

«Παρεμβαίνοντες...»



Μικρά Μυστικά για τὸ Σπίτι

Ἡ ὥρα τοῦ τραπεζιοῦ

Ὡρα ἀξέχαστη καὶ ἱερή

Μία ξεχωριστὴ ὥρα. Ἐδῶ συναντιέται ἡ ἀπόλαυση τοῦ φαγητοῦ μετὰ τὴν ἀπόλαυση τῆς ἐπικοινωνίας. Ἐδῶ ἡ ἀγάπη γίνεται πράξη, ἕνα ποτήρι πού γεμίζει, ἕνα πιάτο πού προσφέρεται, μία λέξη πού γλυκαίνει τὸν ἀέρα. Ἡ ἐπικοινωνία τὴν ὥρα τοῦ τραπεζιοῦ μετὰ γονεῖς, ἀδελφία, φίλους, σὲ «χορταίνει».



Ὑπάρχουν ὅμως κάποιες μικρὲς «λεπτομέρειες» πού ἀνεβάζουν τὴν ποιότητα.

Οἱ προτεραιότητες

Ἔνας τρόπος γιὰ νὰ ἐκφράσεις τὴν ἀγάπη σου, εἶναι νὰ δώσεις προτεραιότητα στοὺς ἄλλους. Ἔτσι:

- ✓ Ἀποφεύγεις νὰ καθίσεις πρὶν καθίσουν οἱ ἄλλοι.
- ✓ Προσφέρεις στοὺς ἄλλους, πρὶν σερβιριστεῖς.
- Μικρὲς πράξεις, ὅπως τὸ νὰ δώσεις τὸ νερό, νὰ προσφέρεις τὸ ψωμί ἢ τὸ φροῦτο, δημιουργοῦν μία αἴσθηση φροντίδας.

Οἱ κινήσεις

Οἱ προσεκτικὲς κινήσεις διατηροῦν τὴν ἀτμόσφαιρα τοῦ σεβασμοῦ. Ἔτσι:

- ✓ Συντονίζεις τὸν ρυθμό σου στὸν ρυθμό τῶν ὑπολοίπων, γιὰ νὰ μπορεῖτε νὰ ἐπικοινωνεῖτε.
- ✓ Ἀφήνεις τὸ κινητὸ μακριά, γιὰ νὰ μπορεῖς νὰ κοιτάξεις τοὺς ἀνθρώπους πού εἶναι κοντά σου.
- ✓ Δὲν βάζεις τοὺς ἀγκῶνες στὸ τραπέζι καὶ γενικὰ ἀποφεύγεις κινήσεις πού δείχνουν ὅτι βαριέσαι.
- ✓ Δὲν μιλάς μετὰ γεμᾶτο στόμα καὶ κυρίως δὲν σχολιάζεις ἀρνητικὰ τὸ φαγητό. Αὐτὸ εἶναι κάτι πού πληγώνει.

Τὸ κλείσιμο

- Ἡ τελευταία κίνηση ἔχει ἰδιαίτερη βαρύτητα, γιὰτὶ μένει. Ἔτσι:
- ✓ Δὲν ξεχνᾷς νὰ πεῖς ἕνα «εὐχαριστῶ» σ' αὐτὸν πού ἐτοίμασε τὸ τραπέζι ἢ τὸ φαγητό.
- ✓ Προσφέρεσαι νὰ βοηθήσεις στὸ μάζεμα καὶ ἀποχαιρετᾷς μετὰ ζεστασιά.
- Γενικὰ δὲν ξεχνᾷς, ὅτι: Ὅταν ἔχεις τὴν χαρὰ νὰ φᾶτε πολλοὶ μαζί (οἰκογένεια, φίλοι ἢ κατασκήνωση), βγάζεις τὸν καλύτερό σου ἑαυτό, γιὰ νὰ μείνει ἡ ὥρα αὐτὴ ἀξέχαστη καὶ ἱερή.

Ὁ Ἐρανιστὴς
† ὁ Μητροπολίτης Κυπριανὸς

19.7.2026 ἐκ. ἡμ.,
† Ὁσίας Μακρίνης