

Giornalino della Fondazione Papa Giovanni Paolo II Cupramontana.

6—anno 2025 mese di novembre

pubblicato sul sito ente 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.

Novembre mese triste, chi non zappa resiste.

Novembre è duro, chi non lavora nei campi resiste meglio

Se novembre porta rugiada, la neve presto cala.

Se c'è rugiada in novembre, la neve arriva presto

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...



San Martì de 'na vo'

La domanda che pongo ai nostri amici questo mese è “avete voglia di raccontarmi cosa vi ricordate della festa di San Martino. Cosa si faceva in campagna?” I mezzadri vivevano gli ultimi giorni di raccolto. Le foglie dei castagni coprivano il viottolo che portava alla casa colonica, e l'odore del mosto fermentato riempiva l'aria. L'11 novembre, giorno di San Martino, era atteso come un piccolo Capodanno contadino: segnava la fine dell'annata agricola e l'inizio della nuova. “A matina nonno già giò a cantina aprìa a porta e dicìa: «Oggi s'stappa!» e indicava le botti che avìa bollitu pe settimane sane. “Me ricordo che mi madre, Assunta, sera già svegliata da 'n pezzu, e avìa messo a lessà e castagne: 'mpoche e magnemmo pe cena, 'mpoche e portemmo a u vicinatu, pe San Martì se facià, perché se dicìa “che portava be”. Come di consueto il ricordo dell'uno scatena quello dell'altro. “Io c'avìo 'no zio, Gigio, che dicìa sempre che issu sapìa 'rconosce o vì co u nasu. Allora nonno Nazzarè spillava da a botte 'n bicchiere di vè e jo dacìa. Ziu o beìa, se lasciava i baffi po' dicìa: “Quest'annata nun è male... è propriu bono!” Era il primo sorriso soddisfatto dopo settimane di fatica. In quel periodo molti contadini “facevano San Martino”, cioè traslocavano da un podere all'altro secondo i contratti mezzadrili. Coloro che restavano dove erano, il pomeriggio assistevano comunque ad un grande movimento di carri, famiglie, ceste, galline e suppellettili che attraversavano la contrada. Quel giorno si respirava un misto di nostalgia e speranza: cambiando podere si lasciavano amici, abitudini... e si ricominciava da capo. Dopo il tramonto, le famiglie dei contadini si riunivano nell'aia. “Si accendeva un piccolo fuoco – “u fòcaro de San Martì” – e si arrostitavano castagne nuove” ricorda elegantemente una nostra amica.

“Ziu Gigio se portava a fisarmonica, e cantemmo tutti insieme”, chiedo cosa cantassero “i stornelli e filastrocche su o vù novo, e soprattutto o ritornello “A San Martì ogni mostu divènta vù!”. Questo tipico ritornello, introdotto dalla nostra amica e poi stato supportato vocalmente da praticamente tutti gli astanti. Che, dopo averlo intonato all’unisono, lo hanno accompagnato con un sincero sorriso, figlio odierno di un pizzico di emozione vecchia di oltre 60 anni. Le vergare distribuivano vino giovane agli adulti e castagnole ai bambini. Era una delle rare occasioni dell’anno in cui si stava insieme senza l’ansia del lavoro nei campi. Però, quando la festa finiva e l’aia tornava silenziosa, ci tiene a riportare alla memoria una nostra amica “me ricordo che lu poru nonno Nazzarè guardava a campagna e dicìa sottovoce: “Mo’ se rcomincia...” Perché San Martino era una soglia: chiudeva l’anno passato e apriva quello nuovo, come un patto fra la terra e chi la lavorava.

CONSIGLI DI SALUTE: I RIMEDI DELLA NONNA



Impiastri di argilla

Si utilizzava argilla grigia, raccolta spesso lungo gli argini dei fossi o nei terreni dove affiorava. Veniva fatta essiccare al sole, poi polverizzata e conservata in sacchetti di tela. Veniva usata per gonfiori dovuti a colpi o cadute, slogature e distorsioni leggere, infiammazioni articolari (ginocchia, mani, caviglie), ascessi (per “tirare fuori il male”), punture di insetti più grosse (api, vespe). Era considerata un rimedio “che assorbe il caldo e il gonfiore”. Si usava una scodella di terracotta o vetro. *Niente metallo*, perché si credeva “che rovina la creta”. Si versava acqua fredda o tiepida, mai bollente. L’acqua veniva aggiunta lentamente, “a filo”, finché l’argilla non diventava una crema densa. Con un panno di lino veniva applicata nel punto dolorante, si lasciava essiccare per una mezz’ora. In fine, si sciacquava bene.

UNA CANZONE, UN RICORDO, UN'EMOZIONE



La canzone di questo mese è.....*O Marì Metti su lu Focu.*

Dialogo domestico tra una donna e il marito che rientra dai campi. Brano breve, quasi una filastrocca, spesso cantato nelle veglie invernali. Poco conosciuta, tipica delle famiglie mezzadrili, mai formalizzata in raccolte note. Un nostro amico l'ha riportata alla memoria, perché un vecchio zio gliela cantava, quando scendeva da Cartoceto per le cerimonie religiose

LA RICETTA DI NONNA ANITA



MINESTRA DI CICORIE E PATATE

Ingredienti:

- Cicoria di campo (raccolta lungo i fossi)
- Patate
- Aglio
- Acqua e sale
- Un filo d'olio (se c'era)
- Pane raffermo

Preparazione

Le cicorie venivano raccolte e scottate. In una pentola lessare patate a pezzi e cicorie insieme. Aggiungere aglio schiacciato e sale. Un filo d'olio alla fine. Servire con fette di pane raffermo o bruschette che assorbe il brodo. Piatto povero ma molto nutriente, tipico delle sere d'autunno.

Buon appetito!

