

Σχολικό έτος: 2022-2023  
Γυμνάσιο Πλαταριάς Θεσπρωτίας

Project: Ο Πόντος συναντά την Ήπειρο  
Σύγκριση των τραγουδιών:  
*Η μάνα εν κρύο νερόν και Σήκω μάνα*

Γ' Τάξη

Ομάδα: Αναστασίου Μαρία – Αντωνία, Γκόλια Ελένη, Μέτα Χριστιάνα,  
Νικολάου Μελίνα – Ασημίνα, Τσαγκαράκη Αργυρώ, Τσομπόλη Ηλιάνα

# Η μάνα εν κρύο νερόν

## Η μάνα εν κρύο νερό

Όταν γερά η μάνα και άλλο κε πορεί  
Ατότε θέλ' βοήθειαν, ατότε θέλ' ζωήν  
Ατότε θέλ' ζωήν  
Κι όταν θα έρτε η ώρα και άλλο κι θα ζει  
Αμαν κ' ευτας το χρέος σοις θα καίεται η ψύ σ'

Η μάνα εν κρύο νερόν και σο ποτήρ' κε μπαίν'  
Η μάνα να μη ίνεται, η μάνα να μη εν  
Η μάνα να μη εν

Η μάνα εν βράχος, η μάνα εν ρασίν  
Σον δύσκολον την ώρα σ', μανίτσα θα τσαείς  
Μανίτσα θα τσαείς  
Η μάνα εν το στήριγμαν, τη χαράς το κλαδί  
τ' ατηνές η εγάπη κε βριείται ση γην

Η μάνα εν κρύο νερόν...

Θα δεβαίνε τα χρόνεα, θα γέροουμε και μεις  
Ατά είναι με τη σειρά κι θα γλυτόν' κανείς  
κι θα γλυτόν' κανείς  
και ολ' πρέπ' να εξέροουμε σ' αύτου την ζωήν  
χωρίς τη μάνας την ευχήν κανείς κε λέπ' χαϊρ'

Η μάνα εν κρύο νερόν...

Η μάνα εν κρύο νερόν...  
<https://lyricstranslate.com>

## Η μάνα είναι κρύο νερό

Όταν γερνάει η μάνα και άλλο δεν μπορεί  
Τότε θέλει βοήθεια, τότε θέλει ζωή  
Τότε θέλει ζωή  
Και όταν θα έρθει η ώρα και άλλο δεν θα ζει  
Αν δεν έχεις κάνει το χρέος σου θα καίγεται η  
ψυχή σου

Η μάνα είναι κρύο νερό και στο ποτήρι δεν  
μπαίνει  
Σαν τη μάνα δεν γίνεται, σαν τη μάνα δεν  
υπάρχει  
Σαν τη μάνα δεν υπάρχει

Η μάνα είναι βράχος, η μάνα είναι βουνό  
Στη δύσκολή σου ώρα, μανούλα θα φονάζεις  
Μανούλα θα φονάζεις  
Η μάνα είναι το στήριγμα, της χαράς το κλαδί  
Η δικιά της αγάπη δεν βρίσκεται στη γη

Η μάνα είναι κρύο νερό...

Θα περάσουνε τα χρόνια, θα γεράσουμε κι εμείς  
Αυτά είναι με τη σειρά δεν θα γλυτώσει κανείς  
δεν θα γλυτώσει κανείς  
Και πρέπει να ξέροουμε ότι σε αυτή τη ζωή  
χωρίς την ευχή της μάνας κανείς δεν βλέπει  
χαϊρι

Η μάνα είναι κρύο νερό...

Η μάνα είναι κρύο νερό...  
<https://lyricstranslate.com>

[www.youtube.com](http://www.youtube.com) η μάνα εν κρύο νερόν



## Πληροφορίες για το τραγούδι

**Η μάνα εν κρύο νερόν** είναι ένα πολυτραγουδιμένο ποντιακό τραγούδι το οποίο υμνεί την μάνα. Συγκινεί όσους το ακούν, Πόντιους και μη.

# Σήκω μάνα

## Μάνα

Σήκω Μάνα  
γλυκά να τραγουδήσεις  
τον πόνο του ανθρώπου  
να πεις και να δακρύσεις.

Σαν το αηδόνι μάνα μου  
που τραγουδά μονάχο  
βαθιά μέσα στο δάσος  
επάνω σε άγριο βράχο.

Πες μας τραγούδι μάνα μου  
με αστέρια φωτισμένο,  
πες μας τραγούδι λαϊκό  
χιλιοτραγουδισμένο.

Πες μας τραγούδι να μιλά  
βαθιά μες την ψυχή μας  
σαν το νερό το γάργαρα  
να γιάνει την πληγή μας.

Πες μας για αγάπη, μάνα μου  
που είναι της Γης ο ήλιος,  
πες μας για αυτά που χάνουμε  
για αυτά που ξαστοχάμε.

Πες για το μίσος μάνα μου  
που είναι ο θάνατος μας,  
πες μας πως ζούμε μάνα μου  
μόνο αν αγαπάμε.

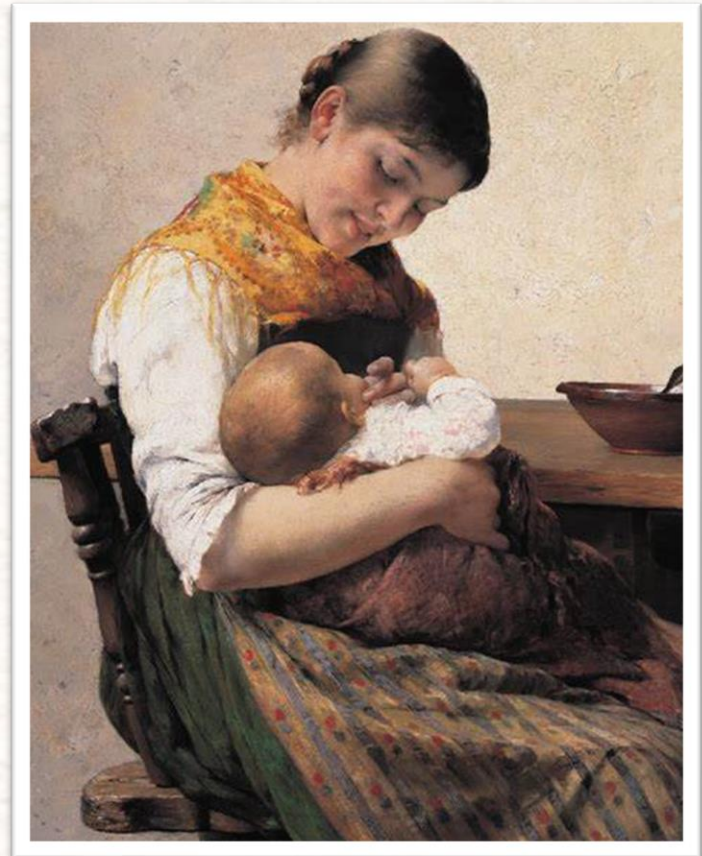
Τραγούδα να χορεύουμε  
στου κόσμου την αρένα  
όλοι οι άνθρωποι της Γης  
όλοι μαζί σαν ένα!

[https://www.youtube.com/watch?v=MeR8SSiZI\\_g](https://www.youtube.com/watch?v=MeR8SSiZI_g)

## Πληροφορίες για το τραγούδι

Το **Σήκω μάνα** είναι ένα τραγούδι που δημοσιεύτηκε στις 8 Μαΐου 2022 για την ημέρα της μητέρας. Το κλαρίνο του Πετρολούκα Χαλκιά συνοδεύει τους στίχους του Γιάννη Φαλκώνη.

[www.youtube.com](https://www.youtube.com) Σήκω μάνα



# Σύγκριση των δύο τραγουδιών

- ✓ Τα δύο τραγούδια συσχετίζονται καθώς πρώτα αναφέρονται και τα δύο στον βράχο ο οποίος είναι σκληρός όπως είναι και μία μητέρα η οποία υπομένει τα πάντα και θα κάνει τα πάντα για τα παιδιά της: στο ποντιακό: *Η μάνα εν βράχος, η μάνα εν ρασίν*, στο ηπειρώτικο: *επάνω σε άγριο βράχο*.



- ✓ Επιπλέον και τα δύο τραγούδια αναφέρονται στην αγάπη της μητέρας η οποία θα κάνει κάθε παιδί να νιώσει αγαπητό και ασφαλές. Είναι εκείνη η οποία θα νιώσει, θα καταλάβει τον πόνο κάθε ανθρώπου. Η μάνα δίνει την αγάπη και την φροντίδα αφιλοκερδώς χωρίς να περιμένει υλικό αγαθό για ανταπόδοση. Κάθε φορά που την χρειαζόμαστε είναι πάντα εκεί για εμάς όπως παρουσιάζουν τα τραγούδια, είναι αυτή που μπορεί να μας καθοδηγήσει για την ζωή. Στο ποντιακό: *Η μάνα να μη ίνεται, η μάνα να μη εν*, στο ηπειρώτικο: *Πες μας για αγάπη μάνα μου που είναι της Γης ο ήλιος*.

# Σύγκριση των δύο τραγουδιών

- ✓ Ένα ακόμη κοινό στοιχείο είναι η αναφορά ενός βασικού συμβόλου της ζωής: το κρύο-γάργαρο νερό. Στο ένα η ίδια η μάνα είναι το νερό, η ζωή που δεν χωράει πουθενά γιατί είναι αστείρευτη όση και η αγάπη της, στο δεύτερο είναι το τραγούδι της, δηλαδή η εμπειρία και τα βιώματά της που δρουν συνεκτικά, δίνουν ζωή, αγάπη και ερμηνεία του κόσμου. Στο ποντιακό : *Η μάνα εν κρύο νερόν και σο ποτήρ' κε μπαίν'*, στο ηπειρώτικο : *σαν το νερό το γάργαρο να γιάνει την πληγή μας.*
- ✓ Είναι επίσης φανερό ότι και στα δύο τραγούδια η μάνα είναι αυτή που αντιμετωπίζει βάσανα και δυσκολίες. Στο ποντιακό : *Σον δύσκολον την ώραν σ', μανίτσα θα τσαείς*, στο ηπειρώτικο : *τον πόνο του ανθρώπου να πεις και να δακρύσεις.*



# Μάνα

Ένα ακόμη, πιο πρόσφατο ηπειρώτικο τραγούδι με υμνούμενο πρόσωπο την μάνα μας χάρισε με την ερμηνεία του ο Δημήτρης Υφαντής (δίσκος : Dasho Kurti "30χρόνια στον αέρα").

Σύγκριση:

- ✓ Η μάνα κι εδώ είναι γλυκιά και αγαπημένη που προσφέρει απλόχερα ζωντανές αναμνήσεις.
- ✓ Κι εδώ έχουμε αναφορά στο νερό (γαλάζια νερά) σαν μια ευχή που ξεχειλίζει αγάπη και νοσταλγία.
- ✓ Το παράπονο: στο "*Η μάνα εν κρύο νερόν*" υπάρχει ρητά η προειδοποίηση: *Αμαν κ' ευτάς το χρέος σοις θα καίεται η ψύ σ' δηλαδή : αν δεν έχεις κάνει το χρέος σου θα καίγεται η ψυχή σου. Στη "Μάνα" το παράπονο ανεβαίνει σαν λυγμός: δεν σου είπα πόσο σ' αγαπώ*

MANA (Δημήτρης Υφαντής)

[www.youtube.com](http://www.youtube.com) Μάνα - Δημήτρης Υφαντής

Ένα πάνορμο να 'χεις  
με γαλάζια νερά  
με χιλιάδες αστέρια  
να 'ναι όμορφη  
η νύχτα σου μάνα

Κι ας μου λείπει  
το ζεστό ψωμί  
που 'χε η ματιά σου  
γλυκιά μου μάνα

Μόνο που έχω  
ένα παράπονο πικρό  
που δεν σου είπα  
πόσο σ' αγαπώ  
πόσο σ' αγαπώ  
γλυκιά μου μάνα



# Άλλο ένα ποντιακό τραγούδι για τη μάνα...

[www.youtube.com](http://www.youtube.com) [Η μάνα εν Θεός](#)

Η μάνα εν Θεός	Η μάνα είναι Θεός
Λόγια κι θα ευρίουνταν τη μάνα να υμνούνε όσοι είν' μανάδες μαναχόν την μάνα εγρυκούνε.	Λόγια δεν θα βρίσκονταν που να υμνούνε την μάνα μόνο όσες είναι μανάδες καταλαβαίνουν την μάνα.
Ρεφρέν Η μάνα εν Θεός η μάνα Παναγία Άμον τη μάνας την εγάπ κι ευρίεται άλλον μία.	Ρεφρέν Η μάνα είναι Θεός η μάνα Παναγία Σαν την αγάπη της μάνας δεν βρίσκεται άλλη.
Η μάνα πρωτού να γεννά πονεί για το παιδίν'ατς και ους να φέραι ση ζωή πολεμά με την ψύν'ατς.	Η μάνα πριν να γεννήσει πονά για το παιδί της και ώσπου να το φέρει στην ζωή πολεμά με την ψυχή της.
Ρεφρέν	Ρεφρέν
Τι παιδί το χαμόγελον εν η χαρά τη μάνας Ρουζ απές στον παράδεισον όντες γομόν τα πάνας.	Το χαμόγελο του παιδιού είναι η χαρά της μάνας Πάει στον Παράδεισο (με το χαμόγελο) όταν την γεμίζουν οι πόνοι.
Ρεφρέν	Ρεφρέν
Φαϊ σο νουνα'τς ξαϊ κι κρούει νε διζά νε νυστάζει Αν το παιδίν'ατς κατ παθάν το αίμαν'ατς λιφτάζει.	Το φαί δεν έρχεται καθόλου στο νου της δεν διψά δεν νυστάζει Αν πάθει κάτι το παιδί της στάζει το αίμα της.
Ρεφρέν <a href="https://lyricstranslate.com">https://lyricstranslate.com</a>	Ρεφρέν <a href="https://lyricstranslate.com">https://lyricstranslate.com</a>

Σύγκριση των τραγουδιών:

✓ Και τα τέσσερα τραγούδια τονίζουν την απέραντη αγάπη της μάνας για το παιδί της, την ανιδιοτέλεια, την χωρίς τέλος προσφορά.

✓ Όμως στο ποντιακό τραγούδι "Η μάνα εν Θεός" η παρουσίαση της μάνας πηγαίνει σε άλλο επίπεδο: η μάνα θεοποιείται, δεν έχει ανάγκες, δεν έχει καν ανθρώπινη υπόσταση: δεν διψάει, δεν πεινάει, ανασταίνεται με το χαμόγελο του παιδιού της.

## Δικτυογραφία

- [www.pontosnews](http://www.pontosnews) η μάνα εν κρούον νερόν το συγκλονιστικό τραγούδι
- [www.alexandriamou.gr](http://www.alexandriamou.gr) η μάνα εν κρούον νερόν η αυθεντική εκτέλεση
- [www.ethnos.gr](http://www.ethnos.gr) Ύμνος στη μάνα : η μάνα εν κρούον νερόν
- [itravelpoetry.com](http://itravelpoetry.com) μάνα δεν είναι μόνο μία
- <https://www.lelevose.gr/i-pontia-mana-tis-prosfygias/>

