

Το πρωτοβρωμάτισμα της λεχώνας

Δρ Χρίστος Θ. Οικονομόπουλος, Παιδοχειρουργός.

[Το παρόν αποτελεί συνέχεια άρθρου από το 1ο τεύχος του 2003, το οποίο δεν δημοσιεύθηκε στο προηγούμενο (2ο/2003) λόγω επικαιρότητας άλλου άρθρου].

49. «Την πρώτη δαγκωσιά την έκανε η λεχώνα σ' ένα αφράτο ψωμί που το λέγαμε "τριμέρι", γιατί το έτρωγε τις τρεις πρώτες μέρες. Το έβαζα μέσα στο μαντίλι της και έδενε σκόρδο, αλάτι και θυμίαμα. Όλα αυτά μαζί τα έβαζα στη φασκιά του παιδιού. Ήταν καλό για την υγεία του παιδιού. Στη λεχώνα δεν έδινε ποτέ κόκκινο κρέας γιατί πείραζε τα νεφρά της».

50. «Τις τρεις πρώτες ημέρες έδινε στη λεχώνα τον "τσουβρά", δηλ. ρύζι βρασμένο με λάδι και λεμόνι. Μετά "σουμάδα", που ήταν ζυμός από βρασμένα πικρά αμύγδαλα, νερό και ζάχαρη».

51. «Τις τρεις πρώτες ώρες μετά τη γέννα έκανα σ' όλες μου τις λεχώνες τα δικά μου "πότια", όπως μου τά 'χε μάθει η μακαρίτισσα η μάνα μου λίγο πριν πεθάνει. Ήταν κι αυτή μαμή. Μέσα σ' ένα φλιτζάνι του καφέ που είχε ούζο και λάδι, έσβηνε τρεις φορές ένα σίδερο κόκκινο από τη φωτιά, και έτσι όπως ήταν ζεστό το έδινε και το έπινε υποχρεωτικά η λεχώνα. Αυτό ήταν το πρώτο "πότι" αντί για φαγητό. Μετά απ' αυτό τις τρεις πρώτες ημέρες έτρωγε γάλα, ρυζόγαλο και έπινε τσάι. Από την τρίτη ημέρα και μετά επιτρέπονταν όλα τα φαγητά. Μετά από κάθε φαγητό έπινε και ούζο ή βρασμένο κρασί, το "τσουκαλοκαφτό". Το ούζο το

είχε πάντοτε η λεχώνα στο προσκέφαλό της, ποτέ όμως κρύο νερό. Αν ήθελε να πιεί νερό, έπρεπε να είναι βρασμένο ή αγιασμένο από τον ιερέα».

52. «Αν η λεχώνα ήταν πρωτάρα και βοσκοπούλα, για να της έρθει το γάλα έτρωγε ψωμί από το ταγάρι τσοπάνου, που το γυρνούσε όλη την ημέρα στη στάνη. Το βοσκημένο αυτό ψωμί το έβρεχα σε τρία ρυάκια με νερό και μετά της το έδινε. Ήταν άφθαστο για να κατεβάσει γάλα». (Η μαγική αυτή πράξη της μαμής έχει ιατρική σημασία γιατί επανέφερε το οσμηγόνο εξαρτημένο αντανακλαστικό, που έδινε το αίσθημα της ψυχολογικής ασφάλειας σε ποιμενίδα λεχώνα).

53. «Εγώ έδινε στις μικρές λεχωνίτσες που ήταν γολώζες (λαίμαργες), χταποδομανέστρα και πολύ κρασί».

54. «Όταν η λεχώνα είχε πολύ γάλα, τότε άρμεγα προσεκτικά τις ρώγες της για να μη μου "σβολιάσουν" τα βυζιά της. Άρμεγα τα στήθη της με ξύλινα αρμεχτήρια και έχυνα το γάλα σε μέρος απάτητο. Ποτέ δεν έκανε να ρίξουμε το γάλα της μάνας σε φωτιά, γιατί το γάλα είναι το ιερότερο πράγμα, και είναι μεγάλη αμαρτία γιατί το γάλα δεν καίγεται, για να μην καούν τα στήθια της γυναίκας, ούτε κάνει να πατιέται και να κόβεται».

55. «Όταν η λεχώνα ήταν πρωτάρα και

δεν κατέβαζε γάλα, της έδινα και έτρωγε μαυρομάτικα φασόλια. Ακόμη, πολλές σουύπες, γιατί όλες οι σουύπες πληθαίνουν το γάλα». (Τα μαυρομάτικα φασόλια έχουν το αμινοξύ “λυσίνη”, που ενεργοποιεί την έκκριση της προλακτίνης και γι’ αυτό είναι από τα κατεξοχήν γαλακταγωγά).

56. «Στις μικρολεχωνίτσες έδινα και έτρωγαν γαλατσίδες (γαλόχορτο). Ακόμη και πίτες με γαλατσίδες που κατεβάζουν άφθονο γάλα».

57. «Στις πλούσιες που είχαν τη δύναμη τις τρεις πρώτες μέρες έδινα κοτόσουπες και στήθος βρασμένης όρνιθας, “του πουλιού το γάλα” όπως το νοματίζουμε. Μετά από κάθε τέτοιο γεύμα έβαζα τις λεχώνες να μολογάνε ευχές με μεγάλα ποτάμια, που τους ορμήνευα εγώ και να τα ξαναλένε δυνατά. Έτσι, ονομάτιζαν ποτάμια, π.χ. Δούναβης, Ευφράτης, Τίγρης, Έβρος, Λάδωνας, Αλφέτος, Αχελώος, Νείλος κλπ. Ακόμη, έδινα και τις δικές μου μαγικές ευχές, όπως:

“Σαν βρύση να τρέχει το γάλα σου, λεχωνίτσα μου και γλυκειά τσουπίτσα μου, και νά ‘ναι περίσσιο όλο το καιρό, πάντα γλυκογαλιασμένο, μα όχι πικρόχολο”.

Στις καλομαθημένες έδινα και λίγο κρασί με μέλι».

58. «Το γάλα της μάνας είναι ζωντανό πράγμα που εύκολα ματιάζεται και χάνεται, όπως λέμε “πισωστρέφει”. Γι’ αυτό μάλωνα όποιο συγγενή ή γνωστό θαύμαζε το γάλα της λεχώνας. Όσες λεχώνες ήταν φτωχές και δεν είχαν ξεχωριστό δωμάτιο για να βυζιάσουν το παιδί μακριά από τα μάτια των δικών τους, για να μην είναι μπροστά άλλα πρόσωπα συγγενικά, σκέπαζα ολόκληρη τη λεχώνα μ’ ένα μεγάλο πανί ή μ’ ένα σεντόνι.

Δεν έκανε ποτέ η λεχώνα να βυζαίνει το παιδί παρουσία τρίτου προσώπου, ακόμα και του άντρα της. Μόνο εγώ η μαμή και η μάνα της έπρεπε να τη βοηθάμε, με τη βοήθεια της Σκέπης και της Χάρης της Παναγίας. Γι’ αυτό, το σεντόνι αυτό ή το πανί το λέγαμε “Σκέπη της Παναγίας της Γαλατιανής”».

59. «Για να έρθει το γάλα στις μικρολεχώνες τις ορμήνευα να κοιτάνε στο λιμάνι ποιό καΐκι θά ‘ρθει από τα ξένα. Σαν μαμή πήγαινα και παρακαλούσα τον καπετάνιο και μου έδινε γαλέτες, που είναι ταξιδεμένο ψωμί και έχει περάσει θάλασσα (40 κύματα). Οι γαλέτες τραβούν τα κακά υγρά και φυλάνε τη λεχώνα από το “χάλι” (το οίδημα της εκλαμψίας). Όταν έφευγε το “χάλι”, το γάλα ερχόταν από μόνο του».

60. «Για να κατεβάσει η λεχώνα γάλα κρέμαγα στο λαϊμό της τη γαλατόπετρα. Η πέτρα αυτή ήταν και άφθαστο φυλαχτό για την αιμορραγία της λεχώνας και τη φύλαγε από τους υστερόπορους».

61. «Αν μιας πρωτάρας μικρολεχώνας που ήταν βοσκοπούλα (ποιμενίδα), της έφευγε το γάλα ή δεν είχε γάλα, όταν βράδιαζε την έβαζα να περιμένει τα γελάδια που έρχονταν απ’ τη βοσκή. Μόλις τα έβλεπε και πλησίαζαν έπρεπε να τα “μαυλίσει” (μαυλίζω=καλώ, προσκαλώ, κράζω όρνιθες ή άλλα οικόσιτα ζώα το καθένα με τη δική του φωνή) λέγοντας:

“Πτρ..., πτρ.... Πού είσαι, γαλατάκι μου; Γιατί χάθηκες; Πού βόσκεις; Να ξανάρθεις στον κόρφο μου, να φάει το παιδάκι μου!». (Εξαρτημένο οσμηγόνο αντανακλαστικό).

62. «Για να κατεβάσει γάλα η λεχώνα τις πρώτες μέρες της έδινα γαλατσίδα, μαυρομάτικα φασόλια ζυμωμένα με

“ταξιδιαρικό ψωμί” και ταχινόσουπα. Η ταχινόσουπα φέρνει γρήγορα γάλα. Μετά της έκανα ζεστό μπάνιο με βαγιόφυλλα. Ακόμα, τη δεύτερη και τρίτη μέρα τής έδινα ρυζόγαλο για να “ριζώσει” το γάλα».

63. «Αν η λεχώνα είχε κακοπάθει στη γέννα (δυστοκία), της έκανα πρώτα “ζεστασιές” και πάντοτε έβανα να την πρωτοβυζάζει μεγαλύτερο παιδί. Το δικό της το θήλαζε άλλη, που είχε γεννήσει πρωτύτερα και τη λέγανε “βυζάστρα” ή “ψυχομάνα” ή “παραμάνα” και συνήθως ήταν κάποια συγγενής ή φίλη της. Το κουτσουνάκι (αρτιγέννητο) εκείνο δεν έκανε να πιεί “πρωτογαλιά” απ’ την κακοπαθημένη στη γέννα λεχωνίτσα, γιατί το γάλα ήταν πικρόχολο».

64. «Σαν πολλά χρόνια μαμή είχα το συνήθειο να γητεύω το σιτάρι πριν το βράσω και μετά το έδινα να το φάει η λεχώνα. Το μαγεμένο αυτό σιτάρι το άλεθα και έκανα το “μπουμουκι”, που ήταν ένα μικρό ψωμάκι. Την ώρα που η λεχώνα έτρωγε το “μπουμουκι”, της έκανα “σταυρώματα” και “αγιάσματα” με αγιωτικά για να έρθει στον κόρφο της γλυκό γάλα. Αφού έτρωγε τρία “μπουμουκία”, την έβαζα έξω στο παράθυρο να αντικρίζει τα βουνά και την ορμήνευα να λέει αυτά τα λόγια:

- “Βουνά μου, καλά βουνά μου και γλυκά μου βουναλάκια και κοντοραχούλες μου, όπως τρέχουν σε σας, βουνά μου, οι νερομάνες σας και τα νερά τα καθαρά, έτσι να τρέχει και το δικό μου γάλα στα στήθια μου, για να έχει να φάει το παιδάκι μου, το βυζασταρούδι μου, το γαλοκαμένο”.

- “Καλά μου βουνά, διώχτε το πικρόχολο και το φαρμακογαλιασμένο και

στείλτε μου γλυκό γάλα, σαν της Παναγιάς της Γαλατιανής, για να ‘χω και την ευχή της”».

65. «Αν η λεχώνα ήταν πλούσια αρχόντισσα και μετά απ’ την τρίτη μέρα δεν είχε κατεβάσει γάλα, τότε έλεγα στον άντρα της και φώναζε τρεις σαραντίστρες, που τις λέγανε “γαλομάνες” και τις “αργυροχρύσωνε”. Αυτές μαζί μ’ εμένα πηγαίναμε τη λεχώνα και τη σαραντίζαμε στα “στεφάνια του βουνού”, εκεί που έβγαине το γαλοχόρτι με τα φύλλα τα πλατιά, που όταν τα έκοβες έβγαине πολύ γάλα. Μπουσουλώντας η λεχώνα με τα στήθια της γυμνά, έβοσκε σαν προβατίνα το γαλοχόρτι με το στόμα της, χωρίς να βάλει χέρι. Οι σαραντίστρες γυναίκες που έφερναν το γάλα με μαγικά βότανα λέγονταν και “μανοσαραντίστρες” ή “γαλοσαραντίστρες”. Αυτές γνώριζαν πολλά διαβάσματα (γητειές) κι εξορκισμούς ή άλλες ευχές. Συνήθως, οι σαραντίστρες ήταν πολύτεχνες μητέρες και επιτυχημένες βυζάστρες».

66. «Σαν παλιά μαμή είχα ένα άφθαστο γιατρικό για να έρθει το γάλα της λεχώνας. Έκοβα μια κουλούρα και την έβαζα στον κόρφο της τρυφερολεχώνας (πρωτάρας) για τρεις μέρες κι έτσι της ερχόταν άφθονο γάλα. (Εξασκείτο πίεση στα μασχालιαία λεμφαγγεία με αύξηση της αιμάτωσης των μαστών. Επίσης, κεντρομόλα ερεθίσματα έφθαναν προς το δρέπανο του εγκεφάλου, τα οποία ενεργοποιούσαν την έκκριση της προλακτίνης και επίσης την παραγωγή των πολυπεπτιδίων της ευεξίας, όπως της ντοπαμίνης, της στιμουλίνης, των β-ενδορφινών κλπ.). Σ’ όλη τη διάρκεια των πρώτων τριών ημερών που κρατούσε από μισή κουλούρα στη μασχάλη της,

της έδινα και έπινε σπόρο κοπανισμένου άνηθου (αφέψημα), μετά άφθονες κρεμμύδοσουπες και κοτόσουπες».

67. «Όταν δεν μπορούσα να φέρω το γάλα της λεχώνας στον κόρφο της, τότε φώναζα τον παπά να διαβάσει στη λεχώνα την “ευχή του γαλάτου”. Αν κι έτσι δεν γινόταν τίποτα, τότε φώναζα τις ειδικές γιάτρισσες του γαλάτου που τις λέγαμε “νεραϊδάρες” ή “γαλούσες”. Αυτές ήταν γριές μαμές που ήξεραν μαγικά και ξανάφερναν το γάλα στη λεχώνα με λόγια, μαλάξεις των βυζιών με βυζόχτενα και λοιπά ξορκιολογίσματα».

68. «Παλιότερα υπήρχαν μαμές που στα νιάτα τους ήταν βυζάστρες και αργότερα έγιναν μαμές, ήταν δε κατάλληλες για τις επιπλοκές του θηλασμού από κακή ή ανεπαρκή διατροφή ή άλλες αιτίες. Αυτές ήταν τρεις: η “Κλώστρα”, η “Σφοντύλω” κι η “Καλόψυχη”. Στην ηλικία συνήθως ήταν μεσόκοπες, έγκωμες (παχύσαρκες) και χαρούμενοι τύποι γυναικών (εύχαρεις), γνώριζαν δε πολλά για τους μαστούς και το γάλα τους.

Επειδή οι μαστοί της μητέρας λόγω του θηλασμού είχαν σπουδαία αποστολή για την επιβίωση του παιδιού, αυτές γνώριζαν ότι η καλή λειτουργία τους επηρεαζόταν από την καλή ή ανεπαρκή διατροφή της λεχώνας κι από πολλούς άλλους εξωγενείς παράγοντες. Όπως έλεγαν δηλαδή, οι μαστοί της λεχώνας ήταν επιρρεπείς στη διάθεση των “απ’ έξω”, των “ξωτικών” ή των “νεραϊδών”. Αυτός ήταν ο λόγος που η αντιμετώπισή τους από τις τρεις παραπάνω γριές μαμές γινόταν πολλές φορές με ξόρκια και αντικείμενα των νεραϊδών, όπως ήταν τα βυζοσφόντυλα, τα γαλοσφόντυλα κλπ. Τα σφονδύλια αυτά που τους τα κρεμούσαν στο

λαιμό, ήταν από γερό ξύλο καρυδιάς, κέδρου, σφένδαμου ή πιξαριού, από ελεφαντοστούν (αρχαία εποχή) ή από κόκαλο, ώστε να μην τα τρώει το σαράκι, να μην καίγονται εύκολα, να μην σπάνε ή να μην πατιώνται, γιατί όπως έλεγαν, το γάλα δεν έπρεπε να κόβεται, να καίγεται και να πατιέται. Αναφέρω για παράδειγμα μια από τις πιο συνήθεις μαγικές πράξεις των γυναικών αυτών, που γινόταν ως εξής:

Διάλεγαν ένα δρόμο από το χωριό, απ’ όπου προηγουμένως είχαν περάσει αγελάδες ή προβατίνες. Βάδιζε η πρώτη μαμή και σκόρπιζε μικρά κομμάτια ψωμιού, ενώ ακολουθούσε η δεύτερη μαμή που τα μάζευε. Η λεχωνίτσα με τη βοήθεια της μητέρας της τις ακολουθούσε από πολύ κοντά. Η πρώτη μαμή ρωτούσε μεγαλοφώνως τη δεύτερη:

– “Τί βρήκες αυτού”;

Η δεύτερη μαμή απαντούσε:

– “Βρήκα το γάλα της μάνας”.

Μετά από αρκετό δρόμο έδιναν τις μπουκιές αυτού του ψωμιού στη μικρομάνα και τις έτρωγε. Την άλλη μέρα της ερχόταν το γάλα. (Εξαρτημένο οσμηγόνο αντανακλαστικό για ποιμενίδα χωρική λεχώνα, προερχόμενο από την οσμή κοπράνων αγελάδων ή προβατίνων. Αίσθημα ασφάλειας και παραγωγή πολυπεπτιδίων ευεξίας κλπ.). Την άλλη μέρα που της ερχόταν το πρώτο πολύ γάλα, για να μην “πισωστρέψει” έλεγαν στη μικρομάνα λεχώνα διάφορα ευτράπελα και αστεία. Επίσης, διάφορα νιώσματα (αινίγματα) και ορμήνιες για το γάλα, όπως το παρακάτω αίνιγμα:

“Άκοπο απ’ το μαχαίρι,
άβαλτο μες στο σκουτέλι.

Όλοι απ’ αυτό έφαγαν,

κι ο βασιλιάς όταν ήτανε κοπέλι”.

– Τί είναι;

– Το μητρικό γάλα.

Έτσι ορμήνευαν οι παλιές αυτές μαμές με το δικό τους τρόπο τη λεχώνα και της έδιναν ευχές να μην κοπεί ποτέ το γάλα της, δηλ. να μη χαθεί. Να είναι άβαλτο, δηλ. να μην αναγκασθεί να πάρει ξένο γάλα για το παιδί της και να το βάλει στο σκουτέλι».

69. «Το πρώτο πολύ γάλα το έλεγαν “κλιάστρα” ή “κολάστρα”. Πίστευαν ότι ήταν φάρμακο για τον πονόματο και τον αυτόπονο του παιδιού (γιατί έχει κορτικοειδή και αντισώματα από τη μητέρα). Ορμήνευαν τη λεχώνα ότι το γάλα της γυναίκας δεν το βράζουμε, ούτε το πετάνε στη φωτιά, για να μην καούν τα στήθια της και στερέψει. Μόνο όταν έχει περισσογαλιά (άφθονο), το αρμέγουμε και το βάζουμε σε απάτητο μέρος. Μετά τον ερχομό του γάλακτος, για να μην κοπεί η όρεξη της λεχώνας δεν την άφηναν να δει καθρέφτη, να δει λείψανο (κηδεία) ή να επισκεφθεί ξένο σπίτι, για να μην τη γλωσσοφάνε (νευρογενής ανορεξία).

Την πρώτη μέρα απ’ τη γαλακτοφορία έπινε ζωμό από ρόδι και έτρωγε μέλι με λίγο τριμμένο μοσχοκάρυδο. Τη δεύτερη και τρίτη μέρα έβαναν μια “καλόφαγη” γυναίκα που είχε πολλά παιδιά, που την τάζε με στηθάμι κότας και της έδινε κι έπινε πολλές σούπες».

70. «Στα “τρινύχτια”, τότε που γινόταν το γράψιμο της μοίρας του παιδιού, πριν της δώκω τις ορμήνιες για το πρώτο βύζαγμα συνήθιζα να κρατάω πάνω απ’ το κεφάλι της λεχώνας ένα αφόρεγο κόσκινο (καινούργιο, αμεταχείριστο), που μέσα είχα βάλει ψωμί, αλάτι, ένα μικρό

μπουκάλι κρασί και βρασμένο στηθάμι κότας που το λέγαμε “του πουλιού το γάλα”, γιατί κατέβαζε πολύ γάλα (γαλακταγωγό). Επίσης, για να καλωσορίσουμε τις Μοίρες έπρεπε η μάνα της λεχώνας να έχει ετοιμάσει πάνω στο τραπέζι πολλά καλοστρωμένα και καλοσερβιρισμένα φαγητά και ποτά. Όταν της κρατούσα το κόσκινο, έλεγα στη λεχωνίτσα ότι πριν παρακαλέσει τις Μοίρες έπρεπε να φάει με όρεξη και να είναι φαγανή και τροφαντή, γιατί αλλιώς θα θυμώσουν οι Μοίρες και θα κακομοιράνουν το παιδί. Μετά μαζί με τη μάνα της την ορμηνεύαμε πώς να βυζαίνει το παιδί της. Πριν ξεκινήσει η μικρομάνα να βυζάξει το βρέφος της, τη ρωτούσα αν έφαγε με όρεξη κι εκείνη έπρεπε να μου απαντήσει μεγαλόφωνα:

– Μαμή: Έφαγες καλά, λεχωνίτσα μου;

– Λεχώνα: Έφαγα καλά.

– Μαμή: Ήπιες καλά, τρυφερολεχωνίτσα μου;

– Λεχώνα: Ήπια καλά, κυρα-Μαμή.

– Μαμή: Χόρτασες, μικρή μανούλα;

– Λεχώνα: Χόρτασα, κυρα-Μαμή μου, σεβαστή μου.

– Μαμή: Πάντα χορτασμένη νά ‘σαι και πάντα τροφαντή, καλορίζικο νά ‘ναι το βυζασταρούδι σου και πάντα γαλακτερή.

Μετά το βύζαγμα τη συμβούλευα πώς να παρακαλέσει τις Μοίρες και της έλεγα τι έπρεπε να πει:

“Καλές μου Μοίρες, Μοίρες των Μοιρών και καλή μου Παναγία Γαλατιανή, Σκουπιώτισσα και Μεγαλοσπηλιώτισσα, θαυματουργές, ελάτε να μοιράνετε το παιδί μου να το καλοαναθρέψω, να ζήσει χρόνους πολλούς, δίχως σκοτούρες, πόνους και βάσανα”».