



Η ΚΥΡΑ ΣΑΡΑΚΟΣΤΗ

Σαρακοστή λέμε τις σαράντα ημέρες πριν από το Πάσχα.

Αυτές τις ημέρες νηστεύουμε, για να μιμηθούμε τη νηστεία που έκανε ο Χριστός στην έρημο.

Έτσι επειδή παλιά δεν είχαν τα σημερινά ημερολόγια για να μετρούν τις 40 ημέρες της νηστείας, έφτιαχναν ένα μετρητάρι. Έπαιρναν ένα χαρτί και ζωγράφιζαν μια καλόγρια, την κυρά Σαρακοστή. Στόμα δεν της έβαζαν, γιατί κρατούσε νηστεία, τα χέρια της ήταν σταυρωμένα από τις προσευχές και είχε επτά πόδια, ένα για κάθε εβδομάδα της Σαρακοστής.

Κάθε Σάββατο της έκοβαν ένα πόδι. Το τελευταίο πόδι το κόβανε το Μεγάλο Σάββατο.

Καθαρή Δευτέρα

ήρθε η Καθαρή Δευτέρα
ήρθε η Σαρακοστή
για να φάμε τη λαγάνα
έξω εκεί στην εξοχή.
Με κλαρίνα και με ντέφια
με λαούτα και βιολιά
θα χορέψουμε παρέα
νέοι γέροι και παιδιά.
Με νηστίσιμα και γλέντι
με χαρταετό ασημί,
θα περάσει τούτη η μέρα
πρώτη στη Σαρακοστή.



Την **Καθαρή Δευτέρα** οι άνθρωποι ξεχνούνται στην εξοχή, πετάνε χαρταετούς, τρώνε νηστίσιμα – όπως τα θαλασσινά, τις ελιές, τον ταραμά, το χαλβά - και φυσικά λαγάνα.

Τη λέμε **Καθαρή Δευτέρα**, γιατί σε πιο παλιές εποχές τη μέρα αυτή οι νοικοκυρές καθάριζαν τα μαγειρικά τους σκεύη από τα λίπη. Λόγω της νηστείας δεν θα ζαναμαγείρευαν κρέας μέχρι την **Κυριακή του Πάσχα**.

Η **Μεγάλη Σαρακοστή** ξεκινά από την **Καθαρή Δευτέρα** και τελειώνει το βράδυ του **Μεγάλου Σαββάτου**.



Τον καιρό που δεν υπήρχαν ημερολόγια οι άνθρωποι είχαν βρει έναν άλλο τρόπο για να μετρούν τις 49 μέρες πριν από το Πάσχα, που διαρκούσε η Μεγάλη Σαρακοστή. Έπαιρναν μια κόλλα χαρτί και σχεδίαζαν μια γυναίκα σαν καλόγρια αλλά με επτά πόδια. Στο τέλος κάθε εβδομάδας, το Σάββατο, έκοβαν και από ένα πόδι. Το τελευταίο πόδι το έκοβαν το Μεγάλο Σάββατο, το έβαζαν σ' ένα ξερό σύκο ή καρύδι κι όποιος το έβρισκε του 'φερνε γούρι. Επίσης η Κυρά Σαρακοστή αναπαρίσταται με τα χέρια σταυρωμένα (λόγω ότι η Σαρακοστή είναι περίοδος προσευχής) και χωρίς στόμα (λόγω της νηστείας).

Η **Σαρακοστή** είναι μια μεγάλη περίοδος νηστεία της Χριστιανικής Εκκλησίας. Μας προετοιμάζει να δεχτούμε με καθαρή καρδιά τα **Πάθη** και την **Ανάσταση του Χριστού**.

Οι άνθρωποι νηστεύουν όχι μόνο από το κρέας αλλά και τα γαλακτερά και τα αυγά.