

Συνάξεις Γονέων
Για Μία Οικογένεια Μὲ Ὅραμα
Περίοδος Β΄: 2017-2018

Χριστιανικὴ Οἰκογένεια:
Πατέρας καὶ Μητέρα
Υπευθυνότητα καὶ Ὁριμότητα



B₄

Κλειδιά γιὰ τὴν διατήρηση
τῆς συζυγικῆς ἁρμονίας στὸν Γάμο

Ἐκκλησία Γνησίων Ὁρθοδόξων Χριστιανῶν Ἑλλάδος
Ἱερὰ Μητρόπολις Ὁρωποῦ καὶ Φυλῆς
2017-2018

Κλειδιά για τὴν διατήρηση τῆς συζυγικῆς ἁρμονίας στὸν Γάμο*

Γνωρίζουμε ὅλοι πόσο δύσκολο θέμα εἶναι νὰ ἀνάψει ἡ φλόγα τῆς ἀγάπης καὶ πόσο περίπλοκο ζήτημα εἶναι αὐτὴ νὰ διατηρηθεῖ καὶ νὰ μὴ σβῆσει.

Κατὰ τὴν διάρκεια τῆς προσέγγισης πρὸ τοῦ Γάμου, ὅλοι δείχνουμε τὸν καλύτερο ἑαυτό μας. **Προσπαθοῦμε** νὰ εἴμαστε πάντα ἐλκυστικοί, χαμογελαστοὶ καὶ νὰ δείχνουμε μεγάλο ἐνδιαφέρον γιὰ τὸν ἄλλον. **Ἔτσι** κάνουμε τὸ λάθος νὰ **ἐξιδανικεύουμε** τοὺς συζύγους μας καὶ νὰ περιμένουμε ἀπὸ αὐτοὺς, ὅτι πάντοτε θὰ εἶναι τέλειοι καὶ ἀψεγάδιαστοι.

Τὰ προβλήματα ξεκινοῦν ἀπὸ τὴν στιγμή ποῦ ἡ ἀλληλεπίδραση μέσα στὸ ἀνδρόγυνο παύει νὰ εἶναι τὸ ἴδιο ἀληθινὴ καὶ ἡ ἀρχικὴ σπῖθα καὶ ὁ ἐνθουσιασμὸς ὑποχωροῦν καὶ ἔρχονται στὴν ἐπιφάνεια οἱ πραγματικοὶ χαρακτήρες τῶν συζύγων.

Στὸ κείμενο αὐτὸ προτείνονται κάποιες βοηθητικὲς συμβουλές, προκειμένον νὰ διατηρηθῇ ἡ συζυγικὴ ἁρμονία στὸν Γάμο.

* * *

α. Νὰ εἴσθε ρεαλιστές.

• **Ἀποδεχθεῖτε** πῶς ὁ/ἡ σύζυγος σας ἔχει ἐλαττώματα ὅπως κάθε ἄνθρωπος. **Δὲν** πρέπει νὰ ἐξιδανικεύετε τὴν σχέση σας καὶ νὰ ἀναπτύσσετε ψευδεῖς προσδοκίες. **Ἄς** ἐπιδιώκετε νὰ βλέπετε τὴν **πραγματικότητα** καὶ δεῖξετε καὶ ἐσεῖς αὐτὸ ποῦ πραγματικὰ εἴσθε.

β. Νὰ χρησιμοποιεῖτε τὸν **διαλογο** γιὰ νὰ ἐκφράζετε τὶς ἰδέες, τὶς σκέψεις, τὶς ἀπόψεις, τὶς ἀνησυχίες σας. **Εἶναι** πολὺ ὑγιὲς νὰ δείχνετε ἐνδιαφέρον γιὰ τὸ τι συμβαίνει



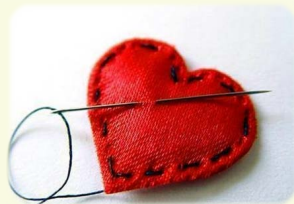
μέσα στὴν σχέση σας καὶ νὰ τὸ συζητᾶτε μετὰ τὸν/τὴν σύζυγό σας.

γ. Νὰ ἐκφράζετε τὰ συναισθηματὰ σας. **Ἡ** συχνὴ συναισθηματικὴ ἐπικοινωνία δυναμώνει τὴν σχέση.

δ. Μὴ ξεχνᾶτε τὸν σεβασμό.

● **Θ**ὰ πρέπει νὰ εἶσθε προσεκτικοὶ στὴν συμπεριφορὰ σας καὶ στὰ λόγια σας.

● **Π**ολλὲς φορές ἢ οἰκειότητα πού ἔχουμε μὲ τὸν / τὴν σύζυγό μας, μᾶς κάνει νὰ βάζουμε στὴν ἄκρη τὸν **σεβασμό**.



● **Μ**πορεῖ νὰ διαφωνεῖτε ἢ νὰ καβγαδίζετε γιὰ κάτι, ἀλλὰ **θὰ πρέπει νὰ βρεῖτε τὶς κατάλληλες λέξεις γιὰ νὰ ἐκφρασθεῖτε, ὥστε νὰ ἀποφευχθεῖ ἡ περίπτωση νὰ πληγώσετε ὁ ἓνας τὸν ἄλλον.**

ε. **Ν**ὰ ἀφιερώνετε **χρόνο** στὸν / στὴν σύζυγό σας καὶ νὰ ἔχετε μαζί του κάποιες **κοινὲς δραστηριότητες**.

● **Εἶναι ἀπαραίτητο γιὰ τὴν ἀνάπτυξη τῆς ἀγάπης καὶ τῆς οἰκειότητας νὰ κάνουμε, ὅτι μποροῦμε γιὰ νὰ ἀποφύγουμε τὴν **συναισθηματικὴ ἀποστασιοποίηση**.**

● **Κ**ρατῆστε στιγμὲς γιὰ ἑσᾶς, ἀλλὰ παράλληλα βρεῖτε καὶ στιγμὲς γιὰ νὰ περάσετε καλὰ μὲ τὸν / τὴν σύζυγό σας.

* * *

Εἶναι ἀλήθεια, ὅτι κάθε ἀνδρόγυνο εἶναι διαφορετικὸ καὶ εἶναι ἐπίσης βέβαιο, ὅτι δὲν **ὑπάρχουν καθολικὲς φόρμουλες ἐπιτυχίας**, οἱ ὁποῖες ἰσχύουν γιὰ ὅλους μας.

● **Ὡστόσο**, οἱ συμβουλὲς αὐτὲς μποροῦν νὰ ἀποτελέσουν τὴν βάση γιὰ τὸ δικό σας σχέδιο διατήρησης τῆς ἀρμονίας στὴν συζυγικὴ σχέση σας, μὲ τὴν βοήθεια πάντοτε τοῦ Θεοῦ, τὴν στήριξη τοῦ Πνευματικοῦ Σας καὶ τὴν Προσευχή.

■ **Η** ἀγάπη εἶναι μία **κοινὴ ἐμπειρία** ἀνάμεσα σὲ δύο πρόσωπα, ἀλλὰ τὸ γεγονός, ὅτι εἶναι **κοινὴ ἐμπειρία** δὲν σημαίνει, ὅτι εἶναι **παρόμοια ἐμπειρία** γιὰ τὰ δύο πρόσωπα πού ἐμπλέκονται.

(*) Βλ. <http://www.tokleidi.com/2014/02/kleidia-gia-ti-diatirisi-tis-armonias-sti-sxesi/> ● Ἐπιμέλ. ἡμετ.



Συνάξεις Γονέων

ΙΕΡΑΣ ΜΗΤΡΟΠΟΛΕΩΣ
ΩΡΩΠΟΥ ΚΑΙ ΦΥΛΗΣ

Ίερά Μητρόπολις Ώρωπού και Φυλής

Λεωφ. Φυλής 44 (Δημοτική Ένότης Φυλής)

Άριθμ. Τηλεφ.: 210 2487388 και 6976 816971

Fax: 210 2487389

E-mail: mitropolis-orfyl@hsir.org

• Οι «Συνάξεις Γονέων» σέ video: www.hsir.org/Publications_el/VideoSeriesC.html