

## **Ποια πρέπει να είναι η προετοιμασία της Θείας Κοινωνίας για παιδιά έως και 12 ετών;**

Κατ' αρχήν πρέπει να τονίσουμε ότι είναι αρχαιότατος θεσμός της Εκκλησίας μας η συμμετοχή και των παιδιών στη Θεία Κοινωνία, από της ημέρας της Βαπτίσεώς τους, όπως αποδεικνύεται και από την Εκκλησιαστική γραμματεία των πρώτων αιώνων. Αξίζει να παραθέσουμε την σχετική αναφορά των Αποστολικών Διαταγών για την Θεία Κοινωνία των νηπίων και των παιδιών. «Και μετά τούτο μεταλαμβάνετω ο επίσκοπος, έπειτα οι πρεσβύτεροι και οι διάκονοι και οι υποδιάκονοι και οι αναγνώσται και οι ψάλται και οι ασκηταί και εν ταις γυναιξίν αι διάκονοι και αι παρθένοι και αι χήραι, είτα τα παιδιά και τότε πας ολκός κατά ταξιν μετά αιδούς και ευλαβείας άνευ θορύβου» (ΒΕΠ, τόμ. 2, VIII, 14, 158).

Τον πρώτο λόγο περί της νηστείας και προετοιμασίας των παιδιών για την Θεία Κοινωνία βέβαια την έχει ο πνευματικός τους Πατέρας. Αυτός γνωρίζει την ψυχική και πνευματική τους κατάσταση, την δεκτικότητα και αντοχή ενός παιδιού το οποίο και εξομολογεί. Σε αυτόν πρωτίστως πρέπει να απευθύνονται οι γονείς για την προετοιμασία των παιδιών τους.

Αξίζει εδώ να τονίσουμε ότι νηστεία για τα παιδιά, και για όλους μας, δεν είναι μόνο η αποχή από τροφές αλλά κατά βάση η εγκράτεια, γι' αυτό όποιος νηστεύει χωρίς να εγκρατεύεται είναι άσκοπο από πνευματικής πλευράς. Κατά συνέπεια πρέπει από πολύ νωρίς να μάθουμε σε ένα παιδί να εγκρατεύεται και από τροφές (όχι βέβαια αυστηρά) αλλά και από τα θέλω του. Π.χ. να το μάθουμε να μπορεί να αναβάλει έστω και για λίγο μια επιθυμία του, που

συνήθως θέλει να ικανοποιήσει εδώ και τώρα. Αυτό πρέπει να το έχουν υπόψη οι γονείς από πολύ νωρίς και να το εμπνεύσουν στο παιδί με τέχνη και όχι με καταναγκασμό.

Μεγάλη αξία έχει για τα παιδιά και ο παραδειγματισμός. Όταν το παιδί θα δει τους γονείς του να νηστεύουν και τους ρωτήσει γιατί το κάνουν, εκείνοι θα του δώσουν να καταλάβει το νόημα της νηστείας με απλά λόγια και έτσι θα θελήσει και το παιδί να τους μιμηθεί για να δείξει ότι και αυτό μεγάλωσε.