

# Το σιτάρι, ο ευλογημένος καρπός

[Πολιτισμός](#) / [Δοκίμια](#) / [Πολιτισμός](#)

[Μιχάλης Κουτσός, Φιλολόγος - Συγγραφέας](#)



## **Εισαγωγικά**

**Το σιτάρι (ο σίτος) είναι ένας από τους πιο ευλογημένους καρπούς μαζί με το λάδι και το κρασί, γι' αυτό και οι αρχαίοι Έλληνες έδιναν μεγάλη σημασία σε αυτό αλλά και η εκκλησία καθαγίασε τον σίτο και τον άρτο. Εμείς βέβαια τον άρτο τον λέμε ψωμί, αλλά χρησιμοποιείται και η λέξη άρτος, στους άρτους που πάμε στην εκκλησία και κάνουμε αρτοκλασία.**

Ψωμί ονομάστηκε αργότερα με την συγκοπή της έκφρασης «*ψωμίον άρτου*», που σημαίνει κομμάτι ψωμιού, ψωμίον, ψωμί. Έτσι έγινε και το νερό από το «*νεαρόν ύδωρ*», φρέσκο νερό, νεαρόν, νερό. Το ίδιο έγινε και με το ψάρι «*οψάριον ιχθύος*», ψητό (οπτόν) ιχθύος, οψάριον, ψάρι. Επίσης το κρασί προέρχεται από το κράσις (κεράννυμι) (οι αρχαίοι έπιναν το κρασί με ανάμειξη με νερό, όχι σκέτο) *κράσις οίνου*, κράσις, κρασί.

Ο άρτος ακολουθεί την πορεία της φυλής μας από αρχαιοτάτους χρόνους μέχρι και σήμερα. Και ο οίνος (το κρασί) είναι σε μεγάλη εκτίμηση αλλά και ο άρτος (το

ψωμί), όπως τονίζει ο ψαλμωδός «οίνος καρδίαν ανθρώπου ευφραίνει, αλλά άρτος καρδίαν ανθρώπου στηρίζει» (Ψαλμ.103,15). Ας παρακολουθήσουμε λοιπόν αυτήν την αξιοπρόσεκτη ιστορική του πορεία μέσα στην μυθολογία και ιστορία, στην γεωργία και την εκκλησία.



## ***A. Το σιτάρι στην μυθολογία και την ιστορία***

Υπάρχουν πολλές πληροφορίες για την καλλιέργεια της γης και ειδικότερα του σιταριού, όπως για παράδειγμα από τον Ησίοδο στο έργο του «Έργα και Ημέραι» (στ. 466-472) στα τέλη του 8ου αιώνα π.Χ.

Το σιτάρι, όπως και τα άλλα δημητριακά, σχετίζονται άμεσα με την θεά Δήμητρα κατά την ελληνική μυθολογία. Σύμφωνα προς τη συνηθέστερη ετυμολογία του ονόματός της, αυτό προήλθε από τις λέξεις **γη και μήτηρ** (Δημήτηρ)= η μάνα της γης. Η θεά Δήμητρα ήταν κόρη του Κρόνου και της Ρέας, αδελφή του Διός και μητέρα της Περσεφόνης. Η Δήμητρα ως θεά της γεωργίας έδινε στους ανθρώπους τους καρπούς της γης και δίδασκε τους ανθρώπους πώς να καλλιεργούν τους αγρούς και να παρασκευάζουν το ψωμί τους. Όμως η θεά συμβόλιζε και την ίδια τη γη, στις οποίες τα μυστηριώδη βάθη γίνονταν οι διεργασίες της βλάστησης, γι'

αυτό και η λατρεία της Δήμητρας ήταν διπλή: αφ' ενός απλή και υπαίθρια, αφ' ετέρου μυστηριακή και απόκρυφη.

Ο μύθος της κόρης της Δήμητρας, της Περσεφόνης, συνδέεται με την εναλλαγή των εποχών. Εκφράζει την ελπίδα της ζωής και συμβολίζει τον κύκλο του σιταριού και όλης της φύσης. Τους χειμερινούς μήνες, που η Περσεφόνη βρισκόταν κάτω με τον Άδη μακριά από τη μητέρα της, πενθούσε μαζί της και η φύση, ενώ ανθούσε και χαίρονταν τους μήνες της άνοιξης και του καλοκαιριού.

Οι Αθηναίοι καυχόνταν ότι η θεά Δήμητρα πρώτα σε αυτούς δίδαξε πώς να εξασφαλίζουν την τροφή τους, με την παραγωγή του σιταριού και του κριθαριού, όπως διαβάζουμε στον **Μενέξενο του Πλάτωνα**:

*«Διότι μόνη αυτή και πρώτη τόν καιρόν εκείνον εξασφάλισε τροφή κατάλληλη γιά τον άνθρωπο, τόν καρπό τού σταριού και τού κριθαριού, μέ τόν όποιον τό ανθρώπινο γένος τρέφεται θαυμάσια και τελειότατα, δείχνοντας έτσι ότι αυτή ή ίδια γέννησε πράγματι αυτό τό πλάσμα. (Πλάτ. Μενέξ. 238α)*

Αλλά και ο **Ισοκράτης στον Πανηγυρικό** τονίζει ότι η θεά Δήμητρα τους έδωσε αυτό το δώρο των καρπών και δεν ζούσαν πια σαν τα ζώα: *«Διότι, όταν η Δήμητρα ήρθε στην χώρα μας, και περιπλανιόταν μετά την αρπαγή της Κόρης της (Περσεφόνης), καθώς την καλοδέχτηκαν οι πρόγονοί μας λόγω των ευεργεσιών που μόνο οι μυημένοι ήταν δυνατόν να τα μάθουν, και αφού έδωσε διπλές δωρεές, που πραγματικά ήταν πολύ μεγάλες, και τους καρπούς, που έγιναν η αιτία να μην ζούμε, όπως τα ζώα, και την τελετή(τα Ελευσίνια), με την οποία όσοι πήραν μέρος διατηρούν τις πιο γλυκιές ελπίδες και για το τέλος αυτής της ζωής και για την αιωνιότητα» (Πανηγυρικός Ισοκράτη,28)*

Ο σίτος (το σιτάρι ή στάρι) (Τρίτικον, *Triticum spp.*) είναι από τα αρχαιότερα και ίσως το σημαντικότερο φυτό της οικογένειας των Αγροστωδών. Δεν είναι απόλυτα γνωστό πότε ακριβώς καλλιεργήθηκε για πρώτη φορά, ωστόσο η ποικιλία των ονομάτων του στις διάφορες γλώσσες δείχνει ότι από τους προϊστορικούς ακόμα χρόνους η καλλιέργειά του ήταν διαδομένη σε χώρες μακρινές μεταξύ τους. Κατά πάσα πιθανότητα η καλλιέργεια του σιταριού ξεκινά το 7.000 π.Χ. στη νοτιοδυτική Ασία, την Συρία, τον Λίβανο, την Αίγυπτο καθώς και εκτάσεις του Ευφράτη και του Τίγρη ως τον Περσικό κόλπο, ενώ στην Ευρώπη η καλλιέργεια ξεκινάει κατά τη νεολιθική εποχή. Μνημεία στην Αίγυπτο παρουσιάζουν το σιτάρι γνωστό πριν από τους ποιμένες βασιλείς και ανάγουν την εισαγωγή του στην θεά Ίσιδα. Οι Κινέζοι θεωρούν το σιτάρι δώρο του Ουρανού. Οι Αρχαίοι Έλληνες πίστευαν ότι η θεά Δήμητρα δίδαξε την καλλιέργεια του σιταριού στον Ελευσίνιο Τριπτόλεμο. Στον Ελλαδικό χώρο το συναντάμε από την αρχαιότητα κυρίως στον θεσσαλικό κάμπο,

τον αποκαλούμενο και σιτοβολώνα της Ελλάδος. Το ψωμί είχε ιερή αξία και ήταν αντικείμενο σεβασμού, γι' αυτό ο Osiris της Αιγύπτου έγινε ο θεός του σιταριού. Το ψωμί κατείχε πολύ σημαντική θέση και στους γάμους, όπου οι δύο οικογένειες που ενώνονταν, έτρωγαν μαζί ψωμί. Αυτόν τον φιλικό δεσμό εκφράζει και η φράση «*φάγαμε μαζί ψωμί κι αλάτι*».

Στην Αρχαία Ελλάδα κατασκεύαζαν φούρνους, γεγονός που βοήθησε στην εξέλιξη του ψωμιού. Μέχρι τον 5ο αι. π.Χ, το ψωμί φτιάχνονταν κυρίως με όλυρα (είδος κριθαριού) και το γνωστό κριθάρι, αφού το σταρένιο ψωμί (ζειά), ήταν σχεδόν απαγορευμένο και η βρώμη ήταν άγνωστη. Αργότερα οι Έλληνες τρέφονταν καθημερινά με ψωμί, ενώ το κάθε σπίτι είχε το δικό του χειροκίνητο μύλο, για να μετατρέπει το σιτάρι σε αλεύρι και κατάφεραν να φτιάξουν 70 είδη ψωμιού με αρωματικά και μπαχαρικά.

Το σιτάρι σήμερα κατέχει τη δεύτερη θέση των δημητριακών με την μεγαλύτερη παραγωγή, κατανάλωση και εμπορία στον κόσμο. Βασικό στοιχείο της μεσογειακής διατροφής και ανά τους αιώνες βασικό προϊόν για την διατροφή του ανθρώπου αποτελεί ο σίτος, το ευλογημένο σιτάρι, η παραγωγή του οποίου καθόρισε την τύχη και την πορεία πολλών λαών, όπως του Βυζαντινού Κράτους μετά την αραβική εξάπλωση στην Αίγυπτο, τον βασικό σιτοβολώνα του Βυζαντίου. Το σιτάρι είναι πολύ αγαπητό στον λαό και συνδέεται άμεσα με πολλές παραδόσεις, τις οποίες μελετά και διαφυλάσσει η επιστήμη της λαογραφίας. Οι προχριστιανικές θρησκείες χρησιμοποιούν τον σίτο στη λατρεία τους, είτε ως προσφορά στις θεότητες των εθνικών ή ανατολικών θρησκευμάτων, είτε ως άρτο στην πρόθεση των άρτων του Ναού των Ιεροσολύμων ή άζυμα προς βρώση στο πασχάλιο δείπνο της ιουδαϊκής θρησκείας.

Οι Έλληνες πρόσφεραν άρτους στους θεούς, τους λεγόμενους «*θειαγόνους*», όπως στο ναό της Δήμητρας στην Ελευσίνα κατά τη γιορτή των «*Μεγαλαρτίων*»,. Στα μεγάλα Διονύσια όσοι συμμετείχαν, πήγαιναν με μεγάλα καλάθια γεμάτα κρασί, νερό και ψωμί, για τη θυσία στο θεό Διόνυσο. Στα νεότερα χρόνια ο άρτος συνοδεύει πολλές κοινωνικές εκδηλώσεις, όπως τα Χριστούγεννα με το χριστόψωμο, την Πρωτοχρονιά με την πρωτοχρονιάτικη πίτα, την Καθαρά Δευτέρα με την Λαγάνα και στην Θ. Λειτουργία με τις προσφορές, «*τις λειτουργιές*».

(Συνεχίζεται)

<https://bit.ly/3NtDAn2>