

Giornalino della Fondazione Papa Giovanni Paolo II Cupramontana.

5—anno 2024 mese di febbraio

pubblicato sul sito ente www.casariposocupra.it

**NUOVA ESPERIENZA CULTURALE /
RICREATIVA DELLA FONDAZIONE**

A F O R I S M A D E L M E S E

Gli aforismi marchigiani custodiscono un grande tesoro, invisibile ma assolutamente indispensabile: quello del buon senso e della sapienza. Essi provengono da un passato remoto che racconta i tempi antichi più di quanto riescano a fare i libri di storia. In mancanza della trasmissione ai posteri con la scrittura, la formula più efficace era quella del proverbio: una frase corta, spesso in rima o con assonanze, facile da ricordare e legata, il più possibile, alla lingua e alla realtà del luogo.

Chi vanga de febrà, fa grandurchi e grà.

Chi vanga di febbraio raccoglierà granturco e grano.

Se trona a li tandi de febrà, a li tanti de marzu negne.

Se tuona in un qualsiasi giorno di febbraio nel successivo mese di marzo, negli stessi giorni, nevicherà.

S O M M A R I O :

AFORISMA DEL MESE	1
QUESTA È LA NOSTRA STORIA...	2
CONSIGLI DI SALUTE: I RIMEDI DELLA NONNA	3
UNA CANZONE, UN RICORDO, UN'EMOZIONE	4
LA RICETTA DI NONNA ANITA	4
POESIA	6
INFORMAZIONI	

QUESTA E' LA NOSTRA STORIA...



MATURITA'

Il nostro viaggio continua facendoci raccontare dai nostri cari anziani ciò che più ricordano della loro maturità. La domanda posta questo mese è stata "Ricordi chi aveva il compito di cucinare? Ripensando a quei tempi, quali profumi e quali sapori tornano alla mente?". Chiariamo subito che ai tempi dei nostri cari anziani la cucina era il regno incontrastato delle donne, la mamma, la nonna, la zia. L'uomo lavorava fuori, nel campo. Lavori manuali di fatica, sudore e forza. Non tutti, alcuni, una netta minoranza, aveva il padre che faceva altro, non il contadino "mio padre faceva il mulinà", sorride il nostro amico immaginando che io non sappia cosa facesse il "mulinà". Sto al gioco e chiedo "e cioè? Cosa faceva tuo padre". "Si occupava della farina, la ordinava, la scaricava, la preparava. Era sempre tutto sporco de bianco". Tornando al tema del mese di febbraio, una signora ci tiene a spiegarmi "na vo' l'ommini stacia a fadigà gioppe u campu, a governà e bestie a fa' e faccenne da ommini. E donne cucinaa, guarda i munelli e i vecchi". Semplice. Ad ognuno il proprio ruolo. Gli uomini, facevano i lavori da uomini e le donne facevano i lavori da donne. "Era mamma che cucinava da magnà pe tutti. Cera 'na zia rmasta che je dacia 'na ma' a preparà". Chiedo quanti fossero a casa, visto che c'era bisogno dello cuoco e dell'aiuto cuoco. "Doddici: ce stacia nonno e nonna, babbu e mamma, mì zia, a sorella de mamma e nualtri munelli". "Caspita!", esclamo sorpreso "eravate 7 fratelli e sorelle". La signora ci pensa un attimo poi risponde "no eravamo 6 fratelli...aambè...no allora eravamo unnici in tutti". Misteri della memoria...e della matematica! Viene nuovamente, come nel precedente giornalino di gennaio, rimembrata la polenta, con il corollario delle sue varianti: col maiale,

Alla domanda su odori e profumi che ricordassero meglio segue un lasso di tempo contraddistinto da silenzio assoluto, insolitamente lungo. Poi un'amica rompe il ghiaccio "io me ricordo, come l'avisci sentua adè l'odore de u camì, de a graticcola. U profumo de a polenta rvanzata cotta lì a graticcola" Sarà una mia suggestione, ma ho avuto come l'impressione che la nostra amica tirasse su con il naso, sentisse l'odore del ricordo. Meraviglioso. "Io me ricordo quanno facemo o sugo. U pummidoro che cocia c'avìa un profumoooo". Mano a cucchiaino che disegna un cerchio nell'aria, gesto di rinforzo dell'intensità succulenta dell'odore del pomodoro in cottura. "A me me piacia quanno se facia e tajatelle. U profumo de a perna, de a farina. Se ce penso me vene pure fame!". Poi una chicca "io mi ricordo la prima volta che mamma a cotto il caffè. Un vicinato c'aveva portato per regalo un sacchetto de chicci de caffè, Capirai l'avò chi ce l'aveva il caffè bono li casa. Era un odore come di bruciato, ma buono, forte. Il caffè me l'aveva fatto senti un gocchetto pure a me, ma non mi era piaciuto. Era amaro, troppo amaro". Ancora una volta l'argomento cibo e cucina esalta il viaggio indietro nel tempo delle menti dei nostri amici anziani. Con quel velo di rammarico di non poter mai più riassaporare le bontà culinarie del passato e con esse anche l'intensità della vita che fu.

CONSIGLI DI SALUTE: I RIMEDI DELLA NONNA



Per far passare i geloni, cioè la vasocostrizione prolungata dei capillari delle dita, era molto utile immergere la mano, o i piedi, in acqua tiepida, dove erano state fatte bollire, in precedenza, cinque o sei foglie di salvia fresca per ogni litro. La salvia contiene buone quantità di antocianidine, che penetrano attraverso la pelle e ridanno elasticità ai vasi sanguigni.

UNA CANZONE, UN RICORDO, UN'EMOZIONE



La canzone di questo mese è... *La pioggia cadrà*. E' un brano del 1959 cantato da Betty Curtis (nome d'arte dell'italiana Roberta Corti). Questa canzone è stata ricordata da un nostro amico anziano alla quale ha accompagnato un significativo aneddoto relativo alla sua infanzia. La pioggia cadrà era una canzone che suo padre menzionava quando c'era una giornata piovosa per ricordare, per insegnare al figlio l'importanza della pioggia per la campagna, per la natura e anche per la vita in generale.

LA RICETTA DI NONNA ANITA

CRESCIOLE

Ingredienti

- Polenta
- Farina
- Zucchero
- Olio di arachidi



Preparazione

In una ciotola sbriciolare la polenta cotta e amalgamarla con la farina. Quando Trasferire il composto ottenuto su di una spianatoia infarinata e renderlo liscio e omogeneo. Dividere l'impasto in 4 parti uguali del peso di circa 100 g e formare con ogni pezzetto una pallina. Stendere ogni pallina con il mattarello fino a formare delle piadine di circa 16 cm di diametro.

Portare l'olio di arachidi a 170°* e friggere le cresciole fino a farle dorare girandole su entrambi i lati. Una volta pronte, scolarle e adagiarle su un foglio di carta assorbente da cucina, infine passarle nello zucchero semolato e servire ben calde.

Buon appetito!

Intervista al poeta Giuseppe Galeazzi

Quando è iniziato il suo amore per la scrittura?

E' iniziato a tredici anni. Ero a Roma in un istituto per invalidi di guerra e c'era un insegnante che scriveva poesie. Ricordo ancora nitidamente che un giorno aveva lasciato il suo taccuino aperto nello studio e, in preda alla curiosità, andai a leggere ciò che c'era scritto: conteneva una poesia meravigliosa. Rimasi profondamente colpito da quei versi e ricordo che dissi a me stesso: «Voglio provarci anch'io!». Da allora ho cominciato a scrivere e ad oggi sono circa sessant'anni che coltivo questo amore.

Cos'è, per lei, la poesia?

Penso che la poesia sia come una grandissima sfera di cristallo che contiene tutte le mie emozioni.

Un poeta francese ha scritto che “un uomo non può scrivere bene se non è anche un po' un buon lettore.”.

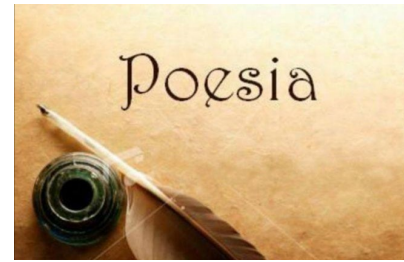
Quali sono, a questo proposito, i libri più belli che ha letto?

Ho amato tantissimo la Divina Commedia di Dante, ma anche le poesie del mio caro conterraneo Leopardi. Entrambi mi hanno inevitabilmente influenzato. Ho letto, poi, con molto piacere anche i libri di Oriana Fallaci e “Accabadora” di Michela Murgia.

sorridessero ogni giorno.

«Chi non legge, a 70 anni avrà vissuto una sola vita: la propria. Chi legge avrà vissuto

5000 anni: c'era quando Caino uccise Abele, quando Renzo sposò Lucia, quando



Qual è la sua idea di felicità?

Se penso alla felicità penso a quella dell'anima. Vorrei semplicemente che le persone sorridessero ogni giorno. «Chi non legge, a 70 anni avrà vissuto una sola vita: la propria.

Chi legge avrà vissuto 5000 anni: c'era quando Caino uccise Abele, quando Renzo sposò Lucia, quando Leopardi ammirava l'infinito... perché la lettura è una immortalità all'indietro.».

Che ne pensa di questa frase di Umberto Eco?

E' bellissima e la condivido totalmente. Per me la lettura è un prolungamento della vita terrena e l'estasi dei nostri sensi.

Nella società in cui viviamo c'è ancora, secondo lei, spazio per la poesia?

Assolutamente sì. Anche se molte persone la considerano, talvolta, una cosa sciocca o inutile, penso - e spero - che essa non finirà mai.

Che consigli darebbe, oggi, a un giovane ragazzo?

Il mio consiglio è quello di leggere il più possibile, perché la lettura, allenando la capacità di giudizio, può salvare la mente.

Per concludere, qual è la sua poesia alla quale è più legato?

“Se vuoi raggiungere la porta dell'amore devi varcare la soglia del dolore.” E' una poesia che ho scritto tanto tempo fa, ma che rileggo sempre con tanto piacere. Parla di sofferenza, ma anche di amore. Ciò che mi ha portato a scriverla è il fatto che penso che per capire davvero le persone e donare loro tutto l'amore possibile è necessario entrare in un luogo di sofferenza e vivere il dolore nel modo più intenso possibile, varcando, quindi, la sua “soglia”. Solo così, secondo me, si può comprendere se si è davvero innamorati dell'umanità e pronti a mettersi al servizio di essa. Rilegendola oggi penso anche al lavoro prezioso che fanno gli infermieri e gli operatori socio-sanitari all'interno della casa di riposo in cui mi trovo.