς και γιατί κάνουμε τον σταυρό μας
2. Τι είναι το καντηλάκι
3. Τι είναι η νηστεία
4. Τι είναι το κομποσχοίνι
5. Τι είναι το θυμίαμα
6. Τι είναι και πώς γίνεται η προσευχή
7. Τι συμβολίζει το κεριά που ανάβουμε στην εκκλησία
8. Για τον συχνό εκκλησιασμό
9. Για το μυστήριο της Ιεράς Εξομολόγησης
10. Για το μυστήριο της Θείας Ευχαριστίας



Μια ιδέα για το βιβλίο, χρήσιμο σε γονείς και δασκάλους, παίρνουμε από το απόσπασμα του κεφαλαίου που αφορά στη «**Νηστεία των παιδιών**».

*Ο ίδιος ο Χριστός μας, μετά τη βάπτισή Του στον Ιορδάνη ποταμό, νήστεψε σαράντα μέρες στην έρημο, δίνοντάς μας το παράδειγμα. Το παράδειγμα που δίνει ο Πατέρας στα αγαπημένα του παιδιά.*

*Με το παράδειγμά του αυτό ο Ιησούς μάς παρέδωσε τη νηστεία ως ένα άθλημα, μια σωματική και πνευματική άσκηση, που δυναμώνει τη θέληση του ανθρώπου και την αγάπη προς τον Δημιουργό του. Δείχνει ακόμα την ταπείνωση και την υποταγή του ανθρώπου στο θέλημα του Θεού.*

*Γιατί νηστεύουμε;*

*Δε νηστεύουμε για να κάνουμε κακό στον εαυτό μας. Νηστεύουμε επειδή αγαπάμε τον εαυτό μας και θέλουμε να τον κάνουμε καλύτερο.*

*Νηστεύουμε για πνευματικούς λόγους: για να περιορίσουμε δηλαδή τις αδυναμίες μας. Αν δεν περιορίσουμε τις ανάγκες και τις επιθυμίες του σώματος, δε θα είναι εύκολο να αγωνιστούμε ενάντια στον κακό εαυτό μας και στις αδυναμίες της ψυχής.*

*Συνηθίζουμε στην εγκράτεια.*

*Εξασκούμε τον εαυτό μας να συγκρατείται και να μην παρασύρεται στην αμαρτία, στις κακές πράξεις, στους πειρασμούς.*

2

Βέβαια, τον αγώνα ενάντια στις αδυναμίες δεν τον κερδίζουμε μόνο μέσω της νηστείας. Χρειάζεται και η προσευχή που μας δίνει δύναμη, ο συχνός εκκλησιασμός, η συμμετοχή στα Μυστήρια της ιεράς Εξομολόγησης και της θείας Ευχαριστίας. Αυτή η πνευματική ζωή θα μας δώσει δύναμη να αντέξουμε τη νηστεία και με την σειρά της η νηστεία θα μας δυναμώσει στον πνευματικό μας αγώνα.

Τα δέκα θέματα ακολουθεί παράρτημα με προσευχές και ύμνους, καθώς και σελίδες με δραστηριότητες και παιχνίδια.



Το βιβλίο της κ. Αθηνάς Ντάσιου Γιάννου με εικονογράφηση του κ. Σταμάτη Μπανάτσου, κυκλοφορεί από τις [Εκδόσεις «Κάστρο»](#).