

I N S I E M E

FOGLIO INFORMATIVO A CURA DELL' U. P. C. F.
S. Filippo del Mela - C.so Garibaldi, 354 - cas. post. n. 5 Tel

Numero 13

Marzo '96



In Programma...

Anche quest'anno l'U.P.C.F. ha varato un programma con iniziative che, favorendo l'aggregazione, non mancano però di un valido substrato culturale.

Siamo reduci dalla bella esperienza del periodo natalizio che ha visto la nostra associazione presente dal 16 dicembre al 7 gennaio con una serie di manifestazioni tradizionali e folcloriche che hanno riscosso il vivo plauso di coloro, ed erano tanti, che di volta in volta vi hanno assistito.

Per l'anno in corso il programma delle attività è così orientato:

- Pubblicazione di organi informativi, con lo scopo di farvi sapere per tempo ed in dettaglio informazioni su tutte le iniziative che saranno realizzate;
- Mostre d'Arte (pittura, scultura, fotografia, ecc);
- Corso di Primo Soccorso tenuto dalla C.R.I.;
- Corso Permanente Musicale per strumenti a fiato ed a percussione, che già da tre anni offre a tutti la possibilità di accrescere le proprie conoscenze musicali ed ai neofiti l'ambito ideale per iniziare questa positiva esperienza;
- Rassegne musicali e Concerti;
- Cineforum;
- Convegni Scientifici, il prossimo dei quali verte su "Droga ed A.I.D.S.;
- Escursioni culturali;
- Recupero e riproposta delle più valide espressioni delle nostre tradizioni popolari, supportate dalla volontà di costituire un apposito Centro Studi di Cultura Siciliana.

Per la realizzazione di quanto propostovi auspiciamo la vostra disponibilità, affinché il risultato finale sia la somma delle idee, delle intelligenze e della collaborazione di tutti.

S O M M A R I O

- SANITA' E' LIBERTA'
- MEDICINA OGGI
- UNA GITA FUORI ... CASTROREALE
- DUCI COMU U' ZUCCURU
- PROGRAMMA MANIFESTAZIONI SETTIMANA SANTA A SAN FILIPPO DEL MELA

SCRITTO DA....

La speranza

Speravo in me stesso: ma il nulla mi afferra
Speravo nel tempo: ma passa, trapassa;
In cosa creata: non basta, e ci lascia.
Speravo nel ben che verrà, sulla terra:
Ma tutto finisce, travolto, in ambascia.
Ho peccato, ho sofferto, cercato, ascoltato
la Voce d'Amore che chiama e non langue:
Ed ecco la certa speranza: la Croce.
Ho trovato Chi prima mi ha amato
E mi ama e mi lava, nel Sangue che è fuoco.
Gesù, l'Ognibene, l'Amore infinito,
L'Amore che dona l'Amore,
L'Amore che vive ben dentro nel cuore [...]

Clemente Reborn



E' con voglia di parlare, di scrivere, con profondo rispetto, delle tradizioni del nostro passato che cercheremo di farvi conoscere, per mezzo di questa piccola rubrica, l'opera "Medicina Popolare Siciliana" scritta da Giuseppe Pitrè insigne medico, letterato, etnologo e folclorista vissuto a Palermo tra il 1843 ed il 1916.

Egli impiegò gran parte della sua vita nello studio delle tradizioni popolari, soprattutto della nostra Sicilia.

Delle sue opere ricordiamo "Sui canti popolari Siciliani", "La Vita di Palermo Cento e più anni fa" e la monumentale "Biblioteca delle Tradizioni Siciliane" in XXV volumi di cui fa parte quello da noi qui considerato.

In proposito, dice il Pitrè nella sua "Medicina Popolare Siciliana":

"Diviso in cinque parti, quant' sembrano indispensabili alla classificazione della materia della medicina popolare, questo libro illustra i seguenti argomenti:

1°-Gli esercenti dell'arte salutare in Sicilia dallo specialista licenziato d'una volta al ciurmatore; dal medico-chirurgo laureato al segretario, al barbiere, al conciaossi.

2°-Ciò che si riferisce all'organismo nostro nelle sue generalità di conformazione esterna ed interna (anatomia); ai criteri morali, basati sopra siffatta conformazione e su certi caratteri e segni speciali di essa, particolarmente del viso (fisionomia); agli uffici che ciascun apparecchio organico ha o si presume che abbia nello stato ordinario di sanità (fisiologia) ed alle norme principali che si vennero formando circa la conservazione di questa (igiene).

3°-Le osservazioni più sicure intorno alla natura ed alle cause delle malattie, agli espedienti più reputati per conoscerle e giudicarne la durata e l'esito buono o cattivo, prossimo o lontano, per guarirle (patologia generale).

4° e 5°- I mali più importanti ai esterni si interni, vuoi naturali, vuoi soprannaturali, sia spontanei, sia artificiali o acquisiti."

Scegliendo liberamente ora riporteremo qualche pagina di quest'opera, relativa ai rimedi salutistici, in uso presso il popolo siciliano del secolo scorso.

Sulla distrazione muscolare il Pitrè scriveva:

DISTRAZIONE MUSCOLARE *Sfilatura; scilatura, scilata (Noto); sfiladina (Nico.); carni rulla (Nissoria); carni sfardata, c. stracciata.*

Sotto questi titoli il popolo comprende le distrazioni di muscoli e di legamenti articolari.

Vi sono uomini e donne che sanno *cunzari li sfilaturi*, cioè acconciarle e rimetterle al posto. Per essi l'importante è il pareggiare alle carni tutte d'una regione un muscolo prominente naturalmente o no; e in questo mettono una cura ostinata.

Strofiano fortemente, fortissimamente, olio o sale con la mano destra, e talora seguano croci o sbisoriano paternostri ed avvenarie.

Tutto questo altro non è in fondo se non il *massaggio*.

All'uso si usano vari empiastrì, cioè *picati*,

Picata 1.a Stoppa impiastricciata con chiara d'uovo battuta e mescolata con *puvirilla*, cioè polvere coarctiva (Nico.).

Picata 2.a Iuconso, miele e *'nguentu marturiatu* o di altea.

Picata 3.a Tola spalmata con gomma di pistacchio (Castell.).

Picata 4.a, che può anche considerarsi come cataplasma: crusca bagnata con aceto.

Giova anche fare delle coppettazioni a secco, coi bicchieri capovolti.

Per alcuni preme solo la *slicata* dell'olio rafforzando però l'azione del pollice fino a che non si senta la pelle liscia, e non eguizzi più, sotto lo strofinio delle dita, la carne (muscoli) sottostante alla pelle medesima.

Talora basta ungere dell'olio caldo sulla parte dolente e recitare per tre volte la seguente orazione-scongioro:

Lu Signuruzzu 'n cruci 'cianau,
Tutti 'i carnuzzi si scilau;
Lu Signuri 'n cruci scinniu,
Tutti li carni s'arriucugghiu.
'Nominu Patri, Figghiu, Spiritu Santu,
Livatichi-lu mali
E mittitichi la vostra santissima Trinità (Noto) 2.

Si guarisco anche col seguente altro scongiuro:

Io ti friju, carni rulla, 3
Cu la menti e cu la vacca,
Cu l'ogghiu di l'aliva.
Santa Ostin divina.
Frumichodda 'un havi abientu, 4
Domine-e-Patri, Figghiu e Spiritu Santu (Nissoria).

2 Il Signore salì in croce, — e tutte le carni si distrasse; — il Signore di croce discese, — tutte le carni si ritrasse. — In nome del Padre, del Figliuolo e dello Spirito S., — toglietegli il male — e aggiungetevi la vostra SS. Trinità. — Di MARINO, *Scongiori pop. sic. di Noto*, nell' *Archivio*, v. III, p. 63. Pal. 1884.

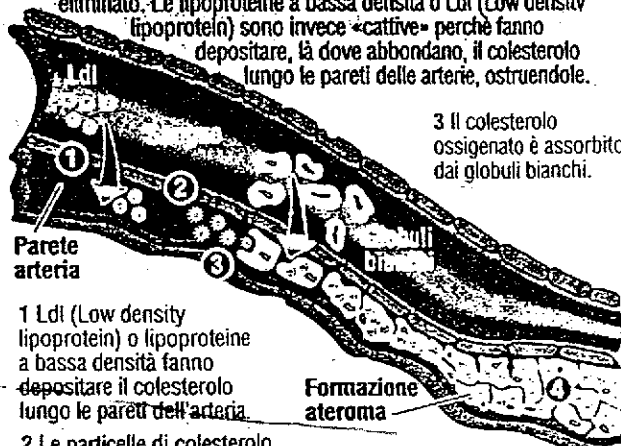
3 Io ti friggio, carne rotta.
4 La formichetta non ha riposo.

Bibliografia: G. Pitre *Medicina Popolare Siciliana* ed. Glio O. Granata *Gente di Sicilia* ed. Mori.

MEDICINA OGGI

Il buono e il cattivo

Il colesterolo è una sostanza naturale prodotta per i due terzi dal fegato, essenzialmente per la vita di ogni cellula. Può essere anche ricavata dal cibo. Le lipoproteine ad alta densità o Hdl (High density lipoprotein) sono «buone» perché riportano il colesterolo in eccesso al fegato, dove viene eliminato. Le lipoproteine a bassa densità o Ldl (Low density lipoprotein) sono invece «cattive» perché fanno depositare, là dove abbondano, il colesterolo lungo le pareti delle arterie, ostruendole.



Parete arteria

1 Ldl (Low density lipoprotein) o lipoproteine a bassa densità fanno depositare il colesterolo lungo le pareti dell'arteria

2 Le particelle di colesterolo vengono ossigenate nella parete arteriosa e circolano sotto questa nuova forma.

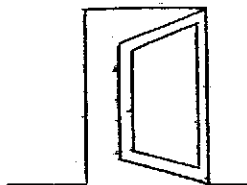
Formazione ateroma

3 Il colesterolo ossigenato è assorbito dai globuli bianchi.

4 Deposito grumoso formato da colesterolo e globuli bianchi che comincia a ostruire l'arteria.

NA GITA

FUORI... ..



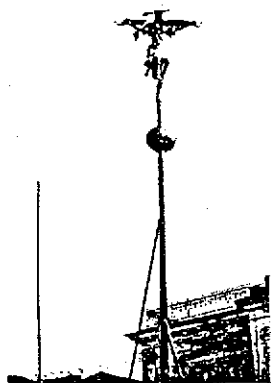
CASTRO

cciambellata sul dor-
o del colle Torace con
castello di Federico II
Aragona, la Torre
campanaria della Chie-
a del S. Salvatore e
attraente campanile
del Duomo protesi ver-
o l'alto a sfidare l'az-
urra cupola del cielo,
CASTROREALE sor-
e a 396 metri di quo-
a dispiegandosi ro-
manticamente con le
ue aeree piazze pen-
ili in un meraviglioso
paesaggio proteso sul-
e limpide acque del
Tirreno, come un ari-
stocratico salotto incor-
nciato dal verde ven-
aglio dei Monti Pelo-
ritani distesi in un ab-
braccio che idealmen-
te raggiunge anche le
abbaglianti perle del-
l'arcipelago delle Eolie.

REALE

del "Cristo Lungo", che si svolge due volte all'anno tra il 23 ed il 25 agosto e nel giorno del Venerdì Santo. Molto suggestiva, la manifestazione vede il Cristo issato su una pertica alta sedici metri e condotto a spalla per le vie cittadine da esperti veterani che rispettano il rigido e collaudato cerimoniale. Tra le manifestazioni culturali, da segnalare il premio "Nunzio Freni" dedicato alla musica. Castroreale è però anche gastronomia, strutture sportive, spiagge ed incantevoli pinete.

Informazioni:
tel. 090/ 9746087
fax 9746446.



La suggestiva processione del "Cristo Lungo".

Paese dalle vestigia antiche, dove medioevo e Rinascimento si fondono in un insieme architettonico di pregevole fattura, Castroreale è facilmente raggiungibile dall'autostrada e dalla Statale 113. Fondata dai greci con il nome di Krastos, attraversata dalle culture bizantina, gota, saracena e normanna, fu sede delle scuole artistiche del Gagini e del Calamech, le cui opere sono oggi esposte nella moderna ed interessante Pinacoteca. Castroreale, città ricca di tradizioni, vanta anche una festa religiosa che attrae decine di migliaia di fedeli da ogni parte d'Italia e del mondo: la processione

DUCI COMU U' ZUCCURU

Ricette Gastronomiche Siciliane



Pasta con le sarde (Pasta chi sardi)

1 kg di finocchietti di montagna
2 cipolle
3 acciughe salate
50 g di uva sultanina
50 g di pinoli

1 bustina di zafferano
500 g di sarde fresche
500 g di bucatini
olio, sale

Lessate i finocchietti in abbondante acqua salata, scolateli e tritateli. A parte soffriggete le cipolle finemente affettate e spappolatevi le acciughe.

Pulite le sarde e toglielegli la lisca, eliminando la testa e la coda tagliate a pezzi e fate rosolare nel soffritto di cipolla e acciughe. Aggiungete i finocchietti, salate e lasciate cuocere a fuoco basso per una decina di minuti.

Unite l'uva sultanina ed i pinoli, la bustina di zafferano. Nell'acqua dei finocchietti lessate i bucatini, scolateli al dente e mescolate energicamente con il condimento preparato; lasciate riposare per una decina di minuti prima di servire.

La Settimana Santa a S. Filippo del Mela



☩ 31 MARZO 1996 - DOMENICA DELLE PALME
ORE 9.30 - PIAZZA LIBERAZIONE

Benedizione delle Palme e rievocazione in costume d'epoca dell'ingresso di Gesù in Gerusalemme

ORE 10.00 - PIAZZA GARIBALDI

"La Settimana Santa nelle nostre tradizioni" - documenti storici, foto, canti, simboli ed antiche usanze pasquali.

☩ 2 APRILE 1996 - MARTEDI SANTO
ORE 20.00 - OLIVARELLA (lott. Carrozza)

Sacra rappresentazione dell'Ultima cena, della preghiera del Getsemani e della cattura di Gesù nell'orto degli ulivi

☩ 3 APRILE 1996 - MERCOLEDI SANTO
ORE 18.00

PIAZZALE S.FRANCESCO (retro Chiesa Madre) - Processo a Gesù
VIE CITTADINE - Via Crucis

VIA G.MATTEOTTI - Crocifissione, morte e deposizione di Gesù

☩ 4 APRILE 1996 - GIOVEDI SANTO
ORE 18.00 - CHIESA MADRE

Messa in Coena Domini e riposizione del SS Sacramento nel "sepolcro". Adorazione notturna.

☩ 5 APRILE 1996 - VENERDI SANTO
ORE 18.30 - DALLA CHIESA MADRE PER LE VIE CITTADINE

Solenne processione penitenziale notturna - "incontro" tra l'Ecce Homo e la Madre Addolorata sfileranno gli incappucciati della Confraternita dell'Ecce Homo con le tradizionali casacche.

☩ 8 APRILE 1996 - LUNEDI DELL'ANGELO
ORE 18.30 - DALLA CHIESA MADRE PER LE VIE CITTADINE

Solenne processione di Cristo risorto

I vari momenti liturgici ed i riti della Settimana Santa vengono anche effettuati nelle Chiese parrocchiali delle frazioni : Chiesa Maria SS della Catena di Archi, Chiesa dell'Immacolata di Olivarella, Chiesa di Maria SS Addolorata di Cattafi.

ASSOCIAZIONE
TEATRALE
"LE NUOVE IMMAGINI"

COMITATO
FESTEGGIAMENTI
PARROCCHIA
SS. FILIPPO E GIACOMO

UNIVERSITA'
POPOLARE
COMPENSORIALE
FILIPPESE