

Le Erbe di San Giovanni

Il Rosmarino (Rosmarinus officinalis)

E' un arbusto aromatico con foglie piccole e molto profumate. Predilige terreni poveri e sciolti anche calcarei. Cresce spontaneo fino ad una quota di 1500 m.

In cucina serve per aromatizzare arrostiti, patate, verdure saltate in padella, castagnaccio, pane, focacce, marinate, cacciagione. Un ottima bevanda è il liquore al rosmarino, preparato con alcol, rosmarino e scorza di limone.

E' una pianta antisettica, colagoga, diuretica, stimolante, stomachica, tonica, rilassante ed aumenta le capacità mnemoniche. Ancora oggi, in alcuni paesi del Mediterraneo, è consuetudine lasciare asciugare il bucato sul rosmarino. Lo scopo è permettere al sole di estrapolarne l'aroma che ha proprietà antitarne e sulla biancheria può essere molto gradevole.

Curiosità:

Il nome, latino, deriva da "ros" (rugiada) e "maris" (del mare). Se lo si regala trasmette il messaggio: "Sono felice quando ti vedo". Per gli Egizi era simbolo di immortalità e usavano metterne una manciata in mano al defunto per facilitarne il viaggio nell'oltretomba. I Romani, invece, incoronavano con rosmarino le statuette dei Lari, geni familiari della casa. Secondo una leggenda una volta i suoi fiori erano bianchi, divennero azzurri quando la Madonna, durante la fuga in Egitto, lasciò cadere il suo mantello su del rosmarino. Questa pianta ha sempre ispirato una serie di credenze sull'influsso benefico che esisterebbe sulla psiche e sul corpo. Nel secolo scorso, nelle campagne bolognesi si pensava che i suoi fiori, posti a contatto con la pelle, donassero felicità. Le foglie, messe sotto al letto, avrebbero avuto la virtù di evitare brutti sogni mentre il profumo della pianta, posta in un vaso alla finestra o vicino alla porta, avrebbe allontanato tutto ciò che portava malattie. Il suo profumo era ottimo per potenziare la memoria, cosicché si usava studiare tenendone sul tavolo un rametto o cingendosene le tempie come una corona.

Le Erbe di San Giovanni

La Lavanda (Lavandula angustifolia)

E' una pianta diffusa allo stato spontaneo nella macchia bassa e nei terreni aridi dell'area mediterranea. Cresce senza problemi in terreni aridi e sassosi.

Le foglie possono essere utilizzate per aromatizzare lo zucchero di alcuni dolci, oppure per aromatizzare l'arrosto d'agnello.

La lavanda possiede proprietà aromatiche, purificanti e antisettiche. E' utile come coadiuvante nella cura dei disturbi dell'umore, è antinfiammatoria e antireumatica. L'olio essenziale viene utilizzato per trattare bruciature, punture e viene aggiunto al bagno con effetti rilassanti. Strofinato sulle tempie può contribuire ad alleviare il mal di testa.

Curiosità:

La lavanda o spighetta di San Giovanni è una delle erbe adoperate per l'Acqua di San Giovanni. Il suo profumo lieve, che ancora oggi in molte famiglie impregna lenzuola e asciugamani, e il delicato colore dei fiori irradiano serenità e freschezza

La sua spiga è considerata un amuleto che protegge da disgrazie, ossessioni e demoni ed è anche un talismano che propizia, si dice, prosperità e fecondità grazie alle numerosissime punte terminali.

A Roma nella magica notte giovannea ci si muniva della spighetta per allontanare le streghe che, se avessero avuto l'ingenuità di avvicinarsi a una persona munita di questo amuleto, sarebbero state costrette a contarne i fili e i chicchi e prima di finire quella lunghissima conta sarebbero state costrette alla fuga.

Distillando in corrente di vapore i fiori freschi di lavanda si ottiene un olio essenziale di sapore aromatico, leggermente amaro e solubile in alcol, che si usa come sedativo, spasmolitico e digestivo, e nella preparazione di profumi.

Per profumare gli ambienti, si adoperano i pot-pourri, miscugli di fiori e foglie, lasciati a macerare.



'O Nucillu e'Ndrea

Antica ricetta serinese

Tanti ma tanti anni fa durante la notte di San Giovanni abbasciu a terra e Ron Sarvatore del tutto casualmente un nostro paesano, 'Ndrea Vitale, si imbatté suo malgrado in un consesso di Janare. Quella particolare zona di Ferrari a ridosso dei Coccioni era ricca di alberi di noce e intorno a questi le streghe nostrane erano solite organizzare i loro sabba, durante i quali preparavano magiche pozioni utilizzando noci ancora verdi. Il povero Andrea costretto a trascorrere la lunga notte in loro compagnia riuscì a carpire il segreto di una delle loro magiche pozioni.

Ingredienti della magica pozione

Andrea vide le Janare armeggiare con:

1 litro di alcool 95°

200 gr di acqua

500 gr di zucchero

n. 23-25 noci fresche (a seconda della dimensione ma sempre in numero dispari)

n. 15 chiodi di garofano

n. 2 bastoncini di cannella

Le vecchie fattucchiere lavarono e asciugarono le noci, le divisero in quattro parti e le riposero in un contenitore di vetro richiudibile, aggiunsero l'alcool, i bastoncini di cannella interi e i chiodi di garofano, poi chiusero il contenitore e ordinarono alle Janare più giovani di lasciarlo riposare per quaranta giorni.

Andrea trascorsi i quaranta giorni, per quanto timoroso di essere scoperto, decise di spiarle a distanza perché curioso di capire come la pozione venisse completata; per cui nascosto tra l'erba alta, complice la notte, vide colare il composto con un colino, vide che 200 grammi d'acqua venivano portati a ebollizione con lo zucchero, venivano fatti bollire un po' per far sciogliere lo zucchero e poi fatti raffreddare. Una volta raffreddata la miscela fu unita all'alcool precedentemente colato, per essere poi nuovamente filtrata.

Imbottigliato in contenitori di vetro scuri, 'o nucillu, così lo chiamarono le streghe, era pronto per essere conservato in un luogo fresco al fine di beneficiare di tutte le sue caratteristiche organolettiche.

Ottimo come digestivo, non servì fortunatamente per far digerire alle streghe l'indigesto Andrea.

Nota

Le noci devono essere rigorosamente prive di qualsiasi trattamento. Esse inoltre devono essere raccolte, come vuole la tradizione, da mani femminili durante la notte di San Giovanni Battista. La giusta consistenza della noce va valutata bucadola con uno spillo oppure verificata visivamente spaccandola a metà.

Il noce

Andrea entusiasta di quanto aveva visto quella notte decise, per realizzare la magica pozione, di rivolgersi al farmacista del paese, il quale mosso da intenti didascalici, dopo aver attentamente ascoltato il racconto dell'amico, prima di procedere alla preparazione del portentoso filtro, decise di illustrargli le caratteristiche e le proprietà della magica pianta.

*Il noce, conosciuto dagli esperti come *Juglans regia*, appartiene alla Famiglia delle Juglandacee; alto fino a 30 m, ha una chioma ampia e rotondeggiante, di colore verde chiaro; il tronco ramoso ha una corteccia di colore grigio-crema chiaro, liscia e fessurata sulle piante vecchie. Le sue foglie sono lunghe 15-25 cm, composte da 5-7-9 foglioline ovali dapprima di colore bronzo e poi verde chiaro e cadono in Autunno. I frutti sono drupe globose di 4-5 cm di diametro, composte da un involucro carnoso detto mallo, che circonda la noce in cui è contenuto un seme o gheriglio commestibile.*

Ma perchè proprio il noce?

Ce n'è abbastanza perché il noce sia caro alle manipolatrici di erbe.

I suoi frutti, che in un involucro ligneo proteggono i semi quadrilobati, le cui increspature possono ricordare un cervello nella scatola cranica, potevano essere utili strumenti per la magia simpatica, che utilizza oggetti simili a quelli su cui si vuole esercitare la forza incantatrice.

Le foglie, i malli, sono fortemente tannici e contengono una sostanza tossica, che si chiama juglandina. Le foglie secche e poi decotte sono usate per lavature di tutte le mucose; le pennellature sono utili per le afte delle tonsille.

Con il mallo acerbo, raccolto rigorosamente a San Giovanni, si prepara il noto liquore casalingo, il nocino, dalle rinomate proprietà stomachiche e digestive.

Le noci unite al cibo con ruta pestata li trasforma in veleni letali, ma se poste fra funghi o altri cibi velenosi, ne assorbe ed estingue la tossicità.

E' interessante dunque la capacità di quest'albero di accogliere in sé il bene e il male. Infatti l'errata manipolazione delle sue parti può far divenire nociva la sostanza in origine capace di guarire.



Corrispondenze: il simbolo e la realtà

Il viaggio nella vita fuori da noi

In un universo parallelo, fantastico, svariate figure simboliche vivono una vita multiforme grazie al pensiero umano. Narrazioni che arrivano da un lontano passato aiutano i fanciulli a diventare adulti, esorcizzando le proprie paure, dando loro sembianze umane e al contempo mostruose. L'incerto diventa certo, l'informe prende forma, l'irreale diventa reale e comincia il viaggio della vita fuori da sé.

Mazzamauriello

In un passato non troppo lontano, quando la luce elettrica ancora non illuminava le case, quando ripidi scaloni in legno collegavano i piani abitati alle soffitte buie e misteriose, quando strette botole al culmine di quegli scaloni erano la porta per un mondo parallelo, un personaggio senza età, un uomo-bambino, scorazzava incontrollato per i sottotetti delle abitazioni.

Passi veloci spaventavano gli abitanti della casa nelle notti d'inverno, intimità domestiche venivano violate durante la notte, bambini addormentati al risveglio si ritrovavano accanto un piccolo uomo senza età: Mazzamauriello, una sorta di spiritello brutto e dispettoso. Da sempre nella tradizione orale della valle del Sabato e della Campania si narrano le sue gesta moleste e le sue burle irriverenti. Incerta l'origine del nome, di derivazione greca (piccolo demonio) secondo alcuni, spagnola (da matamorillos, diminutivo di matamoros, termine con cui si indicavano i soldati spacconi) secondo altri, anche se Benedetto Croce faceva derivare il termine da "scacciamaurino", in relazione ai monaci dell'ordine di S. Mauro, riferimento non casuale in quanto nella tradizione napoletana, ripresa da Matilde Serao, si parla del Munaciello.

Corrispondenze: il simbolo e la realtà

Il viaggio nella vita fuori da noi

In un universo parallelo, fantastico, svariate figure simboliche vivono una vita multiforme grazie al pensiero umano. Narrazioni che arrivano da un lontano passato aiutano i fanciulli a diventare adulti, esorcizzando le proprie paure, dando loro sembianze umane e al contempo mostruose. L'incerto diventa certo, l'informe prende forma, l'irreale diventa reale e comincia il viaggio della vita fuori da sé.

Maria Longa

Maria Longa, simbolo della paura ancestrale per le profondità delle acque e per le altezze, è una delle tante figure simboliche che popolano l'immaginario collettivo delle genti della valle del Sabato. Il suo processo di personificazione ha avuto inizio quando le è stato attribuito un nome reale, con chiaro riferimento all'universo femminile, Maria, donna e madre per antonomasia, e Longa, per le sue caratteristiche fisiche.

Maria Longa vive nei pozzi, nei fiumi, nei torrenti, sempre in agguato, pronta a rapire l'imprudente, lo spavaldo, il timoroso che osa addentrarsi nel suo territorio. Sin da piccoli, infatti, in caso di vicinanza ai bordi di un pozzo, al parapetto di un ponte, agli argini di un fiume, si viene messi in guardia dagli adulti, in quanto sporgersi potrebbe significare sparire per sempre nelle profondità delle acque, agguantati dalle lunghe braccia di questa snella e agile figura dai fluenti capelli neri, che porta con sé il malcapitato in un mondo senza tempo.



Una Notte sul Monte Calvo

Modest Petrovic Musorgskij (Pskov, 21 marzo 1839 – San Pietroburgo, 28 marzo 1881) fu un compositore russo. Musicista dello stile romantico, è da ricordare come un appartenente al cosiddetto Gruppo dei Cinque (compositori che alla loro musica conferirono un'impronta nazionale, e anche nazionalista, intesa come riscoperta delle musiche russe tradizionali e del loro impatto sulla cultura nazionale).

Secondo la tradizione, l'autore soggiornò a Montecalvo Irpino, ospite della duchessa Maddalena Pignatelli, la quale era figlia di Pietro Fesenko, consigliere dello zar Nicola II. Si dice che Mussorgsky restò molto colpito dall'atmosfera che si respirava a Montecalvo Irpino, suggestionato dai luoghi, dalla storia, dalle leggende delle streghe che prendevano il volo per ritrovarsi ai piedi del noce di Benevento dove celebravano il loro sabba. Si racconta che le janare preferissero radunarsi nelle sere di tempesta, quando il vento soffia impetuoso e la pioggia cade incessante, mentre le tenebre, squarciate dai lampi delle folgori, lasciavano scorgere le orripilanti sembianze di quelle donne che a cavallo delle loro scope, volavano in direzione del noce di Benevento.

Le sensazioni che la leggenda delle janare inducono, si possono cogliere nella celeberrima opera "Una Notte sul Monte Calvo" (sinfonia fantastica).

Se si ascolta la sinfonia e si chiudono per un attimo gli occhi, sembrerà di vedere le streghe volare, volteggiare attorno al noce, in una corsa spasmodica a cavallo della loro scopa, sino a quando l'arrivo del mattino, salutato dal suono delle campane, non dissolve le tenebre sciogliendo allo stesso tempo la riunione demoniaca.

La nascita dell'opera e la struttura dell'opera

Mussorgskij compose una prima stesura per pianoforte e orchestra di "Una Notte sul Monte Calvo" nel 1860, poi la riscrisse nel 1868, nel 1871 e nel 1875.

La stesura originaria di Musorgskij è articolata in cinque sezioni:

- *La riunione delle streghe*
- *Il corteo*
- *La glorificazione*
- *Il Sabba*
- *L'alba*

Nell'opera si immagina che il giovane protagonista, di nome Gritzko, la notte prima di riuscire ad ottenere, dopo tante peripezie, la mano della ragazza che ama, si ubriachi, cade addormentato e sogna. Sogna di assistere al raduno delle streghe che si svolge, secondo le credenze popolari, ogni anno nella notte di San Giovanni (24 giugno). Gritzko, nascosto dietro ad una roccia, osserva esterefatto la scena: le streghe ingaggiano danze furibonde, in un crescendo "demoniaco", fino all'acme, con il "Sabba", durante il quale danno libero sfogo alla loro follia, fino a quando vengono interrotte dal suono delle campane di una chiesa. Lì Gritzko si risveglia, ancora percorso da tremori per l'incubo appena vissuto.