Pane accolto pane condiviso

San Francesco Caracciolo, patrono dei cuochi

di Nicola Caracciolo di San Vito

In primavera, fra Abruzzo e Molise, basta una leggera brezza affinché i campi avvolgano il viandante nella magica atmosfera sonora prodotta dal fruscio delle spighe di grano, quasi fossero piccole onde che si infrangono con leggerezza in riva al mare. Come non lasciarsi trasportare con la mente e il cuore verso alte mete dello spirito mentre i piedi sembrano muoversi da sé?

Qualcosa di simile dovette abitare la mente e il cuore di padre Francesco Caracciolo quando nella primavera del 1608, dopo essere stato a Loreto, si trovò nei pressi del feudo paterno in Villa Santa Maria (Chieti) mentre era diretto ad Agnone. Qui doveva incontrare alcuni padri oratoriani di San Filippo Neri, che gli avevano chiesto di poter entrare nell' "Ordine dei Chierici Regolari Minori" da lui fondato.

Per quel suo nuovo Ordine, approvato dal Papa Sisto V dopo molte traversie vent'anni prima (01.07.1588), egli aveva pensato che tutto – preghiera, carità, evangelizzazione – dovesse scaturire dalla contemplazione ininterrotta del Pane Eucaristico, il vero pane spezzato. Così, in ogni comunità dei suoi Chierici Regolari Minori, il tabernacolo doveva essere vegliato a turno notte e giorno da uno dei religiosi.

Camminando ora lungo i campi di grano, quel Pane, che aveva egli stesso vegliato specialmente nelle ore notturne per non sottrarre tempo al servizio dei poveri, gli doveva apparire nella sua più pura bellezza, dono del creato, preghiera, cibo dell'anima ma anche frutto del lavoro dell'uomo e pane di vita.

Oggi, noi camminatori-escursionisti possiamo ripercorrere il "Cammino di San Francesco Caracciolo", e come il Santo gustare la bellezza dei campi di grano che ricoprono i fianchi delle montagne fra Abruzzo e Molise.

Ma non solo: ci è dato anche il piacere di riscoprire la poesia del pane.
Per il frettoloso viaggiatore moderno, "pane" è spesso il triste, troppo bianco, insipido tramezzino acquistato in stazione o in autostrada, rigorosamente sigillato nella plastica.
I viandanti di un tempo, invece, usavano il pane come contenitore al posto della plasti-

ca! Fra due fette di pane sfregate con olio e aglio, i più ricchi mettevano salumi e formaggio, i più poveri cipolla. Il pane era cibo e al tempo stesso packaging (oltretutto a rifiuti 0).

Camminando per paesi e campi ("per agri", da qui: peregrinare), è tutta la filiera del pane che si rivela all'escursionista, parlandogli di natura, comunità, condivisione.
I campi all'inizio della primavera si ricoprono pian piano di un sottile tappeto verde che nel corso delle settimane si infittisce e cresce, poi imbiondisce finché arriva la mietitura e del grano rimangono nei campi solo le stoppie.

A questo punto, si mettono in azione i mulini per produrre la farina. Camminando, ancora si incontrano alcuni antichi mulini, situati in fondo a una valle per sfruttare la forza dell'acqua di un torrente. Un tempo nei paesi esistevano i forni comuni: si panificava una volta a settimana per tutti, per non sprecare legna; d'altronde, il pane preparato con la pasta madre restava buono per molti giorni, diversamente da quello industriale dei nostri giorni, che già nell'arco di poche ore diventa secco e immangiabile. Si produceva quanto pane si era in grado di consumare (a volte anche meno, quando la farina era poca). Certo non di più… che sarebbe stato solo da buttare, come avviene oggi.

Al pane si associa un gesto semplice, che ne consente la condivisione: bastano le mani per spezzarlo! Questo spezzare è fortemente simbolico, anzi è proprio la raffigurazione stessa del "simbolo": in greco antico, il termine "simbolo" aveva il significato di "tessera hospitalitatis" secondo l'usanza per cui due individui, due famiglie o anche due città spezzavano una tessera, in genere di terracotta, e ne conservavano ognuno una delle due parti a conclusione di un accordo o di un'alleanza. L'esatto combaciare delle due parti della tessera dimostrava senza dubbio l'esistenza dell'accordo.

Così, spezzare il pane è il simbolo dell'alleanza di Dio con l'uomo ma anche il riconoscersi "fratelli" fra gli uomini.

San Francesco Caracciolo è stato proclamato Patrono dei Cuochi nel 1996, su iniziativa della Federazione Italiana Cuochi. Non a caso: il feudo paterno di Villa Santa Maria ha visto nascere quella che è stata in embrione la prima scuola alberghiera d'Italia e in esso sono nati nel corso dei secoli generazioni di cuochi che hanno diffuso l'arte della cucina italiana in tutto il mondo. Nella figura di San Francesco Caracciolo si trovano riuniti così il cibo dell'anima, ovvero il Pane Eucaristico, e il cibo del corpo, ovvero quello della tavola. Entrambi sono nutrimento vero per l'uomo quando vengono spezzati e condivisi.

Durante la pandemia di Covid-19, in molti hanno scoperto il fascino di produrre da sé, in casa, il proprio pane. C'è qualcosa di profondo in questa lavorazione. Preparare il pane con il proprio "criscito" richiede di prendersi cura di quest'ultimo come si fa con un essere vivente. Il criscito ha memoria delle mani che lo impastano: se sono mani d'amore, il pane sarà più leggero, nutriente, buono. Il pane è anche maestro di saggezza di vita: quante ricette paesane (paradossalmente oggi presenti nei ristoranti gourmet!) si realizzano utilizzando il pane avanzato o secco?

Lungo il Cammino di San Francesco Caracciolo, tra Marche, Abruzzo, Molise e Campania, il camminatore incontrerà tanti pani diversi, ognuno dei quali contiene storie di luoghi, tradizioni, comunità, persone; a

volte incontrerà qualche piccolo fornaio resiliente, appassionato del suo mestiere tanto da coltivare il suo grano.
La terra accoglie il chicco di grano perché, morendo, esso possa germogliare e, macinato, diventare farina. L'acqua trasforma la farina in qualcosa di nuovo. L'aria moltiplica il volume della pagnotta e il fuoco la fa diventare pane.
Spesso, sulla pagnotta da infornare si incidono due linee perpendicolari, una croce: essa permetterà alla pagnotta di lievitare, ripetendo ogni volta il miracolo della moltiplicazione del pane, vera benedizione per gli uomini.

www.camminodisanfrancescocaracciolo.com