

## Απόψεις για τη γαλουχία και τον θηλασμό μέσα από αποσπάσματα κειμένων Ελλήνων συγγραφέων

Όμηρος, Πλάτων, Αριστοτέλης, Ευριπίδης, Ερατοσθένης, Ανώνυμος, «Υπατος», Βισσέντζος Κορνάρος, Κωνσταντίνος Βαρδαλάχος

Ειρήνη Δ. Μπότσιου

Η επιβίωση και διαίωσιση του ανθρώπινου είδους από καταβολής του οφείλεται στην ιδιότητα του γυναικείου στήθους να παράγει γάλα, ευθύς μόλις ο νέος οργανισμός έρθει στον κόσμο. Η αυτόματη αυτή ενεργοποίηση του γαλακτοφόρου αδένου και η έκκριση γάλακτος εξασφαλίζουν στον άνθρωπο την πλέον ενδεδειγμένη τροφή για το πρώτο και απαιτητικό ξεκίνημά του στη ζωή. Η αξία που έχει από βιολογική άποψη ο θηλασμός, ο οποίος έως και τις αρχές του 18ου αιώνα αποτέλεσε τον αποκλειστικό σχεδόν τρόπο σίτισης των νεογνών<sup>1</sup>, μοιραία σε κάθε κοινωνία και κάθε πολιτισμό κατέστησε τη φυσική αυτή λειτουργία κοινωνικό και πολιτισμικό γεγονός με τεράστιες διαστάσεις. Αυτή η πραγματικότητα από την αρχαιότητα μέχρι και σήμερα καλλιεργεί στον άνθρωπο το επιστημονικό ενδιαφέρον για διερεύνηση και ερμηνεία της λειτουργίας της, εξητάρει τη φαντασία, τροφοδοτεί την έμπνευση για καλλιτεχνική δημιουργία. Η γαλουχία και ο θηλασμός καλύπτουν ένα ευρύ φάσμα της γραπτής παράδοσης και εμφανίζονται σε κείμενα ιατρικά, πολιτικά, λογοτεχνικά κ.ά. Οι πολλοί και διαφορετικοί τρόποι με τους οποίους προσεγγίζονται αντανακλούν την επιθυμία του ανθρώπου για συνεχή επανεξέταση των δεδομένων αλλά και ορθολογική τους ανάλυση, αντηχούν προσωπικές ή συλλογικές απόψεις για τις σχέσεις των ανθρώπων, την οργάνωση της κοινωνίας τους, την αντίληψη του πολιτισμού τους, εκφράζουν μια εσωτερική λαχτάρα για εξωτερικήυση ενός ανεξάντλητου συναισθηματικού πλούτου.

Τοις δ' άνθρωποις, διὰ τὴν εὐρυχωρίαν, καὶ τὸ σκεπάζεσθαι τὰ περὶ τὴν καρδίαν, οἱ μαστοὶ διήρθωντο, σαρκώδεις ὄντες τοῖς μὲν ἄρρеси, διὰ τὴν εἰρημένην αἰτίαν· Ἐπὶ δὲ τῶν θη-

λειῶν, παρακέχρηγτο καὶ πρὸς ἕτερον ἔργον ἢ Φύσις. Ἀποτίθεντο γὰρ ἐντααθα τὴν τοῖς γεννομένοις τροφήν. Δύο δ' εἰσὶν οἱ μαστοὶ, διὰ τὸ δύο τὰ μόρια εἶναι, τὸτ' ἀριστερόν, καὶ τὸ δεξιόν. Εἰσὶ δ' οἱ μαστοὶ μανοὶ καὶ τούτων ἡ θηλή διφυῆς, δι' ἧς τοῖς θήλεισι τὸ γάλα διηθεῖται. Ἐγίνετο δὲ καὶ ἐν τοῖς ἄρρеси γάλα, ἀλλ' ὀλιγάκις· πυκνὴ γὰρ ἡ σὰρξ τοῖς ἄρρеси, ταῖς δὲ γυναιξὶ σομφή, καὶ πόρων μεστή. Ἄπας δὲ μαστὸς σομφός ἐστὶν οὕτως, ὥστε κἂν ἐν τῷ πόματι λάβωσι τρίχα, πόνος ἐγίνετο ἐν τοῖς μαστοῖς, ὃ καλοῦσι τριχίαν· ἕως ἂν ἡ αὐτομάτη ἐξέλθῃ θλιβομένη, ἢ μὲν τοῦ γάλακτος ἐκθηλασθῇ· Μαστὸς μὲν ἔχει οὐδεὶς, οὐδ' ὄρνις, οὐδ' ἰχθας. Τούτου δ' αἶπιον, τὸ μηδὲ γάλα ἔχει τούτων μηδέν. Ὁ δὲ μαστὸς ὑποδοχὴ καὶ οἶον ἀγγεῖόν ἐστι τοῦ γάλακτος. Ἐπι δὲ ταῖς γε παρθένους, καὶ τὰ περὶ τοὺς μαστούς γίνονται διαφερόντως ἐτέραις πρὸς ἐτέρας. Αἱ μὲν γὰρ πάμπαν μεγάλοις ἴχουσιν, αἱ δὲ μικροῦς. Μελλόντων γὰρ, καὶ οὐπω γινόμενων τῶν γυναικείων, ὅσῳ ἂν πλείων ἡ ὑγρότης ἦ, τοσοῦτω μᾶλλον ἀναγκάζει αἰρεσθαι ἄνω, ἕως ἂν καταρράγῃ. Ὡστε τότε λάβειν ὄγκον οἱ μαστοὶ. Καὶ τῶν ἀρρένων δὲ ἐπιδηλοῦτεροι γίνονται, καὶ γυναικειότεροι οἱ μαστοὶ, τοῖς ὑγροῖς, καὶ λείους, καὶ μὴ φλεβώδεσι, (Ἀνώνυμος, Εἰσαγωγή Ἀνατομική, ΛΓ')<sup>2</sup>.

Ἐτσι περιγράφει ο Ανώνυμος βυζαντινός συγγραφέας, (αγνοούμε τόσο το όνόμά του, όσο και την ακριβή περίοδο που έζησε)<sup>3</sup>, τους μαστούς του ανθρώπου, στη συνοπτική αλλά περιεκτική μελέτη του για την ανατομία του ανθρώπινου σώματος. Εκείνο που διακρίνει τους ανδρικούς από τους γυναικείους μαστούς είναι η γαλακτοφορία

των τελευταίων. Είναι, λοιπόν, και οι γυναικείοι μαστοί «σαρκώδεις», όχι όμως μόνο για να καλύπτουν την καρδιά, όπως συμβαίνει στους άνδρες, αλλά και για «έτερον ἔργον» που παραχωρείται από τη «Φύσιν». Γιατί σε αυτούς «αποτίθεται η τροφή», λειτουργώντας ως «υποδοχές» και «αγγεία» του γάλακτος.

Ο βυζαντινός χαρακτηρισμός του αγγείου για το γυναικείο στήθος είναι ιδιαίτερα ενδιαφέρον, αν σκεφτεί κανείς πως «μαστός» ονομαζόταν στην αρχαιότητα (περισσότερο κατά τον 6ο αιώνα π.Χ.) και το ημισφαιρικό σκεύος για αποθήκευση, μεταφορά και πόση υγρών, κυρίως νερού<sup>4</sup>. Η αρχαιολογία προσδιορίζει ως «μαστοειδή» παρόμοια σε σχήμα και χρήση αγγεία της αρχαίας ελληνικής οικοσκευής.

Η λέξη «μαστός» ανήκει στην αρχαία αττική διάλεκτο και παραμένει αναλλοίωτη έως σήμερα. Παραλλαγές της είναι οι όροι «μαζός» (ιωνικός τύπος), «μασδός» (δωρικός τύπος), «μασθός»<sup>5</sup>. Το ενδιαφέρον εστιάζεται πιο πολύ στις λέξεις «μαζός» και «μαστός» (οι όροι «μασδός» και «μασθός» αφορούν σε αντικατάσταση του οδοντικού συμφώνου «τ» με τα αντίστοιχά του «δ» και «θ»)<sup>6</sup>. Σχετικά με τη χρονολογική ιεράρχηση των λέξεων «μαζός» και «μαστός», η πρώτη φαίνεται να εμφανίζεται πρωιμότερα από τη δεύτερη, αν και γι' αυτό υπάρχει επιφύλαξη. Έχει διατυπωθεί δε και η άποψη ότι ο «μαζός» αναφέρεται στο ανδρικό στήθος, ενώ ο «μαστός» στο γυναικείο. Ωστόσο, η χρήση τους μέσα στα κείμενα δείχνει να μην επιβεβαιώνει απόλυτα αυτόν τον ισχυρισμό. Ο Όμηρος (8ος αιώνας π.Χ.) γράφει «μαζός» και δηλώνει τόσο το ανδρικό όσο και γυναικείο στήθος. Στην Ιλιάδα το δόρυ του Διομήδη βρίσκει τον Φηγά στο στήθος και τον ρίχνει από το άρμα,

τοῦ δ' οὐχ ἄλιον βέλος ἔκφυγε χειρός,  
ἀλλ' ἔβαλε στήθος μεταμάζιον, ὥσε δ' ἄφ'  
ἵππων (Όμηρος, *Ίλιάς*, Ε, στίχ. 18-19)<sup>7</sup>,

ενώ σε μια από τις λογομαχίες των θεών για τους ανθρώπους, Έλληνες και Τρώες, η Ήρα υπερασπίζεται στον Απόλλωνα τον Αχιλλέα έναντι του Έκτορα. Ο πρώτος είναι ανώτερος ως γιος θεάς, η οποία, μάλιστα, ανατράφηκε από την ίδια την Ήρα. Ο άλλος είναι κοινός θνητός, αφού βύζαξε γυναίκας στήθος,

Ἐκτῶρ μὲν θνητός τε γυναῖκα τε θήσατο μάζον· (Όμηρος, *Ίλιάς*, Ω, στίχ. 58)<sup>8</sup>.

Στην ια' (λ) ραψωδία της Οδύσσειας, στην κά-

θοδο του Οδυσσέα στον Άδη («Νέκυια»), ο Αγαμέμνωνας, που βρήκε τραγικό θάνατο από τη σύζυγό του Κλυταιμνήστρα, καλοτυχίζει τον βασιλιά της Ιθάκης για τη δική του, φρόνιμη και μυαλωμένη γυναίκα. Αυτήν που νιόνυφη άφησε ο άνδρας της πριν είκοσι χρόνια με ένα παιδάκι στον μαστό.

παίς δέ οἱ ἦν ἐπὶ μαζῶ νήπιος, (Όμηρος, *Όδύσσεια*, ια' (λ), στίχ. 448-449)<sup>9</sup>.

«Μαζόν» θήλασε και ο Δίας, όταν νεογέννητο βρέφος δόθηκε από τη μητέρα του, Ρέα, στην Αμάθεια να τον θρέψει με το γάλα της. Στη Μεγάλη Ελληνική Εγκυκλοπαίδεια του Παύλου Δρανδάκη διαβάζουμε απόσπασμα από τη σχετική πηγή:

Ζεῦ, ... σὺ δ' ἐθύσαο πίονα μαζὸν αἰγὸς Ἄμαλθείης, ἐπὶ δὲ γλυκὺ κηρίον ἔβρωσ<sup>10</sup>.

Ο όρος «μαστός» χρησιμοποιείται από τον μεγάλο αστρονόμο και μαθηματικό, Ερατοσθένη Β' (3ος-2ος αι. π.Χ.), στο έργο του *Άστροθεσία Ζωδίων*, συνοψίζοντας την παράδοση για τη δημιουργία του γαλαξία. Κατά τη μυθολογία, ο γαλαξίας σχηματίστηκε από το γάλα που χύθηκε στον ουρανό από τον μαστό της Ήρας, όταν τον πρόσφερε στον μικρό Ηρακλή να θηλάσει. Το μωρό, απaráμιλλης ρώμης από τα σπάργανα ακόμη, δαγκώνει τόσο δυνατά τη θηλή, που το γάλα πετάγεται και καταβρέχει τον ουρανό.

Τὸν Ἑρμῆν ὑπὸ τὴν γένεσιν ἀνακομίσει τὸν Ἡρακλέα καὶ προσχεῖν αὐτὸν τῷ τῆς Ἡρας μαστῶ, τὸν δὲ θηλάζειν· ἐπινοήσασαν δὲ τὴν Ἡραν ἀποπέισσασθαι αὐτόν, καὶ οὕτως ἐκχυθέντος τοῦ περισσεύματος ἀποτελεσθῆναι τὸν Γαλαξίαν κύκλον, (Ερατοσθένης, *Άστροθεσία Ζωδίων*, γ')<sup>11</sup>.

«Βρέφος επιμαστίδιο» άφησε η Ιφιγένεια τον μικρότερο αδερφό της, Ορέστη, όταν έφυγε για τη χώρα των Ταύρων. Στην *Ίφιγένεια εν Ταύροις* ο Ευριπίδης (5ος αι. π.Χ.) βάζει την ηρωίδα του στην πάροδο του έργου να θρηνεί για τον χαμό του αδερφού της, μη γνωρίζοντας ακόμα την αλήθεια, ότι, δηλαδή, ο Ορέστης ζει.

τὸν δ' Ἄργει δμαθέντα κλαίω  
σύγγονον, ὃν ἔλιπον ἐπιμαστίδιον,  
ἔτι βρέφος, ἔτι νέον, ἔτι θάλοσ  
ἐν χερσὶν ματρὸς πρὸς στέρνοις τ'  
Ἄργει σκηπτοαχὸν Ὀρέσταν, (Ευριπίδης, *Ίφιγένεια εν Ταύροις*, πάροδος, στίχ. 230-236)<sup>12</sup>.

Ο «Ύπατος»<sup>13</sup>, συγγραφέας του όψιμου Βυζαντίου, στο σύγγραμμά του *Έρμηνεία περι τοῦ Σώματος Μερῶν* διαχωρίζει και λεκτικά το ανδρικό από το γυναικείο στήθος, εισάγοντας μια ενδιαφέρουσα παράμετρο για τον όρο που αφορά στο στήθος της γυναίκας.

Μασθός ὁ ἐπι ἀνδρός, [...], μαστὸς ἐπὶ γυναικὸς ὡς μασητὸς τῷ βρέφει,  
(Ύπατος, *Έρμηνεία περι τοῦ Σώματος Μερῶν*)<sup>14</sup>.

Είναι, λοιπόν, το γυναικείο στήθος «μασητό» από το μωρό, αφού με τα χεῖλη του πιάνει τη θηλή και απομυζά το γάλα. Γι'αυτό ο «μασητός» αδένας, που επιτελεί πρώτιστα τη λειτουργία του θηλασμού, λέγεται «μαστής».

Ο θηλασμός αποτελεί διαχρονικά ένα από τα σημαντικότερα κεφάλαια στη ζωή της γυναίκας που γίνεται μητέρα και του παιδιού που φέρνει στον κόσμο. Το ανθρώπινο γάλα, στείρο μικροβίων, εύπεπτο και πλουσιότερο σε θρεπτικά συστατικά, άρα, καταλληλότερο, από οποιοδήποτε άλλο γάλα μαστοφόρου θηλαστικού ζώου, είναι για τη νέα ζωή απαραίτητο είδος διατροφής, ενώ μέχρι μια ορισμένη ηλικία (έως τους πρώτους περίπου έξι μήνες) μπορεί κάλλιστα να λειτουργήσει για το βρέφος ως αποκλειστική και πλήρης τροφή. Η έμφυτη τάση του νεογνού να αναζητά τη θηλή του μαστού για να τραφεί (ενεργοποίηση του ενστίκτου της αυτοσυντήρησης, οπότε και ο θηλασμός, από αυτήν την άποψη, αποτελεί αναφαίρετο δικαίωμά του) και η αβίαστη επιθυμία της μητέρας να έρθει σε επαφή με το παιδί, να το κρατήσει αγκαλιά και να του προσφέρει το στήθος της συμβάλλουν καθοριστικά στην ανάπτυξη ανάμεσά τους μιας δυνατής διαπροσωπικής σχέσης, μοναδικής και μακροχρόνιας.

Για την ικανότητα του παιδιού να τείνει στο γυναικείο στήθος για να θηλάσει, έχουμε μια υπέροχη, πραγματικά, περιγραφή στον *Ερωτόκριτο*, το αριστουργηματικό έργο του Βιτσέντζου Κορνάρου (1553-1613/4). Ο ποιητής εξυμνεί τη δύναμη και τη σοφία της Φύσης, που, πέρα από κάθε λογική και πρόβλεψη, «μαθαίνει» στους ανθρώπους να αλληλομαγνητίζονται ερωτικά, να αγαπιούνται και να σμίγουν και παρομοιάζει αυτήν την «άνωθεν διδασκαλία» με την έμφυτη γνώση που έχει το μικρό να στρέφεται προς την πηγή της τροφής του που του είναι αναγκαία για επιβίωση.

«Κ' εις πράματα πολλῶ (λογίων, που

άν[θρωπ]ος δεν κατέχει,  
κι ουδ' ήπραξε, μηδ' είδεν τα, μάθηση η Φύσις  
έχει.

Σαν το μωρόν, όπου κιανείς φαητό δεν τ' αρ-  
μηνεύγει,

κ' εκείνο, ὅ,τι ὡρα γεννηθεί, να βρει βυζί γυρεύει,  
απ' την κοιλιάν τση μάνας του η Φύση δασκα-  
λεύγει,

και το βυζί για ζήση του να το βρει πασπατεύγει.  
Και δίχως να 'χει δάσκαλο, με μάθηση γεννάται,  
κλαίει, γυρεύγει το βυζί κ' η μάνα το λυπάται.

Κι αν είναι και γιαμιά-γιαμιά γάλα δεν το ταγίσει,  
στο στόμα τα δακτύλια του βάνει να πιπιλήσει.  
Δείχνει τη χρείαν του το ζιμιό, κι ομολογά τα  
θέλει,

μ όλον οπού ναι έτσ' άφαντο, και βρέφος και  
κοπέλι[...], (Κορνάρος, Βιτσέντζος (1713,  
πρώτη έκδοση Βενετία), Ερωτόκριτος, α( ενότητα, στ. 2175-2186)<sup>15</sup>.

Θετική επίδραση στην ενίσχυση των συναισθηματικών δεσμών έχει ο θηλασμός και στα άλλα μέλη της οικογένειας (ή και στο ευρύτερο περιβάλλον) που βιώνουν με τον δικό τους τρόπο την εμπειρία. Στις οικογένειες με χαμηλό εισόδημα ο μητρικός θηλασμός ως φυσικός τρόπος γαλούχησης ανακουφίζει τον μηνιαίο προϋπολογισμό από τα αυξημένα οικονομικά βάρη. Στην ίδια τη γυναίκα παρέχει μια υγιεινή και σε μεγάλο ποσοστό ασφαλή μέθοδο αντισύλληψης, γεγονός που, ιδιαίτερα στις χώρες του αναπτυσσόμενου κόσμου, συντελεί τα μέγιστα στην προστασία του οργανισμού από την καταπόνηση που υφίσταται από τις αλληπάλληλες εγκυμοσύνες και στη δημιουργία ευνοϊκών προϋποθέσεων για σύνταξη και τήρηση οικογενειακού προγραμματισμού (έλεγχος των γεννήσεων).

Παιδίατροι, γυναικολόγοι, διατροφολόγοι, ψυχολόγοι ανέκαθεν εξήραν τα πλεονεκτήματα του φυσικού θηλασμού για την υγεία (σωματική, ψυχική και πνευματική (τόσο του παιδιού όσο και της μητέρας) και παρότρυναν τις μέλλουσες και νέες μητέρες να θηλάζουν τα μωρά τους, το αμέσως επόμενο διάστημα μετά τον τοκετό, εφόσον, βέβαια, δεν συντρέχουν λόγοι που καθιστούν το γάλα επιβλαβές για το νεογνό και τη γαλουχία επιζήμια για τη θηλάζουσα. Η σωστή ενημέρωση και εκπαίδευση της γυναίκας από ανθρώπους που αγαπά και εμπιστεύεται, αλλά και άλλους ειδικά καταρτισμένους, μετριάξει συναισθήματα φόβου, άγχους και αμηχανίας που είναι φυσιολογικό να υπάρχουν, συντελεί στην καταπολέμηση

σχετικών προκαταλήψεων, έτσι που ο θηλασμός να γίνεται ουσιαστική απόλαυση τόσο για την ίδια όσο και το παιδί.

Η σπουδαιότητα του μητρικού γάλακτος είχε επιστημανθεί από την αρχαιότητα ακόμη. Ο Αριστοτέλης (384-323/2 π.Χ.) στα *Πολιτικά* σημειώνει:

Όταν, δε πλέον, τα τέκνα γεννηθούν, πρέπει ο νομοθέτης να επιστήσει την προσοχήν του επί του γεγονότος ότι μεγάλην επί της διαπλάσεως ευρώστων σωμάτων επιρροήν ασκεί η ποιότης της τροφής. Αποδεικνύεται, δε, εκ της μελέτης και των άλλων ζώων και των εθνών, των επιμελουμένων τον πολεμικόν βίον, ότι η πολυπληθής τροφή του γάλακτος τα μάλιστα συντελεί εις την ευεξίαν του σώματος [...], (μετάφραση, Αριστοτέλους *Πολιτικά*, VII, 1336a, XV, 1)<sup>16</sup>.

Αιώνες αργότερα, ο Κωνσταντίνος Βαρδαλάχος (1755-1830), θερμός υποστηρικτής της διδασκαλίας των φυσικών επιστημών, εκπρόσωπος του Νεοελληνικού Διαφωτισμού<sup>17</sup>, στο σύγγραμμά-μα-διδακτικό εγχειρίδιο, *Μαθήματα διά τους Παί-δας*, λέει στους μαθητές του:

Τῆς μητρὸς τὸ γάλα εἶναι ἀρμοδιώτερον εἰς τὸ βρέφος, παρ' ἄλλης. Διὰ τοῦτο γίνεται δυνατώτερον καὶ ὑγιέστερον. [...] Ἡ Φυσικὴ τοῦ ἀνθρώπου ἀνατροφή εἶναι ἀναγκαιότης, διὰ νὰ ἔχη ἡ πατρὶς ὑγίεις καὶ εὐρώστους πολίτας, (Βαρδαλάχος, Κωνσταντίνος)<sup>18</sup>.

Παρά την αποδεδειγμένη αξία του ο φυσικός τρόπος ανατροφής του παιδιού από τη μητέρα δεν αντιμετωπίστηκε παντού και πάντοτε το ίδιο θετικά. Ενδιαφέρον, απορία, ίσως και κάποια δυσφορία (με βάση τα σημερινά δεδομένα) προκαλεί η θέση του Πλάτωνα. Στην *Πολιτεία*, μια ιδεατή ουτοπική πρόταση για οργάνωση και λειτουργία της κοινωνίας, οι γυναίκες της ανώτερης τάξης πολιτών, των «φυλάκων», τεκνοποιούν και στη συνέχεια.

«Αυτοί οι ίδιοι [ενν.: οι φύλακες] θα 'χουν και την εποπτεία της διατροφής των βρεφών. Θα φέρνουν, λόγου χάρη, και τις μητέρες στη στάνη, όταν τις στεναχωρεί το γάλα τους, αφού όμως λάβουν όλα τους τα μέτρα για να μην αναγνωρίσει καμιά τους το δικό της παιδί. Και αν αυτές δεν αρκοῦν, θα φροντίζουν να βρίσκουν κι άλλες γυναίκες με άφθονο γάλα και τις ίδιες τις μητέρες θα επιβλέπουν να θη-

λάζουν όση ώρα είναι αρκετό, ενώ τις αγρόπνιες και τους άλλους κόπους θα τις αφήνουν στις βυζάστρες και τις παραμάνες». «Έτσι που τα ορίζεις, πολύ ευκολύνεις την παιδοποιία για τις γυναίκες των φυλάκων» (μετάφραση, *Πλάτωνος Πολιτεία*, E (460d, σελ. 365, 367)<sup>19</sup>.

Τον 18ο αιώνα στη βόρεια Ευρώπη, μεταξύ των ανώτερων κοινωνικά στρωμάτων, θεωρούνταν υποτιμητικό να τρέφεται το βρέφος από τους μητρικούς μαστούς ή ακόμα και να σιτίζεται με γάλα. Ο κορυφαίος μουσουργός Αμαντέους Μότσαρντ στερούσε συνειδητά το γάλα από τα παιδιά του, στα οποία έδινε συστηματικά να κατανάλωνουν ζαχαρόνερο. Τέσσερα από τα έξι παιδιά του πέθαναν στα πρώτα τρία χρόνια της ζωής τους, εξαιτίας του υποσιτισμού στον οποίο υποβάλλονταν από τους ίδιους τους γονείς. Άλλωστε, ο φιλάσθενος χαρακτήρας του ίδιου του συνθέτη, που δεν του επέτρεψε να ζήσει περισσότερο από τριάντα πέντε χρόνια, σε μεγάλο βαθμό οφειλόταν στην ανεπαρκή διατροφή που είχε λάβει μικρός, αποτέλεσμα του «εκλεπτυσμένου», πλην όμως κάκιστου, αυστριακού διαιτολογίου του οικογενειακού του περιβάλλοντος<sup>20</sup>.

Στο πρόσφατο παρελθόν των δυο-τριών δεκαετιών που ακολούθησαν τις δεκαετίες του 1940 και του 1950, στην αστική ή αστικοποιημένη Δύση ο μητρικός θηλασμός δοκίμασε αμφισβήτηση, ακόμα και περιθωριοποίηση. Είναι η εποχή που τα κοινωνικά δεδομένα αρχίζουν να διαφοροποιούνται ή να μεταλλάσσονται. Το νέο πολιτισμικό σύστημα πριμοδοτεί τη γυναίκα που εργάζεται, έξω από το σπίτι, αμειβόμενη, με ρυθμούς και όρους εργασίας σκληρούς και ανταγωνιστικούς, όπως επιτάσσει η ελεύθερη αγορά, τη γυναίκα που είναι οικονομικά ανεξάρτητη, κοινωνικά χειραφετημένη, σεξουαλικά ισότιμη προς τον άνδρα. Στο πλαίσιο αυτό, όπου η γενική διάθεση για επαναπροσδιορισμό της στάσης απέναντι στην «παραδοσιακή» συζυγία και μητρότητα είναι εντονότερη από ποτέ, ο φυσικός θηλασμός ερμηνεύεται ως «ένοχη» προσκόλληση στην «αδύναμη» φύση της γυναίκας και παραπέμπει στη σωματική και συναισθηματική δέσμευση, στην καταπίεση, την οπισθοδρόμηση. Η απαξίωση αυτή ενισχύεται και από τις αντιλήψεις που αφορούν στη γυμνότητα του σώματος, ιδιαίτερα του γυναικείου στήθους και στη δημόσια έκθεσή του. Ο τεχνητός θηλασμός, κερδίζοντας ολοένα έδαφος, φτάνει στο απόγειό του. Τα βιομηχανικά σκευάσματα βρεφικής διατροφής κάνουν δυναμι-

κά την εμφάνισή τους και επιβάλλονται μέσα από τις διαφημιστικές (προπαγανδιστικές συχνά) εκστρατείες των μεγάλων εταιρειών.

Η γαλούχηση του βρέφους από γυναίκα άλλη από τη φυσική του μητέρα, την «τίθη», την τροφό, την παραμάνα, τη βάγια, τη βυζάστρα ή βυζάχτρα, συνιστά θέμα ξεχωριστό και πολυδιάστατο. Οι αντιλήψεις των ανθρώπων γι' αυτήν, η σχέση της με το παιδί και τους φυσικούς γονείς, οι απαιτούμενες προδιαγραφές και τα χαρακτηριστικά της, ο προσδιορισμός των καθηκόντων και αρμοδιοτήτων της, η αμοιβή της, η θέση της στην ιεραρχία των επαγγελματιών είναι ζητήματα που αξίζει να μελετώνται σε βάθος. Πάντως, εκτός από τις περιπτώσεις που βιολογικοί παράγοντες υποχρεώνουν την πρόσληψη τροφούς (κακή, γενικά, κατάσταση της μητέρας, ανεπάρκεια ή ακαταλληλότητα γάλακτος λόγω υποσιτισμού ή ασθένειας, απώλεια της ζωής της την ώρα του τοκετού) είναι γεγονός ότι από την εποχή του Ομήρου έως και τα μέσα περίπου του 20ού αιώνα η παραμάνα συνδεόταν με την οικογένεια υψηλού κοινωνικού και οικονομικού status, το γαλουχούμενο μωρό ήταν ευγενικής καταγωγής, αναθρεμμένο στους κόλπους μιας ελίτ κοινωνίας.

«Στον κόσμο του Βυζαντίου», γράφει στο άρθρο της για την παιδιατρική στο Βυζάντιο η Ε. Πουλάκου-Ρεμπελάκου, «ο μητρικός θηλασμός συνδέεται με το κοινωνικο-οικονομικό επίπεδο της οικογένειας και δεν υπαγορεύεται απαραίτητα από αμιγώς ιατρικούς λόγους. Άγραφος νόμος επέβαλε στις γυναίκες της αριστοκρατίας την πρόσληψη τροφού («τίθης»), μιας ή περισσοτέρων. Η τακτική αυτή βρίσκει αντίθετη την Εκκλησία, εκτός αν υπαγορεύεται από λόγους υγείας. Οι γιατροί δεν απορρίπτουν τον θεσμό της τίθης, αλλά καθορίζουν σχολαστικά τους κανόνες θηλασμού και αυστηρά τα κριτήρια επιλογής τροφού σε έκταση αρκετών σελίδων, ανάλογη της σοβαρότητας με την οποία αντιμετωπίζεται. Απαιτείται άμεμπτη υγεία, διότι οποιοδήποτε νόσημα θα μεταδοθεί αμέσως στο βρέφος, είτε μέσω του γάλακτος, είτε λόγω του συγχρωτισμού. Η ηλικία της τίθης θα πρέπει να κυμαίνεται μεταξύ 20 και 30 ετών (ή ακόμα καλύτερα μεταξύ 25 και 35). Θεωρείται ότι το γάλα των μεγαλύτερων γυναικών υστερεί και σε ποιότητα και σε ποσότητα, των νεοτέρων δεν είναι αρκετά εύπεπτο, ενώ ιδανική ηλικία κρίνεται εκείνη που πλησιάζει της μητέρας. Όσο για την καταγωγή, μεταφέρεται μια παραδοσιακή προτίμηση για τις τροφούς που προέρχονταν από τη Θράκη ή την

Αίγυπτο. Καθορίζονται, επιπλέον, και άλλα προσόντα που σχετίζονται με τον χαρακτήρα και τη διαγωγή της τίθης: καθαριότητα στην ενδυμασία, ηρεμία, χαρούμενη διάθεση, σύνεση, αυστηρότητα σε θέματα συνανατροφής ανδρών. Κρίνεται απαραίτητη η προϋπηρεσία και η προηγούμενη εμπειρία στην ανατροφή παιδιών. Μεγάλη σημασία αποδίδεται, επίσης, στη διατροφή της τίθης και διακρίνονται οι τροφές σε συνιστώμενες, απαγορευμένες και προς αποφυγή»<sup>21</sup>.

Την ίδια ακριβώς παρατήρηση κάνει και ο Αριστοτέλης στα Μικρά Φυσικά, στο κεφάλαιο *Περί ύπνου και έγρηγόρσεως*,

Στα παιδιά δεν ωφελεί το κρασί, ούτε στις βυζάστρες (γιατί δεν διαφέρει ίσως καθόλου αν πίνουν αυτά ή οι βυζάστρες, (μετάφραση, Αριστοτέλης, *Μικρά Φυσικά*, 457a)<sup>22</sup>,

ενώ για τον ρόλο που διαδραματίζει η συμπεριφορά της τροφού στη διάπλαση του χαρακτήρα του παιδιού ο Βαρδαάχος σημειώνει:

Μάλιστα ο χαρακτήρ του βρέφους ήμπορεί να διατεθῆ κατὰ τὸ γάλα τῆς βυζάστρας. Ἡ θυμώδης βυζάστρα κάμνει θηριώδες τὸ βρέφος· ἡ βυζάστρα τοῦ Νέρωνος ἦτον μέθυσος. Ὅταν τὰ βρέφη ἦνα ἀδύνατα καὶ ἄρρωστα, πρέπει ν' ἀλλάζεται ἡ βυζάστρα, (Βαρδαάχος, Κωνσταντίνος)<sup>23</sup>.

Πάντως, οι παραμάνες, αν και τις περισσότερες φορές, ταπεινής καταγωγής είναι πρόσωπα σεβαστά. Η ολοκληρωτική ενασχόληση με τη φροντίδα του μικρού, το οποίο συχνά παρακολουθούν και μετά το πέρας της βρεφικής ή ακόμα και της παιδικής ηλικίας, δημιουργεί ανάμεσά τους τόσο ισχυρούς δεσμούς, έτσι που να γίνονται αναντικατάστατα πρόσωπα και να ενσωματώνονται στον βασικό κορμό της οικογένειας. Μια υπεύθυνη, στοργική και έμπιστη τροφός χαίρει πάντα μεγάλης εκτίμησης από το «υψηλό» περιβάλλον του προστατευομένου της. Γνωρίζει μυστικά και σκέψεις του που και οι πιο οικείοι του μπορεί να αγνοούν. Επέχει θέση συμβούλου και καθοδηγητή, προκειμένου για τις σημαντικές αποφάσεις της ζωής του, υποκαθιστώντας πολλές φορές και αυτήν ακόμα την παρουσία και επιρροή των φυσικών γεννητόρων. Ο ομηρικός Οδυσσεάς, επιστρέφοντας μετά από πολύχρονη απουσία στην πατρίδα του, Ιθάκη, αναγνωρίζεται αμέσως από την Ευρύκλεια, την πιστή και ηλικιωμένη πια παραμάνα του. Η τρυφερή απαγόρευση

του ήρωα προς τη γερόντισσα να μην αποκαλύψει πάνω στην έκπληξη και την ταραχή της το μεγάλο μυστικό είναι ενδεικτική της αγάπης και αφοσίωσης που αισθάνονται ο ένας για τον άλλο.

Μανούλα, θες αλήθεια να με καταστρέψεις;  
Εσύ μ' ανάθρεψες με γάλα πάνω στο βυζί σου,  
(μετάφραση, Όμηρος, *Όδύσσεια*, ιθ' (τ), στίχ. 482-483)<sup>24</sup>.

Η «γονεϊκή» σχέση που έχουν αναπτύξει εκφράζεται μέσα από την προσφώνηση «μανούλα». Η σημασία που δίνει ο Όμηρος στην τροφό ίσως διαφαίνεται και στο γεγονός ότι η φυσική μητέρα του Οδυσσέα, Αντίκλεια, εμφανίζεται ελάχιστα στο έπος, μάλιστα, όταν ο Οδυσσέας επισκέπτεται τον Κάτω Κόσμο, όπου και συνομιλεί με αγαπημένα πρόσωπα, που, όμως, δεν βρίσκονται στη ζωή. Και στον *Ερωτόκριτο* του Κορνάρου η «Νένα», η γλυκιά και συνετή βυζιάχτρα της Αρετούσας, διαδραματίζει πρωταγωνιστικό ρόλο. Στα λόγια του Ποιητή-Αφηγητή γι' αυτήν, στην ίδια, αλλά και σε αυτά της Αρετούσας ο αναγνώστης διακρίνει τις σπάνιες αρετές της ηλικιωμένης γυναίκας, την έγνοια και τη λατρεία της για το κορίτσι (δίνονται πληροφορίες για τη διάρκεια θηλασμού και τον χρόνο αποθηλασμού του παιδιού και την ανησυχία της παραμάνας μπροστά στις παιδικές ασθένειες (όπως, επίσης, την άνεση της Αρετούσας να εμπιστεύεται στην τροφό τα μυστικά της και με οικειότητα και νεανικό παρορμητισμό να θυμώνει μαζί της, όταν δεν συμφωνεί με τις συμβουλές της).

«Ευρίσκετο, ταχιά κι αργά, πάντα στη συντροφιά τση,  
κείνη οπού την εβύζασε, Φροσύνη τ' όνομά τση.  
Ετούτη χρόνους και καιρούς ήτνε στο Παλάτι τη Ρηγοπούλα εβύζασε, κι ως Μάνα την εκράτει στη βλέψη της ετουνης την είχασι δοσμένη, γιαν' ήτνε άξα, φρόνιμη, περίσσα τιμημένη»,  
(α( ενότητα, στ. 415-420).

«...κάτεχε πως σ' ενέθρεψα στο στήθος σαν παιδί μου,  
κι απ τα βυζιά μου τη θροφή σου διδα με το γάλα,  
και τούτες μου οι αναθροφές μες στην καρδιά σ' εβάλα.  
Μεγάλη αγάπη σου βαστώ, Παιδί μου και Κερά μου,  
ο-για το γάλα που 'φαγες τρεις χρόνους στα βυζιά μου.  
Πολλές φορές εγρύπησα για να σ' αποκοιμίσω,

και να σου δώσω το βυζί, συχνά να σε ταγίσω», (γ' ενότητα, στ. 88-94).

[...] «Εσ' ήσουν τα μάτια μου, εσ' ήσουν το φως μου,  
εις κάθε ανάγκη και κακόν, εσ' ήσουν ο γιατρός μου.  
Ρήγισσας τέκνο εβύζασα, ανάθεμα έτοια κρίση!» (γ' ενότητα, στ. 103-105).

[...] «Εβύζασα κ' ενέθρεψα νους Ρήγα Θυγατέρα,  
κ είχα όλες τις ολπίδες μου σ' εκείνη νύκτα μέρα», (γ' έκδοση, στ. 111-112).

[...] «Τα Πάθη οπού σου μίλησα, σ' φόβον πολύ σ' εβάλα,  
κ έχασα την αναθροφήν και τω βυζών το γάλα», (γ' ενότητα, στ. 1225-1226).

[...] «Κι αυτό το στήθος, που πολλά μ' είχε κανακεμένη,  
το θέλεις δέρνει, να πονείς, Νένα, μωρή, καημένη.  
Και τα βυζιά, όπου σπλαχνικά μου δίδασι το γάλα,  
θες τσαγκουρνίζει, σα με δεις, στο μνήμα πως μ' εβάλα», (γ' ενότητα, στ. 1243-1246).

Φαίνεται ξεκάθαρα ότι ο Κορνάρος αποδίδει μεγάλη σημασία στη σχέση που δημιουργείται ανάμεσα στο παιδί που θηλάζει και τη θηλάζουσα (είτε αυτή είναι η μητέρα, είτε η τροφός). Στις περισσότερες περιπτώσεις, στη μελέτη των γραπτών πηγών αποκρυσταλλώνεται η θετική στάση των ανθρώπων απέναντι στον θηλασμό, παρόλο που ο άνθρωπος είναι το μόνο από τα θηλαστικά ζώα, που, θεωρητικά τουλάχιστον, είχε ανέκαθεν το δικαίωμα της επιλογής της χρήσης ή όχι αυτού του «βιολογικού προνομίου». Η συστηματικότερη ενασχόληση με τα κείμενα μιας περιόδου, ενός γραμματειακού είδους, ενός συγγραφέα υπό το πρίσμα των ανθρωπιστικών και κοινωνικών επιστημών της κοινωνιολογίας, της ανθρωπολογίας, της εθνολογίας παρέχει μια πιο ψύχραιμη, σφαιρική και αντικειμενική εικόνα σχετικά με το θέμα της γαλουχίας και του θηλασμού. Και σκοπός της προσπάθειας για κατανόηση των ποσοτικών και ποιοτικών αποχρώσεων που εξυφαίνονται στις αντιλήψεις των ανθρώπων για το θέμα θα πρέπει να είναι η καλλιέργεια στους νεότερους της πεποίθησης ότι πρόκειται για μια συγκλονιστική εμπειρία που αξίζει να βιωθεί χωρίς ενοχές και προκαταλήψεις από όλους.

## Υποσημειώσεις

1. Καβάγιας Αντ. (1996) «Ο Θηλασμός από την Αρχαιότητα μέχρι Σήμερα», στο 22ο Ετήσιο Πανελλήνιο Ιατρικό Συνέδριο, Αθήνα, (περίληψη άρθρου), <http://www.mednet.gr/greek/epis/2219018.htm> (Μάιος 2004).
2. Trilleri, Dan, Wihl, & Bernard, Jo, Steph [επιμέλεια, σχολιασμός, μετάφραση στα λατινικά] (1744), *Lugduni Batavorum*, σελ. 58-62 [φωτοτυπική έκδοση, εκδότης: Γ. Κρούστης].
3. Πουρναρόπουλος, Γ.Κ. (1973) Εισαγωγή εις την Φωτοτυπικήν Έκδοσιν των Έργων «Ανωνύμου Εισαγωγή Ανατομική» και «Υπάτου Ερμηνεία περί του Σώματος Μερών», εκδότης Γ. Κρούστης.
4. Για περισσότερες πληροφορίες βλ. σχετικά: Νεώτερον Εγκυκλοπαιδικόν Λεξικόν, τόμος ΙΓ', έκδοσις της Εγκυκλοπαιδικής Επιθεωρήσεως «ΗΛΙΟΣ», Αθήναι, χ.χ. σελ. 100, στ. 2.
5. Από το στερητικό πρόθεμα «α» και τη ρίζα της λέξης «μαζός» είναι πιθανόν να προέρχεται και η λέξη «Αμαζών». Οι Αμαζόνες ήταν κατά την ελληνική μυθολογία φυλή γυναικών πολεμιστών που ζούσαν στη Σκυθία, οι οποίες υποτιθέμενα αφαιρούσαν το δεξιό μαστό για να μην τους εμποδίζει στην τοξοβολία [...], βλ. Foundalis, Harry, Ενδείξεις για την Προφορά του Αρχαίου Ελληνικού Ζ σαν [ζντ], [ντζ] και [ζ], <http://www.cogsci.indiana.edu/farg/harry/lan/zetapro.htm> [Απρίλιος 2004].
6. Το ίδιο ισχύει και για πολλές άλλες περιπτώσεις οδοντικών, χειλικών και ουρανικών συμφώνων, οπότε και οι λέξεις εμφανίζουν δυο γραφές και δυο προφορές, π.χ.: «άνδρας - άντρας», «χθες - χτες», «επτά - εφτά», «σκοινί - σχοινί» κ.τ.λ.
7. Monro, D.B., and Allen T.W. (ed.) (1920), Oxford, [www.mikrosaporphous.gr](http://www.mikrosaporphous.gr) [Μάρτιος 2004].
8. Ό.π.
9. Μετάφραση: Μαρωνίτης Δ.Ν., (2002) Ομήρου Οδύσσεια (α-μ), β' έκδοση, εκδόσεις Καστανιώτη, Αθήνα, σελ. 222.
10. Μετάφραση: «Δία, συ που θήλασες τον παχύ μαστό της αίγας Αμάλθειας και έφαγες γλυκό μέλι», Δρανδάκης, Παύλος (εκδ.) Μεγάλη Ελληνική Εγκυκλοπαίδεια, τόμος Δ(, εκδοτικός οργανισμός «Φοίνιξ». Αθήναι, χ.χ. σελ. 149, σ.τ. 3.
11. Δρανδάκης, Παύλος (εκδ.) Μεγάλη Ελληνική Εγκυκλοπαίδεια, τόμος Η', εκδοτικός οργανισμός «Φοίνιξ», Αθήναι, χ.χ., σελ. 43, στ. 4. [Για το ίδιο, βλ. Ερατοσθένης, Καταστερισμοί, 44].
12. Μετάφραση: Σταύρου, Θρ. (1991), από το βιβλίο της γ( γυμνασίου Δραματική Ποίηση, <http://www.mikrosaporphous.gr> [Μάρτιος 2004].
13. Σχετικά με την ταυτότητα του συγκεκριμένου προσώπου, βλ.: Πουρναρόπουλος Γ.Κ. (1973) Εισαγωγή εις την Φωτοτυπικήν Έκδοσιν των Έργων «Ανωνύμου Εισαγωγή Ανατομική» και «Υπάτου Ερμηνεία περί του Σώματος Μερών», εκδότης: Γ. Κρούστης.
14. Trilleri, Dan, Wihl, & Bernard, Jo, Steph [επιμέλεια, σχολιασμός, μετάφραση στα λατινικά] (1744), *Lugduni Batavorum*, σελ. 150-152 [φωτοτυπική έκδοση, εκδότης: Γ. Κρούστης].
15. Από την επεξεργασία του Γ.Π. Σαββίδη στην πρώτη έκδοσιν [1713] της Βενετίας, εκδόσεις: Ερμής, Αθήνα 1998, <http://www.snhell.gr/anth text.asp?id=361> [Μάιος 2004].
16. Πρωτότυπο κείμενο: Γενομένων δὲ τῶν τέκνων οἴεσθαι δεῖ μεγάλην εἶναι διαφορὰν πρὸς τὴν τῶν σωμάτων δύναμιν τὴν τροφήν, ὅποια τις ἂν ἦ. Φαίνεται δὲ διὰ τε τῶν ἄλλων ζῶων ἐπισκοποῦσι καὶ διὰ τῶν ἐθνῶν οἷς ἐπιμελὲς ἔστιν ἅγειν τὴν πο-

- λεμικὴν ἔξιν ἢ τοῦ γάλακτος πληθύνουσα τροφή μάλιστα' οἰκεία τοῖς σώμασιν [...], Αριστοτέλους Πολιτικά, VII, 1336a, XV, 1.
17. Αμυγδαλάκη Ε., Παρασκευοπούλου Α., «Βαρδαλάχος Κωνσταντίνος [1755, Κύθηρα - 1830, Αίγινα]», στο *Ελληνομνήμων*, Οι Επιστήμες στις Ελληνόφωνες Επαρχίες κατά τη διάρκεια του 17ου και 18ου Αιώνα, Ψηφιακή Βιβλιοθήκη Ελληνικών Φιλοσοφικών και Επιστημονικών Βιβλίων και Χειρογράφων (1600-1821), Τμήμα Ιστορίας και Φιλοσοφίας της Επιστήμης, Πανεπιστήμιο Αθηνών, <http://195.75.8/authors/Vardalahos.htm> [Μάρτιος 2004].
18. Βαρδαλάχος, Κωνσταντίνος (1830) «Φυσική Ιστορία - Ακολουθία περί του Ανθρώπου», στο *Μαθήματα διὰ τους Παῖδας*, τόμος τρίτος, περίοδος τρίτη, εν Οδησῶ [εν τη Τυπογραφία του των Ελλήνων Εμπόρων Σχολείου], σελ. 223, στο *Ελληνομνήμων*, Οι Επιστήμες στις Ελληνόφωνες Επαρχίες κατά τη διάρκεια του 17ου και 18ου Αιώνα, Ψηφιακή Βιβλιοθήκη Ελληνικών Φιλοσοφικών και Επιστημονικών Βιβλίων και Χειρογράφων (1600-1821), Τμήμα Ιστορίας και Φιλοσοφίας της Επιστήμης, Πανεπιστήμιο Αθηνών, <http://195.134.75.8/pages/0000000000000013/Vardalaxos-Mathimata/223.JPG> [Μάρτιος 2004].
19. Πρωτότυπο κείμενο: «Οὐκοῦν καὶ τροφῆς οὗτοι ἐπιμελήσονται τάς τε μητέρας ἐπὶ τὸν σηκὸν ἀγοντες ὅταν σπαργῶσι, πᾶσαν μηχανὴν μηχανώμενοι ὅπως μηδεμίαν τὴν αὐτῆς αἰσθησεται, καὶ ἄλλας γάλα ἐχούσας ἐκπορίζοντες, ἐὰν μὴ αὐταὶ ἰκαναὶ ᾖσι, καὶ αὐτῶν τούτων ἐπιμελήσονται ὅπως μέτριον χρόνον θηλάσονται, ἀγρυπνίας δὲ καὶ τὸν ἄλλον πόνον τίτθαι τε καὶ τροφῆς παραδύσουσιν; Πολλὴν ραστώνην, ἔφη, λέγεις τῆς παιδοποιίας ταῖς τῶν φυλάκων γυναῖξιν Πλάτωνος Πολιτεία, Ε', 460d, σελ. 364, 366.
20. Thompson, Judith, A. (1996) "A Biocultural Approach to Breastfeeding", in *New Beginnings*, Vol. 13, No. 6, (November-December 1996), pp. 164-167, [http://www.lalecheleague.org/NB/NBNovDec96p\\_164.htm](http://www.lalecheleague.org/NB/NBNovDec96p_164.htm) [Απρίλιος 2004].
21. Πουλάκου-Ρεμπελάκου Ε. (2000). «Η Παιδιατρική στο Βυζάντιο», στο *Αρχαία Ελληνική Ιατρική*, 17 (3), σελ. 327-328, <http://www.mednet.gr/archives/2000-3/pdf/326.pdf> [Μάρτιος 2004].
22. Σωτηράκης Ν.Δ. και Ευσταθίου Α.Ε., Αριστοτέλους Μικρά Φυσικά, [εισαγωγή, μετάφρασις, σχόλια], εκδοτικός οίκος Ι.Ν. Ζαχαρόπουλου, αρ. 15, Αθήναι, χ.χ. σελ. 107. Πρωτότυπο κείμενο: «Διό τοις παιδοῖσις ου συμφέρουσιν οἱ οἶνοι, ουδέ ταις τίτθαις (διαφέρει γαρ ἴσως ουδέν αὐτὰ πίνειν ἢ τας τίτθας), ἀλλὰ δεῖ πίνειν ὕδαρὴ καὶ ὀλίγον», σελ. 106.
23. Βαρδαλάχος, Κωνσταντίνος (1830) «Φυσική Ιστορία ( Ακολουθία περί του Ανθρώπου)», στο *Μαθήματα διὰ τους Παῖδας*, τόμος τρίτος, περίοδος τρίτη, εν Οδησῶ [εν τη Τυπογραφία του των Ελλήνων Εμπόρων Σχολείου], σελ. 223, στο *Ελληνομνήμων*, Οι Επιστήμες στις Ελληνόφωνες Επαρχίες κατά τη διάρκεια του 17ου και 18ου Αιώνα, Ψηφιακή Βιβλιοθήκη Ελληνικών Φιλοσοφικών και Επιστημονικών Βιβλίων και Χειρογράφων (1600-1821), Τμήμα Ιστορίας και Φιλοσοφίας της Επιστήμης, Πανεπιστήμιο Αθηνών, <http://195.134.75.8/pages/0000000000000013/Vardalaxos-Mathimata/223.JPG> [Μάρτιος 2004].
24. Μαρωνίτης Δ.Ν. (200) Ομήρου Οδύσσεια (ν-ω), [μετάφραση], β' έκδοση, εκδόσεις Καστανιώτη, Αθήνα. Πρωτότυπο κείμενο: «μαῖα, τίμ' ἔθελεις, ὀλέσαι; σὺ δέ μ' ἔτρεφες αὐτὴ τῷ σὺ ἐπὶ μαζῷ».