

*Giornalino della Fondazione Papa Giovanni Paolo II Cupramontana.*

*6—anno 2025 mese di giugno*

*pubblicato sul sito ente [www.casariposocupra.it](http://www.casariposocupra.it)*

**NUOVA ESPERIENZA CULTURALE /  
RICREATIVA DELLA FONDAZIONE**

### **A FORISMA DEL MESE**

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.

***Giugno granaro, luglio vignarolo.***

Giugno è il mese del grano, luglio della vigna: ogni mese ha il suo lavoro agricolo.

***Se pijove a San Luigi, l'annata va a finì.***

Se piove il giorno di San Luigi, il raccolto rischia di rovinarsi

#### **SOMMARIO:**

**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...



### Giugno, la falce in pugno

La domanda che pongo ai nostri amici questo mese è “giugno ,la falce in pugno: qual è il significato di questo proverbio? Cosa significava per i lavoratori della campagna?” All’alba, spesso ancora prima del sorgere del sole, ci si svegliava: uomini, donne, ragazzini e anche i più anziani (quando potevano), tutti erano coinvolti. Si partiva per i campi con la falce e il cappello di paglia, mentre i più fortunati avevano già iniziato a usare la mietilega (mietitrebbia trainata da buoi o da trattore). “Ce alzemmo che era notte. Me ricordo che ero ’na munella e non ja faciò a svegliamme e se me chiamava mamma facià piano piano se venìa a chiamamme babbu sgaggiava che me facià salta giò da un letto! Che posci fa bu!”. Frigorosa risata di tutti gli astanti, memori di esperienza comune. “Ce stacià un vicinato che ce l’hai a metitrebbia, ma io ero già grande. Da munellu da e aprti nostre non ce l’aia nisciù”. C’erano dei compiti specifici per ogni membro della famiglia, lo chiedo ai nostri amici. Il ricordo della mietitura è fortemente scolpito nelle menti di praticamente tutti i nostri amici anziani, con sfumature diverse in ognuno, la vividezza del ricordo è difforme nelle menti. Tutti vogliono raccontare un aneddoto, un pezzo di vissuto, e chiaramente, cercando di gestire la confusione, iniziano a farlo “l’ommini falciava, e ’rcojia i covù e facià a barchetta” interviene una nostra amica “anchi mamma falciava, babbu po rcojia” piccole eccezioni. “Gioncasa nostra e donne facià da magna, legaa i covù, jutava l’ommini, ma quanno era ora de magnà ce pensava loro”. “A me, quannu ero munellu munello, me facià da da be’, e sfujao l’uccelli. Da munellotto jutao a legà i covù e a rcoje su”. “Poru nonno quanno no je a facià più a fadigà, venìa gio u campo se mettìa sotto ’na meriggia e dicìa “legali mejo si covù, che se tira un vento se sguasta! ’rcoji su lo gra’ che co quillu ce vene 2 file de pa’!”.

Cerco di stimolare l'emersione di altri ricordi, legati ad altri momenti della mietitura "si lavorava solo? Non ci si riposava mai?". Una nostra amica di solidi ricordi prende la parola "ci si metteva sotto u moro, quando era mezzogiorno. Se tirava fuori da mangià, un moccò de pane, un pezzo che cacio, tanteò un po' de lonza e un po' de vi bono. Dopo si faceva un riposino de 'na mezz'oretta non de più". La mietitura non era mai un lavoro solitario. Le famiglie contadine si aiutavano a vicenda: prima si mietevano i campi di una famiglia, poi si passava a quelli del vicino. Era un sistema di mutuo aiuto. Era anche un'occasione sociale: si parlava, si rideva, nascevano simpatie e a volte anche amori tra giovani di diverse famiglie. Era il momento in cui i rapporti si rinsaldavano, ma anche in cui si misurava il rispetto tra le famiglie. "Ce stacià 'na ragazzetta carina, 'a fija de i vicinati che stava a confi co a terra nostra, i Dottori", interrompo il nostro amico chiedendogli se ricordasse il nome della giovane. Ci pensa un momento "se chiamava....se chiamava.....se chiamava....." la testa si gira lentamente di qua e di là, la mano sfrega il mento come fosse la lampada di Aladino alla quale chiedere il desiderio di ricordare il nome di quella dolce donzella. Poi, improvvisamente la luce "Aldesina!! Se chiamava Aldesina!!", gli occhi brillano di felicità per aver fatto abboccare all'amo della memoria quel tenero ricordo. Terminata la mietitura, si ringraziava Dio e la Madonna, spesso con una messa o una piccola processione. Il grano era vita, pane, sostentamento per tutto l'anno.

## CONSIGLI DI SALUTE: I RIMEDI DELLA NONNA



### L'aglio per combattere i vermi intestinali

Nelle famiglie delle campagne l'aglio non era solo un ingrediente da cucina, ma anche una vera medicina naturale, usata in particolare per combattere un disturbo molto comune, soprattutto tra i bambini: i vermi intestinali. Se un bambino aveva prurito anale, mal di pancia, inappetenza o era "pallido e mosco", la nonna subito capiva: «C'ha li vermetti!». Si sbucciava uno spicchio d'aglio fresco, si tagliava a pezzettini piccoli e si dava al mattino a digiuno, magari con un po' di pane secco o latte caldo per farlo andare giù meglio. L'aglio agiva da vermicide naturale, uccidendo i parassiti nel tratto intestinale

## UNA CANZONE, UN RICORDO, UN'EMOZIONE



La canzone di questo mese è... *Ciao Amore, ciao* di Luigi Tenco. Questa canzone è tristemente celebre perché fu presentata da Luigi Tenco al Festival di Sanremo nel 1967 e fu l'ultima da lui cantata in pubblico: dopo l'esclusione dalla finale, Tenco si tolse la vita nella notte, lasciando un biglietto in cui denunciava l'ipocrisia del sistema musicale. Ma al di là del tragico evento, "Ciao amore, ciao" è un grande esempio di canzone popolare e civile, poetica e amara, che riflette il disagio esistenziale e sociale di una generazione. L'amica che ce l'ha riportata alla memoria, ricorda molto bene quell'evento, pur non avendolo potuto vedere in televisione, ma l'aveva particolarmente colpita "e poi la canzone era bellissima".

## LA RICETTA DI NONNA ANITA

### CHITARRINE FAVA E FINOCCHIETTO



#### Ingredienti:

- 300 gr di chitarrine
- 100 gr di guanciale
- Olio extravergine d'oliva
- Un pugno di finocchietto selvatico
- Sale, pepe 1 spicchio d'agli
- 400 gr di fava
- 1 bicchiere di latte

### **Preparazione**

Tagliare il guanciale a listarelle, farlo rosolare in padella con dell'olio evo. Quando è ben cotto toglierlo e riporlo in un piatto. Nella pentola mettere il finocchietto selvatico tritato, uno spicchio d'aglio e la fava. Aggiungere un bicchiere d'acqua e mezzo di vino. Aggiustare con sale e pepe. Quando la fava è cotta, cuocere le chitarrine poi mantecarle nella padella aggiungendo il latte e alla fine mettere il guanciale croccante.

Buon appetito!

