ΛΑΟΓΡΑΦΙΚΟ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙ
Ε. Κ. ΜΟΝΤΡΕΑΛ

ΧοροΓραφήματα

Τεύχος # 4
Μόντρεαλ : Γενάρης 2009

COMMUNAUTÉ HELLÉNIQUE DE MONTRÉAL
ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΚΟΙΝΟΤΗΣ ΜΟΝΤΡΕΑΛ
1906-2006

ΔΕΚΑΛΟΓΟΣ ΤΟΥ ΧΟΡΟΥ

Ο χορός προσφέρει γνώση, διαπαιδαγωγεί και κοινωνικοποιεί.

Ο χορός οδηγεί στην πολιτιστική αυτογνωσία και πολιτισμική ταυτότητα.

Ο χορός δημιουργεί συναίσθημα και προσφέρει χαρά.

Ο χορός εκτός από διασκέδαση είναι κυρίως έκφραση ψυχής.

Ο χορός γυμνάζει το σώμα και πλάθει ψυχές.

Ο χορός εκφράζει λεβεντιά.

Ο χορός δεν γνωρίζει σύνορα, εκφράζει πάντα την ελευθερία.

Ο χορός ενώνει και χωράει όλο τον κόσμο.

Ο χορός δεν είναι βήματα, τα βήματα ακολουθούν τον χορό.

Ο χορός είναι δημιουργία, είναι πολιτισμός.

Γ. Δήμας

Καλή Χρονιά

Χρόνια Πολλά

ΡΔΑ Απρίλιος 2008 - Ο « Πήγασος » σε Επτανησιακούς χορούς

Αγαπητοί φίλοι
Με το ξεκίνημα της καινούργιας χρονιάς ,
εύχομαι μέσα από την καρδιά μου
σ' εσάς και τις οικογένειές σας ,
κάθε χαρά κι ευτυχία .
*Είθε το **2009** να είναι η χρονιά*
που όλοι περιμένατε .

Καλή Πρόοδο σε κάθε τομέα της ζωής σας !

Ο υπεύθυνος του Λ.Ε. - Δημήτρης Τζώτζης

Περιεχόμενα της έκδοσης:

- Γενάρης: Τα Λαογραφικά 2
- Η Βασιλόπιτα 3
- Ο Αι Βασίλης των Ελλήνων
- Παρ. μουσικα ΄οργανα : το Βιολί 4
- Οι καλικάντζαροι
- Ο Κύκλος της ζωής : Η Γέννα 5
- Γενάρης : Έθιμα και Προλήψεις
- Παιδικά Παιχνίδια : « Γύρω γύρω όλοι » 6
- Ο Παραδοσιακός Χορός Παραδοσιακή Ενδυμασι: Οι γυναικείες φορεσιές 7

ΧΟΡΟΓΡΑΦΗΜΑΤΑ

Εκδίδεται κάθε μήνα από το **Λαογραφικό Εργαστήρι** του Πολιτιστικού Ιδρύματος της **Ε. Κ. Μόντρεαλ**

Υπεύθυνος :
Δ. Τζώτζης
Τηλέφωνο **(514) 738 - 2421 εσωτερικό 116**

Και μη ξεχνάτε :
Το φυλλάδιο μας εκδίδεται τυπωμένο σε συνέχειες από την παροικιακή μας εφημερίδα :

ΤΑ ΝΕΑ

Μια ευγενική προσφορά του εκδότη Γιώργου Γκιούσμα

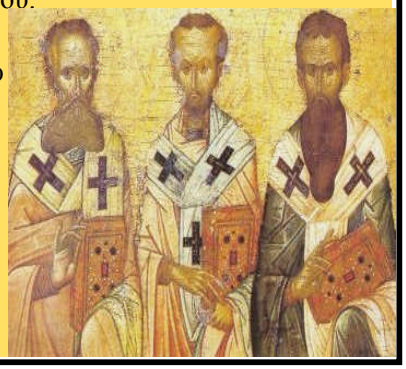
ΧΟΡΟΓΡΑΦΗΜΑΤΑ

Ιανουάριος ή Γενάρης - τα Λαογραφικά

Ο πρώτος μήνας του έτους, κοινώς **Γενάρης**.
Ονομάστηκε έτσι προς τιμή του θεού των Ρωμαίων Ιανού, ο οποίος θεωρούταν προστάτης των πρώτων αρχών και αιτίων.
Η καθιέρωση του ως πρώτου μήνα του έτους έγινε από τους Ρωμαίους το 153 π.Χ.
Την ημέρα αυτή συνήθιζαν να εκλέγουν τους ανώτατους άρχοντες, τους ύπατους και με την ευκαιρία επιδίδονταν σε τελετές και θορυβώδεις διασκεδάσεις.
Οι Βυζαντινοί ακολούθησαν τους Ρωμαίους στο ζήτημα του ημερολογίου και έτσι καθιέρωσαν τον Ιανουάριο ως πρώτο μήνα (το 1000 μ.Χ.), πράγμα που διατηρήθηκε και στο Ιουλιανό ημερολόγιο και εξακολουθεί να ισχύει μέχρι σήμερα.
Στην αρχαία εποχή, στη μέση του σημερινού μας Γενάρη άρχιζε ο ιερός μήνας της Ήρας, **ο Γαμηλιών** (15 Ιανουαρίου - 15 Φεβρουαρίου). Η Ήρα, εκτός από βασίλισσα τ' ουρανού και των Θεών, ήταν προστάτιδα του γάμου και της οικογένειας. Γι' αυτό τον μήνα αυτό οι αρχαίοι έκαναν τους πιο πολλούς γάμους, απ' όπου πήρε και το όνομά του. Συνήθιζαν δε κάθε χρόνο, στις 27 του Γαμιλίωνα με την Πανσέληνο, να κάνουν θυσίες και εισφορές, που τις έλεγαν **"Γαμήλιες".**
Για τους αρχαίους Έλληνες η πρώτη του έτους ήταν η **21η Ιουνίου** (του μηνός **Σκιροφοριώντος** όπως τον έλεγαν).

Ονομασίες του λαού για το μήνα Ιανουάριο
Τον Ιανουάριο ο λαός τον λέει με πολλά ονόματα, που τα περισσότερα αναφέρονται στις ιδιότητές του. Ο Γενάρης λέγεται **Γεννολοητής**, παρετυμολογικά, γιατί τότε γεννοβολούν τα κοπάδια. **Γατομήνας** επειδή σ' αυτόν ζευγαρώνουν οι γάτες.
Κρυαρίτης (στη Μάνη) για το τσουχτερό του κρύο.
Λέγεται **Μεσοχείμωνας** γιατί είναι μεσαίος από τους τρεις μήνες του χειμώνα. **Κρυαρώτης** γιατί κάνει πολύ κρύο. Άλλες ονομασίες είναι **Κλαδευτής**, γιατί το μήνα αυτό κλαδεύουν. Ακόμα τον Ιανουάριο τον ονομάζουν **Τρανό, Πρωτάρη, Μεγάλο μήνα** ή **Μεγαλομήνα**, επειδή είναι ο 1ος μήνας του έτους που έχει 31 μέρες και οι νύχτες του είναι μεγάλες, όπως λέει και το τραγούδι: "Να 'ταν οι μέρες του Μαγιού κι οι νύχτες του Γενάρη" . Τέλος λέγεται **Καλαντάρης ή Καλαντέρης** απ' τα Κάλαντα που τραγουδούν τα παιδιά την Πρωτοχρονιά και τα Φώτα. **Γελαστός** για τις **Αλκυονίδες** ημέρες του.

Γιορτές του μήνα Γενάρη
Μήνας γιορτών μπορεί να ονομαστεί με τις πολλές γιορτές που έχει ο Γενάρης. Μα και σημάδια πολλά για του ανθρώπου το μέλλον, τουλάχιστον της χρονιάς. Η πρώτη μέρα του μήνα είναι η **πρωτοχρονιά** και γιορτάζεται σ' όλο τον κόσμο με λαμπρότητα, μεγαλοπρέπεια και πολλές εκδηλώσεις. Αυτή η ημέρα καλύπτεται από ένα πλήθος λαϊκών εθίμων, με πράξεις και ενέργειες μαγικές, που έχουν την προέλευσή τους στα βάθη των αιώνων. Οι ελληνικές λαϊκές παραδόσεις, θέλουν τον Άγιο Βασίλειο είτε ζευγολάτη που γυρίζει και ευλογεί τα χωράφια, είτε οδοιπόρο ή μάντη .
Τη μέρα αυτή γιορτάζεται η μνήμη του **Αγίου Βασιλείου**, που είναι ένας από τους μεγαλύτερους πατέρες της εκκλησίας. Ο Άγιος Βασίλης ενσαρκώνει για το λαό, το πνεύμα του καινούργιου χρόνου.

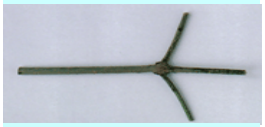


Στις 6 Ιανουαρίου είναι η **γιορτή των Φώτων**, που θεωρείται μεγάλη Χριστιανική γιορτή, γιατί τότε αγιάζονται τα νερά. Αυτή η γιορτή συμβολίζει την παλιγγενεσία του ανθρώπου και ο λαός τη λέει "Μεγάλη γιορτή, Θεότρομη". Στις 7 του μήνα είναι η γιορτή του **Αγίου Ιωάννη του Προδρόμου του Βαπτιστή**. Στις 17 του μήνα είναι η γιορτή του **Αγίου Αντωνίου** και στις 18 του **Αγίου Αθανασίου**. Του Αγίου Αθανασίου η ημέρα μεγαλώνει μια ώρα. Γι' αυτό πολλοί λένε "Αη-Θανάσης ήλθε, καλοκαίρι ήλθε". Στις 20 Ιανουαρίου είναι η γιορτή του **Αγίου Ευθυμίου**
Στις 30 Ιανουαρίου είναι η γιορτή των **Τριών Ιεραρχών** του Μεγάλου Βασιλείου, του Γρηγορίου του Θεολόγου και του Ιωάννη του Χρυσοστόμου. Η γιορτή των μεγάλων αυτών ιεραρχών είναι η γιορτή των ελληνικών και χριστιανικών γραμμάτων.

ΧΟΡΟΓΡΑΦΗΜΑΤΑ

Τα σημάδια της Βασιλόπιτας

Το Φλουρί – ο τυχερός της Χρονιάς



Ο 'Σταυρός' συμβόλιζε το Χριστό

Το Στάχυ συμβόλιζε τις Γεωργικές εργασίες και τη σοδειά

Η ΒΑΣΙΛΟΠΙΤΑ **:** Σύμβολο της Πρωτοχρονιάς. Είναι παρούσα σ' όλα τα σπίτια, σε χωριά και πόλεις. Το έθιμο θέλει να κόβεται και να μοιράζεται τελετουργικά (σταυρώνεται με το μαχαίρι, απ' τον νοικοκύρη του σπιτιού, χαράσσεται στα 4 και αποδίδεται το 1^{ο} κομμάτι στο Χριστό, το 2^{ο} στον Αγ. Βασίλη, το 3^{ο} στο σπίτι και το υπόλοιπο στα μέλη της οικογένειας) και το νόμισμα ή το όποιο άλλο σημάδι κρύβεται σ' αυτή, θα δείξει τον αντίστοιχο ευνοούμενο της, για τη νέα χρονιά.

Η παράδοση λέει: Όταν ο Αγ. Βασίλειος ήταν επίσκοπος στην Καισαρεία, ο τότε Έπαρχος της Καππαδοκίας πήγε μα σκληρές διαθέσεις να εισπράξει φόρους. Οι κάτοικοι φοβισμένοι ζήτησαν την προστασία του ποιμενάρχη τους. «Σας προτρέπω ευθύς, τους είπε εκείνος, να μου φέρει έκαστος ό,τι πολύτιμο αντικείμενο έχει. Μάζεψαν πολλά δώρα και βγήκαν μαζί με το Δεσπότη τους οι κάτοικοι της Καισαρείας να προϋπαντήσουν τον Έπαρχο. Ήταν όμως τέτοια η εμφάνιση και η πειθώ του Μεγάλου Βασιλείου, που ο Έπαρχος καταπραΰνθηκε, χωρίς να θελήσει να πάρει τα δώρα. Γύρισαν πίσω χαρούμενοι, κι ο Αγ. Βασίλειος θέλησε να τους ξαναδώσει τα πολύτιμα αντικείμενα. Ο χωρισμός όμως ήταν δύσκολος, γιατί πολλοί είχαν προσφέρει όμοια αντικείμενα, όπως δαχτυλίδια, νομίσματα κ.ά. Ο Βασίλειος τότε σκέφτηκε ένα θαυμάσιο τρόπο. Διέταξε να κατασκευαστούν το βράδυ του Σαββάτου «πλακούντια» (δηλ. μικρές πίτες) και μέσα στο καθένα έβαλε από ένα αντικείμενο και την επόμενη ημέρα έδωσε από ένα σε κάθε χριστιανό. Τι θαύμα! Μέσα στο πλακούντιό του βρήκε ο καθένας ό,τι είχε προσφέρει! Από τότε στη γιορτή του Αγ. Βασιλείου κάνουμε κι εμείς πίτες και βάζουμε μέσα νομίσματα. Το νόμισμα έχει το καθορισμένο συμβολισμό του για μας τους ορθοδόξους. Το ασημένιο ή χρυσό χρώμα του θεωρείται ότι είναι κατά της βασκανίας, το ψωμί είναι η γονική δύναμη για τα κτήματα του σπιτιού, ο δε σταυρός αντιπροσωπεύει την θεϊκή προστασία.

Η Φούρκα - τα καυσόξυλα της χρονιάς

Το κλήμα τη παραγωγή κρασιού και τσίπουρου

Μαντρί και Τσάρκος - τις κτηνοτροφικές ασχολίες

Η βουκέντρα - τα βόδια του σπιτιού

Οι κληματσίδες – τα μελίσσια

Ο ΑΙ-ΒΑΣΙΛΗΣ ΤΩΝ ΕΛΛΗΝΩΝ :

Στην Ελλάδα και στην ορθόδοξη λατρεία το καλό πνεύμα της Πρωτοχρονιάς ταυτίστηκε με το Μέγα Βασίλειο, το μεγάλο ιεράρχη, επίσκοπο Καισαρείας της Καππαδοκίας, κορυφαίου θεολόγου του 4ου αιώνα και ενός από τους Τρεις Ιεράρχες, τους προστάτες των γραμμάτων και της παιδείας, που η εκκλησία μας τιμά τη μνήμη του την 1η Ιανουαρίου.

Ο Άη - Βασίλης των Ελλήνων απέχει πολύ από το χοντρούλη και εύθυμο Santa Claus της Βόρειας Ευρώπης. Η παράδοση και οι γραπτές μαρτυρίες τον παρουσιάζουν αδύνατο, μελαχρινό, με μαύρα γένια και γελαστό πάντα. Σύμφωνα με την παράδοση αμέσως μετά τα Χριστούγεννα ξεκινούσε πεζός μ' ένα ραβδί στο χέρι, απ' όπου με θαυμαστό τρόπο βλάσταιναν ή ζωντάνευαν κλαδιά και πέρδικες - σύμβολα δώρων - και περνούσε από διάφορους τόπους. Δεν έφερνε στους ανθρώπους δώρα. Τα δώρα του ήταν περισσότερο συμβολικά: η ιερατική ευλογία του και η καλή τύχη. Από τον Μέγα Βασίλειο ξεκίνησε και η παράδοση της βασιλόπιτας της Πρωτοχρονιάς με το τυχερό φλουρί, όπως αναφέρει η γνωστή σε όλους μας παράδοση.

Είτε σαν μεσαιωνικός πεζοπόρος, είτε σαν εύθυμος Santa Claus, ο Άγιος Βασίλειος, ο πρωτοχρονιάτικος δικός μας Άη-Βασίλης, έμεινε στην αντίληψη του λαού μας σαν ένας ανθρώπινος άγιος, που ζει και περπατά ανάμεσα μας. Ένας καλοδεχούμενος επισκέπτης, που κάθε πρώτη του χρόνου ξεκινά από την Καισάρεια της Καππαδοκίας και ταξιδεύει στον κόσμο, χαρίζοντας την ευχή του και την καλή τύχη.

Από τη παράσταση του ΟΡΦΕΑ στον έρανο του Canadian Hemophilia Society

ΧΟΡΟΓΡΑΦΗΜΑΤΑ

ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΑ ΜΟΥΣΙΚΑ ΟΡΓΑΝΑ

Βιολί

Το βιολί, ως λαϊκό μουσικό όργανο, επισημαίνεται στην Ελλάδα ήδη από τον 17ο αιώνα και κατασκευάζεται με βάση τα πρότυπα της Δύσης. Σήμερα είναι ένα από τα κύρια μελωδικά όργανα τόσο στη στεριανή "κομπανία" (μαζί με το κλαρίνο) όσο και στη νησιωτική "ζυγιά" (όπου αντικατέστησε τη λύρα και την τσαμπούνα.

Ταυτότητα οργάνου

Όνομα: βιολί, διολί, βιολάριν, βιολούδιν
Κατηγορία: χορδόφωνο
Τύπος: με δοξάρι
Υλικό: ξύλο - μεταλλικές χορδές

Μέγεθος: μήκος: 0,50-0,60μ. Πλάτος: 0,5-0,20μ. βάθος: 0,04μ-0,05μ.

Κούρδισμα: τέσσερις μελωδικές χορδές (παλαιότερα και μια έως τέσσερις "συμπαθητικές")
Κούρδισμα "αλά τούρκα": σολ-ρέ-λα-ρέ
"αλά φράγκα": σολ-ρε-λα-μι

Εκταση: 3 οκτάβες

Προέλευση: με δυτική προέλευση αναφέρεται στη Ελλάδα ήδη τον 17ο αιώνα

Ξέρετε ότι: : με τη λέξη "βιολιά" ("ήρθαν τα βιολιά", " πάμε για τα βιολιά") εννοούν συχνά όχι μόνο το συγκεκριμένο αλλά γενικά όλα τα μουσικά όργανα

ΟΙ ΚΑΛΙΚΑΝΤΖΑΡΟΙ : Τους συναντάμε με πολλά ονόματα: καλιβρούσηδες, καλακάντζουρα, λυκοκάντζαροι, κακανθρωπίσματα, παγανά και εξαποδώ. Όντα δαιμονικά, άσχημοι, μαύροι, με μάτια κόκκινα, τριχωτοί, με πόδια τραγίσια, ήταν τα κυρίαρχα όντα του Δωδεκαημέρου, πειράζοντας τους ανθρώπους από την παραμονή των Χριστουγέννων, όταν αφήνοντας τα έγκατα της γης, έβγαιναν στο απάνω κόσμο, μέχρι την παραμονή των Θεοφανίων, οπότε περίτρομοι έφευγαν στην παρουσία του παπά που άγιαζε. Όλο τον χρόνο πολεμούν με τα τσεκούρια να κόψουν το δέντρο που βαστάει τη γη, όταν όμως πλησιάζει η στιγμή που θα το κόψουν τελείως, μια τσεκουριά μένει, βγαίνουν στη γη να κάνουν σκανδαλιές, περιμένοντας ότι θα πέσει πια μόνο του, όμως γεννάται ο Χριστός και αμέσως το δέντρο ξαναγίνεται. Μπαίνουν στα σπίτια απ' τις καμινάδες που η φωτιά τους έχει σβήσει. Αρχηγός τους είναι ο Μαντρακούκος, που είναι κουτσός κι άγριος και ο πιο επικίνδυνος απ' όλη την ομάδα. Ακολουθεί ο Μαγάρας, με την τεράστια κοιλιά του, ο οποίος μαγαρίζει όλα τα φαγητά και τα γλυκά. Επίσης έρχεται ο Κωλοβελόνης, που είναι αδύνατος και σουβλερός σα μακαρόνι και περνά από κλειδαρότρυπες και χαραμάδες. Άλλος είναι ο Κοψαχείλης με τεράστια κοφτερά δόντια, που κρέμονται από το στόμα του. Κανένας δεν μοιάζει με τον άλλο και έχει ο καθένας το κουσούρι του. Για να εξευμενίσουν οι άνθρωποι τα πειρακτικά αυτά πλάσματα, άφηναν γλυκά σ' ένα σημείο του σπιτιού ή προσπαθούσαν να τα κάνουν ακίνδυνα, με διάφορους τρόπους. Τοποθετούσαν π.χ. ένα κόσκινο μπροστά από την πόρτα του σπιτιού, ώστε μέχρι να μετρήσει ο καλικάντζαρος από περιέργεια τις τρύπες, να λαλήσει ο πετεινός, οπότε αυτοί έτρεχαν να εξαφανιστούν. Το αποτελεσματικότερο μέσο για να κρατηθούν μακριά οι καλικάντζαροι και κάθε άλλο δαιμόνιο θεωρήθηκε η φωτιά. Γι' αυτό και όλο το Δωδεκαήμερο έμενε συνεχώς το τζάκι αναμμένο και μάλιστα με ξύλα αγκαθωτά (για να έχει η φωτιά μεγαλύτερη δύναμη). Παλιά οι γιαγιάδες έκαιγαν στα τζάκια παλιοτσάρουχα Η άσχημη μυρωδιά τους έκανε τους καλικάντζαρους να φεύγουν. Την ημέρα των Θεοφανίων πρέπει να φύγουν. Όταν ο παπάς αγιάζει φωνάζουν:

«Φεύγετε να φεύγουμε , κι έρχεται ο ζουρλόπαπας με την αγιαστούρα του , και με την βρεχτούρα του. Τα κακάβια στο κεφάλι, τα παιδιά στην αμασχάλη, Φιου, και γίναμε καπνός»!

ΧΟΡΟΓΡΑΦΗΜΑΤΑ

ΗΘΗ ΚΑΙ ΕΘΙΜΑ ΑΠΟ ΤΟΝ ΚΥΚΛΟ ΤΗΣ ΖΩΗΣ - Η Γέννα

Τα παλαιότερα χρόνια οι γυναίκες γεννούσαν στο σπίτι τους. Στη γέννα παρείχε τις απαραίτητες φροντίδες μια γυναίκα του χωριού, συνήθως ηλικιωμένη, που είχε σχετική πείρα και έπαιζε το ρόλο της μαμής. Όταν μια γυναίκα ήταν έτοιμη να γεννήσει, η πεθερά της καλούσε τη μαία του χωριού. Σύμφωνα με μια παράδοση, η μαία ερχόταν κρατώντας τρία καλάμια στο χέρι της και έχοντας στο στόμα λίγο νερό. Όταν έμπαινε στο δωμάτιο της ετοιμόγεννης, κατάπινε λίγο νερό, ενώ με το υπόλοιπο ράντιζε την κοιλιά της προοριζόμενης μητέρας. Στη συνέχεια, έπαιρνε ένα αβγό και το περνούσε τρεις φορές, γύρω από την κοιλιά της γυναίκας. Στο τέλος, το τοποθετούσε στα πόδια της και η ετοιμόγεννη το έσπαζε με το δεξί της πόδι. Όλη αυτή η διαδικασία γινόταν για να εξασφαλιστεί μια ανώδυνη γέννα. Η ετοιμόγεννη γυναίκα καθόταν σε ένα σκαμνί, για να είναι πιο εύκολη η γέννα. Η μαμή έβγαζε το μωρό, έκοβε τον ομφάλιο λώρο με μια μεταξωτή κλωστή, γνωστοποιούσε το φύλο του στη μητέρα και τους συγγενείς, καθάριζε το μωρό και τύλιγε τον ομφαλό του με λίγα μαλλιά, που είχαν κόψει από τη μητέρα. Έτσι έμενε μέχρι να πέσει ο ομφαλός του. Η ίδια γυναίκα το έντυνε. Στη συνέχεια, το άφηνε στο κρεβατάκι του. Δίπλα του τοποθετούσε μια σκούπα, ένα φαράσι, λίγο ψωμί και λίγο αλάτι. Χαρακτηριστικό είναι ότι τότε φάσκιωναν τα μωρά για αρκετό χρονικό διάστημα. Το πρώτο γάλα έπινε το μωρό από κάποια γυναίκα του χωριού, η οποία θήλαζε και το δικό της παιδί. Μελλοντικά τα δύο παιδιά συνδέονταν ψυχικά σαν αδέλφια και η γυναίκα θεωρούνταν παραμάνα.
Τρεις ημέρες μετά τη γέννηση του μωρού το επισκεπτόταν στο σπίτι η γυναίκα που είχε βοηθήσει στη γέννα. Του έκανε το πρώτο μπάνιο και του χάριζε κάτι, συνήθως ένα ζευγάρι πιτζάμες. Σε κάποια μέρη, τη τέταρτη μέρα μετά τη γέννα, η λεχώνα αφού άλλαζε ρούχα, πήγαινε με το μωρό και τη πεθερά της στο ποτάμι του χωριού. Μαζί τους, έπαιρναν μια αλλαξιά ρούχα για το μωρό, αγγείο για το νερό, λίγο ψωμί, κρεμμύδι και αλάτι. Όταν έφταναν στο ποτάμι, γέμιζε η μητέρα το αγγείο με νερό, βουτούσε το ψωμί τρεις φορές στο ποτάμι, αλάτιζε το κρεμμύδι και το έτρωγε μαζί με το ψωμί. Έπειτα έπινε λίγο νερό από το αγγείο, στρεφόταν προς την ανατολή και μουρμούριζε τα εξής λόγια: «Όπως βγαίνει ο ήλιος, έτσι να βγαίνει και το γάλα». Μετά έδινε στο μωρό να πιει λίγο νερό. Στη συνέχεια καθόταν τρεις μέρες στο σπίτι, πριν πάει να δουλέψει στους αγρούς. Μετά από όλα αυτά, επισκέπτονταν τη μητέρα στο σπίτι, φέρνοντας δώρα για το μωρό. Την αρχή έκανε η μαία, η οποία έφερνε στη μητέρα ένα καρβέλι ψωμί, τηγανίτες, άσπρο πανί και διάφορα ρουχαλάκια. Η μητέρα του μωρού της χάριζε ένα σαπούνι, μια ποδιά και ένα πουκάμισο. Η ίδια γυναίκα μετά από μια βδομάδα έβαζε στάχτη με ούζο στη πλάτη του μωρού, αν αυτό είχε κιτρινάδα και με ένα ξυράφι του ξύριζε ελαφρά την πλάτη. Η λεχώνα τις πρώτες μέρες ποτέ δεν έπρεπε να κοιμάται μόνη καθώς είναι επιρρεπής στα κακά πνεύματα.

ΓΕΝΑΡΗΣ : ΟΡΙΣΜΕΝΑ ΕΘΙΜΑ ΚΑΙ ΠΡΟΛΗΨΕΙΣ

ΠΟΔΑΡΙΚΟ ΠΡΩΤΟΧΡΟΝΙΑΣ. Σε μερικά μέρη της πατρίδας μας παίρνει μορφή πραγματικής μαγικοδεισιδαιμονικής τελετουργίας. Προσέχουν (-ουμε) να συναντήσουν ή να δεχτούν πρώτο στο σπίτι τους πρόσωπο που θα τους φέρει καλοτυχία, για εκείνη την ημέρα αλλά και για όλο το χρόνο. Σε μερικούς τόπους, προκειμένου να εξασφαλίσουν την καλοχρονιά, το ποδαρικό το κάνει ο ίδιος ο νοικοκύρης ή ο πρωτότοκος γιος ή ένα τυχερό παιδί. Η είσοδός του μάλιστα συνοδεύεται με ορισμένες πράξεις ή ευχές. Στην **Αμοργό** το ποδαρικό το κάνει κάποιο μέλος της οικογένειας, καθώς γυρίζει από την εκκλησία μ' ένα εικονισματάκι στο χέρι. Μπαίνει 2 βήματα στο σπίτι λέγοντας: «μέσα καλό!». Γυρίζει πάλι 2-3 βήματα πίσω και ξαναλέγει: «κι όξω κακό». Το κάνει αυτό 3 φορές. Τέλος, λέγοντας «μέσα καλό!» πετά ένα ρόδι να σπάσει μέσα στο σπίτι. Τα σπυριά του ροδιού που σκορπίζονται ολόγυρα, συμβολίζουν την αφθονία και την ευτυχία του σπιτιού. Κατόπιν τρώνε μια δαχτυλιά μέλι όλοι, για να είναι γλυκιά η ζωή τους όλο το χρόνο…
ΤΟ ΑΜΙΛΗΤΟ ΝΕΡΟ. Ήταν νερό, που το έπαιρναν ιεροτελεστικά από την πηγή (κρυφά και πρωί-πρωί, αφήνοντας εκεί ένα κομμάτι απ' τη βασιλόπιτα, που την είχαν αλείψει με βούτυρο και μέλι, για να 'ναι το σπίτι τους γλυκό και ειρηνικό όλο το χρόνο), με απόλυτη σιωπή (δεν έπρεπε να μιλήσουν σε κανέναν, μέχρι να γυρίσουν στο σπίτι τους) και μ' αυτό έπλεναν το πρόσωπό τους οι σπιτικοί και ράντιζαν τους χώρους, με την ενδόμυχη ευχή «όπως τρέχει το νερό, έτσι να τρέχουν και τα καλά στο σπίτι». Αν μιλούσαν σε κάποιον, πριν γυρίσουν στο σπίτι, το «αμίλητο νερό» έχανε τις μαγικές του ικανότητες.
Η ΜΕΡΑ ΤΗΣ ΜΑΜΗΣ ή ΤΗΣ ΜΠΑΜΠΩΣ. Γινόταν σε χωριά της Ανατολικής και Βόρειας Θράκης Είναι γιορτή και συμπόσιο γυναικών, αλλά σ' αυτή συμμετέχουν μόνο γυναίκες που «τεκνώνουν». Το τιμώμενο πρόσωπο δεν είναι κάποιος άγιος, αλλά η μαμή του χωριού. Η γιορτή απέβλεπε σε γονιμότητα. Κάτι ανάλογο συμβαίνει και στις ημέρες μας με τη «Γυναικοκρατία», που διαδραματίζεται στην ευρύτερη περιοχή του Έβρου.
ΟΙ ΔΩΔΕΚΑΜΕΡΙΤΙΚΕΣ ΜΕΤΑΜΦΙΕΣΕΙΣ: Οι μεταμφιέσεις αυτές γίνονται το Δωδεκαήμερο, δηλ. τις ημέρες από τα Χριστούγεννα ως τα Φώτα, κυρίως στη Β. Ελλάδα. «Ρουγκατσιάρηδες» στο **Σουφλί**, «Ρογκατσάρια» και «Λουκατσάρια» στα **Γρεβενά** και στην **Ελασσόνα**, «Ρουγκατσάρια» στην **Καστοριά**, «Μπουμπουσάρια» στη **Σιάτιστα**, «Μωμόγεροι» στον **Πόντο**, «Μπαμπούγεροι» **στη Καλή Βρύση Δράμας**, «Γκαμήλες» στο **Νέο Μοναστήρι Δομοκού**, «Ντυλίγαροι», «Κουντουνάδες», «Αράπηδες» στη **Δράμα** κ.ά. Μ' αυτά τα ονόματα είναι γνωστές οι ομάδες μεταμφιεσμένων, που τριγυρίζουν το χωριό λέγοντας τα κάλαντα και μοιράζοντας ευχές. Ντυμένοι αλλού με ακατέργαστα δέρματα ζώων, αλλού με μακριές μαύρες κάπες και υψικόρυφες κωνικές προσωπίδες-κεφαλοστολές από δέρμα κατσίκας, είναι ζωσμένοι συνήθως βαριά κουδούνια, για να διώχνουν το κακό από το χωριό .

ΧΟΡΟΓΡΑΦΗΜΑΤΑ

Για τους μικρούς μας φίλους :
Παιδικά Παιχνίδια

Κοριτσάκια-αγοράκια 4-8 ετών
Πανελλήνιο

Τα παιδάκια σχηματίζουν έναν κύκλο και βάζουν το πιο μικρό στη μέση. Ύστερα πιάνονται από τα χέρια και γυρίζουν τραγουδώντας:
Γύρω-γύρω όλοι
Στη μέση ο Μανόλης,
Χέρια, πόδια στη γραμμή
Όλοι κάθονται στη γη!
-Κάθισε, Μανολάκη!
Με το: «όλοι κάθονται στη γη!», όλα τα παιδάκια κάθονται χάμω και τεντώνουν τα πόδια τους προς το κέντρο. Το ίδιο πρέπει να κάνει και ο «Μανόλης».

Ο χοροδιδάσκαλος είναι φορέας πολιτισμού, είναι φορέας αξιών του Ελληνισμού.

Γ. Δήμας

ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΟΣ ΧΟΡΟΣ - Γενικά

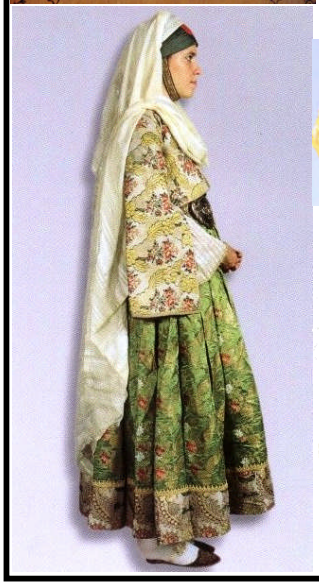
Ο χορός, ως ανθρώπινη συμπεριφορά, μαζί με τη γλώσσα, τη μουσική και τη θρησκεία, υπάρχει σε όλους τους πολιτισμούς και είναι άμεσα συνδεδεμένος με την καθημερινότητα. Σηματοδοτεί τις επίσημες κοινωνικές και οικογενειακές στιγμές, ενισχύει την κοινωνική αλληλεγγύη και εκφράζει το ομαδικό συναίσθημα

Χορός είναι η έκφραση της ψυχικής κατάστασης του ατόμου μέσω ρυθμικών κινήσεων, είναι η ομιλία της ψυχής, είναι το αποτέλεσμα της αρμονικής συνεργασίας σωματικών κινήσεων, ψυχικού κόσμου και ρυθμικών συνδυασμών.

Στο πέρασμα των αιώνων μέχρι και τις μέρες μας ο χορός αποτελούσε και εξακολουθεί να αποτελεί αναπόσπαστο κομμάτι της διπλής φύσης του ανθρώπου (σώμα – πνεύμα).
Συμβάλει μέσα από τη γλώσσα του σώματος στην ολοκλήρωση της πολιτιστικής ταυτότητας κάθε λαού, απελευθερώνει συναισθήματα διατηρώντας έτσι τη συνέχεια της χορευτικής κληρονομιάς και παράδοσης.
Ο χορός αποτελεί μια καλλιτεχνική δημιουργία που συνδέεται άμεσα με το φυσικό περιβάλλον, την κοινωνία και την ιστορία κάθε τόπου αλλά ταυτόχρονα εξυπηρετεί την ανάγκη του ατόμου για ψυχαγωγία, ανάπαυση και διακοπή από τη μονοτονία της καθημερινότητας. Είναι μια συλλογική μορφή έκφρασης συναισθημάτων, πηγή λαϊκού πολιτισμού, τρόπος σωματικής άσκησης.
Σαν βασικό στοιχείο του πολιτισμού, ζει στο χρόνο και εκφράζει συναισθήματα, ιστορία, λεβεντιά και γενικά τον Ελληνισμό, σε κάθε εποχή. Ο κοινωνικός και ομαδικός του χαρακτήρας οδηγεί στην αλληλεπίδραση και στην ανάπτυξη σχέσεων μεταξύ των ατόμων.
Στη νεότερη Ελλάδα συναντάμε μια τεράστια ποικιλία χορών ,στη τελική διαμόρφωση των οποίων επέδρασαν διάφοροι παράγοντες όπως, η ιστορία της περιοχής που χορεύονται, η ομορφιά του Ελληνικού τοπίου, οι αγώνες για τη λευτεριά, τα ήθη και τα έθιμα, οι κλιματολογικές συνθήκες, η μουσική και η ενδυμασία. Σήμερα που οι ραγδαίες αλλαγές , οι κοινωνικοί μετασχηματισμοί και γενικότερα η παγκοσμιοποίηση, επιφέρουν βαθιές μεταβολές στην πολιτιστική μας ζωή , η μελέτη η διατήρηση και η διδασκαλία του παραδοσιακού χορού είναι αναγκαία κι επιτακτική. Επιβάλλεται να δοθούν ευκαιρίες στους νέους μας να συνδεθούν με την Ελληνική Παράδοση και Ζωή , έτσι ώστε να γίνουν οι φορείς που θα επιδιώκουν την συνέχειά της.
Τη συνέχεια της ζωντάνιας που χαρακτηρίζει το νεοελληνικό χορό και τον άνθρωπο που χορεύει καθώς και **τη καλλιέργεια της Ελληνικής Πολιτισμικής Συνείδησης.**

Ο Απόλλων και οι εννέα Μούσες

Η ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΗ ΕΝΔΥΜΑΣΙΑ



Συνέχεια … *Οι γυναικείες φορεσιές :*

Όλες οι γυναικείες φορεσιές του τόπου μας έχουν ως βασικό ένδυμα το **«πουκάμισο».** Τυπολογικά όμως ανήκουν σε δύο μεγάλες ομάδες. Οι φορεσιές στη πρώτη, πάνω από το πουκάμισο έχουν ενδύματα με σαφή βυζαντινή προέλευση σε παραλλαγές της **«δαλματικής»,** ενώ στη δεύτερη έχουν ενδύματα με αναγεννησιακή προέλευση με βάση το **«φουστάνι».** Η λέξη φουστάνι κυριάρχησε σαν συνώνυμη με τη λέξη φόρεμα, αλλά προήλθε κι αυτή από ένα ειδικό μπαμπακερό ύφασμα που κατασκευαζόταν στο Fustat της Αιγύπτου. Άλλο ενδιάμεσο ένδυμα είναι η **«φούστα»,** που συχνά δεν είναι άλλο από ένα φουστάνι που έχασε με τον καιρό το πανωκόρμι του. Όλα τα παραπάνω ενδύματα συμπληρώνονται πολλές φορές με διάφορα **γιλέκα** και **ζακέτα**, που έχουν συχνά επένδυση από γούνα. Τη μέση τη ζώνει ένα **ζωνάρι**, που τυλίγεται περισσότερες από μία φορές γύρω από τη μέση και κάποτε την περιφέρεια, ή μια ζώνη ή και τα δύο. Χαρακτηριστική στις γυναικείες χωρικές φορεσιές είναι η **ποδιά.** Το τμήμα του σώματος που καλύπτει προσφέρεται για διακόσμηση, γιατί παρέχει μια ενιαία σχεδόν επιφάνεια. Στα πόδια **φοριούνται πλεχτές, μπαμπακερές, μάλλινες ή μεταξωτές κάλτσες,** σε μήκος ανάλογο με το μήκος του πουκάμισου. Οι γυναικείες φορεσιές είναι κατάφορτες από **ποικίλα είδη κοσμημάτων,** αργυρών και άλλων, που στολίζουν το κορμί και το κεφάλι. Τα **κεφαλοκαλύμματα** και τα **κεφαλοδέματα** είναι περίπλοκα, κυρίως τα νυφικά. Στο σύνολό τους, οι γυναικείες ελληνικές φορεσιές έχουν τολμηρούς χρωματικούς συνδυασμούς και παρουσιάζουν συχνά μεγάλη φαντασία στον τρόπο που φοριούνται τα διάφορα τμήματά τους και στα χίλια δυο στολίδια που τις ποικίλλουν. Η ελληνική λαϊκή φορεσιά, ιδιαίτερα η γυναικεία, ήταν έργο των γυναικών. Όλα τα τμήματά της, από τα καλύμματα του κεφαλιού ως τα υποδήματα, κατασκευάζονταν, όπως και τα υλικά, επιτοπίως. Σιγά-σιγά άλλαζαν μερικά τμήματα. Και προστέθηκαν αγοραστά (τσιμπέρια, ζώνες, σειρήτια, μαντήλια κ.λ.π) που ήταν προϊόντα εργαστηρίων, ώσπου η βιομηχανική ανάπτυξη παραμέρισε ολοκληρωτικά την παραδοσιακή φορεσιά. Αυτή περιορίστηκε σε λίγες οπωσδήποτε «κλειστές» κοινότητες , ή ως γνώρισμα ατομικής εμμονής στον παραδοσιακό τρόπο ζωής .