

## Μεγάλη Σαρακοστή

Πώς θα ζήσουμε τη Σαρακοστή:

**α) Με μετάνοια:** Καλούμαστε να αλλάξουμε τον τρόπο ζωής μας. Να ασχοληθούμε με την ψυχή μας, να αγωνιστούμε, να τρέξουμε στον Πνευματικό μας.

**β) Με νηστεία:** Νηστεία ορισμένων τροφών, η οποία όμως βοηθάει και την ψυχή να νηστεύει από τα πάθη. Νηστεία όμως και σε κάποιες άσχημες συνήθειές μας.

**γ) Με συμμετοχή στις ακολουθίες:** Οι ακολουθίες δημιουργούν βαθύτατα βιώματα, συγκινούν, συγκλονίζουν τις ψυχές. Δημιουργούν κατάνυξη και ατμόσφαιρα προσευχής.

**Να ζήσουμε άγια τη Μεγάλη Σαρακοστή,  
όπως θέλει ο Θεός!**

## Μεγάλη Σαρακοστή

Πώς θα ζήσουμε τη Σαρακοστή:

**α) Με μετάνοια:** Καλούμαστε να αλλάξουμε τον τρόπο ζωής μας. Να ασχοληθούμε με την ψυχή μας, να αγωνιστούμε, να τρέξουμε στον Πνευματικό μας.

**β) Με νηστεία:** Νηστεία ορισμένων τροφών, η οποία όμως βοηθάει και την ψυχή να νηστεύει από τα πάθη. Νηστεία όμως και σε κάποιες άσχημες συνήθειές μας.

**γ) Με συμμετοχή στις ακολουθίες:** Οι ακολουθίες δημιουργούν βαθύτατα βιώματα, συγκινούν, συγκλονίζουν τις ψυχές. Δημιουργούν κατάνυξη και ατμόσφαιρα προσευχής.

**Να ζήσουμε άγια τη Μεγάλη Σαρακοστή,  
όπως θέλει ο Θεός!**

## Μεγάλη Σαρακοστή

Πώς θα ζήσουμε τη Σαρακοστή:

**α) Με μετάνοια:** Καλούμαστε να αλλάξουμε τον τρόπο ζωής μας. Να ασχοληθούμε με την ψυχή μας, να αγωνιστούμε, να τρέξουμε στον Πνευματικό μας.

**β) Με νηστεία:** Νηστεία ορισμένων τροφών, η οποία όμως βοηθάει και την ψυχή να νηστεύει από τα πάθη. Νηστεία όμως και σε κάποιες άσχημες συνήθειές μας.

**γ) Με συμμετοχή στις ακολουθίες:** Οι ακολουθίες δημιουργούν βαθύτατα βιώματα, συγκινούν, συγκλονίζουν τις ψυχές. Δημιουργούν κατάνυξη και ατμόσφαιρα προσευχής.

**Να ζήσουμε άγια τη Μεγάλη Σαρακοστή,  
όπως θέλει ο Θεός!**

## Μεγάλη Σαρακοστή

Πώς θα ζήσουμε τη Σαρακοστή:

**α) Με μετάνοια:** Καλούμαστε να αλλάξουμε τον τρόπο ζωής μας. Να ασχοληθούμε με την ψυχή μας, να αγωνιστούμε, να τρέξουμε στον Πνευματικό μας.

**β) Με νηστεία:** Νηστεία ορισμένων τροφών, η οποία όμως βοηθάει και την ψυχή να νηστεύει από τα πάθη. Νηστεία όμως και σε κάποιες άσχημες συνήθειές μας.

**γ) Με συμμετοχή στις ακολουθίες:** Οι ακολουθίες δημιουργούν βαθύτατα βιώματα, συγκινούν, συγκλονίζουν τις ψυχές. Δημιουργούν κατάνυξη και ατμόσφαιρα προσευχής.

**Να ζήσουμε άγια τη Μεγάλη Σαρακοστή,  
όπως θέλει ο Θεός!**