

Μαθήματα ... ζωής, οικονομίας και ... οικολογίας από τα Τζουμέρκα

Λαμπρινή Αρ. Στάμου

Φιλολόγος, lampstamou@sch.gr

Περίληψη: Με ποιο τρόπο οι κάτοικοι των Τζουμέρκων, μιας από τις φτωχότερες περιοχές της Ευρώπης, κατάφεραν να επιβιώσουν σε παλιότερες και πολύ δύσκολες εποχές; Είχαν ιδιαίτερους τρόπους διαχείρισης του περιβάλλοντος και των προϊόντων που παρήγαγαν; Μπορούν αυτοί οι τρόποι να μας «μιλήσουν» σήμερα; Να σκαλίσουμε τις κασέλες και τα κατώγια και να αποκαλύψουμε ξεχασμένα μυστικά; Μήπως ήρθε η ώρα να μας δείξουν οι πρόγονοι «τα μαγικά τους κόλπα» τα οποία τους κράτησαν στη ζωή και τους οδήγησαν στην προκοπή και την πρόοδο; Μήπως μπορούν να μας δώσουν μια πυξίδα, έναν χάρτη, πάνω στον οποίο να χαράξουμε μια πορεία για το μέλλον, αντλώντας μαθήματα από το παρελθόν.

Μεγαλόπρεπα όμορφος τόπος τα Τζουμέρκα! Πανύψηλες, αετόμορφες βουνοκορφές, ποτάμια με αδυσώπητες χαράδρες και χωριουδάκια διάσπαρτα μέσα στην καταπράσινη φύση. Εκεί βρήκαν καταφύγιο άνθρωποι κυνηγημένοι από τους Τούρκους, κτηνοτρόφοι που έβοσκαν τα ζώα τους αλλά και όσοι είχαν λεύτερη ψυχή και ένιωθαν πως αναπνέουν καλύτερα μακριά από τον πολύ κόσμο.



Εικόνα 1. Το ιστορικό γεφύρι της Πλάκας, το μεγαλύτερο μονότοξο των Βαλκανίων)

Η ζωή όμως, σ' αυτόν τον καταπληκτικής ομορφιάς τόπο, ήταν δύσκολη. Το έδαφος άγονο, σκληρό και πετρώδες δεν ευνοούσε τις καλλιέργειες. Είχε βέβαια αφθονία νερά και, γι' αυτό, οι άνθρωποι έκαναν φιλότιμες προσπάθειες να καλλιεργήσουν στο λιγιστό χώμα ό,τι τους ήταν απαραίτητο. Τα σπítια, στις παλιότερες εποχές, έπρεπε να είναι αυτάρκη, δεδομένου ότι δρόμοι δεν υπήρχαν, άρα ούτε συγκοινωνίες και προϊόντα δεν εισάγονταν, πλην ελαχίστων εξαιρέσεων, όσων έφταναν μέχρις εκεί, πάνω σε άλογα ή μουλάρια, με οδηγούς τους γνωστούς αγωγιάτες και αυτά ήταν συνήθως αλάτι, πετρέλαιο, λάδι, ρύζι, σαπούνι και σπανίως άλλα τρόφιμα ή είδη πρώτης ανάγκης.

Οι κάτοικοι των χωριών αυτών πάλευαν καθημερινά με τις ανάγκες τους και διαχειρίζονταν πάντα το λίγο, που κατάφερναν να εξοικονομήσουν, με τον καλύτερο δυνατό τρόπο. Δεν γνώριζαν οι Τζουμερκιώτες το περίσσιο. Δεν ήξεραν τι σημαίνει αφθονία. Φρόντιζαν όμως το κάθε τι να το χρησιμοποιούν με σύνεση και να μην αφήνουν τίποτα να πάει χαμένο. Ήταν καλοί νοικοκύρηδες και μεριμνούσαν από το καλοκαίρι να αποθηκεύουν, όπως τα μυρμήγκια, ό,τι θα τους ήταν απαραίτητο τους πολύμηνους σκληρούς χειμώνες. Μ' αυτόν τον τρόπο κατάφερναν να φαίνονται τα σπítια τους πλούσια, πλήρη, και πολύ φιλόξενα, σ' όποιον τους επισκεπτόταν!

Το χειμώνα, εξ αιτίας των καιρικών συνθηκών, ήταν φυσικό οι εξωτερικές εργασίες να περιορίζονται. Το εσωτερικό όμως του κάθε σπιτιού ήταν ένα αέναο εργαστήριο. Οι γηραιότερες γυναίκες έγνεθαν το μαλλί- η διαδικασία επεξεργασίας του



Εικόνα 2. Η Άγναντα Άρτας την Άνοιξη

οποίου γινόταν αποκλειστικά στο σπίτι (πλύσιμο, γράνισμο¹, λανάρισμα, γνέσιμο)- και έπλεκαν ρούχα ή κάλτσες.

Οι νεότερες ασχολούνταν με τα παιδιά, τα ζώα, το νοικοκυριό, έπλεκαν, κεντούσαν, έραβαν (σπάνια καινούρια ρούχα, τις περισσότερες φορές επιδίδονταν στη μεταποίηση των παλιότερων και στην προσαρμογή τους στις αναλογίες των μικρότερων μελών της οικογένειας) και, αν ο αργαλειός δεν ήταν σε μέρος του σπιτιού πολύ παγωμένο, ύφαιναν, ετοιμάζοντας την απαραίτητη προίκα για το γάμο των κοριτσιών.

Η αναφορά σε μεγαλύτερες και νεότερες γυναίκες, οφείλεται στο γεγονός ότι παλιότερα η οικογένεια συμπεριελάμβανε παππούδες, γιαγιάδες, παντρεμένα παιδιά με τις οικογένειές τους και ανύπαντρα παιδιά. Δεν είχε το χαρακτήρα της πυρηνικής οικογένειας που γνωρίζουμε τα τελευταία χρόνια.

Οι ατελείωτες νύχτες έδιναν την ευκαιρία στους γείτονες να μαζευτούν σε κάποιο σπίτι, με αφορμή τα ξεφλουδίσματα του καλαμποκιού, την απόσταξη του τσίπουρου, γιορτές ή και χωρίς ιδιαίτερο λόγο αλλά με τα εργόχειρά τους οι γυναίκες, να κάνουν τα περιβόητα «νυχτέρια», όπου με καλή διάθεση, με λίγο τσίπουρο και ξηρούς καρπούς ή αποξηραμένα φρούτα, με τα νέα του χωριού, τα παραμύθια και τους θρύλους από το στόμα των μεγαλύτερων, καθώς και με τις απαραίτητες ιστορίες για στοιχειωμένους τόπους ή φαντάσματα, περνούσε η νύχτα ευχάριστα, έκαναν την «ψυχοθεραπεία τους» και διασκεδάζαν έτσι τη φτώχεια τους, την οποία βέβαια δεν αντιλαμβάνονταν έντονα, αφού όλοι ζούσαν στις ίδιες σχεδόν συνθήκες, με μικρές διαφορές και έτσι ήταν «πλούσιοι» και ευχαριστημένοι.

Οι δουλειές, κυρίως των γυναικών, στα Τζουμέρκα δεν σταματούσαν ποτέ. Χειμώνα καλοκαίρι-άσβεστη λυχνία- η φωτιά έπρεπε να καίει για το μαγείρεμα και για τη ζεστασιά, για τη μπουγάδα και για το μπάνιο. Τα ξύλα έφταναν στα σπίτια, στην καλύτερη περίπτωση πάνω σε άλογα, μουλάρια ή γαϊδούρια, στη χειρότερη και πλέον συνηθισμένη, πάνω στη ράχη των γυναικών.

Αξημέρωτα, λοιπόν, όταν το επέτρεπε ο καιρός, ξεκινούσαν μεμονωμένα οι γυναίκες ή και κατά ομάδες προς τα κοντινότερα δάση, να μαζέψουν ή και να κόψουν ξερά κλαδιά δέντρων και να τα μεταφέρουν στα σπίτια τους. Πολλές φορές έφεραν δύο «βαστάματα», φορτία δηλαδή, πριν ανατείλει ο ήλιος.

Οι άνδρες αναλάμβαναν το δύσκολο έργο να κόψουν, με πρωτόγονα πριόνια, τεράστια δέντρα και να τα στοιβάξουν σε μέρη, που θα ήταν πιο εύκολη η πρόσβαση υποζυγίων ή των γυναικών, για τη μεταφορά τους.

Σε κάθε αυλή αντίκριζε κανείς τοποθετημένα προσεκτικά, «κτισμένα» σχεδόν τα ξύλα της χρονιάς, τη γνωστή «στοιβανιά», το μέγεθος της οποίας ήταν ένα από τα κριτήρια για την προκοπή των νοικοκυραίων!

1 Άνοιγμα και καθάρισμα (ξεμπέρδεμα) του μαλλιού

Η συνεχής υλοτόμηση αποτελούσε βέβαια υπαρκτό κίνδυνο για τη ζωή των δασών. Σε αυτό βοηθούσε και, η βόσκηση των πολλών ζώων μέσα στα δάση, η οποία κατέστρεφε τα νεαρά φυτά. Επιπλέον, η καταστροφή δασικών εκτάσεων-κυρίως την περίοδο της κατοχής-για να χρησιμοποιηθούν ως καλλιεργήσιμες γαίες, αύξησε τον κίνδυνο. Όμως, φωτιά σε δάσος δεν είχε υπάρξει στην περιοχή!

Οι κάτοικοι ήξεραν ποια δέντρα έπρεπε να κόψουν, αποφεύγοντας την καταστροφή των νέων και υγιών δέντρων. Το δασαρχείο της περιοχής έκανε έντονα αισθητή την παρουσία του και ήταν ο φόβος και ο τρόμος των κατοίκων! Έτσι τα δάση, εν πολλοίς, κατάφεραν να διατηρηθούν

Τα ζωντανά ήθελαν τροφή, κλαδιά δέντρων (έλατο, κουμαριά, πουρνάρι κ.λ.π.) για να τρώνε στο στάβλο τις μέρες που ήταν αδύνατο, λόγω καταρρακτώδους βροχής ή χιονιού, να βγουν για βοσκή. Και αυτή ήταν μια επιπλέον φροντίδα των γυναικών. Τα κλαδιά τα κουβαλούσαν στην πλάτη τους από το δάσος και αυτά που έμεναν, αφού έτρωγαν τα φύλλα τους τα ζώα, τα χρησιμοποιούσαν, όταν ξεραίνονταν, ως προσανάμματα για τη φωτιά.

Και, ενώ οι χειμώνες ήταν περίοδοι ανάπαυλας και σχετικής ξεκούρασης-εκ των καιρικών συνθηκών-, μόλις ερχόταν η Άνοιξη, τα πράγματα άλλαζαν. Μετά τις πρώτες μέρες σχετικής ηλιοφάνειας, έβγαιναν όλοι στα χωράφια, να τα καθαρί-



Εικόνα 3. Γιαγιά που-εκτός από το βάρος των χρόνων της- κουβαλάει κλαδιά έλατου, για να ταΐσει τα ζώα

σουν, καίγοντας ό,τι είχε μείνει από το Φθινόπωρο και να αρχίσουν τις προετοιμασίες για τις ανοιξιάτικες σπορές. Παντού κυριαρχούσε η μυρουδιά του καμένου, η οποία όμως δημιουργούσε συναισθήματα ψυχικής ανάτασης και προσμονής, γιατί μύριζε Άνοιξη!

Οι επόμενοι μήνες, ήταν μήνες σκληρής δουλειάς, κυρίως των γυναικών, ιδιαίτερα, όταν οι άνδρες ταξίδευαν ως κτίστες στα διάφορα μέρη της Ελλάδας και ως εκ τούτου, αναχωρούσαν από την οικογενειακή εστία στις αρχές της Άνοιξης και επέστρεφαν προχωρημένο Φθινόπωρο.

Έσπερναν καλαμπόκι, λιγότερο σιτάρι, φασόλια, κουκιά, φακές, μπιζέλια, ρεβύθια (τα οποία ήταν μια ξεχωριστή λιχουδιά, όταν τρώγονταν φρέσκα, ωμά, αφαιρώντας τους το περικόρπιο), τριφύλλι για ζωοτροφή, καθώς και κριθάρι, ρόβι, βίκο και λούπινα (τα οποία στην κατοχή, λόγω έλλειψης σιταριού και καλαμποκιού, μετά από σχετική επεξεργασία, άλεθαν και έκαναν αλεύρι, με το οποίο ζύμωναν ψωμί με στυφή και υπόπικρη γεύση).

Τα φύλλα του καλαμποκιού και τα άχυρα των δημητριακών χρησιμοποιούνταν επίσης ως ζωοτροφή.

Στους κήπους φύτευαν κρεμμύδια, πατάτες, σκόρδα, πράσα, λάχανα (λάπατα, σέσκουλα, λιγότερο το σπανάκι, μακεδονήσι²,μοσχοσίτερο³, μαρούλια) κολοκύθια, ντομάτες, πιπεριές.



Εικόνα 4. Όλοι μαζί στο σκάλισμα...

2 μαϊντανός

3 Φυτό με έντονη μυρωδιά, που χρησιμοποιείται και στον παστρουμά.

Όλα απαιτούσαν συγκεκριμένη εποχή σποράς, πότισμα, σκάλισμα και συγκομιδή στην ώρα τους.

Τα άγρια χόρτα δε, που μάζευαν, κάποιες εποχές που ήταν τρυφερά, οι γυναίκες, έρχονταν επικουρικά να συμπληρώσουν τα κενά της διατροφής τους και να «εμπλουτίσουν» την ποικιλία της!

Πολλά από τα ζαρζαβατικά τρώγονταν φρέσκα, όπως: φασολάκια, κουκιά, μπιζέλια, κολοκυθάκια, ντομάτες, πιπεριές. Όμως, μέρος της συγκομιδής πολλών προϊόντων, έπρεπε να ωριμάσει, να ξεραθεί και να αποθηκευτεί για το χειμώνα.

Άφηναν, λοιπόν κάποια κολοκύθια να μεγαλώσουν πολύ, να κιτρινίσουν και να τα κρατήσουν για τις χειμωνιάτικες πίτες τους. Το ίδιο γινόταν με τα κουκιά και τα φασόλια, τα οποία έμεναν πάνω στο φυτό να ξεραθούν, μετά τα μάζευαν, τους αφαιρούσαν το περίβλημα (τα ξεσπύριζαν) και τα άπλωναν στον ήλιο να στεγνώσουν εντελώς. Κατόπιν τα έβαζαν σε πάνινα σακουλάκια και τα αποθήκευαν. Μερικά, συνήθως τα «μπαρμπούνια» τα μάζευαν, όσο ακόμη το περίβλημά τους ήταν χλωρό, τα περνούσαν σε χοντρή κλωστή, τα κρεμούσαν σε ευάερο μέρος και το χειμώνα τα μαγείρευαν, συνήθως στο φούρνο ή στη γάστρα με τη φλούδα τους, αφού τα μούλιαζαν αρκετές ώρες στο νερό, για να μαλακώσουν.

Οι ντομάτες τρώγονταν φρέσκες, ωστόσο η παραγωγή τους ήταν ελάχιστη, γι' αυτό πολύ λίγες νοικοκυρές έκαναν πελτέ για το χειμώνα. Τις Φθινοπωριάτικες, που λόγω κρύου δεν προλάβαιναν να ωριμάσουν, τις έκαναν τουρσί.

Πιπεριές καλλιεργούσαν συνήθως κόκκινες καυτερές ή και γλυκές, και όσες δεν κατανάλωναν φρέσκες, τις ξέραιναν, τις άλεθαν κι έκαναν το γλυκό και το καυτερό πιπέρι.

Τα φρέσκα κρεμμυδάκια ήταν απαραίτητα για τις «λαχανόπιτες» –έτσι λένε στα Τζουμέρκα τις χορτόπιτες–, τρώγονταν όμως και ωμά με ψωμάκι ή συνοδεύοντας φασολάδα ή άλλο φαγητό.

Τα ξερά τα αποθήκευαν, φτιάχνοντάς τα πλεξούδες, τις «αρμάθες», όπως και τα σκόρδα, όσα δεν καταναλώνονταν φρέσκα, πράγμα που συνήθως απέφευγαν, για να έχουν και τους χειμωνιάτικους μήνες τρόφιμα. Πολλές φορές χρησιμοποιούσαν τα κρεμμύδια και ως γιατροσόφι (βρασμένα ή ψητά πάνω σε πληγές ή φλεγμονές), το δε σκόρδο το έτριβαν πάνω σε τσιμπήματα σφήκας ή μέλισσας!

Φρούτα έτρωγαν μόνον όσα ευδοκίμούσαν στην περιοχή και όσα απέμεναν από τις λαίμαργες διαθέσεις των πτηνών και των εντόμων (χρυσομυγών, σφηκών, μελισσών)

Αγριοφράουλες (χαμοκέρασα) έψαχναν τα παιδάκια στα μέρη που φύτρωναν, οι οποίες είχαν την όψη μικροσκοπικής φράουλας αλλά με θεσπέσιο άρωμα.

Τα βατόμουρα επίσης ήταν μια καλή λιχουδιά, την οποία γεύονταν, όπου εύρισκαν, αφού οι βατομουριές φύτρωναν εν αφθονία και δεν ανήκαν σε κανέναν.



Εικόνα 5.

Τα κεράσια ήταν εξαιρετικό φρούτο και στόχος των πιτσιρικάδων, οι οποίοι προσπαθούσαν να κλέψουν από τους γείτονες, όταν δεν είχαν δικά τους. Πολλοί ήταν εκείνοι που ξαγρυπνούσαν τις νύχτες για να προστατέψουν τους καρπούς των δέντρων τους.

Τρώγονταν τα κεράσια ολόφρεσκα, μόλις κατεβασμένα από το δέντρο και τα κοριτσάκια τα κρεμούσαν σαν σκουλαρίκια στα αυτιά τους, ωστόσο κάποια από αυτά θα γίνονταν γλυκό- αν κατάφερναν οι νοικοκυρές να εξασφαλίσουν την απαραίτητη ζάχαρη- το οποίο θα έκρυβαν ως επτασφράγιστο μυστικό, σε μέρος απρόσιτο στα παιδιά, για να «ξεντροπιάζονται» στους επισκέπτες- και κάποια τα ξέριαναν στον ήλιο, αφυδατώνονταν εντελώς και το χειμώνα ή τα έβραζαν, για να ενυδατωθούν και να τα φάνε, πίνοντας και το νερό στο οποίο είχαν βράσει ή τα έτρωγαν ξερά σαν σταφίδες.

Πολύ λιγότερες ήταν οι βυσσινιές και οι κρانيές και οι καρποί τους συνήθως γίνονταν λικέρ, εάν τους άφηναν για μέρες στον ήλιο, μέσα σε τσίπουρο, προσθέτοντας βέβαια την απαραίτητη ζάχαρη

Τα σ(υ)κάμ(ι)να ή μούρα ήταν ένα φρούτο, που το έτρωγαν αμέσως μόλις το έπαιρναν από το δέντρο.

Επειδή οι μουριές ήταν συνήθως τεράστιες, ανέβαινε κάποιος σ' αυτές και κουνούσε με δύναμη ένα-ένα τα κλαδιά, ενώ από κάτω άλλοι κρατούσαν απλωμένο ένα σεντόνι και μάζευαν τα ώριμα μούρα που έπεφταν.

Τα φρούτα που εν αφθονία υπήρχαν ήταν τα κορόμηλα, αφού οι κορομηλιές, όντας αυτοφυείς, βρίσκονταν στα πλέον απίθανα σημεία και δεν υπήρχε μεγάλη αντιζηλία μεταξύ πτηνών και ανθρώπων, εκτός από τις εποχές της μεγάλης πείνας!

Καρπούζια και πεπόνια, δεν καλλιεργούνταν στα Τζουμέρκα και μάλλον δεν ευδοκιμούν, ως εκ τούτου έγιναν γνωστά τα τελευταία εξήντα περίπου χρόνια, που έρχονται από μέρη στα οποία ευδοκιμούν.

Ροδάκινα, δαμάσκηνα, σπάνια, μήλα ελάχιστα.

Οι αχλαδιές ήταν λιγοστές, πιο συχνά συναντούσε κανείς τις αγριοαχλαδιές «γκορτσιές», οι οποίες έκαναν μικρούς στυφούς καρπούς. Έπρεπε να είναι πολύ ώριμοι για να φαγωθούν, και όσα «γκόρτσα» και αχλάδια δεν τρώγονταν, συγκεντρώνονταν, λιάζονταν και αποθηκεύονταν για το χειμώνα (και αυτοί βράζονταν, για να φαγωθούν).

Τα σύκα ήταν λαχταριστή λιχουδιά ανθρώπων και ζώων. Στις συκιές γινόταν πραγματική μάχη μεταξύ ανθρώπων, πτηνών, εντόμων, ακόμη και σκύλων, γιατί οι μελιστάλαχτοι καρποί ήταν ιδιαίτερα προσφιλείς!

Τα έτρωγαν φρέσκα, κατά κόρον, εξασφαλίζοντας έτσι, σε εποχές πείνας, το γεύμα τους. Επειδή όμως οι συκιές ήταν αρκετές, και, όταν ωρίμαζαν όλα μαζί, κινδύνευαν να πέσουν και να σαπίσουν στο έδαφος, τα μάζευαν, τα άνοιγαν και τα άπλωναν στον ήλιο. Όταν λιάζονταν αρκετά, τα ζεμάτιζαν σε νερό που χόχλαζε, και τα άφηναν να στεγνώσουν. Κατόπιν τα έκοβαν ψιλά κομματάκια και τα ζύμωναν με καρύδια και σουσάμι και έπλαθαν στρογγυλές μπαλίτσες σαν μπιφτέκια. Αυτές ήταν οι λεγόμενες σ(υ)κομαΐδες ή πασμάδες, αγαπημένος «μεζές» για τσίπουρο το χειμώνα αλλά και ιδιαίτερη λιχουδιά, γενικότερα..

Κάποιες ποικιλίες συκιάς κάνουν τα λεγόμενα «τσιοπελίσια» σύκα. Αυτά τα μάζευαν, τα άπλωναν επίσης στον ήλιο, και τα πίζαν ανάμεσα στα χέρια τους να πάρουν ένα πιο επίπεδο σχήμα. Όταν αποξηραίνονταν εντελώς, τα περνούσαν με βελόνα σε χοντρή κλωστή και τα κρεμούσαν. Είναι τα γνωστά σήμερα αποξηραμένα σύκα του εμπορίου, αλλά οι Τζουμερκιώτες τα ονομάζουν «Τσιοπέλες»

Τα σταφύλια ήταν επίσης ένα φρούτο με πολλές... επιλογές χρήσης!

Τα έτρωγαν φρέσκα, κομμένα από το κλήμα. Από κάποιες ποικιλίες τους έκαναν γλυκό του κουταλιού. Τα περισσότερα τα μάζευαν και τα πατούσαν για να βγάλουν έτσι το χυμό τους, ο οποίος στην αρχή είναι πολύ γλυκός «μούστος», στη συνέχεια, μετά από τις ζυμώσεις, γίνεται κρασί.

Ό,τι απέμεινε από το πάτημα (τα τσάμπουρα), συγκεντρωνόταν σε βαρέλια, παρέμεναν εκεί για λίγο καιρό και κατόπιν τα τοποθετούσαν σε αυτοσχέδιους αποστακτήρες «τα καζάνια» και έπαιρναν έτσι το πολύτιμο τσίπουρο!

Το τσίπουρο δεν ήταν μόνο δυνατό αλκοολούχο ποτό αλλά το χρησιμοποιούσαν και ως οινόπνευμα (απολυμαντικό, για εντριβές κ.λ.π.)

Γλυκό μούστο με ιδιαίτερο άρωμα αλλά και πολύ καλό τσίπουρο έκανε μια ποικιλία κλήματος, το οποίο ευδοκιμεί ιδιαίτερα στην περιοχή και λέγεται Ζαμπέλα.



Εικόνα 6. Δοκιμάζοντας το...προτοστάλαμα!⁴

Η απόσταξη του τσίπουρου στα Τζουμέρκα γίνεται χωρίς άλλες προσμίξεις (γλυκάνισο). Σε πολύ δύσκολες εποχές οι Τζουμερκιώτες εκτός από το τσίπουρο των σταφυλιών, έβγαζαν ένα είδος «τσίπουρου» από κούμαρα (κόκκινος στρογγυλός καρπός σε μέγεθος κερασιού από το θάμνο κουμαριά), μετά από απόσταξη.

Κάποιες ποικιλίες σταφυλιών, συνήθως αυτά που είχαν χοντρή φλούδα, τα κρεμούσαν με τα τσαμπιά τους εντός του σπιτιού και διατηρούνταν ως το χειμώνα.

Αγαπημένο φρούτο, ιδίως για τα παιδιά, ήταν και τα ρόδια, τα οποία επίσης κρατούσαν για το χειμώνα, κρεμώντας τα σε τσαμπιά.

Τα καρύδια ήταν μια πρόκληση για τις καλές νοικοκυρές, να καταφέρουν να τα πετύχουν την κατάλληλη στιγμή, πριν σκληρύνει το τσόφλι τους, για να κάνουν το χρονοβόρο και δύσκολο γλυκό του κουταλιού, το καρυδάκι.

Όσοι καρποί ωρίμαζαν, ραβδίζονταν από τους ιδιοκτήτες, γιατί οι καρυδιές γίνονταν τεράστια δέντρα, έπεφταν στο έδαφος κι έτσι τους μάζευαν.

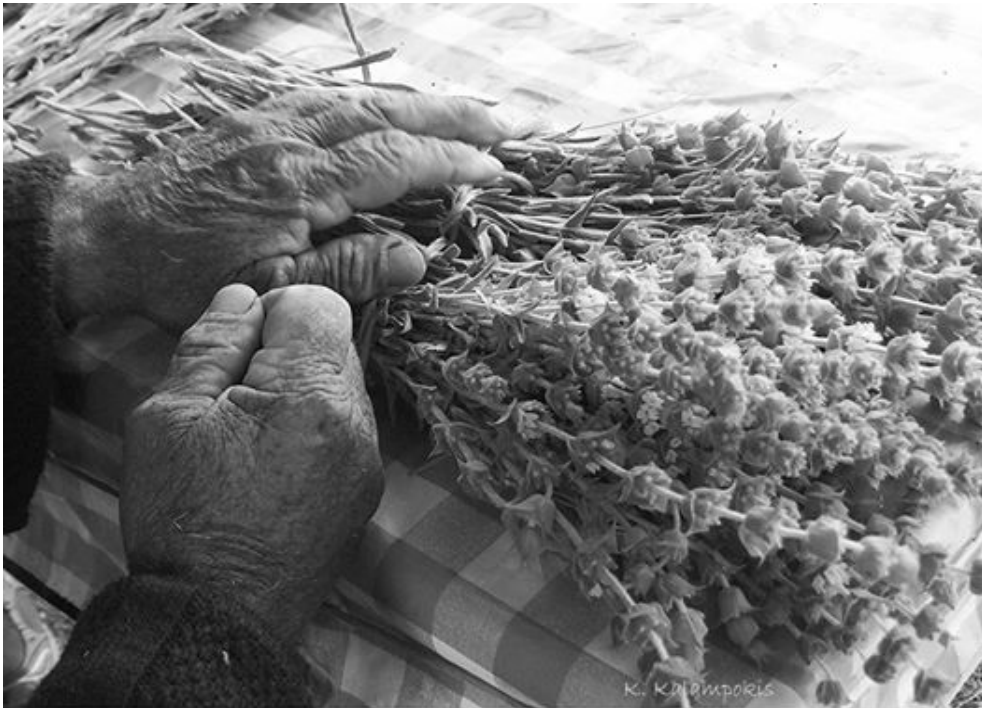
Αφαιρούσαν την εξωτερική μαλακή τους φλούδα και τους άπλωναν στον ήλιο. Όταν ξεραίνονταν αρκετά, μάζευαν τα καρύδια σε σακούλες για το χειμώνα και είτε τα έτρωγαν σκέτα, είτε τα χρησιμοποιούσαν σε γλυκά ή φαγητά, αρκετές φορές δε, γίνονταν πολύτιμο προσφάι⁵ με το λιγιστό τους ψωμάκι.

Αμύγδαλα και κάστανα συναντούσε σπάνια κανείς.

4 Οι πρώτες σταγόνες που πέφτουν, κατά την απόσταξη του τσίπουρου

5 Συνοδευτικό του ψωμιού

Κυδωνιές υπήρχαν αρκετές. Το κυδώνι είναι σκληρό και στυφό ακόμα και όταν είναι ώριμο. Έχει όμως ωραιότατο άρωμα και οι κασέλες και τα σεντούκια των γιαγιάδων μοσχοβολούσαν, γιατί εκεί έκρυβαν, όσα δεν καταναλώνονταν φρέσκα ή δε γίνονταν γλυκό. Το χειμώνα τα έτρωγαν κι ας είχαν μαραθεί αρκετά ή τα έψηναν με λίγη ζάχαρη.



Εικόνα 7. Μια «χειριά» τσάι του βουνού

Το καλοκαίρι, πάνω στον ανθό τους, μάζευαν το τσάι του βουνού, το χαμομήλι, τη ρίγανη, τη θρούμπι, τα φύλλα δάφνης και όποιο άλλο μυρωδικό φύτρωνε στην περιοχή τους. Το αποξηραίναν και το κρατούσαν για το χειμώνα.

Εκεί όμως που η ευρηματικότητά τους έφτανε στο αποκορύφωμά της ήταν στα γαλακτοκομικά προϊόντα. Σταγόνα δεν πήγαινε χαμένη. Το γάλα το έπιναν, αφού το έβραζαν πρώτα, αμέσως μετά το άρμεγμα. Βάζοντας ψωμάκι να μουλιάσει σε ζεστό γάλα έκαναν την «τρίψα», που ήταν ένα ωραίο πρωινό ή βραδινό φαγητό.

Το υπόλοιπο το συγκέντρωναν σε δοχείο, έβαζαν σ' αυτό λίγο ξινόγαλο και το γάλα γινόταν πηχτό (λέγεται κορφή). Τρωγόταν έτσι δροσερό και με όλη του την κρέμα, με ψωμί, όμως απέφευγαν να το ξοδέψουν σ' αυτή τη μορφή και περνούσαν στην επόμενη φάση. Έβαζαν το πηχτό γάλα σε ξύλινο κάδο και το χτυπούσαν αρκετή ώρα με ένα ξύλο με πεπλατυσμένη άκρη. Τότε ξεχώριζε πάνω –πάνω το βούτυρο και το αφαιρούσαν με ξύλινο, συνήθως, κουτάλι.

Το ολόφρεσκο βούτυρο ήταν εκπληκτική λιχουδιά, κυρίως πάνω σε ζεστό ψωμί, στις «καλές εποχές» δε, με λίγη ζάχαρη ή και με μέλι. Όμως κι αυτό δινόταν με φειδώ, συνήθως μόνο σε μικρά παιδιά ή σε αρρώστους, καθώς ήθελαν να το χρησιμοποιούν για μαγειρική χρήση, τους πολλούς μήνες που δεν είχαν γάλα τα ζωντανά τους, αφού το λαδάκι, όπως είναι φυσικό, ήταν δυσεύρετο, (γι' αυτό οι νοικοκυρές, το χρησιμοποιούσαν με φειδώ, βάζοντας ως εμπόδιο μπροστά στο στόμιο της φιάλης το δάκτυλό τους!)

Αλάτιζαν, λοιπόν, αρκετά το βούτυρο για να μην αλλιοωθεί και το συγκέντρωναν σε δοχείο. Όταν το δοχείο γέμιζε, το έβαζαν σε κατσαρόλα και το έβραζαν μαζί με διάφορα μυρωδικά. Κατόπιν το άφηναν να «κατακάτσει» και ανέβαινε στην επιφάνεια, διαυγές το λειωμένο βούτυρο, με το οποίο, όσο ήταν ακόμη ζεστό και ρευστό, γέμιζαν γυάλινα ή πήλινα δοχεία και τα αποθήκευαν, ενώ στο δοχείο στο οποίο έβρασε, έμενε ένα κατακάθι πολύ αλμυρό (η ζιούρα), την οποία χρησιμοποιούσαν για να τηγανίσουν αυγά συνήθως, ή την έβαζαν σε πίτες, οι οποίες μωσχοβολούσαν.

Το λειωμένο βούτυρο διατηρούνταν αναλλοίωτο για πολύ καιρό και χρησιμοποιούνταν στο μαγείρεμα.

Το γάλα που έμενε μετά την εξαγωγή του βουτύρου, ήταν το ξινόγαλο. Το έπιναν δροσερό ή το έτρωγαν μουλιάζοντας σ' αυτό ψωμί. Επίσης έφτιαχναν την ξινογαλόπιτα (γρήγορη πίτα με ξινόγαλο, αλεύρι, αυγά και τυρί)

Όμως, πολλές φορές έβραζαν το ξινόγαλο και τότε στην επιφάνεια εμφανιζόταν ένα πηχτό υποπροϊόν (η πρέντζα ή ξινοτύρι). Την αφαιρούσαν και την αποθήκευαν αλατισμένη, για να τηγανίσουν αυγά ή να τη χρησιμοποιήσουν στις πίτες του χειμώνα.

Ό,τι απέμενε, μετά την αφαίρεσή της, ήταν πλέον νεράκι (τυρόγαλο) και το έπιναν τα ζωντανά.

Με το γάλα έκαναν επίσης γιαούρτι , βουρλοτύρι (γάλα πηχτό αρκετά αλμυρό) και τυρί. Το τυρόγαλο, που έμενε μετά το στράγγισμα του τυριού, το έβραζαν και ξεχώριζε πάνω- πάνω ένα είδος ανθότυρου.

Τον Αύγουστο συνήθως, όταν είχαν ακόμη γάλα τα αιγοπρόβατα και κυρίως κατά τη νηστεία του Δεκαπενταύγουστου, κατά την οποία δεν έτρωγαν καθόλου γαλακτοκομικά, συγκέντρωναν το γάλα κι έφτιαχναν τραχανά, ζυμώνοντας το με αλεύρι. Ήταν η καλύτερη εποχή για τέτοιου είδους παρασκευές, δεδομένου ότι ήταν ζεστός ο καιρός και μπορούσαν να τα απλώσουν στον ήλιο, να στεγνώσουν. Έκαναν επίσης πέτουρα (φύλλα) και χυλοπίτες.

Τα αυγά ήταν ένα φαγητό εύκολο και γρήγορο για ξαφνικούς επισκέπτες, αφού ψυγεία δεν υπήρχαν, έτσι ώστε να έχουν εκεί προμήθειες. Για να διατηρούνται φρέσκα τα τοποθετούσαν μέσα στο αποθηκευμένο σιτάρι ή στο καλαμπόκι (ίσως για να διατηρούνται σε σταθερή θερμοκρασία και να μην αλλοιώνονται εύκολα).

Το κρέας ήταν τρόφιμο για ελάχιστες εξαιρετικές ημέρες του χρόνου (γιορτές) εξ ου και η φράση (Χ'στού-Λαμπρή κρέας τρώμε!)⁶

Κάθε νοικοκυριό, λοιπόν, φρόντιζε να έχει στις αποθήκες του, όσα περισσότερα μπορούσε από όλα αυτά τα προϊόντα, για να περάσει τους ατελείωτους χειμώνες.

Αυτές, λοιπόν, τις όχι τόσο αρχαίες εποχές, οι άνθρωποι ζούσαν με έναν εντελώς διαφορετικό τρόπο από αυτόν της ευδαιμονίας και της σπατάλης και του ατομικισμού, που επικράτησε τα τελευταία χρόνια. Το όποιο κοινόχρηστο έργο, δεν περιμεναν το «μακρινό και αδύναμο» κράτος να το διεκπεραιώσει! Κάθε χρόνο, σε κάθε οικογένεια αντιστοιχούσαν συγκεκριμένες ώρες «προσωπικής εργασίας». Έτσι οι κάτοικοι, αγόγγυστα και με κοινή προσπάθεια, επισκεύαζαν χαλασμένους δρόμους, αυλάκια, εκκλησίες και ό,τι άλλο προέκυπτε! Όταν τα σημάδια προοιωνίζονταν χιονόπτωση, μάζευαν τα φτυάρια κοντά στην πόρτα του σπιτιού, για να διώξουν το χιόνι και να καθαρίσουν τους δρόμους. Ο καθένας καθάριζε το δρόμο μπροστά στο σπίτι του κι έτσι μπορούσαν να κυκλοφορούν μέσα στο χωριό.

Στα σπίτια τους δεν είχαν σκουπιδοτενεκές! Μπορεί να μοιάζει απίστευτο αυτό σήμερα. Όμως πρέπει να αναλογιστούμε πως τίποτε εκείνη την εποχή δεν ήταν συσκευασμένο. Όλα τα προϊόντα έφταναν στα χωριά μέσα σε τσουβάλια. Και από τα παντοπωλεία στα σπίτια, μέσα σε χάρτινες σακούλες και στην πάνινη μεγάλη τσάντα της νοικοκυράς.

Τα χαρτιά καίγονταν. Πλαστικό δεν υπήρχε. Τα μπουκάλια ήταν γυάλινα, λίγα και τα ξαναχρησιμοποιούσαν! Τρόφιμα δεν πετούσαν οι άνθρωποι. Γάτες, σκύλοι, κατσίκες, κότες έτρωγαν ό,τι περίσσευε (αν περίσσευε!). Αυτό δε, που θεωρούσαν μεγάλη αμαρτία, ήταν να πετάξει κανείς το ψωμάκι, πολύ δε περισσότερο, να το πατήσει. Γι' αυτό, ακόμα και σε νεότερα χρόνια, που ο κόσμος είχε χορτάσει το ψωμί, όταν έπεφτε κανένα κομμάτι από τα χέρια των παιδιών, οι μανάδες κι οι γιαγιάδες τούς έλεγαν να το φιλήσουν, να κάνουν το σταυρό τους και να το τοποθετήσουν στα κλαδιά κάποιου δέντρου, για να το φάνε τα πουλάκια!

Ακολουθώντας έναν τέτοιο τρόπο ζωής, διατηρούσαν το περιβάλλον καθαρό, τα τρόφιμα δεν ήταν μεταλλαγμένα αλλά αγνά, από τους παραδοσιακούς ντόπιους σπόρους, που ευδοκίμουν στην περιοχή, χωρίς φυτοφάρμακα, λιπάσματα, χημικά πρόσθετα, συντηρητικά και ό,τι άλλο επιβλαβές υπάρχει σήμερα στη διατροφή μας. Η μόνη λίπανση των χωραφιών ήταν η κοπριά των ζώων. Τα φάρμακα κατά των ασθενειών των φυτών και των ζιζανίων ήταν συνήθως η στάχτη (για τα σκυλήκια) και ο ασβέστης, στα κλήματα μόνο κάποιες φορές, το θειάφι και ο χαλκός (γαλαζόπετρα).

Τα ζώα τους ήταν ράτσες ανθεκτικές στις καιρικές συνθήκες της περιοχής, εγκλιματισμένες από αιώνες, όχι εισαγόμενες «βελτιωμένες» που αρρωσταίνουν εύκολα.

6 Χριστούγεννα - Πάσχα. λεγόταν ειρωνικά!

Η δίαιτά τους λιτή, και η ζωή τους με μέτρο. Η μοναξιά άγνωστη λέξη. Οι κίνδυνοι της καθιστικής ζωής ανύπαρκτοι, γιατί δεν υπήρχε καθιστική ζωή. Από το πρωί ως το σούρουπο όλοι βρίσκονταν σε διαρκή κίνηση.

Η πανάρχαιη σοφία καταγεγραμμένη στο D.N.A. τους, τους έλεγε πως δεν μπορούν να έχουν τον έλεγχο σε τίποτα στη ζωή τους. Έβλεπαν τις σοδιές τους να καταστρέφονται από θεομηνίες, ανθρώπους να πεθαίνουν χωρίς ιατρική φροντίδα και αυτά όλα τους έκαναν να δέχονται και τα καλά και τα κακά με στωικότητα.

Η απεριόριστη πίστη στη δύναμη της τεχνολογίας έκανε τον σημερινό άνθρωπο αλαζόνα, νομίζει πως μπορεί να ελέγξει και να υποτάξει τα πάντα, έτσι, όταν διαπιστώνει την αδυναμία του, αρνείται να τη δεχτεί και υποφέρει περισσότερο!

Μήπως, λοιπόν, στον εικοστό πρώτο αιώνα δεν γίναμε πιο σοφοί, όπως νομίζουμε; Μήπως είναι καιρός να στρέψουμε το βλέμμα μας πίσω, στους λησμονημένους τρόπους ζωής, από τους οποίους βίαια- και εν ονόματι του εκσυγχρονισμού και της πλαστής ευμάρειας- αποκοπήκαμε;

Προς Θεού, δεν εννοούμε να επανέλθουμε στον παλιό τρόπο ζωής, πράγμα που ούτε θέλουμε, ούτε μπορούμε, άλλωστε! Απλώς, να αντλήσουμε, από τη σοφία των παλαιότερων, μαθήματα οικιακής οικονομίας και διαχείρισης-τηρουμένων πάντα των αναλογιών-καθώς διαπιστώνουμε το αδιέξοδο-όχι μόνο το οικονομικό-στο οποίο έχουμε περιέλθει και την καταστροφή, στην οποία οδηγούμε τον πλανήτη!

Βιβλιογραφία

Παπακίτσος Χ.: Από την Τζουμερκιώτικη Λαλιά στη Λαϊκή μας Παράδοση. Έκδοση Δήμου Αγνάντων . Αθήνα 2006

Παππάς Δ., Τζουμερκιώτικα Λαογραφικά. Τόμος Α' Ιωάννινα 2008. Τόμος Β' Άρτα 2010

Οι φωτογραφίες ελήφθησαν από:

1. <https://el.gr.Facebook.com/Michalitsi>
2. aksioperierga.blogspot.gr/2013/03
3. [Sirrakiotis.blogspot.gr/2014/03/60.html](https://sirrakiotis.blogspot.gr/2014/03/60.html)
4. [Panoramio .com/photo/7099787](https://Panoramio.com/photo/7099787).