

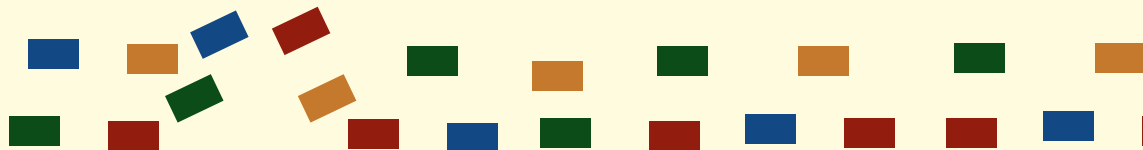
Εφορεία Αρχαιοτήτων Θεσπρωτίας

ΨΗΦΙΔΕΣ

της βυζαντινής Θεσπρωτίας



οδηγός για τον εκπαιδευτικό



ΗΓΟΥΜΕΝΙΤΣΑ 2015

© Εφορεία Αρχαιοτήτων Θεσπρωτίας
Κύπρου 68, 461 00 Ηγουμενίτσα, e-mail: efathe@culture.gr



ΑΡΧΑΙΟΛΟΓΙΚΟ ΜΟΥΣΕΙΟ ΗΓΟΥΜΕΝΙΤΣΑΣ

28ης Οκτωβρίου 2, 461 00 Ηγουμενίτσα, 2665.0.21417, 28539

www.igoumenitsamuseum.gr



ΨΗΦΙΔΕΣ

της βυζαντινής Θεσπρωτίας



Γενική επιμέλεια

Χουλιάρης Ιωάννης, αρχαιολόγος - προϊστάμενος Εφορείας
Αρχαιοτήτων Θεσπρωτίας

Κείμενα, επιλογή εποπτικού υλικού, σχεδιασμός εκπαιδευτικών δράσεων

Λάζου Θεοδώρα, ιστορικός - αρχαιολόγος
Δρόσου Δήμητρα, αρχαιολόγος

Σχεδιασμός εντύπου

Λάζου Θεοδώρα, ιστορικός - αρχαιολόγος



Σημείωμα για τον εκπαιδευτικό

Σχεδιασμός συμμετοχής

Στην αίθουσα

- Αποστολή στον εκπαιδευτικό σε ψηφιακή μορφή ενημερωτικού/εποπτικού υλικού
- Προετοιμασία μαθητών

Επίσκεψη στο μνημείο

- Υλοποίηση προγράμματος

Μετά την ολοκλήρωση

- Επίσκεψη στο Αρχαιολογικό Μουσείο
- Εκπαιδευτικό πρόγραμμα «Όψεις Βυζαντίου στο Αρχαιολογικό Μουσείο Ηγουμενίτσας»

Το παρόν έντυπο με τίτλο "Ψηφίδες της βυζαντινής Θεσπρωτίας" σχεδιάστηκε ως βασικό υλικό αναφοράς και προετοιμασίας για τον εκπαιδευτικό που θα επιλέξει να επισκεφθεί με τους μαθητές του βυζαντινά μνημεία της Θεσπρωτίας και να λάβει μέρος στα προγράμματα που σχεδίασε και υλοποιεί η Εφορεία Αρχαιοτήτων Θεσπρωτίας σε ορισμένους από τους παραπάνω χώρους ή να γνωρίσει με την τάξη του χαρακτηριστικά ευρήματα των βυζαντινών χρόνων που φιλοξενούνται στη μόνιμη έκθεση του Αρχαιολογικού Μουσείου Ηγουμενίτσας.

Τα παραπάνω προγράμματα απευθύνονται σε μαθητές των δυο τελευταίων τάξεων του Δημοτικού Σχολείου και των τριών τάξεων του Γυμνασίου και βασική επιδίωξή τους είναι να μετατρέψουν τη γνωριμία με τα βυζαντινά μνημεία της Θεσπρωτίας σε μία ευχάριστη και δημιουργική εμπειρία για τους συμμετέχοντες. Εμπλέκοντας ενεργά τους μαθητές και ενθαρρύνοντας την κριτική τους σκέψη και τη διατύπωση προσωπικών ερμηνειών, οι δραστηριότητες στο "πεδίο" που περιλαμβάνουν τα προγράμματα, στοχεύουν στην αύξηση της κοινωνικότητας των μαθητών μέσα από την εργασία σε ομάδες και στην πρόκληση έντονων συναισθημάτων, απορίας, έκπληξης και διάθεσης για περαιτέρω αναζητήσεις, προσφέροντας ταυτόχρονα ουσιαστική ψυχαγωγία και αισθητική απόλαυση.

Στο παρόν έντυπο δίνονται σύντομες πληροφορίες για το ιστορικό πλαίσιο και τα σημαντικότερα γεγονότα που σηματοδοτούν τους αιώνες της βυζαντινής περιόδου στη Θεσπρωτία, ενώ παράλληλα καλύπτει διάφορες πτυχές του δημόσιου και ιδιωτικού βίου, παρουσιάζοντας επιμέρους ενότητες όπως οι οχυρώσεις, η πολεοδομία, οι ναοί και τα μοναστήρια, η καθημερινή ζωή και τα αντικείμενα, η ένδυση και ο καλλωπισμός κλπ.

Το υλικό αυτό καλείται να αξιοποιηθεί ο εκπαιδευτικός, ανάλογα με το γνωστικό επίπεδο και τα ενδιαφέροντα της τάξης του, προκειμένου να προετοιμάσει τους μαθητές του για να συμμετάσχουν σε κάποιο από τα εκπαιδευτικά προγράμματα που διατίθενται και υλοποιούνται στα ίδια τα μνημεία είτε εναλλακτικά στο πλαίσιο μίας εκπαιδευτικής επίσκεψης στο Αρχαιολογικό Μουσείο Ηγουμενίτσας, όπου οι μαθητές -με τη βοήθεια

σχετικού εντύπου- θα προσπαθήσουν να ανακαλύψουν τα εκθέματα βυζαντινής περιόδου που φιλοξενούνται στις αίθουσες της μόνιμης έκθεσης του μουσείου. Η σύνδεση με τα αντίστοιχα κεφάλαια Βυζαντινής Ιστορίας που διδάσκονται στο Δημοτικό και το Γυμνάσιο μπορεί να σταθεί η αφορμή για μία παρουσίαση των δεδομένων που αφορούν τη Θεσπρωτία, προκειμένου οι μαθητές να ανταποκριθούν με επιτυχία στις γνωστικές απαιτήσεις των προγραμμάτων.

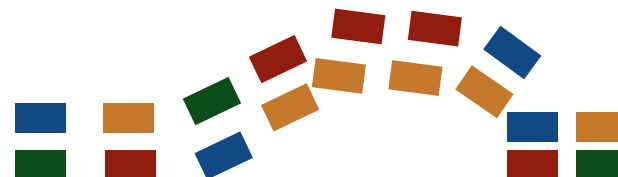
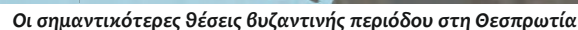
Πέραν των ειδικών στόχων που θέτει κάθε πρόγραμμα ξεχωριστά, γενικότερα όλα τα προγράμματα επιδιώκουν:

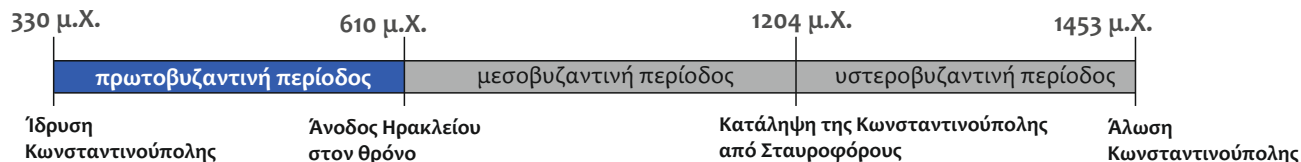
- ☞ να ανακαλέσουν οι μαθητές στη μνήμη τους πληροφορίες που σχετίζονται με τη βυζαντινή αυτοκρατορία,
- ☞ να εκτιμήσουν τα παιδιά τον βυζαντινό πλούτο της Θεσπρωτίας,
- ☞ να καλλιεργήσουν τη συνεργασία και το ομαδικό πνεύμα,
- ☞ να αναπτύξουν την ικανότητα των μαθητών να διατυπώνουν υποθέσεις και στη συνέχεια να συνθέτουν τα δεδομένα και να εξαγάγουν συμπεράσματα,
- ☞ να καλλιεργήσουν τη φαντασία και τη δημιουργικότητά τους,
- ☞ να αποτελέσουν μια ευχάριστη εμπειρία, ώστε να γεννηθεί η επιθυμία της επόμενης συμμετοχής σε κάποιο άλλο πρόγραμμα ή της επίσκεψης στο Αρχαιολογικό Μουσείο Ηγουμενίτσας.

- 4^{ος} αι. μ.Χ. Επικράτηση χριστιανισμού στην Ήπειρο
Ο Μέγας Θεοδόσιος (379-395 μ.Χ.) ιδρύει μεγαλοπρεπή ναό στην πόλη της Εύροιας, έδρα του Επισκόπου και μετέπειτα πολιούχου της Παραμυθιάς Αγίου Δονάτου
- 5^{ος} αι. μ.Χ. Η Φωτική μνημονεύεται σαν επισκοπική έδρα
Επιδρομές Βησιγότθων, Βανδάλων και Οστρογότθων
- 6^{ος}-10^{ος} αι. μ.Χ. «Σκοτεινοί χρόνοι». Επιδρομές, πολιτική και οικονομική αστάθεια
- 6^{ος} αι. μ.Χ. Εμφάνιση και εγκατάσταση Σλάβων
- μέσα 6^{ου} αι. μ.Χ. Επιδρομές Γότθων
- 7^{ος} αι. μ.Χ. Στο σλαβικό φύλο των Βαϊουννητών οφείλεται πιθανότατα το τοπωνύμιο Βαγενετία για την περιοχή της δυτικής Ηπείρου από τη Χειμάρα μέχρι το Μαργαρίτι
- 9^{ος} αι. μ.Χ. Ο επίσκοπος Βαγενετίας συμμετέχει στην Η΄ Οικουμενική Σύνοδο
- 11^{ος} αι. μ.Χ. Ιδιαίτερα ταραχώδης περίοδος. Νορμανδικές επιδρομές
- 12^{ος} αι. μ.Χ. Το «χαρτουλαράτο» της Βαγενετίας ανήκει στο θέμα του Δυρραχίου, πριν γίνει αυτόνομο θέμα. Η Άρτα γίνεται έδρα του θέματος της Νικοπόλεως
- 13^{ος}-14^{ος} αι. μ.Χ. Ακμή του οικισμού της Οσδίνας ή Ουζντίνας
- 1204 μ.Χ. Ίδρυση της Ανεξάρτητης Ηγεμονίας της Ηπείρου
- 1246 μ.Χ. Ίδρυση του Δεσποτάτου της Ηπείρου
- τέλη 14^{ου}-αρχές 15^{ου} αι. μ.Χ. Η Βενετία καταλαμβάνει τα παράλια της Θεσπρωτίας. Ιδρύει βάσεις στη Σαγιάδα (Στροβίλι), το Φανάρι, την Πάργα και την Ηγουμενίτσα και τις ενισχύει με κάστρα για την προστασία τους
- 15^{ος} αι. μ.Χ. Η Θεσπρωτία αποτελεί θέατρο πολεμικών αναμετρήσεων μεταξύ Οθωμανών και Ενετών
- 1430 μ.Χ. Παράδοση Ιωαννίνων. Οθωμανική κατάκτηση



Η σταδιακή αναδιοργάνωση της διοίκησης, η ενίσχυση των πόλεων, αλλά και η προστασία των παραλίων κατά τους πρώτους αιώνες της μεσοβυζαντινής περιόδου, διακόπτονται στις αρχές του 11^{ου} αιώνα από τις νορμανδικές επιδρομές και την εμφάνιση της Βενετίας σαν ισχυρού παράγοντα στην περιοχή. Η ίδρυση του «Δεσποτάτου της Ηπείρου» συνδέεται με την άλωση της Κωνσταντινούπολης από τους Σταυροφόρους το 1204, με την Ήπειρο να μετατρέπεται σε ιδιότυπη ανεξάρτητη ηγεμονία με πολλούς και διαφόρων εθνοτήτων δεσπότες να εγκαθίστανται στα εδάφη της μέχρι την τελική της κατάληψη στα 1430.





Η διαίρεση της Ηπείρου σε δύο επαρχίες ανάγεται στην εποχή του Διοκλητιανού, ήδη πριν από το 305 μ.Χ. Τα όρια της Παλαιάς Ηπείρου, στην οποία εντάσσεται και η Θεσπρωτία, αποτελούσαν η οροσειρά της Πίνδου στα ανατολικά, οι εκβολές του Αχελώου στα νότια, τα Ακροκεραυνία όρη στα βόρεια, ενώ στα δυτικά περιλάμβανε και τα νησιά Κέρκυρα, Λευκάδα και Ιθάκη. Αταύτιστα τοπωνύμια, αποσπασματικές φιλολογικές μαρτυρίες και αρχαιολογικές ενδείξεις για ύπαρξη οικισμών και φρουρίων συνθέτουν την εικόνα της Ηπείρου κατά την περίοδο αυτή, όπου το σπουδαιότερο κέντρο παραμένει η Νικόπολη. Παράλληλα, νέες πόλεις και επισκοπές με μεγάλα εκκλησιαστικά οικοδομήματα ιδρύονται κατά μήκος των ακτών και των οδικών αρτηριών, ενώ τα υφιστάμενα ελληνορωμαϊκά κέντρα αποκτούν νέα ζωή, κυρίως όσα βρίσκονται κατά μήκος των κεντρικών οδικών αρτηριών.

Η εικόνα που έχουμε για τις οικονομικές και κοινωνικές δομές της Ηπείρου του 4^{ου} αιώνα, αν και αποσπασματική, δείχνει την ύπαρξη μιας άρχουσας τάξης, η οποία κατέχει μεγάλα κομμάτια γης και ελέγχει την παραγωγή. Παράλληλα, έρχεται καθημερινά αντιμέτωπη με τις αυξημένες χρηματικές ανάγκες του ρωμαϊκού κράτους και τη σκληρότητα με την οποία κατά καιρούς η αυλή προσπαθεί να καλύψει τις υποχρεώσεις της μέσω της υψηλής και συχνά αυθαίρετης φορολογίας. Ως αποτέλεσμα, πολλά μέλη της άρχουσας τάξης χρεοκοπούν, συμπαρασύροντας τους μισθωτούς εργάτες που έχουν στη δούλεψή τους, ενώ ταυτόχρονα αδυνατούν να επωμιστούν το βάρος της συντήρησης των δημόσιων έργων, τα οποία σταδιακά υφίστανται σημαντικές φθορές από τον χρόνο και τις φυσικές καταστροφές.

Στο α' μισό του 5^{ου} αιώνα στις σημαντικότερες πόλεις της επαρχίας περιλαμβάνεται η ατείχιστη ρωμαϊκή αποικία της **Φωτικής**, στα βορειοανατολικά της σημερινής Παραμυθιάς, καθώς βρίσκεται στον άξονα που ένωνε την Απολλωνία με το νότιο τμήμα της Ηπείρου, και συγκεκριμένα τη Νικόπολη. Η πόλη, αν και έχασε την αίγλη που είχε στους ρωμαϊκούς χρόνους, διατήρησε ωστόσο το νομικό καθεστώς της πόλης. Στις εκκλησιαστικές πηγές του 5^{ου} αιώνα μνημονεύεται σαν επισκοπή και έδρα του Διαδόχου Φωτικής, ενώ ο επίσκοπός της Ιωάννης φαίνεται να συμμετείχε στη Σύνοδο της Χαλκηδόνας το 451 μ.Χ. Τον επόμενο αιώνα μνημονεύονται οι Ιλάριος και Φλωρεντίνος σαν επίσκοποι της πόλης. Ο Προκόπιος στο έργο του "Περί κτισμάτων" κάνει λόγο για το ενδιαφέρον του Ιουστινιανού για την οχύρωση της πόλης που κατέληξε, εξαιτίας της ακαταλληλότητας του εδάφους της, στη μετοίκηση των κατοίκων της σε κοντινό και ασφαλέστερο ελληνιστικό κάστρο. Πρόκειται πιθανότατα για ένα από τα δύο φρούρια με το όνομα Άγιος Δονάτος, βόρεια και ανατολικά της Παραμυθιάς, που αναφέρονται στον κατάλογο του Προκοπίου με τις 34 ιουστινιάνειες οχυρώσεις της Παλαιάς Ηπείρου.

Μεταξύ των σημαντικών πόλεων της περιόδου συγκαταλέγεται και η (Παλαιά) **Εύροια**, η οποία, με βάση τις περιγραφές των φιλολογικών πηγών, τοποθετείται στη σημερινή Γλυκή, έδρα Επισκόπου και μετέπειτα πολιούχου της Παραμυθιάς Αγίου Δονάτου, που με χορηγία του αυτοκράτορα Θεοδοσίου (379–395) έχτισε μεγαλοπρεπή ναό.



Ο ναός Παναγίας Λαμποθήθρας
Η δυτική πλευρά του ναού. Φωτική



Ναός Παναγίας Λαμποθήθρας
Λεπτομέρεια ψηφιδωτού δαπέδου



Αποψη του Κάστρου του Αγίου Δονάτου
Παραμυθιά

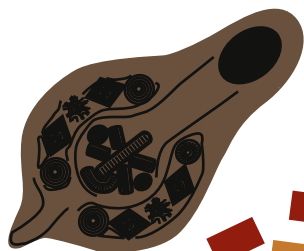
Στη θέση αυτή εντοπίζονται σήμερα αρχιτεκτονικά κατάλοιπα από τη μεσοβυζαντινή και έπειτα περίοδο, όπως η τρίκλιτη βασιλική με νάρθηκα, στην αψίδα της οποίας παρατηρείται η χρήση αρχαίου οικοδομικού υλικού, ενώ αντίθετα, η ύπαρξη παλαιοχριστιανικού ναού στο ίδιο σημείο, μόνο υποθετικά μπορεί να αναφερθεί. Αρχιτεκτονικά κατάλοιπα ναών της πρώιμης και μέσης βυζαντινής περιόδου στην ευρύτερη περιοχή αποδεικνύουν την ευρωστία της πόλης, ενώ η ανάγκη προστασίας του πληθυσμού οδήγησε τον Ιουστινιανό τον 6^ο αιώνα στη μετεγκατάστασή του σε οχυρή θέση και στη δημιουργία του κάστρου της Νέας Εύροιας, για τη θέση της οποίας υπάρχουν διάφορες υποθέσεις, με επικρατέστερη εκείνη για τον κοντινό λόφο του Καστρίου. Οιαβαροσλαβικές επιδρομές προκάλεσαν την οριστική εγκατάλειψη της πόλης.

Πολλές, από τις 34 ιουστινιάνειες οχυρώσεις της Παλαιάς Ηπείρου που αναφέρει ο βυζαντινός χρονικογράφος Προκόπιος, παραμένουν αταύτιστες. Θα μπορούσαν όμως να σχετίζονται με μια πληθώρα κάστρων στον Θεσπρωτικό χώρο που δημιουργούνται ή επαναχρησιμοποιούνται την εποχή αυτή. Ιστορικά στοιχεία, φιλολογικές μαρτυρίες και αρχαιολογικά κατάλοιπα συνθέτουν την εικόνα μιας ευημερούσας επαρχίας για την Ήπειρο μέχρι τον 4^ο αιώνα, όταν οι βαρβαρικές επιδρομές αλλάζουν το σκηνικό της αυτοκρατορίας. Η γεωγραφική θέση της Ηπείρου της εξασφάλισε προστασία τους πρώτους αιώνες των βαρβαρικών επιδρομών. Αργότερα όμως, κατά τον 5^ο αιώνα, δεν κατόρθωσε να μείνει αλώβητη από τις επιδρομές και λεηλασίες των Βησιγότθων, Βανδάλων και Οστρογότθων.

Η επικράτηση του Χριστιανισμού επέβαλλε νέες ιδέες και ηθικές, ενώ παράλληλα η κατασκευή πολυάριθμων βασιλικών και άλλων κτιριακών εγκαταστάσεων που συνδέονται με τις ανάγκες της νέας θρησκείας, τόσο στις πόλεις όσο και στην ύπαιθρο κατά τον 5^ο αιώνα, μετέβαλλε το αρχιτεκτονικό τοπίο της περιοχής και δημιούργησε καινούρια δεδομένα.

Στη Θεσπρωτία, είναι γνωστά τα ερείπια της τρίκλιτης βασιλικής με αδιαίρετο εγκάρσιο κλίτος που βρίσκεται κοντά στο χωριό Χρυσανγή, στη θέση «Χάλασμα» ή «Αεροδρόμιο», του 5^{ου} ή 6^{ου} αιώνα. Χαρακτηριστικό επίσης παράδειγμα για την περιοχή αποτελεί τρίκλιτη δρομική βασιλική της παλαιοχριστιανικής περιόδου στη θέση **Παλιοκκλησί**, 500μ. περίπου βορειοανατολικά του οδικού άξονα Προδρομίου-Ζερβοχωρίου. Η βασιλική διαμορφώνεται σε τρία κλίτη -με πλατύτερο το μεσαίο- τα οποία στο δυτικό άκρο τους επικοινωνούν μέσω τριών ανοιγμάτων με τον νάρθηκα. Η αρχαιολογική έρευνα έφερε επίσης στο φως διάφορους βοηθητικούς χώρους-δωμάτια που προορίζονταν για τις λειτουργικές ανάγκες της εκκλησίας: ξενώνες, κατοικίες κληρικών και το βαπτιστήριο.

Βασιλική στη θέση Παλιοκκλησί
Παλαιοχριστιανική περίοδος



Χάλκινη αγκράφα ζώνης
Νεοχώρι. 3^{ος}-5^{ος} αι. μ.Χ.



Πήλινο λυχνάρι με ανάγλυφο δίσκο
Λαδοχώρι. 5^{ος}-6^{ος} αι. μ.Χ.



Χάλκινη σταυρόσχημη πόρπη
Ζερβοχώρι. 5^{ος}-7^{ος} αι. μ.Χ.

ΧΛΩΡΙΔΑ-ΠΑΝΙΔΑ

Η νομαδική και ημινομαδική κτηνοτροφία οδήγησε στην απογύμνωση των βουνών

ΠΟΛΙΤΙΣΜΙΚΑ ΣΤΑΔΙΑ

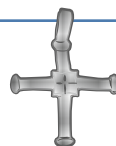
Επικράτηση Χριστιανισμού

Επιβίωση ρωμαϊκών δομών διοικήσεως

Επισκοπική έδρα Φωτικής και Εύροιας-ανέγερση πολυάριθμων εκκλησιών

Εμφάνιση και εγκατάσταση των Σλάβων

Αναδιοργάνωση της διοίκησης. Ενίσχυση των πόλεων



Ίδρυση και ακμή Οσδίνας

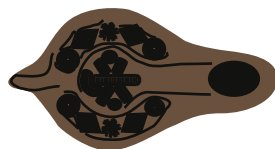


ΕΠΟΧΕΣ

Επιδρομές Γότθων

Νορμανδικές επιδρομές

Ίδρυση Ανεξάρτητης Ηγεμονίας Ηπείρου



Ίδρυση Δεσποτάτου της Ηπείρου

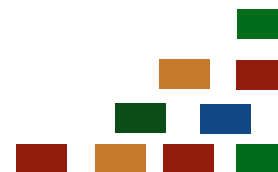
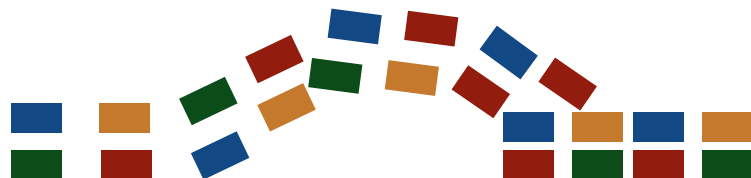
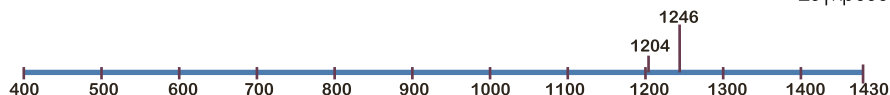
Η Βενετία καταλαμβάνει τα παράλια της Θεσπρωτίας

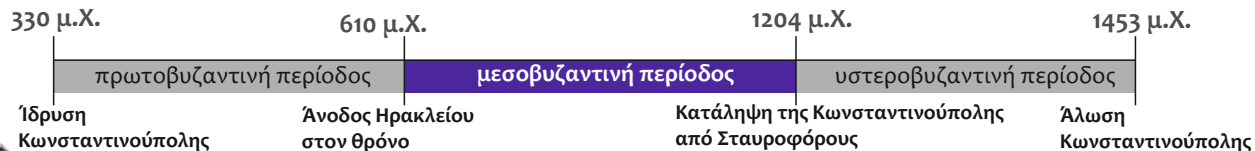
Συγκρούσεις μεταξύ Οθωμανών και Βενετών

Οθωμανική κατάκτηση



ΧΡΟΝΟΛΟΓΙΑ





Πήλινο πινάκιο με παράσταση γρύπα
Ντόλιανη. 9^{ος}-11^{ος} αι. μ.Χ.



Μολύβδινοι σταυροί
Αλαμάνι Σαγιαδάς. 10^{ος}-11^{ος} αι. μ.Χ.



Αργυρός σταυρός
Σμέρτο. 10^{ος}-12^{ος} αι. μ.Χ.

Η έντονη οικοδομική δραστηριότητα ανακόπτεται τον 6^ο αι. μ.Χ. εξαιτίας των βαρβαρικών επιδρομών, που εγκαινιάζουν μια ταραγμένη εποχή σοβαρών πολιτικών, εθνολογικών και διοικητικών ανακατατάξεων για όλη την Ήπειρο μέχρι και τον 10^ο αιώνα. Οι ηπειρωτικές ακτές παύουν να είναι πια ασφαλείς και δέχονται τις πειρατικές επιδρομές των Οστρογόθων στα μέσα του 6^{ου} αιώνα, που σύμφωνα με τον Προκόπιο, σηματοδοτούν πιθανότατα την καταστροφή της Δωδώνης και της Νικόπολης και έτσι το τέλος της ύστερης αρχαιότητας στην Ήπειρο. Αν και μια τόσο εκτεταμένη καταστροφή δεν γίνεται σήμερα αποδεκτή από τους μελετητές, εντούτοις μπορεί να αποτελέσει δείγμα των προβλημάτων που δημιούργησαν οι επιδρομές αυτές. Οι πρώτες σλαβικές επιδρομές οδήγησαν στο εκτεταμένο οχυρωματικό έργο του Ιουστινιανού, μετά τον θάνατο του οποίου ο ρυθμός των αβαροσλαβικών επιδρομών που έπληξαν την Ήπειρο εντάθηκε αισθητά.

Η εμφάνιση και εγκατάσταση των Σλάβων δημιούργησε νέα πολιτικά, διοικητικά και εθνολογικά δεδομένα, σπάζοντας πια οριστικά τους δεσμούς με την αρχαιότητα. Η ανάγκη μετακίνησης του πληθυσμού σε ασφαλέστερα μέρη, συνήθως τα κοντινά νησιά, διαπιστώνεται για παράδειγμα μέσα από τρεις επιστολές του παπικού αρχείου του 603/604 μ.Χ., που αφορούσαν στην επίλυση ενός εκκλησιαστικού προβλήματος ανάμεσα στον επίσκοπο Κέρκυρας και τον επίσκοπο Ευροίας, ο οποίος είχε καταφύγει με το εκκλησιασμά του στο νησί. Κυρίως μέσα από τα εκκλησιαστικά έγγραφα και την αλληλογραφία, διαπιστώνεται η επιβίωση των διαφόρων πόλεων της Ηπείρου αυτή την περίοδο. Έτσι με βεβαιότητα οι πόλεις της Παλαιάς Ηπείρου που συνεχίζουν να επιβιώνουν κατά τη μεσοβυζαντινή περίοδο, και μάλιστα αποτελούν έδρα επισκοπής, είναι η Κέρκυρα, ο Βουθρωτός, η Ανδριανούπολη και η Φωτική. Στα βόρεια της Φωτικής και σε σημείο όπου προϋπήρχε κτίριο των ρωμαϊκών χρόνων, βρίσκεται ο τρίκλιτος ναός της Αγίας Φωτεινής με εσωτερική πεσσοστοιχία και τρίπλευρη αψίδα, ο οποίος τοποθετείται σε αυτή την περίοδο.

Η ένδεια των ιστορικών και φιλολογικών πηγών ευθύνεται για τις περιορισμένες γνώσεις αναφορικά με τις υπόλοιπες πόλεις της περιοχής της Θεσπρωτίας. Με βάση τα αρχαιολογικά κατάλοιπα μπορεί να γίνει αναφορά στην Παραμυθιά και την Οσδίνα, που φαίνεται να ιδρύονται αυτή την περίοδο, αν και η ακμή τους τοποθετείται στην περίοδο που ακολουθεί. Η περιοχή της **Παραμυθιάς** με τα δύο της κάστρα, το ένα στον λόφο του Γαλατά και το μεγαλύτερο του Αγίου Δονάτου, όπου πιθανότατα εγκαταστάθηκαν οι κάτοικοι της Φωτικής επί Ιουστινιανού, εξακολουθεί να αποτελεί σημαντική περιοχή της επαρχίας. Σε αποσπασματική κατάσταση σώζεται το λουτρό της πόλης, αποτελούμενο από τέσσερις ορθογώνιους χώρους και έναν επιμήκη βοηθητικό, που επικοινωνούν μεταξύ τους με τοξωτά ανοίγματα. Στα βόρεια ορθογώνιος χώρος με ημικυκλική κόγχη και στέγαση με καμάρες φαίνεται να αποτελούσε τη δεξαμενή των λουτρών.

Η μεταβατική περίοδος των σκοτεινών χρόνων, που ακολουθεί και διαρκεί μέχρι και το τέλος του 10^{ου} αι., χαρακτηρίζεται από την έλλειψη ιστορικών πηγών και τον εκχριστιανισμό των Σλάβων που εγκαταστάθηκαν στον ηπειρωτικό χώρο. Σε μια τέτοια εγκατάσταση του σλαβικού φύλου των Βαϊουνητών τον 7^ο αιώνα οφείλεται πιθανότατα το τοπωνύμιο Βαγενετία για την περιοχή της δυτικής Ηπείρου, από τη Χειμάρρα μέχρι και το Μαργαρίτι. Τους αιώνες που ακολουθούν, η Βαγενετία είναι οργανωμένη κατά το βυζαντινό διοικητικό σύστημα, ενώ δεν άργησε να ασπαστεί τον χριστιανισμό, με αποτέλεσμα τον 9^ο αιώνα ο επίσκοπός της να συμμετέχει στις εργασίες της 8^{ης} Οικουμενικής Συνόδου. Η διοικητική μονάδα της αρχοντείας της Βαγενετίας αντικατέστησε στη συγκεκριμένη περιοχή τις παλαιότερες διοικητικές μορφές της Παλαιάς Ηπείρου.

Η δημιουργία του θέματος της Νικοπόλεως με έδρα τη Ναύπακτο και επικράτεια που έφτανε από τη νοτιοδυτική Αλβανία μέχρι και τον Κορινθιακό κόλπο, συνδέεται στα τέλη του 9^{ου} αιώνα με την καλύτερη προστασία των παραλίων από τους Άραβες και σηματοδοτεί τη λήξη της μεταβατικής περιόδου. Αν και η Νικόπολη δεν είναι πια η πρωτεύουσα της Παλαιάς Ηπείρου, εντούτοις δεν θα πρέπει να θεωρηθεί πως έχει χάσει τη θέση και την αίγλη της. Στη μητρόπολη της Ναυπάκτου ανήκουν οι επισκοπές της περιοχής, ανάμεσα στις οποίες και η Φωτική, αλλά όχι και η Βαγενετία, της οποίας η λειτουργία πρέπει να ήταν πολύ σύντομη.

Ο 11^{ος} αιώνας, μια ιδιαίτερα ταραχώδης περίοδος, φέρνει στο προσκήνιο τους Βουλγάρους αλλά και τις Νορμανδικές επιδρομές. Τον 12^ο αιώνα, τέλος, το «χαρτουλαράτο» της Βαγενετίας ανήκει στο θέμα του Δυρραχίου, πριν γίνει αυτόνομο θέμα, ενώ έδρα του θέματος της Νικοπόλεως γίνεται η Άρτα.

Στον 10^ο και 11^ο αιώνα την πληρέστερη εικόνα συνθέτει η περιοχή της κοιλάδας του μέσου ρου του Καλαμά, όπου εκτεταμένα νεκροταφεία μαρτυρούν τη διαμονή ή διέλευση από την περιοχή μεγάλης πληθυσμιακής ομάδας. Η απουσία εντοπισμού οικισμού μόνιμης εγκατάστασης αυτής της περιόδου κάνει πολύ θελκτική την υπόθεση να ταυτιστεί ο οικισμός με εκείνον της **Ντόλιανης**, επάνω στον λόφο της ελληνιστικής ακρόπολης της **Φανοτής**. Μετά τη ρωμαϊκή κατάκτηση, η πόλη της Φανοτής ακολούθησε, εν μέρει, τη μοίρα των υπόλοιπων ηπειρωτικών πόλεων. Στην επιβίωση της πόλης και μετά το 168 π.Χ. συνετέλεσε αναμφισβήτητα και η καίρια θέση της κοντά στον σημαντικό ρωμαϊκό δρόμο που ένωνε την Απολλωνία με τη Νικόπολη διαμέσου Αυλώνας - Βουθρωτού. Κατά τη μέση βυζαντινή περίοδο παρατηρούνται επισκευές των αρχαίων τειχών, ενώ τμήματα εκτεταμένου νεκροταφείου της ίδιας περιόδου, που εντοπίζονται στους πρόποδες και τις πλαγιές του απέναντι λόφου, στην ίδια θέση με το νεκροταφείο της αρχαίας πόλης, μαρτυρούν την ύπαρξη ενός ακμάζοντος οικισμού. Δείγματα κατοίκησης της ίδιας εποχής έχουν διαπιστωθεί στην ευρύτερη περιοχή του μέσου Καλαμά, δημιουργώντας το οικιστικό πλαίσιο στο οποίο εντάσσεται και ο οικισμός της Φανοτής - Ντόλιανης.

Λίγο βορειότερα, πλησίον της Εθνικής Οδού Ηγουμενίτσας - Ιωάννινων, στην περιοχή της **Ρίζιανης**, σε κάποιο ίσως οργανωμένο συγκρότημα ανήκουν τα αρχιτεκτονικά λείψανα δύο ναών της πρώιμης και μέσης βυζαντινής περιόδου καθώς και τμήμα εκτεταμένου νεκροταφείου.



Αεροφωτογραφία του αρχαιολογικού χώρου Ντόλιανη



Ναίκος στον πύργο της κύριας πύλης της αρχαίας οχύρωσης του οικισμού. Ντόλιανη. 11^{ος}-15^{ος} αι. μ.Χ



Χάλκινα δαχτυλίδια Ντόλιανη. 11^{ος}-15^{ος} αι. μ.Χ.



Το αποκαλυφθέν τμήμα του αρχαιότερου ναού, του οποίου η ταύτιση και χρονολογική τοποθέτηση παραμένει προβληματική λόγω της αποσπασματικής αποκάλυψής του και της σποραδικότητας των ευρημάτων, παρουσιάζει αντιστοιχίες με την κάτοψη τρίκλιτης βασιλικής των πρώτων χριστιανικών αιώνων. Συγκεκριμένα, μπορούν να ταυτιστούν οι χώροι στα δυτικά με τον νάρθηκα, τον εξωνάρθηκα και τον χώρο αποθήκευσης των σκευών του ναού, ενώ οι τρεις χώροι που διαφαίνονται στα ανατολικά με τα τρία κλίτη της βασιλικής.

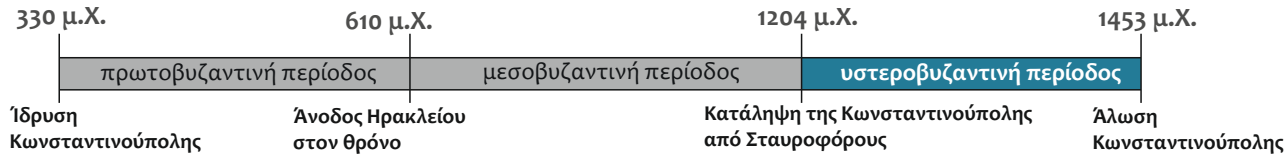
Εν μέρει επάνω στον εν λόγω ναό, κατασκευάστηκε μονόχωρος μεσοβυζαντινός ναΐσκος, περίπου ορθογώνιος, η κατασκευή του οποίου πρέπει να είχε ολοκληρωθεί πριν από τα τέλη του 10^{ου} αιώνα. Η κατασκευή των τοίχων του είναι περισσότερο επιμελημένη από τον προγενέστερο ναό, από λαξευμένους λίθους, εμβόλιμες πλίνθους σε αρκετή συχνότητα, διάσπαρτο αρχαίο οικοδομικό υλικό σε δεύτερη χρήση και κονίαμα ως συνδετικό υλικό. Στα ανατολικά του ανασκάφτηκε ορθογώνιο πρόσκτισμα με λιθόκτιστο θρανίο στα νότια, ίσως ο προαύλιος χώρος του ναΐσκου.



Σχέδιο και λεπτομέρεια του ναού
και του νεκροταφείου
Ρίζιανη. Μεσοβυζαντινή περίοδος



Γυάλινα αγγεία
Ρίζιανη. Μεσοβυζαντινή περίοδος



Παρά τις Βουλγαρικές και Νορμανδικές επιδρομές του 11^{ου} και 12^{ου} αιώνα, δεν σημειώνονται ουσιαστικές μεταβολές στη ζωή του ηπειρωτικού χώρου μέχρι και το 1204, καθώς η βυζαντινή διοίκηση παρέμενε παρούσα στην Ήπειρο και λάμβανε μέτρα προστασίας της, ενώ κάποια σταθερότητα διασφάλιζαν και οι σχετικά μακρές περίοδοι ειρήνης μεταξύ των επιδρομών.

Σταθμό για την ιστορία της Ηπείρου θα αποτελέσει η κατάληψη της βυζαντινής αυτοκρατορίας από τους σταυροφόρους το 1204, καθώς για μεγάλα χρονικά διαστήματα θα υπάρξει ως ανεξάρτητη βυζαντινή επαρχία, στα εδάφη της οποίας θα διαδραματιστούν πληθώρα ιστορικών γεγονότων και διεκδικήσεων. Το αίσθημα ανεξαρτησίας που θα υπερισχύσει για αρκετούς αιώνες στην περιοχή ευνοείται κυρίως από τα φυσικά γεωγραφικά όριά της αλλά, κατά τον 13^ο αιώνα, και από τις πολιτικές περιστάσεις που θα εντείνουν ακόμη περισσότερο το πνεύμα ελευθερίας που επικρατεί στην περιοχή.

Η Ήπειρος, αντίθετα από το υπόλοιπο τμήμα του ελληνικού κόσμου, θα παραμείνει εκτός της εξουσίας των Λατίνων, Φράγκων και Ιταλών Σταυροφόρων σχεδόν έως τον 14^ο αιώνα. Από το 1204 ως το 1246 ως ανεξάρτητη ηγεμονία και με πρώτο ηγεμόνα τον Μιχαήλ Δούκα και δεύτερο τον γιο του Θεόδωρο, όχι μόνο δεν υποτάσσεται, αλλά και καθίσταται ο σοβαρότερος ανταγωνιστής της αυτοκρατορίας της Νίκαιας, η οποία κατά την περίοδο αυτή θεωρείται το πολιτικό και εκκλησιαστικό κέντρο της βυζαντινής αυτοκρατορίας. Από το 1246 ως και το 1268 η Ήπειρος μετατρέπεται σε «δεσποτάτο», το οποίο, εδραιώνοντας φιλικές σχέσεις με την Ιταλία, θα ανταπεξέλθει της διαμάχης με τη Νίκαια. Το 1265, μέσω του γάμου του δεσπότη της Ηπείρου Μιχαήλ Νικηφόρου με την ανιψιά του αυτοκράτορα Άννα Παλαιολογίνα Καντακουζηνή, θα εδραιωθεί μια νέα σχέση μεταξύ Ηπείρου και Βυζαντίου, με τους δεσπότες της Ηπείρου να επιμένουν στο προνομιακό καθεστώς ανεξαρτησίας τους τόσο από το Βυζάντιο όσο και από τους Ιταλούς.

Οι σχέσεις αυτές διαρρηγνύονται με την εμφάνιση στο προσκήνιο του βασιλείου της Σερβίας στα τέλη του 13^{ου} αιώνα. Τη δυσχερή θέση που είχε περιέλθει η Ήπειρος εκμεταλλεύτηκε ο αυτοκράτορας της Νίκαιας Ανδρόνικος καταλαμβάνοντας το 1315 τα Ιωάννινα. Οι αιώνες που ακολουθούν σηματοδοτούν την εγκατάσταση στην περιοχή πολυάριθμων Αλβανών, οι οποίοι, έχοντας υποστηρίξει θερμά τη σερβική εισβολή, επωφελούνται και αναλαμβάνουν ηγεμονικές θέσεις στην ευρύτερη περιοχή.

Στους δύο τελευταίους αιώνες ζωής του Βυζαντίου, η Θεσπρωτία ακολουθεί την ταραχώδη ζωή του Δεσποτάτου της Ηπείρου, αποτελώντας τμήμα του ανεξάρτητου Θέματος της Βαγενετίας. Στο τέλος του 14^{ου} – αρχές 15^{ου} αιώνα η Βενετία καταλαμβάνει τα παράλια της Θεσπρωτίας, ιδρύοντας βάσεις στη **Σαγιάδα** (Στροβίλι), το **Φανάρι**, την **Πάργα** και την **Ηγουμενίτσα** και χτίζοντας σε αυτές κάστρα για την προστασία τους. Κάστρα χτίζονται και σε σημαντικές διαβάσεις στην ενδοχώρα, όπως για παράδειγμα το κάστρο στο **Ελευθεροχώρι** και η **Σκάλα του Ζωριάνου**.

Η Θεσπρωτία, κατά τη διάρκεια του 15^{ου} αιώνα, γίνεται θέατρο πολεμικών αναμετρήσεων μεταξύ Οθωμανών και Βενετσιάνων. Ιδιαίτερα στα δυτικά παράλια, τα φρούρια του Μαργαριτίου, της Πάργας, του Πύργου και της Σαγιάδας αλλάζουν συχνά χέρια ύστερα από αιματηρές πολεμικές συγκρούσεις.

Στις 9 Οκτωβρίου 1430 η κατάκτηση των Ιωαννίνων από τους Τούρκους βάζει τέλος στην εξουσία των Τόκκων, που ηγεμόνευαν από το 1384 στην Ήπειρο, και θα σημάνει την υποδούλωση ολόκληρης της Ηπείρου.



Στους τελευταίους αυτούς αιώνες πριν την οθωμανική κατάκτηση, στην περιοχή της Θεσπρωτίας παρουσιάζεται μια αξιοσημείωτη ανάπτυξη στους ήδη υπάρχοντες οικισμούς και πόλεις. Η περιοχή της **Παραμυθιάς**, που αποτέλεσε ουσιαστικά πρωτεύουσα της Θεσπρωτίας, αρχικά με το όνομα Άγιος Δονάτος και έπειτα με το σημερινό της όνομα προερχόμενο από την Ι.Μ. της Παναγίας της «Παραμυθιάς», φαίνεται να εξελίχθηκε στον σημαντικότερο οικισμό της περιόδου. Στο σύγχρονο νεκροταφείο της πόλης βρίσκεται ο τρίκλιτος σταυρεπίστεγος ναός με τρουλοκαμάρα της Κοίμησης της Θεοτόκου (Μεγάλη Παναγιά ή Μεγάλη Εκκλησιά), η ίδρυση του οποίου ανάγεται στο β' μισό του 13^{ου} αιώνα. Λουτρά, η «Κούλια» και ναοί τεκμηριώνουν την ακμή όχι μόνο της πόλης αλλά και της ευρύτερης περιοχής. Ναοί του 13^{ου} αιώνα είναι ήδη γνωστοί σε όλη την περιφέρεια της Παραμυθιάς, όπως ο μονόχωρος ναός με τρίπλευρη αψίδα της Αγίας Κυριακής στο Γαρδίκι και ο τρίκλιτος ναός του Αγίου Δημητρίου στο Ζερβοχώρι. Εκτός από την περιοχή της Παραμυθιάς, πόλεις αναπτύσσονται και κατά μήκος των σημαντικών οδικών αρτηριών της περιόδου ή κοντά στις ποτάμιες διαβάσεις. Σε φυσική οχυρή θέση βορειοδυτικά της Πλακωτής, στη δεξιά όχθη του Καλαμά, κοντά στο χωριό Πέντε Εκκλησιές, όπου και τα λείψανα ελληνιστικής ακρόπολης, ιδρύθηκε η βυζαντινή **Οσδίνη ή Ουζντίνα**, που άκμασε κατά τον 13^ο και 14^ο αιώνα αλλά και στους πρώτους μεταβυζαντινούς χρόνους. Η ακριβής ίδρυση της πόλης είναι άγνωστη, αλλά η απουσία μνημείων της πρώιμης βυζαντινής περιόδου οδηγούν τη χρονολόγησή της κάπου στη μεσοβυζαντινή εποχή, οπότε πιθανότατα ανήκουν και οι επισκευές που γίνονται στα αρχαία τείχη. Οι ναοί του 16^{ου} και 17^{ου} αιώνα που σώζονται δεν έδωσαν μόνο το σημερινό όνομα στον οικισμό, Πέντε Εκκλησιές, αλλά μαρτυρούν την έντονη δραστηριότητα που σημειώνεται στην περιοχή, όπου σώζονται εννέα ναοί, μία σκήτη και τα βάθρα μίας γέφυρας του 17^{ου} αιώνα. Διάσπαρτα στον θεσπρωτικό χώρο διατηρούνται σήμερα μονές της μεταβυζαντινής περιόδου, κάποιες σε θέση παλαιότερων, αλλά και οικισμοί, σεράγια, κάστρα της οθωμανικής περιόδου, ολοκληρώνοντας την εικόνα της κατοίκησης.



Άποψη του βυζαντινού λουτρού και της κούλιας Παραμυθιά



Αρχαιολογικός χώρος Οσδίνας



Ο ναός της Κοίμησης της Θεοτόκου Παραμυθιά. Β' μισό 13^{ου} αι. μ.Χ.





Μικρογραφία σε χειρόγραφο. Παράσταση μάχης
© Σύνοψις Ιστοριών Ιωάννου Σκυλίτζη, Ισπανία, Μαδρίτη, Εθνική Βιβλιοθήκη

Στην προσπάθεια οργάνωσης των γραμμών άμυνας, η οχύρωση των βυζαντινών πόλεων αποτελούσε πρωτεύον μέλημα της αυτοκρατορικής διοίκησης. Οι δύσκολες συνθήκες που επικράτησαν σταδιακά από τον 4^ο αι. (οικονομικά προβλήματα, εχθρικές επιδρομές, φυσικές καταστροφές) κατέστησαν σε πολλές περιπτώσεις αναποτελεσματικές τις όποιες προσπάθειες έγιναν και τελικά οδήγησαν σε σημαντικές αλλαγές στη φυσιογνωμία των πόλεων. Μετά τα μέσα του 6^{ου} αιώνα, ο πληθυσμός τους μειώθηκε, το μέγεθός τους μίκρυνε, κάποιες πόλεις εγκαταλείφθηκαν εντελώς και άλλες μεταφέρθηκαν σε πιο ασφαλείς τοποθεσίες.

Μετά από μία περίοδο τριών αιώνων που το Βυζάντιο κλήθηκε να αντιμετωπίσει συνεχείς επιδρομές γειτονικών λαών και να υπερασπιστεί τα σύνορά του, μεγάλη οικοδομική δραστηριότητα σημειώνεται τον 6^ο αι. μ.Χ. επί αυτοκράτορα Ιουστινιανού. Το σχέδιο του νέου αυτοκράτορα για την ανασυγκρότηση της άμυνας της αυτοκρατορίας καταγράφεται από τον ιστορικό Προκόπιο στο έργο του «Περί κτισμάτων». Σύμφωνα με τον Προκόπιο, ο Ιουστινιανός θα διαθέσει μεγάλα χρηματικά ποσά για την ανακατασκευή των τειχών πολλών υφιστάμενων πόλεων, ενώ παράλληλα θα ενισχύσει με οχυρώσεις πολλά στρατηγικά σημεία. Βασικός του στόχος ήταν να οργανώσει ένα δίκτυο οχυρωμένων οικισμών σε καίριες θέσεις για την εξασφάλιση της προστασίας των δρόμων και των κόμβων του εμπορίου, ώστε ταξιδιώτες και εμπορεύματα να διακινούνται με ασφάλεια. Έτσι οι πόλεις αποκτούν σταδιακά τη μορφή κλειστών, καλά οχυρωμένων οικισμών, που προσέφεραν ταυτόχρονα ασφάλεια και προστασία και στον πληθυσμό της υπαίθρου σε περιόδους πολιορκίας.

Πλέον η θέση ίδρυσης των νέων πόλεων, μικρών πόλεων-καστρών, αποτελεί σημαντική επιλογή, που συνδέεται άμεσα με την επιβίωση της ίδιας της πόλης. Φρόντιζαν να επιλέγουν θέσεις σε φυσικά οχυρωμένους χώρους, όπως πάνω σε λόφους με απόκρημνες πλευρές, μακριά από τη θάλασσα ή πάνω σε χερσονήσους, προκειμένου να προστατεύονται από τις εχθρικές επιθέσεις. Η εξασφάλιση αρκετού πόσιμου νερού, ιδιαίτερα σε περιπτώσεις πολιορκίας, ήταν πολύ σημαντικός όρος για την επιλογή ενός χώρου και διασφαλιζόταν με τη δημιουργία δεξαμενών (κινστέρνες). Οι δεξαμενές αποτελούσαν, μαζί με την εκκλησία, τα βασικά οικοδομήματα μίας πόλης-κάστρου και είχαν τη μορφή είτε ορθογώνιων κτισμάτων επιχρισμένων με υδραυλικό κονίαμα είτε κυκλικών πύργων-δεξαμενών για τη συλλογή των νερών της βροχής και την εξασφάλιση της υδροδότησης. Επίσης, η ύπαρξη εκτάσεων για καλλιέργεια, λατομείων για εκμετάλλευση ή και δασών για ξυλεία ήταν απαραίτητοι παράγοντες για την επιβίωση των κατοίκων, εξασφαλίζοντας την ίδια στιγμή και τα απαραίτητα υλικά για την οχύρωση της πόλης.



Η κατασκευή των οχυρώσεων στηριζόταν στη λογική της παράταξης εμποδίων και της δημιουργίας πολλαπλών γραμμών άμυνας, με στόχο την αποτελεσματικότερη αντιμετώπιση των εχθρικών επιθέσεων. Ενίσχυαν συνήθως με τείχη τις πιο ευάλωτες πλαγιές των λόφων και συγχρόνως εκμεταλλεύονταν τη φυσική οχύρωση που τους παρείχαν οι πλευρές με απότομη κλίση. Ο αριθμός και το ύψος των τειχών, το σχήμα και η μορφή των πύργων, ο αριθμός και ο τρόπος φύλαξης των πυλών καθορίζονταν από τη διαμόρφωση του εδάφους, τις εξελίξεις στην πολεμική τέχνη και τις υπάρχουσες οικονομικές και οικοδομικές δυνατότητες.

Πύργοι και μεταπύργια συνιστούσαν την οχύρωση του κάστρου. Το σχήμα των πύργων διέφερε κατά περίπτωση: είχαν στρογγυλό, τριγωνικό, ορθογώνιο ή πολυγωνικό σχήμα με δύο ή περισσότερους ορόφους. Στην κορυφή είχαν σειρά από οδοντωτές επάλξεις και καταχύστρες ή ζεματίστρες από τις οποίες οι αμυνόμενοι έριχναν καυτό νερό, λάδι ή μολύβι στους επιτιθέμενους. Τα μεταπύργια ήταν ψηλοί τοίχοι που ένωναν τους πύργους και είχαν αρκετό πάχος για να αντέχουν τις επιθέσεις των πολιορκητικών μηχανών. Όπως και οι πύργοι, είχαν οδοντωτές επάλξεις, ενώ ένας διάδρομος, ο περιδρόμος, συνέδεε τους πύργους και επέτρεπε στους στρατιώτες να παρατάσσονται και να μετακινούνται. Η ανάβαση στις επάλξεις γινόταν με σκάλες, ενώ στη βάση των τειχών διαμορφώνονταν συχνά αποθήκες στρατιωτικού υλικού και χώροι για την παραμονή των φρουρών. Επιπλέον γραμμές άμυνας, ιδιαίτερα σε πόλεις που βρίσκονταν σε πεδινά εδάφη, αποτελούσαν ένα χαμηλότερο τείχος, το περιτείχισμα, που κτιζόταν έξω από την οχύρωση και μία τάφρος με νερό, το πρώτο εμπόδιο που συναντούσε ο εχθρός πριν από τα τείχη.

Η επικοινωνία των κατοίκων του κάστρου με τον πληθυσμό που διέμενε εκτός των τειχών γινόταν μέσω των πυλών. Οι πύλες κατασκευάζονταν στα πιο προσβάσιμα και για αυτό πιο ευπαθή σημεία, όπου κατέληγαν οι κύριοι δρόμοι του κάστρου και εκείνοι που εξασφάλιζαν την επικοινωνία με τη γύρω περιοχή. Τα ανοίγματα των πυλών αποτελούσαν τα πιο ευάλωτα σημεία της οχύρωσης και το γεγονός αυτό εξηγεί και τον περιορισμένο αριθμό τους καθώς και την ιδιαίτερη μέριμνα για την ενίσχυση της άμυνάς τους με την κατασκευή ισχυρών πύργων. Επίσης, οι λίγες σε αριθμό πύλες εξασφάλιζαν και τον αποτελεσματικότερο έλεγχο των ανθρώπων και των προϊόντων που εισέρχονταν και εξέρχονταν από την πόλη. Οι πύλες άνοιγαν με την ανατολή του ήλιου και έκλειναν με τη δύση του.

Στο ψηλότερο σημείο της πόλης πρόσθετη προστασία για τους αμυνόμενους προσέφερε η ακρόπολη, αποτελώντας το τελικό τους καταφύγιο. Εδώ στεγαζόταν η έδρα των αρχόντων καθώς και της εκκλησιαστικής και στρατιωτικής ιεραρχίας. Οι πύργοι της ακρόπολης, που ενίσχυαν την άμυνά της, χρησίμευαν και ως παρατηρητήρια, από τα οποία οι φρουροί κατόπτευαν τη γύρω περιοχή. Σε ορισμένες περιπτώσεις, εκτός από το τείχος της πόλης και εκείνο της ακρόπολης, υπήρχε και ένα τρίτο ενδιάμεσο τείχος, που διαιρούσε την πόλη σε δύο τμήματα, την άνω πόλη και την κάτω πόλη: αν το τείχος της πόλης ήταν η πρώτη γραμμή άμυνας των κατοίκων και των υπερασπιστών της σε καιρό κινδύνου, το ενδιάμεσο τείχος δημιουργούσε μια δεύτερη γραμμή υπεράσπισης, ενώ το τείχος της ακρόπολης την τρίτη και τελευταία γραμμή άμυνας. Το πολλαπλό αυτό σύστημα άμυνας δημιουργούσε όμως και πολλά προβλήματα, καθώς έθετε περιορισμούς στην ανάπτυξη της ίδιας της πόλης, στερώντας της πολύ από τον ζωτικό της χώρο, καθορίζοντας σε μεγάλο βαθμό τη θέση και μορφή των δρόμων και των οικοδομικών της νησίδων.

Μέσα στα τείχη, οι κύριοι δρόμοι ήταν λίγοι. Οι περισσότεροι ήταν μάλλον στενά σοκάκια, με τα σπίτια να είναι κτισμένα κολλητά, το ένα δίπλα στο άλλο. Δίπλα στους ναούς συνήθως υπήρχαν ελεύθεροι χώροι που χρησίμευαν ως πλατείες. Στα περίχωρα των πόλεων, εκτός των τειχών, συχνά υπήρχαν ξενώνες με στάβλους για τα ζώα και αποθήκες για τα εμπορεύματα, λουτρά και ταβέρνες για τη διαμονή των ταξιδιωτών.

Στα οχυρωματικά έργα που κατασκευάζονται για την ενίσχυση της άμυνας της αυτοκρατορίας, εκτός από τις πόλεις-κάστρα, εντάσσονται και τα φρούρια και οι πύργοι, που ακολουθούσαν την ίδια λογική των διαδοχικών γραμμών άμυνας. Σκοπός τους ήταν ο έλεγχος στρατηγικών θέσεων και περασμάτων, ενώ ταυτόχρονα χρησιμοποιούνταν και ως έδρα του τοπικού άρχοντα, για αποθήκευση της σοδειάς των γειτονικών περιοχών άλλα και ως καταφύγιο των κατοίκων σε περιόδους κινδύνου. Έπαιζαν αποφασιστικό ρόλο στην άμυνα των γύρω περιοχών είτε αντιμετωπίζοντας τους εχθρούς είτε προειδοποιώντας εγκαίρως τις πόλεις και τα μοναστήρια που ήταν κοντά για την έλευση του κινδύνου.



Οδηγίες για το κτίσιμο, την πολιορκία αλλά και την οργάνωση της άμυνας των κάστρων, αναφέρονται στο Στρατηγικό του Μαυρικού (6^{ος} – 7^{ος} αι.), στα Τακτικά του Λέοντος (9^{ος} αι.) και στο Στρατηγικό του Κεκαυμένου (11^{ος} αι.).

Η άμυνα του κάστρου

Αν φρουρείς κάστρο και μάθεις ότι ο εχθρός έρχεται εναντίον σου, να ετοιμαστείς όπως πρέπει για να αντιμετωπίσεις τον πόλεμο:

- Να επισκευάσεις τα τείχη που έχουν ρωγμές.
- Να οχυρώσεις καλά τους πύργους που είναι προμαχώνες.
- Να συγκεντρώσεις λιθάρια πάνω στα τείχη...
- Να φτιάξεις τάφρους διπλές και τριπλές, πολύ βαθιές και πλατιές και λάκκους έξω από τους τάφρους για να πέφτουν μέσα τα άλογα.
- Να στήσεις πάνω στα τείχη αντιπολιορκητικά μηχανήματα και βαριά τόξα...
- Αν έλθει ο εχθρός εναντίον σου με όλη του τη δύναμη, να μη βγεις από το κάστρο για να τον πολεμήσεις, αλλά φυλάξου και πολέμησέ τον από τους προμαχώνες για δύο τρεις μέρες. Κι αφού διαπιστώσεις τη δύναμη που έχει, την ενεργητικότητα, τον τρόπο με τον οποίο πολεμά και τις μηχανές του, τότε, αν μπορείς, αιφνιδιαστικά να τον ακρωτηριάσεις.

Στρατηγικό Κεκαυμένου (μτφρ. Δ. Τσουγγαράκη)

Ο εφοδιασμός του στρατού με τα αναγκαία και η τακτική του στρατηγού

- Να τα 'χεις όλα άφθονα και να αναβάλλεις τον πόλεμο υποκρινόμενος στον εχθρό και να τον καθυστερείς μέρα με τη μέρα.
- Να στέλνεις στον στρατηγό τους δώρα για να τον αποκοιμίζεις. Έτσι ο εχθρός θα εξαντληθεί από τις κακουχίες και θα τον συντρίψεις.
- Το ίδιο να καθυστερείς και όταν περιμένεις βοήθεια στρατού, εκτός αν είσαι εξασφαλισμένος από την τοποθεσία. Να έχεις όμως φρουρές μέρα και νύχτα για να μη σε αιφνιδιάσουν και σε εξολοθρεύσουν.
- Αν όμως δεν έχεις αφθονία σε όλα, δεν περιμένεις στρατιωτική βοήθεια και αντιμετωπίζεις έλλειψη αναγκών για τον στρατό και τα ζώα σου, τότε αμέσως πλησίασε τον εχθρό και αφού ξεκουραστείς 2-3 μέρες, άρχισε τη μάχη. Γιατί όσο καθυστερείς μπορεί να δειλιάσεις και να υποχωρήσεις...

Στρατηγικό Κεκαυμένου (μτφρ. Δ. Τσουγγαράκη)

Πώς να αντέξεις μια μακράς διάρκειας πολιορκία

- Διώξε από το κάστρο όσους δεν μπορούν να προσφέρουν βοήθεια (ασθενείς, γέρους κλπ.), ώστε τα εφόδια να φτάσουν στους στρατιώτες.
- Να χρησιμοποιείς εναντίον των εχθρών πίσσα, φωτιά και πέτρες.
- Οι πύργοι του κάστρου να είναι ασκεπείς για να μπορούν να μάχονται άνετα οι στρατιώτες.
- Να υπάρχουν πλάγιες θύρες στους πύργους και οι εισοδοί να μην μένουν ανοιχτές και να φυλάσσονται.
- Να μοιράσεις τις δυνάμεις σου σε όλο το μήκος του τείχους ώστε να σπεύδουν πιο εύκολα σε βοήθεια.
- Να αναμειξείς και τον λαό ανάμεσα στον στρατό για να μη δημιουργείς στάσεις.
- Οι πόρτες του κάστρου να φυλάσσονται από έμπιστους άνδρες. Να μη συγχωρείς κανέναν είτε στρατιώτη είτε πολίτη, αν βγει έξω για οποιοδήποτε λόγο και ιδιαίτερα στην αρχή της πολιορκίας.
- Γιατί αν γίνει αυτό, ο λαός γίνεται πιο εύκολα υποχείριο του εχθρού.
- Αν το κάστρο έχει προτείσισμα, να ορίσεις σκοπούς και ιδιαίτερα στη διάρκεια της νύχτας.
- Μην κάνεις άκαιρα ακοντίσματα από το κάστρο.
- Αν το νερό έρχεται στο κάστρο από στέρνα, να το χρησιμοποιείς με μέτρο.
- Οι σκοπιές και ιδίως οι νυχτερινές, να ορισθούν με επιμέλεια.

Η ζωή στην πόλη και την ύπαιθρο

Οι πρώτες πόλεις της Βυζαντινής αυτοκρατορίας ακολουθούσαν την πολεοδομική οργάνωση των αρχαίων. Η διάδοση του χριστιανισμού συντέλεσε αποφασιστικά στη μεταβολή της μορφής και της εσωτερικής οργάνωσης των πόλεων. Σιγά σιγά οργανώνεται ένα νέο δίκτυο πόλεων – επισκοπών κοντά σε κεντρικές οδούς, οι οποίες αποτελούν και σημαντικά οικονομικά κέντρα. Από τον 4^ο έως τον 6^ο αιώνα διευρύνεται ο αριθμός των επισκοπών με αποτέλεσμα ο αστικός χώρος να καταλαμβάνεται από την ανέγερση των απαραίτητων κτισμάτων για τις απαιτήσεις της νέας θρησκείας (βασιλικές, βαπτιστήρια, επισκοπεία), που επιβάλλονται στον χώρο και αποτελούν πυρήνες της κοινωνικής ζωής. Ωστόσο η μορφή της πόλης δεν αλλάζει ουσιαστικά, καθώς συνεχίζει να εφαρμόζεται το σύστημα των δύο διασταυρούμενων οδών που καταλήγουν στις πύλες. Σταδιακά όμως ο αυστηρός γεωμετρικός σχεδιασμός υποχωρεί και εφαρμόζεται πιο ελεύθερο σχήμα.

Από τον 6^ο αιώνα, και εξαιτίας των συνεχόμενων επιδρομών, οι πόλεις σταδιακά μετατρέπονται σε κάστρα, καλά οχυρωμένα οικιστικά σύνολα για την προστασία των πληθυσμών της υπαίθρου αλλά και την κάλυψη των αμυντικών αναγκών της αυτοκρατορίας. Οι πόλεις συρρικνώνονται σε έκταση και αλλάζουν ριζικά μορφή και λειτουργίες. Η άναρχη δόμηση και η στενότητα χώρου είχε ως αποτέλεσμα την έλλειψη μεγάλων πλατειών και εξαρχής σχεδιασμένων ελεύθερων χώρων. Αντί του ιπποδάμειου αναπτύσσεται ένα φυγόκεντρο πολεοδομικό σύστημα, όπου κύριο σημείο αναφοράς αποτελεί το κέντρο από όπου ξεκινούν οι οδικές αρτηρίες. Βασικά οικοδομήματα μιας πόλης – κάστρου ήταν ένας τουλάχιστον επισκοπικός ναός και μία ή περισσότερες δεξαμενές ή κιστέρνες για την εξασφάλιση της υδροδότησης.

Στις πόλεις – κάστρα που χωροθετούνταν σε φυσικά οχυρά εδάφη, τα σπίτια άλλοτε βρίσκονταν κοντά το ένα στο άλλο με μεσοτοιχίες κι άλλοτε ήταν διασκορπισμένα άτακτα στον χώρο ακολουθώντας τη μορφολογία του εδάφους. Οι δρόμοι προσαρμόζονταν και αυτοί στις ιδιομορφίες του εδάφους: ήταν κατά κανόνα στενοί, ανηφορικοί, σπάνια ευθύγραμμοι, λιθόστρωτοι και μεταβλητού πλάτους, ανάλογα με τον διαθέσιμο χώρο. Μάλιστα, λόγω της απότομης κλίσης του εδάφους, οι οδοί συχνά διακόπτονταν από σκαλοπάτια, γεγονός που απέκλειε τη χρήση τροχοφόρων.

Οι διαθέσιμοι ανοιχτοί χώροι περιορίζονταν γύρω από τους ναούς και τους περιβόλους των μοναστηριών και συχνά λειτουργούσαν και ως χώροι πανηγύρεων, αγοραπωλησιών και κοινωνικής συναναστροφής. Βαθμιαία, οι χώροι αυτοί εξελίχθηκαν σε σημεία αναφοράς της κοινωνικής ζωής και αποτέλεσαν τους πυρήνες γύρω από τους οποίους οργανώνονταν οι συνοικίες της πόλης. Κατά την ύστερη και κυρίως κατά τη μεταβυζαντινή περίοδο, οι ενοριακοί ναοί έδιναν το όνομά τους στις συνοικίες (μαχαλάδες) όπου βρίσκονταν. Σε όλες τις βυζαντινές πόλεις, εκτός και κυρίως εντός των τειχών, ιδρύονταν μοναστήρια, τα οποία σύντομα εξελίχθηκαν σε κέντρα πνευματικής ζωής με σημαντική οικονομική και κοινωνική δύναμη.



Αναπαράσταση βυζαντινού κάστρου. Ψηφιδωτό Κωνσταντινούπολη, Μονή της Χώρας
© Φωτογραφικό Αρχείο EKBMM



Αναπαράσταση πόλης. Ψηφιδωτό Κωνσταντινούπολη, Μονή της Χώρας
© Φωτογραφικό Αρχείο EKBMM

Η βυζαντινή πόλη ήταν στενά συνδεδεμένη με τη γύρω αγροτική περιοχή, όπου ζούσαν οι γεωργοί και οι κτηνοτρόφοι, που πουλούσαν το πλεόνασμα της παραγωγής τους για να αγοράσουν έτοιμα προϊόντα στην πόλη. Η εκμετάλλευση της γης γινόταν είτε από τον ίδιο τον ιδιοκτήτη είτε από τρίτους. Οι μεγάλες ιδιοκτησίες καλλιεργούνταν από τους «μισθίους» και σπανιότερα από δούλους, ενώ υπήρχαν και οι μικροϊδιοκτήτες γης που ζούσαν στα χωριά και πλήρωναν συλλογικά φόρους.

Γύρω από τους οικισμούς υπήρχαν κήποι και περιβόλια με καρποφόρα δέντρα και πιο μακριά κτήματα φυτεμένα με αμπέλια, ελιές και χωράφια σπαρμένα με δημητριακά. Πολλές περιοχές της υπαίθρου ήταν φυτεμένες με μουριές, που με τα φύλλα τους έτρεφαν μεταξοσκώληκες. Σε κάθε χωριό ακόμη υπήρχε κοινόχρηστη περιοχή με δάση και βοσκοτόπια για την προμήθεια ξύλων και για τη βοσκή των ζώων. Οι κάτοικοι των στεριανών χωριών ήταν συνήθως γεωργοί και βοσκοί. Στα νησιά και στα παράλια ασχολούνταν με το ψάρεμα και τη ναυτιλία.

Η κτηνοτροφία κατείχε πάντα σημαντική θέση στη βυζαντινή αγροτική οικονομία και η κατοχή κοπαδιών αποτελούσε ένδειξη πλούτου. Ο πληθυσμός της υπαίθρου συμπλήρωνε τα εισοδήματά και τη διατροφή του με το κυνήγι (αγαπημένη ενασχόληση όλων των κοινωνικών τάξεων), τη μελισσοκομία, τη σπηροτροφία (εκτροφή μεταξοσκωλήκων για μετάξι) και το ψάρεμα.

Φράσεις των Βυζαντινών που χρησιμοποιούμε σήμερα

«Αυτό μοσχοβολάει»

Για τη μαγειρική, τον καλλωπισμό και την παρασκευή αρωμάτων οι κάτοικοι της υπαίθρου, και ιδιαίτερα οι γυναίκες, μάζευαν και χρησιμοποιούσαν αρωματικά φυτά, βότανα και λουλούδια. Πολλά από αυτά τα πουλούσαν και μάλιστα σε καλές τιμές. Πιο περιζήτητο για το άρωμά του ήταν ο μόσχος, από όπου προέρχονται και οι εκφράσεις «μοσχοβολάει» και «αυτό το μοσχοπούλησε».

«Αυτός είναι ξεφτέρι»

Πολλοί Βυζαντινοί αντί για σκύλους χρησιμοποιούσαν στο κυνήγι εκπαιδευμένα γεράκια, τα ξεφτέρια όπως τα έλεγαν. Τα γυμνασμένα αυτά αρπακτικά ήταν περιζήτητα για τη σύλληψη των θηραμάτων. Για αυτό και σήμερα λέμε «ξεφτέρια» αυτούς που αναζητούν και πετυχαίνουν τον στόχο τους.



(4)

1. **Αγροτική σκηνή.** Μικρογραφία σε χειρόγραφο του 11ου αι.

© Biblioteca Nazionale Marciana, Venezia

2. **Αγροτική σκηνή.** Μικρογραφία σε χειρόγραφο τέλη 11ου αι.

© Μονή Αγίας Αικατερίνης, Σινά

3. **Θερισμός.** Μικρογραφία σε χειρόγραφο του 13ου αι.

Άγιο Όρος, Μονή Βατοπεδίου

© Ιερά Κοινότητα Αγίου Όρους

4. **Σκηνή οργώματος.** Μικρογραφία σε χειρόγραφο του 11ου αι.

Άγιο Όρος, Μονή Εσφιγμένου

© Ιερά Κοινότητα Αγίου Όρους



(1)



(2)



(3)



Θερισμός. Μικρογραφία σε χειρόγραφο

© Μαδρίτη, Εθνική Βιβλιοθήκη



Σκηνή αγροτικών εργασιών. Μικρογραφία σε χειρόγραφο

του 13ου αι. Άγιο Όρος, Μονή Βατοπεδίου

© Ιερά Κοινότητα Αγίου Όρους



Σκηνή αγροκαλλιέργειας.

Μικρογραφία σε χειρόγραφο του 12ου αι.

Άγιο Όρος, Μονή Μεγίστης Λαύρας

© Ιερά Κοινότητα Αγίου Όρους

Οι διατάξεις των νόμων που ρύθμιζαν την πολεοδομική οργάνωση των πόλεων και την οικοδόμηση δείχνουν μία ιδιαίτερη φροντίδα των Βυζαντινών για την αισθητική και την υγιεινή των κατοικιών τους. Καθοριστικοί παράγοντες για τη μορφή των βυζαντινών σπιτιών ήταν η οικονομική κατάσταση του ιδιοκτήτη, η μορφολογία του εδάφους και ο διαθέσιμος χώρος. Οι κατοικίες των πόλεων οργανώνονταν σε γειτονιές – ενορίες και σε οικοδομικά τετράγωνα με κοινωνικό και θρησκευτικό πυρήνα τον ναό. Στις πόλεις συνυπήρχαν πολυτελείς επαύλεις και φτωχικά σπίτια, ενώ μεγάλες διαφορές υπήρχαν ανάμεσα στα αστικά σπίτια και στα σπίτια της υπαίθρου.

Το βυζαντινό σπίτι συνδύαζε αρχαία ελληνικά, ρωμαϊκά και ανατολικά στοιχεία. Στις οικίες των πρώτων μεταχριστιανικών αιώνων τα δωμάτια ήταν χτισμένα γύρω από μία κεντρική αυλή, με πιο σημαντικό δωμάτιο το «τρικλίνιο» που χρησίμευε ως τραπεζαρία για τα συμπόσια. Τα σπίτια των εύπορων οικογενειών ξεχώριζαν για τη μεγάλη έκταση και τη συχνά πολυτελή διακόσμησή τους σε σχέση με τα σπίτια των μεσαίων στρωμάτων. Η πλειοψηφία του πληθυσμού των πόλεων κατοικούσε σε πολυώροφες πολυκατοικίες.

Για το χτίσιμο χρησιμοποιούνταν συνήθως λίθοι, τούβλα και ξύλα, ενώ για συνδετική ύλη λάσπη από άμμο, ασβέστη ή ακόμα και χώμα στις πιο φτωχικές κατασκευές. Οι πιο περίτεχνες κατασκευές χρησιμοποιούσαν και τεμάχια πλίνθων στους αρμούς.

Το τυπικό βυζαντινό σπίτι διαμορφώνεται σταδιακά μετά τον 6^ο αι. και μέχρι τον 12^ο αι. Τα περισσότερα σπίτια ήταν συνήθως ισόγεια αλλά υπήρχαν και δίπατα. Οι χώροι κατοικίας περιορίζονταν στον όροφο, ενώ στο ισόγειο βρίσκονταν οι βοηθητικοί χώροι, όπως το κελάρι, ο σταύλος, τα εργαστήρια, οι στέρνες κλπ. Ο «τρικλίνιος» εξακολουθεί να είναι το κυριότερο δωμάτιο του σπιτιού και γύρω του αναπτύσσονταν τα δωμάτια των ανδρών, τα διαμερίσματα των γυναικών και των παιδιών, η τραπεζαρία και οι χώροι υγιεινής. Χωρίσματα από ελαφρά υλικά (ξύλο, καλάμια, υφάσματα) διαίρουν τους ενιαίους χώρους σε μικρότερα δωμάτια, ενώ το φως έφτανε μέσα στο σπίτι από τα παράθυρα, στα οποία προσάρμοζαν κατάλληλα πλαίσια για να δέχονται μικρά τζάμια, οκταγωνικά ή ορθογώνια. Τα πλουσιότερα σπίτια είχαν επιμελημένη τοιχοποιία και εντυπωσιακή διακόσμηση με ψηφιδωτά, τοιχογραφίες και μωσαϊκά, ενώ κάποια διέθεταν εξώστες προς τον δρόμο, τους «ηλιακούς», καθώς και αυλές με στοές ή κήπους.

Το μεγαλύτερο όμως μέρος του πληθυσμού κατοικούσε σε χαμηλά σπίτια ή σε δίπατες οικίες με δωμάτια γύρω από μία ανοιχτή αυλή, όπου συνήθως υπήρχε πηγάδι και φούρνος.

Στα υστεροβυζαντινά σπίτια η εσωτερική αυλή καταργήθηκε και τα σπίτια ήταν συνήθως ορθογώνια δίπατα, με βοηθητικούς χώρους στο ισόγειο και το «τρικλινάρι», που ενσωμάτωσε σταδιακά όλους τους χώρους που αναπτύσσονταν πριν στον όροφο.



Αναπαράσταση εσωτερικού οικίας
Τοιχογραφία. Κίεβο, Ναός Αγίας Σοφίας
© Φωτογραφικό Αρχείο EKBMM



Αναπαράσταση οικίας. Ψηφιδωτό
Μαδηθά, Ιορδανία
© Φωτογραφικό Αρχείο EKBMM



Αναπαράσταση οικίας. Ψηφιδωτό
Δαμασκός, Μεγάλο Τέμενος
© Φωτογραφικό Αρχείο EKBMM



Αναπαράσταση οικίας. Ψηφιδωτό
Δαμασκός, Μεγάλο Τέμενος
© Φωτογραφικό Αρχείο EKBMM



Αναπαράσταση οικίας
Όψεις της καθημερινής ζωής στην πλαιιοχριστιανική ζωή,
βιβλίο για τον μαθητή, ΜΒΠ, Θεσσαλονίκη 2006



Πρόπλασμα βυζαντινής εκκλησίας. Τοιχογραφία
Βουλγαρία, Μονή Κρεμίκοτσι
© Φωτογραφικό Αρχείο ΕΚΒΜΜ



(1)



(2)

**1, 2. Αναπαράσταση προπλάσματος
βυζαντινής εκκλησίας.** Τοιχογραφία
1. Κόσοβο, Ναός Μεταμόρφωσης του Σωτήρος
2. Κόσοβο, Μονή Γκρατσάνιτσα
© Φωτογραφικό Αρχείο ΕΚΒΜΜ

Η ένταξη των ναών στον πολεοδομικό ιστό της βυζαντινής πόλης έγινε βαθμιαία. Οι πρώτοι ναοί ιδρύθηκαν σε ιδιοκτησίες που ανήκαν στον αυτοκράτορα ή σε δημόσιες εκτάσεις. Κατά τον 5° και 6° αιώνα, ναοί ιδρύονταν σε κεντρικά σημεία του πολεοδομικού ιστού και καταλάμβαναν χώρους δίπλα ή και μέσα στα παλαιά οικονομικά κέντρα, αποβαίνοντας έτσι τοπόσημα της περιοχής. Στη μέση και ύστερη βυζαντινή περίοδο, οι ναοί συνήθως κτίζονταν σε ελεύθερες από δόμηση περιοχές ή σε βασικούς δρόμους των πόλεων, αποτελώντας τους πυρήνες γύρω από τους οποίους οργανώνονταν οι συνοικίες. Στις περιόδους που ακολούθησαν, οι εκκλησίες έδιναν το όνομά τους στις συνοικίες όπου βρίσκονταν.

Χαρακτηριστικά κτίρια των βυζαντινών πόλεων αποτελούν και τα μοναστήρια. Αν και τα πρώτα ιδρύονταν στην ύπαιθρο, μακριά από τις πόλεις, από τον 6° αιώνα και μετά τα μοναστήρια ιδρύονταν εντός των τειχών των πόλεων. Εντασσόμενα στον πολεοδομικό ιστό, γρήγορα μετατράπηκαν σε κέντρα πνευματικής ζωής με σημαντική οικονομική δύναμη. Ο αριθμός των κτισμάτων που διέθετε κάθε μονή εξαρτιόταν από το μέγεθος, τον πλούτο αλλά και την κοινωνική προσφορά της προς την πόλη.

Συνήθως τα μοναστήρια απομονώνονταν με ψηλό περίβολο. Τα περισσότερα κτίσματα διατάσσονταν γύρω από τον κεντρικό ναό, που αποτελούσε και το σημείο αναφοράς για την οργάνωση της ζωής στο μοναστήρι. Από τα πιο σημαντικά κτίσματα ήταν η τράπεζα (εστιατόριο), το μαγειρείο και τα κελιά των μοναχών. Σημαντικοί χώροι για τη μοναστηριακή ζωή ήταν ακόμα οι αποθήκες των τροφίμων, οι χώροι φιλοξενίας και τα λουτρά, ενώ παράπλευρα κτίρια ενίοτε στέγαζαν νοσοκομεία, που χρησιμοποιούνταν και από λαϊκούς ασθενείς, πτωχοκομεία, ορφανοτροφεία και σχολεία. Τέλος, πολλά μοναστήρια διέθεταν αξιόλογες βιβλιοθήκες, ενώ ορισμένα ήταν σημαντικά κέντρα παραγωγής και αντιγραφής χειρόγραφων βιβλίων.



Δολοφονία αυτοκράτορα Ρωμανού Αργυρού στο λουτρό
Μικρογραφία σε χειρόγραφο

© Σύνοψις Ιστοριών Ιωάννου Σκυλίτζη, Μαδρίτη, Εθνική Βιβλιοθήκη



Εξωτερική άποψη του βυζαντινού λουτρού της
Παραμυθιάς



Λούόμενος ξεκουράζεται μετά το λουτρό του
Μικρογραφία σε χειρόγραφο του 14^{ου} αι.

© Ιερά Κοινότητα Αγίου Όρους

Τα λουτρά κατείχαν σημαντική θέση στην κοινωνική και θρησκευτική ζωή των βυζαντινών, καθώς λειτουργούσαν και ως χώροι συνάντησης και ψυχαγωγίας των κατοίκων των πόλεων. Τα μεγάλα δημόσια λουτρά της ρωμαϊκής περιόδου εγκαταλείπονται και παράλληλα ιδρύονται νέα μικρότερα, που διακρίνονται σε δημόσια, ιδιωτικά και μοναστηριακά. Τα δημόσια χτίζονταν -με κρατική δαπάνη ή χορηγία εύπορων οικογενειών- σε κεντρικά σημεία των πόλεων. Εκτός από τον όρο «λουτρόν», οι βυζαντινοί χρησιμοποιούσαν και διάφορες άλλες ονομασίες, όπως βαλανείον, λούσμα, θερμά, θέρμες. Πολλές φορές μάλιστα τα κτίρια των λουτρών έφεραν το όνομα του ιδρυτή τους.

Τα περισσότερα λουτρά ήταν διδυμα για τον διαχωρισμό των φύλων, με χωριστές εισόδους και πτέρυγες αλλά με κοινή υπόκαυστη εγκατάσταση. Σε διαφορετική περίπτωση, οι άντρες επισκέπτονταν τα λουτρά άλλες ημέρες ή ώρες από τις γυναίκες. Από τον 7^ο αιώνα τα μεγάλα λουτρά έπεσαν σε αχρηστία εξαιτίας του υψηλού κόστους συντήρησής τους αλλά και λόγω της μείωσης του πληθυσμού και της έλλειψης νερού, με αποτέλεσμα να περιοριστεί σημαντικά ο αριθμός και το μέγεθός τους.

Τα λουτρά ήταν κτίσματα με ιδιαίτερη αρχιτεκτονική και εσωτερική διακόσμηση με ψηφιδωτά, μαρμάρινα δάπεδα, πίνακες και αγάλματα. Οι τρεις κύριοι χώροι ονομάζονταν «οίκοι» και πλαισιώνονταν από άλλους βοηθητικούς. Στον μέσο οίκο, γνωστό ως «χλιαροψύχριον» ή «χλιαρόν», γινόταν η επάλειψη με έλαια, κρασί και αρωματικά καθώς και η περίχυση με χλιαρό νερό. Το κυρίως λουτρό γινόταν στον τρίτο οίκο, το «θερμόν». Εκεί, μετά την εφίδρωση και το τρίψιμο με το «τρίπτρον», ο λουόμενος έμπαινε στην «εμβατήν» (είδος λουτήρα), με τη διαδικασία να ολοκληρωνόταν με το ξέπλυμα με κρύο νερό και την επάλειψη με μύρα. Ο επισκέπτης επέστρεφε στα αποδυτήρια, χώρο που συνήθως βρισκόταν στην είσοδο του λουτρού, όπου ξεκουραζόταν, συζητούσε και έτρωγε.

Οι κύριοι χώροι του λουτρού ήταν θερμαινόμενοι. Η θέρμανσή τους επιτυγχανόταν από το θερμό νερό που διοχετευόταν σε πήλινους σωλήνες στους τοίχους του κτιρίου και από τον θερμό αέρα που κυκλοφορούσε στον χώρο των υποκαύστων. Ο χώρος των υποκαύστων βρισκόταν κάτω από τα δάπεδα και συνδεόταν με κτιστούς αγωγούς με τον χώρο της εστίας, που βρισκόταν εξωτερικά του κτιρίου, όπου με την καύση ξύλων ή κάρβουνων θερμαινόταν ο αέρας και το νερό. Για τις ανάγκες λειτουργίας του λουτρού υπήρχαν δεξαμενές αποθήκευσης νερού και σύστημα τροφοδότησης και αποχέτευσης.

Τη λειτουργία των λουτρών αναλάμβανε ο «βαλανεύς» -ή η «βαλανεύτρια» για τα γυναικεία- που είχε και την ευθύνη για τον συντονισμό των ανθρώπων που εργάζονταν στο λουτρό: ο εγκαυστής ή καμινάρης (υπεύθυνος για την εστία), ο καψάριος (φύλακας των προσωπικών ειδών), ο «λουτράρης» κλπ., οι οποίοι προέρχονταν από τις χαμηλές κοινωνικές τάξεις.

Επιπλέον, απαραίτητα για το λουτρό ήταν τα «λουτρικά», τα ανάλογα δηλαδή σκεύη, τα προσόψια, ρούχα και υφάσματα, που μάλιστα αρκετές φορές αναφέρονταν και στα προικοσύμφωνα.

Η οικονομική και κοινωνική θέση του ιδιοκτήτη καθόριζε την ποιότητα και την ποσότητα της οικοσκευής κάθε σπιτιού, με τα συνηθέστερα υλικά κατασκευής της να είναι το γυαλί, ο πηλός, τα όστρακα και το ξύλο για τους πιο φτωχούς και τα πολύτιμα μέταλλα και οι λίθοι για τους πλούσιους.

Το τραπέζι και το κρεβάτι αποτελούσαν τη βασική επίπλωση του σπιτιού. Οι περισσότεροι όμως ξάπλωναν πάνω σε στρώματα από άχυρα, βαμβάκι, κουρέλια ή πούπουλα, τα οποία απλώνονταν απευθείας στο πάτωμα ή σε χτιστούς πάγκους. Τα τραπέζια, συνήθως κατασκευασμένα από ξύλο, χρησιμοποιούν όχι μόνο για το σερβίρισμα του φαγητού αλλά και ως πάγκοι εργασίας ή γραφεία. Κιβώτια ή σεντούκια χρησιμοποιούνταν για τη φύλαξη ψωμιού και τροφίμων, ενδυμάτων και βιβλίων, ακόμα και χρημάτων ή κοσμημάτων. Αντίστοιχο ρόλο είχαν τα ερμάρια, ντουλάπια μέσα στους τοίχους. Βαριά παραπετάσματα (κουρτίνες) που κρέμονταν από την οροφή χρησιμοποιούνταν ως διαχωριστικά των δωματίων. Τα σπίτια φωτίζονταν με κεριά και λυχνάρια, που συνήθως ήταν φορητά ή στηρίζονταν σε μόνιμους λυχνοστάτες. Οι εκκλησίες και τα παλάτια χρησιμοποιούσαν κυρίως πολυκάνδηλα ή πολυέλαιους που κρέμονταν από την οροφή με αλυσίδες.

Ένα βυζαντινό σπίτι διέθετε ποικιλία σκευών, όπως πιάτα, γαβάθες, κύπελλα, κανάτες, τσουκάλια για το μαγείρεμα, κατσαρόλες για το ζέσταμα του νερού, σχάρες και τηγάνια, κουτάλες διαφόρων μεγεθών, γουδιά αλλά και λεκάνες για το πλύσιμο των πιάτων και των χεριών. Στα κελάρια φυλάσσονταν τα πιθάρια για την αποθήκευση των υγρών και των τροφίμων. Για τη μεταφορά και την αποθήκευση του νερού χρησιμοποιούσαν σταμνιά, ενώ για την επιτραπέζια χρήση του νερού, του κρασιού ή του λαδιού χρησιμοποιούσαν τα λαγήνια.



Αναπαράσταση ερμαρίου με βιβλία
Ψηφιδωτό. Ραβέννα, Μουσείο Γάλλας Πλακιδίας
© Φωτογραφικό Αρχείο ΕΚΒΜΜ

Λυχνάρια, κύπελλα, χύτρες της βυζαντινής περιόδου από τους οικισμούς και τα νεκροταφεία της Θεσσαλονίκης εκτίθενται στο **Αρχαιολογικό Μουσείο Ηγουμενίτσας** στην πρώτη Αίθουσα του μουσείου, στην ενότητα της Αρχαιολογικής και Ιστορικής αναδρομής.



Όψεις της καθημερινής ζωής



Αναπαράσταση εξοπλισμού βυζαντινού σπιτιού
Τοιχογραφία. Αθήνα, Μονή Καισαριανής
© Φωτογραφικό Αρχείο ΕΚΒΜΜ



Η διατροφή των βυζαντινών επηρεαζόταν, σε μεγάλο βαθμό, τόσο από τον τόπο διαμονής τους όσο και από την οικονομική τους κατάσταση και την κοινωνική τους θέση. Όσοι τύχαινε να ζουν κοντά στη θάλασσα, τρέφονταν συχνά με ψάρια και θαλασσινά. Εκείνοι που κατοικούσαν στην ενδοχώρα ζούσαν τρώγοντας, κυρίως, γεωργικά και κτηνοτροφικά προϊόντα. Η διατροφή των κατοίκων των πόλεων περιλάμβανε όλα τα παραπάνω αγαθά.

Βάση της διατροφής των βυζαντινών ήταν το ψωμί: άσπρο, σταρένιο για τους πλούσιους (άρτος καθαρός), μαύρο, από διάφορα δημητριακά, για τους πιο φτωχούς. Στην ύπαιθρο τα περισσότερα σπίτια είχαν δικό τους φούρνο όπου και έψηναν το ψωμί της οικογένειας. Στις πόλεις, παρότι κι εδώ αρκετά σπίτια είχαν φούρνους, οι περισσότεροι αγόραζαν ψωμί από τον φούρνο της γειτονιάς.

Πολλά αστικά σπίτια διέθεταν και ένα μικρό λαχανόκηπο όπου καλλιεργούσαν διάφορα λαχανικά. Στα δροσερά υπόγεια των σπιτιών υπήρχαν τα κελάρια όπου οι βυζαντινοί διατηρούσαν λάδι, κρασί αλλά και όσπρια, ξηρούς καρπούς, παστά και καπνιστά ψάρια.

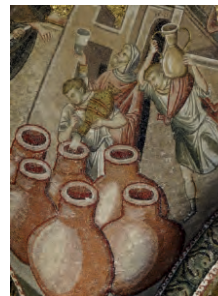
Το μαγείρεμα γινόταν ή σε ειδικούς χώρους, τα μαγειρεία, ή συχνότερα στο κύριο δωμάτιο του σπιτιού. Τα περισσότερα φαγητά μαγειρεύονταν σε πήλινα σκεύη, τις τσούκες ή τσουκάλια, πάνω σε σιδερένιους τρίποδες ή απευθείας στη θράκα. Οι τσούκες μπορεί να ήταν και από χαλκό, όπως χάλκινα ήταν και τα τηγάνια. Στο μαγείρεμα, εκτός από αλάτι, οι νοικοκυρές προσέθεταν ντόπια αρωματικά ή ανατολίτικα μπαχαρικά, όπως η κανέλα και το πιπέρι. Αγαπημένο άρτυμα των βυζαντινών ήταν ο γάρος, μια σάλτσα που φτιαχνόταν από εντόσθια ψαριών (κυρίως σκουμπριού) και κρασί, ξίδι ή λάδι. Ο γάρος συνόδευε κυρίως ψάρια και λαχανικά.

Οι οικονομικά ασθενέστερες τάξεις αρκούνταν σε απλές και λιτές τροφές: το μαύρο ψωμί, το τυρί (ή τυρίτσι), τις ελιές, τα λαχανικά, τους βολβούς, τα αυγά και τα όσπρια που συμπλήρωναν τη διατροφή τους. Για τους πιο πλούσιους, το φαγητό αποτελούσε, ανάμεσα στα άλλα, μέσο τέρψης και επίδειξης. Αρκετοί αγαπούσαν τα «περίεργα» και «εξωτικά» φαγητά, ενώ επιστράτευαν πολυάριθμο υπηρετικό προσωπικό για να τους προμηθεύσει εκλεκτά και σπάνια τρόφιμα και να παρασκευάσει πολυδάπανα και περίπλοκα πιάτα.

Οι βυζαντινοί έτρωγαν τέσσερις φορές την ημέρα. Το πρωινό («πρόγευμα» ή «πρόφαγον»), το μεσημεριανό («μεσημβρινόν» ή «άριστον»), το απογευματινό («δειλινόν» ή «δείλη») και το βραδινό («δείπνος» ή «δείπνον»). Κύρια, ωστόσο, γεύματα ήταν το άριστον και το δείπνον.

Τα σκεύη ήταν ξύλινα, πήλινα ή, στα πλουσιότερα σπίτια, μεταλλικά. Οι περισσότεροι έτρωγαν με τα χέρια ή κουτάλια και μαχαίρια, ενώ τα «περόνια» (τα δικά μας πιρούνια) κάνουν την εμφάνισή τους τον 10° αιώνα. Μετά το δείπνο, έπλεναν τα χέρια τους σε ειδικό σκεύος, το χερνιβόξεστο και τα σκούπιζαν με τα «χειρόμακτρα», τις πετσέτες για τα χέρια.

Απαραίτητο συμπλήρωμα του γεύματος ήταν το κρασί (λευκό ή κόκκινο αλλά και ρετσίνα), που συχνά σερβιριζόταν νερωμένο με ζεστό νερό, συνήθεια που εκλαμβάνόταν ως δείγμα πολυτέλειας. Η μπύρα πρέπει να είχε γίνει ήδη δημοφιλής γύρω στον 9°-10° αιώνα σε ορισμένες περιοχές, όπως η Πελοπόννησος και η Θεσσαλονίκη. Δημοφιλή επίσης ήταν και τα διάφορα ποτά που περιείχαν μέλι. Τέτοια ήταν το «οινόμελι» με βάση το κρασί και το «υδρόμελι» με βάση το νερό.



(1)



(3)

1. Αναπαράσταση πιθαριών. Ψηφιδωτό Κωνσταντινούπολη, Μονή της Χώρας

2. Αναπαράσταση βυζαντινών εδεσμάτων. Τοιχογραφία Θεσσαλονίκη, Ναός Αγίου Νικολάου Ορφανού

3. Αναπαράσταση άμπελου. Ψηφιδωτό Πάφος, Ναός Χρυσοπολίτισσας

© Φωτογραφικό Αρχείο ΕΚΒΜΜ

Ένα γεύμα σε βυζαντινό αρχοντικό

Τις περιόδους νηστείας για θρησκευτικούς λόγους τις τηρούσαν με ευλάβεια. Τον υπόλοιπο χρόνο το γεύμα και το δείπνο σ' ένα ευκατάστατο σπίτι ήταν τελετή με τρεις φάσεις:

Πρώτα σέρβιραν ορεκτικά. Συνέχιζαν με ψάρι, που συνοδευόταν συχνά με σάλτσα που λεγόταν γάρος. Κάποια μορφή ψητού κρέατος προβλεπόταν για ποικιλία. Τέλος πρόσφεραν κάποιο γλυκό. Ήταν τόσο μεγάλη η ποικιλία τροφών, ώστε υπήρχε περιθώριο εκλογής για όλα τα γούστα... Γουρουνόπουλο και χοιρομέρι ήταν αγαπητός μεζές στο Βυζάντιο, όπως και σήμερα στην Ελλάδα. Τα πουλερικά συνηθίζονταν βραστά, ψητά ή και στη σχάρα: παπιά και ψάρια καταναλώνονταν πολύ. Συνηθίζονταν επίσης οι σούπες... Πατσάδες πλούτιζαν πολλές φορές το μενού, καθώς και σαλάτες σε μεγάλη ποικιλία. Συμπαθούσαν πολύ το τυρί, όπως και τα φρούτα νωπά ή κομπόστα... Το λάδι το χρησιμοποιούσαν για το μαγείρεμα και έπιναν αρκετό κρασί – το πιο πολύ από τη Χίο...

Μια παράσταση σε μωσαϊκό που βρέθηκε στην Αντιόχεια, δίνει τις λεπτομέρειες ενός γεύματος. Είχε αγκινάρες, άσπρη σάλτσα, μπριζόλες χοιρινές, ψάρι, χοιρομέρι, παπιά, φρούτα, κρασί, καλοβρασμένα αυγά, που τα σέρβιραν σε ωραίες από μπλε σμάλτο αυγοθήκες και τα έτρωγαν με μικρά κουτάλια με μακριά λαβή.

Ταμάρα Ράις, «Ο δημόσιος και ιδιωτικός βίος των Βυζαντινών», σ.225-226, μτφρ Φ. Βώρος, εκδ. Παπαδήμα, Αθήνα

Για τους βυζαντινούς κάθε άγιος «κατοικούσε» στην επίσημη εκκλησία του αλλά και στα λείψανα και τις εικόνες του, με αποτέλεσμα την προοδευτική αύξηση της παραγωγής φορητών εικόνων, εικονοστασίων και αργότερα τριπτύχων που οι άνθρωποι διατηρούσαν στο σπίτι τους ή έπαιρναν μαζί τους.

Σε έναν κόσμο που η πίστη στον Θεό συνδυαζόταν ταυτόχρονα με την πίστη στη μαγεία και την αστρολογία, παρά το γεγονός ότι η επίσημη εκκλησία καταδίκασε τέτοιου είδους πρακτικές και συνήθειες, οι βυζαντινοί προσπαθούσαν να προστατευθούν από το κακό μάτι αλλά και από τους φυσικούς κινδύνους με φυλαχτά φτιαγμένα από υλικά είτε απλά (πηλός, ύφασμα κ.ά.) είτε πολύτιμα (πολύτιμες και ημιπολύτιμες πέτρες). Τα φυλαχτά προστάτευαν αυτόν που τα έφερε και έδιωχναν το κακό μέσω του υλικού τους, της διακόσμησής τους ή του περιεχομένου τους (τίμιο ξύλο, μύρο από τάφους αγίων, άγια λείψανα).

Στη μόνιμη έκθεση του **Αρχαιολογικού Μουσείου Ηγουμενίτσας** στην Αίθουσα II και πιο συγκεκριμένα στην ενότητα «**Δημόσιος Βίος: Ιερά και Λατρείες. Εκφράζοντας το θρησκευτικό συναίσθημα**» παρουσιάζονται αντικείμενα προσωπικής χρήσης, μολύβδινοι και αργυροί σταυροί και λυχνάρι με διακόσμηση σταυρού, που συνδέονται με την ιδιωτική έκφραση του θρησκευτικού συναισθήματος αλλά και τη χρήση τους ως φυλαχτά.

Πολλά από τα ταφικά έθιμα των αρχαίων επιβιώνουν και στη βυζαντινή εποχή: η προσφορά άρτου και γλυκών, τα γεύματα σε τακτές ημερομηνίες, οι χορές κρασιού.

Όμως για τον Χριστιανισμό ο νεκρός «αναπαύεται» περιμένοντας τη Δευτέρα Παρουσία, όπως υποδηλώνει ο όρος «κοιμητήριο» αντί για «νεκροταφείο». Υπό την επιρροή της νέας θρησκείας το έθιμο της καύσης εγκαταλείφθηκε και οι βυζαντινοί κήδευσαν τους νεκρούς τους με το φως της ημέρας. Οι νεκροί ενταφιάζονταν απευθείας στο έδαφος ή επάνω σε κεραμίδες, προσανατολισμένοι στον άξονα Ανατολή-Δύση, πολλές φορές εντός ή στον περιβάλλοντα χώρο των εκκλησιών. Τα νεκροταφεία δημιουργούνταν κατά τους πρώτους αιώνες ζωής της αυτοκρατορίας εκτός των τειχών των πόλεων. Σταδιακά, όμως, οι ταφές μεταφέρθηκαν και μέσα στις πόλεις, στους περιβόλους ή στο εσωτερικό των εκκλησιών και των μοναστηριών.

Ο τύπος του κιβωτιόσχημου τάφου εξακολούθησε να χρησιμοποιείται. Τα κτερίσματα μειώθηκαν αισθητά και αφορούσαν κυρίως σε κεραμικά σκεύη, κοσμήματα και νομίσματα.

Η τήρηση του πένθους ήταν έθιμο απαραίτητο και εκφραζόταν με το κόψιμο των μαλλιών (κατά τους λαογράφους σαν θυσία που προσφέρεται στον νεκρό), τα μαύρα ρούχα (με εξαίρεση τον αυτοκράτορα, που σε ένδειξη πένθους φορούσε λευκά ενδύματα) και την αποχή από την τροφή και την προσωπική καθαριότητα.



Στις ενότητες «**Ταφικά Έθιμα: Στραμμένοι στην Ανατολή**» και «**Μια νεκρόπολη της Βυζαντινής περιόδου**» στην τελευταία Αίθουσα της μόνιμης έκθεσης του **Αρχαιολογικού Μουσείου Ηγουμενίτσας**, παρουσιάζονται οι ταφικές συνήθειες στη Θεσπρωτία κατά τη βυζαντινή περίοδο με συνοδευτικό εποπτικό υλικό αλλά και χαρακτηριστικούς τύπους τάφων.

- Βασιλικού Νίκη, Καραμπερίδη Αργυρώ, *Μια μέρα στο λουτρό της Παραμυθιάς*, πρόγραμμα ΜΕΛΙΝΑ, ΥΠΕΠΘ – ΥΠΠΟ/8η Εφορεία Βυζαντινών Αρχαιοτήτων, Ιωάννινα 2001
- Δρόσου Δήμητρα, «Η κατοίκηση στον θεσπρωτικό χώρο κατά τους Βυζαντινούς χρόνους», *Ηπειρωτικά Χρονικά*, τόμος 40, Ιωάννινα 2006
- Ήπειρος. 4000 χρόνια ελληνικής ιστορίας και πολιτισμού, Εκδ. Αθηνών, Αθήνα 1997
- Παπαδοπούλου Βαρβάρα, *Τα Βυζαντινά Μνημεία της Ηπείρου*, 8η Εφορεία Βυζαντινών Αρχαιοτήτων, Ιωάννινα 2012
- Τσιλιπάκου Αγαθονίκη, *Βέροια, ένα αστικό και καλλιτεχνικό κέντρο της Βυζαντινής αυτοκρατορίας*, πρόγραμμα ΜΕΛΙΝΑ, ΥΠΕΠΘ-ΥΠΠΟ/11η Εφορεία Βυζαντινών Αρχαιοτήτων, Αθήνα 2000
- Τσιλιπάκου Αγαθονίκη, Σοφού Αθανασία, *Σέρβια, βυζαντινή καστροπολιτεία*, πρόγραμμα ΜΕΛΙΝΑ, ΥΠΕΠΘ-ΥΠΠΟ/11η ΕΒΑ, Αθήνα 2000
- Φούσα Μαρία, *Διαχείριση των μουσείων του Νομού Ιωαννίνων στη βάση του σύγχρονου marketing πολιτιστικής κληρονομιάς στο πλαίσιο του ΜΠΣ Αγωγή και Πολιτισμός*, αδημοσίευτη διδακτορική διατριβή, Ιωάννινα Φεβρουάριος 2013
- Gérald Walter, *Η καθημερινή ζωή στο Βυζάντιο. Στον αιώνα των Κομνηνών*, Μετάφραση Κ. Παναγιώτου, Εκδ. Παπαδήμα, Αθήνα 1994
- Rice Talbot Tamara, *Ο δημόσιος και ιδιωτικός βίος των Βυζαντινών*, Μετάφραση Φ.Κ. Βώρου, Εκδ. Παπαδήμα, Αθήνα 1990
- Εξερευνώντας τον κόσμο του Βυζαντίου, Σύστημα Ψηφιακών Διαδραστικών Υπηρεσιών Εκπαίδευσης και Προβολής για τον Βυζαντινό Πολιτισμό, Ευρωπαϊκό Κέντρο Βυζαντινών και Μεταβυζαντινών Μνημείων, <http://exploringbyzantium.gr>
- Η Καθημερινή Ζωή στο Βυζάντιο, <http://users.sch.gr/maritheodo/history-pi/section8/home.htm>
- Ίδρυμα Μείζονος Ελληνισμού, *Ελληνική Ιστορία*, <http://www.e-history.gr>
- Τα λουτρά στην Αρχαιότητα και το Βυζάντιο, Αφιέρωμα στο «Επτά Ημέρες» της Καθημερινής, Αθήνα 13 Μαΐου 2001
<http://wwk.kathimerini.gr/kath/7days/2001/05/13052001.pdf>

