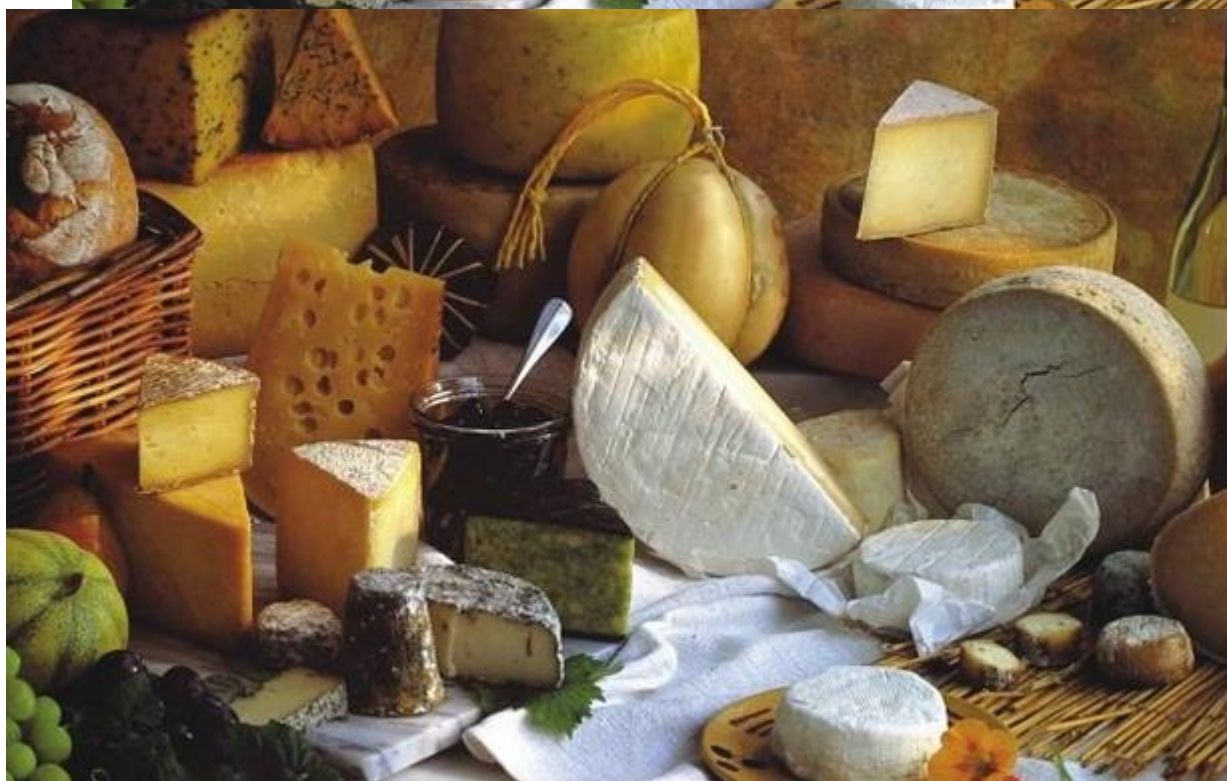


25 Φεβρουαρίου 2017

Τυροφάγου: πώς νηστεύουμε, τα έθιμα

/ [Επιστήμες](#), [Τέχνες](#) & [Πολιτισμός](#)



H

Κυριακή αυτή ονομάζεται “της Τυρινής”.

Η εβδομάδα που διανύουμε ονομάζεται “της Τυροφάγου” ή “λευκή εβδομάδα”, καθώς οι χριστιανοί δεν καταναλώνουν κρέας, για να προετοιμαστούν για τη μεγάλη νηστεία της Σαρακοστής.

Η Κυριακή της Απόκρεω είναι η τελευταία μέρα που τρώνε κόκκινο κρέας και η εβδομάδα μεταξύ της Κυριακής της Απόκρεω και της Κυριακής της Τυρινής είναι οι μέρες που τρώνε ψάρι, τυρί, γάλα και αυγά.

Ο τρόπος της νηστείας

α) Περίοδος Τριωδίου.

Στην εβδομάδα της Τυροφάγου, κατάλοιπο της Τεσσαρακοστής των 8 εβδομάδων, προστέθηκαν και άλλες δύο, η “Προφωνήσιμος” και η “Απόκρεως”, για να γίνουν τρεις οι εβδομάδες προετοιμασίας για την είσοδό μας στη Μ. Τεσσαρακοστή. Η περίοδος αυτή ονομάζεται “Τριώδιο”.

Στη **Νηστεία της Μ. Τεσσαρακοστής** μπαίνουμε σταδιακά κατά την περίοδο του Τριωδίου, περίοδο πνευματικής προετοιμασίας για την είσοδό μας σε αυτήν.

Κατά την **πρώτη εβδομάδα (από την Κυριακή του Τελώνου και Φαρισαίου μέχρι την Κυριακή του Ασώτου)**, που καλείται Προφωνήσιμη, επειδή αποτελεί την προαναγγελία της Μ. Τεσσαρακοστής, ή “αρτσιβούριο” (=προπομπός), έχουμε όλες τις μέρες της εβδομάδος “κατάλυσιν εις πάντα” (απολυτή).

Κατά την δεύτερη εβδομάδα, **της Αποκριάς ή Κρεατινής (από την Κυριακή του Ασώτου μέχρι την Κυριακή των Απόκρεω)**, καταλύουμε εις πάντα, εκτός Τετάρτης και Παρασκευής, ημέρες αυστηρής νηστείας. Η Κυριακή των Απόκρεω, είναι η τελευταία ημέρα, που τρώμε κρέας.

Και κατά την τρίτη εβδομάδα, **την Τυροφάγο ή Τυρινή (από την Δευτέρα μετά την Κυριακή των Απόκρεω μέχρι και την Κυριακή της Τυροφάγου)**, καταλούμε απ όλα, όλες τις ημέρες, εκτός από κρέας (λευκή νηστεία). την εβδομάδα αυτή ο άγιος Θεόδωρος ο Στουδίτης την ονομάζει “προνήσιμον” και η υμνογραφία “προκαθάριον”, επειδή κατ εξοχήν αυτή μάς προετοιμάζει, για να εισέλθουμε στην Τεσσαρακοστή.

Με την Κυριακή της Τυρινής κλείνει η προπαρασκευαστική περίοδος των τριών εβδομάδων του Τριωδίου και μπαίνουμε στην Μ. Τεσσαρακοστή.

β) Μ. Τεσσαρακοστή.

Κατά τη Μ. Τεσσαρακοστή η νηστεία είναι αυστηρή, άνευ καταλύσεως “οίνου και ελαίου”.

Λάδι και κρασί καταλούμε μόνο τα Σάββατα και τις Κυριακές (ως λύση της νηστείας), και κατά την εορτή των αγίων Τεσσαράκοντα Μαρτύρων. Αν κάποιος τρώνε λάδι Δευτέρα, Τρίτη και Πέμπτη, αυτό γίνεται για ιδιαίτερους λόγους αδυναμίας ή ασθενείας, με τη διάκριση και έγκριση του Πνευματικού.

Τα έθιμα της Τυροφάγου εβδομάδας στην Αρκαδία

Την εβδομάδα αυτή εξαφανίζονταν από το σπίτι όλα τα κρεατικά, όλοι οι χωριανοί προμηθεύονταν γάλα, για να φτιάξουν τις ξυπόλυτες γαλόπιτες, τις μακαρονόπιτες και τις τυρόπιτες και να πήξουν τα γιαούρτια.

Οι νοικοκυρές ετοίμαζαν τα γαλακτερά φαγητά και τα γλυκίσματα για να κεράσουν τις μπούλες και τους φίλους. Τα ψάρια επιτρέπονταν όλη την εβδομάδα.

Το Σάββατο της Τυρινής οι γυναίκες έφτιαχναν τα **ψυχούδια**, τα μικρά στρογγυλά ψωμάκια με τη σφραγίδα στη μέση σαν πρόσφορο. Αυτήν την ημέρα μαζεύονταν τα παιδιά στα νεκροταφεία, έπαιρναν από ένα ψυχούδι και προσεύχονταν. Οι γυναίκες μαζί με τα ψυχούδια, έχουν ένα σίδερο του σιδερώματος με αναμμένα κάρβουνα, για να ρίξουν μαζί με λιβάνι, επάνω στο μνήμα. Στις ψυχές, προτού φύγουν από το νεκροταφείο, αφήναν μια μπουκιά ψυχούδι μουσκεμένο στο κρασί.

Κυριακή της Τυρινής.

Το πρωί ήταν ο καθιερωμένος εκκλησιασμός. Το μεσημέρι το τραπέζι περιελάμβανε το **τυροζούμι**(αραιή άρμη), βακαλάο πλακί ή ψητό στη μπουγάνα με σκορδαλιά. Συνοδευόταν από γαλόπιτα ξυπόλυτη, γιατί δεν είχε φύλλο. Το βράδυ ετοίμαζαν μακαρόνια με μπόλικη μυζήθρα και με χοιρινό λίπος που συνοδευόταν από τηγανητό βακαλάο και κρασί.

Έθιμα διατροφής την Κυριακή της Τυρινής

-Στην Αρκαδία υπάρχει η παράδοση τα ανύπαντρα νεαρά άτομα να κλέψουν ένα κομμάτι μακαρόνι και να το βάλουν κάτω από το μαξιλάρι τους για να ονειρευτούν ποιον θα παντρευτούν.

-Οι κοινότητες των Βλάχων των ορεινών περιοχών της κεντρικής Ελλάδας φτιάχνουν παραδοσιακές γαλατόπιτες, τυρόπιτες ή πίτες με τραχανά.

-Στο νησί της Καρπάθου κατά την παράδοση όλοι καλούνται στο σπίτι του δημάρχου, όπου υπάρχει ένας μεγάλος μπουφές με ψάρι, γαλακτοκομικά προϊόντα, γλυκά φτιαγμένα με μυζήθρα, πουτίγκα ρυζιού και ποτό, που ονομάζεται **σιτάκα** καρυκευμένο με βούτυρο και μέλι.

-Στη Μήλο και την Κέα τα υπολείμματα του φαγητού από τη γιορτή της Τυροφάγου μένουν στο τραπέζι μέχρι το επόμενο πρωί, για την περίπτωση που το φάντασμα του σπιτιού πεινάσει την νύχτα.

Έθιμο της Τυροφάγου είναι το βραδινό γεύμα να τελειώνει με αυγά, βρασμένα ή ψημένα στο τζάκι.

Σε κάποιες περιοχές της Ελλάδας, τα μέλη της οικογένειας βάζουν τα αυγά τους κοντά στην θράκα του τζακιού για να ψηθούν και περιμένουν να δουν ποιανού το αυγό θα «ιδρώσει» πρώτο (σημάδι ότι αυτός ή αυτή θα έχουν καλή χρονιά).

Ο συμβολισμός αυτής της παράδοσης είναι ότι σφραγίζεται το στόμα με αυγό και ανοίγει το στόμα με αυγό το Πάσχα.

-Παλιό έθιμο στην Καστοριά είναι το **χάσκαρις**: ένα αυγό δένεται στο άκρο μίας κλωστής και περνάει γρήγορα από στόμα σε στόμα. Το άτομο που καταφέρνει να το πιάσει είναι ο νικητής.

Πηγή: argiro.gr