



ΑΝΩΤΑΤΟ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΚΟ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΙΔΡΥΜΑ ΚΡΗΤΗΣ

ΣΧΟΛΗ ΔΙΟΙΚΗΣΗΣ ΚΑΙ ΟΙΚΟΝΟΜΙΑΣ

ΤΜΗΜΑ ΔΙΟΙΚΗΣΗΣ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΕΩΝ

ΚΑΤΕΥΘΥΝΣΗ : ΔΙΟΙΚΗΣΗΣ ΤΟΥΡΙΣΤΙΚΩΝ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΕΩΝ

ΤΙΤΛΟΣ ΠΤΥΧΙΑΚΗΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

**Πολιτισμός και διατροφικές συνήθειες των πιστών ανά
θρησκευτικό δόγμα υπό το πρίσμα της τουριστικής βιομηχανίας**



ΕΠΙΜΕΛΕΙΑ ΕΡΓΑΣΙΑΣ : ΠΑΝΑΓΙΩΤΙΔΟΥ ΜΑΡΙΑ- ΖΩΗ

ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ ΚΑΘΗΓΗΤΗΣ: κ. ΦΡΑΓΚΟΥΛΗΣ ΑΝΤΩΝΗΣ

ΗΡΑΚΛΕΙΟ 2014

ΕΥΧΑΡΙΣΤΙΕΣ

Νιώθω την ανάγκη να ευχαριστήσω όλους όσους μου συμπαραστάθηκαν στην πορεία εκπόνησης της συγκεκριμένης εργασίας και πρωτίστως τον επιβλέποντα καθηγητή μου, κ.Αντώνη Φραγκούλη που με το ενδιαφέρον του και την θετικότητα που επέδειξε για το υπό διερεύνηση θέμα της εργασίας, την ενθάρρυνση και την θετική επικοινωνία που αναπτύξαμε , συνέβαλε στην ολοκλήρωση της εργασίας.

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

Περίληψη.....	5
Abstract	5
Εισαγωγή	6
1. Αρχαίες θρησκείες- Αρχαίοι Πολιτισμοί.....	9
1.1 Ανιμισμός.....	9
1.2 Ο πολιτισμός και η θρησκευτική λατρεία των λαών της Μεσοποταμίας	9
1.3 Το πολιτισμικό γίνεσθαι και το πάνθεον της Αρχαίας Αιγύπτου.....	14
1.4 Οι πολιτισμοί των Μεγάλων Βασιλείων μεταξύ Νείλου και Ευφράτη: Χετταίοι, Φοίνικες, Εβραίοι (2000-587 π.Χ.)	22
1.5 Οι «Λαοί της Θάλασσας».....	23
1.6 οι Ισραηλίτες (Εβραίοι) (περ. 1800-587 π.Χ.).....	23
1.7 Ο πολιτισμός και οι θρησκευτική λατρεία στις ακτές του Αιγαίου πελάγους: Κρήτη, Κυκλάδες, Μυκήνες (3000-1100 π.Χ.).....	28
1.8 Η πολιτισμική και θρησκευτική πορεία των Αρχαϊκών Ελληνικών Κρατών (περ. 1100-500 π.Χ.).....	34
1.9 Πολιτισμός και θρησκευτικό πάνθεον στην Αρχαία Ρώμη.....	47
2 .Η νηστεία κατά την αρχαιότητα.....	49
3. Οι Θρησκείες της «Ιστορικής Αποκαλύψεως του Θεού» και του «Αιωνίου Νόμου του Κόσμου»	53
3.1 Σημεία σύγκλισης και απόκλισης μεταξύ των διαφόρων θρησκευτικών δογμάτων και οι θρησκευτικοί περιορισμοί στη διατροφή.	55
3.2.1 Χριστιανικά Δόγματα	55
3.2.2 Η σημασία της Νηστείας στον Χριστιανισμό	58
3.2.3 Η θρησκεία του Ισλάμ.....	60
3.2.4 Οι τροφές haram και halal του Κορανίου	65
3.2.5 Η θρησκεία των Εβραίων	66
3.2.6 Οι διατροφικοί περιορισμοί των Εβραίων.....	71
3.2.7 Ινδουιστική Θρησκεία.....	71
3.2.8 Οι διατροφικές νόρμες της Ινδουιστικής θρησκείας.....	80
3.2.9 Η θρησκεία του Βούδα.....	81
3.2.9 Το διατροφικό ευ ζην των Βουδιστών και η χορτοφαγική-Μακροβιοτική κουζίνα.....	89
4 . Οι διατροφικές συνήθειες και η συνολική τουριστική δαπάνη	91
5. Το δίπολο «Πολιτισμός- Θρησκεία» σε συνάρτηση με τις διατροφικές προτιμήσεις των τουριστών.....	91

6. Το τρίπτυχο « Πολιτισμός-Θρησκεία-Διατροφικές συνήθειες» στα πλαίσια της τουριστικής βιομηχανίας.....	92
7. Παραδείγματα επιχειρήσεων με έμφαση στον θρησκευτικό τουρισμό.....	93
7.1 Ταξιδιωτικά πρακτορεία που απευθύνονται σε Μουσουλμάνους και Εβραίους....	93
7.2 Ξενοδοχειακές επιχειρήσεις για «halal διακοπές».....	96
7.3 Η σφραγίδα της θρησκείας και τα πιστοποιητικά για γεύματα Kosher και Halal σε επιχειρήσεις επισιτισμού.....	98
7.3.1. Η σφραγίδα της θρησκείας και το σήμα πιστοποίησης για γεύματα Kosher σε επισιτιστικές επιχειρήσεις.....	98
7.3.2 Οι θρησκευτικές επιταγές και το σήμα πιστοποίησης για γεύματα Halal σε επιχειρήσεις επισιτισμού.....	101
7.4 Οι αεροπορικές εταιρείες και οι διατροφικές συνήθειες των πιστών.....	103
7.5 Ποια τα οφέλη για τις επιχειρήσεις από την ένταξη των ελληνικών προϊόντων στην εβραϊκή και μουσουλμανική αγορά.....	115
8. Συμπεράσματα.....	118
Ξενόγλωσση Βιβλιογραφία.....	119
Ελληνική Βιβλιογραφία.....	131

Περίληψη

Τα πολιτισμικά και θρησκευτικά στοιχεία ανάγονται σε θεμελιώδεις παραμέτρους που ασκούν επιρροή στην κατανάλωση τροφής. Ο κλάδος των επισιτιστικών επιχειρήσεων διαδραματίζει σπουδαίο ρόλο στον τουρισμό και έχει άμεσο αντίκτυπο στην ικανοποίηση των τουριστών, ενώ οι διατροφικές προτιμήσεις των τουριστών υπαγορεύονται, σε μεγαλύτερο ή μικρότερο βαθμό, από τον παράγοντα της θρησκείας και ακολούθως το φαγητό αποτελεί καίρια παράμετρο ως προς τα διαμορφούμενα κριτήρια που καθορίζουν την επιλογή του εκάστοτε τουριστικού προορισμού.

Αποτελεί, λοιπόν, αδήρητη ανάγκη να ενσκήψει η τουριστική βιομηχανία σε όσα συνδέουν τη θρησκεία με τη διατροφή λόγω του ότι δεν έχει απόλυτα διερευνηθεί και αξιοποιηθεί η εν λόγω διάσταση όσο θα έπρεπε, προκειμένου να προσελκύσουν οι ενδιαφερόμενες χώρες-προορισμοί τουρίστες με υψηλή καταναλωτική τουριστική δαπάνη και εξειδικευμένες διατροφικές συνήθειες και απαιτήσεις που επιβάλλονται κατεξοχήν από τη θρησκεία τους.

Στο παρόν πόνημα, παρουσιάζονται οι διατροφικές και καταναλωτικές συνήθειες των τουριστών με βάση τα κυριότερα θρησκευτικά δόγματα, μελετάται ενδελεχώς ο βαθμός ανταπόκρισης των επιχειρήσεων στον κλάδο τουρισμού στις ιδιαίτερες διατροφικές προτιμήσεις των τουριστών σύμφωνα με το θρησκευτικό δόγμα και παρατίθενται προτάσεις, ώστε να αυξηθεί η ροή τουριστών και ο κλάδος τουρισμού των τουριστικών προορισμών να προσαρμοστεί, σεβόμενος τις εκάστοτε θρησκευτικές πεποιθήσεις και διατροφικές επιλογές των τουριστών.

Λέξεις κλειδιά: τουριστική βιομηχανία, διατροφή και θρησκεία, νηστεία, τροφή Kosher, τροφή Halal

Abstract

The cultural and religious features are fundamental parameters that influence food consumption. The industry of food business plays an important role in tourism and has a direct impact on tourist satisfaction, and eating preferences of tourists dictated, to a greater or lesser extent, by the factor of religion and then, the food is a key parameter with regard to customizable criteria that determine the choice of each tourist destination.

Therefore, it is dire need to the tourism industry to be precipitated in those linkings religion with the diet ,due to this dimension that has not fully explored and exploited as it should be, in order to attract the countries concerned destinations tourists tourist high consumer spending and specialized eating habits and requirements imposed predominantly by their religion.

This essay presents the eating and consumption habits of tourists on the basis of the main religious doctrines, thoroughly studied the degree of responsiveness of firms in the tourism sector in particular dietary preferences of tourists according to religious doctrine and out proposals to increase the flow of tourists the tourism industry and tourist destinations to adapt, respecting their respective religious beliefs and food choices of tourists.

Keywords: tourism industry, nutrition and religion, fasting, Kosher food, Halal food

Εισαγωγή

Η εξέλιξη του ανθρώπινου είδους ακολούθησε διάφορα στάδια –όχι κατ' ανάγκη σε γραμμική ανοδική πορεία– ξεκινώντας από τους Αυστραλοπίθηκους και προχωρώντας στον Άνθρωπο τον Επιδέξιο (Homo Habilis), στον Άνθρωπο τον Όρθιο (Homo Erectus) και στον Άνθρωπο τον Έμφρονα (Homo Sapiens) [Leakey 1994].

Ήδη από τα πρώτα στάδια της ζωής του ανθρώπινου είδους επιχειρήθηκε η εξασφάλιση της αναγκαίας τροφής για την επιβίωση. Τροφοσυλλέκτες οι πρώτοι άνθρωποι αναζητούσαν την τροφή τους στη φύση και αργότερα άρχισαν να την παράγουν (History of Humanity 1994-2003, p. 100).

Στο πέρασμα των χρόνων και ανάλογα με την κοινωνία και τις συνθήκες που επικρατούσαν, διαμορφώθηκαν διατροφικές συνήθειες, οι οποίες αποτέλεσαν μέρος της κουλτούρας, του πολιτισμού της εκάστοτε κοινωνίας.

Το πολιτισμικό και θρησκευτικό πλαίσιο ενός λαού θεωρούνται παράγοντες που ασκούν επιρροή στον τρόπο κατανάλωσης της τροφής . Η ανθρωπολογική έννοια του πολιτισμού αντιπροσωπεύει σήμερα «το σύνολο των διαφοροποιών στοιχείων, πνευματικών και υλικών, διανοητικών και συναισθηματικών που χαρακτηρίζουν μία κοινωνία ή μία κοινωνική ομάδα» (Conférence mondiale sur les politiques culturelles 1982), συμπεριλαμβάνοντας τον τρόπο ζωής, τα θεμελιώδη ανθρώπινα δικαιώματα, το σύστημα αξιών, τα δόγματα ,τα ήθη-έθιμα και τις παραδόσεις. Ο πολιτισμός «καθοδηγεί» τον τρόπο συμπεριφοράς μίας ομάδας σε όλες τις δια βίου εκφάνσεις της, υποδεικνύοντας τις στερεοτυπικές ανθρώπινες δραστηριότητες . Οι διατροφικές συνήθειες περικλείονται στις συμπεριφορές αυτές. Σύμφωνα με τους Carmouche και Kelly (1995), η φυλή, η κοινωνική τάξη , η θρησκεία το φύλο και ο πολιτισμός αποτελούν παραμέτρους διαμόρφωσης των επιλογών του ατόμου ακόμα και ως προς την κατανάλωση τροφής. Επομένως, ο πολιτισμός καθορίζει τόσο τις τροφές που επιτρέπεται να καταναλώσει το άτομο (Atkins & Bowler 2001) όσο και τις κοινωνικά αποδεκτές τροφές και τις ιδιότητές τους (Prescott et al. 2002).

Επί παραδείγματι, η κατανάλωση κρέατος σκύλου και γάτας είναι κοινωνικά αποδεκτή σε πολλούς πολιτισμούς της νοτιοανατολικής Ασίας (Βιετνάμ, Καμπότζη, Κίνα, Ταϊλάνδη και Ν. Κορέα, όπου την αποκαλούν *Gaegogi* (Podberscek 2009,

p.617), ενώ στον Δυτικό κόσμο νοείται ως αποτρόπαιη και ανήθικη και απορρίπτεται ως απαράδεκτη (Bartlett & Clifton 2003). Ο εκάστοτε πολιτισμός, λοιπόν, κατατάσσει τις τροφές σε «καλές» ή «κακές», «αποδεκτές» και άρα «επιτρεπτές».

Ανέκαθεν η θρησκεία διαδραμάτιζε καίριο ρόλο τόσο στην επιλογή όσο και στην κατανάλωση τροφής. Ο Blix (2001) ισχυρίστηκε πως «εξ απαλών ονύχων» του πολιτισμού υπήρξαν αδιαίρετοι δεσμοί μεταξύ διατροφής και θρησκείας. Πολλές θρησκείες διέπονται από καθορισμένες διατροφικές νόρμες, ενώ συνάμα δίνουν λεπτομερείς οδηγίες στους πιστούς αναφορικά με τον τρόπο παρασκευής της τροφής (Halal ή Kosher). Σε θρησκείες, όπως το Ισλάμ και ο Ιουδαϊσμός, αυτοί οι κανόνες είναι διακριτοί, ρυθμίζοντας το τί, τη χρονική στιγμή και τον τρόπο κατανάλωσης του εκάστοτε τροφίμου ή τυχόν αποφυγή κατανάλωσής του. Οι διακρίσεις μεταξύ «απαγορευμένου και του μη απαγορευμένου», «βρώσιμου ή μη βρώσιμου» και «καλού και κακού» σχετικά με τα τρόφιμα είναι ξεκάθαρες σε κάθε θρησκευτική και πολιτισμική κοινότητα (Kittler & Sucher 2004, p.13 ; Lupton 1996, p.29).

Σκοπός του παρόντος πονήματος είναι ν' αναδείξει την πολιτιστική και θρησκευτική ταυτότητα του κάθε λαού από αρχαιότατων χρόνων έως και το σήμερα και ν' αναδείξει τους τρόπους αξιοποίησης από κάθε ενεργό κλάδο της τουριστικής βιομηχανίας.

Πιο συγκεκριμένα, η εξιστόρηση της δημιουργίας των πρώτων αρχαίων πολιτισμών και θρησκειών έχει ως αφετηρία τον Ανιμισμό με κεντρικό πρόσωπο την Μητέρα- Φύση και τους λαούς της Μεσοποταμίας.

Έπεται το Αιγυπτιακό πολιτισμικό και θρησκευτικό γίνεσθαι και τα Μεγάλα Βασίλεια Χετταίων, Φοινίκων και Εβραίων με τους άγνωστους ως τότε «Λαούς της Θάλασσας» και τους Ισραηλίτες.

Η περιήγηση συνεχίζεται εντός ελλαδικού χώρου με τον Κρητομηκοναϊκό και Κυκλαδικό ή όπως είναι, επίσης, γνωστός ως Αιγαιακός Πολιτισμός, συνοδεία πλούσιας θρησκευτικής λατρείας που δεν αποχωριζόταν, όμως, τα στοιχεία της Φύσης.

Σε πολιτισμικό και θρησκευτικό ζενίθ έφτασε η περίοδος της Αρχαϊκής Εποχής, όπου ξεχώρισαν ο Χρυσός Αιώνας του Περικλή με την μετεξέλιξη του πολιτεύματος στην Δημοκρατία, τους Περσικούς Πολέμους και μετέπειτα τον Πελοποννησιακό Πόλεμο σε πολιτικο-κοινωνικό επίπεδο και πολιτισμικό επίπεδο, καθώς και η λατρεία στο Δωδεκάθεο του Ολύμπου.

Στα πρότυπα της Ελλάδας βάδισε και η Αρχαία Ρώμη με την ιμπεριαλιστική πολιτική που ακολούθησε, προκειμένου να δημιουργήσει μία παντοδύναμη και μεγάλη σε έκταση αυτοκρατορία, την Ρωμαϊκή Αυτοκρατορία (Imperatum), να δεχθεί επιρροές από τον Αρχαίο Ελληνικό Πολιτισμό σε κάθε έκφανση της ακόμα και στον χώρο της θρησκείας.

Ως προς τη λεγόμενη «νηστεία», αυτή απαντά σχεδόν σε όλα τα θρησκευτικά δόγματα. Σε πολλούς λαούς δε, παρατηρείται η πρακτική της ηθελημένης αποχής από ορισμένες τροφές για θρησκευτικούς λόγους και για καθορισμένο χρονικό διάστημα, είτε δια βίου ή για ορισμένη χρονική περίοδο κατά την οποία απαγορεύεται σε πολλές θρησκείες η κατανάλωση κρέατος.

Βέβαια, η συνήθεια της νηστείας, που είναι και το αντικείμενο μελέτης της εν λόγω εργασίας, δεν ανήκει στο πρόσφατο παρελθόν, αλλά έχει τις ρίζες της στην αρχαιότητα και αποτελεί το δεύτερο κεφάλαιο.

Κατόπιν, στο τρίτο κεφάλαιο θα εξεταστούν οι Θρησκείες της «Ιστορικής Θεϊκής Αποκάλυψης» και όσες ανήκουν στον «Αιώνιο Νόμο του Κόσμου», οι συγκλίσεις και οι αντιθέσεις μεταξύ των ποικίλων θρησκευτικών προσεγγίσεων, ενώ στις υποενότητές του θα δοθεί βαρύτητα στις πιο γνωστές και πολυπληθείς θρησκείες του κόσμου μαζί με τα πολιτισμικά στοιχεία που απορρέουν από αυτές.

Εκκινώντας από τα χριστιανικά δόγματα και τη σημασία της νηστείας, προχωρώντας στις «καθαρές και ακάθαρτες» τροφές που υπαγορεύει το Ισλάμ και το Κοράνι και στην εβραϊκή θρησκεία και τους διατροφικούς περιορισμούς που τη διέπουν.

Τις δύο τελευταίες αποτελούν η Ινδουιστική θρησκεία με τις νόρμες των διατροφικών προτιμήσεων και το ευ ζην του Βουδισμού μαζί με την χορτοφαγική – Μακροβιοτική διατροφή.

Θα γίνει μνεία στη συμβολή των διατροφικών επιλογών στην τουριστική δαπάνη, με τις πρώτες να επηρεάζονται έντονα από την διττή οντότητα πολιτισμού και θρησκείας στη τρίτη και τέταρτη ενότητα αντίστοιχα.

Στα τέσσερα τελευταία κεφάλαια πριν τα συμπεράσματα, θα γίνει πλοήγηση στους τρόπους διαχείρισης του τρίπτυχου πολιτισμού-θρησκείας-διατροφικών προτιμήσεων και συνεπειών των πιστών εκ μέρους των κραταίων τομέων του τουρισμού, όπως τουριστικά πρακτορεία, ξενοδοχειακές μονάδες, επισιτιστικές επιχειρήσεις και αεροπορικές εταιρείες. Θα παρουσιαστούν τα πιθανά οφέλη των επιχειρήσεων από την διαχείριση των εξειδικευμένων αναγκών και επιθυμιών των

Εβραίων και Μουσουλμάνων . Προς τόνωση των όσων περιγράφονται παραπάνω, όπου είναι εφικτό, θα γίνει παράθεση υπό μορφή παραδειγμάτων.

1. Αρχαίες θρησκείες- Αρχαίοι Πολιτισμοί

1.1 Ανιμισμός

Η πρώτη μορφή πίστης ονομάζεται ανιμισμός, (από το λατινικό anima που σημαίνει ψυχή) που στη θρησκευολογία και την ανθρωπολογία νοείται η αρχέγονη ανθρώπινη θρησκεία, θεμελιωμένη στην πεποίθηση πνευματικών υπάρξεων που εμπυχώνουν κάθε μορφή και εκδήλωση του φυσικού κόσμου (Segal 2004,p.14) (τα δέντρα, ο άνεμος, τα ζώα ,οι άνθρωποι και οι πέτρες). Πρόκειται για την αρχαιότερη λατρευτική πρακτική της ανθρωπότητας και τα χαρακτηριστικά της απαντώνται σε γηγενείς πολιτισμούς. Η βάση του ανιμισμού είναι η άποψη ότι υπάρχει ένα πνευματικό βασίλειο, το οποίο μοιράζονται οι άνθρωποι με το σύμπαν. Καίριος είναι ο ρόλος του πνεύματος της γονιμότητας, που οδήγησε τελικά τους πρωτόγονους ανθρώπους στην λατρεία της θεάς της γονιμότητας, δηλαδή της «Μητέρας Θεάς», η οποία αναπαριστάται συνήθως σε ειδώλια με τονισμένα στο σώμα της τα σημεία της γονιμότητας: μεγάλα στήθη και διογκωμένη κοιλιά. Επίσης, η μαγεία είναι σημαντικό στοιχείο της πρωτόγονης θρησκευτικής πίστης, εφόσον χρησιμοποιείτο ως μεσολαβητής, προκειμένου τα πνεύματα να είναι θετικά διακείμενα απέναντι στους ανθρώπους, και δη σε περιπτώσεις πλημμύρας και λοιμού, ξηρασίας ή λιμού (Quinn 1997, p.305 ; Ζιάκας 2002, σσ. 113-114). Είναι θεμελιώδης, λοιπόν ,η άποψη στον Ανιμισμό ότι οι άνθρωποι, τα φυτά, τα ζώα και τα ουράνια σώματα κατέχουν ψυχή ανεξάρτητη από τη φυσική ύπαρξη.

1.2 Ο πολιτισμός και η θρησκευτική λατρεία των λαών της Μεσοποταμίας

Σύμφωνα με τα όσα ορίζει ο Brown (1995) ως πολιτισμός μπορεί να οριστεί το τελικό στάδιο της ανθρώπινης εξέλιξης θέτοντας τις προϋποθέσεις για την ύπαρξή του σε μία κοινωνία με την μόνιμη εγκατάσταση των μελών της και τη δημιουργία

αστικών κοινοτήτων, την ύπαρξη του συστήματος γραφής και το υψηλό πνευματικό επίπεδο που απορρέει από τους νόμους, τις θρησκευτικές παραδόσεις, τη λογοτεχνία και την τέχνη (Perry et al. 1996, pp.9-10). Αυτές οι παράμετροι ουσιαστικά καθορίζουν την ύπαρξη πολιτισμού, καθότι εμπεριέχουν τα στοιχεία εκείνα που διαχωρίζουν καθαρά την κοινωνία των λαών της Μεσοποταμίας από την πρότερη μορφή της ανθρώπινης κοινωνίας. Όλα τα προαναφερόμενα χαρακτηριστικά εμφανίσθηκαν στην Μεσοποταμία, και έτσι μπορεί κάποιος εύλογα να ισχυριστεί πως ο Πολιτισμός και «η Ιστορία αρχίζουν στην Σουμερία», καθώς μέσα σε ένα διάστημα περίπου τριακοσίων ετών, οι κάτοικοί της ανέπτυξαν όλα εκείνα τα στοιχεία που αποτέλεσαν την αυγή στην πρώτη μέρα του πρώτου ανθρώπινου πολιτισμού, που αναπτύχθηκε στην νότια περιοχή της Μεσοποταμίας, στην Σουμερία και έτσι ο σουμερικός πολιτισμός εισήλθε στην ονομαζόμενη Πρωτοεγγράμματη Περίοδο. Οι κοινότητες στην Σουμερία ήταν στην πραγματικότητα πόλεις-κράτη και ήταν διαιρεμένες σε συνοικίες που η κάθε μία είχε έναν ναό αφιερωμένο σε κάποιον θεό (History of Humanity 1994-2002, p. 129).

Οι Σουμέριοι πίστευαν ότι ολόκληρη η πόλη ανήκε σε έναν από τους θεούς του σουμερικού πανθέου. Ο αντιπρόσωπος του θεού στην πόλη ήταν ο ενσί (ensí), ο οποίος αν και εκτελούσε χρέη ιερέα και κυβερνήτη, δηλαδή είχε και θρησκευτικά και διοικητικά καθήκοντα, δεν θεωρούνταν ότι είχε θεϊκά χαρίσματα. Η πρώτη καταγεγραμμένη νομοθεσία στον κόσμο προέρχεται από την Σουμερία της εποχής του Ουρουκαγίνα και με αυτή την αλλαγή τα σπίτια του ενσί και τα χωράφια του ενσί επιστράφηκαν στον θεό Νιγγίρσου (Ningirsu). Τα σπίτια και τα χωράφια της γυναίκας του ενσί αποδόθηκαν στην θεά Βάου (Bau), ενώ όσα ανήκαν στα παιδιά του του δόθηκαν στον θεό Σουλσαγάνα (Shulshaggana).

Στην Ακκαδική Περίοδο αυτός που θα καυχηθεί, όμως, ότι κατέλαβε όλο τον κόσμο, θα είναι ο Νάραμ-Σιν (Naram-Sin 2254-2218 π.Χ.), που θα προσθέσει στον τίτλο «Βασιλιάς της Αγάδης» τους τίτλους «Βασιλιάς των Τεσσάρων Περιοχών (του Κόσμου)» και «Βασιλιάς του Σύμπαντος». Επιπλέον, μπροστά από το όνομά του τιθόταν ένα άστρο, το ιδεόγραμμα της λέξεως θεός, που υποδεικνύει ότι ο βασιλιάς παρουσιαζόταν τώρα και σαν θεός (Apocrypha: The Sumerians and Akkadians- <http://lost-history.com/Sumerians.html> 2003).

Η Νεο-Σουμερική Περίοδος (περ. 2200 - 2000 π.Χ.) Ο Ουρ-Ναμμού έδωσε νέα ώθηση στην ζωή της Μεσοποταμίας. Σύμφωνα με τις πηγές, απήλλαξε την χώρα από κλέφτες, ληστές και επαναστάτες και εξέδωσε (ίσως τελικά ο γιος του Σουλγί, Shulgi) την αρχαιότερη ολοκληρωμένη νομοθεσία που γνωρίζουμε μέχρι σήμερα και

φαίνεται ότι αυτή η νομοθεσία διέφερε κατά πολύ από την αντίστοιχη του Χαμμουραβί ή τον Εβραϊκό νόμο αργότερα, καθώς ο παραβάτης των νόμων έπρεπε να αποζημιώσει με ασήμι τον παθόντα και να αποφύγει επώδυνες και ακραίες τιμωρίες, όπως ακρωτηριασμό ή θάνατο, αποτελεί απόδειξη μιας κοινωνίας ευαίσθητης στο ζήτημα της ανθρώπινης ζωής και φυσικά πολιτισμένης (Crawford 1991).

Το 2000 π.Χ., η Μεσοποταμία δεν ήταν παρά μικρές αυτόνομες κοινότητες η κάθε μία διοικούταν πλέον από βασιλείς που είχαν ιδρύσει τις δικές τους δυναστείες. (Κοντενώ 2007).

Η πόλη που πήρε τελικά στα χέρια της τα ηνία του πολιτισμού στην Μεσοποταμία ήταν η Βαβυλώνα και ο κυβερνήτης Χαμμουραβί (1792-1750 π.Χ.), ο σημαντικότερος της Α' Βαβυλωνιακής Δυναστείας. Η διακυβέρνηση του Χαμμουραβί επέφερε πολιτικές, κοινωνικές και πολιτιστικές αλλαγές στην Μεσοποταμία διότι ο Βαβυλώνιος κυβερνήτης, με μια σειρά από στρατιωτικές επιχειρήσεις, κατάφερε μέσα σε δέκα χρόνια να υποτάξει όλες τις ισχυρές πόλεις στην περιοχή των ποταμών Τίγρη και Ευφράτη (Postgate 1994).

Παρ' όλα αυτά, το λαμπρότερο έργο της βασιλείας του Χαμμουραβί είναι οι νόμοι του. Ο κώδικας του Χαμμουραβί αποτελεί μείγμα παλαιών και νέων νόμων, ενώ σπουδαιότητα του έγκειται στο γεγονός ότι είναι μια νομοθετική καταγραφή που αποκαλύπτει πολλά στοιχεία για την ζωή στην Αρχαία Βαβυλωνιακή Περίοδο. Η βάση του σουμερικού νόμου έγκειται στην αρχή της αντεκδικήσεως, εφόσον αντικαταστάθηκε με θάνατο, ακρωτηριασμό ή σωματική τιμωρία χωρίς διαχωρισμό των εκ προθέσεως με των εξ αμελείας πράξεων, ενώ σε κάποιες εκ των περιπτώσεων υπήρχε η δυνατότητα της συγχώρεσης (Hammurabi's Code - <http://www.ushistory.org/civ/4c.asp>).

Οι αρχαιολογικές ανασκαφές επιτρέπουν να με σημαντική ακρίβεια η ζωή των ιερέων στον ναό, του βασιλιά στο ανάκτορο και των ανθρώπων στις πόλεις. Επικεφαλής της διοικήσεως του ναού ήταν ο σάγγα (shanga), που διοριζόταν από τον βασιλιά, ενώ ο αρχιερέας προϊστάτο των ιερέων του ναού (Kuhrt 1995).

Αναφορικά με την Θρησκεία αρχαίων βαβυλωνίων αυτή φαίνεται πως ήταν άρρηκτα συνδεδεμένη με την αστρονομία. Οι αστρονομικές τους, δε, παρατηρήσεις περιορίζονταν στον ήλιο, στην σελήνη και στους πέντε ορατούς πλανήτες, τους

οποίους θεωρούσαν θεούς που επηρέαζαν τα τεκταινόμενα επί της γης (O'Connor & Robertson 2014).

Στην Μεσοποταμία αναπτύχθηκε ήδη από την εποχή των Σουμερίων, και η λογοτεχνία με αντιπροσωπευτικότερο όλων το Έπος του Γιλγαμές (Gilgamesh), που περιγράφει τις προσπάθειες του ήρωα Γιλγαμές να αποκτήσει αιώνια ζωή, ο οποίος τελικά, δεν απέφυγε τον θάνατο επιβεβαιώνοντας την σουμερική δοξασία ότι η αιώνια ζωή είναι μόνο για τους θεούς. Οι ιδέες που αναπτύσσονται στο Έπος του Γιλγαμές αλλά και σε μια σειρά από μύθους για την γέννηση του κόσμου έγιναν μέρος των παραδόσεων της Εγγύς Ανατολής και εναγκαλίσθηκαν από τους Εβραίους (Gilgamesh and Enkidu - <http://lost-history.com/gilgamesh.php> 2007).

Οι γνωστές ιστορίες της δημιουργίας του Αδάμ, του Κήπου της Εδέμ, του Κατακλυσμού και του Ιώβ, που βρίσκει κανείς στην Αγία Γραφή, προέρχονται από σουμερικούς και βαβυλωνιακούς μύθους. Ο Χριστιανισμός και το Ισλάμ, που χρησιμοποίησαν την εβραϊκή παράδοση, αποδέχθηκαν και τις ανωτέρω παραδόσεις με αποτέλεσμα αυτές να ενστερνισθούν από χριστιανούς και μουσουλμάνους. Οι μύθοι της Μεσοποταμίας δεν είναι παρά έκφανση της θρησκευτικής συνειδήσεως των Σουμερίων και Βαβυλωνίων.

Οι κάτοικοι της Μεσοποταμίας φαντάσθηκαν τον τρόπο που ζούσαν οι θεοί τους κατ' εικόνα και ομοίωση των εαυτών τους. Εκτός από το γεγονός ότι οι θεοί ήταν ιεροί ,αθάνατοι, παντοδύναμοι και μπορούσαν να γίνουν αόρατοι, η συμπεριφορά τους δεν διέφερε από αυτήν των ανθρώπων. Οι θεοί και οι θεές γλεντούσαν, θύμωναν, ήταν εκδικητικοί και ευερέθιστοι, ενώ μαζί με τα τέρατα (μείγμα ζώων ή πουλιών) και τους δαίμονες (με ανθρώπινα σώματα, ζωόμορφοι ή «πτηνόμορφοι») που ήταν κι αυτά δημιουργήματά τους ήλεγχαν τον κόσμο και τις επιθυμίες των λαών της Μεσοποταμίας .

Οι πιο σημαντικοί θεοί της Μεσοποταμίας ήταν η Μητέρα-Θεά, ο Άνου (An ή Anu), ο Ενλίλ (Enlil) και ο Ενκί (Enki). Ο ρόλος της Μητέρας-Θεάς, που παρουσιάζεται με το όνομα Ιννάνα (Inanna) εκπροσωπώντας τον έρωτα και τον πόλεμο στους Σουμερίους και Ιστάρ (Ishtar) στους Βαβυλώνιους, φαίνεται ότι ήταν αμφιλεγόμενος. Από την μία πλευρά εμφανίζεται να είναι θεά της γονιμότητας και της μητρότητας, χαρακτηριστικό της Μητέρας-Θεάς, και από την άλλη να είναι η θεά του σαρκικού έρωτα και η συμπεριφορά της να μην έχει σχέση με αυτήν της μάνας.

Ο Θεός Άνου ως θεός των ουρανών ήταν αυτός που κανόνιζε την ιεραρχία ανάμεσα στους θεούς και είχε την εξουσία να απονέμει αξιώματα και σε θεούς και σε

ανθρώπους. Οι βασιλείς, κατά τους Σουμέριους, ελάμβαναν την εξουσία τους από τον θεό Άνου. Η Νινχουρσάγκ, η θεά της γης και η Νινλίλ, θεότητα της δημιουργίας Ο Ούτου, ήταν ο θεός του ήλιου και ο Νάννα, θεός της σελήνης.

Ο Ενλίλ θεωρούνταν θεός της ευμάρειας και της αφθονίας αλλά στους περισσότερους μύθους που διηγούνται πλημμύρες ή καταστροφές εμφανίζεται να είναι αυτός που θέλει να καταστρέψει την ανθρωπότητα. Οι Σουμέριοι βέβαια τον χαρακτήριζαν σοφό και καλοκάγαθο θεό, αν και ο κατ' εξοχήν θεός της σοφίας καθώς και της ευστροφίας, των επαγγελμάτων, των τεχνών και των μαγικών δυνάμεων ήταν ο Ενκί, θεός των υδάτων και της γόνιμης γης που θεωρείτο ως ο πιο ευπροσήγορος θεός του σουμερικού πανθέου. Ο Νινούρτα, υπήρξε θεός των Σουμερίων και αργότερα όλης της Μεσοποταμίας, ενώ ο Μαρδούκ υπήρξε θεός των Βαβυλωνίων, με τον Ασύρ, θεό του ουρανού και κύρια θεότητα των Ασσυρίων. Καθώς μεγάλωναν οι πόλεις, κάθε θεός κατέληξε να αντιπροσωπεύει έναν ανθρώπινο μονάρχη ή αρχιερέα, περιστοιχισμένο από την οικογένεια και τον περίγυρό του που τον συγκροτούσαν επίτροποι και υπηρέτες. Οι ελάσσονες θεότητες θεωρούνταν συγγενικές με τις κύριες θεότητες, όπως η Ερεσκιγκάλ, που ήταν αδερφή της θεάς Ινάννα (The British Museum- http://www.mesopotamia.co.uk/gods/home_set.html 2014).

Είναι φανερό ότι οι πρώτοι λαοί που έζησαν στην Μεσοποταμία δεν είχαν ξεκάθαρες ιδέες για τις ιδιότητες και τις προθέσεις των θεών τους. Οι θεοί μπορούσαν να καταστρέψουν ή να σώσουν την ανθρωπότητα, ανάλογα με τις επιθυμίες τους ή τις πράξεις των ανθρώπων, και οι άνθρωποι έπρεπε να νιώθουν δέος μπροστά στις δυνάμεις των θεών και να τους λατρεύουν, για να τους κατευνάσουν.

Η λατρεία των θεών διαφαίνεται καθαρότερα μέσα από την τέχνη. Οι διάφοροι λαοί που έζησαν στην Μεσοποταμία δημιούργησαν υψηλή τέχνη, είτε για να εκφράσουν τα θρησκευτικά τους συναισθήματα είτε για να διατηρήσουν στιγμές από τις αναμνήσεις τους στην αιωνιότητα (λ.χ. να θυμούνται μια στρατιωτική νίκη) είτε, τέλος, για να δοξάσουν τους ηγεμόνες τους (Roux 1992; Κοντενώ 2007).

Από τα παραπάνω είναι έκδηλο πως ανάμεσα στα στοιχεία που εκφράζουν ένα πολιτισμό είναι και η θρησκευτική έκφραση των ανθρώπων σε γραπτό λόγο και μέσω της τέχνης, τα οποία εμφανίζονται για πρώτη φορά στους λαούς που έζησαν και δημιούργησαν στην Εγγύς Ανατολή πριν από περίπου πέντε χιλιάδες χρόνια. Η κοιτίδα του πρώτου πολιτισμού, που είναι συγχρόνως η αρχή του Ευρωπαϊκού και

του Παγκόσμιου Πολιτισμού, βρίσκεται μεταξύ του Τίγρη και του Ευφράτη στην Μεσοποταμία.

1.3 Το πολιτισμικό γίνεσθαι και το πάνθεον της Αρχαίας Αιγύπτου

Αυτές τις ιδέες και τα στοιχεία του πολιτισμού τα χρησιμοποίησε με τον δικό του τρόπο ο γειτονικός λαός των Αιγυπτίων, ώστε να δημιουργήσει, σχεδόν παράλληλα με τους Μεσοποτάμιους, τον δικό του πολιτισμό. Δηλαδή, όπως ακριβώς αναπτύχθηκαν οι Πολιτισμοί της Μεσοποταμίας γύρω από τον Τίγρη και τον Ευφράτη, έτσι άνθισε και κατά μήκος του Νείλου ποταμού ο πολιτισμός των Αιγυπτίων που σημάδεψαν ανάμεσα στα άλλα την εξέλιξη του πολιτισμού και με τις θρησκευτικές τους αντιλήψεις. Ο Ηρόδοτος γράφει χαρακτηριστικά και παρομοιάζει την Αρχαία Αίγυπτο ως «επίκτητη γη για τους Αιγυπτίους και δώρο του ποταμού» («ὄστις γε σύνεσιν ἔχει, ὅτι Αἴγυπτος ἐς τὴν Ἑλληνες ναυτίλλονται ἐστὶ Αἴγυπτίοισι ἐπίκτητός τε γῆ καὶ δῶρον τοῦ ποταμοῦ») [Herlin 2003,p.27].

Ο Φαραώ ήταν ο πραγματικός μεσολαβητής μεταξύ Ουρανού και Γης, μεταξύ του πνευματικού και του υλικού κόσμου. Έπρεπε να είναι «γιος των Θεών», ένας μύστης υψηλού επιπέδου. Ταξίδευε τακτικά σε όλη την Αίγυπτο και πολεμούσε για τη διατήρηση των συνόρων της. Η ζωή του όμως καθοριζόταν, από την ανατολή ως τη δύση του ήλιου, από ένα πολύπλοκο τελετουργικό τυπικό. Απ' αυτόν εξαρτιόταν η ευτυχία και η ευημερία των ανθρώπων. Η δυστυχία, η ξηρασία και η πείνα αποτελούσαν λόγο εξέγερσης ή καθαίρεσής του. Έκανε τις προσφορές του στο Θεό σε πολύ εσωτερικές συνθήκες, ώστε να διατηρεί την ένωση με το Ιερό. Σε όποια δυναστεία κι αν ανήκαν, όποια μορφή του θεού κι αν υπηρετούσαν, οι Φαραώ ανέκαθεν έκαναν καθημερινές προσφορές στη Μάατ, ως θυγατέρα του Ρα, του δημιουργού Ήλιου, πηγή της Αλήθειας, της Δικαιοσύνης και της Εμπιστοσύνης. Το φτερό της Μάατ ήταν το αντίβαρο της καρδιάς του νεκρού, στη ζυγαριά της Ψυχοστασίας. Ήταν θεμέλιο της αρμονίας μέσα στον άνθρωπο, στην πόλη και στη χώρα.

Πολλές συμβουλές έχουν δοθεί προς τους νέους Φαραώ για την αγάπη προς τους ανθρώπους, την αυστηρότητα προς τον εαυτό τους και τους άδικους ανθρώπους. «Τίμα το λαό σου και κάνε τον να ευημερήσει, γιατί είναι καλό να ενεργείς για το μέλλον κάνοντας το καλό. Μη χαλάσεις μια ζωή καμωμένη για επαγρύπνηση, μην αφεθείς στην ικανοποίηση του εαυτού σου, γιατί θα γίνεις δυστυχής. Πόσο μέτριος είναι αυτός που συνδέει ολόκληρη τη χώρα με το πρόσωπό του, και ο άπληστος άνθρωπος είναι άφρων, επειδή τα αγαθά υπάρχουν για όλους» (Malek 2003 ,p.83).

Οι Αρχαίοι Αιγύπτιοι είχαν την πεποίθηση πως το σύμπαν δεν λειτουργούσε νομοτελειακά, διότι καθημερινά το φως έπρεπε να «κατατροπώσει» μαχόμενο το σκοτάδι. Ο Ρα – Ήλιος έπρεπε κάθε μέρα ν' αναγεννάται, ν' αναδημιουργείται. Διαφορετικά θα επικρατούσε η διάλυση, η αποκαλούμενη Ισφέτ. Το ίδιο ίσχυε και για την κοινωνία. Δεν αρκούσε ,δηλαδή ,να υπάρχει ένα δίκαιο κράτος, μια καλή αρχή, αλλά οποτεδήποτε χρειαζόταν η νίκη επί της άγνοιας και της βαρβαρότητας. Κάθε πράξη -η σπορά, η εργασία, η μελέτη- γινόταν μια ιερή προσφορά, με τον χρόνο ν' αποκτάει νόημα και να μην είναι πλέον γραμμικός. Η επανάληψη ιερών εσωτερικών πράξεων συνέβαλε στη βελτίωση του ανθρώπινου χαρακτήρα.

Πρώτος απ' όλους ο Φαραώ έπρεπε να μιμείται τον κύκλο του ήλιου που αναγεννάται κάθε πρωί ,ανοίγοντας την καρδιά του κάθε βράδυ στη Μαάτ για τις πράξεις του. Έτσι, ένωνε τον ορατό κόσμο με τον αόρατο. Αυτό και όλες οι άλλες ιερές δράσεις του ήταν η ανταπόδοση όσων δεχόταν από τον θείο κόσμο, μια πράξη αλληλεγγύης. Κάθε Αιγύπτιος αισθανόταν αυτή την ένωση με τον θείο κόσμο και με τον ίδιο τον Φαραώ. Αυτή η «πράξη αφοσίωσης» προκαλούσε το σεβασμό κι όχι την τυφλή υπακοή όπως σε απολυταρχικά καθεστώτα. Κάθε ένας που εφαρμόζε τη Μαάτ (Αλήθεια -Δικαιοσύνη -Εμπιστοσύνη) στη δουλειά και τη ζωή του, συνδεόταν με το Φαραώ και τους υπολοίπους. Με αυτόν τον τρόπο αναπτυσσόταν αλληλεγγύη για τους συμπολίτες τους, που είναι το αντίθετο του «χωριστού», του εγωισμού. Αυτή η ένωση οδηγούσε στη συμμετοχή και τη συνυπευθυνότητα στα από κοινού ζητήματα της πόλης που επέτρεπαν την κυκλοφορία της Ζωής και της πνευματικής δύναμης. Το άτομο συνδεόταν με το Όλο και αντίστροφα.

Επιπροσθέτως, ο Φαραώ είχε συνείδηση πως «οφείλει να σώζει το δυστυχή, και να καταπολεμά το νόμο του ισχυροτέρου» εφαρμόζοντας καθημερινά τα παραπάνω. Αν δε μπορούσε να διατηρήσει τη Μάατ εντός πόλης, και τους δεσμούς μεταξύ ουρανού και γης, επικρατούσε η Ισφέτ και οι ατέλειες αυτής, όπως η έλλειψη επικοινωνίας, η

αδικία, η βία, ο νόμος του ισχυρότερου, η αταξία, ο πόλεμος, η ανταρσία, η έχθρα, η κλοπή, ο πόνος, η αρρώστια και ο θάνατος.

Οι Αιγύπτιοι, μελετώντας ενδελεχώς την ψυχή του ανθρώπου, εντόπισαν πως τρεις είναι οι αιτίες εκδίωξης της Μάατ, με πρώτη την Οκνηρία, δηλαδή την αδράνεια που αποτελεί τροχοπέδη για τον άνθρωπο που επιθυμεί να δράσει και να προσφέρει.

Η δεύτερη είναι η νοητική κώφωση, δηλαδή η ανικανότητα του ανθρώπου να διατηρήσει τη γαλήνη, την ευαισθησία και την ευρύτητα της συνείδησης που του επιτρέπει να ακούει πραγματικά έχοντας την ενσυναίσθηση και επιδεικνύοντας κατανόηση στους άλλους, στον εαυτό του, στους θεούς.

Τελευταία είναι η απληστία, συσχετιζόμενη με τον εγωισμό, το σοβαρότερο ίσως από όλα τα ελαττώματα, που είναι συνώνυμο της ανίατης ασθένειας, η προσκόλληση στις επιθυμίες και στο ν' αποκτήσει όσα περισσότερα μπορεί. Ο άπληστος ταυτίζει τον εαυτό του με τα διαθέσιμα υλικά αγαθά κι όχι με αυτό που είναι, την καρδιά του.

Ο αλτρουισμός, η αλληλεγγύη, γενναιοδωρία, η αγάπη για τους άλλους και η αφοσίωση αποτελούν αντίδοτο της απληστίας που επιτρέπουν στον άνθρωπο να επανακτήσει κάθε επαφή με το Ιερό και με την καρδιά του, τον πυρήνα του.

Για να αντιμετωπιστεί η νοητική κώφωση, χρειάζεται το άκουσμα της εσωτερικής φωνής κι ο στοχασμός, η ικανότητα να ανακαλύψει ο καθένας τα μυστικά της Ζωής, την Αλήθεια πίσω από τα πέπλα των φαινομένων. Αυτά συνοψίζονται στην αρετή της Έρευνας.

Η οκνηρία καταργείται με την ορθή δράση, τη δράση με νόημα, που είναι αφιερωμένη σε κάθετι που ξεπερνάει την ανθρώπινη φύση. Οι Αιγύπτιοι την ονόμαζαν Υπηρεσία. Επέτρεπε στον άνθρωπο να ξεφύγει από την κινούμενη άμμο της οκνηρίας και να εξαγνιστεί, καθώς δεν προσδοκά ανταμοιβές (Αιγυπτιακός Πολιτισμός-http://www.namuseum.gr/collections/egypt/e_culture-gr.html 2014).

Ζώντας με τις αρετές αυτές οι Αιγύπτιοι κατάφεραν να φτάσουν στον πολιτισμικό κολοφόνα, εγκαθιδρύοντας τη Μά'ατ.

Η ζωή τους κυλούσε σε αρμονία με τους ρυθμούς του Νείλου και της φύσης, που καθόριζαν το περίπλοκο τριπλό ημερολόγιό τους. Η Αίγυπτος δεν αποτέλεσε εξ' αρχής ένα ενιαίο βασίλειο, αλλά προήλθε από την συνένωση μικρών κρατιδίων. Αποτέλεσμα αυτού ήταν να υπάρχει πληθώρα τοπικών θεοτήτων, κυρίως θηλυκού γένους, όπως φαίνεται παρακάτω :

Το αιγυπτιακό πάνθεον

- Άθωρ, (Hathor) - "Οίκος του Ωρου", θεά αγελάδα της αγάπης και της μουσικής.
- Ακέρ, (Aker) - "the Bender", προστάτης του ταξιδεύοντος ηλίου.
- Άμμουτ, (Ammut) - "Καταβροχθιστής των Νεκρών", δαίμων που καταβρόχθιζε ψυχές.
- Άμων, (Amon) - "ο Κρυμμένος", θηβαϊκός βασιλεύς των νεκρών.
- Ανκέτ, (Anket) - "Εναγκαλίζουσα Κυρία", θεά των υδάτων, Ελεφαντίνη.
- Άνουβις, (Anubis) - "το Βασιλικό Παιδί", θεός-τσακάλι της μουμιοποίησης.
- Απέπ, (Aper), ο όφις που προσπάθησε να σκοτώσει τον ήλιο.
- Ατέν, (Aten), ηλιακός δίσκος.
- Ατούμ, (Atum) - "ο Πλήρης", θεός του δύοντος ηλίου.
- Γκεμπ, (Geb) - "Γη", θεός της γης.
- Βησά, (Bisu) - Προστάτης του σπιτιού
- Θωθ, (Thoth) - "Οδηγός", θεός-ίβις της σοφίας και της σελήνης
- Ιμσέτ, (Imsety) - "ο Ευγενικός", προστάτης του ήπατος του νεκρού.
- Ιμχοτέπ, (Imhotep) - "Εκείνος που ερχεται εν ειρήνη", γιος του Πτα.
- Ίσις, (Isis) - "ο Θρόνος", θεά της μαγείας.
- Κεμπεχσενούφ, (Qebehsenuf) - "Εκείνος που δροσίζει τον αδελφό του", Προστάτης των σπλάχνων του νεκρού.
- Κεπερά, (Khepera) - "Εκείνος που έρχεται σε Ύπαρξη", θεός-σκαραβαίος του ανατέλλοντος ηλίου.
- Κετές, (Qetesh) - "Ιερή", Σημιτική θεά της φύσης.
- Κνεμού, (Khnemu) - "Προστάτης/Εμπλουτιστής" θεός της πλημμύριδας του Νείλου.
- Κχονσού, (Khonsu) - "Ταξιδιώτης", θηβαϊκός θεός της σελήνης.
- Μά'ατ, (Ma'at) - "Αλήθεια", θεά της τάξης και της αλήθειας.
- Μερετσεγκέρ, (Meretseger) - "Εκείνη που αγαπά τη σιγή", θεά της Κοιλιάδας των Βασιλέων.
- Μεσκνέτ, Meshkhent - "Γενέθλιος τόπος", προστάτιδα θεά της γέννησης.
- Μιν, (Min) - "ο Σταθερός", θεός της αρσενικής γονιμότητας.
- Μιχός, (Mihos) - "Αληθής έμπροσθέν τους", θεός-λέων, γιος της Μπαστέτ.
- Μοντού, (Montu) - "Νομάδας", αιγυπτιακός θεός του πολέμου.
- Μουτ, (Mut) - "Μητέρα", θηβαϊκή Μητέρα-Θεά.
- Μπαστ, (Bast) - "Καταβροχθίστρια Κυρία" Γάτα θεά του οίκου.
- Μπατ, (Bat), αρχαία ουράνια θεά-αγελάδα.

- Μπες, (Bes) Νάνος θεός της μουσικής και των πολεμικών επιχειρήσεων.
- Μπουτό, (Buto) - "Εκείνη που είναι Πράσινη" θεά κόμπρα των Κάτω Αιγύπτου
- Νηίθ, (Neith) - "Εκείνη που είναι", θεά του πολέμου και της ύφανσης
- Νεκχεμπέτ, (Nekhebet) - "Εκείνη που ανήκει στην Νεκχέμπ" θεά-όρνεο της Άνω Αιγύπτου
- Νεφερτέμ, (Nefertem) - "Λωτός", θεός του λωτού, Μέμφις.
- Νέφθυς, (Nephthys) - "Κυρία του Οίκου" Αδελφή της Ίσιδας, σύζυγος του Σετ
- Νουν, (Nun) - "Άβυσσος" θεός των αρχέγονων υδάτων.
- Νατ, (Nut) - "Ουρανός", θεά του ουρανού.
- Ντουαμουτέφ, Duamutef - "Εκείνος που υμνεί την μητέρα του" Προστάτης του στομάχου των θεών.
- Όνουρις, (Onuris) - "Sky-Bearer" Πολεμιστής και ουράνιος θεός της Αβύδου.
- Όσιρις, (Osiris) - "Εκείνος που βλέπει τον Θρόνο" Κύριος της μεταθανάτιας ζωής.
- Ουεπουαουέτ, (Werwawet), Οφιός - "Εκείνος που ανοίγει τους δρόμους", ψυχοπομπός.
- Πτα, (Ptah) - "Δημιουργός" Μουμιοποιημένος θεός δημιουργός.
- Ρε ή Ρα, (Re) - "Ήλιος", δημιουργός θεός του ήλιου.
- Σατέτ, (Satet), θεά του Νείλου και της γονιμότητας.
- Σεκμέτ, (Sekhmet) - "Ισχυρό Θηλυκό", θεά του πολέμου και της καταστροφής.
- Σελκέτ, Selket - "Εκείνη που αναπνέει" θεά-σκορπιός της μαγείας.
- Σέραπις, (Serapis) Συγκριτική θεότητα της μεταθανάτιας ζωής.
- Σεσχάτ, (Seshat) - "Κυρία Γραφείας", θεά της μέτρησης.
- Σεθ, (Seth) - "To Dazzle", θεός του χάους, σκότωσε τον Όσιρι.
- Σοκάρ, (Sokar), θεός της νεκρόπολης της μέμφιδας.
- Σομπέκ, (Sobek) - "ο Παρατηρητής", θεός των κροκοδείλων.
- Σοπντέτ, (Sopdet), θεά του άστρου Σείριος.
- Σου, (Shu) - "Ξηρός", θεός του αέρα.
- Ταουρέτ, (Tauret) - "η Μεγάλη", θεά των γυναικών και του οίκου.
- Τεφνούτ (Tefnut), θεά της υγρασίας και της βροχής.
- Χαπί, (Hapi) - "Δρομέας", Θεός του Νείλου.
- Χαπί, (Hapy) - "Δρομέας" προστάτης των πνευμόνων των νεκρών.
- Χε, (Heh), θεός του απείρου.
- Χεκέτ, (Heket), θεά-βάτραχος του απείρου.

- Ωρος, (Horus) - "Υψηλά, Άνω", θεός γεράκι του ήλιου.

Ορισμένες από αυτές τις θεότητες έγιναν τελικά θεοί όλων των Αιγυπτίων και παρουσιάζονταν με την μορφή ζώων. Η ζωομορφική απεικόνιση των θεών ίσως υπονοεί το δέος με το οποίο οι Αιγύπτιοι, αλλά και άλλοι λαοί του «εύφορου τόξου», αντιμετώπιζαν την παρουσία των θεών, οι οποίοι αποτελούσαν φυσικά τον ιερό υπερκόσμο του σύμπαντος. Όπως ο θεός του ήλιου Ρα (R', ήλιος) που η πυραμίδα συμβόλιζε την ένωση με τον γιο του, τον φαραώ στην γη.

Ένας από τους, αρχικά, τοπικούς θεούς ήταν ο Άμμων (ʿjmn, amon ή amen) των Θηβών, ο οποίος κατά την περίοδο της ΙΒ' Δυναστείας απεικονιζόταν με την μορφή κριαριού. Προς τιμήν του οι βασιλείς έφεραν ονόματα που είχαν ως πρώτο συνθετικό το όνομα του θεού (π.χ. Αμέν-εμχετ). Αργότερα, όταν ο Τούθμωσης Γ' διεξήγαγε τους κατακτητικούς πολέμους στα βορειοδυτικά, ο Άμμων έγινε θεός ολόκληρου του τότε γνωστού κόσμου στην Ανατολική Μεσόγειο και έλαβε την θέση του βασιλιά των θεών. Στους χρόνους όμως του Αλεξάνδρου της Μακεδονίας, το μόνο που απέμεινε από την λατρεία του Άμμωνα ήταν η λαϊκή πεποίθηση ότι ο βασιλιάς της Αιγύπτου ήταν, εκτός από γιος του ήλιου Ρα, και φυσικός γιος του Άμμωνα. Γι' αυτόν τον λόγο, πιθανολογείται, ότι ο Αλέξανδρος ο Μακεδών συμμετείχε στην καθιερωμένη τελετή κατά την οποία έγινε γιος του Άμμωνα και επομένως βασιλιάς στα μάτια των Αιγυπτίων.

Σημαντικές θεότητες των Αιγυπτίων ήταν ,επίσης ,η Βούβασις (Bubasis), η θεά με το κεφάλι της γάτας, και ο Θωθ (Thoth), ο θεός της μαθήσεως και «Κύριος του Λόγου του θεού» (ιερογλυφικών), που προστάτευε όλους τους γραφείς, αρχιτέκτονες, αστρονόμους, αστρολόγους και όσους ασχολούνταν με μαθηματικές πράξεις και με την μαγεία. Παρουσιαζόταν συνήθως ως ίβις (είδος πελαργού) ή ως κυνοκέφαλος (είδος πιθήκου).

Η σπουδαιότερη θεότητα των Αιγυπτίων, όμως, ήταν ο Όσιρης, θεός που συνδεόταν με την γονιμότητα της γης και ως ο Κύριος του Κάτω Κόσμου και θεός των ζωντανών και των νεκρών ζύγιζε την καρδιά του πεθαμένου με το Φτερό της Αλήθειας. Εάν ήταν ελαφρότερη, ο Όσιρης την άφηνε να περάσει στον Κάτω Κόσμο, αλλιώς καταβροχθιζόταν από ένα παράξενο θηρίο. Κατά την αιγυπτιακή μυθολογία ο Όσιρης πεθαίνει και ανασταίνεται κάθε έτος, όπως ο Νείλος πλημμυρίζει την Αίγυπτο και νεκρώνει την φύση, αλλά αντλίζει τα νερά του και δίνει ζωή στην γη. Ο Χόρους

γεννήθηκε από την ένωση του Όσιρη με την Ίσιδα –υπήρξε σύζυγος και αδελφή του Όσιρη- αναγνωρίστηκε ως διάδοχος του πατέρα του και μεγάλος θεός.

Το σώμα του ανθρώπου, που λεγόταν χατ (khat, λέξη που εμπεριέχει την έννοια της φθοράς), αφού περνούσε την διαδικασία της μουμιοποίησης, θαβόταν. Μαζί με το σώμα υπήρχε και η κα (ka ή πανομοιότυπη) που, ενώ περιέκλειε όλα τα χαρακτηριστικά του ανθρώπου, ήταν αυθύπαρκτη. Για την διατήρηση της υπάρξης του ανθρώπου μετά θάνατον ήταν απαραίτητο να συντηρηθεί η κα, επειδή οι Αιγύπτιοι πίστευαν ότι ήταν φθαρτή όπως το σώμα. Για να επιζήσει χρειαζόταν προσφορές σε τροφή, που αργότερα αντικαταστάθηκαν με προσευχές, και μια κατοικία που δεν ήταν άλλη από τον τάφο του θανόντος (The British Museum-<http://www.ancientegypt.co.uk/gods/home.html> 2014).

Η αιγυπτιακή θρησκεία πήγασε αρχικά από τις παρατηρήσεις των ανθρώπων για τα φυσικά εκείνα φαινόμενα που έδιναν ζωή στον Νείλο και, κατ' επέκταση, και στους Αιγυπτίους. Στην Αίγυπτο, οι άνθρωποι πίστευαν ότι ασχολίες της καθημερινής ζωής προστατεύονταν από τους θεούς και βαθμηδόν έφθασαν στο σημείο να συλλάβουν την ιδέα ότι θα μπορούσε κάτι από τον άνθρωπο να ζήσει και μετά θάνατον.

Οι ιερείς τελούσαν τα βασικά ιερατικά καθήκοντα, σε κάθε πόλη και χωριό, βοηθώντας τους ανθρώπους. Επίσης, οι μνημένοι ονομάζονταν «Υπηρέτες του Θεού», ήταν επιφορτισμένοι να διατηρούν ζωντανή τη σχέση με τους Θεούς στα άδυτα των Ναών κι ήταν πνευματικοί οδηγοί των ανθρώπων. Κάθε χρόνο διέσχιζαν το Νείλο και σταματούσαν σε όσα χωριά τους υποδείκνυαν οι οίωνοι.

Οι Αρχαίοι Αιγύπτιοι, μέσα από τα καλλιτεχνικά τους δημιουργήματα, έδειχναν τον σεβασμό τους στους θεούς και στον κύριο αντιπρόσωπό τους στην γη, τον φαραώ, αλλά εξέφραζαν και τον λεπτό τους συναισθηματικό χαρακτήρα με τις εξάισιες ζωγραφικές απεικονίσεις. Χρησιμοποίησαν τον γραπτό λόγο, όχι μόνο για να καταγράψουν σημαντικά γεγονότα, αλλά και για να συνθέσουν λογοτεχνικά κείμενα, γεγονός που αποδεικνύει τον υψηλό βαθμό πνευματικής καλλιέργειας που είχε επιτύχει και ο Αρχαίος Αιγυπτιακός πολιτισμός. Πιο συγκεκριμένα, η λογοτεχνία τους περιλαμβάνει θρησκευτικά κείμενα, που άρχισαν να καταγράφονται από την εποχή του Αρχαίου Βασιλείου, και κοσμικά, που συνετέθησαν κυρίως μετά το Μέσο Βασίλειο. Ο Ύμνος στον Άτονα, από την περίοδο της θρησκευτικής μεταρρυθμίσεως του Αχενατών, υπήρξε εξαιρετικό δείγμα θρησκευτικής ποιήσεως.

Οι Αιγύπτιοι, σχεδόν συγχρόνως με τους Σουμερίους, ανέπτυξαν τον δικό τους

πολιτισμό στην κοιλάδα του Νείλου. Η ιστορία του πολιτισμού αυτού δείχνει ότι οι Αρχαίοι Αιγύπτιοι υπήρξαν λαός που διακατέχονταν από βαθιά θρησκευτικά συναισθήματα, πίστεψαν στην μεταθανάτια ζωή, έκτισαν θαυμαστά οικοδομήματα και δημιούργησαν έργα τέχνης για να λατρέψουν τους θεούς τους.

Κατά την διάρκεια της ιστορίας του, το Αιγυπτιακό βασίλειο διήλθε διάφορες φάσεις κατά τις οποίες άλλοτε ήταν αδύναμο και το κατελάμβαναν άλλοι λαοί, όπως στην περίπτωση των Υκσώς, και άλλοτε γινόταν ισχυρό, όπως στην περίοδο του Ραμσή Β', ακολουθώντας επεκτατική πολιτική. Το αποτέλεσμα αυτής της επέκτασης στην Μέση Ανατολή έφερε σε επαφή τον πολιτισμό των Αιγυπτίων με τον πολιτισμό των λαών της Μεσοποταμίας και των ανατολικών ακτών της Μεσογείου θάλασσας (Saggs 1989).



Και στις δύο ο [Θωθ](#), θεός της Σοφίας και της Σελήνης (αριστερά κρατάει ραβδί με μαγικές ιδιότητες)

Αυτό που προσέφεραν οι Αιγύπτιοι στην ανάπτυξη του πολιτισμού ήταν ανάμεσα στα άλλα η μυθολογία τους και η λάμψη μιας αυτοκρατορίας. Παρόμοια πολιτισμικά στοιχεία προσέφεραν και οι λαοί της Μεσοποταμίας με αποτέλεσμα τα κοινά γνωρίσματα της συναντήσεως των πολιτισμών είτε να επιβληθούν στους λαούς των ανατολικών ακτών της Μεσογείου, άλλοτε από τους Αιγυπτίους και άλλοτε από τις αυτοκρατορίες της Ανατολής, είτε να αφομοιωθούν από αυτούς.

Οι νέοι λαοί που έλαβαν την σκυτάλη της αναπτύξεως του πολιτισμού ήταν οι Χετταίοι, οι Φοίνικες, οι Εβραίοι, οι Χαλδαίοι, οι Μήδοι αλλά ακόμα και λαοί που αργότερα δημιούργησαν αυτοκρατορίες που εκτεινόταν σε όλον σχεδόν τον τότε γνωστό κόσμο, δηλαδή οι Ασσύριοι και οι Πέρσες.

1.4 Οι πολιτισμοί των Μεγάλων Βασιλείων μεταξύ Νείλου και Ευφράτη: Χετταίοι, Φοίνικες, Εβραίοι (2000-587 π.Χ)

Πρώτοι χρονολογικά εμφανίσθηκαν στην Μέση Ανατολή οι Χετταίοι. Κατόπιν, έκαναν αισθητή την παρουσία τους οι θαλασσοπόροι Φοίνικες, που εγκαταστάθηκαν κατά μήκος της ανατολικής ακτής της Μεσογείου Θαλάσσης και ίδρυσαν αποικίες σε ολόκληρη την λεκάνη της Μεσογείου. Τέλος, παρουσιάσθηκαν ως ισχυρή δύναμη οι Εβραίοι, που έκτισαν τις πόλεις τους ανάμεσα στα βασίλεια των Χετταίων, των Φοινίκων και των Αιγυπτίων, στην ευρύτερη περιοχή της Αρχαίας Παλαιστίνης.

Ο Χετταϊκός πολιτισμός, πέρα από ορισμένες ιδιαιτερότητες, άντλησε τα κύρια χαρακτηριστικά του από τον Βαβυλωνιακό πολιτισμό. Ο βασιλιάς τελικά έγινε ο ανώτατος στρατιωτικός, πολιτικός, και θρησκευτικός αρχηγός καθώς και ο ανώτατος δικαστής (Mason 1990 ,p.18). Ιερό τους ζώο ήταν το βόδι και ο θεός των Καιρικών Συνθηκών κατείχε ξεχωριστή θέση ανάμεσα στους θεούς τους, πράγμα πολύ φυσικό αν λάβει κανείς υπ' όψιν του ότι οι συννεφιάς και οι καταιγίδες είναι σύνηθες φαινόμενο στην Ανατολή. Η θεά του Ηλίου ήταν επικεφαλής του Χετταϊκού πανθέου και θεωρούνταν προστάτιδα του βασιλείου και της μοναρχίας.

Οι Χετταίοι ίδρυσαν το ισχυρό τους βασίλειο στο βορειοδυτικό άκρο της Εγγύς Ανατολής και συνταυτίσθηκαν με τους άλλους λαούς της περιοχής. Για συγκεκριμένο χρονικό διάστημα ήταν τόσο ισχυροί ,ώστε ουσιαστικά μοίρασαν τον τότε γνωστό κόσμο με τους Αιγυπτίους. Διατήρησαν την πολιτιστική παράδοση των λαών της Μεσοποταμίας αφομοιώνοντας τον πολιτισμό τους (Beckman 1999 ,p. 123)

Με την σειρά τους, μετέδωσαν την παράδοση αυτή σε άλλους λαούς που κατοίκησαν στην Εγγύς Ανατολή.

Η θρησκεία των Φοινίκων ήταν ένα αμάλγαμα θρησκειών των λαών με τους οποίους οι θαλασσοπόροι της Μεσογείου ήρθαν σε επαφή. Ο κορμός της φοινικικής θρησκείας ήταν όμοιος με αυτόν των Χαναναίων, ο οποίος φυσικά ήταν σε μεγάλο βαθμό επηρεασμένος από τους λαούς της Μεσοποταμίας. Εκτός όμως από τις ομοιότητες με την θρησκεία των Χαναναίων, η φοινικική λατρεία είχε δεχθεί σημαντικές αιγυπτιακές και ελληνικές επιρροές. Οι θεοί Εσνού και Αστάρτη αποτελούσαν για τους Φοίνικες το ζευγάρι της γονιμότητας του εδάφους και του θερισμού, πανομοιότυπο με αυτό του Άδωνη και της Αφροδίτης στην Αρχαία Ελλάδα ή του Όσιρη και της Ίσιδος στην Αίγυπτο ή της Ιστάρ και του Ταμμούζ (Tammuz) στην Βαβυλώνα. Ο Ελ (El), ο ανώτατος θεός και βασιλιάς των θεών στην Φοινίκη, ήταν επίσης και θεός του ήλιου και πολλαίς παρουσιαζόταν

με την μορφή του ταύρου. Η γυναίκα του, η Ασεράτ (Asherat) της Θάλασσας, ήταν η Μητέρα-θεά και ο γιος της Βάαλ (Baal), θεός των βουνών, της καταιγίδας και της βροχής. Οι Φοινικικές πόλεις είχαν η κάθε μία δικούς της προστάτες θεούς αλλά ανάλογα με το ποια ήταν κάθε φορά η ισχυρότερη, οι υπόλοιπες αποδέχονταν τους θεούς της ως τους σημαντικότερους στην Φοινίκη. Η Τύρος συνήθως επέβαλε τον δικό της θεό του ήλιου και της θάλασσας, τον Μελκάρτ (Melqart, Ηρακλή των Ελλήνων), ενώ στην Σιδώνα λατρευόταν κυρίως ο Εσμούν (Eshmun), θεός της υγείας και της ανάρρωσης (αντιστοιχεί με τον Ασκληπιό των Ελλήνων) (Bikai 1990, pp.22-30).

1.5 Οι «Λαοί της Θάλασσας»

Οι Φιλισταίοι υπήρξαν ανάμεσα στους «βόρειους που έρχονταν από όλες τις χώρες», λαούς από τις "χώρες της θάλασσας", όπως αναγράφεται στη Μεγάλη Επιγραφή του Καρνάκ και ως λαούς «που ζούσαν στα πλοία», όπως ανέφεραν Χετταϊκά κείμενα (Grandet 1990, pp. 16-24). Λαοί πρωτοεμφανιζόμενοι στην ιστορία από την κεντροανατολική Ευρώπη που ήρθαν και διατάραξαν την σταθερότητα και την ισορροπία που είχε επέλθει στην Εγγύς Ανατολή με την συνθήκη ειρήνης Αιγυπτίων και Χετταίων. Οι επιδρομές των «Λαών της Θάλασσας», όπως ονομάστηκαν, πολύ πιθανό να συνέτειναν στην κατάλυση της Χετταϊκής αυτοκρατορίας, στην παρακμή της Αιγύπτου, καθώς και στον μαρασμό του κρητομυκηναϊκού πολιτισμού στην Ελλάδα και στην Κύπρο (Dothan & Dothan 1992).

1.6 οι Ισραηλίτες (Εβραίοι) (περ. 1800-587 π.Χ.)

Σύμφωνα με τον Bregman (2002), η ιστορία της φυλής των Ισραηλιτών (ή Ισραηλινών, όπως ονομάζονται σήμερα οι κάτοικοι του σύγχρονου κράτους του Ισραήλ) ξετυλίγεται στην Παλαιά Διαθήκη, που αποτελεί και την κύρια πηγή ιστορικής γνώσης για τους Εβραίους. Η Αγία Γραφή κατονομάζει τον Αβραάμ ως τον αρχηγό της πατριαρχικής μερίδας που περίπου το 1800 π.Χ. οδήγησε τον λαό του από την πόλη Ουρ της Σουμερίας, όπου είχε προσωρινά σταθμεύσει κατά τις περιπλανήσεις του, στην γη των Χανααίων, που αργότερα ονομάστηκε Παλαιστίνη. Περί το 1700 π.Χ. ορισμένοι Εβραίοι, που ίσως να αποτελούσαν και μέρος αυτών

που οι Αιγύπτιοι ονόμαζαν Υκσώς, βρέθηκαν στην Αίγυπτο. Λίγο αργότερα και άλλοι Εβραίοι εγκατέλειψαν την γη Χαναάν, λόγω των δυσκολιών διαβίωσης που αντιμετώπιζαν και, καθοδηγούμενοι από τον Ιακώβ, που ήταν απόγονος του Αβραάμ, ακολούθησαν τους προηγούμενους.

Η εποχή του Σολομώντος ήταν περίοδος ευημερίας και πλούτου για τους Ισραηλίτες, με σημαντικότερη απόδειξη την κατασκευή του Ναού και του ανακτόρου. Ο Ναός του Σολομώντος κτίστηκε σε επτά χρόνια, είχε σχήμα τετράγωνο και στο δεβίρ (debir, Άγια των Αγίων), που ήταν ένα μικρό δωμάτιο χωρίς παράθυρα, όπου βρισκόταν η Κιβωτός της Διαθήκης. Μια άλλη σημαντική μεταβολή στο βασίλειο του Ισραήλ ήταν η θρησκευτική μεταρρύθμιση που προσπάθησε να εισαγάγει η γυναίκα του Αχαάβ. Η Ιεζάβελ, που ήταν από την Φοινίκη, προσπάθησε να επιβάλλει στο Ισραήλ την λατρεία του Βάαλ κτίζοντας μεγαλοπρεπή ναό στην Σαμάρεια. Η νέα θρησκεία φαίνεται ότι είχε απήχηση στην αυλή, στην αριστοκρατία αλλά και σε μέρος του λαού. Ορισμένοι Ισραηλίτες όμως, έμειναν φανατικά πιστοί στον Γιαχβέ και έγιναν πολέμιοι της νέας λατρευτικής συνήθειας. Οι Εβραίοι που ζούσαν στην εξορία (Βαβυλωνιακή Αιχμαλωσία) αντιπροσώπευαν την αφρόκρεμα της πολιτικής και εκκλησιαστικής εξουσίας του Ιούδα (Sulberman 1992, pp. 22-30).

Ο Ιουδαϊσμός υπήρξε ανέκαθεν θρησκεία των Ισραηλιτών που τηρεί όσα αναφέρει η Παλαιά Διαθήκη. Ο εβραϊκός μονοθεϊσμός ήταν η πίστη ολόκληρου του λαού των Ισραηλιτών και όχι μια θρησκευτική μεταρρύθμιση που επιβλήθηκε εκ των άνω, όπως ο μονοθεϊσμός του Αιγύπτιου φαραώ Αχνατών. Η ιδέα της λατρείας του Γιαχβέ (ή Ιαχωβά ή Κυρίου, όπως αναφέρεται στην Αγία Γραφή) από τους Ισραηλίτες ως του μόνου Θεού, είναι μοναδική στον Αρχαίο Κόσμο. Η Ιουδαϊκή θρησκεία εμπεριέχει την προηγούμενη ιστορική μνήμη και εμπειρία των Ισραηλιτών, η οποία ερμηνεύεται και κυβερνάται από την θρησκευτική τους πίστη.

Ο Γιαχβέ, κατά την εβραϊκή παράδοση, συνήψε ένα είδος συμφωνίας με τους Ισραηλίτες, την Διαθήκη. Σύμφωνα με αυτήν, οι Εβραίοι θα αποτελούσαν τον εκλεκτό λαό, που θα γινόταν λαός-διδάσκαλος για την διάδοση του μονοθεϊσμού του Γιαχβέ στην ανθρωπότητα. Ως αντάλλαγμα, οι Ισραηλίτες θα υπάκουαν στις εντολές του ενός και μοναδικού Θεού. Ολόκληρη η φιλοσοφία του μονοθεϊσμού, όπως αυτή παρουσιάζεται στην Διαθήκη Γιαχβέ και Ισραηλιτών, συμπυκνώνεται στο «Άκουε, Ίσραήλ Κύριος ό Θεός ήμῶν εἶναι εἷς Κύριος».

Ο Γιαχβέ δεν είναι συνυφασμένος με φυσικά φαινόμενα, όπως οι θεοί των αρχαϊό-

τερων λαών, ούτε με συγκεκριμένο τόπο στην γη ή στο σύμπαν. Ο Θεός είναι ισχυρότερος όλων των φυσικών δυνάμεων και το απέδειξε, όταν έσωσε τους Ισραηλίτες από την σκλαβιά στην Αίγυπτο νικώντας τον λιμό, το νερό της θάλασσας, τον άνεμο και την καταιγίδα, και, μέσω του Μωυσή, τους παρέδωσε τις Δέκα Εντολές του, ώστε να γίνουν οι νόμοι τους.

Μετά την εγκατάσταση των Ισραηλιτών στην Παλαιστίνη, πολλοί αποδέχθηκαν τους θεούς των Χανααίων και των Φοινίκων καθώς και τον πολυτελή τρόπο ζωής τους, γεγονός που θεωρήθηκε ασέβεια προς τον Γιαχβέ. Επίσης, τον Η' αιώνα, φάνηκε ότι ο Γιαχβέ είχε εγκαταλείψει τον λαό του, αφού οι Ασσύριοι είχαν γίνει τόσο ισχυροί ώστε παρενοχλούσαν τους Ισραηλίτες. Πολλοί ερμήνευσαν τα ιστορικά γεγονότα ως την τιμωρία του Γιαχβέ για την παρακοή και την εγκατάλειψη της λατρείας του από τους Εβραίους. Έτσι, μεταξύ 750 και 550 π.Χ. εμφανίσθηκαν διάφοροι πιστοί του Ιουδαϊσμού που ονομάσθηκαν Προφήτες και προσπάθησαν να πείσουν τους Ισραηλίτες να επανέλθουν στην αυστηρή τήρηση της συμφωνίας με τον Γιαχβέ. Οι Προφήτες εξήγησαν την επικράτηση των Ασσυρίων και την καταστροφή των δύο βασιλείων των Ισραηλιτών ως την τιμωρία του Γιαχβέ αλλά έδωσαν ελπίδα στους Εβραίους για το μέλλον με την προφητεία της ελεύσεως του Μεσσία, ο οποίος θα έφερνε διαπαντός ειρήνη και δικαιοσύνη για πάντα.

Μετά την καταστροφή της Ιερουσαλήμ από τον Ναβουχοδονόσορα, ο Προφήτης Ησαΐας δίδασκε ότι η παλαιά συμφωνία (Διαθήκη) μεταξύ Γιαχβέ και λαού δεν υφίστατο, λόγω μη ύπαρξης του βασιλείου των Ισραηλιτών αλλά πλέον μιας νέας Διαθήκης μεταξύ Γιαχβέ και καθ' ενός από τους Ισραηλίτες. Ολόκληρη η Παλαιά Διαθήκη, το πρώτο μέρος της Αγίας Γραφής, δεν είναι παρά ένα εξαιρετικό δείγμα της εβραϊκής λογοτεχνίας. Πολλά από τα θέματα προέρχονται από την μεσοποταμιακή λογοτεχνική παράδοση, όπως το θέμα του Κατακλυσμού ή της δημιουργίας του Αδάμ (Barton & Bowden 2004).

Το ομορφότερο και συναισθηματικότερο κείμενο όμως είναι το «Άσμα Ασμάτων» το οποίο εντάσσεται στα Ποιητικά - Διδακτικά Βιβλία της Παλαιάς Διαθήκης. Στην Εβραϊκή Βίβλο ανήκει στην τρίτη ομάδα των βιβλίων που ονομάζονται «Αγιόγραφα». Αποτελείται από έξι άσματα και το έργο αποδίδεται στον βασιλιά Σολομώντα. Η συζυγική αγάπη ανάμεσα σε έναν άντρα και μια γυναίκα απεικονίζει στα βιβλικά κείμενα τη σχέση Θεού - Ισραήλ και Χριστού - Εκκλησίας. Έτσι, το περιεχόμενο του βιβλίου κατανοήθηκε τόσο από τους Ιουδαίους όσο και από τους

χριστιανούς ως αλληγορική έκφραση των σχέσεων αυτών (Ορθόδοξοι Ορίζοντες 2014).

Τα Μεγάλα Βασίλεια των Χετταίων, των Φοινίκων, των Ισραηλιτών παρήκμασαν όταν νέοι ισχυροί λαοί κατέλαβαν αρχικά την Μεσοποταμία και μετά επεκτάθηκαν δυτικά, μέχρι τις ακτές της Μεσογείου, για να ελέγξουν το εμπόριο.

Οι Ασσύριοι, οι Μήδοι και, ιδίως, οι Πέρσες δημιούργησαν αχανείς αυτοκρατορίες που εκτεινόταν από τις ανατολικές ακτές της Μεσογείου μέχρι την Ινδία (Briant, 1996). Με τους Ασσυρίους αρχίζει η εποχή των Μεγάλων Αυτοκρατοριών στην νοτιοδυτική Ασία (Beckman 1999). Ο μεσοποταμιακός πολιτισμός δεν έσβησε τελείως με την κατάρρευση της Ασσυριακής αυτοκρατορίας. Οι Χαλδαίοι, που θα επεκταθούν από τον νότο, αλλά και οι Πέρσες, που θα δημιουργήσουν μια ακόμη απέραντη αυτοκρατορία, θα χρησιμοποιήσουν πολλά από τα πολιτικά και πολιτισμικά στοιχεία της μεσοποταμιακής παράδοσης που διατήρησαν οι Ασσύριοι.

Η Περσική θρησκεία του Ζωροαστρισμού έλαβε το όνομά της από τον προφήτη της Ζωροάστρη (ή Ζαρατούστρα στα Περσικά), ο οποίος παραμένει ακόμη και σήμερα ένα σκοτεινό πρόσωπο για την Ιστορία. Κάποιες ενδείξεις υποδεικνύουν το πρώτο μισό του ΣΤ' αιώνα π.Χ. ως την εποχή που έζησε και δίδαξε, παρ' ότι τίποτα δεν έχει αποδειχθεί ως βέβαιο. Κύρια πηγή πληροφοριών για τον Ζωροαστρισμό είναι το ιερό βιβλίο Αβέστα, 166 που γράφηκε τον Γ' αιώνα μ.Χ. από τους Ζωροαστριστές της εποχής. Το κείμενο του ιερού βιβλίου γίνεται δύσκολα κατανοητό λόγω πολλών δυσνόητων λέξεων. Οι πρώτοι δεκαπέντε ύμνοι ή γάθας (gathas), που μάλλον έχουν συντεθεί την εποχή που έζησε ο προφήτης ή ίσως και από τον ίδιο, περιγράφουν τους διωγμούς που υπέστη ο Ζωροάστρης και το καταφύγιο που βρήκε τελικά στην αυλή του άρχοντα Βιστάσπα (Vishtaspa).¹⁶⁷ Το υπόλοιπο βιβλίο περιέχει την διδαχή του προφήτη, όπως τον ενέπνευσε ο θεός Αούρα Μάσδα ή Ωρμάζδ στα νεοπερσικά (Ahura Mazda ή Ormazd).

Η κοσμοθεωρία του Ζωροαστρισμού εστιάζει στο γεγονός πως ο κόσμος συγκλονίζεται από την αδιάκοπη πάλη ανάμεσα στις δυνάμεις του Καλού, με επικεφαλής τον θεό Αούρα Μάσδα, και στις δυνάμεις του Κακού, με αρχηγό τον θεό Αγγρομαίνυο ή Αρίμαν στα νεοπερσικά (Angra Mainyu ή Ahriman). Εικάζεται μάλιστα ότι ο Αρίμαν υπήρξε το πρότυπο για τον Σατανά των Ιουδαίων. Μετά την προσθήκη ερμηνειών ονομάστηκε Ζενδ Αβέστα. ¹⁶⁷ Βιστάσπα ή Υστάσπης, ίσως είναι ο ίδιος με τον πατέρα του Δαρείου Α'.

Οι οπαδοί της περσικής θρησκείας πίστευαν ότι η Ιστορία της Ανθρωπότητας χω-

ριζόταν σε τρεις φάσεις: α) στην χρυσή εποχή του Καλού και της Ευημερίας, β) στην φάση της διαπάλης μεταξύ των δυνάμεων του Καλού και του Κακού, και γ) στην εποχή της εμφανίσεως του Ζωροάστρη που είχε βοηθήσει στην επικράτηση των δυνάμεων του Καλού και στην αυγή μιας νέας χρυσής εποχής.

Κατά τον Ζωροαστρισμό, αναμενόταν ανάσταση νεκρών και Ημέρα της Κρίσεως, οπότε ορισμένοι μόνο άνθρωποι θα κρίνονταν άξιοι για τον Παράδεισο (περσική λέξη). Οι ιερείς της περσικής θρησκείας, που κατά πάσα πιθανότητα διαφωνούσαν την εποχή του Ζωροάστρη με τις θρησκευτικές του απόψεις, ήταν οι Μάγοι που αναφέρονται και στην Αγία Γραφή (Σκαρτσής 1992, σσ. 97-99).

Από όσα αναφέρθηκαν παραπάνω, γίνεται φανερό ότι ο Ζωροαστρισμός επηρέασε κυρίως τον Ιουδαϊσμό και τον Χριστιανισμό αλλά υπάρχει περίπτωση να είχε απασχολήσει και τον Πλάτωνα. Εάν το τελευταίο αποδειχθεί μετά βεβαιότητας, δείχνει την, μικρή έστω, επίδραση των φιλοσοφικών απόψεων της Αρχαίας Εγγύς Ανατολής στην διαμόρφωση του Ευρωπαϊκού Πολιτισμού. Στις μέρες μας, η εξάπλωση του Μουσουλμανισμού έχει περιορίσει τον Ζωροαστρισμό κυρίως στην Ινδία.

Επομένως, ο θεσμός του πανίσχυρου βασιλέα βρήκε την ολοκλήρωσή του στα πρόσωπα μεγάλων μοναρχών των αυτοκρατοριών των Ασσυρίων και Περσών.

Οι πρώτοι υπήρξαν οι συνεχιστές της βαβυλωνιακής παραδόσεως, σε τέτοιο σημείο και με τέτοια επιπλέον συμβολή ώστε να μιλάμε για ασσυροβαβυλωνιακό πολιτισμό. Εξάλλου, δεν είναι διακριτά τα επιμέρους στοιχεία της συνένωσης των δύο παραδόσεων.

Οι Πέρσες δεν είχαν παρά να διατηρήσουν ολόκληρη την παράδοση της Εγγύς Ανατολής μέχρι την έλευση του Αλεξάνδρου, οπότε και αναπόφευκτα μπορούσαν να επηρεασθούν από τον ελληνικό πολιτισμό.

Με την εξιστόρηση της εξέλιξης του Ασσυρο-Βαβυλωνιακού πολιτισμού κλείνει ο κύκλος της Ιστορίας των Αρχαίων Ανατολικών Λαών. Η ιστορική ανάλυση της τους δεν μπορεί παρά να δείξει ότι οι απαρχές της δημιουργίας του Ευρωπαϊκού Πολιτισμού έγκεινται στην Μεσοποταμία, στις ανατολικές ακτές της Μεσογείου και στην Αίγυπτο ή, όπως εύσχημα ονομάσθηκε ολόκληρη αυτή η περιοχή, στην Αρχαία Εγγύς Ανατολή (Roux 1992).

Οι Αρχαίοι Ανατολικοί, λαοί αφού ανέπτυξαν τα δικά τους μοναδικά πολιτισμικά στοιχεία, οπωσδήποτε συνέβαλαν στην θεμελίωση του Ευρωπαϊκού Πολιτισμού από τους Έλληνες. Οι πρώτοι αποδέκτες των εξ ανατολής ιδεών στον Ελλαδικό χώρο, οι

Μινωίτες και οι Μυκηναίοι, θα κάνουν το μεγάλο πολιτισμικό άλμα που αποτέλεσμά του θα είναι η σύνδεση των δύο μεγάλων ιστορικών κύκλων. Ο κύκλος των πολιτισμών της Εγγύς Ανατολής συνδέθηκε με τον κύκλο του κρητομυκηναϊκού πολιτισμού και κατ' επέκταση με την δημιουργία του Κλασικού Ελληνικού Πολιτισμού, δηλαδή την βάση του Ευρωπαϊκού Πολιτισμού.

1.7 Ο πολιτισμός και οι θρησκευτική λατρεία στις ακτές του Αιγαίου πελάγους: Κρήτη, Κυκλάδες, Μυκήνες (3000-1100 π.Χ.)

Στον πρώτο ιστορικό κύκλο εξετάστηκε η εμφάνιση και η εξέλιξη του πολιτισμού στην Μεσοποταμία και στην Αίγυπτο μέχρι την κατάκτηση των περιοχών από τον Αλέξανδρο τον Δ' αιώνα π.Χ. Η κατάληψη της περιοχής από τους Μακεδόνες κλείνει τον πολιτισμικό κύκλο της Εγγύς Ανατολής αλλά δεν στερεί την ανθρωπότητα από την κληρονομιά της. Η πολιτισμική ανακολουθία του ασσυροβαβυλωνιακού πολιτισμού που παρατηρείται στην Εγγύς Ανατολή με την πολιτική παρακμή της Περσικής Αυτοκρατορίας αλλά και με την σύντηξη του ασσυροβαβυλωνιακού με τον ελληνικό πολιτισμό γίνεται πολιτισμική συνέχεια στη δύση με την ανάπτυξη του ελληνικού πολιτισμού. Ο δεύτερος ιστορικός κύκλος, η δημιουργία του Αρχαίου Ελληνικού Πολιτισμού, άνοιξε με την εμφάνιση των Μινωιτών, των Κυκλαδιτών και των Μυκηναίων την Β' χιλιετία π.Χ. και έκλεισε με τον θάνατο του Αλεξάνδρου στο τέλος του Δ' αιώνα (Δημητρίου 1993).

Οι Έλληνες ,λοιπόν, χρησιμοποίησαν τον συνδετικό κρίκο του μινωικού πολιτισμού, προκειμένου να καρπωθούν την πολιτισμική εμπειρία της ανατολής και να την χρησιμοποιήσουν ως εφιαλτήριο για την δημιουργία του Ελληνικού Κλασικού Πολιτισμού συνδυάζοντας όμως και τα δικά τους αυτόνομα πολιτισμικά στοιχεία που ανέπτυξαν στον ελλαδικό χώρο.

Ο Αρχαίος Ελληνικός Πολιτισμός έχει τις ρίζες του στην Μινωική Κρήτη και στις Κυκλάδες, αλλά αναπτύχθηκε στην ηπειρωτική Ελλάδα, επεκτάθηκε στα παράλια της Μικράς Ασίας, συνεχίστηκε από τους Μακεδόνες βασιλείς και, τέλος, ενστερνίστηκε από τους Ρωμαίους, όταν αυτοί κατέλαβαν τον ελλαδικό χώρο τον Β' αιώνα π.Χ. Ο Ελληνικός Πολιτισμός αναπτύχθηκε σιγά-σιγά λίγο μετά την περίοδο που ορίζεται από το τέλος της Λίθινης Εποχής και την αρχή της Εποχής του Χαλκού, γύρω στο 3000 π.Χ. Ανθισε, δηλαδή, λίγο μετά την εμφάνιση των πρώτων πολιτισμών στην

Μεσοποταμία και στην Αίγυπτο αλλά, παρά τις επιρροές που δέχθηκε από την Εγγύς Ανατολή, παρέμεινε διαφορετικός.

Σε αυτό το κεφάλαιο για την Αρχαία Ελλάδα θα συζητηθούν η εμφάνιση του ανθρώπου στον ελλαδικό χώρο και η ανατολή του πολιτισμού στο νοτιοανατολικό άκρο της Ευρώπης μαζί με τα εξαιρετικά πρώτα δείγματά του στην Κρήτη, στις Κυκλάδες και στην ηπειρωτική Ελλάδα. Άλλωστε, οι πρώτες εκφάνσεις αυτού του πολιτισμού υπήρξαν τα ανάκτορα των Μινωϊτών, η θαμμένη σήμερα πόλη στο Ακρωτήρι της Θήρας και η ακρόπολη των Μυκηνών (Παναγοπούλου 1996, σσ.43-45, Παπαθανασόπουλος 1996, Σαμψών 1996, σσ 46-51).

Η κοινωνική ιεράρχηση κατά την Παλαιοανακτορική Περίοδο πρέπει να άρχιζε από την βασιλική οικογένεια, να συνέχιζε στο ιερατείο με αρχιερέα τον βασιλιά, να ακολουθούσε την τάξη των ευγενών και να κατέληγε στον λαό. Ο Έβανς Καρέτσου (1994) διατύπωσε την υπόθεση ότι η εξουσία ήταν θεοκρατική, διότι μόνο έτσι μπορεί να εξηγηθεί η προθυμία των κατοίκων να εργασθούν στην κατασκευή τόσο καταπληκτικών οικοδομημάτων (Treuil 1996, σ. 334-335). Έτσι, μπορεί να ειπωθεί με σιγουριά ότι κατά την Παλαιοανακτορική εποχή άνθισε στην Κρήτη ο πρώτος πολιτισμός στον ελλαδικό χώρο ή καλύτερα στον ευρωπαϊκό χώρο.

Στην Παλαιοανακτορική εποχή παρατηρούνται όλα εκείνα τα στοιχεία που θεωρούνται απαραίτητα για την δημιουργία πολιτισμού, δηλαδή αστικές κοινότητες, τέχνη και γραφή. Παρά τις επιδράσεις που είχε δεχθεί ο μινωικός πολιτισμός από την Μεσοποταμία και την Αίγυπτο, είναι αναμφισβήτητα ένας αιγαιακός και «ευρωπαϊκός» πολιτισμός παρά ένας «ανατολικός» πολιτισμός. Λίγο μετά το 2000 π.Χ., οι Μινωίτες στην Κρήτη, στο νοτιοανατολικό άκρο της Ευρώπης, δημιούργησαν έναν γηγενή πολιτισμό με βάση μια ελεύθερη και ευνομούμενη κοινωνία (ό.π., σ. 240).

Ο μινωικός πολιτισμός δεν ορίζεται ως ελληνικός εφ' όσον δεν έχει ακόμη αποδειχθεί με κάποια βεβαιότητα ότι η μινωική Γραμμική Α γραφή είναι ελληνική, όπως συμβαίνει με την μυκηναϊκή Γραμμική Β γραφή. Για το ζήτημα της πρωιμότητας του μινωικού πολιτισμού δεξ πιο κάτω το υποκεφάλαιο για τον Κυκλαδικό Πολιτισμό. Βέβαια, ο Μινωικός και ο Κυκλαδικός πολιτισμός έχουν, αφ' ενός, τόσες ομοιότητες ώστε πολλές φορές να ονομάζονται, τουλάχιστον σε αυτήν την περίοδο, με μία λέξη Αιγαιακός Πολιτισμός αλλά και, αφ' ετέρου, αρκετές διαφορές για να μελετώνται ξεχωριστά. Την ίδια εποχή, οι Μυκηναίοι που θα επιβληθούν στους Μινωίτες αλλά και στους Κυκλαδίτες αφού αφομοιώσουν στοιχεία

και των δύο πολιτισμών, θα επιβάλουν τελικά στον ελλαδικό χώρο την δική τους πολιτισμική παράδοση. Ο συνδυασμός όλων αυτών των αιγαιακών παραδόσεων πολλές φορές ονομάζεται κρητομυκηναϊκός πολιτισμός (Treuil 2014 ,σ. 224).

Ο Μινωικός Πολιτισμός έλαβε χώρα γύρω στα 1700-1100 π.Χ. Η περίοδος της ακμής του Μινωικού πολιτισμού ονομάζεται Νεοανακτορική φάση (1700-1450) ακριβώς επειδή κτίστηκαν νέα ανάκτορα στην Κνωσό, στην Φαιστό, στα Μάλια και στην Ζάκρο. Από αυτήν την περίοδο έχουμε αρκετά δείγματα γραφής, η οποία φαίνεται ότι χρησιμοποιούνταν πλέον ευρέως στην Κρήτη, καθώς και πολλά στοιχεία για τις θρησκευτικές δοξασίες των Μινωιτών (Παπαδόπουλος 2000,σς 54-55).

Στο ανάκτορο της Κνωσού εκτός από τις αυλές, μπορεί κανείς να διακρίνει το ιερό, την αίθουσα του θρόνου. Βορειότερα βρισκόταν η αίθουσα του θρόνου του βασιλιά-αρχιερέα και πάνω από τις αποθήκες οι μεγάλες τετράγωνες τελετουργικές αίθουσες. Είναι φανερό ότι η δυτική πτέρυγα αποτελούσε την έδρα του βασιλιά ως αρχιερέα. Αντιθέτως η ανατολική πτέρυγα ήταν η έδρα του βασιλιά ως πολιτικού αρχηγού. Στο κέντρο βρισκόταν η μεγαλοπρεπής αίθουσα του θρόνου, με λαμπρές τοιχογραφίες, Φαίνεται ότι ορισμένες μυστηριακές τελετουργίες λάβαιναν μέρος στις κρύπτες. Οι ιερείς και οι ιέρειες, ντυμένες με δέρματα ζώων, χορηγούσαν μάλλον μόνο στα μέλη της βασιλικής οικογενείας ιερή κοινωνία, με ειδικά ποτήρια που περιείχαν αίμα τάυρου.

Επιπροσθέτως, στην αίθουσα του θρόνου με τις κόκκινες τοιχογραφίες ελάμβανε μέρος ειδική τελετουργία με συμμετοχή του βασιλιά-αρχιερέα ή της βασίλισσας-αρχιέρειας κατά την οποία γινόταν σωματικός καθαρισμός και χρήση των σωμάτων με ιερό λάδι (Treuil, σ. 384-399).

Κατά τις ημέρες των θρησκευτικών εορτών, οι πολίτες πλημμύριζαν τις αυλές και το βασιλικό Θέατρο ή κατ' άλλους Δικαστήριο, που χρησιμοποιούνταν ήδη από την Παλαιοανακτορική εποχή. Η ιερή πομπή διέσχισε τον βασιλικό πλακόστρωτο δρόμο και κατέληγε στο ονομαζόμενο Θέατρο. Μετά, ένα τμήμα της κατευθυνόταν προς το ιερό,ώστε να αφιερώσει το ιερό πέπλο και να δεηθεί προς την θεότητα. Τις τελετές πρέπει να παρακολουθούσαν και απεσταλμένοι από τις αυλές της Μεσοποταμίας και την Αιγύπτου, αν κρίνει κανείς σωστά από τα αφιερωμένα αντικείμενα και ειδώλια που έχουν βρεθεί στην Κνωσό και προέρχονται από τις περιοχές αυτές. Με αυτόν τον τρόπο, μπορούμε να αναπλάσουμε, όσο επιτρέπουν οι ανασκαφές, την ζωή στο ανάκτορο της Κνωσού κατά την Νεοανακτορική εποχή .

Ο ρόλος της θρησκείας στην Μινωική Κρήτη γίνεται φανερός από την λειτουργία των Μινωικών ανακτόρων. Έχει ήδη αναφερθεί ότι τα ανακτορικά συγκροτήματα ήταν πολιτικά αλλά και θρησκευτικά κέντρα εξουσίας. Στα ανάκτορα και στα διάφορα ιερά λατρευόταν η κύρια θεότητα της Μινωικής Κρήτης, που απεικονιζόταν στα ειδώλια να κρατά στα χέρια της τα ιερά φίδια.

Στην Κρήτη, όπως στην Μεσοποταμία και στην Αίγυπτο, επικρατούσε η λατρεία της φύσεως και της γονιμότητας στην μορφή της Μητέρας -Θεάς. Η θεά έφερε διάφορες ονομασίες με πιο γνωστές τη Μεγάλη Μητέρα, Ορεία Μητήρ, Ιδαία Μητέρα και Κυβέλη-Ρέα ,της Πότνιας Θηρών (Κυράς των Ζώων), όταν απεικονιζόταν με ζώα, και της κουροτρόφου, όταν παρουσιαζόταν με το Θείο Βρέφος. Τις διάφορες ιδιότητες αυτής της θεότητας κληρονόμησαν αργότερα οι θεές του Ολυμπιακού Πανθέου. Επίσης, λατρευόταν ένας νεαρός θεός και μια νεαρή θεότητα που πέθαιναν και ξαναγεννιόνταν κάθε χρόνο προσωποποιώντας τον αγροτικό κύκλο και την εναλλαγή των εποχών, όπως συνέβαινε και στην Αρχαία Εγγύς Ανατολή με ανάλογες θεότητες. Ο νεαρός θεός ονομαζόταν κυρίως Υάκινθος, Μέγιστος Κούρος ή Θείο Βρέφος ενώ η νεαρή θεά, Κόρη ή Δίκτυννα.

Εκτός από τις τρεις θεότητες, υπήρχαν και ιερά ζώα που η παρουσία τους είχε συμβολική σημασία. Ο ταύρος προσωποποιούσε τον ζωογόνο ήλιο ενώ η αγελάδα, που ζευγάρωνε μαζί του, αντιπροσώπευε την Σελήνη. Σύμφωνα με την παράδοση, ο βασιλιάς και η βασίλισσα φαίνεται ότι έπαιρναν τελικά την θέση των δύο ζώων και ο καρπός του γάμου τους, ο Μινώταυρος (άνθρωπος με κεφάλι ταύρου), θανατωνόταν μετά από ιερή τελετή. Οι παραστάσεις απεικονίζουν την τελετή των ταυροκαθαψίων, στην οποία συμμετείχαν και γυναίκες, και όπου ο ταύρος δεν σκοτωνόταν κατά την διάρκεια των ταυροπαιδιών αλλά αργότερα. Ορισμένα ζώα συνέχισαν να αποτελούν μέλη της ιερής κοινότητας, όπως η Αίγα/Αμάθεια, που έτρεφε το Θείο Βρέφος και αργότερα τον Δία και ο Όφις/Ερεχθεύς, που ήταν ο οικουρός όφις (Βασιλάκης 1991,σ 238).

Οι Μινωίτες λάτρευαν την Μητέρα Θεά και τις θεότητες στα ιερά αλλά και σε σπήλαια, όπως στο Δικταίο Άνδρο (στο Όρος Δίκη), όπου βρέθηκαν πολλά χάλκινα ειδώλια. Λατρεία θεοτήτων διεξαγόταν και σε ιερά κτισμένα σε κορυφές υψηλών βουνών, όπως στα Αστερούσια, στον Γιούκτα και στην Φιλήρημο. Τα ιερά κορυφής χρησιμοποιήθηκαν γενικά μόνο κατά την Παλαιονακτορική ή το αργότερο στην αρχή της Νεονακτορικής περιόδου. Η υποδειγματική ανασκαφή από τους αρχαιολόγους Γ. και Ε. Σακελλαράκη του ιερού των Ανεμόσπηλιων στον Γιούχτα

αποκάλυψε ότι η καταστροφή που συντελέστηκε από σεισμό λίγο πριν το 1700 π.Χ. αποτύπωσε ίσως μια τελετή ανθρωποθυσίας στην Μινωική Κρήτη.

Τα ιερά σύμβολα των Μινωιτών ήταν το ζεύγος κεράτων, που θύμιζε την ταυροκεφαλή αφού ο ταύρος ήταν ιερό ζώο, ο διπλούς πέλεκυς (λάβρυς), που μάλλον συμβόλιζε την υπερφυσική δύναμη της θεότητας, και ο δεσμός (κόμπος), που υπέτασσε τα δαιμονικά στοιχεία όταν δενόταν και βοηθούσε τον τοκετό όταν λυνόταν. Άλλα σύμβολα, μικρότερης ίσως σημασίας, ήταν ο σταυρός, ο αγκυλωτός σταυρός, ο τροχός και η οκτώσχημη ασπίδα. Χαρακτηριστικό λατρευτικό σκεύος ήταν ο κέρνος, αγγείο όπου ανακάτευαν όλους τους καρπούς για να ευλογηθούν και να εξασφαλισθεί η ευφορία της γης. Για τις υγρές σπονδές χρησιμοποιούσαν τα ρυτά (ρέω), που ήταν μακριά αγγεία με μεγάλο στόμιο επάνω για το γέμισμα και μικρή οπή στο κάτω στενό μέρος για την αργή εκροή του υγρού. Οι Μινωίτες πίστευαν στην μεταθανάτια ζωή αφού ήδη από τα νεολιθικά και προανακτορικά χρόνια έθαβαν τους νεκρούς τους με τροφές αλλά και με όλα τα άλλα αντικείμενα καθημερινής χρήσεως. Μάλιστα ο νεκρός συνοδευόταν και από ζυγαριά που θα χρειαζόταν για το ζύγισμα της ψυχής στο πέρασμα στον άλλο κόσμο, όπως ακριβώς πίστευαν και στην Αίγυπτο (Treuil 1996, σ. 569-575).

Από όσα προηγήθηκαν γίνεται φανερό ότι η Μινωική θρησκεία και οι ιερές τελετουργίες ήταν επηρεασμένες από την παράδοση της Εγγύς Ανατολής. Ίσως οι Μινωίτες ναυτικοί να έφερναν μαζί τους τις θρησκευτικές δοξασίες της Ανατολής όταν γύριζαν στην Κρήτη από τα μακρινά ταξίδια τους.

Οι Αχαιοί, που υπήρξαν οι δημιουργοί του μυκηναϊκού πολιτισμού, φαίνεται ότι εγκατέστησαν την δική τους εξουσία στην Κρήτη αρχικά για τουλάχιστον πενήντα χρόνια (περ. 1450-1400 π.Χ.) και ίσως υπήρξαν η πραγματική αιτία της καταστροφής των ανακτόρων .

Οι Αχαιοί εγκατέστησαν την δική τους συγκεντρωτική εξουσία διαρρυθμίζοντας το ανάκτορο της Κνωσού έτσι ώστε να δημιουργηθεί μεγαλοπρεπής αίθουσα θρόνου, που όμοιές της υπήρχαν στα μυκηναϊκά ανάκτορα στην ηπειρωτική Ελλάδα (Μυκήνες, Τίρυνθα, Πύλος). Η τελική παρακμή του κρητομυκηναϊκού πολιτισμού μάλλον οφείλεται στον αντίκτυπο της εισβολής των «Λαών της Θάλασσας» , που είχε ως αποτέλεσμα την κάθοδο ελληνικών τραχύτερων φύλων στην νότια Ελλάδα και την πολιτική και οικονομική παρακμή των μυκηναϊκών οικισμών και ακροπόλεων (Treuil, σ. 556-569).

Ο Μινωικός πολιτισμός ήταν ο παλαιότερος πολιτισμός που άνθισε στον ελλαδικό

και ευρωπαϊκό χώρο με γραφή, αστικές κοινότητες και εξαιρετικά υψηλή τέχνη. Ο Μινωικός πολιτισμός δεν φαίνεται ότι βασίστηκε στην δύναμη των όπλων ή στην απολυταρχία του μονάρχη αλλά στην οικονομική ευμάρεια που έφερε το εμπόριο και στην προθυμία όλων των κατοίκων, τουλάχιστον για μια περίοδο, να συμμετάσχουν έμπρακτα στην οικοδόμησή του. Ο Μινωικός πολιτισμός ήταν ένας μεσογειακός πολιτισμός με ευρωπαϊκή διάσταση βασιζόμενος στο ανθρώπινο μέτρο, στην αγάπη για την φύση και την ζωή, το πολύχρωμο και το ωραίο.

Στην τελευταία περίοδο της Χαλκοκρατίας, παράλληλα με τον κρητομυκηναϊκό πολιτισμό, άνθισε στις Κυκλάδες ένας τοπικός πολιτισμός, ο Κυκλαδικός Πολιτισμός (περ. 1700-1100 π.Χ.) που φαίνεται ότι δέχθηκε επιρροές από την Κρήτη και τις Μυκήνες.

Η ανακάλυψη των Μυκηνών και του Μυκηναϊκού Πολιτισμού (περ. 1600-1100) οφείλεται στην παθιασμένη επιμονή του εμπόρου και ερασιτέχνη αρχαιολόγου Ερρίκου Σλήμαν (Heinrich Schliemann). Ο Γερμανός αρχαιοδίφης πίστευε ότι τα Ομηρικά Έπη εξιστορούσαν πραγματικά γεγονότα και επομένως οι Μυκήνες και η Τροία υπήρχαν και έπρεπε να βρεθούν. Ο Μυκηναϊκός πολιτισμός έλαμψε τον ΙΔ' και ΙΓ' αιώνα π.Χ. σε ολόκληρη την νότια ηπειρωτική Ελλάδα και την Ανατολική Μεσόγειο (Παναγοπούλου 1996, σσ.43-45, Παπαθανασόπουλος 1996, Σαμψών 1996, σσ 46-51).

Οι Αχαιοί, επωφελούμενοι από την σχετική ειρήνη που επικράτησε στην περιοχή, αρχικά μεταξύ Μιταννίων και Αιγυπτίων και κατόπιν μεταξύ Χετταίων και Αιγυπτίων, εξαπλώθηκαν οικονομικά στο Αιγαίο και στην Μεσόγειο και επέβαλαν τα δικά τους πολιτισμικά στοιχεία, τουλάχιστον σε ολόκληρο τον ελλαδικό χώρο .

Τα αρχαιολογικά δεδομένα συνηγορούν στην ταύτιση Αχχιϊάγια και Αχαιών υποστηρίζει ο Wolf D. Niemeir (1999). Εξάλλου, από τον ΙΕ' μέχρι τον ΙΒ' αιώνα και αφού αφομοίωσαν σχεδόν όλα τα πολιτιστικά στοιχεία των κατοίκων της Κρήτης, οι Αχαιοί συνέχισαν τον μινωικό πολιτισμό και έτσι, πολλές φορές, για την αυγή της Ελληνικής Ιστορίας χρησιμοποιείται ο όρος «Κρητομυκηναϊκός Πολιτισμός». Οι Αχαιοί ένωσαν, τουλάχιστον πολιτισμικά, ολόκληρο τον ελλαδικό χώρο χρησιμοποιώντας το εμπόριο και την τέχνη. Αυτά ακριβώς τα στοιχεία δείχνουν την μεγάλη πολιτική διαφορά που υφίσταται ανάμεσα στις αυτοκρατορίες που σχηματίστηκαν στην Μεσοποταμία και στην Αίγυπτο και στην ενοποίηση του ελλαδικού χώρου (Osborne 1996, pp. 19-37/Ι ΕΕ, 2:11-29).

Αναφορικά με την Μυκηναϊκή Θρησκεία, η ανάγνωση των συμβόλων της Γραμμικής Β, που πολλά από αυτά βρίσκονται χαραγμένα πάνω σε αγγεία, απέδειξε ότι η μυκηναϊκή θρησκεία δεν ταυτίζεται με την μινωική. Οι Αχαιοί λάτρευαν τον Ποσειδώνα, τον Δία, την Ήρα, τον Ερμή, τουλάχιστον από τον ΙΔ' αιώνα. Επομένως, σημαντικοί θεοί του Ολυμπιακού Πανθέου της κλασικής εποχής προέρχονται από τα πρώτα ελληνικά φύλα που κατέλαβαν την ηπειρωτική Ελλάδα. Όταν βέβαια οι Αχαιοί ήρθαν σε επαφή με τους Μινωίτες υιοθέτησαν την θεά της ευφορίας (Μητέρα Θεά) και την θεά της φύσεως (Πότνια Θηρών).

Οι Αχαιοί λάτρευαν τους θεούς τους σε μικρούς ναούς κτισμένους πάνω σε λόφους αλλά και σε ιερούς χώρους, σε αλσύλλια. Οι πιστοί προσεύχονταν έχοντας το ένα χέρι υψωμένο και το άλλο στο στήθος αλλά και με την συμμετοχή τους σε οργανιστικούς χορούς ανδρών και γυναικών. Επίσης, θυσίαζαν τούρους, αγελάδες, αίγες, ελάφια κάνοντας σπονδές με λάδι, μέλι, κρασί και νερό από ιερά χοανοειδή σκεύη, τα ρυτά. Αντιθέτως με τους Μινωίτες, οι Αχαιοί δεν υιοθέτησαν τον διπλό πέλεκυ ως ιερό σύμβολο ή τα ταυροκαθάψια ως θρησκευτική γιορτή. Οι μυκηναϊκές θρησκευτικές δοξασίες, όμως, εμπεριέχουν όλα εκείνα τα στοιχεία που απετέλεσαν την αρχαία ελληνική θρησκεία (Σακελλαράκης, Γ. και συν. 1994) .

Ο Κρητομυκηναϊκός Πολιτισμός αποτέλεσε την γέφυρα για την μετάβαση από τον πολιτισμό των λαών της Ανατολής και της Αιγύπτου στον πρώτο ευρωπαϊκό πολιτισμό, όχι μόνο γεωγραφικά αλλά και πολιτισμικά. Υπήρξε μία πολιτισμική ανάμειξη ανατολικών και γηγενών κρητικών στοιχείων, που διαφαίνονται στην μινωική κληρονομιά, και σύντηξη των μινωικών πολιτισμικών δεδομένων με το ελληνικό στοιχείο των Αχαιών του μυκηναϊκού πολιτισμού. Ο Κλασικός Ελληνικός πολιτισμός χρησιμοποίησε ευρέως την κρητομυκηναϊκή παράδοση, παρά την μικρή πολιτισμική κάμψη που παρατηρήθηκε μετά την δύση της μυκηναϊκής κυριαρχίας στον ελλαδικό χώρο. Η Αρχαϊκή Ελληνική εποχή, που ακολούθησε και άνοιξε τον νέο κύκλο της Ελληνικής Ιστορίας, αποτέλεσε τον συνδετικό κρίκο μεταξύ του Κρητομυκηναϊκού και του Κλασικού Ελληνικού πολιτισμού.

1.8 Η πολιτισμική και θρησκευτική πορεία των Αρχαϊκών Ελληνικών Κρατών (περ. 1100-500 π.Χ.)

Η παρακμή του κρητομυκηναϊκού πολιτισμού δεν ήταν παρά η ολοκλήρωση του πρώτου ιστορικού και πολιτισμικού κύκλου της Ελληνικής και Ευρωπαϊκής Ιστορίας.

Ταυτόχρονα ξεκίνησε ένας νέος κύκλος που η αρχή του ορίζεται από την μετανάστευση των ελληνικών φύλων.

Μετά την λαμπρή εποχή του κρητομυκηναϊκού πολιτισμού, οι ελληνικοί πληθυσμοί έζησαν μια περίοδο πολιτισμικής καθίζησης, καθώς ο ελληνικός πολιτισμός διήλθε μια εποχή μεταβατική αποκαλούμενη ως ασυνέχεια του πολιτισμικού κύκλου, που όμως υπήρξε το εφαλτήριο για την δημιουργία του Κλασικού Αιώνα.

Οι νέοι κάτοικοι του νότιου ελλαδικού χώρου δημιούργησαν τα πρώτα αρχαϊκά κράτη στην Αθήνα, στην Σπάρτη, στην Κόρινθο, στα Μέγαρα και, αρχικά, αποδέχθηκαν την ισχύ του ενός άνδρα, την βασιλεία. Ο αρχαϊκός κύκλος της Ελληνικής Ιστορίας έκλεισε με την αποτίναξη των τυράννων και την εγκαθίδρυση της δημοκρατίας (Osborne, pp.107-113).

Η ελληνική δημοκρατία βασίσθηκε στην πολιτισμική παράδοση του Μινωικού και του Μυκηναϊκού Πολιτισμού, αν και δημιουργήθηκε από τους απογόνους των Δωριέων, των Αιτωλών και των Θεσσαλών, των κυριότερων από τις ελληνικές φυλές που μετανάστευσαν από την Βόρεια στην Κεντρική και Νότια Ελλάδα (Starr 1991, pp. 212-220).

Στην Ελλάδα, επικεφαλής του φυλετικού κράτους βρισκόταν ο αρχαγέτας ή ταγός ή βασιλεύς, που κυβερνούσε αυτοβούλως, αλλά πάντα σύμφωνα με τους άγραφους νόμους του φύλου. Επειδή δεν θεωρούνταν ότι κατείχε θεϊκές δυνάμεις, όπως λ.χ. συνέβαινε στην Αίγυπτο, είχε την ανάγκη ενός συμβουλίου, το οποίο συγκροτούνταν από αντιπροσώπους των φυλών.

Οι Σπαρτιάτες διατήρησαν κατ' αρχήν την βασιλεία σε όλη την αρχαιότητα.

Ο τρόπος διακυβέρνησης κατά την περίοδο της αριστοκρατίας ήταν το πρώτο βήμα προς τον εκδημοκρατισμό της λειτουργίας των πολιτικών θεσμών με καταληκτικό στάδιο της πολιτικής εξέλιξης την δημοκρατία. Σχεδόν κάθε πόλις-κράτος απέκτησε διαφορετικό τύπο δημοκρατίας. Οι πρώτοι που επέτυχαν να δώσουν πολιτικά δικαιώματα σε όλους τους ελεύθερους άρρενες ενήλικες ήταν οι Σπαρτιάτες και οι Αθηναίοι ακολούθησαν με τις μεταρρυθμίσεις του Σόλωνος, αν και τα ανώτατα αξιώματα προορίζονταν μόνο για τις ανώτερες τάξεις. Οι δύο Πόλεις ακολούθησαν διαφορετικούς δρόμους προς την δημοκρατία και οι Αθηναίοι επέτυχαν την άμεση δημοκρατία, το πολίτευμα κατά το οποίο υπερείχε η Εκκλησία του δήμου, δηλαδή ο λαός (Murray 1993; ό.π.σσ.324-331).

Αντιθέτως, οι Σπαρτιάτες όδευσαν προς μια ιδιότυπη δημοκρατία, όπου οι εκλεγμένοι Έφοροι αντιπροσώπευαν τον δήμο αλλά δεν ελέγχονταν από αυτόν.

Στην Πελοπόννησο γνωρίζουμε αρκετά για το πολίτευμα των Σπαρτιατών, των Αργείων, των Κορινθίων ενώ στην Αττική για την πολιτική κατάσταση των Μεγαρέων και των Αθηναίων (Pugliese- Carratelli, 1996, pp. 43-46).

Η Πόλις στην οποία διακρίνονται καλύτερα οι πολιτικές αλλαγές κατά τον Η' αιώνα και τις αρχές του Ζ' και από την πολιτική της ιστορία, είναι η Αθήνα.

Σε επίπεδο θρησκείας και μυθολογίας, όσο μακραίνει η ανατολική παράδοση τόσο οι Έλληνες μεταπλάθουν τα πρότυπα των θεών που γνώρισαν από άλλους λαούς σε δικά τους νέα θεϊκά πρόσωπα και αρχίζουν να πλάθουν τους δικούς τους μύθους για τους θεούς. Η ελληνική θεογονία αρχίζει με το πρώτο θεϊκό ζευγάρι, την θεά Γη και τον Ουρανό, που γέννησαν θεούς, οι οποίοι στην συνέχεια έσμιζαν, για να γεννηθούν άλλοι θεοί (Τσοτάκου-Καρβέλη, (1990). Αικατερίνη. Λεξικό της Ελληνικής Μυθολογίας. Αθήνα: Σοκόλης

Τελικά, μετά από γιγαντομαχίες και τιτανομαχίες μεταξύ των πρώτων θεών, επικράτησε ο Ζευς, ο οποίος και κυβερνούσε από την κορυφή του Ολύμπου. Άλλοι σημαντικοί θεοί του ελληνικού πανθέου ήταν η αδελφή του Δία και σύζυγός του Ήρα, οι αδελφοί του Ποσειδώνας και Άδης, οι αδελφές του Εστία και Δήμητρα και η κόρη του Αθηνά. Ακόμη, σημαίνουσα θέση στο ελληνικό πάνθεον κατείχαν ο Απόλλων, ο Ερμής, η Άρτεμις, η Αφροδίτη, ο Ήφαιστος και ο Άρης. Εκτός από τις πράξεις των θεών, η ελληνική μυθολογία περιλαμβάνει και τους άθλους ηρώων ή ημιθέων όπως ο Ηρακλής, ο Θησέας και ο Ιάσων. Οι Έλληνες δημιούργησαν αξιόλογη και, κατά το μεγαλύτερο μέρος, πρωτότυπη μυθολογική παράδοση ακριβώς διότι έδιναν μεγάλη σημασία στην λατρεία των θεών τους. Η λατρεία των θεών φαίνεται ότι αρχικά συνέχισε να διεξάγεται στις μυκηναϊκές θέσεις μέχρι να κατασκευασθούν ιδιαίτεροι ναοί. Η θεά που λατρευόταν πιο πολύ ήταν η Άρτεμις, θεά των ζώων, πτηνών και φυτών, του κυνηγιού, των μικρών ρυακιών και των ιαματικών πηγών. Η οργή της ήταν τρομερή και έπρεπε να εξευμενίζεται σχεδόν σε κάθε περίπτωση.

Παρομοίως λατρευόταν και ο Απόλλων, που θεωρούνταν θεός της συγκομιδής των καρπών αλλά κυρίως της μαντικής, με σημαντικότερο ιερό το Μαντείο των Δελφών, όπου αργότερα έγινε διάσημη στο Πανελλήνιο η εκστατική μαντεία της Πυθίας.

Αντιθέτως, ο Ζευς ήταν θεός των καιρικών μεταβολών αλλά και προστάτης της οικογένειας ενώ η κόρη του, Αθηνά, εμφανίζεται ως πολεμική θεότητα, όπως

άλλωστε και ο Άρης. Ο Ποσειδών ήταν θεός των πόσιμων νερών και θεός της γονιμότητας και σιγά-σιγά έγινε θεός της θάλασσας.

Η Ήρα ήταν η προστάτιδα του γάμου ενώ η Αφροδίτη του σαρκικού έρωτα. Ο Ερμής φύλαγε τους οδοιπορούντες και, επομένως, τους εμπόρους (εν πορεία) και το κέρδος τους. Θεωρούνταν, επίσης, ο θεϊκός αγγελιοφόρος (Burkert 1993).



Οι Δώδεκα Ολύμπιοι Θεοί

Με την πάροδο του χρόνου, ορισμένοι Έλληνες θέλοντας να ενισχύσουν την θρησκευτική τους πίστη και λόγω κόπωσης από τις δημόσιες θρησκευτικές τελετές στα ιερά, επιδόθηκαν σε μυστηριακές και οργιαστικές λατρείες.

Η πιο συνήθης ήταν η λατρεία του Διονύσου, θεού των δένδρων, της αμπέλου και των χυμών των φρούτων. Ο Διόνυσος λατρευόταν στην Ελλάδα με μια ιδιότυπη τελετουργία. Οι πιστοί χόρευαν μέχρι να φθάσουν σε έκσταση, πράγμα που δεν συνηθιζόταν στην επίσημη λατρεία. Στους Δελφούς ελάμβαναν χώρα τα διονυσιακά όργια (έργα, δρώμενα) στα οποία συμμετείχαν οι βακχίδες, γυναίκες, ακόλουθες του Διονύσου ή Βάκχου.



Ο Διόνυσος και οι Σάτυροι, εσωτερικό ερυθρόμορφου αγγείου

Παρόμοια τελετουργία γινόταν στην Ελευσίνα, όπου λατρευόταν η Δήμητρα, θεά του σίτου. Στις μυστηριακές τελετές της Ελευσίνας ή Ελευσίνια Μυστήρια, οι πιστοί

ικέτευαν για να καρποφορήσει ο σπαρμένος σίτος. Η διάδοση της λατρείας οφείλεται στην ιδέα ότι ο σπόρος θάβεται, δηλαδή πεθαίνει, και μετά, απροσδόκητα, την άνοιξη καρποφορεί, ανασταίνεται. Πίστευαν ότι κάτι το μυστηριακό και θαυμαστό ενυπάρχει στην δημιουργία και καρποφορία των φυτών από έναν "νεκρό" σπόρο. Οι μυημένοι γνώριζαν και αντιλαμβάνονταν την σημασία του θανάτου, της αναστάσεως, της ζωής, πράγμα πολύ σημαντικό στον Χριστιανισμό σε κατοπινές εποχές (Kerenyi 1999).

Οι Έλληνες της Αρχαϊκής Εποχής επιζητούσαν τον εξευμενισμό των θεών επιδιόμενοι σε προσφορές με κρασί, λάδι, γάλα, μέλι ή καίγοντας θυμιάτα στους μικρούς βωμούς των σπιτιών. Χρησιμοποιούσαν τον θρησκευτικό καθαρισμό μετά από νεκροστόλισμα πεθαμένου ή συμπαράσταση σε γυναίκα κατά την περίοδο της λοχείας. Όταν επρόκειτο για θρησκευτικό καθαρισμό μεγάλων ανομιμάτων χρησιμοποιούσαν ειδικούς μάντεις που ήταν οιωνοσκόποι. Οι ενέργειες αυτές δείχνουν την σημασία που απέδιδαν στους θεούς και στις δυνάμεις τους.

Οι Αρχαίοι Έλληνες δεν περιορίστηκαν στο να επαναλάβουν την μυθολογική ή θρησκευτική παράδοση και τις ιδιότητες ορισμένων θεών των Ανατολικών Λαών. Χρησιμοποιώντας ως πρώτη ύλη τους μύθους, τους θρύλους και τις δοξασίες των Ανατολικών Λαών που έμαθαν από τα ταξίδια τους, οι Έλληνες κινητοποιήθηκαν και δημιούργησαν την ελληνική μυθολογία. Οι αρχαίοι θεοί πλάστηκαν σε ανθρώπινα μέτρα, με ανθρώπινα προτερήματα και ελαττώματα. Οι ιδιότητες αυτές γίνονται φανερές όταν επεμβαίνουν στην ζωή των ανθρώπων δείχνοντας την συμπάθειά τους ή την αντιπάθειά τους για αυτούς που θέλουν να βοηθήσουν ή να καταδικάσουν, όπως παρουσιάζονται οι ενέργειές τους στα ομηρικά έπη (Ruck & Staples 1994).

Οι Αρχαίοι Έλληνες δεν λάτρευαν τους θεούς τους μόνο μέσα στους ναούς αλλά και με αθλητικούς αγώνες που αρχικά θεωρούνταν θρησκευτικές τελετές. Φαίνεται ότι αν και τις ελληνικές Πόλεις τις χώριζαν πάρα πολλά, τα στοιχεία που τις ένωναν ήταν ο πολιτισμός και ιδιαίτερα η κοινή γλώσσα, η θρησκεία και οι Ολυμπιακοί Αγώνες (Kebrie 1997, p. 65).

Σε όλες τις θρησκευτικές τελετές και τις ταφές νεκρών, οι Έλληνες χρησιμοποιούσαν αγγεία είτε για τις τελετουργίες είτε για να τα τοποθετήσουν στους τάφους, εάν επρόκειτο για ταφή.

Η φιλοξενία ήταν ύψιστη αρετή και οι ξένοι προστατεύονταν από τον Ξένιο Δία. Ο ξένος καθόταν στο τραπέζι μαζί με τον οικοδεσπότη, και οι δυο τους έτρωγαν κρέας, ψωμί και έπιναν κρασί.

Οι Αθηναίοι έτρωγαν το πρωί ψωμί, σύκα ξερά και ελιές. Το μεσημέρι και το βράδυ σερβίριζαν λίγο κρέας ή ψάρια ή φρούτα με ελιές, χόρτα και κρεμμύδια ή άλλοτε κουκιά και φακές ενώ συνόδευαν όλα τα φαγητά με κρασί. Συμπλήρωναν τα γεύματα τους με γλυκίσματα από αλεύρι και μέλι. Τα εδέσματα τρώγονταν σε πιάτα με μαχαίρια και κουτάλια ενώ δεν χρησιμοποιούνταν πιρούνια. Οι αρχαίοι Έλληνες οργάνωναν συμπόσια με ποικιλία φαγητών και κρασιών για να γιορτάσουν ένα εξαιρετικό οικογενειακό γεγονός ή νίκη σε αγώνες. Οι συμποσιαστές έφεραν στο κεφάλι στεφάνι από φύλλα ή λουλούδια, έπιναν κρασί, έτρωγαν με τα χέρια και τραγουδούσαν με την συνοδεία αυλού ή λύρας. Σε μερικές περιπτώσεις, ο οικοδεσπότης καλούσε γελωτοποιούς, ακροβάτες ή ομάδες καλλιτεχνών για να διασκεδάσουν οι καλεσμένοι του. Οι συζητήσεις ήταν άλλοτε ευτράπελες και άλλοτε πολιτικές και φιλοσοφικές (Bruit –Zaidman , χ.χ. ,pp. 338-376).

Η ελληνική πολιτιστική ανάπτυξη ,λοιπόν, θεμελιώθηκε πάνω στις αρχές της ελευθερίας λόγου και έργων και ο σημερινός της απόηχος δεν είναι τίποτα άλλο παρά αυτό που αποκαλείται δυτικός ή ευρωπαϊκός πολιτισμός.

Μέσα από αυτό το οξύμωρο σχήμα της πολιτισμικής αναπτύξεως των Πόλεων αλλά και της αυτοκαταστροφής τους διά του πολέμου, αναδύθηκε ο Κλασικός Ελληνικός Πολιτισμός. Το ελληνικό πνεύμα διεπόταν από ενότητα χαρακτήρα και εκφράσθηκε ταυτοχρόνως σε όλους τους τομείς της κοινωνικής ζωής, σε πανελλήνιο επίπεδο και σε διάφορα σημεία του τότε γνωστού κόσμου, όπου υπήρχε ελληνικό στοιχείο. Τα βασικά χαρακτηριστικά του Αρχαίου Ελληνικού Πολιτισμού ήταν η ατομικότητά του και κατά συνέπεια το ελεύθερο πνεύμα του, η ανθρωπινή του διάσταση, ακόμη και στο ζήτημα της θρησκείας, η διαύγειά του, που βασίζεται στον Λόγο (το δι' ελέγχου αποδειχθέν ως αληθές), η φαντασία και η δημιουργικότητά του, που είναι αποτέλεσμα της ελευθερίας των δημιουργών του και τέλος, ο διερευνητικός του χαρακτήρας. Όλα αυτά οφείλονταν στο γεγονός ότι για πρώτη φορά στον Αρχαίο Κόσμο, η γνώση έγινε προσιτή σε μεγαλύτερη μερίδα του πληθυσμού από ό,τι σε προηγούμενους πολιτισμούς (Guizot 2004; Gombrich 2007).

Το ελληνικό πνεύμα κυριάρχησε κατά τον Ε' και Δ' αιώνα στην εξέλιξη των θρησκευτικών αντιλήψεων.

Η Αρχαία Ελληνική Θρησκεία διέφερε σημαντικά από τις αρχαιότερες δοξασίες και κυρίως τον Ιουδαϊσμό, διότι δεν αποτελούνταν από μια σειρά ηθικών κανόνων που όφειλε να ακολουθεί ο πιστός, παρά το γεγονός ότι υπήρχαν στοιχεία ηθικής δικαιοσύνης.

Η θρησκευτικότητα των Αρχαίων Ελλήνων εκφραζόταν κατά κύριο λόγο μέσα από την τέχνη, που ετίθετο στην υπηρεσία του θρησκευτικού αισθήματος των πιστών. Η πλαστική, η αρχιτεκτονική, η ζωγραφική αλλά και η ποίηση εξυπηρετούσαν, σχεδόν αποκλειστικά, την θρησκεία ευρισκόμενες όμως και σε μια διαλεκτική σχέση με τον εαυτό τους, δηλαδή μια αυτόνομη εξέλιξη, ανεξάρτητη από την σχέση τους με την θρησκεία.

Το γεγονός ότι οι Έλληνες εξέφραζαν την θρησκευτικότητά τους σχεδόν σε κάθε δραστηριότητα της ζωής τους, τους παρουσίαζε ως τους ευσεβέστερους ανάμεσα στους συγχρόνους τους λαούς.

Φαίνεται, όμως, ότι οι Έλληνες χρησιμοποιούσαν την θρησκεία ως πρόφαση για να δημιουργήσουν τέχνη για την τέχνη, πράγμα που είναι οξύμωρο αλλά δείχνει και το ανώτατο πνευματικό στάδιο διαλεκτικής, εκούσιο ή ακούσιο, στο οποίο έφθασε ο Ελληνικός Πολιτισμός.

Η ιδιομορφία της Αρχαίας Ελληνική Θρησκείας δεν περιορίζεται μόνο στην σχέση της με την τέχνη. Άλλο ιδιαίτερο στοιχείο υπήρξε η αντιδιαστολή επίσημης θρησκείας και ατομικής θρησκευτικότητας του κάθε πολίτη. Η επίσημη θρησκεία εξυπηρετείτο από εντυπωσιακές τελετές, μεγαλοπρεπείς πομπές και τυπολατρικές θυσίες, που δεν είχαν άλλο σκοπό παρά την εκπλήρωση του συλλογικού θρησκευτικού αισθήματος. Κατά τόπους, όμως, και περισσότερο σε ατομικό ή στενά τοπικό επίπεδο, η λατρεία παλαιών λατρευτικών αντικειμένων, φαίνεται ότι ήταν σημαντικότερες της επίσημης θρησκείας. Παρ' όλα αυτά, η πλειονότητα των Ελλήνων συμμετείχε συνειδητά στις επίσημες θρησκευτικές εορτές των κλασικών χρόνων, οι οποίες διεξάγονταν σε διάφορες τοποθεσίες ανά τον ελλαδικό χώρο (Burkert 1993; Keric 1997, p. 65).

Στην Αττική, οι σημαντικότερες γιορτές ήταν τα Παναθήναια, τα Διονύσια, τα Ανθεστήρια, τα Λήναια, τα Αρρηφόρια, τα Διάσια, τα Διπόλια, τα Θαργήλια, τα Πυανόμια και τα Πλυντήρια (Harrison 1994-1997).

Τα Παναθήναια ήταν η σημαντικότερη θρησκευτική γιορτή των Αθηναίων προς τιμήν της πολιούχου θεάς Αθηνάς. Εκτός από τα ετήσια Παναθήναια, που εορτάζονταν στο τέλος Ιουλίου, το τρίτο έτος κάθε Ολυμπιάδας και στην θέση των ετησίων Παναθηναίων οι Αθηναίοι εόρταζαν τα Μεγάλα Παναθήναια, διάρκειας τεσσάρων ημερών. Τη νύχτα της παραμονής της τελέσεως της γιορτής γινόταν η παννυχίς, με χορούς παρθένων και νέων καθώς και με λαμπαδηφορία, δηλαδή αγώνα δρόμου με αναμμένους δαυλούς. Οι νικητές ελάμβαναν σε όλους τους αγώνες της

εορτής ως έπαθλο παναθηναϊκό αμφορέα, γεμάτο με λάδι από τις ιερές ελιές της Αθήνας (μορίας) καθώς και κλάδους ελιάς από τα ίδια δένδρα. Με την ανατολή του ηλίου άρχιζε η μεγάλη πομπή των Παναθηναίων, που ξεκινούσε από το Δίπυλο στον Κεραμικό και κατέληγε στην Ακρόπολη, καλύπτοντας μια διαδρομή 1.050 μ.

Οι συμμετέχοντες στην πομπή μετέφεραν, τα πρώτα χρόνια στον παλαιό ναό της Αθηνάς στην Ακρόπολη και, αργότερα, μετά την οικοδόμησή του, στον Παρθενώνα, τις προσφορές προς την θεά και κυρίως τον ιερό πέπλο, ένα τετράγωνο ύφασμα που το είχαν υφάνει οι κόρες των επιφανέστερων αθηναϊκών οικογενειών. Ο πέπλος είχε το χρώμα κρόκου αυγού (υποκίτρινος) και έφερε κεντημένες σκηνές από την μυθολογική γιγαντομαχία στην οποία είχε διακριθεί η Αθηνά.

Ο πέπλος τοποθετούνταν σε σχήμα Ι στην θέση του ιστίου τροχοφόρου πλοίου, που αποτελούσε το κέντρο της πομπής, και περιστοιχιζόταν από κόρες που μετέφεραν σε κάνιστρα πάνω στο κεφάλι τους τις προσφορές για την θεά. Στην πομπή μετείχαν ακόμη ηλικιωμένοι ευγενείς, με κλάδους ελιάς στο χέρι, έφιπποι νέοι, μέτοικοι, αντιπρόσωποι φιλικών ή συμμαχικών προς τους Αθηναίους Πόλεων αλλά και πολλές αγελάδες και πρόβατα για τις θυσίες στους βωμούς της θεάς στην Ακρόπολη. Μετά το πέρας των θυσιών, το κρέας των ζώων καταναλωνόταν από τον λαό, ο οποίος ευχόταν μια καλή γεωργική χρονιά για την Πόλη των Αθηνών (Neils 1992).

Άλλη γιορτή που διεξαγόταν στην Αθήνα ήταν τα Διονύσια..

Στην πραγματικότητα ήταν δύο γιορτές: τα "εν άστει" και τα "κατ' αγρούς" Διονύσια. Τα "εν άστει" εορτάζονταν στο τέλος Μαρτίου / αρχές Απριλίου στον ναό του Διονύσου, στους πρόποδες της Ακροπόλεως. Ήταν πολυήμερη γιορτή και στην κορύφωσή της μεταφερόταν το ξόανο του θεού, εν πομπή και δια του Κεραμικού, στο ιερό του Διονύσου. Η γιορτή είχε εύθυμο χαρακτήρα, περιλάμβανε θυσία ταύρου και το κύριο έμβλημά της ήταν ο φαλλός, σύμβολο γονιμότητας. Μετά την ολοκλήρωση της πομπής, οι πολίτες περιδιάβαζαν την πόλη χορεύοντας και τραγουδώντας. Οι επόμενες ημέρες αφιερώνονταν στα δρώμενα (δραματοποιημένο ιερό θέαμα). Παρόμοια διαδικασία με τα "εν άστει" γινόταν και στα "κατ' αγρούς" Διονύσια μόνο που αυτά εορτάζονταν τέλη Δεκεμβρίου / αρχές Ιανουαρίου στους μεγάλους δήμους της Αττικής (Guettel- Cole 1993; Goldhill 1990).

Μια ακόμη γιορτή που ήταν αφιερωμένη στον Διόνυσο ήταν τα Ανθεστήρια. Γιορτάζονταν τέλη Φεβρουαρίου / αρχές Μαρτίου και ήταν αφιερωμένα στο άνοιγμα των πιθαριών του νέου κρασιού, που είχε τοποθετηθεί εκεί πριν μερικούς μήνες. Οι παρευρισκόμενοι έπιναν προς τιμήν του θεού ευχόμενοι να είναι καλόπιτος ο

καινούριος οίνος. Μέχρι και οι δούλοι είχαν το δικαίωμα να πιουν εκείνες τις μέρες. Η πομπή κατευθυνόταν από τους αγρούς στο εν Λίμναις ιερό του Διονύσου (κάπου κοντά στην Ακρόπολη) ενώ τον Διόνυσο πάνω στο τροχοφόρο πλοίο υποδύονταν ο άρχων βασιλεύς. Στο ιερό συναντούσε την σύζυγό του και δέκα τέσσερις Αθηναίες, συζύγους αξιότιμων πολιτών, για να επιτελέσουν τις ιεουργίες στους ισάριθμους βωμούς των θεών. Ο άρχων βασιλεύς και η σύζυγός του αποτελούσαν το ιερό ζεύγος που θα τελούσε τον μυστικό γάμο για την καλή βλάστηση των καρπών στους αγρούς. Το απόγευμα γίνονταν αγώνες οινοποσίας για να γιορτασθεί ο ιερός γάμος ενώ οι συμμετέχοντες στις γιορτές είχαν δικαίωμα να πειράζουν λεκτικά τους συμπολίτες τους στους δρόμους. Η τελευταία μέρα των Ανθεστηρίων ήταν αφιερωμένη στους νεκρούς και στον Χθόνιο Ερμή, τον ψυχοπομπό. Η μέρα ήταν πένθιμη και οι προσφορές απευθύνονταν προς τις ψυχές των νεκρών, όπως στα χριστιανικά ψυχοσάββατα (Burkert 1993 , pp. 237-242 ; *Ιστορία Των Ανθεστηρίων*-<http://www.yermasoyia.org/?pageid=104> 2013).

Τα Λήνιαια και Γαμήλια, οι Εορτές του μηνός Γαμηλιώνος ήταν μια ακόμη γιορτή αφιερωμένη στον Διόνυσο, ο οποίος τώρα έπαιρνε νέα μορφή. Δεν ήταν ο θεός που συμβόλιζε την γονιμότητα αλλά ο εκστατικός, ο οργιαστικός Διόνυσος. Τα Λήνιαια εορτάζονταν τέλος Ιανουαρίου / αρχές Φεβρουαρίου. Οι λήνες ή βάκχες, διονυσιακές μαινάδες δηλαδή, προσέρχονταν στο εν Λήμναις ιερό του Διονύσου, στόλιζαν ένα ξόανο του θεού και χόρευαν υπό τον ήχο τυμπάνων και αυλών κρατώντας πυρσούς και δάδες (Λήνιαια και Γαμήλια -<http://www.hellenicreligion.gr/doc/linaiia.htm>).

Τα Αρρηφόρια ή Ερρηφόρια/Ερσηφόρια ήταν γιορτή προς τιμήν της Αθηνάς. Η τελετή γινόταν τέλος Ιουνίου / αρχές Ιουλίου και δύο μικρά κορίτσια, οι αρρηφόροι, παραδίνονταν από τις οικογένειες τους για να ζήσουν για λίγο διάστημα, πριν την εορτή, στον "οίκο των αρρηφόρων". Ο οίκος ήταν μικρό οίκημα δίπλα στον ναό της Πολιάδος Αθηνάς (κοντά στο Ερέχθειο), όπου τα κορίτσια πέραναν την ημέρα τους παίζοντας στην αυλή. Την νύχτα της παραμονής της γιορτής η ιέρεια της Αθηνάς παρέδιδε στις δύο αρρηφόρες τυλιγμένα για να μην τα δουν μυστικά αντικείμενα (αρρηφόρια), που τα δύο κορίτσια μετέφεραν σε υπόγειο χώρο στο ιερό της εν κήποις Αφροδίτης, όπου τα παρέδιδαν και ελάμβαναν άλλα για να τα μεταφέρουν στην Ακρόπολη. Τα μυστικά αντικείμενα ήταν μάλλον απομιμήσεις φιδιών και φαλλών από ζυμάρι με κλαδιά κουκουναριάς που σκοπό είχαν να τονώσουν την εφορία των καρπών (Αρρηφόρια-

http://greek_greek.enacademic.com/444/%CE%91%CF%81%CF%81%CE%B7%CF%86%CF%8C%CF%81%CE%B9%CE%B1 2014; Harrison 1996, σ. 180-183).

Τα Διάσια ήταν η μεγαλύτερη αθηναϊκή γιορτή για τον Δία και είχε ως σκοπό να προκαλέσει την εύνοια του θεού, που σε αυτήν την περίπτωση ονομαζόταν Μειλίχιος Δίας. Οι Αθηναίες νοικοκυρές έψηναν μικρά ψωμάκια σε μορφή βοδιών για να τα προσφέρουν στον θεό, ενώ φρόντιζαν και τον "οικουρό όφι", φίδια που ίσως έμεναν στους τοίχους ή στα θεμέλια των σπιτιών και προστατεύονταν ως σύμβολο του Δία (Διάσια- <http://www.theogonia.gr/latreia/pinakes/delta/diasia.htm> 2014 ; Harrison 1996, σσ. 29-47).

Οι Έλληνες γιόρταζαν επίσης τον Ιούνιο / Ιούλιο τα Διπόλια ή Διπόλεια, γιορτή που ήταν αφιερωμένη στην γονιμότητα. Οι εκδηλώσεις γίνονταν στο όνομα του Δία και περιλάμβαναν την τέλεση θυσίας βοδιού στον βωμό του θεού (Fêtes dipoliennes- <http://dagr.univtlse2.fr/sdx/dagr/feuilleter.xsp?tome=2&partie=1&numPage=273&noMEntree=DIPOLEIA>).

Τα Θαργήλια και τα Πυανόπια τελούνταν προς τιμήν του Απόλλωνα. Τα Θαργήλια, που περιλάμβαναν και τελετές για την Αρτέμιδα, εορτάζονταν τον Μάιο / Ιούνιο. Στον Απόλλωνα προσφέρονταν οι πρώτοι, μη ωριμασμένοι ακόμη, καρποί καθώς και άρτος ζυμωμένος με αυτούς τους καρπούς (θάργηλος). Στις τελετές γινόταν παράκληση για καλή καρποφορία και μάλιστα η γιορτή συνοδευόταν από καθαρμό των Αθηναίων για τον σκοπό αυτό. Πολλές φορές, κατά την διάρκεια των τελετών, δύο κακοποιοί που επρόκειτο να θανατωθούν, περιφέρονταν στους δρόμους με σύκα κρεμασμένα στον λαιμό τους. Ονομάζονταν φαρμακοί και καθάρματα και η αποπομπή τους αποσκοπούσε στον καθαρμό ανδρών και γυναικών. Δηλαδή, σκοπός της συγκεκριμένης ιεροτελεστίας ήταν οι φαρμακοί (εξ ου και φάρμακο = γιατρικό) να απορροφήσουν το μίasma από όλους τους κατοίκους και τελικά να εκδιωχθούν ή να θανατωθούν για να καθαρισθεί η Πόλη (Burkert, pp. 82-84; Θαργήλια- <http://www.theogonia.gr/latreia/pinakes/thita/thargilia.htm> 2014).

Κατά τα Πυανόπια, την δεύτερη προς τιμήν του Απόλλωνα γιορτή, που τελούνταν στο τέλος Οκτωβρίου, οι Αθηναίοι προσέφεραν στον θεό πύανα, δηλαδή κουκιά που βράζονταν μόνα τους ή με άλλα όσπρια για να γίνουν πολτός. Τα Πύανα ήταν ευχαριστήρια προσφορά στον Απόλλωνα για την καλή συγκομιδή των οσπρίων (Πυανόπια - <http://www.theogonia.gr/latreia/pinakes/pi/pianepsia.htm> 2014) .

Τα Πλυντήρια και τα Καλλυντήρια σχετίζονταν με τον φυσικό καθαρισμό του

ναού και των ξοάνων της Αθηνάς Πολιάδος στην Ακρόπολη. Σταδιακά, όμως, η τελετή έλαβε και χαρακτήρα τελετουργικού καθαρισμού. Το αρχαίο ξόανο της Αθηνάς ήταν τοποθετημένο στον παλαιό ναό της, μεταξύ Ερεχθείου και Παρθενώνα.

Μπροστά στο ξόανο έκαιγε μέρα-νύχτα λύχνος, ο οποίος γεμιζόταν με λάδι μια φορά τον χρόνο. Το ξόανο της θεάς μεταφερόταν το πρωί στο Φάληρο με πομπή, πλενόταν στην θάλασσα και το ίδιο βράδυ, υπό το φως των δάδων, μεταφερόταν πίσω στην Ακρόπολη (Θεοφανείδης 2014, σ. 587).

Παρόμοιες γιορτές με τους Αθηναίους τελούσαν και οι Λάκωνες με σημαντικότερες τα Υακίνθεια και τα Κάρνεια.

Τα Υακίνθια ήταν τριήμερη γιορτή που διεξαγόταν στα τέλη Μαΐου / αρχές Ιουνίου στις Αμύκλες (νότια της Σπάρτης) προς τιμήν του Απόλλωνα και του Υακίνθου, που ήταν τοπικός θεός της βλαστήσεως. Η πρώτη ημέρα ήταν πένθιμη, εις ανάμνησιν του θανάτου του Υακίνθου, ενώ η δεύτερη γιορτινή, προς τιμήν του Απόλλωνα. Έτσι, εκφραζόταν ο κύκλος θανάτου και γεννήσεως των θεών της βλαστήσεως ή γονιμότητας, όπως συνέβαινε και με τον Όσιρη στην Αίγυπτο. Σπαρτιάτισσες ύφαιναν τον χιτώνα του Απόλλωνα για να του τον αφιερώσουν και εν μέσω πομπής ‘αρμάτων και εφίπων κατευθύνονταν μέχρι τον ναό του Απόλλωνα στις Αμύκλες, όπου συνεχίζονταν οι γιορτές και την τρίτη ημέρα.

Τα Κάρνεια ήταν γιορτή που διαρκούσε εννέα ημέρες στο τέλος Αυγούστου και ήταν αφιερωμένη στον τοπικό θεό Κάρναιο ή Κάρνο και στον Απόλλωνα. Οι άνδρες μετείχαν σε δείπνο, που προσφερόταν με τέτοιο τρόπο έτσι ώστε σε εννέα σημεία της πόλεως δειπνούσαν ανά εννέα άνδρες. Η όλη γιορτή εμπιστευόταν σε νέους Σπαρτιάτες, που ονομάζονταν καρνεάτες. Κατά την διάρκεια της γιορτής, ένας από τους καρνεάτες, αφού εκφωνούσε τις ευχές για το τέλος της συγκομιδής, έφευγε όσο πιο γρήγορα μπορούσε ενώ τον κυνηγούσαν οι σταφιλοδρόμοι, άλλοι καρνεάτες που κρατούσαν τσαμπιά σταφύλια. Εάν τον έπιαναν, η χρονιά για την Πόλη θα ήταν καλή (Υακίνθια - Κάρνεια : http://www.spartans.gr/spartiatikes_eortes.htm).

Παρόμοιες γιορτές γίνονταν και σε άλλα σημεία της Ελλάδας, με περισσότερο γνωστό το Ηραίο του Άργους. Η γιορτή ήταν αφιερωμένη στην Ήρα και είχε σχέση με την ευφορία των καρπών της γης. Έξω από το Άργος υπήρχε ιερό της θεάς, όπου και κατευθυνόταν η πομπή που ξεκίναγε από την πόλη. Οι εκδηλώσεις διεξάγονταν κάθε τέσσερα χρόνια και πολύ πιθανό να περιλάμβαναν και αναπαράσταση ιερού γάμου της Ήρας με τον Δία, όπως συνέβαινε στην Αθήνα με τον Διόνυσο (Ψυχογιού 2014).

Σε γενικές γραμμές, οι γιορτές που διοργανώνονταν σε διάφορες ελληνικές Πόλεις, όπως συνέβαινε και στις προγενέστερες αγροτικές κοινωνίες, είχαν χαρακτήρα καθαρά γεωργικό με βάση τις ευχές για καρποφορία των καρπών της γης, γονιμότητα και γενικά καλή αγροτική χρονιά. Οι θρησκευτικές τελετές σε όλες τις ελληνικές Πόλεις είχαν ορισμένα κοινά γνωρίσματα. Ένα από τα βασικά χαρακτηριστικά ήταν οι θυσίες ζώων και ειδικότερα βοδιών αν και δεν έλειπαν τα ερίφια, οι αίγες, οι χοίροι αλλά και τα πουλερικά.

Βασικό στοιχείο των ιεροτελεστιών ήταν ο καθαρισμός. Τα ζώα πλένονταν καλά και οι συμμετέχοντες έπλεναν τα χέρια τους για να ιερουργήσουν. Μετά, έπαιρναν μια χούφτα σιτηρά, σήκωναν τα χέρια ψηλά στον ουρανό με τελετουργικό τρόπο, απήγγελλαν μια προσευχή και έριχναν τα σιτηρά στον βωμό, όπου βρισκόταν τοποθετημένο το ιερό ζώο.

Ο ιερέας έπιανε το εγχειρίδιο, έκοβε τρίχες από τον λαιμό του ζώου και τις έριχνε στην φωτιά. Τέλος, έσφαζε το ζώο και συνέλεγε το αίμα του, το οποίο κατόπιν ράντιζε γύρω από τον βωμό. Το κρέας του ζώου ψηνόταν στην φωτιά του βωμού και καταναλωνόταν από τους παρευρισκόμενους στην θυσία ενώ τα κόκαλά του τοποθετούνταν με ορισμένη σειρά. Η ουσία της τελετής ήταν ο εξαγνισμός και η ευχαριστία προς τους θεούς ενώ η φωτιά συμβόλιζε την απαρχή κάτι νέου. Είναι χαρακτηριστικό ότι οι Αθηναίοι έστειλαν αρκετές φορές απεσταλμένους στο μαντείο των Δελφών για να φέρουν νέο φως στην Πόλη (Burkert 1993, pp. 75-77).

Οι Έλληνες διόριζαν και χρησιμοποιούσαν τους ιερείς τους με διαφορετικό τρόπο από ό,τι προγενέστεροι λαοί. Οι ιερείς και οι ιέρειες υπηρετούσαν στα διάφορα ιερά και στους ναούς εκτελώντας μια συγκεκριμένη υπηρεσία προς ορισμένο θεό σε καθορισμένο ναό. Ο ιερέας ή η ιέρεια δεν έμεναν στον ναό αλλά έπρεπε να βρίσκονται εκεί όταν απαιτούνταν. Στον ναό ή στο ιερό υπηρετούσαν και διάφοροι αξιωματούχοι, όπως ο νεωκόρος και οι ιεροποιοί, που ασχολούνταν με την αγορά των ζώων και την φροντίδα των οργάνων την θυσίας, και οι ιεροταμίαι, που ήταν υπεύθυνοι για τα οικονομικά. Η ιερότητα ήταν κληρονομική αλλά ιερείς διορίζονταν και από τον δήμο για ένα έτος ή περισσότερο ή και εφ' όρου ζωής. Στις ιδιωτικές θυσίες ο αρχηγός της οικογένειας εκτελούσε χρέη ιερέως. Η θέση του ιερέα ήταν τιμητική και εκείνος έπρεπε να έχει συγκεκριμένο παρουσιαστικό: τα μαλλιά του ήταν μακριά, φορούσε κεφαλόδεσμο, στεφάνι, ενδύματα σε χρώμα λευκό ή πορφυρό, ειδική ταινία στον καρπό και κρατούσε ειδικό σκήπτρο.

Οι θρησκευτικές τελετές και οι προσωπικές ιεουργίες δείχνουν ότι οι Έλληνες

λάτρευαν τους θεούς τους σε συλλογική αλλά και σε ατομική βάση με επίσημες ομαδικές γιορτές αλλά και ατομικές θυσίες. Η λατρεία στην Αρχαία Ελλάδα δεν χαρακτηριζόταν από μονότονη και στατική έκφραση ευλάβειας προς τους θεούς αλλά ήταν πολυδιάστατη, πολυδύναμη και πολυποίκιλη. Η σημαντικότερη έκφρασή της ήταν οι θρησκευτικές τελετές, που αποτελούσαν μαζική έκφραση της θρησκευτικότητας των Αρχαίων Ελλήνων και τελούνταν με μεγάλη ευλάβεια και προσοχή, κυρίως δια μεγαλοπρεπών πομπών και δρωμένων, τα οποία σταδιακά έλαβαν ιδιαίτερη, αυτοτελή χροιά, υπό μορφή θεατρικής παράστασης (a.p ., pp. 95-98).

Οι Έλληνες, τελικά, δεν περιορίζονταν στα αποκλειστικώς θρησκευτικά δρώμενα αλλά συγκεντρώνονταν και στο θέατρο, γύρω από τους ηθοποιούς, για να παρακολουθήσουν τις παραστάσεις τραγωδίας και κωμωδίας.

Μέσα σε δύο αιώνες, οι Έλληνες, όπου και εάν βρίσκονταν, από την Μεγάλη Ελλάδα μέχρι την Μικρά Ασία, δεν άφησαν κανέναν τομέα της ανθρώπινης διανοήσεως αδιερεύνητο.

Αυτό που έδωσε την δυνατότητα στους Έλληνες του Ε' και του Δ' αιώνα να αποσιωθούν στην θεωρητική διερεύνηση της γνώσεως υπήρξε εν πρώτοις η διάδοση της γνώσεως λόγω του υψηλού ποσοστού Ελλήνων, σε σχέση με προηγούμενους πολιτισμούς, που είχαν τη δυνατότητα να διαβάσουν και να γράψουν με την χρήση της εύκολης αλφαβητικής γραφής.

Οι Έλληνες απέδειξαν ότι η ανάπτυξη του πολιτισμού απαιτεί από τα άτομα να διαθέτουν απεριόριστο ελεύθερο χρόνο, που θα αναλωθεί σε πνευματική εργασία (Kebrie 1997, p. 70)

Η συμβολή των Αρχαίων Ελλήνων στην προώθηση του πολιτισμού είναι θεμελιώδους σημασίας, εφόσον ορίζεται ως πολιτισμός η πολιτική, οικονομική και πολιτισμική έκφραση των δραστηριοτήτων του ανθρώπου.

Οι Έλληνες, δεχόμενοι τα πρώτα ερεθίσματα από τους Ανατολικούς Λαούς, ανέπτυξαν έναν πολιτισμό του οποίου μέχρι σήμερα και σε παγκόσμιο επίπεδο τα κλαδιά και τα παρακλάδια προσφέρουν την δυνατότητα σε όποιον επιθυμεί να ανατρέξει στις αρχαιοελληνικές του ρίζες προς έμπνευση και καθοδήγηση.

1.9 Πολιτισμός και θρησκευτικό πάνθεον στην Αρχαία Ρώμη.

Ως Ρωμαϊκή Αυτοκρατορία νοείται το κράτος των αρχαίων Ρωμαίων (*imperium*), μετεξέλιξη της Ρωμαϊκής Δημοκρατίας όταν οι περισσότερες εξουσίες συγκεντρώθηκαν στα χέρια ενός ανθρώπου, του Καίσαρα ή αυτοκράτορα (*imperator*). Το κράτος που είχαν δημιουργήσει οι αρχαίοι Ρωμαίοι πέρασαν αρκετοί αιώνες μέχρι να αποκτήσει το πολίτευμα της αυτοκρατορίας, με το οποίο το θυμούνται οι σημερινοί λαοί, αλλά έχει επικρατήσει να αναφέρεται με τον όρο «ρωμαϊκή αυτοκρατορία» καθ' όλη την περίοδο της αρχαίας ρωμαϊκής ιστορίας (Badel 2005).

Η Αρχαία Ρώμη περιγράφει έναν πολιτισμό που είχε τις ρίζες του σε μια μικρή αγροτική κοινότητα η οποία ιδρύθηκε στην ιταλική χερσόνησο κατά τον 10ο αιώνα π.Χ. Ανήκοντας γεωγραφικά στο χώρο της Μεσογείου Θάλασσας, εξελίχθηκε σε μια από τις εκτενέστερες αυτοκρατορίες στην ιστορία (Scarre 1995).

Ο ρωμαϊκός πολιτισμός συχνά κατατάσσεται στην «Κλασική Αρχαιότητα» μαζί με την Αρχαία Ελλάδα, ενός πολιτισμού που επηρέασε καθοριστικά αυτόν της Αρχαίας Ρώμης.

Με την πάροδο των αιώνων, το ρωμαϊκό πολίτευμα μετατράπηκε από μοναρχία σε ολιγαρχική δημοκρατία, και κατόπιν σε μια όλο και πιο συγκεντρωτική αυτοκρατορία. Κατέληξε να κυριαρχήσει στο σύνολο της Δυτικής Ευρώπης και της Μεσογείου διαμέσου της κατάκτησης και της αφομοίωσης (Gabucci 2006, p. 367).

Ως ρωμαϊκή θρησκεία ορίζεται το ετερογενές σώμα δοξασιών, αντιλήψεων και λατρευτικών πρακτικών που εξασκούνταν στο ρωμαϊκό κράτος κατά την Αρχαιότητα. Η αρχαϊκή ρωμαϊκή θρησκεία, όσον αφορά τουλάχιστον τους θεούς, βασίστηκε σε ένα σύμπλεγμα αλληλοσυσχετίσεων μεταξύ των θεών και των ανθρώπων. Αντίθετα με την ελληνική μυθολογία, οι θεοί δεν ήταν προσωποποιημένοι, αλλά ιερά πνεύματα που καλούνταν «numina». Οι Ρωμαίοι επίσης πίστευαν ότι κάθε άτομο, μέρος ή πράγμα είχε τη δική του ψυχή, ενώ σημαντικό ρόλο έπαιζε, επίσης, η λατρεία των προγόνων (Matyszak 2003, pp 16-42).

Κατά τη διάρκεια της δημοκρατικής περιόδου, η ρωμαϊκή λατρεία οργανώθηκε κάτω από ένα αυστηρό σύστημα ιερατικών αξιωμάτων, τα οποία παραλάμβαναν άνδρες καταγόμενοι από την τάξη των συγκλητικών. Η Κολλεγία των Ποντιφικών ήταν το ανώτερο ιεραρχικά όργανο και ο αρχιερέας του, «*Pontifex Maximus*», η κεφαλή της κρατικής λατρείας. Ανάμεσα στις αρμοδιότητες ενός

ιερέα (*flamens*) ήταν η φροντίδα των λατρευτικών εκδηλώσεων στο πρόσωπο των θεών, ενώ οι οιωνοσκόποι αναλάμβαναν την ερμηνεία των οιωνών. Ο «*Rex Sacrorum*» ανέλαβε τα θρησκευτικά καθήκοντα που κάποτε ασκούσαν οι βασιλείς. Με τη σειρά τους, οι «*Εστιάδες Παρθένες*» ήταν οι ιέρειες της Βέστα, θεάς της οικογενειακής εστίας. Πρωταρχικό τους καθήκον ήταν η συντήρηση της Ιερής Φωτιάς της Βέστα στο ναό της θεάς στη Ρωμαϊκή Αγορά. Τέλος, κατά την αυτοκρατορική περίοδο οι αυτοκράτορες απέκτησαν θεϊκή υπόσταση και η λατρεία στο πρόσωπό τους είχε μεγάλη σημασία (Adkins & Adkins 1998, p.203).

Καθώς αυξανόταν η επαφή με τον ελληνικό πολιτισμό, οι παλαιοί θεοί συσχετίστηκαν έντονα με τους ελληνικούς. Έτσι ο Γιούπιτερ θεωρήθηκε η ίδια θεότητα με το Δία, ο Μαρς το αντίστοιχο του Άρη και η Βένους ταυτίστηκε με την Αφροδίτη. Οι ρωμαϊκοί θεοί υιοθέτησαν επίσης τις ιδιότητες και τα χαρακτηριστικά των αντίστοιχων ελληνικών. Στα πλαίσια των κατακτήσεων οι Ρωμαίοι υιοθετούσαν μυθολογικά στοιχεία των λαών που αφομοίωναν και δεν ήταν σπάνιο ναοί αφιερωμένοι στις ρωμαϊκές θεότητες να συνυπάρχουν πλάι πλάι με αυτούς των ξένων θεών (Willis 2000, pp. 166-168).

Με αφετηρία τη βασιλεία του Νέρωνα, η επίσημη στάση των Ρωμαίων απέναντι στο χριστιανισμό ήταν αρνητική, και ορισμένες φορές, το να είναι κάποιος απλά χριστιανός επέφερε θανατική ποινή. Υπό τον Διοκλητιανό, οι διώξεις των χριστιανών έφτασαν στην κορυφή τους. Ωστόσο, ο Μέγας Κωνσταντίνος υποστήριξε δημόσια τη θρησκεία αυτή, η οποία έγινε ιδιαίτερα δημοφιλής. Όλες οι θρησκείες εκτός από το χριστιανισμό απαγορεύτηκαν το 391 με διάταγμα του Θεοδόσιου Α' (Veyne 2005, pp.175–176). Το ρωμαϊκό θρησκευτικό ημερολόγιο αντανάκλούσε το γεγονός της φιλόξενης στάσης των Ρωμαίων στις λατρείες και τις θεότητες των κατακτημένων περιοχών. Οι ρωμαϊκές θρησκευτικές γιορτές της αρχαϊκής περιόδου είναι αριθμητικά λίγες. Ορισμένες από τις αρχαιότερες, όμως, επιβίωσαν ως το τέλος της παγανιστικής αυτοκρατορίας, διατηρώντας τις μνήμες των τελετουργικών τυπικών της γονιμότητας και του εξιλασμού ενός πρωτόγονου αγροτικού λαού. Νέες γιορτές εισήχθησαν, βέβαια, οι οποίες υποδείκνυαν την ενσωμάτωση των νέων θεοτήτων. Εν τέλει ήταν τόσο πολλές οι γιορτές που υιοθετήθηκαν, ώστε υποσκελίσαν τις ημέρες του ημερολογίου. Ανάμεσα στις θρησκευτικές γιορτές των Ρωμαίων, σημαντικότερες ήταν τα Σατουρνάλια, τα Λουπερκάλια, τα Εκουΐρια, και οι Αγώνες του Αιώνα. Στην αυτοκρατορική περίοδο τα Σατουρνάλια γιορτάζονταν επί επτά ημέρες, περίοδο δηλαδή κατά την οποία συνέβαινε το χειμερινό ηλιοστάσιο. Ο εργασίες

σταματούσαν, δινόταν προσωρινή ελευθερία στους σκλάβους, δώρα ανταλλάσσονταν και γενικά επικρατούσε χαρούμενη διάθεση .

Τα Λουπερκάλια ήταν αρχαία γιορτή αφιερωμένη αρχικά στον Λούπερκους (Lupercus), βουκολικό θεό των Ιταλών. Ο εορτασμός τελούνταν στο σπήλαιο *Lupercal* στον Λόφο του Παλατίνου, όπου οι μυθικοί ιδρυτές της Ρώμης, οι δίδυμοι Ρωμύλος και Ρέμος ανατράφηκαν από μία λύκαινα. Ανάμεσα στους ρωμαϊκούς μύθους που συνδέονται μαζί τους είναι εκείνος του Φαουστούλου (Faustulus), ενός βοσκού που υποτίθεται ότι ανακάλυψε τα δίδυμα στη φωλιά της λύκαινας και τα πήρε στο σπίτι του στη σύζυγό του Άκκα Λαουρεντία.

Τα Εκουΐρια, μια γιορτή προς τιμήν του Άρη, γιορτάζονταν 2 φορές ,στις 27 Φεβρουαρίου και στις 14 Μαρτίου, την εποχή δηλαδή που προετοιμάζονταν οι νέες εκστρατείες. Εν όψει του εορτασμού ιππικοί αγώνες τελούνταν στο *Campus Martius*.

Οι Αγώνες του Αιώνα (*Ludi Saeculares*), που περιλάμβαναν θεάματα και θυσίες γίνονταν σε ακανόνιστα διαστήματα, εκτός ημερολογιακής ακολουθίας. Παραδοσιακά η τέλεσή τους γινόταν μία φορά κάθε τέλος του αιώνα (*saeculum*), για να σημειώσουν την έναρξη μια νέας εποχής. Υποτίθεται ότι άρχιζαν όταν πέθαινε και ο τελευταίος από εκείνους που παρευρίσκονταν στους προηγούμενους αγώνες. Ωστόσο, η παράδοση αγνοείτο συχνά απ' ό,τι φαίνεται με γνωστό παράδειγμα την αναβίωσή τους ως θέαμα από τον Αύγουστο. Οι αγώνες τιμήθηκαν με μια σειρά ωδές από τον ποιητή Οράτιο (Beard et al., 2004).

Επομένως, ο ρωμαϊκός πολιτισμός ή η αποκαλούμενη ρωμαϊκή αυτοκρατορία συνεισέφερε τα μέγιστα στη διαμόρφωση της νομοθεσίας, της τέχνης, της λογοτεχνίας, της πολεμικής τέχνης, της αρχιτεκτονικής, της τεχνολογίας και της γλώσσας στον δυτικοευρωπαϊκό κόσμο, και η ιστορία του εξακολουθεί να επηρεάζει το σημερινό παγκόσμιο πολιτισμό.

2 .Η νηστεία κατά την αρχαιότητα

Κάνοντας μία ιστορική αναδρομή στην αρχαιότητα, φαίνεται ότι η συνήθεια αυτή προέρχεται από τους αρχαίους λαούς της Άπω Ανατολής από τους οποίους την παρέλαβαν οι αρχαίοι Αιγύπτιοι. Εκείνοι την μεταλαμπάδευσαν στους αρχαίους Έλληνες και στους Εβραίους, από τους οποίους πέρασε στους Χριστιανούς και μετέπειτα στους Μουσουλμάνους. Οι τελευταίοι προσέδωσαν ιδιαίτερη σημασία στη νηστεία και στην αποχή, και δη στην απόλυτη και συνεχή αποχή κρασιού,

αναδεικνύοντάς την από τα πιο ουσιαστικά γνωρίσματα της μουσουλμανικής θρησκείας.

Στην αρχαιότητα η επιβολή της νηστείας για θρησκευτικούς λόγους ή για λόγους υγείας, αποσκοπούσε στην προετοιμασία των πιστών, προκειμένου να γίνουν κοινωνοί σε θρησκευτικές τελετουργίες, και να εξευμενίσουν ή να αποδώσουν τιμές σε κάποιον θεό μέσω των σπονδών (Garnsey 1999).

Σημείο αφετηρίας αποτελούν οι αρχαίες ανατολικές χώρες με χαρακτηριστικό παράδειγμα τον βουδικό κώδικα του Μανού να βρίθει εντολών αναφερομένων στη νηστεία και στην αποχή, ενώ είναι γνωστό ότι οι βραχμάνες επιδίδονταν σε αυστηρότατες νηστείες από αρχαιοτάτων χρόνων.

Επακολούθησε το αρχαίο Αιγυπτιακό πάνθεον με τους πολυάριθμους ζώομορφους θεούς που σύμφωνα με τον Ηρόδοτο, ξεχώρισε από όλα που καρποφόρησαν στους πρώτους πολιτισμούς για την φιλανθρωπία, την γενναιοδωρία και την ελαστικότητα του. Αν και δεν διέθετε κάποιο ιερό κείμενο ή έναν κορμό εντολών, προσέφερε, ωστόσο, μια αρχή ενοποίησης γνωστή ως «μαάτ», προσωποποιούμενη ως η θεά Μαάτ και μεταφραζόμενη ως αλήθεια, δικαιοσύνη, ευθύτητα και τάξη. Πρέσβευαν, λοιπόν, οι αρχαίοι Αιγύπτιοι πως όλη η οικουμένη είναι κτήμα των θεών, οι οποίοι φάνταζαν ως πηγή ευδαιμονίας, γνώστες των επιθυμιών των πιστών, που μπορούσαν ανά πάσα στιγμή να επέμβουν στις ανθρώπινες υποθέσεις. Οι Αιγύπτιοι νήστευαν κατά τις εορτές της Ίσιδας και γενικά σχεδόν σε όλες τις γιορτές τους για θρησκευτικούς λόγους και για λόγους υγιεινής. Ιδίως, όμως οι ιερείς αυθυποβάλλονταν σε αποχή διαφόρων πραγμάτων, από επτά ημέρες έως και έξι εβδομάδες (Montet 2006).

Στους Ιουδαίους η νηστεία δεν επιβαλλόταν από κανέναν θρησκευτικό κανόνα και δεν αποτελούσε μέρος των θρησκευτικών τους καθηκόντων. Γινόταν απλή μνηία και επαινείτο στην Παλαιά Διαθήκη ως δοκιμασία ευχάριστη προς τον Θεό. Οι προφήτες όμως, μολονότι συμβούλευαν συχνά τους Ιουδαίους να νηστεύουν, εντούτοις κατέκριναν τις αυστηρότατες νηστείες. Οι ιουδαϊκές νηστείες συνίσταντο στην σταδιακή μείωση του αριθμού των γευμάτων τους, όπου προέβαιναν και σε ποικίλες εκδηλώσεις μετανοίας και υποβάλλονταν σε στερήσεις, όπως η αποφυγή γαμήλιων τελετών.

Στο πνεύμα των θρησκειών της αρχαίας Ελλάδας οι μυστηριακές λατρείες ήταν ουσιαστικά ένας τρόπος προσέγγισης των θεών διαφορετικός από κείνον που πρόβλεπε η δημόσια ή η ιδιωτική λατρεία. Αυτός βασιζόταν σ' ένα είδος καθιέρωσης

σε ορισμένες θεότητες ,που γι' αυτόν τον λόγο υποτίθεται ότι εξασφάλιζαν στους «αφιερωμένους», όπως λέγονταν οι πιστοί, ορισμένα πλεονεκτήματα σ' αυτόν τον κόσμο, καθώς και τη μακαριότητα στον Κάτω Κόσμο, αυτόν του θανάτου. Η αφιέρωση αυτή χρησιμοποιείτο με τον όρο "μύηση" και στην ουσία αποτελούσε μια τελετουργία μετάβασης σε μια καινούργια ζωή. Αυτό πραγματοποιείτο πολλακίς μ' έναν συμβολικό θάνατο του μούμενου, τον οποίον ακολουθούσε ,επίσης, μια συμβολική αναγέννηση. Κοινό χαρακτηριστικό γνώρισμα όλων των μυστηρίων υπήρξε η μυστικότητα (από αυτήν η λέξη πήρε την έννοια που έχει σήμερα) γύρω από τις τελετουργικές πράξεις που γίνονταν και τις θρησκευτικές αλήθειες που αποκαλύπτονταν και που έπρεπε να τηρούν οι μνημένοι, υπό την απειλή θεϊκών τιμωριών. Εκτός όμως από τις θρησκευτικές τελετές γίνονταν και γυμνικοί αγώνες, καθώς και υποτυπώδεις θεατρικές παραστάσεις, προκειμένου να τιμήσουν τον Προμηθέα, τον Ιάσωνα, τον Ηρακλή, τον Θησέα κι άλλους μυθικούς ήρωες που στις προσωπικότητές τους οι Ευμολπίδες, των οποίων ο ομώνυμος βασιλιάς εικάζεται πως υπήρξε ο πρώτος λειτουργός των Ελευσινίων Μυστηρίων, αναγνώριζαν διάφορες εκδηλώσεις του μυστικιστικού Διονύσου (Σταματάκος 2006).

Στο πνεύμα των θρησκείων της αρχαίας Ελλάδας η νηστεία φαίνεται πως περιοριζόταν κυρίως στους συμμετέχοντες στα ποικίλα « μυστήρια» σαν μέθοδος εξιλέωσης και κάθαρσής τους και θεωρείτο ως δοκιμασία. Συντελούσε δε, στην ανθρώπινη εξαύλωση καθιστώντάς τους άξιους να προσεγγίσουν τους θεούς και να οδηγηθούν στη «θέωση». Οι Αθηναίοι, όπως και οι λοιποί αρχαίοι Έλληνες, νήστευαν μονάχα κατά τη διάρκεια των εορτών των «Ελευσινίων» και των Θεσμοφοριών (Βατάλας , σσ. 262-263 ; Roland & Metzger 1992). Την τυπική μορφή που ακολουθούσαν τα διάφορα ελληνιστικά μυστήρια αποτελούσαν τα Ελευσίνια.

Τα απόκρυφα Ελευσίνια Μυστήρια ή κατά τους αρχαίους «τα εν Ελευσίνι Μυστήρια», όπως και τα προκαταρκτικά τους μικρά μυστήρια εν Άγραις, και πολλές άλλες αγροτικές τελετές ήταν αφιερωμένες στη Δήμητρα τη θεά της γεωργίας και ιδιαίτερα του σταριού, η οποία συμβόλιζε την καλλιεργημένη γη.

Διαρκούσαν εννέα ημέρες και τελούνταν σε διάφορα στάδια. Κείμενα μαρτυρούν πως η τρίτη ημέρα οριζόταν ως ημέρα νηστείας και πως το απογευματινό γεύμα απαρτιζόταν από άρτους παρασκευασμένους από μέλι και σουσάμι. Την άφιξη των μυστών της στην Ελευσίνα ακολουθούσε τελετή καθαρμού και νηστείας, όπου μεταφέρονταν τα ιερά (μυστικά αντικείμενα) από το ένα σκεύος σε άλλο, ενώ τη

λήξη της νηστείας σηματοδοτούσε η κατάποση του κυκεώνος (χυλός από δημητριακά) [Ίδρυμα Μείζονος Ελληνισμού 2013, Phoenix 2012).

Τα τριήμερα Θεσμοφόρια αποτελούσαν την πιο διαδεδομένη γιορτή σε όλο τον ελληνικό κόσμο προς τιμήν της θεάς Δήμητρας και της κόρης της Περσεφόνης, η οποία απήχθη από τον θεό του Κάτω Κόσμου. Η δεύτερη ημέρα είχε οριστεί ως ημέρα νηστείας. Ο πυρήνας των Θεσμοφοριών ήταν γυναικοκρατούμενος και στόχευε στην ενίσχυση του ρόλου των γυναικών στη γονιμότητα και συμβολικά στην ευφορία της καλλιεργήσιμης γης. Οι γυναίκες διέμεναν στο ιερό της θεάς και νήστευαν συμμετέχοντας στο πένθος της Δήμητρας για την κόρη της, ενώ την ίδια μέρα δύναντο να επιδοθούν σε αισχρολογία, αντιδρώντας στην τηρούμενη εγκράτεια. Μετά τη νηστεία λάμβαναν χώρα θυσίες και κατανάλωση κρέατος. Στην Αθήνα, στο τελευταίο στάδιο των Θεσμοφοριών επικαλούνταν και θυσίαζαν, την Καλλιγένεια (θεά της καλής γέννησης), τελετουργικό που συνδεόταν άμεσα με τη γονιμότητα (Ίδρυμα Μείζονος Ελληνισμού 2013, Κακούρη 1998). Ο κύκλος των Ορφικών και Πυθαγόρειων θρησκευτικών και φιλοσοφικών σχολών περιελάμβανε νηστείες με ιδιότυπες τελετές.

Οι Λακεδαιμόνιοι επέβαλαν γενική νηστεία πριν τις πολεμικές τους επιχειρήσεις, ενώ στην Κρήτη, οι ιερείς του Ξένιου Δία είχαν ως καθήκον την αυστηρή αποχή από την κατανάλωση ιχθύων, κρέατος, και κάθε εφθής τροφής (Βατάλας, σσ.262-263).

Οι Ρωμαίοι και οι λαοί της Ιταλίας εν γένει γίνονταν κοινωνοί σε νηστείες κυρίως σε εθνικά γεγονότα, καταφεύγοντας στη πρακτική της νηστείας, ώστε να τους συνδράμουν οι θεοί. Ο Νουμάς Πομπίλιος νήστευε πριν τη προσφορά θυσίας. Στη Ρώμη, τηρούνταν ορισμένες νηστείες προς τιμήν της Δήμητρας και του Δία (Ζούλα 2003).

Επί των ημερών του Ιησού οι Φαρισαίοι και οι Εσσαίοι τηρούσαν τις νηστείες στον υπέρτατο βαθμό. Στην Καινή Διαθήκη πουθενά δεν διατάσσεται η αποχή από το κρέας· αντιθέτως άλλες αποχές αναφέρονται συνοδεία επαίνων.

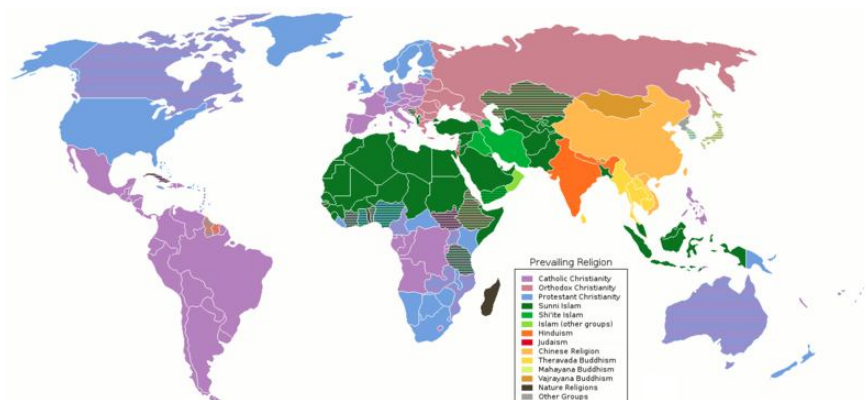
Ο Ιησούς νήστευε επί του όρους επί σαράντα ημέρες και μακάρισε τη νηστεία που συνοδεύεται από ταπείνωση, αγάπη, φιλανθρωπία, ελεημοσύνη, ευσπλαχνία, καλοσύνη, κλπ. Χαρακτηριστικά, μακάρισε τον Τίμιο Πρόδρομο που υπεβλήθη σε μεγάλη και αυστηρότατη νηστεία ως τον μεγαλύτερο Άγιο που είχε εμφανιστεί ως τότε. Σε αντιδιαστολή αυτής καταδίκασε την νηστεία που συνοδεύεται με υποκρισία και σκληροκαρδία. Ο Μέγας Βασίλειος πρέσβευε πως η νηστεία από τις τροφές

πρέπει να συνοδεύεται και με νηστεία από αμαρτίες σύμφωνα με το τρίπτυχο «Άσκηση – Μετάνοια – Θεία Εξομολόγηση» (Αθανασόπουλος 2013).

3. Οι Θρησκείες της «Ιστορικής Αποκαλύψεως του Θεού» και του «Αιωνίου Νόμου του Κόσμου»

Σύμφωνα με τον διαχωρισμό των θρησκειών με βάση την αντίληψη που έχουν για την έννοια του χρόνου, διακρίνουμε τις Θρησκείες του «Αιωνίου Νόμου του Κόσμου» ή Ανατολικές Θρησκείες και τις Θρησκείες της «Ιστορικής Αποκαλύψεως του Θεού» ή Αβρααμικές θρησκείες. Για τις θρησκείες του «Αιωνίου Νόμου του Κόσμου», ο κόσμος είναι αιώνιος, χωρίς αρχή ή τέλος και ανανεώνεται αέναα ακολουθώντας μια διαδοχική εναλλαγή εμφανίσεων και εξαφανίσεων, όπου ανήκουν οι θρησκείες του Ινδουισμού, του Βουδισμού, του Κομφουκιανισμού και του Ταοϊσμού. Ο Χριστιανισμός, είναι μία από τις τρεις θρησκείες της «Ιστορικής Αποκαλύψεως του Θεού», οι οποίες είναι ταυτόχρονα και μονοθεϊστικές, δηλαδή είναι θεμελιωμένες στη λατρεία του ενός και μοναδικού θεού. Οι άλλες δύο είναι ο Ιουδαϊσμός και ο Ισλαμισμός (Smith 2009).

Οι διάφορες θρησκείες του κόσμου μπορούν να κατηγοριοποιηθούν σε έναν μικρό αριθμό ομάδων, γνωστές και ως Μεγάλες θρησκείες ή Παγκόσμιες θρησκείες, βάσει των κοινών τους χαρακτηριστικών. Η ιδέα, λοιπόν, προέκυψε από την ανάγκη κάποιων ερευνητών τον 18ο αιώνα, που αποφάσισαν να κάνουν απογραφή των θρησκευτικών δογμάτων των διαφόρων πολιτισμών ανά τον κόσμο (Mc Afee 2001).



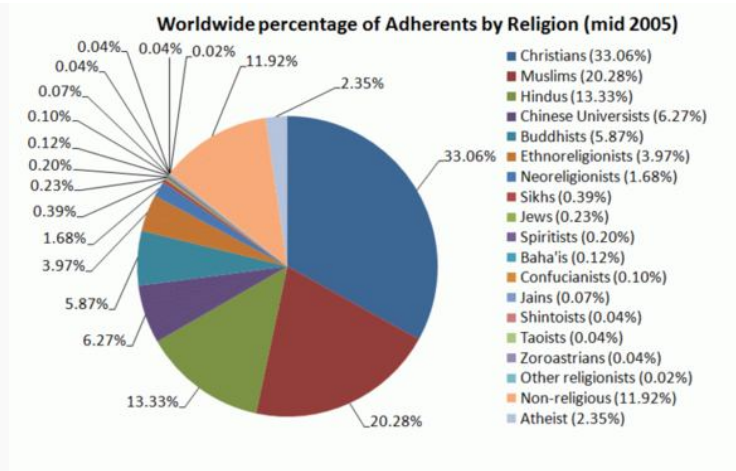
Παγκόσμιος χάρτης με την κατανομή των θρησκειών

Σύμφωνα με την Encyclopaedia «*Britannica*» *Deluxe* (2010), οι θρησκευτικές πεποιθήσεις παγκοσμίως κατηγοριοποιούνται και κατανέμονται ως εξής:

1. Αβρααμικές θρησκείες: 53,5% (Ιουδαϊσμός, Χριστιανισμός, Ισλάμ, Μπαχάι Πίστη κ.ά)
2. Νταριμές θρησκείες: 19,7%
3. Αθρησκεία: 14,3%
4. Ασιατικές 6,5% (Τσάο Ντάι, Χεονδοϊσμός, Κομφουκιανισμός, Σιντοϊσμός, Ταοϊσμός κ.ά)
5. Λαϊκές θρησκείες: 4,0% (Σαμανισμός, Βουντού, Σιντοϊσμός, κ.ά)
6. Νέα θρησκευτικά κινήματα: 2,0%.

Εναλλακτικά, τα θρησκευτικά δόγματα των πληθυσμών ανά την υφήλιο ταξινομούνται συνήθως και ως εξής:

1. Χριστιανισμός (Αγγλικανισμός, Καθολικισμός, Ορθοδοξία, Προτεσταντισμός κλπ)
2. Ισλαμισμός (Σουνιτισμός, Σιιτισμός, Σουφισμός κ.ά)
3. Αθρησκεία (Αθεΐα, Αγνωστικισμός, Κοσμικός ανθρωπισμός, κ.ά)
4. Ινδουισμός (Βισνουϊσμός, κ.ά)
5. Βουδισμός (Μαχαγιάνα, Χιναγιάνα κ.ά)
6. Ιουδαϊσμός (Ορθόδοξος Ιουδαϊσμός, κ.ά)



Ποσοστιαία κατανομή των θρησκειών παγκοσμίως

3.1 Σημεία σύγκλισης και απόκλισης μεταξύ των διαφόρων θρησκευτικών δογμάτων και οι θρησκευτικοί περιορισμοί στη διατροφή.

Οι θρησκευτικές δοξασίες και ιδεολογίες ασκούν επιρροή στις διατροφικές συνήθειες, τόσο στην καθημερινή ζωή του ατόμου όσο και στα πλαίσια μίας θρησκευτικής τελετής. Οι κανόνες αυτοί ενίοτε είναι ενδεικτικοί, προσφέροντας χαλαρούς θρησκευτικούς προσανατολισμούς στους πιστούς και άλλοτε προβάλλονται ως αυστηροί κανόνες που οι πιστοί οφείλουν να ακολουθήσουν (Μοίρα 2009,σ.76).

Οι περισσότερες διατροφικές συμβουλές σε επίπεδο θρησκείας περιλαμβάνουν την προσωρινή αποχή από όλες τις κατηγορίες τροφίμων ή από ορισμένες, δηλαδή τη νηστεία και τις διακριτές και καθιερωμένες διατροφικές συνήθειες που διαφέρουν ανά πληθυσμό.

Επομένως, ο βαθμός προσήλωσης του εκάστοτε ατόμου στα θρησκευτικά κελεύσματα συνδέεται με την καθεαυτή θρησκεία και το δόγμα, την τοπική θρησκευτική κοινότητα, καθώς και με τον οικογενειακό και ευρύτερο κοινωνικό του περίγυρο.

3.2.1 Χριστιανικά Δόγματα

Χριστιανισμός ονομάζεται το θρησκευτικό σύστημα πίστης το οποίο αναγνωρίζει ως ιδρυτή και κεντρικό πρόσωπο του συνόλου της διδασκαλίας του, τον Ιησού Χριστό, όπως παρουσιάζεται στα βιβλία της Καινής Διαθήκης. Αυτό σημαίνει, πως πέρα από κάθε άλλη έννοια που περιλαμβάνει η θρησκεία αυτή, οι οπαδοί του Χριστιανισμού εστιάζουν την προσοχή τους και έχουν ως κοινό σημείο αναφοράς το πρόσωπο του Ιησού Χριστού. Συγκροτείται κυρίως από την Ορθόδοξη Εκκλησία, Καθολική Εκκλησία, και τις Προτεσταντικές Εκκλησίες. Ως δόγμα ο Χριστιανισμός και ως μονοθεϊστική θρησκεία δέχεται ένα Θεό, που δημιούργησε τον κόσμο "εκ του μη όντος" υποδηλώνοντας έτσι τη διαφορετική ουσία του "όντος" και άκτιστου θεού, από αυτήν του "μη όντος" και κτιστού κόσμου (Encyclopaedia «*Britannica*» *Deluxe 2010*).

Ταυτόχρονα, ο Χριστιανισμός πρεσβεύει ότι ως θρησκεία εξ αποκαλύψεως, ο Θεός αποκαλύπτει στην πορεία της ιστορίας το τριαδικό του μυστήριο, δηλαδή την ύπαρξη ενός αλλά τρισυπόστατου Θεού (Πατέρα, Υιό, Άγιο Πνεύμα). Υποστηρίζεται δε πως η Τριαδικότητα είναι εμφανής σε πολλά σημεία των Ιερών Κειμένων, όπου ο

Πατέρας είναι αγέννητος, ο Υιός γεννητός ακτίστως και το Άγιο Πνεύμα εκπορευτό. Οι ιδιότητες αυτές είναι μεταξύ τους αμεταβίβαστες και ακοινώνητες, δηλαδή δεν τις έχει άλλο πρόσωπο από την Τριάδα (Ματσούκα 2001) .

Τα ιερά κείμενα του χριστιανισμού ονομάζονται «Αγία Γραφή», η οποία αποτελείται από δύο μέρη, την Παλαιά και την Καινή Διαθήκη.

Η Παλαιά Διαθήκη από 49 βιβλία διαφόρων συγγραφέων που συνετέθησαν περίπου από τον 15ο αι. π.Χ. μέχρι και τον 1ο αι. π.Χ. Η Καινή Διαθήκη έχει 27 βιβλία, τα τέσσερα εκ των οποίων ονομάζονται «Ευαγγέλια» (από ευ-άγγελος = άγγελος καλών ειδήσεων), επειδή εστιάζουν στο χαρμόσυνο κατά τους Χριστιανούς μήνυμα της ενανθρώπησης του ίδιου του Θεού και το πλησίασμα Αυτού προς τον άνθρωπο (Brown 1997, Καραββιδόπουλος 1998).

Οι τέσσερις συγγραφείς των Ευαγγελίων είναι ο Ματθαίος, ο Ιωάννης, ο Μάρκος και ο Λουκάς. Οι δύο πρώτοι ισχυρίζονται πως είναι αυτόπτες και αυτήκοι μάρτυρες των όσων γράφουν ως μαθητές του Ιησού, ενώ ο Ευαγγελιστής Μάρκος ήταν συνοδός του μαθητή και αποστόλου Πέτρου και ο Ευαγγελιστής Λουκάς συνοδός του Αποστόλου Παύλου. Επειδή εκτός από τα Ευαγγέλια υπάρχει και αποδοχή της Παλαιάς Διαθήκης ως αφετηρία για το Χριστιανισμό, έχουν κατά καιρούς διατυπωθεί αντιρρήσεις, όμως η Χριστιανική Εκκλησία δέχεται ότι μεταξύ των δύο Διαθηκών (Παλαιάς και Καινής) υπάρχουν δεσμοί, δηλαδή λογίζεται για κάποιους ως ενιαίο σύνολο. Εν αντιθέσει με την σημασία που λαμβάνουν τα ίδια τα βιβλία εντός Εβραϊκής Συναγωγής, η Χριστιανική Εκκλησία θεωρεί την Παλαιά Διαθήκη ως ένα είδος εισαγωγής στην Καινή Διαθήκη. Έτσι, η Παλαιά Διαθήκη δεν αποτελεί μια αυτοτελή ομάδα βιβλίων, αλλά η διδασκαλία του Ιησού είναι μόνον εκείνη που συνδέει την Παλαιά με την Καινή Διαθήκη, σαν εξιστόρηση της προετοιμασίας για τον ερχομό του Μεσσία (Βασιλειάδης 1998).

Αυτό είναι και το νόημα , λοιπόν, με το οποίο ενσωματώνει η Χριστιανική Εκκλησία τα βιβλία της Παλαιάς Διαθήκης στη δική της Αγία Γραφή ,όπου και διαφέρει από το νόημα που αυτά λαμβάνουν στη Συναγωγή.

Το Χριστιανικό σύστημα πίστης ονομάζει Κανονικά Βιβλία ή Κανόνα, το σύνολο των Ιερών κειμένων που περιέχουν την αυθεντική αποστολική παράδοση και πίστη, όπως αυτή βιώθηκε στην πορεία της Εκκλησίας. Ως κριτήριο για τον έλεγχο της αυθεντικότητας της πίστης χρησιμοποίησαν την Αγία Γραφή και την Εκκλησιαστική Ιερή Παράδοση και όσα σχετικά βιβλία εξαιρέθηκαν από τον Κανόνα, ονομάστηκαν Απόκρυφα. Η ονομασία αυτή, προήλθε κυρίως από κύκλους που τα

θεωρούσαν σημαντικά, όπου ο όρος είχε θετική έννοια και δήλωνε τα βιβλία που ήταν προφυλαγμένα από την κοινή χρήση εξαιτίας του βάθους των νοημάτων τους που δεν μπορούσε να συλλάβει ο κοινός αναγνώστης. Για παράδειγμα, παραδόσεις στις οποίες στηρίζονται γιορτές της Εκκλησίας, όπως π.χ. το Γενέσιον, τα Εισόδια της Θεοτόκου, κ.ά. προέρχονται από τέτοια κείμενα (Καραββιδόπουλος 1999).

Ο Κανόνας συντάχθηκε στοχεύοντας στον αποκλεισμό από την Εκκλησιαστική χρήση, κειμένων του 2ου αιώνα μ.Χ. και κατόπιν, τα οποία θεωρούσαν άνευ Θεολογικού βάθους, αμφίβολης αξίας και προέλευσης, τα λεγόμενα «ψευδεπίγραφα ή νόθα» ή προέρχονταν από συγγραφείς που η Εκκλησία θεωρούσε αιρετικούς, όπως ήταν οι γνωστικοί (Σιαμάκης 2008).

Ο Χριστιανισμός θεωρεί πως ο Μεσσίας για τον οποίο μίλησαν στο παρελθόν οι προφήτες που υπάρχουν και στον Ιουδαϊσμό, ενσαρκώνεται στο πρόσωπο του Ιησού Χριστού, τον οποίο θεωρούν θεάνθρωπο, ως τέλειο θεό και τέλειο άνθρωπο που πρεσβεύει δύο Παρουσίες του Μεσσία. Τη μεν Πρώτη Παρουσία με την Ενσάρκωση και την Ανάσταση, που κατά τα πιστεύω των Χριστιανών ήδη πραγματοποιήθηκαν, και τη Δεύτερα Παρουσία ως επάνοδό του, την οποία θα ακολουθήσει η Κρίση της ανθρωπότητας και η αιώνια Βασιλεία του Θεού. Γενικά, ο Χριστιανισμός, και μάλιστα ως ιστορικό γεγονός, δέχεται πως κέντρο της πίστεώς του είναι η Ανάσταση του Ιησού (Πατρώνος 1998).

Η Ορθοδοξία, η Ανατολική Ορθόδοξη Εκκλησία ή η Ορθόδοξη Καθολική και Αποστολική Εκκλησία ονομάζεται το σύνολο των αυτοκέφαλων και αυτόνομων Χριστιανικών Εκκλησιών, οι οποίες διοικούνται κατά συλλογικό τρόπο από τις Συνόδους και έχουν αποδεχτεί το περιεχόμενο των αποφάσεων των εννιά πρώτων Οικουμενικών Συνόδων παραμένοντας σε πλήρη κοινωνία και αρμονία μεταξύ τους. Επιπροσθέτως, αξιώνουν ως σημείο εκκίνησης τον Ιησού Χριστό και τους Αποστόλους του μέσω της αλληπάλληλης αποστολικής διαδοχής.

Ανάμεσα σ' ένα πλήθος εκκλησιών και θρησκευτικών κοινοτήτων που συγκροτούν τον Χριστιανισμό, τις μεγαλύτερες αριθμητικά αποτελούν η Καθολική Εκκλησία, η Ορθόδοξη Εκκλησία και οι Προτεσταντικές Εκκλησίες και Ομολογίες.

Τα πλέον αξιοσημείωτα χαρακτηριστικά της Ορθοδοξίας είναι η πλούσια λειτουργική ζωή της και, όπως διδάσκει, η αφοσίωσή της στην αποστολική παράδοση. Θεωρείται από τους Ορθόδοξους Χριστιανούς ότι η Εκκλησία τους έχει διατηρήσει την παράδοση και τη διαδοχή της αρχαίας Εκκλησίας στην πληρότητά

της, έναντι άλλων χριστιανικών ομολογιών, οι οποίες έχουν απομακρυνθεί από την κοινή εκκλησιαστική παράδοση των πρώτων 10 αιώνων.

Σήμερα το άθροισμα των Ορθοδόξων Εκκλησιών υπολογίζεται σε 300 περίπου εκατομμύρια Χριστιανούς που ακολουθούν την πίστη και τις πρακτικές που καθορίστηκαν από τις εννιά Οικουμενικές Συνόδους, ενώ ο επίσημος προσδιορισμός της Εκκλησίας στα λειτουργικά και κανονικά κείμενά της είναι « Ορθόδοξη Καθολική και Αποστολική Εκκλησία» που εμπεριέχει την ενότητα, αγιότητα, καθολικότητα και αποστολικότητα. Συνιστούν τα τέσσερα αυτά χαρακτηριστικά μian ενότητα και ολότητα, όπου το ένα περιχωρεί στα άλλα, όπου το ένα δεν νοείται ούτε υφίσταται χωρίς τα άλλα, κι αυτό, διότι όλα απορρέουν από το ένα Πρόσωπο του Χριστού και από την συνεπαγόμενη και πεφρασμένη τριαδικότητά του (Κρικώνης 1998, σσ. 244).

3.2.2 Η σημασία της Νηστείας στον Χριστιανισμό

Εν αντιθέσει με τους Μουσουλμάνους και τους Εβραίους οι Χριστιανοί δεν διέπονται από αυστηρούς και ρητούς περιοριστικούς κανόνες ως προς τις διατροφικές τους συνήθειες. Δηλαδή, δεν υπάρχουν απαγορευμένες ,μη αποδεκτές τροφές ή τουλάχιστον οι όποιες απαγορεύσεις δεν έχουν ισόβια ισχύ. Υφίστανται ορισμένες απαγορεύσεις για την κατανάλωση τροφών, όπως σε ορισμένες περιόδους νηστείας , η αποχή από την κρεατοφαγία την Παρασκευή κ.λπ. Κατά τη διάρκεια της νηστείας οι πιστοί απέχουν από την κατανάλωση ζωϊκών και γαλακτοκομικών προϊόντων, κρέατος, ιχθύων (εκτός από θαλασσινά, όστρακα, αβογδάραχο και χαβιάρι), αυγών, γάλακτος , ελαίου (εκτός από ελιές),τη κατανάλωση κρασιού και κατ' επέκταση των οινοπνευματωδών ποτών.

Τα ιερά βιβλία των Ορθοδόξων Χριστιανών συνιστούν στους πιστούς αποχή από τροφή περίπου 180-200 ημέρες ετησίως, δηλαδή πρέπει να απέχουν από την κατανάλωση ελαιόλαδου, ψαριών, γάλακτος και παράγωγων προϊόντων κάθε Τετάρτη και Παρασκευή όλο το έτος.

Επίσης , τρεις είναι οι κυριότερες περίοδοι νηστείας

α) 40 ημέρες πριν τα Χριστούγεννα :

Απαγορεύεται η κατανάλωση κρέατος, γαλακτοκομικών και αυγών

Επιτρέπεται η κατανάλωση ψαριών και ελαιολάδου με εξαίρεση την Τετάρτη και Παρασκευή

β) 48 ημέρες πριν το Πάσχα :

Επιτρέπεται η κατανάλωση ψαριού μόνο 2 ημέρες και η κατανάλωση ελαιολάδου επιτρέπεται μόνο τα Σαββατοκύριακα

Απαγορεύεται η κατανάλωση κρέατος, γαλακτοκομικών και αυγών:

γ) 15 ημέρες τον Αύγουστο (πριν το εορτασμό της Παναγίας). Την περίοδο αυτή ακολουθούνται οι ίδιοι κανόνες όπως το Πάσχα, με εξαίρεση την ψαροφαγία που επιτρέπεται την 6η Αυγούστου.

Η κατανάλωση θαλασσινών (αστακού, καβουριών γαρίδων, καλαμαριών, χταποδιού,) και σαλιγκαριών επιτρέπεται καθ' όλη τη διάρκεια του έτους. Γίνεται σαφές πως η πρακτική της νηστείας των Ορθοδόξων θα μπορούσε να αποκαλείται περιοδικώς χορτοφαγική με παράλληλη την κατανάλωση ψαριών και θαλασσινών (Sargi et al. 2003 ; Σωτηροπούλου 2005).

Οι νηστείες της Καθολικής Εκκλησίας είναι χαλαρότερες από εκείνες της Ανατολικής απαγορεύοντας ουσιαστικά το κρέας μόνο. Οι κατά τύπους καθολικοί επίσκοποι έχουν το δικαίωμα ρυθμίσεως των νηστειών ,με διάκριση μεταξύ νηστείας (Jeune) και αποχής (από το κρέας, abstinence) και των λιπωδών τροφών κατά μερικές ημέρες, π.χ. τις Παρασκευές κατά τις διάφορες νηστείες. Ως καθιερωμένες ημέρες αποχής αποτελούν οι παραμονές κάποιων μεγάλων γιορτών. Υπάρχουν δύο ειδών νηστείες στην Δυτική Εκκλησία, οι εκκλησιαστικές νηστείες που με την πάροδο του χρόνου έγιναν ελαφρύτερες και της ευχαριστίας, οι οποίες προηγούνται της κοινωνίας των αγράντων μυστηρίων και συνίσταται αυστηρή αποχή στερεάς ή υγρής τροφής, από τα μεσάνυκτα της παραμονής ως τη στιγμή της κοινωνίας. Εξαιρούνται της τηρήσης αυτής της νηστείας οι ασθενείς που μεταλαμβάνουν για τελευταία φορά στη ζωή τους.

Έχουν οριστεί ,λοιπόν, ως ημέρες νηστειών σύμφωνα με την Δυτική Εκκλησία οι σαράντα ημέρες της Τεσσαρακοστής, εξαιρουμένων των Κυριακών, οι τρεις ημέρες οι προηγούμενες κάθε εποχής του έτους και οι ημέρες της νηστείας των παραμονών των μεγάλων γιορτών. Εκτός των νηστειών αυτών, οι οποίες είναι υποχρεωτικές για όλους από την ηλικία άνω των 21 ετών μέχρι και τα 60 έτη, όπου και παύει η ισχύς αυτή, υπάρχουν και μερικές ημέρες νηστειών που τηρούνται κυρίως στα διάφορα μοναστήρια. Επίσης, οι αξιωματικοί και οι στρατιώτες εξαιρούνται των νηστειών

κατά τη στρατιωτική τους θητεία. Οι πάπες έχουν το δικαίωμα να εξαιρούν γενικά όλους τους πιστούς από τις νηστείες σε ορισμένες περιστάσεις.

Η Ευαγγελική διαμαρτυρούμενη Εκκλησία απέρριψε εντελώς την νηστεία, μόνον δε κατά την Μεγάλη Παρασκευή τηρεί αποχή από το κρέας. Αντί δε της νηστείας έχει ειδικές προσευχές και κατά τόπους επιβάλλει την αποχή από γάμους, διασκεδάσεις κλπ. Οι Αγγλικανοί διατηρούν πολλά στοιχεία από τις νηστείες των καθολικών, αλλά σε ηπιότερο βαθμό.

Οι νηστείες των Αρμενίων είναι αυστηρότερες από αυτές των Ορθοδόξων, τηρώντας μόνο τη νηστεία της Σαρακοστής. Απέχουν από την κατανάλωση κρέατος, αυγών και γάλακτος Τετάρτη και Παρασκευή και τηρούν τις ιδιαίτερες νηστείες των Χριστουγέννων, της γιορτής των αγίων Πέτρου και Παύλου και της Αναλήψεως. Οι Κόπτες και οι Αβυσσηνοί τηρούν τέσσερις μεγάλες νηστείες, όμοιες με αυτές των Ορθοδόξων, αλλά διαφέρουν ως προς τη χρονική διάρκεια (Κουϊμουτσόπουλος, σσ. 264 – 265).

Είναι σαφές από τα παραπάνω πως στη Χριστιανική θρησκεία, η νηστεία – σε κάποιες ημέρες ή περιόδους - ουσιαστικά είναι συνώνυμο της εγκράτειας και αποτελεί σωματική και πνευματική «άσκηση», ενώ ο βαθμός απαγόρευσης ή οι τυχόν περιορισμοί ποικίλουν ανάλογα με το εκάστοτε δόγμα από τα προαναφερόμενα.

3.2.3 Η θρησκεία του Ισλάμ

Η αραβική λέξη «ισλάμ» (αραβικά: إسلام) σημαίνει «υποταγή», και χρησιμοποιείται από τους μουσουλμάνους ως «υποταγή στον Θεό», ενώ όσοι αποδέχονται την θρησκεία του Ισλάμ (τη στάση υπακοής, εξάρτησης και αφοσίωσης στον Θεό) ονομάζονται *μουσλίμ* (muslim), δηλαδή «υποταγμένοι στον Ύψιστο».

Το Ισλάμ είναι μονοθεϊστική θρησκεία, η οποία διαμορφώθηκε με το κήρυγμα και τη δράση του Προφήτη Μωάμεθ (Μουχάμαντ) στις αρχές του 7ου αιώνα. Τρεις είναι οι κυριότερες ρίζες του, η προϊσλαμική αραβική θρησκεία, ο Ιουδαϊσμός και ο Χριστιανισμός.

Οι κυριότερες και πιο γνωστές κοινότητες του Ισλάμ είναι οι Σουνίτες και οι Σίιτες και ακολουθούν οι Αχμαντίγια και οι Χαριζίτες (Ζαρίτα-Αθανασίου 2014).

Ο προφήτης Μωάμεθ γεννήθηκε στη Μέκκα το 570 μ.Χ. και έμεινε ορφανός από τους δύο γονείς σε μικρή ηλικία. Τον μεγάλωσε ο θείος του, που ήταν από τη σεβαστή φυλή του Κοράις. Δεν έλαβε ποτέ κάποιου είδους μόρφωση-δεν γνώριζε γραφή και ανάγνωση. Ο λαός του, πριν την αποστολή του ως προφήτη, ήταν αμαθής από επιστήμες, καθότι οι περισσότεροι ήταν αγράμματοι. Καθώς μεγάλωνε, έγινε γνωστός για την φιλαλήθεια, εντιμότητα, φερεγγυότητα (τον αποκαλούσαν ο Φερέγγυος),τη γενναιοδωρία, και την ειλικρίνειά του. Ήταν πολύ θρήσκος και αποστρεφόταν την παρακμή και ειδωλολατρία της κοινότητάς του.

Σε ηλικία σαράντα ετών, ο Μωάμεθ έλαβε την πρώτη του αποκάλυψη από τον Αλλάχ μέσω του Αγγέλου Γαβριήλ. Οι αποκάλυψεις συνεχίστηκαν επί 23 έτη και παρουσιάζονται συλλογικά στο Κοράνι. Μόλις άρχισε ν' απαγγέλει το Κοράνιο και να κηρύττει όσα του αποκάλυψε ο Αλλάχ, αυτός και η μικρή ομάδα των οπαδών του, υπέστησαν φοβερούς διωγμούς από τους πιστούς της μέχρι τότε επικρατούσας θρησκείας και ο Αλλάχ τον διέταξε να μεταναστεύσει. Αυτή μετανάστευση από τη Μέκκα στην πόλη της Μεδίνα σηματοδότησε την αρχή του Μουσουλμανικού ημερολογίου. Μετά από αρκετά χρόνια, ο Μωάμεθ και οι οπαδοί του μπόρεσαν και γύρισαν στη Μέκκα, όπου και συγχώρησαν τους εχθρούς τους. Προτού πεθάνει το μεγαλύτερο μέρος της Αραβικής Χερσονήσου είχε ασπαστεί το Ισλάμ, και μέσα σ' έναν αιώνα από το θάνατό του, το Ισλάμ εξαπλώθηκε δυτικά έως την Ισπανία και Ανατολικά ως την Κίνα (Haya Muhammad Ahmed Eid 2012, pp.11-17).

Το Κοράνιο(الْقُرْآن) αλ Κουράν, *Qur'an, Koran*,) ο έσχατος λόγος του Αλλάχ, είναι η βασική πηγή πίστης, και πρακτικής κάθε Μουσουλμάνου. Το Κοράνιο ως θεμέλιο πάνω στο οποίο στηρίζεται το Ισλάμ είναι το αντίγραφο ενός ουράνιου πρωτότυπου. Ο Θεός έχει εγγυηθεί την προστασία του Κορανίου, από οποιαδήποτε αλλοίωση, ή διαστρέβλωση. Στους ανθρώπους κυκλοφορεί απλά ένα αντίγραφο του. Το πρωτότυπο αυτό βρίσκεται πάντοτε μπροστά στον Θεό, ο οποίος έχει την ίδια θέση που έχει στον χριστιανισμό ο Ιησούς ως προαιώνιος Λόγος του Θεού. Είναι βιβλίο που διαιρείται σε 114 κεφάλαια που εκτείνονται σε 6.200 στίχους. Κάθε κεφάλαιο ονομάζεται «σούρα» αραβικά: سورة και μπορεί να απαρτίζεται από λίγους μόνο στίχους ή να περιέχει πάνω από 200. Ασχολείται με όλα τα θέματα, που απασχολούν τους ανθρώπους : σοφία, δόγμα, λατρεία, δοσοληψίες, νόμο, κ.λ.π., αλλά το βασικό θέμα του είναι η σχέση ανάμεσα στον Αλλάχ και τα πλάσματά του. Ταυτόχρονα, παρέχει οδηγίες και λεπτομερείς διδασκαλίες για μια δίκαιη κοινωνία, κατάλληλη και ανθρώπινη διαγωγή, και ένα έντιμο και δίκαιο οικονομικό σύστημα. Το

Κοράνι αποκαλύφθηκε στον Μωάμεθ μόνο στα Αραβικά ,οπότε οποιαδήποτε μετάφραση σ' άλλη γλώσσα, δεν θεωρείται ως Κοράνι ή ως κάποια εκδοχή του, αλλά μετάφραση των εννοιών αυτού (Al-Quar`an- <http://al-quran.info/>).

Ενώ το Κοράνι είναι ο λόγος του Θεού, υπάρχει και δεύτερη ιερή πηγή στο Ισλάμ που είναι η Σούννα (όσα είπε, έκανε, ή ενέκρινε ο προφήτης Μωάμεθ). Η Σούννα περιέχει τα Χαντίθ, που είναι αξιόπιστα μεταδιδόμενες ρήσεις των συντρόφων του προφήτη Μωάμεθ ως μαρτυρίες των όσων είπε ο προφήτης ,γι' αυτό και θεωρούνται «ο λόγος του Μωάμεθ» και αποτελούν τη παράδοση γύρω από την συμπεριφορά και τη σοφία αυτού. Η πίστη στη Σούννα είναι μια βασική ισλαμική πεποίθηση . Οι δύο κλασικές συλλογές των Χαντίθ είναι οι «Σαχίχ» του al-Bukhari και του Muslim. Οι συλλογές αυτές ονομάζονται «οι δυο γνήσιες» (al-sahihan) και περιέχουν αφηγήσεις δογματικού, ηθικού και ιστορικού ενδιαφέροντος (As-Sunnah Foundation of America- <http://sunnah.org/wordpress/>).

Το Ισλάμ αποτελούν τα θεμέλια ή οι βασικές αρχές/άρθρα της πίστης (Αρκάν ουλ-Ιμάν) στα οποία κάθε μουσουλμάνος πρέπει να πιστεύει. Η απόρριψη οποιουδήποτε από αυτά ισοδυναμεί με κουφρ (απιστία). Κάποιος που δυσπιστεί για κάποιο απ' αυτά, δε μπορεί να θεωρείται μουσουλμάνος. Πιο συγκεκριμένα, αποτελούν:

α) Την Απόλυτη μοναδικότητα, υπερβατικότητα και το απρόσωπο του Αλλάχ. Στην Ισλαμική θεολογία χρησιμοποιούνται για τον Θεό 99 ονόματα, τα οποία εκφράζουν διάφορες όψεις του μεγαλείου της υπέρξεως του. Το Κοράνι επιμένει με πάθος στη μοναδικότητα του Αλλάχ, την παντοδυναμία του και την παντοκρατορία του. Αυτός δημιούργησε τον κόσμο και προνοεί συνεχώς για το σύμπαν. Έπλασε τον άνθρωπο, εμφύσησε στον Αδάμ το πνεύμα του και τον δίδαξε με τα ονόματα των ζώων και των πραγμάτων. Κανείς δε μοιράζεται τη Θεία Φύση Του, ούτε τις ιδιότητές Του. Μόνο ο Αλλάχ είναι ο Παντοδύναμος, ο Δημιουργός, ο Κυρίαρχος και Υποστηρικτής των πάντων σ' όλο το σύμπαν. Τηρεί τα πάντα υπό τον έλεγχό Του. Η γνώση για τον Θεό δεν μπορεί να είναι ποτέ πλήρης . Είναι ο Εισακούων, ο Πανόπτης, και Παντογνώστης, εφόσον κατά έναν τρόπο, η γνώση Του διαλαμβάνει τα πάντα, τα φανερά και τα μυστικά, τα δημόσια και τα ιδιαίτερα, τα παρελθόντα και τα μελλούμενα. Η θέλησή Του είναι υπεράνω της θέλησης των πλασμάτων Του. Είναι ο Πλέον Ευμενής, ο Πλέον Ελεήμονας στα πλάσματά του απ' ότι η μητέρα στο παιδί της, και ο Πλέον Αγαθοεργός.

β) Την πίστη στην ύπαρξη των αγγέλων. Αυτοί δημιουργήθηκαν από το φως, υπακούουν και εκτελούν τις διαταγές του Θεού. Με θεϊκή εντολή, ο άγγελος Γαβριήλ

μετέφερε από τον ουρανό στη γη το Κοράνιο και το υπαγόρευσε στον Μωάμεθ. Στην κατηγορία των πνευμάτων ανήκουν και τα Τζίν (Jinn), τα καλά τζίν, που πιστεύουν στο Κοράνιο, αλλά υπάρχουν και τα κακά Τζίν.

γ) Την πίστη στα βιβλία που αποκάλυψε ο Αλλάχ στην ανθρωπότητα, ορισμένα εκ των οποίων είναι ο Νόμος ή αλλιώς Τορά (Παλαιά Διαθήκη), οι Ψαλμοί (Zabur) ,οι Γραφές των προφητών (Suhoof) και Ευαγγέλιο και την Καινή Διαθήκη (Enjil) και το Ιερό Κοράνιο (Holy Quran) ή Απαγγελία στον Μωάμεθ, που αποτέλεσε το τελευταίο βιβλίο που αποκαλύφθηκε, παραμένοντας παράλληλα αναλλοίωτο με την πάροδο των χρόνων.

δ) Την πίστη στους προφήτες και στους απεσταλμένους. Η ύπαρξη της ειρήνης υπερέχει όλων. Οι Μουσουλμάνοι πιστεύουν ότι οι προφήτες και απεσταλμένοι του Αλλάχ ήταν άνθρωποι που δεν είχαν καμία από τις θείες ιδιότητες του Αλλάχ.

Στο Κοράνιο αναφέρονται 26 ονόματα προφητών, ωστόσο στη Χαντίθ ο αριθμός των προφητών μετράει εκατοντάδες χιλιάδες (124.000). Μερικοί εκ των οποίων είναι ο Αδάμ, ο Νώε, ο Αβραάμ που σημαίνει «φίλος του Θεού»,^[2] ο Μωυσής, ο Δαβίδ, ο Σολομών, ο Μεσσίας Ιησούς, και τέλος ο Μωάμεθ. Οι Μουσουλμάνοι πιστεύουν ότι ο Μωάμεθ είναι ο τελευταίος προφήτης, που έστειλε ο Αλλάχ και αποκαλύφθηκε σε εκείνον το τελικό μήνυμα Του Αλλάχ στον άνθρωπο, ως μια επιβεβαίωση πως θα είναι αιώνιο. Σαν προφήτης, επίσης, θεωρείται από κάποιους και ο Δούλ Καρνέιν, ο οποίος κατά την επικρατέστερη άποψη είναι ο Μέγας Αλέξανδρος, αν και δεν διαφαίνεται από το Κοράνιο. Ανάμεσα στα βιβλία των προφητών αναγνωρίζονται η Πεντάτευχος που αποκαλύφθηκε στον Μωυσή, οι Ψαλμοί στον Δαβίδ και τα Ευαγγέλια στον Ιησού.

στ) Την πίστη στην ανάσταση των νεκρών ή Ημέρα της Κρίσεως, κατά την οποία οι νεκροί θα αναστηθούν και θα εμφανιστούν ενώπιον του Θεού με σάρκα και οστά. Η Ημέρα της Κρίσεως θα είναι, λοιπόν, η τελική, η έσχατη κρίση της πίστης και των πράξεων τόσο για τους πιστούς όσο και για όσους δεν πιστεύουν. Οι δίκαιοι θα κριθούν και θα ανταμειφθούν με τον αιώνιο παράδεισο, και οι άδικοι θα σταλούν στην κόλαση.

ζ) Την πίστη στο πεπρωμένο ή την Θεία Ειμαρμένη (Al-qadar), την οποία μόνον ο Θεός γνωρίζει. Αντίθετα, οι Μουσουλμάνοι πιστεύουν ότι ο Αλλάχ έχει δώσει στους ανθρώπους ελεύθερη βούληση. Αυτό σημαίνει ότι μπορούν να διαλέξουν το σωστό ή το λάθος και είναι υπεύθυνοι για τις επιλογές τους. Η πίστη στη Θεία Ειμαρμένη περιλαμβάνει τέσσερα στοιχεία που αποδίδονται ως ιδιότητες στον Αλλάχ, περί και

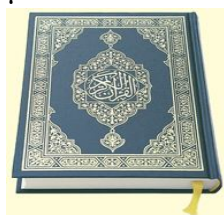
δημιουργίας, πανσοφίας και προνοητικότητας, παντοδυναμίας, κυριαρχίας των πάντων (Ibrahim et al., 1997, pp.45-48).

Εκτός από την διακήρυξη της πίστης, κάθε μουσουλμάνος έχει 5 υποχρεώσεις στην ζωή του, τους *Πέντε Στύλους της Τήρησης ή του Ισλάμ*. Αυτοί είναι οι εξής, όπως περιγράφονται στο Κοράνιο:

1. Η ομολογία της πίστης, *σαχάντα*, ότι δηλαδή «Δεν υπάρχει άλλος θεός εκτός από τον Θεό (αραβικά *Αλλάχ*)· ο Μωάμεθ είναι ο προφήτης (ή αγγελιοφόρος) του Θεού».
2. Η προσευχή, *σαλάτ* (ή *σαλάχ*), η οποία πρέπει να γίνεται πέντε φορές την ημέρα κατά προτίμηση στο τζαμί κοιτάζοντας προς τη Μέκκα (*κίμπλα*), όπως και η δεύτερη προσευχή της Παρασκευής πρέπει να γίνεται στο τζαμί και να επαναλαμβάνεται πέντε φορές ημερησίως με τρόπο τελετουργικό. Το πρωί μεταξύ χαραυγής και ανατολής του ήλιου, το μεσημέρι, γύρω στις 3 το απόγευμα, μετά την δύση του ήλιου, και το βράδυ, όταν είναι σκοτάδι. Το Κοράνιο αναφέρει μόνο τρεις υποχρεωτικές προσευχές δίνοντας έμφαση στην μεσημβρινή προσευχή. Στη Χαντίθ όμως ξεκαθαρίζεται ο αριθμός των προσευχών και η χρονική στιγμή που πρέπει πραγματοποιούνται.
3. Η ελεημοσύνη, *ζακάτ*, υποχρέωση δηλαδή να δίνει κανείς ένα ποσοστό του εισοδήματός του και της αξίας κάποιας ιδιοκτησίας στους φτωχούς. Δίνοντάς το, συμβάλλει στον εξαγνισμό της υπόλοιπης περιουσίας του.
4. Η νηστεία, *σάουμ*. Κατά τη διάρκεια του Ραμαντάν (Ραμαζανιού), του 9ου μήνα του ισλαμικού ημερολογίου, απαγορεύεται το φαγητό, το ποτό και το κάπνισμα καθ' όλη τη διάρκεια της ημέρας.
5. Η ιερή αποδημία ή προσκύνημα, *χατζ*, στη Μέκκα, Κάθε πιστός τουλάχιστον μια φορά στη ζωή του θα πρέπει να επισκεφθεί τους ιερούς τόπους του Ισλάμ «*αν μπορεί να αντεπεξέλθει στα έξοδα*», τον 12ο μήνα του ισλαμικού ημερολογίου και αν μπορεί να εξασφαλίσει την διαβίωση της οικογένειάς του κατά την απουσία του (Emerick 2014; Πέντε στύλοι του Ισλάμ-
<http://alialyunani.wordpress.com/%CF%84%CE%B9-%CE%B5%CE%AF%CE%BD%CE%B1%CE%B9-%CF%84%CE%BF-%CE%B9%CF%83%CE%BB%CE%AC%CE%BC/>).

Σήμερα, το Ισλάμ έχει περισσότερους από 1 δισεκατομμύριο πιστούς και είναι η πιο γρήγορα αυξανόμενη πίστη στον κόσμο. Οι Μουσουλμάνοι ακολουθούν μια θρησκεία ειρήνης, ελέους, και συγχώρεσης, και η πλειοψηφία αυτών δεν σχετίζεται

με τα βίαια γεγονότα που κάποιος τους εμπλέκουν. Αν ένας Μουσουλμάνος πραγματοποιήσει πράξη τρομοκρατίας, αυτό το άτομο θεωρείται ένοχο για την παραβίαση των νόμων του Ισλάμ.



Ιερό Βιβλίο Μουσουλμάνων

3.2.4 Οι τροφές haram και halal του Κορανίου

Από την άλλη οι Μουσουλμάνοι ακολουθούν τους αυστηρούς διατροφικούς κανόνες, οι οποίοι ονομάζονται halal (νόμιμα ή επιτρεπτά στο θεό) και υπαγορεύονται από την ισλαμική σαρία (Shari'ah). Το ιερό βιβλίο των Μουσουλμάνων, το Κοράνι απαγορεύει την κατανάλωση χοιρινού κρέατος και των παραγώγων του, την κατανάλωση αλκοόλ, προϊόντων με γαλακτοματοποιητές (λ.χ. κονσέρβες) και διαφόρων τύπων ζελατίνας (που περιέχουν χοιρινό λίπος). Επίσης, απέχουν από την κατανάλωση κατεψυγμένων λαχανικών με σάλτσες, κυρίως μαργαρίνες, ψωμιού και ζύμης που έχουν κατασκευαστεί με ξερή μαγιά και από την κατανάλωση αναψυκτικών που περιέχουν καφεΐνη (Food culture and religion 2013). Όλες οι παραπάνω τροφές θεωρούνται haram, δηλαδή «ακάθαρτες» και «απαγορευμένες», άρα παράνομες (El-Mouelhy 1997, cited in Wan & Awang 2009). Επιπροσθέτως, βάσει Κορανίου απαγορεύεται η κατανάλωση σαρκοφάγων ζώων και θαλασσινών χωρίς λέπια και πτερύγια, όπως καλαμάρια, γαρίδες, αστακοί κ.λπ.). Τέλος, ακόμα και τα ζώα, τα οποία επιτρέπεται να καταναλώνουν πρέπει να έχουν σφαγιαστεί και προετοιμαστεί με ειδική τελετουργία στα πρότυπα των ισλαμικών κανόνων (Κολιού 2005, σ.64), ενώ κατά την προετοιμασία τους, να διατηρούνται χωριστά από τα άλλα είδη τροφών.

Κατά τη διάρκεια του μηνός Ramadan (Ραμαζάνι)-νηστεία που αποτελεί έναν από τους 5 Στύλους (υποχρεώσεις) του Ισλάμ (Kerr 2009)-προ της εορτής του Μπαϊράμ, προβλέπεται ρητή απαγόρευση, εφόσον οι μουσουλμάνοι οφείλουν να απέχουν από οποιαδήποτε τροφή, νερό και ποτό που διαρκεί από την ανατολή έως και τη δύση του ηλίου. Κατά το διάστημα της νύχτας καταναλώνουν ο,τιδήποτε και μάλιστα κατά την

αυγή αφυπνίζονται με τυμπανοκρουσίες από περιφερόμενους ανάμεσα στις διάφορες συνοικίες, προκειμένου να σημάνουν τη λήξη της νηστείας. Οι εστιάσεις αυτές έχουν πανηγυρικό χαρακτήρα, καθώς οι νύκτες του Ραμαζάν αποτελούν εποχή εξαιρετικών δημοσίων διασκεδάσεων. Οι Μουσουλμάνοι νηστεύουν, επίσης, και άλλες ημέρες, η κυριότερη των οποίων είναι η 10η του μηνός Μουχαρέμ, που συμπίπτει με την ιουδαϊκή γιορτή του Εξίλεασμού. Εξαιρούνται της νηστείας του Ραμαζάν τα νήπια, οι ασθενείς και οι ψυχασθενείς, οι ηλικιωμένοι και οι ταξιδιώτες (κατά το διάστημα του ταξιδιού τους και εφόσον αναπληρωθεί κατόπιν), οι έγκυες και όσες βρίσκονται κατά την περίοδο λοχείας και κατά τη διάρκεια της έμμηνης ρύσης με την προϋπόθεση της κατοπινής αναπλήρωσης της νηστείας. Στους μουσουλμάνους η νηστεία, κατά το Ραμαζάνι, ταυτίζεται με την εγκράτεια, τη σωματική «άσκηση» και «πειθαρχία» (El-Zindeh 2009, p.56). Οι μουσουλμάνοι υποχρεούνται να καταναλώνουν μόνο halal τρόφιμα, ακόμα και, όταν ταξιδεύουν σε προορισμούς του εξωτερικού (Maedeh & Mazhar 2010).

3.2.5 Η θρησκεία των Εβραίων

Ο Ιουδαϊσμός είναι η παραδοσιακή θρησκεία των Εβραίων ανά τον κόσμο και κατατάσσεται ως δωδέκατη σε αριθμό ως οργανωμένη τηρούμενη μονοθεϊστική θρησκεία και μία από τις αρχαιότερες θρησκευτικές παραδόσεις που τελούνται στον σύγχρονο κόσμο. Η θρησκεία του εβραϊκού λαού, ο Ιουδαϊσμός ή Σιωνισμός, χρονολογείται παραδοσιακά πριν από 4000 χρόνια, γύρω στο 1800 π.Χ, με τη βιβλική αναφορά στην ύπαρξη των Εβραίων. Οι αξίες και η ιστορία του εβραϊκού λαού συνιστούν μείζον θεμέλιο των άλλων Αβρααμικών θρησκειών όπως είναι ο Χριστιανισμός, ο Ισλαμισμός. Ο Ιουδαϊσμός είναι η θρησκεία που ασπάζεται το σύνολο του εβραϊκού λαού. Είναι η αρχαιότερη μονοθεϊστική θρησκεία, σπανίως υπήρξε μονολιθική στην άσκησή της, αλλά διαφέρει από τις υπόλοιπες θρησκείες, επειδή η αυθεντία δεν αποδίδεται σε κάποιο πρόσωπο, αλλά στις ιερές Γραφές (Τανάκ) και τις μακραίωνες παραδόσεις (Χαλακά). Σύμφωνα με τον Ιουδαϊσμό, ο Θεός είναι ένας και μοναδικός, και μάλιστα είναι παντογνώστης, παντοδύναμος, πανάγαθος και υπερβατικός και θεωρείται ο

δημιουργός του σύμπαντος και εξακολουθεί να κυβερνάει. Το όνομα του Θεού είναι το τετραγράμματο יהוה (YHWH), που αποδίδεται ως Γιαχβέ ή Ιεχωβά στα ελληνικά. Σύμφωνα με την παραδοσική εβραϊκή πίστη, ο Θεός σύνηψε διαθήκη (=συμφωνία) με τον εβραϊκό λαό και του αποκάλυψε τους νόμους Του με τη μορφή του Μωσαϊκού νόμου (Τορά). Η άσκηση του Ιουδαϊσμού είναι αφιερωμένη στη μελέτη της Τορά και την τήρηση των νόμων και των εντολών (Cohn-Sherbok 2003, p. 359; Telushkin Joseph , 2008, p. 472).

Τα θεμέλια της εβραϊκής πίστης είναι τα κάτωθι :

- Πίστη στη ύπαρξη Δημιουργού και Πρόνοιας
- Πίστη στην ενότητα του Δημιουργού
- Πίστη πως ο Δημιουργός είναι ασώματος
- Πίστη στην αιωνιότητα Του
- Πίστη πως μονάχα αυτόν οφείλουμε να λατρεύουμε
- Πίστη στη διδασκαλία των προφητών
- Πίστη στην αποκάλυψη της Τορά στο Μωυσή στο Όρος Σινά
- Πίστη στο ότι ο Μωυσής είναι ο μεγαλύτερος των προφητών
- Πίστη στην αμετάβλητη φύση του, εξ αποκάλυψης, νόμου
- Πίστη στην παντογνωσία του Θεού
- Πίστη στην ανταπόδοση, σε αυτή και στην άλλη ζωή
- Πίστη στον ερχομό του Μεσσία
- Πίστη στην ανάσταση των νεκρών

(Kessler 2007, pp. 42-44)

Το κέντρο της ιουδαϊκής λατρείας είναι κυρίως η συναγωγή, που εμφανίστηκε μετά την καταστροφή του πρώτου ναού το 586 π.Χ. Ως λατρευτικός χώρος όμως, άρχισε να αναπτύσσεται μετά την καταστροφή του δεύτερου ναού, το 70 μ.Χ. Η σύγχρονη συναγωγή απ των πιστών βρίσκεται ένα υπερυψωμένο βάθρο. Από το βάθρο αυτό γίνονται τα αναγνώσματα από την Τορά (Πεντάτευχο). Η λατρεία συνίσταται από τρεις βασικές ακολουθίες που γίνονται καθημερινά το πρωί, το απόγευμα και το βράδυ. Εμπλουτισμένες παραλλαγές αυτού του συνόλου τελούνται το Σάββατο, που είναι η κυρίως λατρευτική μέρα του Ιουδαϊσμού, και τις γιορτές. Οι ραβίνοι, οι οποίοι προΐστανται της λατρείας, όπως και της κοινότητας γενικά, δεν είναι ιερείς, αλλά θρησκευτικοί διδάσκαλοι (Synagogue, shul or temple-

<http://www.jewfaq.org/shul.htm>).

Τα ιερά βιβλία των Εβραίων είναι γραμμένα στην Αραμαϊκή γλώσσα. Το Tanakh ,η Εβραϊκή Βίβλος (Παλαιά Διαθήκη) αποτελείται από τρία μέρη, την Τορά (Νόμος), τους Προφήτες και τα Αγιόγραφα εμφανίζεται ως ακρωνύμιο των λέξεων Τορά, Νεβιείμ, Κεθουβείμ (T-N-K) και περιλαμβάνει 24 βιβλία. Το Siddur που είναι βιβλίο προσευχών, ενώ οι αναγνώσεις της Haftarah αποτελούν την τελική μετάβαση στους Προφήτες (Nevi'im) [Scheinerman 2014].

Το Ταλμούδ περιέχει κείμενα που αφορούν στην ερμηνεία του Μωσαϊκού Νόμου, αλλά και άλλο υλικό, νομικού, θεολογικού, ηθικού, επιστημονικού , ιστορικού χαρακτήρα κ.λπ. Ρυθμίζει όλες τις πλευρές της καθημερινής ζωής των Εβραίων. Υπάρχουν δύο είδη Ταλμούδ, το Βαβυλωνιακό και το Παλαιστινιακό, τα οποία αποτελούνται από δύο βασικά τμήματα που είναι η Μισνά και η Γκεμαρά, Βαβυλωνιακή και Παλαιστινιακή αντίστοιχα (Neuser 2006).

Τα έθιμα των εβραίων είναι η Περιτομή, όπου στην Παλαιά Διαθήκη, ο Θεός ζητά από τον Αβραάμ να περιτμηθεί και να περιτμήσει τους απογόνους και τους δούλους του ως απόδειξη της συμφωνίας που συνάπτει ο Θεός με τον Ισραήλ. Έτσι, οκτώ μέρες μετά τη γέννησή τους, όλα τα αγόρια υποβάλλονται σε περιτομή και αυτή γιορτάζεται τελετουργικά με ένα εορταστικό γεύμα.

Στην ταφή ο Εβραίος νεκρός πρέπει να θάβεται το συντομότερο δυνατόν μετά το θάνατό του και το σώμα του νεκρού πρέπει να είναι ντυμένο στα λευκά. Η ταρίχευση και η αποτέφρωση των νεκρών απαγορεύονται, διότι σύμφωνα με τους Εβραίους, ο οργανισμός πρέπει να ενταφιάζεται ,να μένει μέσα στη γη.

Στο εβραϊκό ημερολόγιο, η μέρα ξεκινάει με την δύση του ήλιου και τελειώνει όταν βγουν τρία αστέρια στον ουρανό. Έτσι, όλες οι εβραϊκές γιορτές ξεκινούν με τη δύση του ηλίου της προηγούμενης ημέρας από αυτή αναφέρεται ως α' μέρα της γιορτής, που ονομάζεται έρεβ και σημαίνει παραμονή. Για παράδειγμα αν οι ημερομηνίες του Ρος Ασανά είναι 29-30 Σεπτεμβρίου τότε η γιορτή ξεκινάει με τη δύση στις 28 Σεπτεμβρίου (έρεβ Ρος Ασανά) και λήγει όταν βγουν τρία αστέρια το βράδυ της 30ης Σεπτεμβρίου. Οι γιορτές των εβραίων διακρίνονται σε :

-Ρος Ασανά / Rosh Hashana / רֹשׁ הַשָּׁנָה :

Η εβραϊκή πρωτοχρονιά. Κυριολεκτικά σημαίνει η Κεφαλή του Χρόνου και είναι η πρώτη χρονικά από τις Ημέρες του Δέους.

- Τσομ Γκεντάλια / Tzom Gedaliah / תּוֹם גִּדְיָהוּ: Η νηστεία του Γκεντάλια. Εβραίος αξιωματούχος που θανατώθηκε από τους ομοθρήσκους του.

- Γιομ Κιπούρ /Yom Kippur / יוֹם כִּפּוּר: Η ημέρα της Εξιλέωσης είναι η πιο ιερή μέρα για τους Εβραίους. Μετάνοια, εξιλέωση και συγχώρεση είναι τα πιο σημαντικά σημεία της γιορτής.
- Σουκότ /Sukkot / סוּכּוֹת : Η γιορτή της Σκηνοπηγίας- περιπλάνηση προγόνων στην έρημο.
- Ωσανά Ραμπά / Hoshana Rabbah / חַג הַשָּׁנָה הַגְּדוּלָה: Είναι η έβδομη μέρα του Σουκότ, που ολοκληρώνεται η περίοδος κρίσης που είχε ξεκινήσει το Ρος Ασανά. Κυριολεκτικά 'Η μεγάλη Ικεσία'.
- Σμινί Ατσέρετ / Shmini Atzeret / שְׁמִינִי אֶצֶרֶת: Η όγδοη μέρα της Ιερής Συνέλευσης, που στη Διασπορά γιορτάζεται ως ξεχωριστή μέρα ενώ στο Ισραήλ γιορτάζεται μαζί με το Σιμχάτ Τορά.
- Σιμχάτ Τορά / Simchat Torah / סִמְחַת תּוֹרָה : Η μέρα που γιορτάζεται η ολοκλήρωση της ανάγνωσης της Τορά (Βίβλου) και η επανέναρξη της. Κυριολεκτικά η «Χαρά της Τορά ».
- Χανουκά / Chanukah / חַנּוּכָּה : Γιορτή σε ανάμνηση της επανάκτησης του Δεύτερου Ναού στην Ιερουσαλήμ και νίκη των Μακκαβαίων ιερέων κατά των Ελλήνων της Συρίας (Σελευκιδών) τον 2ο π.κ.ε. αιώνα , οι οποίοι προσπάθησαν να επιβάλλουν στους Εβραίους τους δικούς τους θεούς). Επίσης είναι γνωστή και σαν γιορτή του φωτός.
- Ασαρά μπε Τεβέτ / Asara B'Tevet / עֲשָׂרָה בְּטֵבֵת: Νηστεία σε ανάμνηση της πολιορκίας της Ιερουσαλήμ
- Τουμπισβάτ / Tu B'Shvat / תּוּבִשְׁבָט : Η γιορτή των δέντρων. Κυριολεκτικά 15 του Σβατ.
- Ταανίτ Εστέρ /Ta'anit Esther / תַּאֲנִית אֶסְתֵּר: Νηστεία σε ανάμνηση της τριήμερης νηστείας που ακολούθησε ο εβραϊκός λαός στην ιστορία του Πουρίμ .
- Πουρίμ / Purim / פּוּרִים: Το Πουρίμ όπως και το Χανουκά είναι μια μικρή γιορτή, η οποία δεν αναφέρεται στην Τορά, αλλά είναι συνδεδεμένη με ένα ιστορικό γεγονός του βιβλίου της Εσθήρ, η οποία ήταν μια Εβραία κοπέλα που κατάφερε να γίνει βασίλισσα της Περσίας. Είναι η μόνη γιορτή που δεν έχει άμεση ή έμμεση σχέση με το κράτος του Ισραήλ, αλλά αναφέρεται στην σωτηρία της εβραϊκής κοινότητας που ζούσε στην Περσία και βρέθηκε αντιμέτωπη με την απειλή της εξόντωσης λόγω αντισημιτισμού.
- Πέσαχ /Pesach / פֶּסַח : Το Πέσαχ είναι η γιορτή των Αζύμων. Ονομάζεται και Χαγκ Αματσότ (η γιορτή των Ματσότ – το άζυμο ψωμί) ή Χαγκ Αχερούτ (η γιορτή της

Ελευθερίας). . Μνημονεύει την Έξοδο των Εβραίων από την Αίγυπτο και την απελευθέρωσή τους από τον ζυγό της σκλαβιάς.

- Γιόμ Ασοά / Yom HaShoah / יוֹם הַשׁוֹאָה : Η ημέρα μνήμης του Ολοκαυτώματος.

Τιμάται η μνήμη των περίπου έξι εκατομμυρίων Εβραίων και πέντε εκατομμυρίων άλλων θυμάτων του Ναζισμού.

- Γιόμ Αζικαρόν /Yom HaZikaron / יוֹם הַזִּכָּרוֹן : Η ημέρα μνήμης των πεσόντων στρατιωτών του Αμυντικού Στρατού του Ισραήλ (Τσάαλ) και των θυμάτων της τρομοκρατίας.

- Γιόμ Αατσμαούτ /Yom HaAtzma'ut / יוֹם הַאֲצִמָּזוּת : Η ημέρα της ανακήρυξης της ανεξαρτησίας του κράτους Ισραήλ το 1948.

- Λαγκ Μπα Όμερ /Lag B'Omer / לַג בְּעוֹמֵר : Μια εκδοχή της γιορτής αποδίδεται στη μνήμη της ημέρας του θανάτου του Ραβίνου Σιμόν μπαρ Γιοχάι. Η μοντέρνα εβραϊκή παράδοση συνδέει τη γιορτή και με την επανάσταση του Μπαρ Κοχμπά ενάντια στην Ρωμαϊκή Αυτοκρατορία. (132 – 135κ.ε.). Στο Ισραήλ, γιορτάζεται σαν σύμβολο της γενναιότητας του Ιουδαϊκού πνεύματος. Κυριολεκτικά η 33η μέρα του Όμερ.

-Σαβουότ / Shavuot / שַׁבּוּוֹת : Η γιορτή σε ανάμνηση της παράδοσης της Τορά στο Όρος Σινά. Πεντηκοστή – 7 εβδομάδες μετά το Πέσαχ

-Τισά μπε Αβ /Tish'a B'Av / תִּשְׁעָה בְּאָב : Η ενάτη του μήνα Αβ ,σε ανάμνηση των δύο καταστροφών του Ναού.

- Στις Προσκυνηματικές γιορτές ανήκουν το Πάσχα (πέρασμα από την Ερυθρά Θάλασσα), η Πεντηκοστή (αποκάλυψη του Θεού στο Σινά), η Sukkoth (γιορτή της Σκηνοπηγίας).

Το Σάββατο αποτελεί ιερή μέρα για τους εβραίους, καθώς θεωρείται ημέρα κατάπαυσης όλων των δραστηριοτήτων και αναζήτησης της πνευματικής αναγέννησης

(Jewish Holidays- <http://www.hebcal.com/holidays/>).

Όποιος τηρεί τους θρησκευτικούς διατροφικούς κανόνες αποκαλείται «kashrut». Λόγω των διατροφικών περιορισμών που απορρέουν από την θρησκεία οι τροφές χωρίζονται σε καθαρές και ακάθαρτες. Οι καθαρές τροφές (kosher) είναι αυτές που προέρχονται από βοοειδή, αιγοπρόβατα και ελάφια, ενώ οι ακάθαρτες τροφές: χοιρινό κρέας, φιλέτο, μαλάκια, οστρακοειδή, τηγανητά. Απαγορευμένος συνδυασμός είναι, επίσης το κρέας με το τυρί (Masoudi 1993,σ.667).

Από τα παραπάνω είναι φανερό πως η Εβραϊκή θρησκεία βαδίζει με την ιστορία μιας και διανύει την 4 χιλιετία. Είναι πλούσια σε παραδόσεις, θρησκευτικές γιορτές

και επετείους, ωστόσο όπως και στο Ισλάμ, κι εδώ δεν απουσιάζουν οι διατροφικοί και άλλου είδους περιορισμοί που υπαγορεύονται από την θρησκεία.

3.2.6 Οι διατροφικοί περιορισμοί των Εβραίων

Οι Εβραίοι, όπως και οι Μουσουλμάνοι, ακολουθούν αυστηρές διατροφικές νόρμες. Είναι χαρακτηριστικό πως ο όρος ``νηστεία`` συναντάται περισσότερες από 40 φορές στην Παλαιά και στη Καινή Διαθήκη (λ.χ. ``tsum,`` nesteia, nesteuein, ``afflict soul or self``, i.e ``practice self-denial,`` ``innah nephesh``), ενώ για τη νηστεία υπάρχουν αναφορές στα βιβλία των προφητών και σε διάφορα ιστορικά βιβλία (Warren 2000). Οι φανατικοί Εβραίοι ακολουθούν κατά γράμμα τις επιταγές της θρησκείας, ενώ έχει παρατηρηθεί πως οι φιλελεύθεροι παρουσιάζουν περιστασιακή παρέκκλιση. Σύμφωνα με την Masoudi (1993, σ.667), οι διατροφικοί κανόνες του Ιουδαϊσμού μεταφράζονται με τον όρο «Kashrut» και επομένως οι «καθαρές» ή «επιτρεπόμενες» τροφές προς κατανάλωση λέγονται «Kosher». Αντίθετα στις απαγορευμένες τροφές συγκαταλέγονται το κρέας χοίρων και αλόγων, το κυνήγι, τα κάθε είδους αλιεύματα που χωρίς πτερύγια και λέπια, ενώ απαγορεύεται η ταυτόχρονη κατανάλωση κρέατος και γαλακτοκομικών. Όπως συμβαίνει και στη μουσουλμανική, έτσι κι εδώ η θανάτωση των ζώων πρέπει να πραγματοποιείται με καθορισμένο τρόπο κι από άτομο που έχει αναλάβει το εν λόγω καθήκον. Επίσης, οι Εβραίοι, την περίοδο του YomKippur και άλλων νηστειών δεν σιτίζονται από την ανατολή του ήλιου της μίας μέρας ως την επόμενη μέρα. Τέλος, τα φαγητά κατά την προετοιμασίας τους πρέπει να διατηρούνται χωριστά από άλλα διατροφικά αγαθά (Μοίρα 2009, σσ.77-78).

3.2.7 Ινδουιστική Θρησκεία

Ινδουισμός ή Ινδοϊσμός (όρος ξενόφερτος, ωστόσο είναι αυτός που έχει επικρατήσει). Ετυμολογικά προέρχεται από τον ποταμό Ινδό και χρησιμοποιήθηκε αρχικά από τους μουσουλμάνους που έφταναν στην Ινδία για να προσδιορίσει τους μη μουσουλμάνους Ινδούς (Ζιάκας 2008, σ. 11).

Αναφέρεται και Βραχμανισμός ή βραχμανική θρησκεία ονομασίες , με τις οποίες περιγράφονται οι πολυάριθμες τοπικές θρησκείες, επιμέρους σχολές (αιρέσεις, σαμπραντάγιας) και θρησκευτικές πρακτικές της Ινδίας.

Ο Βραχμανισμός είναι η επίσημη ονομασία της ινδικής θρησκείας και προέρχεται από την ονομασία της κάστας των Ινδών ιερέων ή βραχμάνων (στα σανσκριτικά «Μπράχμανα») και χρησιμοποιείται από την πρώτη χιλιετία π.Χ., όταν η κάστα των ιερέων απέκτησε την κοινωνική της θέση.

Από τους ίδιους τους πιστούς της, η θρησκεία των Ινδών περιγράφεται συνήθως από τη σανσκριτική έκφραση सनातन धर्म (ΣανατάναΝτάρμα), που σημαίνει «πατρική πίστη» ,«αιώνιος νόμος» ή «αιώνια τάξη» (Brahmanism-

<http://www.britannica.com/EBchecked/topic/77141/Brahmanism>).

Ο Ινδουισμός αναφέρεται συχνά ως η αρχαιότερη θρησκεία του κόσμου, καθώς κάποιες από τις ρίζες της ανάγονται στην Εποχή του Σιδήρου. Αποτελεί δε, την τρίτη μεγαλύτερη θρησκεία του κόσμου μετά τον Χριστιανισμό και το Ισλάμ, αριθμώντας περίπου ένα δισεκατομμύριο πιστούς, εκ των οποίων πάνω από το 90% κατοικεί στην Ινδία. Ινδουιστικές κοινότητες βρίσκονται επίσης στο Νεπάλ, τη Σρι Λάνκα, τη Μαλαισία, τη Σιγκαπούρη, το Μαυρίκιο, τα Νησιά Φίτζι, τη Σουρινάμ, τη Γουιάνα, το Τρινιντάντ και Τομπάγκο, το Ηνωμένο Βασίλειο, τον Καναδά και τις Ηνωμένες Πολιτείες .

Ο Ινδουισμός βασίζεται στα ιερά κείμενα Βέντα (Βέδες) καθώς και στη διδασκαλία των γκουρού (δασκάλων) [Muesse 2003].

Προβεδική περίοδος του Ινδουισμού ονομάζεται η περίοδος της ιστορίας του πριν την εμφάνιση των ιερών κειμένων, που ονομάζονται «βέδες» («βέδα» στα σανσκριτικά σημαίνει «ιερή γνώση») [Michaels 2004].

Οι Άριοι εισήγαγαν για πρώτη φορά το σύστημα των καστών συγκροτώντας παράλληλα τις τρεις πρώτες κάστες, μεταξύ αυτών και την κάστα των βραχμάνων, ενώ οι αυτόχθονες αποτέλεσαν την τέταρτη κάστα των «Σούντρα».

Η κάστα των βραχμάνων απέκτησε μεγάλη δύναμη, σε βαθμό που δεν υφίσταται σε καμία άλλη θρησκεία, καθώς ισχυρίζονται ότι διατηρούν το μονοπώλιο της γνώσης ως δικαίωμα ,υπερισχύοντας ακόμη και των θεών ακόμα και σήμερα

(History of the Caste System in India-

<https://www.mtholyoke.edu/~epandit/page2.html>).

Από τις θρησκευτικές πρακτικές των αυτοχθόνων Ινδών, εισήχθησαν στον Ινδουισμό και διατηρούνται μέχρι σήμερα συγκεκριμένα στοιχεία, όπως η λατρεία του φαλλού και των θεών της γονιμότητας. Τα στοιχεία αυτά δεν έχουν ιδιαίτερη σημασία στα βεδικά κείμενα. Εκτός από τη λατρεία του φαλλού (λίνγκαμ), ο σημερινός Ινδουισμός έχει διατηρήσει από αυτή την εποχή τη σβάστικα, ως σύμβολο του ήλιου, αλλά και τη λατρεία ιερών ζώων (Muesse 2011).

Κατά την κλασική περίοδο, ο Ινδουισμός πήρε τη σημερινή μορφή του και εξαπλώθηκε ραγδαία, με τη βοήθεια και της σανσκριτικής γλώσσας. Από αυτή την περίοδο και μετά, οι τελετές προς τιμήν των θεών πραγματοποιούνταν σε ναούς με αγάλματα των θεών, ενώπιον των οποίων οι πιστοί άφηναν τις προσφορές τους.

Μετά τον 4ο αιώνα π.Χ., ο Ινδουισμός απειλήθηκε από την εξάπλωση του Βουδισμού, αλλά καθώς ο τελευταίος εξαπλώθηκε τελικά προς τα ανατολικά, ο Ινδουισμός ανέκαμψε σημαντικά και τον 4ο μ.Χ. αιώνα αναγνωρίστηκε επίσημα.

Μετά τον 8ο αιώνα, το Ισλάμ είχε εξαπλωθεί στη βόρεια Ινδία, και πολλοί Ινδουιστές είχαν μεταστραφεί σε αυτό. Την ίδια εποχή, ομάδες πιστών, υπό την επιρροή του μονοθεϊστικού Ισλάμ επιχείρησαν να εισάγουν το μονοθεϊσμό και στον Ινδουισμό. Την ίδια εποχή σχηματίστηκε και η «αίρεση» των Σιχ, οι οποίοι είναι μονοθεϊστές και θεωρούν πως ανήκουν σε διαφορετική θρησκεία, καθώς πιστεύουν σε ένα κράμα ινδουιστικών και ισλαμικών δογμάτων.

Κατά την περίοδο της Βρετανικής κυριαρχίας, μετά το 1877, διάφοροι μεταρρυθμιστές, υπό την επίδραση των νέων τεχνολογιών και φιλοσοφικών ρευμάτων, προσπάθησαν να συμφιλιώσουν τον Ινδουισμό με τις άλλες θρησκείες, θεωρώντας ότι ο Ινδουισμός είναι δυνατόν να έχει χώρο για τη λατρεία και άλλων προφητών και θρησκευτικών δασκάλων (Flood 2009; Kulke & Rothermund 2010).

Μετά την ανεξαρτησία της Ινδίας, το 1947, προέκυψαν προβλήματα στη συνύπαρξη Ινδουιστών και μουσουλμάνων, τα οποία οδήγησαν στην απόσχιση των μουσουλμάνων, οι οποίοι δημιούργησαν το Πακιστάν. Έτσι, η Ινδία έγινε ένα κράτος με σχεδόν αμιγή Ινδουιστικό πληθυσμό (Varghese 2008, pp. 259-60).

Τρία είναι τα βασικά χαρακτηριστικά του Ινδουισμού:

Το πρώτο είναι η Ανυπαρξία ιδρυτή, όπου η «Αιώνια Θρησκεία» (*Σανατάνα Ντάρμα*) δεν έχει ιδρυτή, ούτε υπάρχει συγκεκριμένο πρόσωπο-σωτήρας. Ο πιστός μπορεί να έχει έναν προσωπικό Θεό-δημιουργό, ή να πιστεύει απλά στην ιδέα ενός νόμου που διέπει τον κόσμο. Σε διάφορες εποχές εμφανίστηκαν διδάσκαλοι και σοφοί

άνδρες, οι οποίοι με τα κηρύγματα και τη διδασκαλία τους έδωσαν νέα κατεύθυνση και νέα πνοή στα θρησκευτικά πιστεύω του ινδουισμού.

Το δεύτερο είναι το Μη σταθερό δόγμα. Αυτό καταδεικνύεται εν πρώτοις από το γεγονός του ότι ο Ινδουισμός είναι μια εντυπωσιακά ευπροσάρμοστη στις συνθήκες κάθε εποχής θρησκεία. Περιλαμβάνει μεγάλη ποικιλία θρησκευτικών πρακτικών και εξελίσσεται συνεχώς, από την αρχαιότητα μέχρι σήμερα. Δεν έχει κάποιο ιερό κείμενο, ενώ οι κατά καιρούς διδάσκαλοι έδειξαν νέους «δρόμους σωτηρίας». Αρχικά, ως θρησκεία των αυτοχθόνων Ινδών, ήταν ουσιαστικά λατρεία της φύσης. Αργότερα εξελίχθηκε και συστηματοποιήθηκε από τους βραχμάνους. Απέκτησε την ιδέα ότι ο κόσμος διέπεται από κάποιο καθολικό νόμο (ντάρμα), η επίγεια έκφανση του οποίου είναι το αυστηρό, ιεραρχικό κοινωνικό σύστημα των καστών, καθώς και την ιδέα ότι ο κόσμος συνεχώς φτάνει σε ένα τέλος και ξεκινάει από την αρχή.

Το τελευταίο χαρακτηριστικό είναι το Ινδικό φαινόμενο, εφόσον ο Ινδουϊσμός είναι αποκλειστικό δημιούργημα του ινδικού πολιτισμού. Η εκτός Ινδίας επιρροή του περιορίζεται μόνο σε μικρό ιεραποστολικό έργο στην νοτιοανατολική Ασία και την Ινδονησία, με σκοπό την ενσωμάτωση φυλών ως νέες κάστες, ενώ μεμονωμένοι μη Ινδοί μεταστράφηκαν στον Ινδουισμό υπό την επίδραση βραχμάνων στοχαστών, ιδίως κατά τις δεκαετίες του 1960 και 1970 στην Ευρώπη και στις ΗΠΑ, όπου επικρατούσε η λεγόμενη «Hindi-mania». Σήμερα το φαινόμενο αυτό αναγάγεται σε επίπεδο φιλοσοφίας, της ίδιας της θρησκείας, γλώσσας λογοτεχνίας, τέχνης και πολιτισμού, συμπεριλαμβανομένου και του κινηματογράφου (Yoga, Bollywood, Ταντρισμός, σανσκριτική γλώσσα και τέχνη, κ.ά.).

Τα ιερά βιβλία της Ινδουιστικής θρησκείας είναι τα εξής :

- 1) Αγκάμας: Ιερά ινδουϊστικά κείμενα που περιέχουν διδασκαλίες και λατρευτικά τυπικά. Είναι γνωστά 100 βισνουιστικά, 28 σιβαϊτικά και 77 σακτικά Αγκάμας.
- 2) Αρανυάκας: Ινδικά ιερά βιβλία. Η ονομασία τους σημαίνει «Βιβλία του Δάσους» δηλαδή προορισμένα να τα μελετάει κάποιος στην μοναξιά του δάσους. Οι «Αρανυάκας» συνεχίζουν τα πιο γνωστά βιβλία του Ινδουϊσμού τις «Βραχμάνες» και πραγματεύονται κατά κανόνα θέματα θυσιαστικού μυστικισμού και συμβολισμού.
- 3) Βαγκαβαντγκίτα ή Μπαγκαβάτ – Γκιτά: Ινδουϊστικό θρησκευτικό ποίημα, που η επιγραφή του σημαίνει «Άσμα του Υψίστου» και που αποτελείται από 700 στίχους που ενσωματώθηκε αργότερα στο περίφημο έπος του Ινδουϊσμού «Μαχαβαράτα». Θεωρείται ένα από τα αριστουργήματα της παγκόσμιας ποίησης, εφάμιλλο των Ομηρικών Επών και του Άσμα Ασμάτων της Βίβλου. Η σύνθεσή του τοποθετείται ανάμεσα στον 2ο αιώνα π.Χ. και στο 2ο αιώνα μ.Χ. και έχει σχολιαστεί από τους

μεγάλους δασκάλους της θεολογίας του Ινδουϊστικού θεού Κρίσνα, ως το κυριότερο ιερό κείμενο αυτής της ομολογίας

4) Βέδα ή Βέδες: Συλλογή από τα αρχαιότερα ιερά βιβλία του Ινδουϊσμού και ταυτόχρονα τα αρχαιότερα σε ολοκληρωμένη μορφή σωζόμενα κείμενα της οικογένειας των ινδο – ευρωπαϊκών γλωσσών. Το όνομα Βέδα δηλώνει τη γνώση και προέρχεται από την ρίζα vid-, από την οποία παράγονται το ελληνικό ειδέναι = γνωρίζω και το λατινικό videre = βλέπω και το γερμανικό Wissen = γνώση. Τα βιβλία που την αποτελούν θεωρούνται από τους Ινδουϊστές θεόσταλα και περιλαμβάνουν ύμνους και ωδές, διατάξεις που ρυθμίζουν τις τελετές και τις θυσίες, λυρικές προσευχές, μαγικούς τύπους και επωδούς. Αυτά τα βιβλία αρχικά μεταδίδονταν από γενιά σε γενιά προφορικά και αργότερα καταγράφηκαν. Η συλλογή χωρίζεται σε τέσσερα τμήματα, που το καθένα διαδόθηκε από διαφορετική σχολή του Ινδουϊσμού: «Ριγκ – Βέδα», «Γιατζούρ - Βέδα», «Σάμα - Βέδα» και «Αθάρβα - Βέδα». Υπάρχουν διαφορές απόψεων ως προς την χρονολόγησή τους. Από τα τέσσερα τμήματα της συλλογής η «Ριγκ – Βέδα» είναι η αρχαιότερη και η σπουδαιότερη σε θρησκευτική σημασία και περιέχει 1.028 ύμνους (Σούκτα), συνολικά 10.562 στροφές, που αποτελούν 10 βιβλία (Μαντάλα).

5) Βεδάντα: Ο τίτλος του βιβλίου αυτού σημαίνει «Το τέλος της Βέδας ». Είναι μια συλλογή από 108 Ινδουϊστικά, μικρά θρησκευτικά και φιλοσοφικά κείμενα, που ανήκουν στις παλαιότερες «Ουπανισάδες» λέξη που σημαίνει μυστικές συνεδριάσεις και είναι κάτι αντίστοιχο με την Καινή Διαθήκη του Χριστιανισμού. Η «Βεδάντα» είναι γραμμένη σε πεζό λόγο και διανθισμένη με διδακτικές και κατά περίπτωση λυρικές στροφές. Τα αρχαιότερα, μεγαλύτερα και σημαντικότερα κείμενά της είναι η «Μπριχανταρανύακα Ουπανισάδα» και η «Τσαντόγκια Ουπανισάδα». Τα κείμενα αυτά αναφέρονται στα προβλήματα του «Είναι» και του «μη Είναι» δηλαδή της ύπαρξης ή της μη ύπαρξης,

6) Βραχμάνες: Ιερά κείμενα των Ινδών, τα οποία είναι σχόλια στα άλλα ιερά κείμενα του Ινδουϊσμού τις «Βέδες» και η σύνταξη των «Βραχμάνων» ανάγεται γύρω στο 700 π.Χ. περίπου. Το κύριο περιεχόμενό τους είναι η ερμηνεία των τρόπων της θυσίας, της σημασίας τους και της σχέσης της κάθε μιας θυσίας με τα κοσμικά, φυσικά και άλλα στοιχεία και φαινόμενα.

7) Γκιταγοβίντα: Ιερό βιβλίο του Ινδουϊσμού, το εξοχότερο δείγμα θρησκευτικής – ερωτικής ποίησης της Ινδίας, έργο του «θαυματουργού» ποιητή της Βεγγάλης, Τζαγιαντέβα (12ος αιώνας μ.Χ.).

8) Μαχαβαράτα: Το ένα από τα δύο μεγαλύτερα εθνικά έπη της Ινδίας – το άλλο είναι η Ραμαγιάννα -, που είναι η βασική πηγή για τη γνώση του Ινδουισμού. Ασχολείται με τη διαμάχη του μυθικού γένους των Καουράβας με το άλλο μυθικό γένος των Παντάβας. Περιέχει επίσης τεράστιο υλικό από μυθικές, κοσμολογικές, ηθικές και φιλοσοφικές παραδόσεις του Ινδουισμού. Αποδίδεται στον αιετό Βιάσα, που θεωρείται πως κωδικοποίησε και τα άλλα ιερά βιβλία του Ινδουισμού, τις «Βέδες» και τις «Πουράνας»

9) Ουπανισάδες: Σημαίνουν «μυστικές συνεδριάσεις» και είναι Ινδουιστικά ιερά κείμενα που ως υπομνήματα και συμπληρώσεις στις «Βέδες» συνεχίζουν τις συλλογές «Αρανούακας» και «Βραχμάνες». Πρόκειται για κείμενα διαφόρων εποχών και αποτελούν την κύρια πηγή του Βραχμανισμού. Η σχέση τους απέναντι στις «Βέδες» είναι κατ' αντιστοιχία κάτι ανάλογο με τη σχέση της Καινής Διαθήκης απέναντι στην Παλιά. Οι «Ουπανισάδες» τονίζουν την ενότητα του Άτμαν και του Βράχμαν και χαρακτηρίζονται από το γεγονός πως στα θρησκευτικά πράγματα δίνουν προτεραιότητα στη γνώση έναντι οτιδήποτε άλλο.

10) Πουράνας: Η λέξη σημαίνει «αρχαίες διηγήσεις». Είναι ιερά βιβλία του Ινδουισμού, ανάλογα με τις «Βέδες» του Βεδισμού και του Βραχμανισμού. Υπάρχουν 18 διαφορετικές Πουράνες, από τις οποίες σπουδαιότερες θεωρούνται η Πουράνα του Βαγκαβάτ και η Πουράνα του θεού Βίσνου.

11) Ραμάγιανα: Το σημαντικότερο, μετά τη «Μαχαβαράτα», εθνικό έπος των Ινδών και ταυτόχρονα Ιερό βιβλίο του Ινδουισμού. Η επίδρασή του στη σκέψη και το πνεύμα ιδιαίτερα της Βόρειας Ινδίας έχει παρατηρηθεί και επισημανθεί από τους ειδικούς πως ξεπερνάει και αυτό ακόμα της Βίβλου στο πνεύμα της Δύσης.

12) Σούτρες: Το τρίτο στρώμα της θρησκευτικής λογοτεχνίας των αρχαίων Ινδών, ύστερα από τις «Βέδες» και τις «Βραχμάνες». Πρόκειται για τελετουργικά τυπικά, γραμμένα σε πεζό λόγο και στο ύφος του αφορισμού και προορισμένα να απομνημονεύονται από τους μαθητές.

13) Τάντρας: Ινδικές πραγματείες που ενέπνευσε το ρεύμα του Ταντρισμού, μία από τις αρχαιότερες τάσεις της ινδικής θρησκευτικότητας. Κατά την Ινδουιστική παράδοση, οι Τάντρας είναι διδακτικές συνομιλίες του θεού Σίβα με τη σύζυγό του Ντέβι, ενώ κατά την βουδιστική παράδοση είναι διαλογισμοί του Βούδα ως ιστορικού προσώπου. Οι Τάντρας είναι συνήθως ανώνυμες, αλλά οι συνόψεις τους και τα ερμηνευτικά υπομνήματα σ' αυτές είναι έργα επώνυμων συγγραφέων. Υπάρχουν ακόμα και ταντρικές «Ουπανισάδες» άλλα δηλαδή Ινδουιστικά ιερά κείμενα, ύμνοι

και λατρευτικά τυπικά (Holy Books of Hinduism-

<http://www.shaivam.org/hipscrip.htm>).

Κεντρικό ρόλο στον Ινδουισμό είναι η πίστη στον υπέρτατο Θεό, το Brahman, η συμπαντική ψυχή, η οποία υπάρχει σε όλα τα πλάσματα. Στις Ουπανισάδες, σε αντίθεση με τις Βέδες που θεωρούν τον κόσμο καλό, καλή θεωρείται μόνο η θεϊκή πραγματικότητα που αποτελεί το υπόστρωμα του σύμπαντος κι ονομάστηκε Brahman. Άτμαν ονομάστηκε ένα τμήμα του Μπράχμαν, ένα θεϊκό στοιχείο που υπάρχει μέσα σε κάθε τι, ενώ Σαμσάρα είναι η ανακύκλιση των υπάρξεων. Κάρμα είναι οι πράξεις που διέπραξε το ον στην προηγούμενη μορφή ύπαρξης και καθορίζουν τη μορφή στην οποία θα μεταβούν. Κάρμα είναι η πράξη και Μόξα είναι η λύτρωση από την ατέρμονη παραμονή σε κάποια μορφή ύπαρξης, πράγμα που θεωρείται οδυνηρό.

Σύμφωνα με τις Βέδες η λύτρωση επιτυγχάνεται με το σεβασμό και την υποταγή στο Ντάρμα, ενώ σύμφωνα με τις Ουπανισάδες επιτυγχάνεται τη σταδιακή απόσυρση του νου του ανθρώπου από τον εξωτερικό κόσμο, η στροφή του στον εσωτερικό, ώστε το Άτμαν του να ταυτιστεί με το Μπράχμαν.

Γιόγκα ονομάζεται αυτή η σταδιακή απόσυρση του νου από τον εξωτερικό κόσμο, κι η ένωση με το Brahman. Είναι ο σύντομος δρόμος για τη λύτρωση στον Ινδουισμό, από την εποχή των Ουπανισάδων, που περιλαμβάνει την ένωση του ανθρώπου με το θείο στοιχείο που υπάρχει μέσα του, και αναλυτικότερα την ένωση του νου με το άτμαν και στη συνέχεια αυτού με το Μπράχμαν, οπότε ο άνθρωπος λυτρώνεται, δηλαδή ξεφεύγει από τον κύκλο των μετενσαρκώσεων. Η Γιόγκα διακρίνεται ανάλογα με τα μέσα που χρησιμοποιούνται για την ένωση με το θείο σε:

«Γιόγκα της γνώσης» τζνάνα γιόγκα. Ως μέσον έχει την απλή γνώση του άτμαν από το νου.

«Γιόγκα της αγαπητικής αφοσίωσης» μπάκτι γιόγκα. Προϋποθέτει τη θεώρηση του Θεού ως προσωπικού, κι ως μέσον έχει την αγάπη προς αυτόν.

«Γιόγκα των πράξεων» κάρμα γιόγκα. Ως μέσο έχει τις καλές πράξεις προς τον κόσμο με τις οποίες ο νους στρέφεται από το ατομικό εγώ προς τον Θεό.

Ο Brahman λατρεύεται σε μια ποικιλία μορφών, συμπεριλαμβανομένων των Βισνού, Κρίσνα, Ράμα, Σίβα και πολλές άλλες.

Ο Ινδουισμός δεν έχει ιδρυτή. Οι Ινδουιστές θεωρούν ότι η ζωή είναι ένας κύκλος της γέννησης, του θανάτου και της αναγέννησης και διέπεται από το Κάρμα.

Πιστεύουν, επίσης, πως αυτό έχει επιπτώσεις και σε κάθε δράση υπάρχει μια αιτία για όλα. Αυτό ονομάζεται νόμος του Κάρμα.

Η ψυχή για τους Ινδουιστές περνά μέσα από έναν κύκλο της ζωής και ότι η επόμενη ζωή εξαρτάται από το πώς ήταν η προηγούμενη ζωή, πώς ήταν ο βίος που διήγαγε κάποιος .

Ως ινδικό σύμβολο το άνθος του λωτού έχει θεμελιώδη σημασία στον Ινδουισμό, διότι αντιπροσωπεύει τον πολιτισμό, την κουλτούρα και την ευγένεια και, επιπροσθέτως, σχετίζεται με αρκετές θεότητες Hindu. Τόσο οι αρσενικές όσο και οι θηλυκές θεότητες στην λατρεία των Ινδουϊστών απεικονίζονται συνήθως με λωτούς, είτε κρατώντας τους είτε καθήμενοι πάνω τους ,είτε ακόμα και να αναδύονται από το άνθος του. Ενδεικτικά αξίζει ν' αναφερθεί πως ο θεός Κρίσνα περιγράφεται ως «Lotus-Eyed One» αναφερόμενος στην θεϊκή ομορφιά του, ενώ ο θεός Brahma και η θεότητα Lakshmi συχνά απεικονίζονται με το σύμβολο του λωτού.

Η Puja (λατρεία) των Ινδουϊστών περιλαμβάνει εικόνες (murtis), προσευχές (mantras) και σχετικά με το σύμπαν διαγράμματα (yantras), ενώ λαμβάνει χώρα στον Mandir (ναό).

Οι Mandirs ποικίλουν σε μέγεθος, από μικρά υπαίθρια, επαρχιακά ιερά έως και μεγάλα κτίρια, που περιβάλλονται από τείχη.Οι άνθρωποι μπορούν ,επίσης, να επισκεφθούν το Mandir οποιαδήποτε στιγμή, προκειμένου να προσευχηθούν και να συμμετέχουν στις bhajans (θρησκευτικά τραγούδια).

Επιπροσθέτως, οι Ινδουιστές ασκούν τα λατρευτικά τους καθήκοντα στο σπίτι, συχνά έχουν ένα ειδικό δωμάτιο με ένα ιερό ,ειδικά αφιερωμένο σε κάποιους θεούς (The Hindu traditions- <http://hinduism.iskcon.org/index.htm>).

Ως προς τις γιορτές, οι Ινδουιστές έχουν πολλές ιερές ημέρες. Οι πιο γνωστές είναι η δημοφιλής Diwali (γιορτή των φώτων) ,η Holi που γιορτάζεται στη βόρεια Ινδία συνήθως κατά τον Μάρτιο συνοδευόμενη από χορούς , τραγούδια και πολλά χρώματα ,καθότι σηματοδοτεί τον ερχομό της Άνοιξης ,η Navaratri που γιορτάζει τη γονιμότητα και τη συγκομιδή ,η Raksha Bandhan που γιορτάζει το δεσμό μεταξύ του αδελφού και της αδελφής) και η Janmashtami (τα γενέθλια του Κρίσνα) [Hinduism events and festivals- <http://www.bbc.co.uk/schools/religion/hinduism/index.shtml>] .

Σε κάθε θρησκεία η ύπαρξη των θεών καθορίζει τη ζωή των ανθρώπων ,καθώς αποτελούν και τους γεννήτορές τους. Παρουσιάζονται ως παντοδύναμοι και παντογνώστες που σώζουν ή τοποθετούν εμπόδια στην εξελικτική πορεία του κάθε πιστού. Άλλοτε διατηρούν ανθρώπινα χαρακτηριστικά και άλλοτε παρουσιάζονται ως

ζώομορφοι. Η περίπτωση του Ινδουισμού εμπίπτει σε όσα προαναφέρθηκαν με πλειάδα θεών και θεοτήτων να την πλαισιώνουν.

Ο Βράχμα είναι ο πρώτος και γηραιότερος της Ινδουιστικής Θεϊκής Τριάδας (Βράχμα-Βισνού-Σίβα). Είναι ο Αυτοδημιούργητος Δημιουργός του Σύμπαντος, των Θεών, των δαιμόνων και όλων των πλασμάτων, με την δύναμη της σκέψης του. Ως Δημιουργός, ο Βράχμα είναι σκότος και φως μαζί. Έτσι, όταν είναι σκότος (τάμας), δημιουργεί δαίμονες και όταν είναι φως (σάττβα) δημιουργεί Θεούς.

Ο Προστάτης της Δημιουργίας, ο Βισνού, είναι η δεύτερη από τις 3 βασικές εκφράσεις του Υπέρτατου Πνεύματος της Δύναμης του Σύμπαντος. Αντιπροσωπεύει την Δύναμη του Υπέρτατου Πνεύματος, την γενναιοδωρία, την καλοσύνη και το έλεος.

Ο Σίβα θεωρείται η τρίτη και σημαντικότερη έκφραση του Υπέρτατου Πνεύματος, είναι ο Σίβα ο Καταστροφέας, ωστόσο αυτό δεν σημαίνει κάτι αρνητικό. Αντίθετα, ο Σίβα αντιπροσωπεύει τον Αέναο Κύκλο και είναι αυτός που τον δημιουργεί, δηλαδή μετά την Δημιουργία, έρχεται η Καταστροφή, που όμως δεν είναι τίποτε άλλο, παρά το βήμα πριν την Αναγέννηση. Έτσι, ο Σίβα αντιπροσωπεύει τόσο το τέλος όσο και την αρχή, καταστρέφοντας ώστε να δημιουργήσει ξανά.

Η Σαρασβάτι είναι η πρώτη έκφραση της θηλυκής Θεϊκής Τριάδας, η σύντροφος του Βράχμα και θυγατέρα του Σίβα και της Ντούργκα, είναι η Θεά και Προστάτιδα της Γνώσης, του Λόγου και της Μουσικής. Είναι η προσωποποίηση του Πνεύματος, της Σοφίας, της Συνείδησης και της Κοσμικής Γνώσης. Είναι επίσης η Αγνότητα και Θεία Γνώση που εξαγνίζει, αναπτερώνει και δημιουργεί. Είναι αυτή που θα προσφέρει τη Θεία Φώτιση και Έμπνευση, και επίσης αυτή που ξεδιαλύνει το σκότος της άγνοιας και του Χάους.

Η Λάχσμι αποτελεί μια από τις αρχαιότερες Θεότητες του Ινδουισμού και ίσως η πιο αγαπημένη και δημοφιλής Θεά των Ινδουιστών. Η πανέμορφη Λάχσμι, είναι Θεά της Τύχης, της Αγνότητας, της Ομορφιάς, της Χάρης, της Γενναιοδωρίας, της Ειρήνης, της Πνευματικής Φώτισης της Ευημερίας και του Πλούτου. Όχι όμως μονάχα του υλικού πλούτου, μα και του πνευματικού, και του συναισθηματικού.

Η Σάκτι-Παρβάτι ή Ντούργκα, η Αιώνια και Υπέρτατη Δύναμη του Σίβα, είναι η Σάκτι, που προσωποποιείται ως σύζυγός του. Δεν μπορεί να υπάρξει ο Σίβα χωρίς την Σάκτι, ούτε η Σάκτι χωρίς τον Σίβα -και οι δύο μαζί, δημιουργούν το Ένα.

Η Κάλι είναι η «Σκοτεινή Μητέρα», η Θεά του Χρόνου, της Μεταμόρφωσης και της Καταστροφής η εμφάνιση της οποίας προκαλεί δέος.

Ο Γκανέσα είναι ο Θεός της Σοφίας, της Γνώσης, του Πνεύματος, της Σύνεσης, του Πλούτου (πνευματικού και υλικού) και είναι Φύλακας όλων των περασμάτων, όντας έτσι ταυτόχρονα ο Θεός που βοηθά να ξεπεραστεί κάθε εμπόδιο. Είναι αυτός που προσφέρει πνευματική γαλήνη, μόρφωση και αυτοπεποίθηση. Είναι επίσης ο καταστροφέας της αλαζονείας και του εγωκεντρισμού.

Χανούμαν - Αγγελιοφόρος των Θεών και απόστολός τους. Αναπαριστάται ως κάτι ανάμεσα σε άντρα και πίθηκο και χαρακτηρίζεται από δύναμη και εξυπνάδα. Συχνά, παρουσιάζεται με φτερά.

Ο Κρίσνα είναι ο Θεός της αγάπης, η ενσάρκωση του Βισνού. Αναπαριστάται ως κάτι ανάμεσα σε άντρα και γυναίκα, κρατώντας φλάουτο.

Ο Άγκνι, ο Θεός της φωτιάς αναπαριστάται ως ένας άντρας με 3 χέρια, 7 πόδια και κοφτερά χρυσά δόντια. Κρατά φλόγες, ένα τάσι με νερό και μια τρίαινα.

Ο Ίντρα ,ο Θεός του πολέμου αναπαριστάται ως χρυσός ή κόκκινος ώριμος άντρας, κρατώντας κεραυνό και απεικονίζεται συχνά να υπεύει έναν λευκό ελέφαντα.

Άλλοι θεοί είναι ο Σούργια , ο Θεός του Ήλιου, η Σόμα που ταυτίζεται με την Σελήνη, ο Βαρούνα, ο Θεός της Βροχής, ο Γιάμα ο Θεός του Θανάτου και ο Θεός του Πλούτου που είναι ο Κουμπέρα (Form of God or Goddess in Hinduism - <http://hindunet.org/god/summary/>).

Ο Ινδουϊσμός θεωρείται η αρχαιότερη θρησκεία που μετράει πολλά εκατομμύρια πιστών. Δεν έχει ιδρυτή ,μήτε περεσβεύει μία συγκεκριμένη οντότητα δόγματος λόγω πολλών θρησκευτικών κοινοτήτων που την απαρτίζουν και εμφανίστηκαν κατά καιρούς. Ωστόσο, η πολύπλευρη διάστασή της την έχουν αναγάγει σε μία θρησκεία φαινόμενο (ινδικό) που ασκεί τεράστια επίδραση παγκοσμίως μέσα από την φιλοσοφία ,την τέχνη και τον πολιτισμό και τις γαστρονομικές απολαύσεις που τείνουν προς τον χορτοφαγικό χαρακτήρα.



Ινδικό Πάνθεον

3.2.8 Οι διατροφικές νόρμες της Ινδουιστικής θρησκείας

Η χορτοφαγία κυριαρχεί στην Ινδουιστική θρησκεία, καθότι συχνά αποφεύγονται τροφές που η παρασκευή τους προκαλεί πόνο στα ζώα και επιβαρύνει το «karma» τους. Ακόμα όμως και όσοι, κατά παράβαση του κανόνα, τρώνε κρέας, αποφεύγουν το χοιρινό και ειδικά το βοδινό, εφόσον η αγελάδα θεωρείται ιερό πλάσμα, και προσανατολίζονται στα γαλακτοκομικά προϊόντα. Σημειωτέον πως είναι συχνό το φαινόμενο των διατροφικών διαφοροποιήσεων ανά περιοχή ή χώρα διαβίωσης, όπως το να είναι απαγορευμένη η κατανάλωση κρεμμυδιών, μανιταριών, καβουριών και πάπιας ή να επιτρέπεται. Το ίδιο ισχύει και με την κατανάλωση αλκοόλ, κ.ά. Πιο συγκεκριμένα, οι βραχμάνες εξακολουθούν να νηστεύουν σε συχνά χρονικά διαστήματα και κατά τον αυστηρό τρόπο. Η ηλικία, οι ασθένειες και κάθε μορφής αδυναμίες ή τυχόν δυσκολίες στους πιστούς δεν επιτρέπουν ουδεμίας εξαιρέσεως από τις νηστείες. Χαρακτηριστικό πως οι φανατικοί Ινδοί και οι φακίρηδες αυθυποβάλλονται σε αυστηρές και υπερβολικές νηστείες, κατορθώνοντας να μείνουν χωρίς τροφή ακόμη και για δεκαπέντε ημέρες (Food culture & religion 2013).

3.2.9 Η θρησκεία του Βούδα

Με τον όρο Βουδισμός ή Βουδδισμός νοείται μία από τις μεγάλες θρησκείες του κόσμου με κεντρικό πρόσωπο τη ζωή και τη διδασκαλία του Σιντάτ(χ)α Γκοτάμα (Σιντάρτα Γκαουτάμα σανσκριτικά) Μπούντχα (Buddha) ή Βούδα ή Βούδδα, του Πεφωτισμένου, όπως αποκαλείται ενίοτε.

Ο Βουδισμός είναι ένα από τα αρχαιότερα θρησκευόμενα. Περιλαμβάνει ένα ευρύ φάσμα θρησκευτικών δοξασιών, φιλοσοφικών αρχών, εθίμων και παραδόσεων, θεσμών και ηθικών κανόνων που αποδίδονται στον Βούδα και αναπτύχθηκαν στο διάστημα της μακρόχρονης πορείας του ως θρησκείας. Ως προς την αντιμετώπιση των άλλων θρησκειών, ξεκινώντας από την Ινδία, προκειμένου να εξαπλωθεί σε ολόκληρη την Ασία, η βουδιστική διδασκαλία προσαρμόστηκε περίφημα στις άλλες θρησκείες και τους πολιτισμούς, συνυπάρχοντας ειρηνικά με τις υπόλοιπες θρησκείες, διακηρύσσοντας την άνευ όρων ανοχή.

Σήμερα υπολογίζεται ότι περίπου μισό δισεκατομμύριο άνθρωποι ακολουθούν τον Βουδισμό.

Αναγνωρίζονται γενικά δύο σχολές Βουδισμού: η Μαχαγιάνα και η Χιναγιάνα ή Τεραβάντα, ενώ ιδιαίτερος κλάδος θεωρείται ο Βουδισμός της Κίνας και της

Μογγολίας. Η κάθε σχολή διαφέρει σχετικά με την ακριβή φύση της Νιρβάνα, τη σημαντικότητα και κανονικότητα των διαφόρων διδασκαλιών και κειμένων καθώς και τις μοναστικές και τις λειτουργικές πρακτικές.

Οι δύο σχολές, Μαχαγιάνα και Χιναγιάνα περιγράφονται από τους μελετητές του Βουδισμού ως οι δύο ατραποί (οδοί ή μονοπάτια) προς την επίτευξη της Φώτισης.

Επίσης, μεταξύ 3ου και 7ου αιώνα μ.Χ. αναπτύχθηκε η τρίτη ατραπός ονομαζόμενη Βατζραγιάνα και η οποία αποτελεί ουσιαστικά τον Βουδισμό Τάντρα. Σύμφωνα με κάποιες κατατάξεις η Βατζραγιάνα ανήκει και εντάσσεται στη σχολή Μαχαγιάνα, ενώ σύμφωνα με άλλες θεωρείται διακριτή σχολή. Η ατραπός του Τάντρα αφορά στην ταχεία επίτευξη της Φώτισης μέσω ειδικών μορφών διαλογισμού που κάνουν ευρεία χρήση νοητών οπτικών σχημάτων και εικόνων. Ο Βουδισμός Βατζραγιάνα απαντάται κυρίως στο Θιβέτ, το Νεπάλ και τη βόρεια Ινδία (Keown & Prebish 2007).

Ιδρυτής της Βουδιστικής θρησκείας είναι ο Σιντάρτα Γκαουτάμα, γιος ενός ηγεμόνα μιας φυλής των Ινδών, ο οποίος, όταν συνειδητοποίησε πως η ζωή ξεκινάει με τη γέννηση και καταλήγει στη φθορά, την αρρώστια, τα γηρατειά και το θάνατο, και πως αυτή η θλιβερή κατάσταση διαιωνίζεται με τις μετενσαρκώσεις, εγκατέλειψε τη ζωή που ζούσε στο παλάτι του κι αναζήτησε το νόημα της οδύνης που αντίκριζε γύρω του και τρόπο λύτρωσης απ' τον κύκλο των μετενσαρκώσεων. Μετά από εξαιρετική σκληρή εκπαίδευση και πειθαρχία εγκατέλειψε την οδό του ασκητισμού και κάθισε κάτω από τον δέντρο Μπόντχι, σε γαλήνιο διαλογισμό.

Την πανσέληνο του Μαΐου, με την ανατολή του πρωινού άστρου, ο Σιντάρτα Γκοτάμα έγινε Βούδας (Buddha) ο Περφωτισμένος. Έτσι απέκτησε τον φωτισμό, που θεωρείται ένα είδος γνώσης. Κατόπιν περιπλανήθηκε στις πεδιάδες της βορειοανατολικής Ασίας επί 45 περίπου χρόνια, διδάσκοντας την ατραπώ του Ντάρμα. Γύρω του αναπτύχθηκε μια κοινότητα ή Σάγκχα μοναχών, ανεξαρτήτως φύλου, κάστας και φυλής, οι οποίοι ήταν αφοσιωμένων στην άσκηση της ατραπού του Βούδα (Armstrong 2001, p. 187).

Ο Χιναγιάνα Βουδδισμός απαριθμεί 100.000.000 πιστούς σε Σρι-Λάνκα, Μπούρμα, Καμπούτζη, Λάος, Ταϊλάνδη, τμήμα του Βιετνάμ, του Μπαγκλαντές και της Ινδίας. Η διδασκαλία του περιέχεται στον κανόνα Πάλι, που περιέχει και τον αρχικό πυρήνα της παράδοσης για τη ζωή του Βούδα, κι έχει συστηματοποιηθεί στη μορφή των τεσσάρων ευγενικών αληθειών.

Οι τέσσερις «ευγενικές αλήθειες» είναι οι εξής:

Η ύπαρξη είναι πόνος, επειδή τα πάντα ενώ δίνουν την εντύπωση ότι διαρκούν είναι φευγαλέα, κι ενώ δίνουν την εντύπωση ότι είναι συμπαγή, είναι σύνθετα από διάφορα στοιχεία.

Αιτία του πόνου είναι η επιθυμία ,που δημιουργείται από την άγνοια του ανθρώπου που θεωρεί σαν αληθινά πράγματα που είναι ψεύτικα στην πραγματικότητα αφού είναι φευγαλέα και σύνθετα). Γνωρίζοντας κανείς την αλήθεια παύει να επιθυμεί, κι έτσι παύει να πράττει με τρόπο που παράγει κάρμα. Έτσι παύει να αναγεννάται. Αυτή η αλυσίδα αποτελεί βασικό μέρος του φωτισμού του Βούδδα κατά τον κανόνα Πάλι.

Η εξάλειψη /κατάπαυση του πόνου -νιρβάνα που σημαίνει σβήσιμο- γίνεται με την κατάσβεση της άγνοιας, της επιθυμίας, και της απέχθειας, και οδηγεί στην κατάπαυση των μετενσαρκώσεων. Τα τελευταία λόγια του Βούδδα ήταν: «δεν θα ξαναγεννηθώ πια».

Το μονοπάτι που οδηγεί στην κατάπαυση του πόνου αποτελείται από οκτώ στάδια που είναι γνωστά σαν «οκταπλό ευγενές μονοπάτι» (κατανόηση - σκέψη - λόγος - δράση - τρόπος ζωής - προσπάθεια - προσοχή - αυτοσυγκέντρωση) (Harvey 2013, pp. 50-81)..

Το ιδανικό στον Χιναγυάνα Βουδισμό είναι ο μοναχισμός. Οι λαϊκοί, που είναι ωστόσο περισσότεροι, προσπαθούν να δημιουργήσουν ένα καλό κάρμα που θα τους εξασφαλίσει μια εξίσου καλή μετενσάρκωση.

Ο Μαχαγυάνα Βουδισμός εξαπλώνεται σε Κίνα, Θιβέτ, Μογγολία, Ιαπωνία, Κορέα, Βιετνάμ και η διδασκαλία του περιέχεται στον Κινέζικο και Θιβετιανό κανόνα. Μολονότι έχει κοινή αφετηρία με το Χιναγυάνα Βουδισμό, διαφοροποιήθηκε στην πορεία, κυρίως σε ζητήματα ,όπως την αληθινή φύση της πραγματικότητας που κι εδώ ,όπως και στο Χιναγυάνα Βουδισμό τα όντα δεν είναι πραγματικά. Εδώ όχι επειδή είναι μεταβλητά και σύνθετα, αλλά επειδή δεν υπάρχουν αφ' εαυτών, στερούμενα τον δικό τους εαυτό. Αυτό συμβαίνει ,γιατί το κάθε τι είναι ό,τι είναι μόνο σε αλληλεξάρτηση και αλληλοσυμπλήρωση με τα άλλα όντα, και επομένως, αυτά είναι «κενά» από τον δικό τους εαυτό.

Η δεύτερη διαφοροποίηση αφορά στην κοσμολογία. Στο Χιναγυάνα Βουδισμό ο Βούδας είναι κάποιος, όπως ο Σιντάρτα Γκαουτάμα που σε κάποια στιγμή φωτίστηκε, ενώ στο Μαχαγυάνα Βουδισμό ο όρος Βούδας εκφράζει μια υπερβατική πραγματικότητα, ένα απόλυτο, όμοιο με το Ινδουιστικό Μπράχμαν, απο το οποίο εκπορεύονται χιλιάδες κόσμοι και χιλιάδες εμφανίσεις τους.

Ένα ιδανικό του Μαχαγιάνα Βουδισμού είναι οι μποντισάτβες, όντα που κατάφεραν μετά από άπειρες ζωές να φτάσουν στη Νιρβάνα και να ενωθούν με το Απόλυτο. Όμως, για να σώσουν τους άλλους καθυστερούν αυτή την ένωση και παραμένουν σε κάποιον ουράνιο κόσμο. Δημιουργείται ,έτσι, μια τριπλή σημασία του όρου «Βούδας», που είναι ο άνθρωπος που φωτίστηκε, η απόλυτη υπερβατική πραγματικότητα και οι μποντισάτβες.

Ο Βουδισμός για τους περισσότερους εκ των πιστών είναι η θρησκεία της μεταθανάτιας ζωής, οι οποίοι επιδιώκουν την αναγέννηση σ' έναν από τους κόσμους στους οποίους βρίσκονται οι γνωστοί Βούδες και Μποντισάτβες (Williams 2009, pp. 21-38).

Θεμελιώδες χαρακτηριστικό του Βουδισμού είναι ο μοναχισμός. Ενδεικτικό αποτελεί πως στο Θιβέτ το 1/3 του πληθυσμού βρίσκεται σε μοναστήρια.

Προσδίδονται διάφορα χαρακτηριστικά επίθετα στους μοναχούς, όπως Bhikkhus (τάγμα ανδρών μοναχών, ο μοναχός –επαίτης), το Σάγκκα ,μοναχική αδελφότητα και το bhikkhuni είναι γυναικείο μοναχικό τάγμα,όπου θεωρείται η επίτευξη φωτισμού αδύνατη. Οι Θιβετιάνοι βουδιστές μοναχοί ανήκουν στις τέσσερις μεγάλες σχολές του θιβετιανού μοναχισμού, που είναι οι Καγκκιού, Νυίνγκμα, Sakya και Jonang. Ο Θιβετιανός Βουδισμός διαμορφώθηκε μέσα από ένα κράμα του Βουδισμού από την Ινδία και της γηγενούς θρησκείας Bon. Οι Shaolin μοναχοί (Xaolin) είναι βουδιστές της κινεζικής Ch'an Σχολής του Βουδισμού. Είναι μοναχοί του Ζεν και οι πρακτικές τους είναι αισθητικά και φιλοσοφικά διαφορετικές από εκείνες του Θιβέτ. Επίσης, οι πρώτοι έχουν την τάση να συνδέονται στενά με τις πολεμικές τέχνες, ενώ για τους Θιβετιανούς Βουδιστές είναι ευρέως γνωστό ότι είναι ειρηνιστές .

Ως τα θεμελιώδη ιδανικά του Βουδιστού μοναχού αποτελούν η φτώχεια, διότι απαγορεύεται η κατοχή χρημάτων. Τη τροφή την επαιτούν καθημερινά το πρωί και αυτός που την προσφέρει ,λέει ευχαριστώ, γιατί του δίνεται η ευκαιρία να κερδίσει αξιομισθία. Κατά κανόνα η μοναχοί είναι χορτοφάγοι ,και σιτίζονται απλά, για να συντηρηθούν ωστόσο, αν τους προσφερθεί κρέας ,πρέπει να το φάνε .

Επίσης, η Απόλυτη εγκράτεια. Όταν επαιτούν , δεν κοιτάζουν κατάματα τις γυναίκες, καθότι η αγαμία είναι βασική. Στον Μαχαγιάνα Βουδισμό επιτρέπεται ο γάμος.

Άλλο ιδανικό είναι η αποφυγή πρόκλησης βλάβης σε ζωντανό οργανισμό.

Η υποχρέωση αυτή σχετίζεται και με τη μετενσάρκωση (Khantipalo 2006).

Ως προς τους κανόνες συμπεριφοράς ,η βουδιστική ηθική -σίλα- βασίζεται σε δέκα κανόνες, οι πέντε πρώτοι αφορούν σε όλο το λαό που είναι ο σεβασμός απέναντι στη

ζωή, την περιουσία, η απαγόρευση της άστατης σεξουαλικής ζωής, ο σεβασμός στην αλήθεια και η αποχή από το αλκοόλ. Οι άλλες πέντε αφορούν ειδικά στους μοναχούς. Σε σχέση με το μοντέλο του Μποντισάτβα, η παράδοση Μαχαγιάνα αναφέρει δέκα τελειοποιήσεις -παραμίτα : ελεημοσύνη, ηθική, υπομονή, ενέργεια, διαλογισμός και σωφροσύνη, στις οποίες προστίθενται: η μέθοδος -οι ευχές-, η αποφασιστικότητα - η γνώση όλων των ντάρμα.

Αντικείμενα Βουδιστικής λατρείας αποτελούν τα Ιερά λείψανα. Ο ίδιος ο Βούδας καθοδήγησε τα Ιερά λείψανα και έδωσε οδηγίες στον αγαπημένο του μαθητή, για το πώς θα έπρεπε να φυλάσσονται αυτά. Έτσι χτίζονταν οι ντάγκαμπα- παγόδες , ογκώδη κτίσματα, όπου τοποθετούσαν τα λείψανα σαν σπέρματα, τα οποία εξέπεμπαν μια ειδική ακτινοβολία , διατηρώντας προς χάριν όλων των ανθρώπων, τις πνευματικές δυνάμεις του Βούδα.

Άλλα λατρευτικά αντικείμενα ήταν το Ιερό δέντρο (μπόντι) και το Άγαλμα του Βούδα.

Αναφορικά με το δέντρο, κάτω από αυτό βρήκε ο Βούδας τον οριστικό φωτισμό, συνέλαβε την τραγικότητα της ύπαρξης , αλλά και τον τρόπο υπέρβασής της. Στα μοναστήρια, υπάρχουν μεγάλα ή μικρά μπόντι, ανάλογα με την ηλικία του μοναστηριού και αφιερώματα μπόντι από χρυσό ή άργυρο. Το τρίτο αντικείμενο , το άγαλμα δείχνει τον Βούδα, άλλοτε όρθιο να καλεί και να ενισχύει τους πιστούς , άλλοτε καθιστό σε στάση περισυλλογής και άλλοτε ξαπλωμένο.

Οι τρόποι λατρείας των Βουδιστών μοναχών είναι η δοξολογική αναφήνηση (ώουμ ώουμ), η τριπλή καταφυγή στα τρία πολυτιμότερα για το Βουδιστή πράγματα, όπως στον Βούδα και στην διδασκαλία του Βούδα-ντάρμα και στη μοναχική αδελφότητα- Σάγγκα, η εξύμνηση των τριών πολύτιμων λίθων ,δηλαδή του τρίπτυχου Βούδας- Ντάρμα- Σάγγκα. Επιπροσθέτως, η υπόσχεση τήρησης των 5 επιταγών, η αίτηση συγχώρεσης από Βούδα, Ντάρμα, Σάγγκα, οι προσφορές, τα λουλούδια, τα καντήλια, τα κεριά, οι τροφές και τα ποτά. Τέλος, στις θρησκευτικές πρακτικές έγκεινται η περισυλλογή, ο αυτοβυθισμός, η αταραξία, η γαλήνη, τα κυρήγματα- αξιομισθία η παρακολούθηση (Gyatso, G. K., 2008, pp. 55-64).

Προς διάψευση όσων λένε πως στον Βουδισμό απουσιάζουν τα βιβλία λόγω των 2 αιώνων προφορικής παράδοσης, τα ιερά βιβλία των βουδιστών μπορούν να συνοψιστούν στα Αβαντάνας, ιερό βιβλίο του Βουδισμού, στο οποίο εξαιρείται ο ρόλος των Μποντισάτβες. Η λέξη «αβαντάνα» σημαίνει την πράξη που είναι άξια σεβασμού και θαυμασμού, η οποία μπορεί να είναι είτε η αυτοθυσία ενός ατόμου για

το καλό των συνανθρώπων του είτε η οικοδόμηση ενός ιερού του Βούδα. Τα «Αβαντάνας» περιέχουν διηγήσεις που αποδίδονται στον Βούδα και έχουν ηθικό χαρακτήρα. Είναι γραμμένα στην σανσκριτική γλώσσα. Κύριο δίδαγμα τους είναι ότι «από λευκές πράξεις προέρχονται λευκοί καρποί και από μαύρες μαύροι».

Οι Κα – τζιουρ και Ταν – τζιουρ αποτελούν συλλογές ιερών βιβλίων του Ταντρικού ή Βατζραγιάννα Βουδισμού. Οι συλλογές αυτές βασίζονται κυρίως στην Θιβητιανή βουδιστική γραμματεία, στην οποία στηρίζεται κυρίως ο Ταντρικός Βουδισμός και αναπτύχθηκε από τον 8ο αιώνα μ.Χ. και μετά, όταν άρχισαν οι μεταφράσεις από τα Σανσκριτικά πρότυπα. Η «Κα – τζιουρ» (bka – ‘gyur) είναι συλλογή από 100 τόμους με περιεχόμενα το μοναχικό κανόνα και ταντρικά κείμενα. Η «Ταν – τζιουρ» (bs Tan – ‘gyur) αποτελείται από 225 και περιλαμβάνει υπομνήματα και ποικίλες θρησκευτικές πραγματείες.

Ο Κανόνας «Πάλι » είναι το Ιερό βιβλίο του ενός από τους τρεις κλάδους του Βουδισμού του Τεραβάντα. Ονομάστηκε έτσι από τη γλώσσα, στην οποία έχει συνταχτεί. Ονομάζεται επίσης «Τιπίτακα» ή στα Σανσκριτικά «Τριπίτακα». Αποτελείται από τις συλλογές «Βινάγια Πίτακα», η οποία είναι ο μοναχικός κανόνας που περιέχει τις αρχές και τις υποχρεώσεις της βουδιστικής μοναχικής ζωής, τη «Σούττα Πίτακα» που εκθέτει τη βουδιστική διδασκαλία, απηχώντας βασικά το κήρυγμα του Βούδα, και την «Αμπιντάμμα Πίτακα», συλλογή που περιέχει αναλύσεις, ερμηνείες και ταξινομήσεις φιλοσοφικών και ψυχολογικών θεωριών.

Η Κινέζικη Τριπίτακα είναι η συλλογή του Μαχαγιάννα Βουδισμού. Πρέπει όμως να ειπωθεί εδώ πως ο Μαχαγιάννα Βουδισμός, αντίθετα με τον Τεραβάντα Βουδισμό δεν διαθέτει κανόνα ιερών βιβλίων, ο οποίος να διαμορφώθηκε με απόφαση βουδιστικής Συνόδου. Έτσι, ο πιστός ανάλογα σε ποια σχολή ανήκει, δίνει ιδιαίτερη έμφαση και σημασία σε ορισμένα από τα πολλά κείμενα του Μαχαγιάννα Βουδισμού, τα οποία αποτελούν ογκωδέστατη γραμματεία, της οποίας η δημιουργία άρχισε πριν 2.000 σχεδόν χρόνια. Ελάχιστο μόνο μέρος της διατηρείται στα Σανσκριτικά, ενώ το μεγαλύτερο μέρος της είναι μεταφράσεις σε διάφορες γλώσσες κυρίως στα Κινεζικά, Η διάταξή της είναι παρόμοια με αυτής του «Κανόνα Πάλι». Χωρίζεται λοιπόν, στο «Μοναχικό Κανόνα» (Λου), «Διδασκαλία» (Τσινγκ) και «Σχολαστική φιλοσοφία» (Λουν) (Buddhist Scriptures and Texts-
<http://www.religionfacts.com/buddhism/texts.htm>

Η πανσέληνος του κάθε μήνα αποτελεί αφορμή για γιορτή. Με τη Μαχαγιάννα γιορτάζονται και οι δάσκαλοι όλων των άλλων σχολών. Η πιο σημαντική γιορτή για

τους Βουδιστές είναι το Μάιο που γιορτάζεται η γέννηση του Βούδα στη γενέτειρά του . Κατά τη διάρκεια της γιορτής γίνονται λιτανείες που διαρκούν όλη τη νύχτα, με τους πιστούς να κρατούν ομοιώματα του Βούδα και μικρές λάμπες. Όπως γιορτάζεται η γέννηση του Βούδα το Μάιο, έτσι γίνονται και παρόμοιες λιτανείες για το θάνατό του τον ίδιο μήνα .

Magha Puja Day και Sangha Ημέρα- Αυτή η γιορτή συνήθως συμβαίνει την ημέρα της πανσελήνου του Μαρτίου. Την ημέρα αυτή, υπάρχει η πεποίθηση ότι ο Βούδας έδωσε στους μαθητές του ένα μήνυμα, το οποίο ονομάζεται "Ovadha Patimokha" και καταπληκτικά πράγματα συνέβησαν. τα καταπληκτικά γεγονότα που εμπλέκονται 1.250 από τους μαθητές του Βούδα που έρχονται να τον δουν στην πρωτεύουσα του κράτους Magaha να υποβάλουν τα σέβη τους ,αλλά προς έκπληξη , ο Βούδας δεν τους είχε καλέσει εκεί.

Οι μαθητές συγκεντρώθηκαν για να σχηματίσουν την "τετραπλή συνέλευση," επειδή όλοι ήταν φωτισμένοι Αραράτ-μοναχοί, ήταν όλοι από το Βούδα,συγκρότησαν χωρίς κάποιον σχεδιασμό και ήρθαν για την πανσέληνο του Μαρτίου.

Την ημέρα αυτή, οι βουδιστές γιορτάζουν με τον καθαρισμό, την οργάνωση των σπίτιων τους για την προσευχή, τη μελέτη της Ovadha Patimokha, πηγαίνουν στο ναό έχοντας μια πομπή με τα κεριά.

Βουδιστική Πρωτοχρονιά- Επί τρεις ημέρες μετά την πρώτη πανσέληνο του Απριλίου, οι βουδιστές γιορτάζουν την Πρωτοχρονιά σε ορισμένες χώρες. Σε άλλες , η Πρωτοχρονιά γιορτάζεται γύρω από την πανσέληνο, τον Ιανουάριο. Ο χρόνος που γιορτάζεται εξαρτάται από τη χώρα και το λαό. Για παράδειγμα, οι άνθρωποι στο Θιβέτ γιορτάζουν με την πανσέληνο του Φεβρουαρίου, ενώ οι άνθρωποι στην Κίνα, το Βιετνάμ και την Κορέα γιορτάζουν στο τέλος του Ιανουαρίου ή αρχές Φεβρουαρίου.

Το θιβετιανό νέο έτος ονομάζεται «Losar» και διαρκεί τρεις ημέρες. Την πρώτη ημέρα, οι Θιβετιανοί γιορτάζουν με τις οικογένειές τους, ενώ τη δεύτερη και τρίτη ημέρα, θα γιορτάσουν με φίλους. Οι μοναχοί στολίζουν τα μοναστήρια, και στη συνέχεια προσέρχονται οι Θιβετιανοί, για να προσφέρουν πράγματα, προκειμένου να καθαρίσουν και να απολυμάνουν τον εαυτό τους. Υπάρχουν ειδικές θρησκευτικές τελετές ,προκειμένου να απαλλαγεί κάποιος από τα κακά πνεύματα. Οι άνθρωποι αναλαμβάνουν τον καθαρισμό των κτιρίων στις πόλεις τους, να πάρει νέα ρούχα και να προετοιμάσει γιορτές.

Wesak- Γιορτάζεται την πανσέληνο τον Μάιο, αυτή είναι η πιο σημαντική

βουδιστική γιορτή. Γιορτάζεται, για να τιμήσουν το θάνατο και τη γέννηση του Βούδα και να θυμηθεί πώς ο Βούδας φωτίστηκε. Είναι, επίσης, μια ευκαιρία για τους βουδιστές να προσπαθήσουν να αποκτήσουν τη δική τους φώτιση. Στη Βεσάκ, η παράδοση Θεραβάντα γιορτάζει σύσσωμη τη γέννηση, τη φώτιση -μπόντι- και την κοίμηση -παρανιβάνα- του Γκαουτάμα Βούδα, γεγονός που ο Μαχαγιάνα βουδισμός γιορτάζει ανεξάρτητα.

Οι άνθρωποι γιορτάζουν με τον καθαρισμό και την διακόσμηση των σπιτιών τους. Μπορούν επίσης να πάνε στο ναό, για να προσκυνήσουν και να φέρουν τα λουλούδια, τα κεριά και τα τρόφιμα στους μοναχούς. Μπορούν επίσης να ρίχνετε νερό στο άγαλμα του Βούδα για να τους υπενθυμίσει να καθαρίσουν το μυαλό τους από τον εγωισμό και την κακεντρέχεια. Μπορούν επίσης να προσφέρουν δώρα στον Βούδα από θαυμασμό για το Βούδα και τον Βουδισμό. Το φαγητό είναι συχνά χορτοφάγος επειδή Βουδιστές δεν ήθελε να σκοτώσει τα ζώα.

Ντάρμα Ημέρα -Αυτή η μέρα τιμά την έναρξη των διδασκαλιών του Βούδα. Η εκδήλωση αυτή συμβολίζει την αναζήτηση του Βούδα μετά την φώτιση του να ενημερώνει τα προηγούμενα μαθητές του διαφωτισμού του. Ντάρμα Ημέρα αναγνωρίζει την αρχή του Βουδισμού. και γιορτάζεται στις αρχές του χειμώνα. Παραδοσιακά, ο Βούδας και οι οπαδοί του θα γιορτάσουν αυτό το φεστιβάλ για τρεις μήνες από την χειμερία νάρκη και τον διαλογισμό μέχρι το τέλος της βροχής. Σήμερα, Dharma γιορτάζεται ως ένας τρόπος για να μελετηθούν τα γραπτά του Βούδα.

Parinirvana Ημέρα- Επίσης ονομάζεται και Nirvana Day και αυτή η γιορτή σηματοδοτεί το θάνατο του Βούδα. Ο θάνατός του γιορτάζεται, επειδή οι οπαδοί του πιστεύουν ότι με το θάνατο, ο Βούδας άφησε στον κόσμο τον φυσικό πόνο και τη δυστυχία και επέτυχε τη φώτιση. Ο Βούδας δίδαξε φώτιση για 40 χρόνια, και ήταν 80 ετών, όταν πέθανε. Βούδας πέθανε, ενόσω βρισκόταν σε κατάσταση διαλογισμού και τέθηκε νιρβάνα, όπου δεν θα μπορούσε πλέον να πεθάνει ούτε και να ξαναγεννηθεί.

Η Paraniibbana Sutta μιλάει για τις τελευταίες ημέρες της ζωής του Βούδα, και αυτά τα μέρη διαβάζονται στην Parinirvana Day. Η μέρα αυτή γιορτάζεται με τη μετάβαση σε μοναστήρια ή ναούς. Στα μοναστήρια, οι άνθρωποι φέρνουν δώρα, όπως αγαθά, χρήματα, ρούχα ή τρόφιμα. Την ημέρα αυτή, οι Βουδιστές αναλογίζονται τον δικό τους θάνατο ή όσους γνώριζαν, οι οποίοι απεβίωσαν. Μπορούν να διαλογίζονται και να σκέφτονται όσους «έφυγαν» πρόσφατα, προκειμένου να έχουν την στήριξή τους στη μετά θάνατον ζωή τους.

Η Ασάλα γιορτάζει το πρώτο κήρυγμα στο Μπενάρες και η Κατίνα οριοθετεί το τέλος της απομόνωσης των μοναχών και την περίοδο των μουσώνων.

Η Kathina είναι αργία, που λαμβάνει χώρα μετά την Dharma Ημέρα κατά τον χρόνο του έτους, όταν οι Βουδιστές επιδίδονται σε ελεημοσύνη, δίνοντας μεγάλα χρηματικά ποσά για τους φτωχούς ή όσους έχουν ανάγκη. Γιορτάζεται τον Οκτώβριο και τον Νοέμβριο, στο τέλος του χρόνου Vassa, όταν υπάρχουν συνήθως μουσώνες σε πολλές βουδιστικές χώρες. Αυτή την εποχή του χρόνου, βουδιστές μοναχοί έχουν μείνει στην απομόνωση για τρεις μήνες, και Kathina τους επιτρέπει να βγουν στο κοινό. Όταν βγαίνουν, οι μοναχοί δέχονται σαν προσφορά ύφασμα από τους πολίτες. Οι προσφορές και γιορτές μπορεί να διαρκέσουν έναν ολόκληρο μήνα.

Η ιστορία πίσω από το φεστιβάλ είναι ότι 30 μοναχοί ταξίδευαν στο Βούδα, προκειμένου να είναι μαζί του για την έναρξη της απομόνωσης τριών μηνών, που ονομάζεται Vassa, αλλά δεν τον πρόλαβαν εγκαίρως. Ο Βούδας έμαθε γι' αυτή την ιστορία και τους έστειλε ύφασμα, για να ράψουν μια ρόμπα. Αποφάσισαν να ράψουν πολλές νέες ρόμπες χρησιμοποιώντας την Kathina, ένα εργαλείο, για να διαδώσει το ύφασμα παντού.

Σήμερα, βουδιστές πολίτες συνεχίζουν την παράδοση τους να δίνουν ύφασμα για τους δασκάλους -μοναχούς-τους. Το ύφασμα είναι για ολόκληρη την κοινότητα, και στη συνέχεια να δίνεται σε δύο μοναχοί που κάνουν τη ρόμπα. Αυτοί οι δύο μοναχοί στη συνέχεια θα αποφασίσουν σε ποια μέλη της κοινότητας θα δώσουν την ρόμπα.

(Buddhist Celebrations-

<http://www.pamf.org/preteen/share/celebrations/buddhist.html>;

Buddist Ceremonies, Festivals and Special Days-

<http://www.buddhanet.net/festival.htm>)

3.2.9 Το διατροφικό ευ ζην των Βουδιστών και η χορτοφαγική-Μακροβιοτική κουζίνα

Στον Βουδισμό, ο οποίος αποτελεί περισσότερο φιλοσοφία ζωής, δεν ακολουθούνται αυστηρές και ρητές διατροφικές απαγορεύσεις, ωστόσο αποφεύγουν την κατανάλωση κρέατος, κυρίως βοδινού λόγω του ότι υπήρξε η μετεμψύχωση του Βούδα σε διάφορες μορφές ζώων, προτού ντυθεί την ανθρώπινη μορφή.

Οι βουδιστές του Θιβέτ τηρούν δύο είδη νηστειών: την αυστηρή νηστεία ``νγκουννέ`` διάρκειας 24 ωρών, όπου δεν επιτρέπεται ούτε η κατάποση του σιέλου. Πολλοί εξ αυτών την τηρούν επί τρεις ημέρες, πίνοντας μόνον λίγο τσάι το πρωί. Η δεύτερη νηστεία καλείται ``νιεννέ`` και συνίσταται η λήψη του δείπνου το απόγευμα.

Οι Ταϊλανδοί επιδίδονται σε νηστεία με αποχή από κάθε τροφή, από το μεσημέρι μέχρι το επόμενο πρωί. Γενικά, νηστεύουν και κατά τις ημέρες, που είναι υπερεκχειλισμένοι οι κυριότεροι ποταμοί της περιοχής τους και συνήθως κατά τον μήνα Μάρτιο. Σκοπός δε, των νηστειών είναι η επί του ευνοϊκότερου επίδραση των υδάτων στην εδαφική γονιμότητα.

Επίσης οι Κινέζοι τηρούν διαφόρους τύπους νηστείας, ιδίως κατά τις εποχές μεγάλων συμφορών.

Στη Δύση οι περισσότεροι Βουδιστές επιλέγουν την χορτοφαγική διατροφή, μιας και κάποιοι εξ αυτών αποφεύγουν τα γαλακτοκομικά προϊόντα (Μοίρα 2009,σ.78).

Η χορτοφαγική κουζίνα συναντάται σε τρεις τουλάχιστον ασιατικές θρησκείες, το Βουδισμό, τον Ινδουισμό και τον Τζαϊνισμό (Jainism).

Για την ιστορία,ο τελευταίος είναι ασκητική θρησκεία της Ινδίας και το όνομα προήλθε από τον όρο «τζίνα» (=κατακτητής). Διδάσκει την αθανασία και την μετεμψύχωση και αρνούμενος την ύπαρξη οποιασδήποτε θεϊκής οντότητας . Οι οπαδοί του Τζαϊνισμού είναι πεπεισμένοι χορτοφάγοι, αφού απαγορεύεται η κατανάλωση προϊόντων από νεκρά ζώα. Είναι υπέρμαχοι του να προκαλούν όσο το δυνατόν λιγότερη βία στα ζώντα πλάσματα, αποφεύγοντας τις ρίζες και τους βολβούς (Salter 2006,σ.165).Εκτός από το κρέας, αποφεύγουν, επίσης, τα αυγά, το γάλα, αλλά και το μέλι, γλυκά φρούτα, κβάς (ένα παραδοσιακό αναψυκτικό), αλκοόλ - όλα που προκαλούν τη ζύμωση, γιατί και οι μικροοργανισμοί είναι ζωντανές υπάρξεις. Ο κυρίαρχος πνευματικός στόχος της εν λόγω πίστης είναι η ψυχική απελευθέρωση και αποτίναξη από τυχόν δεσμά της ύλης (Καφαταρίδης 2006).

Η χορτοφαγική διατροφή προτιμάται κυρίως σε Κίνα, Χονγκ Κονγκ, Μαλαισία, Σιγκαπούρη και Ταϊβάν και είναι γνωστή ως zhāicài («Βουδιστική» χορτοφαγική κουζίνα), στο Βιετνάμ ως dōchay, στην Ιαπωνία ως shōjinkyōri ("devotion cuisine"), στην Κορέα ως sachaleumsik ("temple food") και συναντάται με διάφορα άλλα ονόματα σε άλλες χώρες (Buddhist cuisine 2013). ενώ στους Ινδουιστές και στον Mahayana Βουδισμό υποστηρίζεται από κάποιες κατηγορίες θρησκευτικών θρύλων, στους Εβραίους, στους Χριστιανούς, στους Μουσουλμάνους και στους Σιχ δεν επιβάλλεται (Walters & Portmess 2001). Η

Μακροβιοτική ως διατροφή, έχει τις ρίζες της στην αρχαία κινεζική φιλοσοφία της εξισορρόπησης των αρχετυπικών πόλων ενέργειας του σύμπαντος που ονομάζονται γιν (yin) και γιανγκ (yang). Ετυμολογικά, η λέξη μακροβιοτική σημαίνει ``μακρύς – βίος`` και χρησιμοποιήθηκε από τον Ιπποκράτη, πατέρα της ιατρικής, στην περιγραφή ενός μοντέλου ανθρώπου, το οποίο είναι πραγματικά υγιές και υπεραιώνιο (Zen Macrobiotic Diets 1971, p.397).

Όμως και άλλοι σοφοί της αρχαίας Ελλάδας, όπως ο Αριστοτέλης και ο Γαληνός χρησιμοποίησαν τον όρο Μακροβιοτική, ώστε να περιγράψουν ενός φυσικό τρόπο ζωής που προήγαγε την υγιεινή ζωή και το ευ ζην, αποφεύγοντας παράλληλα «ακραίες» τροφές ,όπως το κρέας, και τα γαλακτοκομικά, που έτειναν να δημιουργούν ενεργειακές ανισορροπίες και ασθένειες.

4 . Οι διατροφικές συνήθειες και η συνολική τουριστική δαπάνη

Την τελευταία δεκαετία, η κατανάλωση τροφής ,τόσο κατά τη διάρκεια του ταξιδιού όσο και κατά τη παραμονή των πιστών ανά δόγμα στον τόπο προορισμού, αποτελεί αντικείμενο μελέτης ποικίλων ερευνητικών προσεγγίσεων και προτάσσει τους τομείς επισιτισμού ως καθοριστικό κρίκο στην αλυσίδα του τουριστικού αγαθού. Πιο συγκεκριμένα έχει καταγραφεί πως το ενδιαφέρον των τουριστών για το φαγητό συνδέεται άρρηκτα με την επιλογή προορισμού, διαδραματίζοντας καίριο ρόλο (Cohen & Avieli 2004; Long 2004).

Σύμφωνα με τον Torres (2003), οι επιλογές και οι προτιμήσεις των τουριστών είναι ουσιαστικές στην τουριστική ζήτηση, καθώς ασκούν σημαντική επιρροή και μεταβάλλουν την τουριστική προσφορά (λ.χ. τοπική παραγωγή και εισαγωγή τροφίμων και διαφόρων άλλων προϊόντων. Η δαπάνη για κατανάλωση φαγητού αποτελεί ένα δίολου ευκαταφρόνητο ποσό που συμβάλλει στο σύνολο της τουριστικής δαπάνης και ανταποκρίνεται στο 1/3 αυτής (Hall & Sharples 2003).

5. Το δίπολο «Πολιτισμός- Θρησκεία» σε συνάρτηση με τις διατροφικές προτιμήσεις των τουριστών

Σύμφωνα με διάφορες μελέτες , οι πολιτιστικές και θρησκευτικές παράμετροι επιδρούν στις διατροφικές συνήθειες των πιστών κατά τις διακοπές τους .

Πιο συγκεκριμένα, οι Κορεάτες δείχνουν μία σαφή προτίμηση στην εγχώρια κουζίνα τους, όπου κι αν πάνε, ενώ οι μουσουλμάνοι και οι Ινδονήσιοι επιμένουν να καταναλώνουν τροφές Halal. Στα πρότυπα των Κορεατών και οι Γάλλοι, Ιταλοί και Ιάπωνες τουρίστες που προσανατολίζονται προς την εθνική τους κουζίνα αποφεύγοντας την κατανάλωση τροφών παραγωγής του τόπου προορισμού (Pizam & Sussmann 1995).

Έχει αποδειχθεί βάσει ερευνητικών προσεγγίσεων πως τα θρησκευτικά δόγματα, ανάλογα με το πόσο αυστηρά και ρητά είναι, ασκούν επιρροή στην διατροφική και εν γένει καταναλωτική συμπεριφορά κατά τη διάρκεια της ανάπαυλάς τους στο εξωτερικό.

Οι Εβραίοι εκφράζουν περισσότερο την ανησυχία τους αναφορικά με θέματα υγιεινής και αρνούνται ρητά το να καταναλώσουν κρέας σκύλου, γάτας και ερπετών ζώων, δηλαδή μη επιτρεπόμενων τροφών, μολονότι τείνουν στο να είναι σχεδόν χαλαροί στο να καταναλώσουν μη Kosher τροφή (Cohen & Avieli 2004, pp.760).

Τεράστιο είναι το ποσοστό των μουσουλμάνων πιστών που δείχνουν υπακοή τόσο στους κανόνες της θρησκείας τους όσο και σε αυτούς που αφορούν στην κατανάλωση τροφής. Ειδικότερα, σύμφωνα με την αναπτυξιακή πορεία των τουριστικών αγορών των Αραβικών κρατών, οι τουρίστες υπό το άγρυπνο βλέμμα των Ισλαμικών παραδόσεων, δείχνουν σαφή προτίμηση σε προορισμούς με παροχή προϊόντων Halal. Διαπιστώθηκε, επίσης, κατόπιν μελέτης της συμπεριφοράς των μουσουλμάνων τουριστών στη Ν. Ζηλανδία πως πολύ μεγάλο ποσοστό εξ αυτών αναζητούν τροφές halal, με ένα 39,6% να εξέφρασε την προτίμησή του στο να παρασκευάζει το φαγητό του, καθώς δεν εμπιστευόταν τον ορθό τρόπο προετοιμασίας εκ μέρους των ντόπιων (Hassan & Hall 2003).

Από τα παραπάνω γίνεται σαφές πως στις ανεπτυγμένες και στις αναπτυσσόμενες χώρες παραμένει άρρηκτος ο δεσμός μεταξύ πολιτισμού, θρησκείας και διατροφικών συνθηκών ακόμα και κατά την περίοδο των διακοπών των πιστών.

6. Το τρίπτυχο « Πολιτισμός-Θρησκεία-Διατροφικές συνήθειες» στα πλαίσια της τουριστικής βιομηχανίας.

Αν καταφύγει κάποιος χρήστης στην αναζήτηση φράσεων, όπως “halal holidays” και “Halal tourism” ή “halal vacations” στο διαδίκτυο, σίγουρα θα υπάρξουν δεκάδες χιλιάδες αποτελεσμάτων.

Συνεχίζοντας την αναφορά σε αριθμούς γύρω από την παγκόσμια τουριστική αγορά, είναι αξιοσημείωτο πως η αγορά τουρισμού που αφορά στη μουσουλμανική κοινότητα εμφανίζεται πολυπληθής και δικαιολογεί απολύτως τον όρο που έχει επικρατήσει ως Halal Tourism (Battour 2010 ; Scott & Jafari 2011, p.50).

Επίσης, βάσει των στοιχείων του Παγκόσμιου Οργανισμού Τουρισμού αναφορικά με την ετήσια δαπάνη των κατοίκων των χωρών του Αραβικού Κόλπου για ταξίδια αναψυχής που φτάνει το ύψος των 12 δισ. δολαρίων, φαίνεται να εμφανίζεται μια αγορά νέα και με εξαιρετική δυναμική (Διακοπές ``Χαλάλ`` για μουσουλμάνους τουρίστες- Διαδρομή 2010), ενώ οι τουριστικές δαπάνες των μουσουλμάνων ανήλθαν στα 60 δισ. δολάρια. Το θέμα της διατροφής προσανατολίζεται στη δημιουργία νέων «τουριστικών αγαθών», ανάλογα με τα θρησκευτικά πιστεύω των τουριστών, για αυτό κι οι τομείς του επισιτισμού αναλαμβάνουν πρωτοβουλίες, προκειμένου να διαχειριστούν καθετί που επιτάσσει η θρησκεία στις διατροφικές ανάγκες και συνήθειες των τουριστών-πιστών.

7. Παραδείγματα επιχειρήσεων με έμφαση στον θρησκευτικό τουρισμό.

Οι τουριστικές επιχειρήσεις επικεντρώνουν την παροχή αγαθών και υπηρεσιών τους στο θρησκευτικό στοιχείο και σε κάθε τύπο επικοινωνίας, αποσκοπώντας στο να δημιουργήσουν θέλγητρα σε τουρίστες των οποίων η καθημερινότητα διαποτίζεται από τις θρησκευτικές τους παραδόσεις.

Έμφαση, λοιπόν, θα δοθεί στις τουριστικές επιχειρήσεις που διαχειρίζονται τις θρησκευτικές ιδιαιτερότητες των πιστών ανά τον κόσμο.

7.1 Ταξιδιωτικά πρακτορεία που απευθύνονται σε Μουσουλμάνους και Εβραίους.

Κάποια τουριστικά πρακτορεία σχεδιάζουν «ειδικά πακέτα» σύμφωνα με τις θρησκευτικές παραδόσεις πιστών, στοχεύοντας στην αύξηση της πελατείας τους. Αυτά τα “ισλαμικά πακέτα διακοπών” απευθύνονται σε πιστούς μουσουλμάνους που επιζητούν να απολαύσουν τις διακοπές τους σε ένα φιλικό προσκείμενο περιβάλλον.

Στη Χώρα του Ανατέλλοντος Ηλίου, την Ιαπωνία το διεθνές τουριστικό πρακτορείο “Miyako International Tourist Co. Ltd” (<http://www.halal-tour.com/>) καλωσορίζει τους μουσουλμάνους τουρίστες και προάγει την φιλική στο halal Ιαπωνία («Halal friendly Japan») απευθύνοντας μήνυμα αδελφοποίησης. Υπογραμμίζει δε, πως διαθέτει προσωπικό ειδικά εκπαιδευμένο σε θέματα Halal, από την Ιαπωνική Ένωση Halal (Japan Halal Association/JHA) σεβόμενο τις ιδιαίτερες επιταγές των μουσουλμάνων τουριστών αναφορικά με την προσευχή, τις διατροφικές συνήθειες και εν γένει την ικανοποίηση των θρησκευτικών τους καθηκόντων.



Welcome To Japan - Brothers And Sisters !



Διαφημιστική αφίσα του Miyako International Tourist Co. Ltd για Halal διακοπές

Reliable Halal Food



Secure Prayer Places



Φωτογραφίες από παράθεση halal γεύματος και κατά την προσευχή

Στο Ηνωμένο Βασίλειο έχουν αναπτύξει σημαντική δραστηριότητα στη διοργάνωση πακέτων διακοπών σύμφωνα με το ήθος του Ισλάμ, τα πρακτορεία “Islamic Travels” και “Crescent Tours”.

Αν περιηγηθεί κάποιος στην επίσημη ιστοσελίδα του ``Islamic Travels`` (<http://islamictravels.com/>) θα παρατηρήσει πως το εν λόγω πρακτορείο αποσκοπεί στο να παρακινήσει όλο και περισσότερους μουσουλμάνους στο να ταξιδέψουν ανά τον κόσμο, ειδικότερα ανακαλύπτοντας την μουσουλμανική ιστορία και κληρονομιά μέσα από τα ταξίδια σε Κίνα, Ισπανία, Τουρκία, Αίγυπτο, Κεντρική Ασία, Βοσνία και κατά επέκταση στο όνομα της αλληλεγγύης (Muslim Ummah) να υπάρξουν ευκαιρίες σε επίπεδο επιχειρηματικό και επενδυτικό ,καθώς και πολιτισμικό. Χαρακτηριστικό είναι και το πακέτο διακοπών που προσφέρει το συγκεκριμένο τουριστικό γραφείο με την ονομασία ``Sun, Sea & Halal`` (<http://sunseahalal.com/>) ενθαρρύνοντας τους μουσουλμάνους να απολαύσουν τις halal διακοπές τους σε διάφορα παραλιακά θέρετρα με όλες τις ανέσεις κατά τους καλοκαιρινούς μήνες. Το αδελφό τουριστικό πακέτο του ``Islamic Travels`` για χειμερινές διακοπές ονομάζεται ``Snow, Ski and Salaam`` (<http://islamictravels.com/snow-ski-salam/>) και στοχεύει να παρακινήσει τους μουσουλμάνους να προτιμήσουν τις διακοπές σκι στα βουνά Bjelašnica, Jahorina, Igman της Βοσνίας, καθώς η τελευταία συγκαταλέγεται στους ανερχόμενους κορυφαίους προορισμούς για χειμερινά σπορ. Το εν λόγω τουριστικό πρακτορείο συνεργάζεται με το ``Bosnia Travels`` του οποίου ο επικεφαλής και το προσωπικό απαρτίζεται κατά βάση από μουσουλμάνους που έχουν πολυετή πείρα στην οργάνωση τέτοιου είδους ταξιδίων. Ομοίως κι εδώ, είναι ολοφάνερη η παρότρυνση για προσφορά βοήθειας προς τους Βόσνιους στο όνομα της Muslim Ummah (αλληλεγγύη μουσουλμάνων) .



Εικόνες από διαφήμιση για χειμερινές διακοπές του ``Snow, Ski and Salaam``

Συγκεκριμένα, αν θελήσει κάποιος να αναζητήσει πληροφορίες στο <http://www.crescenttours.co.uk/> σχετικά με το τελευταίο πρακτορείο, θα διαπιστώσει

ότι αυτό φημίζεται από ιδρύσεώς του στο να προσφέρει υψηλής ποιότητας “διακοπές halal” με όλα τα καταλύματα και τις παρεχόμενες υπηρεσίες να συμμορφώνονται απόλυτα με τους κανόνες του Ισλάμ. Στα θέρετρα αυτά δεν σερβίρεται αλκοόλ και διατίθενται για τα δύο φύλα, ξεχωριστές υποδομές χώρων αναψυχής, πισίνας και περιποίησης σπα, ενώ σε όλες τις ιδιωτικές παραλίες των θερέτρων τηρείται ο ισλαμικός κώδικας ενδυμασίας (UK-Halal focus 2011).

Αν αναζητήσει κάποιος χρήστης τις φράσεις «Kosher holidays» και «Kosher vacations» θα του «επιστραφούν» εκατομμύρια αποτελεσμάτων. Σε ό,τι αφορά , λοιπόν ,στα τουριστικά πρακτορεία που απευθύνονται στους πιστούς του εβραϊκού δόγματος, διαμορφώνουν και παρέχουν «ειδικά πακέτα» που τα αποκαλούν «πακέτα διακοπών Kosher». Στοχεύουν σε μεμονωμένους ταξιδιώτες ή γκρουπ, σε επιχειρήσεις εντός Ισραήλ και σε χώρες της αλλοδαπής. Χαρακτηριστικά, σύμφωνα με την επίσημη ιστοσελίδα του τουριστικού πρακτορείου «Kosher Holidays» (<http://www.kosherholidays.net/>) επισημαίνεται ότι στα συνεργαζόμενα με αυτό ξενοδοχεία σερβίρονται τροφές Kosher, υπό την αυστηρή επίβλεψη ραβίνου, ενώ το τουριστικό γραφείο προτείνει ακόμα και κρουαζιέρες kosher, κατά τη διάρκεια των οποίων προσφέρονται γεύματα Kosher με την επίβλεψη ραβίνων. Μία ακόμα καινοτομία του ίδιου γραφείου αποτελεί η προσφορά διακοπών κατά την περίοδο των εβραϊκών ιερών εορτών.

7.2 Ξενοδοχειακές επιχειρήσεις για «halal διακοπές».

Στις μέρες μας πολλά ξενοδοχειακά καταλύματα προβάλλουν «halal διακοπές» για τους πιστούς μουσουλμάνους, όπως το ξενοδοχείο “Les Rosiers” στις Γαλλικές Άλπεις, που προτείνει «halal διακοπές σκι». Το ξενοδοχείο Hilton στη Γλασκώβη, το ξενοδοχείο Intercontinental στην Πράγα και το Currumbin Wildlife Sanctuary στην Αυστραλία παρέχουν γεύματα Halal σε μουσουλμάνους τουρίστες. Αντίστοιχα, σε Ταϊλάνδη και Φιλιππίνες λειτουργούν ξενοδοχειακές μονάδες και επισιτιστικές επιχειρήσεις με γεύματα Halal (Maedeh & Mazhar 2010).

Όπως αναφέρει το περιοδικό Sisters Magazine (2011) οι Τούρκοι ξενοδόχοι προβάλλουν τις παρεχόμενες υπηρεσίες τους δίνοντας έμφαση στο τρίπτυχο «Ήλιος, Θάλασσα, Halal» , όπως φαίνεται ξεκάθαρα και μέσα από την ιστοσελίδα Sun Sea and Halal του Islamic Travels (<http://sunseahalal.com/>), όπου προβάλλει λίστα με

τα ξενοδοχεία και τα spa που υπάρχουν εκεί παρακινώντας τους μουσουλμάνους τουρίστες να αποδράσουν από την καθημερινότητα μεν ,αλλά να απολαύσουν τις halal διακοπές τους με όλες τις παρεχόμενες ανέσεις τηρώντας παράλληλα τα μουσουλμανικά ήθη και τις αρχές.

Ενδεικτικό των διακοπών με παρεχόμενες υπηρεσίες υψηλών προδιαγραφών, είναι το γεγονός πως μπορεί ο κάθε ενδιαφερόμενος να πλοηγηθεί στους ιστότοπους των ξενοδοχείων και να το διαπιστώσει. Πλησίον του Μαρμαρά το πέντε αστέρων και τα δύο τελευταία χρόνια πολυβραβευμένο ξενοδοχείο Angels Peninsula

(<http://www.angelspeninsula.com/>) διαθέτει –ή όπως τονίζει εξασφαλίζει - ξεχωριστούς χώρους ,με πισίνα και με ιδιωτική παραλία, αποκλειστικά για τις γυναίκες, μακριά από τα αδιάκριτα βλέμματα, ενώ παρατίθεται χοροεσπερίδα ειδικά γι'αυτές. Επιπλέον, στις ανέσεις του περιλαμβάνονται και οι ποικίλες δραστηριότητες, αθλητικές και μη, ενώ οι καφετέριες και τα εστιατόρια σερβίρουν ποτά και φαγητά με προδιαγραφές halal.

Στα ίδια επίπεδα πολυτέλειας βρίσκεται και το ξενοδοχείο “Bera Alanya ” (<http://www.bera.com.tr/alanya/ana.php>) στην πόλη Alanya. Διαθέτει ξεχωριστή παραλία για άνδρες, ενώ στην άλλη όπου έχουν πρόσβαση οι οικογένειες, η ειδική για το κολύμπι περιβολή, πρέπει να είναι σεμνή στα πρότυπα του Ισλάμ. Εφεύρεση των τελευταίων ετών ,ώστε να μπορούν οι γυναίκες να απολαμβάνουν το μπάνιο στη θάλασσα ή στην πισίνα αποτελεί το λεγόμενο “burkini” ή “burqini”. Επιπροσθέτως, υπάρχει ξεχωριστή πισίνα για τα δύο φύλα, ενώ τα γεύματα που σερβίρονται εντός ξενοδοχείου είναι halal.

Στην Κωνσταντινούπολη το “Turquhouse Boutique Hotel” (<http://www.turquhouse.com/> του ομίλου “Atalar Companies Group” είναι διάσημο στη μουσουλμανική κοινότητα, καθώς τα προσφερόμενα γεύματα είναι halal, τηρούνται οι ισλαμικοί κανόνες , και μάλιστα στους επισκέπτες διατίθενται χαλάκια προσευχής και σχετικές οδηγίες με την κατεύθυνση της Κίμπλα, δηλαδή προς τα που θα πρέπει να είναι στραμμένος ο πιστός κατά την διάρκεια της Salah (προσευχής).

7.3 Η σφραγίδα της θρησκείας και τα πιστοποιητικά για γεύματα Kosher και Halal σε επιχειρήσεις επισιτισμού.

Ως προς τις επιχειρήσεις επισιτισμού, υπάρχουν οργανώσεις και φορείς που χορηγούν σήματα πιστοποίησης για την παροχή τροφής που επιτάσσουν οι θρησκευτικές πεποιθήσεις των ταξιδιωτών είτε αυτοί ανήκουν στην κοινότητα των Εβραίων είτε στην μουσουλμανική κοινότητα.

7.3.1. Η σφραγίδα της θρησκείας και το σήμα πιστοποίησης για γεύματα Kosher σε επισιτιστικές επιχειρήσεις

Η πιστοποίηση Kosher χαρακτηρίζει 400.000 περίπου προϊόντα που παράγονται από 2.400 επιχειρήσεις σε όλες τις ηπείρους, κατάλληλα για την εβραϊκή διατροφή με κανόνες οι οποίοι έχουν τις ρίζες τους στην Βίβλο και στην εβραϊκή παράδοση. Προϋποθέτει μια σειρά από προϋποθέσεις που καλύπτουν την επιλογή των πρώτων υλών, τον συνδυασμό των συστατικών και τον τρόπο παραγωγής των συγκεκριμένων προϊόντων.

Η πιστοποίηση Kosher είναι ετήσια, πολύμορφη και πολυποίκιλη, ενώ χορηγείται από διαφορετικούς οργανισμούς Kosher, οι οποίοι είναι υπεύθυνοι για τα διάφορα φερόμενα σύμβολα (OK, OU, KF, KLBD κλπ.) καθώς και από Ραβίνους, οι οποίοι την χορηγούν με την πιστοποίηση «επίβλεψης Ραβίνου».

Μια παραγωγική επιχείρηση που παράγει 50 ή 100 διαφορετικά προϊόντα, έχει τη δυνατότητα να επιλέξει αποκλειστικά ένα και μόνο προϊόν, το οποίο θα φέρει την πιστοποίηση, και μάλιστα, το ίδιο εμπορικό σήμα μπορεί να κυκλοφορεί στην αγορά τόσο με πιστοποίηση Kosher για κάποια συγκεκριμένη αγορά όσο και χωρίς την πιστοποίηση, εφόσον διαφοροποιεί τα συστατικά του.

Γενικά, υπάρχουν τέσσερα προκαταρκτικά και βασικά βήματα για την απόκτηση πιστοποίησης Kosher σε ένα προϊόν, που είναι τα κάτωθι:

Το πρώτο βήμα (Βήμα Α) αφορά στην κατάρτιση ενός καταλόγου, με συστατικά που είναι αποδεκτά να χρησιμοποιούνται σε προϊόντα που έχουν την συγκεκριμένη πιστοποίηση. Εάν τα συστατικά κάποιου προϊόντος, του οποίου η επιχείρηση που το παράγει, επιθυμεί να πιστοποιηθεί, αλλά δεν περιλαμβάνονται στα 200.000 συστατικά που είναι ήδη εγκεκριμένα, πρέπει να τροποποιηθούν με την επιλογή κάποιων άλλων που είναι ήδη εγκεκριμένα, ώστε να προχωρήσει η διαδικασία.

Το δεύτερο , γνωστό ως βήμα Β, αφορά στην κατάρτιση ενός καταλόγου, με τις εμπορικές επωνυμίες και τα προϊόντα που πρόκειται να πιστοποιηθούν. Στον εν λόγω κατάλογο προσδιορίζεται, εάν ένα προϊόν θα έχει ένα απλό σύμβολο (που δηλώνει ότι είναι pareve , δηλαδή δεν περιέχει συστατικά κρέατος ή γάλακτος), ένα «D» (που χαρακτηρίζει τα γαλακτοκομικά προϊόντα), ή ένα «P» (που δηλώνει κατανάλωση ή χρήση για το Πάσχα και καθ' όλη τη διάρκεια του έτους).

Ως βήμα Γ αποτελεί η πιθανή καθιέρωση ειδικών οδηγιών που συνδέονται με την χρήση του μηχανολογικού εξοπλισμού, ο οποίος παράγει τόσο προϊόντα πιστοποιημένα με Kosher όσο και προϊόντα που δεν φέρουν το σήμα πιστοποίησης ή παράγει συγχρόνως γαλακτοκομικά προϊόντα (σήμα “D”) και προϊόντα που δεν περιέχουν συστατικά κρέατος ή γάλακτος (pareve). Οι οδηγίες αυτές πιθανώς να περιέχουν απαιτήσεις για τον πλήρη διαχωρισμό των γραμμών παραγωγής, ανάλογα με τα παραγόμενα προϊόντα.

Προχωρώντας στο τέταρτο και τελευταίο βήμα βρίσκονται η αντιπροσώπευση της πιστοποίησης από Ραβίνο και εκχώρηση πεδίου περιοδικών ελέγχων, με επί τόπου εξέταση του πιστοποιημένου χώρου παραγωγής ανά τακτά χρονικά διαστήματα, προκειμένου να επιβεβαιωθεί η πλήρης εφαρμογή των βημάτων Α και Β, καθώς και η συμμόρφωση με τυχόν απαιτήσεις οδηγιών. Ο Ραβίνος – συντονιστής χειρίζεται την συγκεκριμένη αίτηση πιστοποίησης και είναι εξουσιοδοτημένος στο να απαντάει σε ερωτήσεις και απορίες, καθώς και να διαδραματίζει έναν καθοδηγητικό ρόλο καθ' όλη την διάρκεια της πιστοποίησης.

Η χρέωση των υπηρεσιών σχετικά με το απαιτούμενο σήμα πιστοποίησης Kosher στις διάφορες επιχειρήσεις, οι οποίες επιθυμούν να πιστοποιήσουν ένα ή και περισσότερα προϊόντα τους, καθορίζεται κατά περίπτωση. Δηλαδή, δεν υπάρχει ένας προκαθορισμένος τιμοκατάλογος, αλλά κάθε αίτημα αξιολογείται ξεχωριστά και επιβάλλεται μια χρέωση που είναι διαπραγματεύσιμη μεταξύ της ενδιαφερόμενης επιχείρησης και του συντονιστή-Ραβίνου.

Αναφορικά με τις τροφές Kosher, ενδεικτική είναι η δράση που έχει αναπτύξει η Ορθόδοξη Ένωση Εβραίων στις ΗΠΑ (Union of Orthodox Jewish Congregations of America), ως μια από τις παλαιότερες εβραϊκές οργανώσεις στην Αμερική. Ο ρόλος της είναι να ελέγχει και να χορηγεί πιστοποιητικά σε επιχειρήσεις που παρέχουν Kosher τροφές (Wan Hassan & Hall 2009).

Χαρακτηριστικό είναι ,επίσης, και το παράδειγμα του οργανισμού παγκόσμιας πιστοποίησης Kosher KLBD <http://www.klbdkosher.org>

που δραστηριοποιείται σε έξι ηπείρους. Πιστοποιεί πληθώρα πολυεθνικών επιχειρήσεων επεξεργασίας τροφίμων και πλαστικών υλών, προσφέροντας υπηρεσίες παγκόσμιας πιστοποίησης kosher, με επαγγελματικό τρόπο, όπως πληροφορεί τον αναγνώστη στην επίσημη ιστοσελίδα του.

Ενδεικτικό είναι το γεγονός πως το προσωπικό του οργανισμού εκτός των άλλων αποτελείται από ραβίνους, τεχνολόγους τροφίμων και χημικούς τροφίμων που εργάζονται ως συνεργάτες πιστοποίησης των ενδιαφερομένων επιχειρήσεων και μαζί με τους αντιπροσώπους και τους πράκτορες του δρά σε 60 χώρες ανά τον κόσμο. Η KLBD πιστοποίηση Kosher, είναι επίσης γνωστή ως Τμήμα Kashrut του Beth Din στο Λονδίνο

(<http://koshercertification.org.uk/?gclid=CNf8zrP-vr4CFSMUwwodUVoAjA>)

και δηλώνει με υπερηφάνεια πως αποτελεί ηγετική δύναμη στην πιστοποίηση kosher για περισσότερο από έναν αιώνα.



Σήμα του Worldwide Kosher Certification



Σήμα του τμήματος Kashrut του Worldwide Kosher Certification
KLBD-M.Βρετανία

Ενώ η IKosher (<http://www.1kosher.org/Welcome.html>) είναι ένας οργανισμός εποπτείας και πιστοποίησης στα πρότυπα της βιομηχανίας Kashrus. Έχει την έδρα του στις Βρυξέλλες και τελεί υπό την αιγίδα της Maayan Hay Community, ενώ δραστηριοποιείται στην Ευρώπη με ένα αναγνωρισμένο δίκτυο άνω των 100 εταιρειών πιστοποίησης Kosher που ολοένα και αυξάνεται. Διευθύνει τον εν λόγω οργανισμό ο M. Hadad, Γενικός Ραββίνος της Ορθόδοξης Κοινότητας των Βρυξελλών, ο οποίος είναι γνώστης της διαδικασίας πιστοποίησης Kosher και έχει εξειδικευθεί στην τεχνολογία και παραγωγή τροφίμων, ενώ πλαισιώνεται από επαγγελματίες και ειδικούς στην βιομηχανία τροφίμων Kosher. Το τμήμα της Maayan Hay που είναι υπεύθυνο για την εποπτεία Kosher είναι αναγνωρισμένο από τον Ανώτερο Ραββίνο του Ισραήλ και αποτελεί έναν από τους σημαντικότερους Kashrut οργανισμούς σε όλο τον κόσμο. Στόχος του οργανισμού είναι το να βοηθήσει τόσο τους επαγγελματίες της βιομηχανίας τροφίμων όσο και όσους ασχολούνται με τους

τομείς επισιτισμού να διευρύνουν το δίκτυο των πωλήσεων τους σε όλες τις αγορές παγκοσμίως.



Σήμα πιστοποίησης της 1 Kosher

<http://www.jewishtraveladvisor.com/kosher-restaurant-list.php?ac=New%20York%20city>

7.3.2 Οι θρησκευτικές επιταγές και το σήμα πιστοποίησης για γεύματα Halal σε επιχειρήσεις επισιτισμού

Όπως τα τρόφιμα Kosher απευθύνονται σε Εβραίους, ομοίως και για την κοινότητα των μουσουλμάνων υπάρχει οργανωμένο δίκτυο φορέων και οργανισμών για την πιστοποίηση τροφίμων ως Halal. Κατά την διαδικασία της πιστοποίησης ελέγχονται κυρίως συνταγές και συστατικά των υποψήφιων τροφίμων. Και εν συνέχεια ελέγχονται εγκαταστάσεις, πρακτικές προσωπικού και σύστημα διαχείρισης κατά το μουσουλμανικό Halal. Το μέγεθος της παγκόσμιας αγοράς Halal προϊόντων διατροφής υπολογίζεται πάνω από 350 δισεκατομμύρια ευρώ. Η αντίστοιχη ευρωπαϊκή αγορά υπολογίζεται σε ύψος άνω των 15 δισεκατομμυρίων ευρώ. Στην Ευρώπη σήμερα ζουν επισήμως περισσότεροι από 50 εκατομμύρια μουσουλμάνοι, ενώ αξίζει να σημειωθεί πως ο ρυθμός αύξησης του πληθυσμού τους ξεπερνά το 140% την τελευταία δεκαετία. Οι ευρωπαίοι μουσουλμάνοι αναζητούν ολοένα και περισσότερο προϊόντα διατροφής υψηλής ποιότητας και σύγχρονου γαστρονομικού προφίλ με παράλληλη κάλυψη των διατροφικών επιταγών της θρησκείας τους. Το παραπάνω φαινόμενο είναι αξιοσημείωτο στο Ηνωμένο Βασίλειο, τη Γαλλία, τη Γερμανία και τις Σκανδιναβικές χώρες. Ήδη η πώληση ειδών Halal από μικρά εθνικά μαγαζιά μεταφέρεται διεθνώς στις πιο μεγάλες δομές λιανεμπορίου (Auchan, Carrefour, Casino, Intermarchi, Leclerc, Monoprix, Metro, κ.ά.) και αλυσίδων εστιατορίων (McDonalds, KFC, Pizza Hut, Subway, κ.ά.)

[\[http://www.advent.com.gr/page48.html\]](http://www.advent.com.gr/page48.html)

Στην περίπτωση των γευμάτων Halal, το Muslim Consumer Group (MCG) <http://www.muslimconsumergroup.com/> αποτελεί έναν μη κερδοσκοπικό φορέα που αποκλειστικός σκοπός του είναι η εκπαίδευση των μουσουλμάνων προς την αναζήτηση και αναγνώριση των τροφίμων Halal και για την επίτευξη αυτού του στόχου παρέχεται και σχετικό πιστοποιητικό. Στην ιστοσελίδα παρατίθεται λίστα εστιατορίων και αλυσίδων εστιατορίων που λειτουργούν ανά τον κόσμο, όπως Pizza Hut, Wendy's, KFC, Burger King, Starbucks, κ.λπ., όπου επισημαίνεται με διακριτά χρώματα ο βαθμός ανταπόκρισης των προσφερόμενων αγαθών τους στις προδιαγραφές του Halal. Η επισκεψιμότητα της ιστοσελίδας του εν λόγω οργανισμού ξεπερνάει τις 500.000 μουσουλμάνους μηνιαίως, με τους επισκέπτες της να προέρχονται από περισσότερες από 90 χώρες (Muslim Consumer Group 2013).



Τα σήματα πιστοποίησης του Muslim Consumer Group (MCG)

Ο κρατικός φορέας τουρισμού της Ταϊλάνδης συγκρότησε ειδικό φορέα πιστοποίησης των Halal τροφίμων στοχεύοντας στην μουσουλμανική τουριστική αγορά, ο οποίος χορηγεί αντίστοιχα πιστοποιητικά σε επισιτιστικές επιχειρήσεις που σερβίρουν φαγητά που ανταποκρίνονται στις απαιτούμενες μουσουλμανικές προδιαγραφές. Στα πρότυπα των παραπάνω και ο κρατικός φορέας τουρισμού της Νέας Ζηλανδίας που πήρε την πρωτοβουλία προώθησης της χώρας ως τουριστικό προορισμό για τις αγορές των μουσουλμανικών χωρών της Μέσης Ανατολής (Wan Hassan & Awang 2009). Άρα, στα εστιατόρια της Ν. Ζηλανδίας παρέχεται Halal φαγητό για μουσουλμάνους τουρίστες και αυτό το ζήτημα προβάλλεται στην διαφημιστική εκστρατεία της χώρας.

Άλλες εταιρείες που δραστηριοποιούνται παγκοσμίως στην πιστοποίηση τροφίμων και προϊόντων Halal είναι οι Majelis Ulama Indonesia (MUI) στην Ινδονησία, η Sai Global στην Αυστραλία.

Στη χώρα μας η εταιρεία AG ADVENT (<http://www.advent.com.gr/page48.aspx>) μπορεί να αναλάβει την προετοιμασία για την πιστοποίηση καλλυντικών που έχουν ήδη την βάση για την ανάπτυξη συστήματος διασφάλισης Halal (χαλάλ), ενώ έχει ήδη αναπτυχθεί σειρά προτύπων για την πιστοποίηση Halal σε τρόφιμα με την

υποστήριξη της εταιρείας όχι μόνο σε επίπεδο εφαρμογή τους, αλλά και στην επιλογή του καταλληλότερου προτύπου πιστοποίησης ανάλογα με τις απαιτήσεις των ενδιαφερομένων (π.χ. χώρα εξαγωγής, είδος τροφίμου, κτλ).



Σήματα πιστοποίησης Halal και Kosher προϊόντων

Οι θρησκευτικές πιστοποιήσεις διαθέτουν μια ιδιαίτερα ενδιαφέρουσα εμπορική πλευρά που δεν πρέπει να αγνοηθεί. Μπορεί ο πυρήνας τους να αποτελείται από καταναλωτές συγκεκριμένων θρησκειών με μουσουλμανικό και εβραϊκό μανδύα, ωστόσο είναι βέβαιο πως επεκτείνεται και πολύ πέρα από αυτόν.

7.4 Οι αεροπορικές εταιρείες και οι διατροφικές συνήθειες των πιστών

Αεροπορικές εταιρείες, όπως η Alitalia (<http://www.alitalia.com/>), η Finnair (<http://www.finnair.com/INT/GB/home-page>), οι Philippine Airlines (<http://www1.philippineairlines.com/>) κι άλλες που έχουν έδρα και δραστηριοποιούνται σε ευρωπαϊκό και διεθνές επίπεδο είναι πλήρως εναρμονισμένες με τα θρησκευτικά πιστεύω των επιβαινόντων και γενικά με τις απαιτήσεις και τις ανάγκες τους. Ειδικότερα, υπάρχουν γεύματα Halal, Kosher, Hindu και χορτοφαγικού χαρακτήρα, που σερβίρονται σε άτομα που ακολουθούν δίαιτα ειδικών προδιαγραφών κ.λπ. Αν πλοηγηθεί κάποιος 21σε ιστοσελίδες αεροπορικών εταιρειών που εκτελούν πτήσεις σε προορισμούς εξωτερικού θα διαπιστώσει ότι όλες σχεδόν προσφέρουν στις πτήσεις τους γεύματα που συνάδουν στις θρησκευτικές ανάγκες και απαιτήσεις των ταξιδιωτών. Οι αεροπορικές εταιρείες αναφέρονται ρητά σε religious meals και συγκεκριμένα δίνουν έμφαση σε γεύματα τύπου Kosher, Halal και Hindu, ενώ οι υπόλοιπες γενικά σε «ειδικά γεύματα». Σε κάποιες εξ αυτών των εταιρειών (λ.χ. Alitalia, Finnair, Philippines Airlines) δεν υφίσταται αυστηρή διάκριση σε κατηγορίες γευμάτων με τον όρο religious meals, εφόσον σε αυτά περιλαμβάνονται και τα χορτοφαγικά γεύματα τύπου Hindu.

Επιπροσθέτως, είναι χαρακτηριστικό ότι αεροπορικές εταιρείες αραβικών ή μουσουλμανικών κρατών, όπως οι Saudi Arabian Airlines, Qatar Airways, Etihad Airways κ.ά, δεν εντάσσουν σε καμία κατηγορία τα Halal γεύματα, όπως religious meals ή special meals, εφόσον αυτός είναι ο συνηθέστερος τρόπος για την προετοιμασία τους.

Η αεροπορική εταιρεία El Al - Israel Airlines Ltd (El Al), είναι ο εθνικός αερομεταφορέας του Ισραήλ. Από την εναρκτήρια πτήση της η αεροπορική εταιρεία El Al Israel Airlines από τη Γενεύη στο Τελ Αβίβ το 1948, έχει αναπτυχθεί και διαθέτει πτήσεις προς προορισμούς, εγχώριους και διεθνείς, επιβατικές και εμπορικές πτήσεις προς την Ευρώπη, Βόρεια Αμερική, Αφρική, την Εγγύς και Άπω Ανατολή την Ben Gurion International Airport που αποτελεί την κύρια βάση της. Η El Al Israel Airlines προσφέρει εν πτήση μόνο kosher γεύματα και άλλα που τα εντάσσει στα ``special meals``, ενώ δεν μεταφέρει επιβάτες το εβραϊκό Σάββατο και τις θρησκευτικές γιορτές.



Αεροπορικό γεύμα kosher



``Mazonot bread`` -μέρος αεροπορικού γεύματος

Στον ιστότοπο της DELTA AIRLINES υπάρχει ξεχωριστή σελίδα που πληροφορεί όσους ταξιδιώτες ανήκουν σε ειδικές κατηγορίες επιβατών και επιθυμούν γεύματα Kosher, Hindu και Japanese meals να ενημερώσουν την εταιρεία δύο 24ωρα πριν την πτήση (http://www.delta.com/components/popups/menus/special_meals.jsp).



Γεύμα Kosher της DELTA AIRLINES

Η Etihad Airways (<http://www.etihad.com/en-gr/>) με έδρα το Abu Dhabi αποτελεί τον εθνικό αερομεταφορέα των Ηνωμένων Αραβικών Εμιράτων και έχει καθιερωθεί ως ηγέτιδα δύναμη με πτήσεις ανά τον κόσμο. Στην επίσημη ιστοσελίδα ενημερώνει τους επιβάτες με θρησκευτικές ιδιαιτερότητες και προτιμήσεις για τα προσφερόμενα γεύματα, και μάλιστα, με λεπτομερείς αναφορές (<http://www.etihad.com/en-us/experience-etihad/on-board/fine-dining/special-meals/>) τονίζοντας πως τα γεύματα halal δεν εντάσσονται στην κατηγορία των ``special meals``, όπως τα υπόλοιπα, εφόσον όλα τα γεύματα είναι halal και άρα κατάλληλα προς κατανάλωση από τους Μουσουλμάνους.



Ειδικό γεύμα της Etihad Airways

Meals for religious needs

MOML on Etihad flights need not be specially requested as all meals are Halal and therefore suitable for Muslims.

Detailed description of meals	
AVML: ASIAN VEGETARIAN MEAL	Contains all types of vegetable, fresh fruit and milk products, and is generally prepared according to subcontinent taste i.e. mildly spicy to spicy. Usually ordered by people from the subcontinent. Does not contain any type of meat, fish or eggs, and is not a Hindu meal.
HNML: HINDU MEAL (NON-VEG)	Contains meat (lamb or chicken), fish, eggs and dairy products, and is prepared according to subcontinent taste i.e. mildly spicy to spicy. Usually ordered by members of the Hindu community. Does not contain any beef.
VGML: VEGETARIAN MEAL	Contains all types of vegetables and fresh fruit. Usually (Vegan) ordered by any person who is vegetarian. Does not contain any meat, fish or animal by-products e.g. animal fat in biscuits etc.
VLML - LACTO-OVO VEGETARIAN MEAL	VLMLs will be served to people who do not eat meat, but who do eat dairy products (lacto) and eggs (ovo). VLMLs do not contain any meat or meat products of any type, or any fish, poultry or products with lard or gelatine.
DBML - DIABETIC MEAL	Contain low-fat milk, butter, plain yoghurt, lean meats, boiled or pureed potatoes, vegetables and fresh fruit. Ordered by people suffering from diabetes (low insulin levels), DBMLs do not contain any kind of sugar. Only certain permitted sugar substitutes are used.
GFML - GLUTEN FREE MEAL	Gluten-free meals are available for guests who need to limit their intake of gluten (or gliadin, a protein fraction of gluten), a substance found in wheat, barley, rye and oats. Gluten-intolerant guests usually suffer from a condition known as Coeliac disease.

	<p>This condition is caused when the lining of the intestine is damaged by gluten and the body will not absorb food properly. Many packaged and convenience foods contain modified food starches that contain gluten and should be avoided. Therefore, there is no guarantee that meals will be absolutely gluten-free. A rice cracker can be served instead of bread.</p> <p>Items which are usually allowed on a gluten-free diet are: meat, poultry, fresh fish, rice, fresh fruits and vegetables, corn, salt and pepper, herbs and spices, potatoes, aged cheese, eggs, dairy products, sugars and preserves, margarine, tapioca, vegetable oils, yoghurt, chocolate, and dried beans and peas.</p> <p>Items which are usually prohibited on a gluten-free diet include: wheat and wheat flour, barley, oats and rye, sauces, bread, cakes and biscuits, pastry, soups, sausages and sausage meats, pasta, gravy mixes and stock cubes.</p>
LCML - LOW-CALORIE MEAL	Contains food with plenty of roughage and with less fats and carbohydrates. Ordered by people on restricted or low-calorie diets. Does not contain sugar, cream, sauces, mayonnaise or fatty meats.
LFML - LOW FAT / LOW CHOLESTEROL MEAL	Contains food such as margarine, cottage cheese, egg white, boiled rice, potatoes, lean meats, fish, wholegrain bread, cereals and fresh fruit. Ordered by people who need to reduce their fat intake. Does not contain milk, cream, fat, cheese, egg yolk or fatty meats.
NLML - NON-LACTOSE MEAL	Contains food such as salads, roughage, pasta, rice, fish or meat. Ordered by people who are allergic or intolerant to milk or milk products, or people who have low lactose levels in their bodies. Does not contain milk and milk products, sauces, soft rolls, croissants or chocolate.
BLML - BLAND MEAL	Contains mostly soft food that is easily digestible and without spice. Foods recommended are mashed potatoes, spinach, soft boiled eggs, boiled meats, toast and dairy products. Does not contain baked, fried or spicy foods, onion or garlic.
FPML - FRUIT PLATTER	Contains seasonal fresh fruits. Ordered by people for dietary reasons or while fasting.
RVML - RAW VEGETABLE MEAL	Contains mainly raw vegetables and salads.
SFML - SEAFOOD MEAL	Contains food which includes all types of fish or shellfish. Ordered by people who prefer seafood. Does not contain meat products.
CHML - CHILD MEAL (NON - VEG)	Contains food desired by children, such as burgers, fish fingers, chicken nuggets, french fries, crisps, pizza and chocolate. Ordered for children between the ages of two and twelve. Does not have any restrictions.
BBML - BABY MEAL	Proprietary brands of baby meals are available on board Etihad Airways flights. Parents are advised to carry baby foods familiar to and preferred by their babies. Milk or baby meals can be heated on board.
KSML - KOSHER MEAL	<p>Kosher is a Biblical directive specifying laws permitting certain food items and ways of preparing them. Kosher Meals can contain meat from animals that have split hooves and chew the cud, or species of fish that have both fins and scales. It also can contain all types of fruit and vegetables, except ones which are prone to infestation.</p> <p>The Kosher Meal is certified in the kosher kitchen and double sealed after packing. Double sealing ensures that when a kosher meal is reheated alongside a non-kosher meal in an aircraft oven, the vapors and the odours do not penetrate into kosher meals during the heating process.</p>
VOML-VEGETERIAN ORIENTAL MEAL	Mainly for oriental vegetarians. Contains vegetarian food (fruits and vegetables) prepared in Chinese style. Does not contain meat, fish, eggs, dairy products.
VJML-VEGETERIAN JAIN MEAL	Contains non-root vegetables only. The meal is prepared Asian style, usually ordered by a section of the Indian community who are strict vegetarians. Does not contain any root vegetables like

onions, ginger, garlic, potatoes, carrots or animal/animal by products.

Πίνακας με τα συστατικά των ``ειδικών γευμάτων`` της Etihad Airways

Η Qatar Airways (<http://www.qatarairways.com/global/en/homepage.page>) μέσα σε πολύ λίγο χρονικό διάστημα από την ίδρυσή της το 1997, έχει πτήσεις σε περισσότερους από 120 προορισμούς παγκοσμίως, προσφέροντας ένα ασύγκριτο επίπεδο ποιότητας υπηρεσιών, το οποίο συνέβαλε στο να ψηφιστεί με αξιολόγηση 5 αστέρων ως η Καλύτερη Αεροπορική Εταιρεία της Χρονιάς για το 2011 και το 2012 από τον αναγνωρισμένο ελεγκτικό φορέα Skytrax. Παράλληλα, κέρδισε την εμπιστοσύνη του ταξιδιωτικού κοινού ,και δη, όσων ανήκουν στις θρησκευτικές ομάδες με ιδιαίτερες διατροφικές προτιμήσεις (Εβραϊούς, Μουσουλμάνους, Hindu, κά).

Ομοίως με την Etihad Airways, η Qatar Airways υπογραμμίζει στην επίσημη σελίδα της πως τα γεύματα halal δεν εντάσσονται στην κατηγορία των ``special meals``, όπως τα υπόλοιπα, εφόσον όλα τα γεύματα είναι με halal προδιαγραφές και επομένως κατάλληλα προς κατανάλωση από τους Μουσουλμάνους (<http://www.qatarairways.com/global/en/special-dietary-requirements.page>).

Catering for every dietary need	
Special meal type	Description
Baby Meal (BBML)	Prepackaged baby foods
Bland meal (BLML)	Free of mustard, pickles, garlic, nuts, fried and fatty foods
Children's meal (CHML)	Only contains foods appropriate for children
Diabetic meal (DBML)	Free of sugar, syrup, jams, cakes, chocolates, sweets, pudding, fried and fatty foods
Fruit platter meal (FPML)	Free of non-fruit items
Gluten-free meal (GFML)	Free of wheat and wheat flour, barley, oat- and rye-based sauces, breads, cakes, pastas, biscuits, pastries, soups, sausages, farinaceous, prods, gravy and stock

Catering for every dietary need

	cubes
Hindu meal (HNML)	Free of beef, veal, beef sauces and meat extracts
Kosher meal (KSML)	Food chosen, prepared and serviced in accordance with Jewish dietary principles
Low-calorie meal (LCML)	Free of fried and fatty foods, sugar, preserves, pates, full-cream dairy products, fatty meat, cakes, biscuits, sweets, puddings, alcohol, soft drinks, fruit in syrup, mayonnaise and salad dressing
Low-cholesterol meal (LFML)	Free of fried and fatty foods, animal fats, egg yolks, full-cream dairy products, pates, shellfish, cream cheese, fatty meat, nuts and sausages
Low-lactose meal (NLML)	Free of milk, yoghurt, cheese, ice cream, sherbet, pudding any dairy products
Low-salt/sodium meal (LSML)	Free of salt, garlic salt, MSG, baking powder, salt-cured meats/fish or sausages, salad cream, instant potato mix, gravies, canned vegetables, canned fish, canned pickles, shellfish, cheese and meat
Medical meal	Supplied as per specific medical request only
Vegetarian-Asian/Indian meal (AVML)	Free of meat, poultry, fish and shellfish
Vegetarian-Jain meal (VJML)	Free of meat, poultry, fish, seafood, eggs, dairy products, root and bulbous vegetables. Vegetarian food prepared Indian-style according to Jain customs
Vegetarian- Lacto-ovo meal (VLML)	Free of meat, poultry, fish and shellfish
Vegetarian-non-dairy meal (VGML)	Free of meat, poultry, fish, milk-dairy products, cheese, eggs and honey
Vegetarian-oriental meal (VOML)	Free of meat, poultry, fish, seafood, eggs and dairy products
Vegetarian-raw meal (RVML)	Free of caffeinated beverages, highly processed foods, additives and preservatives (Combination of raw fruit and vegetables)

Πίνακας ``ειδικών γευμάτων`` της Qatar Airways

Η ιταλική αεροπορική εταιρεία Alitalia στην επίσημη ιστοσελίδα της και στην κατηγορία των ``ειδικών μενού`` ενημερώνει μέσω ενός καταλόγου τους επιβάτες με θρησκευτικούς περιορισμούς για τα λεγόμενα ``θρησκευτικά γεύματα``, όπως Asian vegetarian, Kosher, Muslim (halal) και Hindu και με σαφή αναφορά στα συστατικά των τροφών και στις απαιτούμενες πιστοποιήσεις-εγγυήσεις.



Ειδικό μενού της ALITALIA

RELIGIOUS MEALS	
Asian vegetarian	contains vegetable products, using spices and flavourings of a predominantly Asian origin. Does not contain beef or veal.
Kosher*	meals prepared in compliance with Jewish dietary laws, under the supervision of a Rabbi. Excludes pork, shellfish and scaleless fish.
Muslim	a selection of meals free from pork, game and alcohol. All the proteins are covered by a Halal guarantee.
Hindu	a selection of meals prepared and seasoned in the Indian fashion, free from pork, beef and veal. May include fish, milk and dairy products.

Κατάλογος των θρησκευτικών μενού της ALITALIA

Η Lufthansa (http://www.lufthansa.com/online/portal/lh_com/de/homepage) αποτελεί την σημαντικότερη γερμανική αεροπορική εταιρεία με πληθώρα πτήσεων παγκοσμίως, όπου μέσω του επίσημου ιστότοπου της πληροφορείται ο κάθε ενδιαφερόμενος στην κατηγορία ``special meals`` των F&B <http://www.lufthansa.com/gr/en/Special-meals> πως ο κάθε ταξιδιώτης έχει τη δυνατότητα επιλογής μέσα από 17 διαφορετικά γεύματα διατητικά, χορτοφαγικού χαρακτήρα και για μέλη ορισμένων θρησκευτικών κοινοτήτων με σαφή αναφορά σε εβραίους και μουσουλμάνους. Τα μεν γεύματα kosher παρασκευάζονται υπό την επίβλεψη ραββίνου, ενώ τα halal όντας πιστοποιημένα δεν περιέχουν κρέας χοιρινό και ελαφιού, καθώς και αλκοόλ.

Dietary meals

Name	Explanation
Diabetic diet	No sugar, little fat, no battered or breaded products, no alcohol
Gluten free food	When incompatibility to gluten (gluten protein): the usage of gluten free flours
Reduction food	Calorie-reduced meals, rich on dietary fibre, low on fat and carbohydrates
Low cholesterol food	Less than 100 mg cholesterol, no animal fats, no egg yolk
Low sodium food	For cardiovascular and kidney problems: cooking salt free, low fat, non-flatulent, without alcohol
Lactose free food	For lactose or milk incompatibility

Vegetarian and whole food meals

Name	Explanation
Vegetarian meal (Western)	No meat or fish products, without alcohol, no dairy products and eggs
Vegetarian meal (Lacto-Ovo)	Meal without meat (although dairy products and eggs are allowed)
Vegetarian asian meal (Indian)	Meal without meat prepared and spiced Indian style
Vegetarian meal (Oriental)	Meal without meat or fish, prepared and spiced in an oriental style Please order this menu via the Lufthansa Service Centre only.
Fruit meal	Meal made with fruit (raw and fresh fruit, without meat)
Light whole food	Light diet for the stomach, bowel, liver, gall
Meal without fish	Contains no seafood, mussels or similar products

Meals for members of certain religions

Name	Explanation
Kosher meal	Strictly kosher food prepared under the supervision of a rabbinite
Muslim meal	No use of pork, no venison and no alcohol used. Usage of halal standard certified meat and poultry products exclusively.

Κατάλογος special meals της Lufthansa.

Στα ίδια πρότυπα και οι επιτυχημένες αεροπορικές εταιρείες με διεθνείς κι εγχώριες πτήσεις σε όλο τον κόσμο , British Airways (<http://www.britishairways.com/en-gb/information/food-and-drink/special-meals>) και AirFrance

http://www.airfrance.us/US/en/common/guidevoyageur/classeetconfort/repas_special.htm) που εδρεύουν σε Ηνωμένο Βασίλειο και Γαλλία. Στους οικείους ιστότοπους ο ενδιαφερόμενος επιβάτης ενημερώνεται σχετικά με τον τρόπο κράτησης των special meals γνωστοποιώντας, παράλληλα, στην εταιρεία πως ανήκει στις θρησκευτικές κοινότητες με ιδιαίτερες διατροφικές συνήθειες 48 ώρες πριν την αναχώρηση της πτήσης.

Types of special meal

Type of meal	Description	Important information
Lacto Ovo vegetarian	Does not contain: meat, fish or seafood. May contain dairy products such as milk, butter, cheese and eggs.	
Vegan vegetarian	Does not contain: meat, fish, fowl, eggs, honey, dairy products or derivatives.	If you do not specify vegan we will provide a lacto ovo meal.
Asian vegetarian	Does not contain: fish, shellfish, meat, poultry or eggs. A meat free, spicy meal.	
Hindu	Does not contain: beef, beef derivatives, veal or pork.	
Muslim	Does not contain: pork, by-products of pork or foodstuffs containing alcohol. All meats come from ritually slaughtered animals.	Muslim meals may not be available on some European flights.
Jain meal	Jain meals are strict vegetarian, prepared to an Indian style, and does not contain onion, potato, garlic or root vegetables.	Jain meals are not available: from Athens from the Caribbean (except Bermuda and Providenciales) on flights operated by OpenSkies
Kosher	These meals are prepared to comply with Jewish dietary laws.	Available on: longhaul routes except travelling from: Baku, the Caribbean (except Bermuda and Providenciales), Chengdu, Colombo, Entebbe, Hyderabad, Malé, Mauritius, Middle East, and Nairobi to London. shorthaul routes in Club Europe except travelling

from: Bucharest, Istanbul, Sofia, Tbilisi, St. Petersburg and Milan Linate to London.

shorthaul routes in Euro Traveller if you fly from London to: Bucharest, Istanbul, Sofia, St. Petersburg and to/from Athens, Kiev and Larnaca.

Κατάλογος με τους τύπους special meals της British Airways

Meal type

Indian vegetarian (with dairy, no eggs)

This strictly vegetarian meal does not include meat, eggs or seafood. These Indian recipes based on sautéed vegetables may be spicy.

Vegan (no dairy or eggs)

This vegetarian meal does not include meat, seafood, eggs or milk products. It is mainly composed of vegetables, fruit and cereal grains.

Ovo-lacto vegetarian

This meal does not contain meat or seafood. It is composed of vegetables, cereal grains, milk products, eggs and fruit.

Hindu

This Indian non-vegetarian meal does not contain beef or pork. Recipes are created from poultry, lamb, fish and eggs.

Halal

This meal does not contain pork, pork by-products, beverages with alcohol or food prepared using alcohol. All meats originate from ritually slaughtered animals.

Kosher

This meal is prepared according to Jewish regulations, under the supervision of a rabbi.

Κατάλογος με τους τύπους special meals της AirFrance

Η Aegean Airlines αποτελεί μία από τις σημαντικότερες ελληνικές αεροπορικές εταιρείες με εγχώριες και διεθνείς πτήσεις. Βραβεύτηκε ως η Καλύτερη Περιφερειακή Αεροπορική Εταιρεία της Ευρώπης για το 2013. Μέσω της επίσημης ιστοσελίδας της και στην κατηγορία ``ειδικά γεύματα`` πληροφορεί τους επιβάτες με ειδικές διαιτητικές προτιμήσεις και επιθυμίες που πρόκειται να ταξιδέψουν σε πτήσεις του εξωτερικού πως έχουν την δυνατότητα ενός δωρεάν γεύματος της επιλογής τους (meal selection) , ανάλογα με τις θρησκευτικές τους πεποιθήσεις ή τις διατροφικές τους ανάγκες και την κατάσταση της υγείας τους από τον κατάλογο που προβάλλει . Είναι εφικτή ,εφόσον δηλωθεί έως και 24 ώρες πριν την ημερομηνία αναχώρησης.

Γεύμα	Περιγραφή
Γεύμα για διαβητικούς	Γεύμα πλούσιο σε σύνθετους υδατάνθρακες και φυτικές ίνες, χαμηλό σε λιπαρά και με ελάχιστη προσθήκη ζάχαρης.
Πιατέλα φρούτων	Γεύμα που περιλαμβάνει μόνο φρούτα, όπως φρέσκα φρούτα, κομπόστες φρούτων, επιδόρπια φρούτων κ.λπ.
Γεύμα για άτομα με δυσανεξία στη γλουτένη	Γεύμα χωρίς σιτάρι, αλεύρι σκληρού σίτου, σίκαλη, κριθάρι και βρώμη.
Γεύμα κοσέρ (Kosher)	Γεύμα που παρασκευάζεται σύμφωνα με τους εβραϊκούς διαιτητικούς νόμους.
Γεύμα χαμηλών θερμίδων	Γεύμα με υψηλή περιεκτικότητα σε σύνθετους υδατάνθρακες, πλούσιο σε φυτικές ίνες, χαμηλό σε λιπαρά και θερμίδες.
Γεύμα χαμηλής χοληστερόλης/χαμηλών λιπαρών	Γεύμα με χαμηλή περιεκτικότητα σε λιπαρά και χοληστερόλη.
Γεύμα χαμηλών πρωτεϊνών	Γεύμα με χαμηλή περιεκτικότητα σε πρωτεΐνες.
Μουσουλμανικό γεύμα	Γεύμα με χαμηλή περιεκτικότητα σε λιπαρά και χοληστερόλη.
Γεύμα άπω Ανατολής	Γεύμα άπω Ανατολής που παρασκευάζεται συνήθως με κοτόπουλο και θαλασσινά.
Γεύμα θαλασσινών	Γεύμα που παρασκευάζεται με διάφορα ψάρια ή οστρακοειδή.
Χορτοφαγικό γεύμα χωρίς γαλακτοκομικά/αυγά (vegan)	Γεύμα που παρασκευάζεται αποκλειστικά με τρόφιμα φυτικής προέλευσης.
Χορτοφαγικό (Lacto-Ovo) γεύμα	Γεύμα που παρασκευάζεται με αυγά, γαλακτοκομικά προϊόντα και διάφορα τρόφιμα φυτικής προέλευσης.

Κατάλογος ειδικών γευμάτων της Aegean Airlines

Από την παραπάνω περιήγηση στις οικείες ιστοσελίδες των προαναφερόμενων, κι όχι μόνο, αεροπορικών εταιρειών θα μπορούσε να παρατηρήσει κάποιος πως στα πλαίσια των υπηρεσιών υψηλής ποιότητας που επιθυμεί να προσφέρει η κάθε εταιρεία στους επιβάτες, είτε για όσους κάνουν κράτηση σε οικονομική θέση είτε όσοι επιθυμούν τις ανέσεις της Business Class, δεν υπάρχουν διακρίσεις.

Προκειμένου να πληροφορήσουν με ακρίβεια ακόμα και τους πιο απαιτητικούς ταξιδιώτες ,επιδεικνύοντας συνάμα τον προσήκοντα σεβασμό στις ιδιαιτερότητες της θρησκείας και των διατροφικών του προτιμήσεων, τον καθοδηγούν στη συμπλήρωση μίας ειδικής φόρμας ως προς τις επιλογές και προτιμήσεις του.

Όπως μπορεί, επίσης, να διαπιστώσει κάποιος από την ανάγνωση των πινάκων με τους διάφορους τύπους special meals των αεροπορικών εταιρειών συχνά αναγράφονται με λεπτομέρειες τα συστατικά των γευμάτων και ιδιαίτερα όσα είναι απαγορευμένα (μη επιτρεπόμενα).

7.5 Ποια τα οφέλη για τις επιχειρήσεις από την ένταξη των ελληνικών προϊόντων στην εβραϊκή και μουσουλμανική αγορά

Οι «θρησκευτικές πιστοποιήσεις» στην συσκευασία διαφόρων ειδών διατροφής (τροφίμων και ποτών) παρουσιάζουν ολοένα και μεγαλύτερο ενδιαφέρον για την Ελληνική εξαγωγική βιομηχανία και όχι μόνο. Η δυνατότητα ευκολότερης πρόσβασης προς ένα τεράστιο καταναλωτικό κοινό σε ολόκληρο τον κόσμο (και φυσικά εντός Ελλάδος), το οποίο επιλέγει την τροφή ή τα ποτά του είτε με θρησκευτικά κριτήρια, είτε απλά με ποιοτικά κριτήρια χωρίς θρησκευτικό «υπόβαθρο», αποτελεί πλέον ένα δεδομένο που δεν μπορεί να αγνοηθεί.

Δεν αφορά μόνο σε πληθυσμούς των Εβραίων και των Μουσουλμάνων, αλλά και σε απλούς καταναλωτές που δεν έχουν σχέση ούτε με Εβραίους, ούτε με Μουσουλμάνους αλλά αγοράζουν προϊόντα που φέρουν τα σήματα αυτών των «θρησκευτικών» πιστοποιήσεων, επειδή έχουν την πεποίθηση ότι είναι πιο υγιεινά και πιο αγνά (Κουμάκης 2013).

Σε ημερίδα που διοργάνωσε ο Σύνδεσμος Εξαγωγέων Βορείου Ελλάδος (ΣΕΒΕ) ανέδειξε μια σχετικά άγνωστη πτυχή στη μάχη των ελληνικών επιχειρήσεων που προσπαθούν να κερδίζουν έδαφος στις εξαγωγές.

Το θέμα πρέπει να μελετηθεί σε βάθος, καθώς τα τελευταία χρόνια στον μουσουλμανικό κόσμο γίνεται μια προσπάθεια να καταναλώνουν τρόφιμα με πιστοποίηση που υποδεικνύει ότι δεν παραβιάζουν τους κανόνες της θρησκείας, και μάλιστα, αυτήν την πιστοποίηση τη χορηγούν θρησκευτικές αρχές. Κάτι αντίστοιχο ισχύει και στην εβραϊκή θρησκεία.

Υπάρχουν διεθνώς κάπου 160 εταιρείες που ασχολούνται με το θέμα αυτό και την όλη διαδικασία και προετοιμάζουν τα πάντα μέχρι τον τελικό έλεγχο ενός προϊόντος από μουφτή ή ραβίνο που χορηγούν θρησκευτική πιστοποίηση.

Οι μεν μουσουλμάνοι δεν επιτρέπεται να φάνε κυρίως χοιρινό και βέβαια αλκοόλ, ενώ δίδεται σημασία από τους εβραίους στον τρόπο σφαγής των ζώων. Είναι οι τροφές Kosher και Halal. Ομως και τα υπόλοιπα συστατικά ενός διατροφικού προϊόντος πρέπει να πιστοποιούνται, δηλαδή ότι στην όλη διαδικασία παραγωγής δεν χρησιμοποιούνται ανεπιθύμητα στοιχεία, ως υποπροϊόντα. Για τα φρέσκα προϊόντα δεν υπάρχει ανάγκη πιστοποίησης αλλά για τυποποιημένα, όπως οι ελιές και το λάδι που ενδιαφέρουν την Ελλάδα, χρειάζεται θρησκευτική πιστοποίηση.

Σύμφωνα με σχετική έρευνα, το 20% των τροφίμων που πωλούνται σε σουπερμάρκετ των ΗΠΑ είναι πιστοποιημένα με Kosher και μάλιστα, μεγαλώνει ο αριθμός των καταναλωτών που επιλέγουν προϊόντα Kosher ως πιο ποιοτικά, χωρίς να είναι απαραίτητα θρησκευτική τους επιταγή. Αυτό βέβαια σχετίζεται με το ισχυρό εβραϊκό λόμπι που κινεί τα νήματα σε πολλά επίπεδα, πόσω μάλλον σε ό,τι αφορά την διατροφή και τα θρησκευτικά του πιστεύω.

Υπάρχουν 16 εκ. μουσουλμάνων στην Ε.Ε. και παρά την οικονομική κρίση, δεν υπήρξε σημαντική μείωση, εφόσον οι συνολικές αγορές με Halal προϊόντα υπολογίζονται περίπου στα 66 δις. δολάρια, ενώ σε παγκόσμιο επίπεδο τα 635 δις με ετήσια αύξηση 20%.

Οι αυστηροί περιορισμοί δεν ισχύουν, βέβαια, σε όλες τις μουσουλμανικές χώρες, όμως μια ελληνική επιχείρηση, η οποία θέλει να επεκταθεί και να διεισδύσει στην τοπική αγορά και σε αυτή του εξωτερικού, πρέπει να λαμβάνει υπόψιν, πώς θα λειτουργήσει ο καταναλωτής σε επίπεδο αναγκών, πεποιθήσεων και προτιμήσεων, αλλά και σε επίπεδο μάρκετινγκ πώς θα ανταποκριθεί το δίκτυο διανομής (Škerl 2013).

Όπως αναφέρει ο ΣΕΒΕ, η απόκτηση των θρησκευτικών πιστοποιητικών δίνει σημαντικά ανταγωνιστικά οφέλη και συγκριτικά πλεονεκτήματα και προσδίδει υπεραξία στα προϊόντα τους, επιτρέποντας, παράλληλα, την αξιοποίηση νέων ευκαιριών όχι μόνο σε χώρες στις οποίες αναφέρεται το πιστοποιητικό, αλλά και σε χώρες όπου υπάρχουν μεγάλοι πληθυσμοί της κάθε θρησκείας που διέπεται από κάθε μορφής περιορισμούς. Πέραν αυτών των «χαρακτηριστικών» μπορεί να αποτελέσει και παράγοντα ενίσχυσης του τουρισμού από συγκεκριμένες αγορές. Μάλιστα σύμφωνα με σύμβουλο εξαγωγών και πιστοποίησης Kosher, οι επισκέπτες από το Ισραήλ (στην Ελλάδα) ξεπερνούν πλέον τις 400.000 ετησίως και όλοι οι άνθρωποι αυτοί έχουν μεγάλη δυσκολία στο να τραφούν, γιατί δεν υπάρχουν πιστοποιημένα εστιατόρια, προϊόντα κλπ. Υπάρχει μια ζήτηση στην αγορά που όσο βελτιώνεται η εικόνα της χώρας προς τα έξω ότι διαθέτουμε σήματα πιστοποίησης με θρησκευτική σφραγίδα, τόσο θα βελτιώνεται και η θέση της χώρας στο τουριστικό προϊόν.

Οι ελληνικές επιχειρήσεις που μπορούν να ωφεληθούν μπαίνοντας με κάποια προϊόντα τους στην διαδικασία Halal κατηγοριοποιούνται ως εξής:
-επιχειρήσεις τροφίμων που στοχεύουν σε εξαγωγές στην μέση ανατολή, τον αραβικό κόσμο, την Ινδία και άλλες χώρες με μουσουλμανικό πληθυσμό

-επιχειρήσεις τροφίμων που είναι ήδη ενταγμένες σε δυτικές αγορές τροφίμων (Ευρώπη, ΗΠΑ, Καναδάς, Αυστραλία, κτλ) και θέλουν να απευθυνθούν στους εκεί μουσουλμάνους

-επιχειρήσεις μαζικής εστίασης που στοχεύουν να σιτίσουν μουσουλμάνους στο θρήσκευμα πελάτες (ξενοδοχεία, νοσοκομεία, αεροπορικές εταιρίες, ναυτιλιακές εταιρίες, κλπ).

Στην Ελλάδα υπάρχει ένας πολύ δυναμικός αγροδιατροφικός τομέας, ο οποίος έχει την ευκαιρία, πιστοποιούμενος, να αποκτήσει ένα διαβατήριο για εξαγωγές, να μπορέσει να πουλήσει τα προϊόντα του σε μουσουλμανικές ή μη άλλες χώρες, και να δώσει τη δυνατότητα να εμπιστεύονται το προϊόν του οι πληθυσμοί αυτών των χωρών.

Μεγάλο είναι το ενδιαφέρον επιχειρήσεων της Ξάνθης που δραστηριοποιούνται στον κλάδο των τροφίμων για το θέμα των θρησκευτικών πιστοποιήσεων, καθώς εκτιμάται ότι, αυτές θα ενισχύσουν τη θέση τους στις εξαγωγές, ιδίως δε, σε αγορές όπου υπάρχει ζήτηση για τέτοια προϊόντα.

Δεν θα πρέπει να παραλείψει κάποιος την πολιτισμική «ποικιλομορφία» της Ξάνθης και της ευρύτερης περιοχής.

Επίσης, λόγω του ότι υπάρχει μεγάλη εβραϊκή κοινότητα σε Αθήνα και κυρίως στη Θεσσαλονίκη, έχουν ανοίξει εστιατόρια με Kosher φαγητά και παραδοσιακά εβραϊκά μενού (GOSTIJO) που προετοιμάζονται υπό την επίβλεψη του Ραββίνου της Chabad της Αθήνας και Θεσσαλονίκης και είναι πιστοποιημένα από εκείνον.

Στο Πνευματικό Κέντρο της Ισραηλιτικής Κοινότητας Αθηνών μπορεί επίσης να βρει κάθε ενδιαφερόμενος γεύματα Kosher, από τα μέσα Οκτωβρίου ως τα μέσα Ιουνίου. Ενώ, είναι δυνατό να απολαύσει ένα γεύμα στο σπίτι του Ραββίνου κ. Χέντελ, μετά από προηγούμενη συνεννόηση με τη Χαμπάντ της Αθήνας (www.chabad.gr).

Στην περίπτωση των Μουσουλμάνων το σήμα πιστοποίησης έχουν αρχίσει να αναλαμβάνουν και κάποιες εξειδικευμένες εταιρείες στη Διασφάλιση Ποιότητας προϊόντων Halal.

Ως άλλο ένα παράδειγμα αναφέρθηκε και η περίπτωση στη Θεσσαλονίκη όπου δύο ξενοδοχεία το ένα στο κέντρο της πόλης και το δεύτερο στην ανατολική πλευρά της έχουν πιστοποίηση Kosher και έχουν εστιατόρια επί σειρά ετών που διαθέτουν κουζίνα με πιστοποίηση Kosher, προκειμένου να εξυπηρετούν τον συνεχώς

αυξανόμενο εισερχόμενο τουρισμό από το Ισραήλ. Βέβαια, καθώς οι επισκέπτες από το Ισραήλ ολοένα και αυξάνονται, το τοπίο αλλάζει, ενώ και η μουσουλμανική μειονότητα αποτελεί ένα δυναμικό καταναλωτικό κοινό που συμβάλλει τα μέγιστα στην παγκόσμια τουριστική δαπάνη και δεν θα πρέπει ν' αγνοείται (Γεύματα Kosher- <http://www.jewishmuseum.gr/gr/information/restaurants.html>).

Επομένως, οι θρησκευτικές πιστοποιήσεις Halal και Kosher συνδέθηκαν και με την εξαγωγική κατεύθυνση των επιχειρήσεων, αλλά και με την τάση που αποτυπώνεται στις προτιμήσεις των επισκεπτών από άλλες χώρες που υπόκεινται σε διάφορους περιορισμούς, τόσο θρησκευτικούς όσο και διατροφικούς.

8. Συμπεράσματα

Από αρχαιοτάτων χρόνων η παράμετρος της θρησκευτικής πίστης παίζει θεμελιώδη ρόλο στις τουριστικές και διατροφικές προτιμήσεις. Ο ρόλος της πιστοποιείται από οργανισμούς και όσους δραστηριοποιούνται στον τουρισμό σε διεθνές επίπεδο. Ο επισιτιστικός τομέας επιδρά άμεσα στην ικανοποίηση των τουριστών, καθώς διαδραματίζει καταλυτικό ρόλο στην τουριστική βιομηχανία. Οι διατροφικές προτιμήσεις των πιστών προσδιορίζονται από τα θρησκευτικά πιστεύω και κατ' επέκτασιν αποτελούν τα κυριότερα από τα διαμορφούμενα κριτήρια στην προτίμηση ενός τουριστικού προορισμού από τους ίδιους.

Αποτελεί, λοιπόν, αδήριτη ανάγκη στο να μελετήσουν ενδελεχώς σε εθνικό και διεθνές επίπεδο, όσοι απασχολούνται στους τομείς του Τουρισμού, τις ανάγκες, τις επιθυμίες, τις επιλογές των τουριστών ανά τον κόσμο (Dionyssopoulou & Stafylakis 2007), ανάλογα με το θρήσκευμα και το βαθμό επιρροής σε αυτές. Επιπροσθέτως, προτείνεται περαιτέρω διερεύνηση των πτυχών που συνδέουν τις διατροφικές επιλογές με τις θρησκευτικές πεποιθήσεις των ατόμων, διότι δεν έχει αξιοποιηθεί σε ικανοποιητικό βαθμό ως προς την τελική επιλογή του εκάστοτε ταξιδιωτικού προορισμού, προκειμένου ο τελευταίος να αποτελέσει το τουριστικό θέλγητρο για

όσους προέρχονται από χώρες με υψηλή καταναλωτική δαπάνη και ιδιόμορφες θρησκευτικές διατροφικές συνήθειες.

Ο Κώδικας Ηθικών Αρχών για τον Τουρισμό υιοθετήθηκε από τον Παγκόσμιο Οργανισμό Τουρισμού, όπου γίνεται μνεία στις αρμοδιότητες των τουριστικών φορέων σχετικά με την ανάπτυξη των προορισμών, και πιο συγκεκριμένα στους επαγγελματίες του κλάδου, οι οποίοι υποχρεούνται να συντελέσουν θετικά στην πνευματική και πολιτιστική διάπλαση των τουριστών, παρέχοντας τους τη δυνατότητα εκπλήρωσης των θρησκευτικών τους καθηκόντων κατά τη μετάβαση σε έναν προορισμό (Μοίρα 2009, σ.134).

Γίνεται σαφές πως η προβολή των τουριστικών προορισμών θα γίνει περισσότερο αποτελεσματική και με σύνεση, όταν λειτουργεί με κάποιες βασικές προϋποθέσεις.

Όταν υπάρχει ο απαιτούμενος σεβασμός στις ανάγκες, επιθυμίες και ιδιαιτερότητες των τουριστών, θρησκευτικού και διατροφικού χαρακτήρα και ,επίσης, όταν επιτυγχάνεται η αρμονική συνύπαρξη μεταξύ των στοιχείων του πολιτισμού του ταξιδιωτικού προορισμού με αυτά των τουριστών, χωρίς να διαταράσσεται στο ελάχιστο το ένα ή το άλλο μέλος.

Ξενόγλωσση Βιβλιογραφία

Adkins, L., & Adkins, R., (1998). *Handbook to Life in Ancient Rome*. Oxford: Oxford University Press.

Al-Quar`an. Retrieved on February 15, 2013 from: <http://al-quran.info/>.

Apocrypha-The Sumerians and Akkadians. (2003). Retrieved on November 15, 2013 from: <http://lost-history.com/Sumerians.html>

Armstrong, K., (2001, p. 187.). *Buddha*. New York : Penguin Books.

As-Sunnah Foundation of America. Retrieved on November 15, 2013 from: <http://sunnah.org/wordpress/>

Atkins, P. & Bowler, I. (2001), *Food in Society*, Arnold, London

Badel, C.,(2005). La noblesse de l'Empire romain. *Les masques et la vertu*. Seyssel: Champ Vallon.

Bartlett, K., & Clifton, M. (2003). How many dogs and cats are eaten in Asia? *Animal People*, 12, p. 18 – 19.

Barton, J.& Bowden, J., (2004). *The Original Story: God, Israel and the World*, Wm. B. Eerdmans Publishing Company

Battour, M.M. - Ismail, M.N. - Battor, M. (2010), Toward a Halal Tourism Market, *Tourism Analysis*,15 (4), pp. 461-470 (10).

Beard, M., North, J.& Price, S., (2004) *Religions of Rome*, (vol.2 reprinted), Cambridge : Cambridge University Press.

Beckman, G.,(1999). *Hittite Diplomatic Texts* (2nd Ed). Atlanta: Scholars Press

Bikai, P. M.,(1990) .The Phoenicians: Rich & Glorious Traders of the Levant. *Archaeology* 43 (March/April) , 22-30.

Blix, G (2001), "Religion, spirituality, and a vegetarian dietary". In J Sabate', (Eds), *Vegetarian Nutrition*, Boca Raton, FL: CRC Press., pp. 507–532, In "Religion, diet and research" *British Journal of Nutrition* (2004), 92, 199–201.Retrieved on 30 October, 2013 from:
http://journals.cambridge.org/download.php?file=%2FBJN%2FBJN92_02%2FS0007114504001485a.pdf&code=24e1e053ae3cc21374f024857fd4885c

Bregman, A., (2002), *A History of Israel*, Palgrave: Macmillan

Briant, P., (1996). Histoire de l' Empire Perse. *De Cyrus a Alexandre*. Paris: Fayard

Brown, G. D., (1995). *Human Evolution*. Boston: W. C. Brown.

Brown, R., (1997). *An Introduction to the New Testament*, Doubleday

Bruit -Zaidman, L., (χ.χ.). *Pandora's Daughters and the Rituals in Grecian Citie* in *Duby & Perrot, 1*, pp. 338-376.

Buddhist Celebrations. Retrieved on February 7, 2014 from :
<http://www.pamf.org/preteen/share/celebrations/buddhist.html>

Buddist Ceremonies, Festivals and Special Days. Retrieved on February 7, 2014
from : <http://www.buddhanet.net/festival.htm>.

Buddhist Scriptures and Texts. Retrieved on February 7, 2014 from :
<http://www.religionfacts.com/buddhism/texts.htm>

Burkert W., (1993). *Ελληνική Μυθολογία και Τελετουργία* . Αθήνα: Μ.Ι.Ε.Τ.

Buddhist cuisine, Retrieved on October 7, 2014 from:
<http://www.answers.com/topic/buddhist-cuisine>

Carmouche, R. & Kelly, N., (1995), *Behavioural Studies in Hospitality Management*,
Chapman & Hall, London.

Chabad of Athens. Retrieved on November 7, 2014 from: www.chabad.gr

Chester ,G.S.(1991). *The Origins of Greek Civilization, 110-650 BC*, (rpt. of 1961
ed.),N. York: Norton, 212-220.

Cohen, E. and Avieli, N. (2004), Food in tourism: Attraction and impediment. *Annals of Tourism Research*, 31(4), pp. 755–778.

Cohn-Sherbok, D., (2003). *Judaism: History, Belief, and Practice*, Oxon:Routledge.

Crawford, H., (1991). *Sumer and the Sumerians*. Cambridge: Cambridge Univ. Press.

Déclaration de Mexico sur les politiques culturelles, Conférence mondiale sur les politiques culturelles (1982) Mexico City, 26 juillet - 6 août. Rapport final, Paris : Unesco, 1982. Retrouve` Octobre , 29,2013 dans :

http://portal.unesco.org/culture/fr/files/12762/11295422481mexico_fr.pdf/mexico_fr.pdf.

Dionyssopoulou P., & Stafylakis G.,(2007),Actions for the Promotion and Advertising of Tourism at national Level and Definition of their Impact, *Management of International Bussiness and Economic Systems, 1* (1), pp.1-16.

Dothan, T., Dothan, M., (1992). *People of the Sea. The Search for the Philistines*, N. York: Macmillan

El-Mouelhy, M. (1997) *Food in the Quran*, In Wan Melissa Wan-Hassan, and Awang K.W. (2009), Halal Food in New Zealand Restaurants: An Exploratory Study, *International Journal of Economics and Management 3* (2), pp. 389.

El-Zibdeh, Nour (2009), “Understanding Muslim Fasting Practices”, *Today’s Dietitian, 11*(8), p. 56, Retrieved from:
<http://www.todaysdietitian.com/newarchives/072709p56.shtml> [7/11/2013]

Emerick, Y.,(2014). Guide to Islam For New Muslims. Retrieved on 24 February,2014 from : <http://www.islamicedfoundation.com/guide1.htm>

Encyclopaedia «Britannica» Deluxe (2010), Lemmas : World Religions

Encyclopaedia Britannica. Brahmanism . Retrieved on November 30 ,1913 from : <http://www.britannica.com/EBchecked/topic/77141/Brahmanism>).

Fêtes dipoliennes. Retrouve` Jun 26, 2014 dans:

<http://dagr.univtlse2.fr/sdx/dagr/feuilleter.xsp?tome=2&partie=1&numPage=273&no mEntree=DIPOLEIA>).

Flood,G., (2009). History of Hinduism, Retrieved on March 30,2014 from:
http://www.bbc.co.uk/religion/religions/hinduism/history/history_1.shtml

Food culture and religion, Better Health Channel, Retrieved October 29, 2013 from:
http://www.betterhealth.vic.gov.au/bhcv2/bhcarticles.nsf/pages/Food_culture_and_religion?OpenDocument.

Form of God or Goddess in Hinduism. Retrieved on March 30,2014 from:
<http://hindunet.org/god/summary/>

Gabucci, A.(2006). Trans. Jay Hyams. Dictionaries of Civilization. Berkeley and Los Angeles: University of California Press.

Garnsey, P.,(1999).Food and Society in Classical Antiquity.Gambridge,UK:
Cambridge
University Press

Gilgamesh and Enkidu.(2007). Retrieved on November 15 , 2013 from :
<http://lost-history.com/gilgamesh.php>

Goldhill, S.,(1990) .The Great Dionysia and Civic Ideology, in Nothing to Do with
Dionysos? Athenian Drama in Its Social Context, (eds. John J. Winkler and
Froma I.
Zeitlin). Princeton: Princeton University Press

Gombrich, E. (2007), Μικρή Ιστορία του Κόσμου, Αθήνα: Πατάκης.

Grandet, P.,(1990). La Migration des Peuples de la mer. L' Histoire 132, (Avril).

Guettel- Cole,S.,(1993). Procession and Celebration at the Dionysia, in Theater and
Society in the Classical World, (ed. Ruth Scodel& Ann Arbor), Michigan :
University of Michigan Press,

Guizot, F. (2004), Η Ιστορία του Πολιτισμού στην Ευρώπη. Αθήνα: Στοχαστής.

Gurney, O.R.,(1990).The Hittites . London: Penguin.

Gyatso, G. K., 2008) Introduction to Buddhism: An Explanation of the Buddhist Way of Life, (3rd ed.) Tharpa Publications .

Hammurabi's Code: An Eye for an Eye. Retrieved on November 10 , 2013
from : <http://www.ushistory.org/civ/4c.asp>

Harrison, J. E., (1994-1997) . Προλεγόμενα στη μελέτη της ελληνικής θρησκείας,
Αθήνα : Ιάμβλιχος

Harvey,P., (2013). An introduction to Buddhism: Teachings, history and practices.(2nd ed.). New York: Cambridge University Press.

Haya M. A Eid ,(2012). Muhammad the Prophet of Mercy.Cairo: New Vision for Translation and Culture.

Herlin,S.J. (2013). Life along the Nile. Retrieved on 12,
Nonember ,2013 from : <http://www.ushistory.org/civ/3a.asp>

Herlin,S.J. (2003). Ancient African Civilizations to ca. 1500. Retrieved on
Nonember 12, 2013 from : <http://wysinger.homestead.com/africanhistory.html>

Hinduism events and festivals. Retrieved on Nonember 12, 2013 from:
<http://www.bbc.co.uk/schools/religion/hinduism/index.shtml>

History of the Caste System in India. Retrieved on 12,
Nonember , 2013 from : <https://www.mtholyoke.edu/~epandit/page2.html>).

History of Humanity, (1994-2002). From the Third Millennium to the Seventh
Century
BC,(2nd vol) London: UNESCO/Routledge,

History of Humanity,(1994-2003) . Prehistory & the Beginnings of Civilization, (1st

Vol.) , London: UNESCO/Routledge .

Holy Books of Hinduism. Retrieved on November 15 , 2013 from:

<http://www.shaivam.org/hipscrip.htm>

Ibrahim,I.A., W (Daoud) Peachy,W., Thomas,M., Sylvester,T., Palmer,I., Zarabozo, J.& AlTimimi,A., (1997), A Brief Illustrated guide to understanding Islam. Some Basic Islamic Beliefs. (2nd ed.), Houston: Darussalam. Retrieved on November 15 , 2013 from : <http://www.islam-guide.com/frm-ch3.htm>

Jewish Holidays. Retrieved on 30 October , 2013 from:

<http://www.hebc.com/holidays/>

Kebric, R.B.,(1997). Greek People, (2nd ed.) London: Mayfield.

Kerr, D. (2009), Λατρεία και εορτές, στο Κρ. Πάρτριτζ, (2006) «Θρησκείες του Κόσμου», (επιμ.), Ουρανός, Αθήνα, 376-381.

Kessler,E., (2007). What Do Jews Believe? The Customs and Culture of Modern Judaism .UK: Bloomsbury Publishing.

Keown, D., &Prebish, C. S., (2007). The Routledge Encyclopedia of Buddhism (eds.) London: Routledge.

Khantipalo,B.,(2006).Buddhist Monk's Discipline. Some Points Explained for Laypeople. Retrieved on 29 October, 2013, from:
:http://www.accesstoinsight.org/lib/authors/khantipalo/wheel130.html#intro.

Kittler, P. G., & Sucher, K. P. (2004). Food and culture (4th ed.). Toronto, CA: Wadsworth/Thomson.

Kuhrt, A., (1995). The Ancient Near East c.3000-330 BC.(2nd Vol) .London: Routledge

Kulke,H., & Rothermund,D., (2010).A History of India, (5th Edition, Paperback) .
London: Routledge

Leakey, R. E.,(1994).The Origin of Human kind. N. York: Basic Books.

Lupton, D. (1996). Food, the body and the self. London, UK: Sage.

Luxury Halal Sun & Beach Resort Holidays in the Mediterranean, (2011), Retrieved
on

29 October, 2013, from : [http://www.sisters
magazine.com/index.php?option=com_k2&view=item&id=1339:luxury-halal-sun-beach-
resort-holidays-in-the-mediterranean](http://www.sistersmagazine.com/index.php?option=com_k2&view=item&id=1339:luxury-halal-sun-beach-resort-holidays-in-the-mediterranean)

Maedeh, Bon & Mazhar, Hussain, (2010), Halal Food and Tourism. Prospects and
Challenges, Ch. 4, pp 47-59, In Jafari, Jafar and A. Cai, Liping (2010), Tourism in
the
Muslim World, book series “Bridging Tourism Theory and Practice”, 2, Emerald
Group
Publishing Limited.

Malek, J.,(2003). The Old Kingdom (c2686–2160 BC). In The Oxford History of
Ancient
Egypt, Ian Shaw (edition). Oxford and New York: Oxford University Press.

Martin, R., & Metzger, H.,(1992).Η θρησκεία των Αρχαίων Ελλήνων. Μτφρ.
Καρδαμίτσα
Μ., Αθήνα: Καρδαμίτσα.

Mason, E.,(1990). Le découverte des Hittites. L' Histoire (136). Retrouve` 19
Novembre , 2013 dans : [http://www.histoire.presse.fr/recherche/decouverte-hittites-
01-09-1990-94373](http://www.histoire.presse.fr/recherche/decouverte-hittites-01-09-1990-94373), 18-24

Masoudi, Gerald F. (1993). Kosher Food Regulation and the Religion Clauses of the First Amendment, Retrieved from :
<http://heinonline.org/HOL/LandingPage?collection=journals&handle=hein.journals/uclr60&div=21&id=&page=> [2/11/2013]

Matyszak, P. (2003). Chronicle of the Roman Republic. London : Thames & Hudson, Ltd.

Michaels, A., (2004), Hinduism. Past and present, Princeton, New Jersey: Princeton University Press.

Montet, P.(2006) Η καθημερινή ζωή στην αρχαία Αίγυπτο. Αθήνα: Παπαδήμα

Muesse, M, W., (2003), Great World Religions: Hinduism.(6th ed.) Chantilly, Va: Teaching Co.

Muesse, M, W., (2011), The Hindu Traditions: A Concise Introduction, Minneapolis: Fortress Press

Murray, O., (1993). Early Greece. Harvard : Harvard University Press.

Muslim Consumer Group, Retrieved from:
http://www.muslimconsumergroup.com/about_us.html [7/11/2013]

Neils, J.,(1992). Goddess and polis. The Panathenaic Festival in ancient Athens. Princeton :Princeton University Press

Neusner, J., (2006).The Talmud: What It Is and What It Says . New York : Rowman & Littlefield.

Osborne,R.,(1996). Greece in the Making, 1200-479 BC. London: Routledge.

Perry, M., Chase M., Von Laue, T., Jacob ,J. & Jacob, M. (1996) .Western Civilization. Ideas, Politics and Society ,5th ed. Boston: Houghton Mifflin , pp. 9-10.

Phoenix, R. (2012) . Ελευσίνα Μυστήρια. Διαθέσιμο στο:
http://ordorosariussapieni.blogspot.com/2012/08/blog-post_8941.html#ixzz33YEBcq9s

Pizam, A. and Sussmann, S. (1995), Does nationality affect tourist behavior?. *Annals of Tourism Research*, 22(4), pp. 901–917.

Podberscek, A.L. (2009), Good to Pet and Eat: The Keeping and Consuming of Dogs and Cats in South Korea, *Journal of Social Issues*, 65 (3), pp. 615–632.

Postgate, J. N. (1994). *Early Mesopotamia. Society & Economy at the Dawn of History*. (Revised Edition). London: Routledge

Prescott, J. - Young, O. - O'Neill, L. - Yau - N.J.N. and Stevens, R. (2002), Motives for food choice: a comparison of consumers from Japan, Taiwan, Malaysia and New Zealand. *Food Quality and Preference*, 13, 489–495.

Giovanni Pugliese Carratelli, G.,(1996) . *The Western Greeks* ,Venezia: Bompiani,

Quinn , D (1997) *The Story of B. An Adventure of the Mind and Spirit*. New York: Bantam Books.

Roux, G.,(1992). *Ancient Iraq*. (3rd ed.) London: Penguin.

Ruck, C. A., & Staples, D. (1994). *The world of classical myth: gods and goddesses, heroines and heroes*. Durham, NC: Carolina Academic Press .

Saggs, H. W. F. ,(1989). *Civilisation before Greece and Rome*. [Mesopotamia & Egypt]

London: Batsford.

Salter, E. (2006), Τζαϊνισμός, στο Κρ. Πάρτριτζ, (2006) Θρησκείες του Κόσμου, (Επιμ.).

Αθήνα:Ουρανός.

Sarri, Katerina - Tzanakis, N., - Linardakis, M. – Mamalakis, G and Kafatos, Ant. (2003),

Effects of Greek orthodox Christian church fasting on serum lipids and obesity, BMC

Public Health 2003, 3, p.16. Retrieved from : <http://www.biomedcentral.com/1471-2458/3/16> [7/11/2013]

Scarre, C., (1995). The Penguin Historical Atlas of Ancient Rome. Harmondsworth: Penguin Books.

Scheinerman,J.,(Rabbi), (2014). Jewish Holy Books. Retrieved on 30 Nonember , 2013 from: <http://scheinerman.net/judaism/HolyBooks/>

Segal, R., (2004). Myth: A Very Short Introduction, Oxford: Oxford University Press.

Škerl,M., (2013), Halal food certification and related regulations in the world, paper in International symposium on «Effects of Standardization on Global Economy», Zagreb ,Croatia. Retrieved on 30 Nonember , 2013 from:

<http://sempozyum2013.tse.org.tr/docs/c4/miran-%C5%A1kerl.pdf?sfvrsn=2>

Starr, C. G. (1991). The origins of Greek civilization: 1100-650 BC. WW Norton & Company.

Sulberman, N.A., (1992).Who were the Israelites. Archaeology 45 (March/April).

Synagogue, shul or temple .Retrieved on June 30 January, 2014 from:

<http://www.jewfaq.org/shul.htm>

Telushkin, J. , (2008).Jewish Literacy: The Most Important Things to Know About the Jewish Religion, Its People, and Its History (Revised Edition). New York: HarperCollins.

The Hindu traditions. Retrieved on June 26, 2014 from:

<http://hinduism.iskcon.org/index.htm>

The British Museum.(2014) The gods and goddesses of ancient Egypt. Retrieved on June 26, 2014 from: <http://www.ancientegypt.co.uk/gods/home.html> .

Treuil, R., Pascal Darcque,P ., Poursat,J.C., Gillet, Touchais,G., Faugères,L ., Kourtessi-Philippakis,G., Laurent Lespez,L., Jean-Pierre Olivier J.P., +Cornelis J. Ruijgh C.J.& Haïganuch, Sarian H., et la collaboration de Jean Blecon pour l'illustration (2008). Les civilisations égéennes du Néolithique et de l'Âge du Bronze (2e éd.refendue), Paris : PUF.

Treuil, R., (2014) .The Prehistoric Archaeology of the Aegean . . Retrieved on June 20, 2014 from:

http://projectsx.dartmouth.edu/history/bronze_age/lessons/les/11.html

UK: *Luxury Halal Sun & Beach Resort Holidays*,(2011). Retrieved on October 29, 2013, from : <http://halalfocus.net/2011/03/14/uk-luxury-halal-sun-beach-resort-holidays/>.

Varghese, A. P., (2008). *India : History, Religion, Vision And Contribution To The World (ed.by author)*.

Veyne, P., (2005). *L'Empire gréco-romain*. Paris: Seuil.

Wan Melissa Wan-Hassan, and Awang K.W. (2009), Halal Food in New Zealand Restaurants: An Exploratory Study, *International Journal of Economics and Management* 3(2), pp. 385 – 402.

Warren, P. (2000), Fasting: The Natural Healer, *Plim Report*, 9 (3). Retrieved on 10, Noember, 2013 from: <http://www.plim.org/2fasting.htm>

Williams, P., (2009 pp. 21-38). *Mahayana Buddhism : the doctrinal foundations*, (2nd ed.). Oxon/New York :Routledge,.

Willis, R., (2000). *World Mythology: The Illustrated Guide*. Collingwood, Victoria: Ken Fin Books

Wolf ,D. N. (1999). *Miletus in the Bronze Age: New Evidence for Minoans, Mycenaeans and Hittites in Western Asia Minor* , *Διάλεξη*, 18 (Οκτωβρίου) στο Εθνικό Ίδρυμα Ερευνών.

"Zen Macrobiotic Diets". (1971).*JAMA: the Journal of the American Medical Association* ,218 (3). p 397 .doi:10.1001/jama.1971.03190160047009

Ελληνική Βιβλιογραφία

Άθανασόπουλος, Δ., *Μέγας Βασίλειος - Λόγος Β΄ για τή Νηστεία*. Ανακτήθηκε στις 2 Νοεμβρίου 2013 από:

http://users.uoa.gr/~nektar/orthodoxy/paterikon/basil_the_great_about_fasting_b.htm

Αρρηφόρια. Ανακτήθηκε στις 25 Ιουνίου 2014 από:

http://greek_greek.enacademic.com/444/%CE%91%CF%81%CF%81%CE%B7%CF%86%CF%8C%CF%81%CE%B9%CE%B1

Βασιλάκης, Α., (1991). *Μινωική Κρήτη*. Ηράκλειο: Σφακιανός.

Βασιλειάδης, Π.,(1998). *Μελέτες Βιβλικής Κριτικής*, Θεσ/νίκη : Πουρνάρας

Βατάλας, Μ. Δ., *Μεγάλη Ελληνική Εγκυκλοπαίδεια*, τόμος Ιη΄, σσ. 262 – 263

Γεύματα Kosher . Ανακτήθηκε στις 2 Νοεμβρίου 2013 από :

<http://www.jewishmuseum.gr/gr/information/restaurants.html>

Διάσια. Ανακτήθηκε στις 25 Ιουνίου 2014 από:

<http://www.theogonia.gr/latreia/pinakes/delta/diasia.htm> .

Δημητρίου, Σ.,(1993). Η Παλαιολιθική Εποχή στην Ελλάδα. Στο *Η Εξέλιξη του Ανθρώπου* (Τομ.Γ'), Αθήνα: Καστανιώτης.

Διακοπές «Χαλάλ» για μουσουλμάνους τουρίστες- Ένα νέο τουριστικό προϊόν με μεγάλη δυναμική,(2010). Ανακτήθηκε στις 2 Νοεμβρίου 2013 από :http://www.i-diadromi.gr/2010/09/blog-post_404.html

Εθνικό Αρχαιολογικό Μουσείο. Αιγυπτιακός Πολιτισμός. Ανακτήθηκε στις 10 Νοεμβρίου 2013 από: http://www.namuseum.gr/collections/egypt/e_culture-gr.html

Ζαρίτα-Αθανασίου, Ο.,(2014).*Τί είναι το Ισλάμ*. Ανακτήθηκε στις 7 Νοεμβρίου 2013 από: http://d1.islamhouse.com/data/el/ih_books/single/el_What_is_islam.pdf

Ζιάκας, Γ. Δ., (2002).*Θρησκεία και Πολιτισμός των προϊστορικών κοινωνιών και των αρχαίων λαών*, Θεσσαλονίκη: Σφακιανάκη.

Ζιάκας, Γ., (2008). *Θρησκείες και Πολιτισμοί της Ασίας*, (2η έκδ.), Αθήνα: Σφακιανάκη.

Ζούλα, Ιωάννα (2003). *Πομπήλιος Νουμάς 8ος-7ος αιώνας π.Χ. Ο πρώτος νομοθέτης της Ρώμης*. Ανακτήθηκε στις 7 Νοεμβρίου 2013 από :
<http://www.tovima.gr/relatedarticles/article/?aid=155399>

Θαργήλια . Ανακτήθηκε στις 25 Ιουνίου 2014 από:

<http://www.theogonia.gr/latreia/pinakes/thita/thargilia.htm> .

Θεοφανείδης, Β. Δ. *Πλυντήρια και Καλλυντήρια της θεάς Αθηνάς*. Στη Μεγάλη Ελληνική Εγκυκλοπαίδεια, τόμος Ιγ', σελ. 587 .Ανακτήθηκε στις 25 Ιουνίου 2014 από: <http://www.apologitis.com/gr/ancient/athena.htm>

Ίδρυμα Μείζονος Ελληνισμού .*Η τελετουργία των Ελευσίνιων Μυστηρίων*., Ανακτήθηκε στις 7 Νοεμβρίου 2013 από :

http://www.fhw.gr/chronos/05/gr/culture/4141ritual_eleusinia.html

Ίδρυμα Μείζονος Ελληνισμού .*Θεσμοφóρια*., Ανακτήθηκε στις 7 Νοεμβρίου 2013 από :

<http://www.fhw.gr/chronos/05/gr/culture/index.html>

Ιστορία Των Ανθεστηρίων. Ανακτήθηκε στις 7 Νοεμβρίου 2013 από :

<http://www.yermasoyia.org/?pageid=104>

Κακούρη, Ι.Κ. (1998). *Προαισθητικές μορφές θεάτρου*. Αθήνα: ΕΣΤΙΑ.

Καραββιδόπουλος , Ι., (1998). *Εισαγωγή στην Καινή Διαθήκη*. Θεσ/νίκη: Πουρνάρας.

Καραββιδόπουλος, Ι .,(1999) . *Απόκρυφα Χριστιανικά Κείμενα, Τόμος Α΄* , Θεσ/νίκη:
Πουρνάρας.

Καρέτσου,Ι. (1994) .*Κνωσός*, (Διάλεξη, 23 Νοεμβρίου 1994), Αρχαιολογική
Εταιρεία Αθηνών.

Καφαταρίδης, Β., (2006) . *Τι σημαίνει επιτέλους αυτό το Vegetarianism;* Ανακτήθηκε στις 7 Νοεμβρίου 2013 από: <http://nettergr.typepad.com/veg/2006/12/post.html>

Kerenyi, K., (1999). *Ελευσίς, Μυστήρια και Λατρεία*. Αθήνα : Ιάμβλιχος.

Κολιού, Κ. (2005), Η πίστη περνάει από το στομάχι , *BHMAgazino*, 237(40) ,1/4/2005,
σ. 64.

Κοντενώ, Ζ., (2007). *Η καθημερινή ζωή στην Ασσυρία και Βαβυλωνία*, Αθήνα:
Παπαδήμα

Κουϊμουτσόπουλος, Ι.Δ., *Μεγάλη Ελληνική Εγκυκλοπαίδεια*, τόμος ΙΗ΄ , σσ. 264 – 265.

Κρικώνης, Θ. Χ., (1998). Η Αυθεντία της Εκκλησίας, το Κύρος της Παραδόσεως της και η Διδασκαλία των Πατέρων, Θεσσαλονίκη: Univercity Studio Press.

Λήναια και Γαμήλια, οι Εορτές του μηνός Γαμηλιώνος. Ανακτήθηκε στις 30 Φεβρουαρίου 2014 από : <http://www.hellenicreligion.gr/doc/linaiia.htm>

Mc Afee, W.M., (2001). Τα Πέντε Μεγάλα Ζωντανά θρησκευόμενα, μτφρ. Σάββας Αγουρίδης (3η έκδ.), Αθήνα : ΑΡΤΟΣ ΖΩΗΣ

Ματσούκας, Ν., (2001) . Δογματική και Συμβολική Θεολογία, Τόμος Γ', Θεσ/νίκη : Πουρνάρας

Μοίρα, Π. (2009). Θρησκευτικός τουρισμός, Αθήνα: Interbooks

Ορθόδοξοι Ορίζοντες. Άσμα Ασμάτων. Ανακτήθηκε στις 30 Φεβρουαρίου 2014 από : http://users.sch.gr/aiasgr/Palaia_Diathikh/Asma_asmatwn/Asma_asmatwn_kef.1-8.htm

Παναγοπούλου, Ε., (1996), Η Συμβολή των Ελληνικών Δεδομένων στην Παγκόσμια Παλαιολιθική Έρευνα. Αρχαιολογία & Τέχνες (τ. 61) ,43-45

Παπαδόπουλος, Γ.Α., (2000). Το Μεγάλο Τσουνάμι της Σαντορίνης και η πτώση του Μινωϊκού Πολιτισμού, Περισκόπιο της Επιστήμης, 238 (Απρίλιος), 54-55

Παπαθανασόπουλος, Γ., (1996) (.Επιμ.). Ο Νεολιθικός Πολιτισμός στην Ελλάδα. Αθήνα: Ίδρυμα Ν.Π. Γουλανδρή.

Πατρόνος, Γ., (1998), *Η Ιστορική Πορεία του Ιησού*, Αθήνα : Δόμος

Πέντε στύλοι του Ισλάμ. Ανακτήθηκε στις 30 Φεβρουαρίου 2014 από:
<http://alialyunani.wordpress.com/%CF%84%CE%B9-%CE%B5%CE%AF%CE%BD%CE%B1%CE%B9-%CF%84%CE%BF-%CE%B9%CF%83%CE%BB%CE%AC%CE%BC/>).

Σακελλαράκης, Γ., & Σακελλαράκη, Ε., (1994) *Η Αυγή της Ελληνικής Τέχνης. Στην Σειρά Ελληνική Τέχνη* (Τομ.15). Αθήνα: Εκδοτική Αθηνών.

Σαμψών, Α.,(1996) . Νέα Στοιχεία για την Μεσολιθική Περίοδο στον Ελληνικό Χώρο. *Αρχαιολογία & Τέχνες*, τ. 61 (Δεκέμβριος), 46-51

Σιαμάκης, Κ.,(2008), *Βιβλικός Κανών Ορθοδόξου Χριστιανικής Εκκλησίας*, Μελέτες 1, Ανακτήθηκε 30 Φεβρουαρίου 2014 από : <http://philologus.gr/4/68-2010-01-01-01-22-30/88-2009-02-01-20-33-58>

Σκαρτσής,Λ.,(1992). μτφρ., *Αβέστα, το Ιερό Βιβλίο του Ζωροαστρισμού*.Αθήνα: Καστανιώτης

Σταματάκος, Ι.(2006). *Λεξικόν αρχαίας ελληνικής γλώσσης*. Αθήνα: Δεδεμάδης.

Ανακτήθηκε στις 4 Φεβρουαρίου 2014 από :

http://www.projethomere.com/travaux/bibliotheque_homere/dico_stamatakou.htm

Σωτηροπούλου, Μ.,(2005) Οι προ των εορτών νηστείες της Ορθοδόξου Χριστιανικής Εκκλησίας, *ΘΕΟΛΟΓΙΑ*, 76 (1), Αθήνα.

Treuil, R., Pascal Darcque,P ., Poursat,J.C., Gillet, Touchais,G., Faugères,L .,

Kourtessi-Philippakis,G., Laurent Lespez,L., Jean-Pierre Olivier J.P., ⁺Cornelis J. Ruijgh C.J.& Χαϊγανουχ, Sarian H., (1996). *Οι Πολιτισμοί του Αιγαίου* (συμπλ. ελλην. Έκδοση), Αθήνα: Καρδαμίτσα.

Τσοτάκου-Καρβέλη, Α., (1990). *Λεξικό της Ελληνικής Μυθολογίας*. Αθήνα: Σοκόλης.

Υακίνθεια - Κάρνεια . Ανακτήθηκε στις 26 Ιουνίου 2014 από :

http://www.spartans.gr/spartiatikes_eortes.htm)

Ψυχογιού, Ο.,(2014). *Ηραίων Άργους*. Ανακτήθηκε στις 26 Ιουνίου 2014 από :

http://odysseus.culture.gr/h/3/gh351.jsp?obj_id=7063