



Η ΝΗΣΤΕΙΑ

- Έχετε πάει παιδιά ποτέ σε γενέθλια ή σε κάποια γιορτή; (...)
- Πριν πάτε, τι κάνετε για να προετοιμαστείτε;
- Παίρνετε ένα δώρο για αυτόν που σας κάλεσε, ντύνεστε με τα καλά σας ρούχα κτλ. Σε λίγες μέρες παιδιά θα έχουμε και στην Εκκλησία μας μια μεγάλη γιορτή! Θα γιορτάσουμε το Πάσχα!
- Πώς θα προετοιμαστούμε για αυτήν τη γιορτή;
- Θα βάψουμε κόκκινα αυγά, θα βάλουμε τα καλά μας ρούχα, θα πάρουμε τη λαμπάδα μας και θα πάμε στην Εκκλησία. Οι μεγάλοι επίσης προετοιμάζονται έχοντας νηστέψει κάποιες μέρες πριν το Πάσχα. Ίσως και κάποιοι από εσάς να έχουν νηστέψει έστω και λίγο κάποια φορά.
- Ξέρετε όμως τι είναι η νηστεία;
- Νηστεύω σημαίνει δεν τρώω για μερικές μέρες κάποια φαγητά: κρέας (και κοτόπουλο), ψάρι, γάλα, αυγό, γιαούρτι, τυρί και ό,τι άλλο γίνεται με αυτά τα υλικά (όπως τυρόπιτες, σουβλάκια, σοκολάτες...)

Η Εκκλησία μας λέει να νηστεύουμε συγκεκριμένες μέρες το χρόνο. Οι κυριότερες είναι:

- Κάθε Τετάρτη και Παρασκευή για να θυμόμαστε ότι προδώσανε και σταυρώσανε τον Χριστό.
- 15 μέρες πριν από την Κοίμηση της Παναγίας, στις 15 Αυγούστου.
- 40 μέρες πριν από το Πάσχα και τα Χριστούγεννα, γι' αυτό και τις μέρες αυτές τις λέμε "Σαρακοστή".

Θα μου πείτε τώρα: «μα τι σχέση έχει η νηστεία που κάνουμε με τη γιορτή που λέγαμε;»

Έχει γιατί μας προετοιμάζει να γιορτάσουμε πιο έντονα και πιο ωραία. Σκέφτομαι για παράδειγμα, «να μη φάω σοκολάτα, γιατί θα γιορτάσω το Πάσχα», κι έτσι θα θυμάμαι κάθε μέρα το Πάσχα και θα το περιμένω με αγωνία και χαρά! Με βοηθάει να σκέφτομαι πιο πολύ τον Θεό και να προσεύχομαι πιο εύκολα. Με βοηθάει να εκτιμώ και να σέβομαι πιο πολύ τα «ωραία» φαγητά και να λέω «δόξα τω Θεώ» που μπορώ και τα χαίρομαι.

Και ξέρετε κάτι ακόμα; Με τη νηστεία γίνομαι πιο «δυνατός»! Αν μάθω να λέω «όχι» στο σουβλάκι ή τη σοκολάτα για λίγες μέρες, θα μάθω πιο εύκολα να λέω «όχι» σε πιο δύσκολα πράγματα, στον θυμό, ή στη ζήλεια κτλ.

Θα σας δείξω και τη ζωγραφιά που θα ζωγραφίσουμε σήμερα. Είναι μια παράξενη κυρία. Τη λένε «κυρά Σαρακοστή». Για δείτε: Δεν έχει στόμα επειδή νηστεύει και επειδή προσέχει να μη μιλάει. Δεν έχει αφτιά γιατί δεν ακούει. Έχει χέρια σταυρωμένα γιατί προσεύχεται και έχει 7 πόδια γιατί τόσες είναι οι εβδομάδες μέχρι το Πάσχα. Είναι δηλαδή σαν ημερολόγιο. Κάθε Σάββατο θα κόβουμε ένα ποδαράκι κι έτσι θα ξέρουμε πότε θα έρθει το Πάσχα.