

Επιστημονικό Άρθρο

Η «Μικρή Αθήνα»: Όψεις της Ελληνικής Διασποράς της Μελβούρνης

Μαρία Ειρήνη Αυγουλάς
Αναπληρώτρια Λέκτορας
Πανεπιστήμιο Λα Τρομπ, Αυστραλία

Σε αυτό το κείμενο θα παρουσιαστούν τρεις έρευνες που διεξήχθησαν κατά το χρονικό διάστημα 2011-2016 στην Μελβούρνη της Αυστραλίας. Πέραν της ανάλυσής τους, θα παρουσιαστούν όψεις της ιστορίας της ελληνικής διασποράς στην Μελβούρνη και θα συζητηθούν γενικότερα η υγεία και η ευεξία.

Λέξεις κλειδιά: ελληνική διασπορά, Αυστραλία, Αθήνα, Μελβούρνη, κουλτούρα, υγεία, ευεξία

Εισαγωγή

Η Αυστραλία έχει στόχο να εξασφαλίσει καλή υγεία σε όλους τους Αυστραλούς πολίτες και σε αυτό δεν κάνει καμία εξαίρεση (Department of Human Services, 2012). Για να μπορέσει, όμως, να το φέρει αυτό εις πέρας, χρειάζεται κατανόηση και γνώση της κάθε πολιτισμικής ομάδας πολιτών της Αυστραλίας. Μια από τις μεγαλύτερες και γνωστές πολιτισμικές ομάδες -για πολλούς λόγους αλλά και για το μεγάλο πληθυσμό της-, είναι η ελληνική κοινότητα της πόλης της Μελβούρνης.

Εδώ και πάρα πολλά χρόνια, για την ακρίβεια από το 1827, αρκετοί νέοι πήραν τη δύσκολη απόφαση να μεταναστεύσουν στην Αυστραλία με μόνη ελπίδα, την θρησκεία τους, την Ορθόδοξη πίστη. Αρκετά χρόνια αργότερα, το 1952 υπεγράφη σχετική διακρατική συμφωνία μεταξύ Ελλάδας και Αυστραλίας που επέτρεπε αυτή τη μετανάστευση.

Οι πιο πολλοί πήραν αυτή την δύσκολη απόφαση σε εξίσου δύσκολες (αν όχι δυσκολότερες) εποχές για την Ελλάδα, ήτοι, μετά τον δεύτερο παγκόσμιο πόλεμο και τον εμφύλιο. Έτσι ξεκίνησαν το μακρινό ταξίδι του πόνου –οι περισσότεροι έλεγαν «για λίγο μόνο θα είμαστε μακριά από την πατρίδα, και από τους δικούς μας». Αλλά αυτό έγινε δυστυχώς πραγματικότητα μόνο για λίγους, γιατί οι περισσότεροι έριξαν άγκυρα στην Μελβούρνη και με τον καιρό και το πέρασμα των χρόνων κατέστη δεύτερη πατρίδα τους, όπου πολλές φορές σε αυτή νιώθουν περισσότερο Έλληνες, ενώ ξένοι νιώθουν δυστυχώς οι ίδιοι και τα μέλη των οικογενειών τους όταν επιστρέφουν ή πάνε για διακοπές στην Ελλάδα. Όπως μας

τραγουδίασε και ο Στέλιος Καζαντζίδης, που ήταν η φωνή του Έλληνα μετανάστη, «Στην ξενιτιά είμαι Έλληνας και στην Ελλάδα ξένος». Αυτά τα λόγια είναι σοφά, και αποτελούν την καλύτερη περιγραφή του τι ένοιωθαν και ακόμα νιώθουν πολλοί ξενιτεμένοι Έλληνες.

Ο Ρόλος της Ορθόδοξης Πίστης και των Παραδόσεων

Όταν οι νέοι αυτοί πήραν αυτή τη δύσκολη απόφαση, πολλές φορές νιώθανε ότι δεν είχαν άλλη επιλογή. Είναι αρκετά σημαντικό, σε αυτό το σημείο όμως, να αναφερθώ στο τι τους έδινε δύναμη και ελπίδα, ποιο ήταν το μαγικό βοήθημα σε αυτή την πολλή δύσκολη ψυχολογικά περίοδο της ζωής τους. Και αυτό δεν είναι άλλο παρά η πίστη στην Παναγιά και το Χριστό που κουβαλούσαν στην καρδιά τους, η θρησκεία τους. Και οι επόμενες γενεές που έχουν γεννηθεί στην διασπορά κουβαλούν την ίδια αυτή πίστη και νοοτροπία, ιδιαίτερα σημαντικά για καλή υγεία, θετική σκέψη, και ευεξία. Τα όνειρα τους ήταν γεμάτα με πολλές ελπίδες και η μικρή βαλίτσα που είχαν μαζί τους ήταν γεμάτη με ελληνικά έθιμα και παράδοση που πήραν μαζί πριν επιβιβαστούν σε ένα από τα γνωστά πλοία της εποχής, για παράδειγμα το *Αυστραλίσ*, *Ελληνίς*, και το γνωστό *Πατρίς* (Αυγουλάς και Fanany, 2015, Αυγουλάς, 2013, Tamis, 2015).

Εδώ να διευκρινιστεί ότι οι μετανάστες της διασποράς δεν πρέπει σε καμία περίπτωση να συγκρίνονται με τουρίστες, η εμπειρία είναι αρκετή διαφορετική, γλυκόπικρη είναι η καλύτερη περιγραφή. Μια από τις πρώτες εκδηλώσεις ήταν αυτή του πόνου στο βλέμμα τους που αντικατόπτριζε τη θλίψη, μα όχι και απελπισία, όταν ετοιμάζονταν για αυτό το μεγάλο ταξίδι από την πατρίδα τους και το λιμάνι του Πειραιά στην Ελλάδα για το λιμάνι της Μελβούρνης της μακρινής Αυστραλίας.

Οι νέοι αυτοί όμως είχαν και στην καρδιά τους πολλές ελπίδες. Αυτό φαίνονταν μέσα στο πλοίο από τις κουβέντες και τα γέλια τους. Ναι είχαν πόνο γιατί αποχωρίζονταν τα αγαπημένα τους πρόσωπα, όμως οι καρδιές τους ήταν γεμάτες ελπίδα για το αύριο. Το ταξίδι ήταν πολύ μακρινό, μήνες ταξίδευαν με το καράβι (μερικοί έως και δυο μήνες). Τρομακτικές σκηνές και εμπειρίες, όπως για παράδειγμα – καμπίνες που δεν ήθελαν, εβδομάδες που τους φαίνονταν σαν χρόνια με θέα μόνο ουρανό και θάλασσα, καθώς και περιγραφές από στρατό με όπλα στα χέρια στις όχθες, περνώντας από τη Διώρυγα του Σουέζ. Προετοιμασία για αυτές της αρνητικές ψυχολογικά εμπειρίες δεν είχε γίνει. Ένα παράδειγμα που δεν θα ξεχάσω ποτέ είναι η απορία που είχαν πολλοί μετανάστες και ήταν η εξής μια – πόσο καιρό ταξίδευαν, γιατί όταν έφυγαν από την Ελλάδα ήταν καλοκαίρι με καύσωνα και όταν έφτασαν Μελβούρνη ήταν χειμώνας και πολύ κρύο. Το τέλος όμως της δύσκολης αυτής περιόδου δεν έφτασε. Δυστυχώς όμως συνεχίστηκε, και καιρός για ανασυγκρότηση δεν υπήρχε, αφού μετά από μόνο μερικές μέρες από τον ερχομό τους στην ξένη χώρα, ψάχνανε για δουλειά, χτυπώντας διάφορες πόρτες. Ήταν νέοι (άνδρες και γυναίκες) και είχαν μεγάλη δίψα και διάθεση για δουλειά. Τη γλώσσα δεν την ήξεραν, εκτός από μερικές λέξεις που χρειάστηκαν να μάθουν άμεσα, όπως για παράδειγμα «Έχει κάποια δουλειά για εμένα», «Καλημέρα», «Καλησπέρα», «Ναι», «Όχι». Και μετέπειτα

για πολλούς από αυτούς ήρθαν τα προξενιά, οι γάμοι και τα παιδιά. Το *Exhibition Gardens* (ένας ανθόκηπος στη Μελβούρνη) ήταν το γνωστό νυφοπάζαρο.

Πάρα το πολλά χρόνια κατοικίας τους στην Αυστραλία, οι Έλληνες εκεί, ενώ έχουν αγκαλιάσει την Αυστραλία, την κουλτούρα της και τον εκεί τρόπο ζωής, κρατούν πάντα την Ελλάδα μέσα τους, την ελληνική κουλτούρα, ήθη και έθιμα, την ελληνική γλώσσα και παράδοση, και γενικά τον ελληνικό τρόπο ζωής. Αυτό διατηρείται από όλη την ελληνική διασπορά ακόμη και σήμερα. Άμα αυτό το εξετάσουμε, θα δούμε ότι έχει μία παραπάνω σημασία και ότι το γεγονός αυτό είναι αξιέπαινο. Όπως μου περιέγραψε ένα παιδί της διασποράς (εγγόνι από αυτούς που μετανάστευσαν)

«Όπως είπα είμαστε απλά γεννημένοι αλλού σαν τους αφρικανικούς ελέφαντες, οι οποίοι αν και είναι γεννημένοι στην Αυστραλία τους αποκαλούμε και τους θεωρούμε ακόμα αφρικανικούς, έτσι και εμείς απλά είμαστε γεννημένοι αλλού».

Αυτά τα λόγια είναι πολύ σημαντικά (χρυσά και σοφά κατά τη γνώμη μου), και κάθε άνθρωπος που τα ακούει νιώθει ένα κόμπο στο λαιμό, γιατί ο στόχος του κάθε Έλληνα μετανάστη έγινε πραγματικότητα και η μετανάστευση δεν τους έκανε να ξεχάσουν την Ελλάδα. Ίσα ίσα, είναι πρώτα Έλληνες και το ίδιο Έλληνες είναι και οι επόμενες γενιές της διασποράς και αυτό είναι κάτι που δεν θα χάσουν ποτέ.

Ο Ελληνισμός της Μελβούρνης

Οι μετανάστες διαφυλάττουν τα ελληνικά έθιμα και τον τρόπο ζωής και έχουν ως στόχο τους να μην χαθούν αυτά ποτέ, διότι ήταν απλά τα πιο σημαντικά υπάρχοντά τους, έχουν ως στόχο να τα μεταφέρουν στις οικογένειές τους και σε κάθε επόμενη γενιά της διασποράς – στο εξωτερικό και μακριά από την πατρίδα Ελλάδα.

Αυτό έγινε πραγματικότητα, ειδικά στην Μελβούρνη, γιατί κάτω από κάθε πέτρα βρίσκεις Έλληνα. Έτσι λοιπόν με αυτό το πάθος και οι γενιές γεννημένες στην μακρινή Αυστραλία θεωρούν ότι η ταυτότητά τους είναι πρώτα ελληνική και μετά αυστραλιανή. Την ευθύνη αυτή, όπως την πιστεύουν, τη θεωρούν υποχρέωσή τους και τη διαφυλάσσουν περισσότερο από ποτέ.

Δημιουργήθηκαν από μόνες τους περιοχές που για μια στιγμή αναρωτιέσαι «μα που βρίσκομαι Ελλάδα ή Αυστραλία;» Ακούς παντού να μιλάνε ελληνικά, ελληνική μουσική, το άρωμα από τα σουβλάκια κυριαρχεί παντού, καθώς και ο φραπέ, ο ελληνικός καφές, καταστήματα με ελληνικά ονόματα και πολλά ακόμα – η αίσθηση της Ελλάδας είναι παντού.

Μια περιοχή που είναι πράγματι μια *μικρή Αθήνα*, εκεί που χτυπά δυνατά η καρδιά του Έλληνα της κάθε γενιάς, είναι το Όκλι (*Oakleigh*) της Μελβούρνης. Όταν είσαι σε αυτή την περιοχή, είναι σαν να είσαι στην οδό Μητροπόλεως στο Μοναστηράκι, στην Αθήνα της Ελλάδας. Σε αυτή τη περιοχή πραγματικά νιώθεις την Ελλάδα παντού και πάντα, αλλά, ακόμα περισσότερο στις εθνικές και

θηρσκευτικές εορτές, όταν βλέπεις να κυματίζει η ελληνική σημαία με καμάρι, σε μια ξένη χώρα. Είναι πραγματικά μεγάλη τιμή να βλέπεις την ελληνική σημαία να κυματίζει σε μια ξένη χώρα, όπως επίσης να βλέπεις παρελάσεις, μπλε και άσπρο παντού, και να νιώθεις την αγκαλιά αυτής της ξένης χώρας. Όπως οι Έλληνες αγκάλιασαν την Αυστραλία, έτσι και η Αυστραλία έχει αγκαλιάσει τον Έλληνα και το κάθε ελληνικό στοιχείο.

Η Μελβούρνη είναι πραγματικά το κέντρο του Ελληνισμού της διασποράς – μικροί και μεγάλοι, νέοι μετανάστες ή παλιοί θεωρούν αυτή την κοινότητα δύναμη και κάτι που τους ενώνει, και έτσι οι καρδιές τους στην διασπορά γίνονται μια. Με την οικονομική κρίση που έχει χτυπήσει τα πρόσφατα χρόνια την Ελλάδα, η Μελβούρνη ειδικά έχει δεχτεί και αγκαλιάσει πολλούς μετανάστες – ένα νέο ελληνικό κύμα. Αυτή η καθιερωμένη ελληνική κοινότητα της Μελβούρνης έχει κάνει την εμπειρία αυτή της μετανάστευσης πιο εύκολη για τους νέους μετανάστες. Τα παλιά χρόνια, όταν η Μελβούρνη δεχόταν το πρώτο κύμα από μετανάστες, το να μιλάς ελληνικά, και γενικώς μια ξένη γλώσσα δεν επιτρεπόταν, ενώ τώρα οι νέοι μετανάστες όχι μόνο επιτρέπεται να μιλάνε ελληνικά, αλλά παντού ακούγεται η ελληνική γλώσσα. Και η Ελλάδα, που ενώ είναι τόσο μακριά, είναι σα να είναι κοντά, σχεδόν στο κατώφλι της πόρτας τους.

Επιλεγμένες Έρευνες

Τρεις έρευνες που έχουν γίνει από το 2011 μέχρι και το 2016 θα συζητηθούν και θα αναλυθούν παρακάτω (Πίνακες 1-3). Το 2011 πραγματοποιήθηκε η πρώτη από τις τρεις ποιοτικές μελέτες που εξέτασαν την «Πολιτιστική κατανόηση της υγείας και την προσαρμογή στην καρδιαγγειακή νόσο μεταξύ των ηλικιωμένων Ελλήνων». 13 συμμετέχοντες, ηλικίας άνω των 60, συμμετείχαν σε αυτήν την έρευνα, για περίοδο ενός μήνα. Αυτή η μελέτη ερεύνησε συγκεκριμένα τις πεποιθήσεις για την υγεία των ηλικιωμένων Ελλήνων Αυστραλών και τον τρόπο κατανόησης της υγείας και των ασθενειών.

Το 2012 πραγματοποιήθηκε η δεύτερη μελέτη που ήταν μέρος ενός διδακτορικού ερευνητικού έργου που διερεύνησε τις «Πεποιθήσεις για την υγεία και τις πρακτικές υγείας σε τρεις γενιές Ελληνο-Αυστραλών γυναικών στη Μελβούρνη». Αυτή η έρευνα ήταν επίσης ποιοτική και εξέτασε τις πεποιθήσεις και τις πρακτικές υγείας σε τρεις γενιές Ελληνο-Αυστραλών γυναικών στη Μελβούρνη. 48 συμμετέχοντες πήραν μέρος σε αυτήν την έρευνα (μία γενιά από κάθε οικογένεια που αντιπροσώπευε μεμονωμένες γενιές (Μετανάστης, 1ος και 2^{ος}). Κάθε γενιά μίλησε και διευκρίνισε το νόημα που είχαν οι διάφορες εμπειρίες ζωής που σχετίζονται με την υγεία, τις ασθένειες και την ευημερία μέσα από έναν πολιτιστικό φακό.

Η τρίτη μελέτη, του 2016, διερεύνησε τον «ελληνικό χορό ως μια πτυχή της πολιτιστικής ταυτότητας και της ευημερίας». Η μελέτη περιλάμβανε 19 συμμετέχοντες από τη Σχολή Ελληνικού Χορού και Πολιτισμού της Μανάσης (στη Μελβούρνη της Αυστραλίας), η οποία ερεύνησε τον λόγο συμμετοχής στον ελληνικό χορό ενώ ζούσαν στη διασπορά.

Πίνακας 1. Δημογραφικά Στοιχεία Πρώτης Μελέτης

Ηλικία όταν έγινε η έρευνα: >60	Άντρες: 5 Γυναίκες: 15
---------------------------------	---------------------------

Πίνακας 2. Δημογραφικά Στοιχεία Δεύτερης Μελέτης

Μόνο γυναίκες	Γενιά μεταναστών	Πρώτη γενιά	Δεύτερη γενιά
Ηλικία όταν έγινε η έρευνα	>58 - <78	>37 - <50	>16 - <18
Χρόνια στην Αυστραλία	>39 - <56	Γεννημένοι στην Αυστραλία	Γεννημένοι στην Αυστραλία

Πίνακας 3. Δημογραφικά Στοιχεία Τρίτης Μελέτης

Ηλικία όταν έγινε η έρευνα: >18	Άντρες: 4 Γυναίκες: 15	Γεννημένοι στην Ελλάδα: 5 Γεννημένοι στην Αυστραλία: 14
---------------------------------	---------------------------	--

Εκτενείς έρευνες έχουν γίνει όπως έχει παρουσιαστεί και σε αυτό το κείμενο για τον ρόλο της κοινότητας. Ιδιαίτερα αυτό που θα ήθελα να αναφέρω είναι η θέση που έχει μια κοινότητα και πιο συγκεκριμένα η κοινοτική σύνδεση. Αυτή η θέση αυξάνεται σε αξία για αυτούς που μένουν μακριά από τον τόπο που γεννηθήκαν, στον νέο τόπο που ξενιτευτήκαν. Η κοινότητα και αυτή η σύνδεση μαζί της είναι πάρα πολύ θετική για την ψυχική υγεία, και αυτό έχει γενικώς πολλά πλεονεκτήματα, όπως θετική ευεξία και αισιοδοξία που οδηγούν σε καλή κατάσταση υγείας (Fanany και Avgoulas, 2019).

Η ταυτότητα είναι ένα στοιχείο ιδιαίτερα σημαντικό και με μεγάλη σημασία, όχι μόνο για μεμονωμένα άτομα αλλά και για πληθυσμούς γενικότερα. Ακόμα δε περισσότερο για αυτούς που είναι μέλη της διασποράς και κουβαλούν το φορτίο της μετανάστευσης και της απώλειας σύνδεσης. Η θέση της ερευνήτριας και της συγγραφέως αυτού του κειμένου ήταν επίσης σημαντική και μοναδική, όταν ερεύνησε την ελληνική παροικία της Μελβούρνης όσον αφορά τα θέματα της μετανάστευσης, ταυτότητας και ευεξίας. Ως μέλος της παροικίας αυτής και ως πρώτη γενιά, η ίδια ήταν γνωστή, αλλά ως ερευνήτρια κρατούσε τη θέση της ξένης.

Επίσης, η μεθοδολογία, Αφηγηματική Εθνογραφία (*Narrative Ethnography*) του Boyle (1994) ήταν αρκετά χρήσιμη όταν χρησιμοποιήθηκε από την ερευνήτρια και την θεωρεί ένα καλό εργαλείο όταν γίνεται μια έρευνα της οποίας πρωταγωνιστής είναι ένα πληθυσμός διασποράς (Boyle, 1994). Στις διάφορες έρευνες που έχει κάνει η συγγραφέας χρησιμοποίησε τη μεθοδολογία αυτή για να εκφραστεί η εμπειρία από πρώτο χέρι για το πως ήταν η ζωή στην Ελλάδα και γενικά με την Αφηγηματική Εθνογραφία μπόρεσε να εκμαιευθεί η εμπειρία αυτή. Μπορεί δε να αποτελέσει υπόδειγμα και για άλλες κοινότητες της διασποράς. Επειδή διάφορα στοιχεία, όπως για παράδειγμα η γλώσσα και ο πολιτισμός, μπορούν να επηρεάσουν την πορεία, και πιο γενικά την εμπειρία όσον αφορά θέματα υγείας, τα διάφορα ιδρύματα είναι θετικά ως προς τις διάφορες έρευνες που έχουν γίνει, όπως μας περιγράφουν τα μέλη της κοινότητας αυτής. Ειδικά τα μέλη που είναι γεννημένα στην διασπορά (σε αυτό το παράδειγμα στην

Αυστραλία) έχουν μια φιλοσοφία που έχει επηρεαστεί από τα πιο παλιά μέλη (γονείς, παππούδες και γιαγιάδες), και το ότι έχουν γεννηθεί σε μια μακρινή χώρα σαν την Αυστραλία δεν παίζει κανένα ρόλο, γιατί μοιράζονται τις παλιές αξίες και σκέψεις και ακολουθούν τα βήματα των ηλικιωμένων μεταναστών (Avgoulas, 2016). Είναι αυτά τα χαρακτηριστικά που τους ξεχωρίζουν από την αυστραλιανή κοινότητα, κουλτούρα και πληθυσμό. Η άριστη γνώση αυτής της μεθοδολογίας είναι σημαντική και αρκετά χρήσιμη ώστε να καταλάβουμε πραγματικά αυτή την εμπειρία, και με αυτή την γνώση και μόνο θα λάβουν όλα τα μέλη μιας κοινότητας την ίδια ιατρική θεραπεία, και έτσι η κουλτούρα και τα στοιχεία των διαβατηρίων δεν θα έχουν καμία θέση στην κατανόηση θεμάτων που επηρεάζουν την υγεία και την ευεξία ενός ανθρώπου και ως αποτέλεσμα θα προσφέρεται η σωστή ιατρική θεραπεία.

Η Κουλτούρα της Διατροφής

Όσον αφορά την εναρμόνιση αυτής της μεθοδολογίας, θα συζητηθεί το θέμα της διατροφής. Η ελληνική κοινότητα της Μελβούρνης είναι μεγάλη και πολύ δημιουργική. Διαθέτει πολλά ιδρύματα, τα οποία έχουν σπουδαία αξία, όπως για παράδειγμα, σχολεία, εκκλησίες, κοινοτικά κέντρα, κέντρα αθλητισμού (Bouma, 2006). Μέσα από αυτά αναπτύσσονται τα ιδιαίτερα χαρακτηριστικά της ιδιότητας του μέλους και στοιχεία του χαρακτήρα που έχουν τις ρίζες τους στην θρησκεία και την ορθόδοξη πίστη. Συγκεκριμένα η πίστη στον Θεό, την τύχη και το γραμμένο, και το γνωστό πιστεύω «ότι γράφεται, δεν ξεγράφεται» είναι αναπόσπαστα κομμάτια. Ακολουθεί το παράδειγμα της διατροφής. Το φαγητό, η διατροφή είναι όχι μόνο μια βασική ανάγκη του ανθρώπου, αλλά ταυτόχρονα και στοιχείο κουλτούρας και ταυτότητας, πράγμα ιδιαίτερα σημαντικό και για τα υποκείμενα αυτού του κειμένου.

Ο ρόλος και η σπουδαία σημασία του φαγητού και γενικότερα οι μαγειρικές πρακτικές των Ελλήνων έχουν τις ρίζες τους στους μετανάστες. Αν κοιτάξουμε με μια πιο κοντινή ματιά, τα διάφορα φαγητά, είναι φανερό ότι είναι δείκτες της ελληνικής ταυτότητας. Αυτό δεν περιλαμβάνει μόνο τη διατροφή και τα φαγητά, αλλά επεκτείνεται και στον κήπο. Ένας απλός κήπος, μια αυλή, με μια-δυο ελιές, λεμονιές, ντοματιές, κολοκυθιές, και άλλα, είναι απλά η αγροτική ζωή της Ελλάδας, ένα κομμάτι και ένας τρόπος ζωής που φέρανε οι μετανάστες μαζί τους από την πατρίδα Ελλάδα στην δεύτερη πατρίδα τους, την Αυστραλία. Το κλίμα και η ατμόσφαιρα της Αυστραλίας ενδείκνυνται για την καρποφορία των δέντρων και των φυτών. Αυτός είναι και ο λόγος που μπόρεσαν στις αυλές τους να αναβιώσουν τα χωριά τους. Οι νεότερες γενιές, για πολλούς και διάφορους λόγους, δεν νιώθουν τη σοβαρότητα και τη σημασία που έχει ένας ταπεινός κήπος για τους μετανάστες, αλλά πάρα όλα αυτό κατανοούν τη σημασία του. Μια νέα κοπέλα (εγγονή μεταναστών) μου είπε ένα από τα πρώτα πράγματα που κάνει ο παππούς της κάθε πρωί, είναι να πάει στην αυλή του, με τον ελληνικό του καφέ στο χέρι και να καμαρώσει τον κήπο του – τον αγαπάει τον κήπο μου είπε με μια μεγάλη και αληθινή αγάπη και γελώντας πρόσθεσε:

«είναι σχεδόν σα να αγαπάει τον κήπο του πιο πολύ από την οικογένειά του».

Επίσης, οι νέοι έβλεπαν τα πολλά θετικά που έχει η αυλή και ο κήπος – η τροφή, η άσκηση και οι βιταμίνες που λαμβάνουμε από τον ήλιο. Έτσι, λοιπόν, ένας ταπεινός κήπος και μια απλή αυλή μπορούν να μας προσφέρουν τόσες πρώτες ύλες και να συνεισφέρουν τόσα πολλά στην υγεία και ευεξία του οργανισμού μας. Ένα άλλο παράδειγμα είναι η σύγκριση των λαχανικών και η ανταλλαγή τους με γείτονες, φίλους και συγγενείς, κάτι που γνωρίζουν από το χωριό τους και τον τρόπο ζωής τους στη πατρίδα.

Η καλύτερη παρομοίωση για το τι είναι ο κήπος και η αυλή για τον Έλληνα είναι η εξής: είναι σαν το ουράνιο τόξο μετά την βροχή. Η διατροφή, όμως, και τα φαγητά είναι αναμενόμενο ότι θα αλλάξουν μετά από τα τόσα πολλά χρόνια στην ξενιτιά και ειδικότερα για τις γενιές που είναι γεννημένες στη διασπορά. Η ελληνική διατροφή αν και φυσικά έχει αλλάξει με το πέρασμα των χρόνων, ως βάση έχει παραμείνει η ίδια κάτι που πολλοί Έλληνες πιστεύουν ότι είναι ευεργετικό για την υγεία τους (και η ηλικία και η γενιά δεν έχει καμία σημασία). Είναι επίσης και τα σοφά λόγια των Αρχαίων Ελλήνων «παν μέτρον άριστον» που μαθαίνεται, μεταφέρεται και εφαρμόζεται. Η συμβουλή αυτή μαζί με τα πολλά θετικά που γνωρίζουμε για την μεσογειακή διατροφή κάνουν τη διαφορά και αποτελεί ένα πλεονέκτημα για την υγεία του ελληνοισμού σε αντίθεση με μέλη άλλων κοινοτήτων που μένουν κοντά (Hodge et al., 2011).

Οι διατροφικές επιλογές και τα εδέσματα είναι στοιχείο της κληρονομιάς (και της ταυτότητας) και αποτελεί ευθύνη μιας οικογένειας να την μοιραστεί, να την διατηρήσει και να την μεταφέρει. Μέλη της κάθε γενιάς της ελληνικής παροικίας της Μελβούρνης διατηρούν και μεταφέρουν την ελληνική κουζίνα, τα ελληνικά υλικά και το ελληνικό συνταγολόγιο της μακρινής Ελλάδας.

Όλα τα μέλη της ελληνικής παροικίας της Μελβούρνης, σχεδόν χωρίς καμία εξαίρεση, νιώθουν μεγάλη περηφάνια που διαφέρουν από τους «Αυστραλούς» και πιστεύουν ότι τρώνε πιο καλά, πιο υγιεινά και ποιοτικά, πράγμα το οποίο αντικατοπτρίζεται στην υγεία τους λόγω της μεσογειακής διατροφής, η οποία περιλαμβάνει μεγάλες ποσότητες φρούτων και λαχανικών, οσπρίων, θαλασσινών και μικρών ποσοτήτων κόκκινου κρέατος (Avgoulas και Fanany, 2012).

Το Ορθόδοξο Πάσχα έχει επίσης έναν πολύ σημαντικό ρόλο στην ελληνική κουλτούρα και μπορεί να είναι ίσως και η σημαντικότερη γιορτή της Ορθοδοξίας. Όσον αφορά το φαγητό, στην περίπτωση της Ανάστασης παρατηρείται ότι κατά τη διάρκεια του τριωδίου κάποια φαγητά δεν επιτρέπονται, αλλά μετά το πέρας της περιόδου καταναλώνονται και θεωρούνται εορταστικά της Ανάστασης του Κυρίου, λ.χ., τα κόκκινα αυγά και ο οβελίας. Το αυγό δεν επιτρέπεται κατά τη διάρκεια της νηστείας, αλλά μετά την Ανάσταση επιτρέπεται. Τσουγκρίζονται με τις ευχές του Χρόνια Πολλά – Χριστός Ανέστη – Αληθώς Ανέστη.

Τα αυγά επίσης τα αποφεύγουν αρκετοί για λόγους υγείας, αλλά σε αυτή την ιερή γιορτή, τα τρώνε πολλοί γιατί απλά είναι ευλογημένα και δεν πρόκειται να κάνουν κακό στην υγεία τους, έτσι πιστεύουν και επίσης νιώθουν ότι πρέπει να τα φάνε – αυτό είναι ένα δυνατό πιστεύω ειδικά ανάμεσα στους μετανάστες της διασποράς. Οι ιατρικές συμβουλές για παράδειγμα όσον αφορά το τι να τρώνε και τι όχι, καθώς και στο αν η νηστεία επιτρέπεται, δεν έχει καμία σημασία εάν το επιτρέπει η θρησκεία τους και ο Θεός.

Γενικώς πάντως, τα μέλη της ελληνικής παροικίας της Μελβούρνης έχουν γνώσεις και πιστεύουν στην ιατρική. Έχουν ένα δυνατό πιστεύω στο γιατρό και γενικότερα στην ιατρική που πάει χρόνια πίσω. Επίσης, η ιατρική έχει και αυτή ρίζες ελληνικές από τον πατέρα της ιατρικής, τον Ιπποκράτη. Η παροικία λοιπόν αυτή έχει και την απαραίτητη ιατρική ενημέρωση που πηγάζει από την ελληνική κουλτούρα, η οποία έχει δυνατές ρίζες που δεν έχουν χαθεί και ποτέ δεν θα χαθούν στις καρδιές των μεταναστών και γενικότερα στις γενιές της διασποράς. Πολλοί Έλληνες ακολουθούν αυτό που είπε χιλιάδες χρόνια πριν ο πρόγονός τους, Ιπποκράτης:

«Η τροφή σας ας γίνει το φάρμακο σας και το φάρμακό σας ας γίνει η τροφή σας».

Συμπερασματικές Σκέψεις

Κάνοντας αυτές τις έρευνες και τα ταξίδια μου στην Ελλάδα, και μεγαλώνοντας στην Μελβούρνη της Αυστραλίας, νιώθω ότι οι Ελληνο-Αυστραλοί και οι Έλληνες της Ελλάδας είναι Έλληνες, αλλά με δύο διαφορετικές κουλτούρες. Ναι, στις φλέβες τους πάντα θα τρέχει ελληνικό αίμα, αλλά, ο καιρός και τα χρόνια στη διασπορά, όσο να είναι σε επηρεάζουν. Αλλάζουν τον κάθε ένα με διαφορετικό τρόπο και ταυτόχρονα οι Έλληνες της Ελλάδας είναι διαφορετικοί – τα χρόνια τους άλλαξαν αλλά και οι συνθήκες όπως λ.χ. η είσοδος της Ελλάδος στην Ευρωπαϊκή Ένωση.

Αυτές οι διαφορές δεν είναι απαραίτητα κακές και δεν θα πρέπει να θεωρούνται ως κάτι το αρνητικό. Είναι αρκετά φυσιολογικό με το πέρασμα των χρόνων μερικά πράγματα να αλλάζουν – όπως και στην Μελβούρνη, πάνε δεκαετίες που έχουν περάσει (από το 1960) από τότε που η καρδιά του Ελληνισμού ήταν σε περιοχές σαν το Fitzroy και το κέντρο της πόλης, το γνωστό Lonsdale Street, ενώ σήμερα, τον Έλληνα τον βρίσκεις παντού αλλά η καρδιά του ελληνισμού κτυπά στην μικρή Αθήνα της Μελβούρνης, το Όκλι.

Βιβλιογραφία

- Avgoulas, M. I. (2013) The Greek Diaspora of Melbourne, Australia. *Polidhromo - Periodical for Bilingualism and Multiculturalism in Education and Society* 6(1): 54-58.
- Avgoulas, M. I. (2016) *Health Beliefs and Practices in Three Generations of Greek Australian Women in Melbourne*. Melbourne: Deakin University.
- Avgoulas, M. I., Fanany, P. (2012) Cultural Understanding of Health and Adjustment to Cardiovascular Disease among the Greek Elderly. *International Journal of Aging and Society* 1(4): 61-73.
- Avgoulas, M. I., Fanany, P. (2015) The Greek Diaspora of Melbourne Australia through the Eyes of the Second Generation Greek Australian. *Athens Journal of Social Sciences* 2(2): 99-108.

- Bouma, G. (2006) *Australian Soul*. Melbourne: Cambridge University Press.
- Boyle, J. (1994) Styles of Ethnography. In *Critical Issues in Qualitative Research Methods*. Edited by J. Morse. Thousand Oaks, CA: SAGE Publications.
- Department of Human Services (2012) *Our Service Commitments*. Canberra: Australian Government. Retrieved from: <https://bit.ly/3bY7yw1>.
- Fanany, P., Avgoulas, M. I. (2019) Greek Identity in Australia. In *The Palgrave Handbook of Ethnicity*. Edited by S. Ratuva. Singapore: Palgrave Macmillan.
- Hodge, A. M., Engoish, D. R., Itsiopoulos, C., O’Dea, K., Gile, G. G. (2011) Does a Mediterranean Diet Reduce the Risk Associated with Diabetes? Evidence from the Melbourne Collaborative Cohort Study. *Nutrition, Metabolism and Cardiovascular Diseases* 21(9): 733-739.
- Tamis, A. M. (2015) *The Greeks in Australia*. Melbourne: Cambridge UP.

**“Little Athens”:
Facets of the Greek Diaspora in Melbourne**

*Maria Irimi Avgoulas
Associate Lecturer
La Trobe University, Australia*

This paper will present three surveys conducted during the period 2011-2016 in Melbourne, Australia. In addition to their analysis, facets of the Greek Diaspora in Melbourne will be presented and health and wellness in general will be discussed.

Keywords: *Greek diaspora, Australia, Athens, Melbourne, culture, health, wellness*