

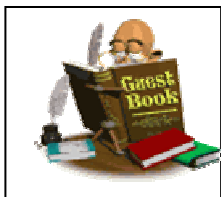


Notiziario sulle  
attività del Circolo  
Ricreativo Aziendale  
del Comune di  
Cosenza

N. 3

Anno 2009

## ALL'INTERNO



Sguainate le vostre  
penne e con le punte  
ben affilate  
imbrattate il foglio  
che potete inviare in  
redazione,

[nannimacri@libero.it](mailto:nannimacri@libero.it), per essere  
inserito nel giornale.

In questo numero

Tutti a tavola



*la ricetta  
in Crac*

I GRAZIOSI

biscotti della  
mamma

invia le tue  
ricette  
preferite  
saranno  
pubblicate.

- ✓ PENSIERI E RICORDI  
NELLE MIE NOTTI INSONNI.  
di Franco Piluso
- ✓ VIAGGIO NEL PASSATO  
di Dino Stancati
- ✓ DOMINO  
di Giampiero Gargano

Gli organismi.



Il nostro sito <http://www.cosenzacrac.it>

A cura del Consiglio direttivo del CRAC

pag. 1

O  
R  
A  
D  
A  
R  
I  
A

## la ricetta in Crac

### I GRAZIOSI biscotti della mamma

Ingredienti

800 gr di farina

200 gr di zucchero

4 uova

160 gr di olio d'oliva

100 gr di latte

20 gr di ammoniaca per dolci

Buccia di limone grattugiata

Il succo di un limone o essenza di limone due fiale

preparazione

stendere la farina a corona, aggiungere gli ingredienti e l'ammoniaca precedentemente sciolta nel latte tiepido. Impastare fin quando il composto diventa liscio e di consistenza non molto morbida ne dura, se risultasse dura aggiungere del latte. Stendere l'impasto dando uno spessore di ½ centimetro e dare qualsivoglia forma. Intingere la parte superiore nello zucchero di canna e cuocere a 180°C.

Invia la tua ricetta all'indirizzo [nannimacri@libero.it](mailto:nannimacri@libero.it)

#### CONSIGLIO DIRETTIVO

Presidente Giuseppe Abate  
Angela Iazzolino  
Gianpaolo Peluso  
Bernardino Pandolfo  
Marcello Olivito  
Francesco Minervino  
Giovanni Macri  
Carlo Angotti  
Patrizia Faraca

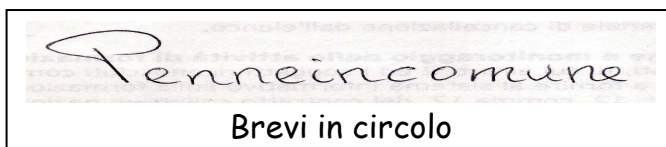
#### COLLEGIO DEI SINDACI

Bruno Palermo  
Francesco Galluzzo  
Fausto Pastore

#### COLLEGIO DEI PROBIVIRI

Massimo Primavera  
Anna Gagliardi  
Corrado Oliveti

gli organismi



*Innanzitutto, caro Franco, ti voglio ringraziare per aver considerato questo giornale un momento di evasione da tutto quello che stai passando. Questo è quello che vuole essere, un'ORADARIA dalle vicissitudini della vita. Ti chiedo, facendomi portavoce anche degli altri, di non mollare mai e di affrontare i momenti avvenire con ottimismo ed è per questo che ho voluto stampare i tuoi "Pensieri e ricordi" su un foglio verde. Ti faccio un grandissimo augurio e ti abbraccio fraternamente.*

Gianni Macri

pag. 2

## PENSIERI E RICORDI

### NELLE MIE NOTTI INSONNI

di Franco Piluso

Ho letto la raccolta "Brevi in circolo" che mi era stata data in occasione degli auguri di natale ed eccomi a scrivere. No! Non voglio fare lo scrittore sono sempre stato un buon ascoltatore e credo che sia importante saper ascoltare. Voglio scambiare due chiacchiere con tutti voi così come facevo prima della malattia ogni mattina. Vi voglio raccontare alcuni dei pensieri che affollano la mia mente nelle notti insonni. Seduto su quella comoda poltrona, non puoi non pensare alla solitudine e la prima cosa che mi è venuta in mente è un episodio che mi ha particolarmente fatto riflettere. Avevo un appuntamento all'ufficio del genio civile e, arrivato nella piazzetta, ho salutato un vecchio collega in pensione che stava seduto su una panchina "Buon giorno don Francesco" (nome fittizio). Avevo un passo veloce, perché ero in ritardo con il mio appuntamento, e dopo alcuni metri mi sentii chiamare "Piluso vieni un attimo qui?". Andai e quel collega mi disse "Senti ti devo ringraziare" risposi "Perché" e lui disse "PER AVERMI SALUTATO, sai da quando sono andato in pensione non mi saluta più nessuno anzi ci sono dei colleghi che addirittura girano la testa per non salutare". Cercai di rincuorarlo con poche parole e lui alla fine mi disse di sentirsi solo. Questo è successo perché nella vita quotidiana non si era comportato bene, criticava tutti e tutto ma con malignità e non con una critica costruttiva, andava dal capo e accusava colleghi ecc. Non mi soffermo più su questo episodio, a voi le considerazioni.

Molte volte rivivo il **mio passato** pensando ai momenti belli e a quelli meno belli ma penso anche **al presente** a quello che devo fare quotidianamente, bollette, pratiche personali nei vari uffici, analisi mediche, ed anche qualche pratica di ufficio che avevo sospeso. Principalmente cerco di dare un aiuto a mia **sorella Rosellina** che accudisce la mamma ammalata col morbo di Alzheimer e così via. Quello che mi meraviglia è di non pensare alla mia malattia.

Un ricordo particolare va alla mia infanzia, quando andavo in paese da mio zio **Carmine** (erano gli anni cinquanta) dove facevo le vacanze estive. Mi è rimasta nella mente un'usanza che era ricorrente nel tempo. Principalmente nei giorni di festa, si vedeva un vicino di casa che portava all'altro vicino un piatto con delle pietanze, in questo caso il baccalà fritto (allora cibo dei poveri, oggi riscoperto dai ricchi), dicendo di farlo assaggiare in famiglia e l'altro in altre occasioni ricambiava con un piatto di pasta con il ragù di

carne (che si cucinava e si mangiava solo di domenica). Questa Tradizione oggi la mantengo e la condivido con **Titina** la mia dirimpettaia di casa.

Un altro ricordo risale a quando facevo il chierichetto, indossando la veste rossa e la cotta bianca con in mano il libretto della messa figurato e scritto in latino; quando si rientrava in sacrestia, a fine messa, il parroco ci dava le gallette ed un pezzo di formaggio giallo proveniente dai depositi dell'esercito Americano lasciati alle varie associazioni dopo la liberazione.

Non posso certo dimenticare quando, con il gruppo di amici, si andava, di notte, nelle campagne a rubare le pannocchie di grano o a mangiare le ciliege direttamente sugli alberi e la mattina dopo sentire il contadino che si lamentava in paese, raccontando i fatti accaduti, e tutti noi zitti ad ascoltare. Rimpiango così quei tempi non per il gesto ma per la solidarietà, per l'amicizia, per il sapere parlarsi, per il sapere ascoltarsi reciprocamente.

E, infine, un ricordo con tanto amore e simpatia va a mio padre (**Mastro Teobaldo**) quando spesso raccontava dei fatti accaduti in gioventù, come quando in paese, goliardicamente, un gruppo di amici decisero di notte di cambiare le insegne delle botteghe, così la Farmacia diventava Macelleria, il Bar Falegnameria, l'ufficio Postale Sala da Barba, la Sartoria Fabbro ecc. e la mattina seguente tutto finiva con una gran risata da parte di tutti i cittadini, compresi i proprietari delle insegne.

E sempre lì, su quella poltrona, mi viene di canticchiare "**vincerò all'alba vincerò**" oppure una canzone degli anni quaranta ascoltata in una fiction televisiva che recita: "**Vivere senza malinconia, vivere senza più gelosia, vivere finché c'è gioventù, perché la vita è bella e voglio viverla sempre di più**". Guardo con molta attenzione **al futuro** e a ciò che ancora devo fare, ai figli **Teobaldo, Myriam e Gabriella** ai quali ho dato ed insegnato, insieme a mia moglie **Ornella**, tutti quei principi sani della vita e che, ringraziando Dio, a tutt'oggi sono rimasti intatti e recepiti, così alla stessa stregua guardo con molto interesse alle mie prime nipoti **Rita ed Antonella**.

Non vi nascondo di aver pensato alla mia malattia ed anche al mio funerale, celebrato dai due Parroci i **Don Franchi**, ma, subito, questo pensiero sparisce dalla mia mente e non ci penso più.

Anzi, penso proprio e mi sto convincendo che la mia malattia sia un **Dono di Dio** che mette a prova il mio sacrificio alla sofferenza, che con Fede, coraggio, solidarietà e l'aiuto dell'uomo e della tecnica medica cerco di superare.

Adesso faccio una considerazione, non mi stancherò mai di ripeterla, sulla grande solidarietà ricevuta dalla comunità parrocchiale alla quale va il mio ringraziamento (un grande e particolare grazie affettuoso a **Romano** che per me è come un fratello

maggiore), ai colleghi di ufficio tutti, alle persone che conosco di vista e che, infomatesi del numero del telefonino, mi hanno dato, anche loro, solidarietà e coraggio. Questo, sinceramente, mi ha particolarmente commosso dandomi una forza interiore ed una carica importante per sconfiggere questo mio male. Ancora, consentitemi, vorrei esprimere un grazie affettuoso a **Lina**, una mia coinquilina, la quale ogni volta che parto per Roma per eseguire la mia terapia, mi porta un vassoio di dolcetti fatti in casa che io ed il mio autista personale (mia moglie) consumiamo durante il percorso.

Non potevo non ringraziare mia suocera **Wilma** che, con tanta dedizione, cucina dei buoni pasti e mi sprona continuamente a mangiare per farmi guadagnare peso. (per me in questo momento importantissimo)

E ancora, mio cognato **Lello** che durante la giornata mi chiama in modo assillante (simpaticamente) infinite volte solo per dirmi di non mollare ed informarsi come sto in quel momento.

**Non vi nascondo** che a volte mi commuovo con qualche lacrimuccia, come quando ho visto, alla messa di Natale, la processione del bambino Gesù portato all'altare, come quando ascolto il coro della chiesa che canta Astro del Cielo, come quando saluto qualche amico che non vedo da tempo e mi chiede come sto, come quando vedo episodi, in televisione, che esprimono amore, felicità e gioia.

Qualche tempo fa in seconda serata alla televisione ho visto Benigni (che per me è un genio) che commentava e declamava l'ultimo passo della divina commedia.

**Direte voi, a questo punto che centra Benigni ?**

Bene per me quando recita la Divina Commedia dà lezioni di religione e forse anche un pò di teologia. Sono rimasto incantato dalla descrizione del dialogo che fa il Poeta con San Bernardo al quale chiede di intercedere con la Madonna, se è possibile contemplare per un istante con Dio nella sua natura di Padre, Figlio e Spirito Santo.

Ecco dunque San Bernardo che eleva una bellissima ed intensa preghiera alla vergine affinché possa esaudire la richiesta del poeta:

**Vergine Maria, figlia del tuo figlio,  
umile e nobile più di ogni altra creatura,  
culmine della redenzione da sempre voluta da Dio,  
tu sei quella che ha reso a tal punto nobile  
la natura umana che il suo creatore  
non designò di farsi sua creatura.**

**Nel tuo ventre si riaccese l'amore tra Dio e gli uomini  
e grazie a quel calore nell'eterna pace del paradiso  
è germogliato questo fiore. (nella dimora dei beati)**

**Qui sei per noi fiaccola ardente**

**di carità, e giù tra i mortali**

**sei una fonte inesauribile di speranza.**

**Signora, sei così grande e così potente,  
che chiunque voglia una grazia e non ricorre a te  
nutre un desiderio vano, come chi vuole volare senza ali.  
La tua bontà non solo viene in aiuto  
di chi prega, ma molte volte  
spontaneamente precede le preghiere.  
In te misericordia, in te pietà,  
in te potenza e generosità, in te si riuniscono  
tutte le virtù che sono nell'uomo.**

Alla fine di questo bellissimo dialogo DIO con un sorrisetto dice di sì alla Madonna, e nello stesso istante il poeta che stava a capo chino alza gli occhi verso Dio e vede il suo volto riflesso nel volto di DIO ed in quel preciso istante Il Padre, Il figlio e lo Spirito Santo **entrano nel cuore del poeta.**

Anche io sono rimasto incantato e nello stesso tempo ho sentito che Dio è entrato un'altra volta nel mio cuore, rafforzando l'amore verso il prossimo e la fede verso Dio.

Con queste parole il poeta, loda **la più alta figura femminile della religione cristiana** e ne descrive le caratteristiche di umiltà, nobiltà e amore.

Ed il mio pensiero va alla madonnina della nostra parrocchia " S. Maria Madre della Chiesa " e a tutta la comunità parrocchiale.

Ancora in un passo dell'inferno in cui non si può nominare Dio, Benigni cerca di trovare il modo per poterlo fare e lo chiama "Padre celeste, Luce ardente, **ed infine Luce Eterna** (non ci può essere una definizione più bella di questa).

Nella società odierna si corre il rischio di pensare:

La persona umana come soggetto autosufficiente, senza radici, senza ideali, senza principi, senza valori, **svincolato da relazioni e legami.**

Le notizie sui telegiornali "marito che uccide la moglie e viceversa, mamma che butta la figlioletta dal balcone, nei condomini strage, mamme e padri che uccidono i propri figlioletti, terrorismo, guerre, focolai di razzismo e così via" sono brutte notizie che mostrano persone depresse e senza dialogo.

Tutti vorremmo che la società in cui viviamo fosse un paradiso terrestre, ma questa è utopia.

Allora cosa fare?

Se noi ci spogliamo dall'egoismo, dall'arroganza, dalla superbia, dall'orgoglio, dalla prepotenza, potremmo ricercare una prospettiva nuova nelle relazioni con le persone, nella vita comunitaria, in quella familiare e sociale: avere tolleranza, amore verso il prossimo, l'ascolto di qualsiasi persona comunitari, extracomunitari, bianchi, neri. E sarebbe bello se i governanti delle nazioni più potenti del mondo si mettessero d'accordo per fare cessare le guerre.

**E allora mi domando:**

Forse si può trovare veramente la Grazia di DIO su questa terra, o forse rimane sempre un'utopia?

## Viaggio nel passato.

di Dino Stancati

Impossibile dimenticare, quando pian piano ripercorri le strade del passato, quando ormai adulto ritorni nei luoghi di origine fingendoti turista, cercando di nasconderti dietro una crudele verità. Percorri a tappe le stesse vie avvolte dalla solitudine, quelle vie che quarant'anni fa percorrevi saltellando, giocando a nascondino, col timore di incontrare il fantasma. Il paese, il panorama, le case, la chiesa e il mare conservano le stesse visioni, le stesse impressioni; sembra che il tempo si sia fermato per loro, ma non per la gente; gente che non vedi, non incontri, non senti; cammini in un paese fantasma, avvolto dal mistero che suscita paura e gioia. In ogni posto, in ogni angolo è legato un ricordo, ricordo di una fanciullezza non vissuta. Quella piazzetta antistante la casa paterna, la casa dei nonni rimasta immutata, i muraglioni di pietra a secco, il selciato che conduce alla chiesa, le viuzze che dividono le case, le scalinate i sottopassi, gli anfratti ricavati nella roccia, i resti del castello tutto ciò che incontri fanno riaffiorare alla mente tanti ricordi; poche sono le cose cambiate, il lampione, il selciato, ma i ricordi no. Visitando la casa natia, prima guardandola da lontano, pian piano raggiungendola da vicino attraverso quei vicoli, scalinate un giorno piene di gente seduta a chiacchierare ai gradini delle proprie abitazioni e poi entrando si sente un peso al cuore. Come in un sogno rivivi percorrendo quei luoghi, ricordandone ogni angolo con estrema precisione come se fosse ieri. Salendo verso il centro del paese, in quei vicoli, in quelle viuzze, nel silenzio immagini di sentire il rumore degli zoccoli dei cavalli, immagini di vederli legati a quegli anelli di ferro posti vicino ai portali di palazzi nobiliari, quelle botteghe, il panettiere, il macellaio, il barbiere, la caserma e quelle vecchie facce che ormai non vedi più. La piazza del vecchio municipio, sempre affollata, la fontana, l'orologio al palazzo del barone che segna da anni la stessa ora, la casa delle suore, il torrione che domina il mare da dove vedevi arrivare la corriera, da dove vedevi arrivare qualcuno che aspettavi, con in mano una valigia e, con la stessa, ripartire. La chiesa, nel centro storico, ricca di dipinti decorata in oro, oggi ristrutturata è ancora più bella, conserva, per chi ci ha vissuto, un fascino infinito, assieme a ciò che la circonda, ti viene voglia di restarci e ascoltare la messa. In essa immagini, immagini tante cose, cose allegre quali un battesimo, cose tristi quali un funerale, esequie che purtroppo si celebreranno. Questo posto sembra un set cinematografico con una trama triste dove le scene non le vedi seduto in poltrona ma le vivi di persona, in compagnia di una amara tristezza avvolta da altrettanta verità. Quel paese ha una storia, diede i natali a uomini illustri, politici, professionisti e poeti, che composero le loro rime traendo ispirazione dalle bellezze naturali di quei luoghi. Io ne ho tratto soltanto amarezza e solitudine rincorrendo una triste verità, senza trovare gioia ed affetto.

21.05.2005

## DOMINO

di Giampiero Gargano

Lettrice, dammi un poco del tuo tempo. Facciamo un gioco.

Con un unico colpo d'occhio osserva questa pagina. Ora chiudi gli occhi per un attimo ed immagina questo foglio prima che vi fossero impresse delle parole. Era un foglio bianco, immacolato. Adesso, lentamente, leggi parola per parola ciò che vi è scritto. Ecco il gioco, il domino. Quel gioco che si fa con tante tessere divise in due parti. Ciascuna parte porta impressa dei puntini bianchi che rappresentano numeri. Sullo spoglio ripiano di un tavolo poni la prima tessera. Un'altra giocatrice (bada bene, non ho detto una tua avversaria) accosterà alla metà della tessera iniziale la metà di un'altra tessera toccatagli in sorte. Questa deve avere, sulla metà che viene accostata, tanti puntini bianchi quanti sono quelli impressi sulla metà della prima tessera. Con la regola che t'ho appena detto, bisogna accostare alla metà della seconda tessera un'altra tessera e poi un'altra tessera ed un'altra tessera ancora e così di seguito fino a che tu e l'altra giocatrice non avrete più tessere. Durante il gioco capiterà che vi scambierete degli sguardi complici, contente di avere qualcosa in comune, il godimento del gioco. Lettrice, questo scritto che hai davanti non è che un gioco, il domino delle parole. C'è una tessera iniziale, il titolo, e due tessere finali, insignificanti, un nome ed un cognome. In mezzo, tante e tante tessere, tante e tante parole collegate l'una all'altra.

Quando si scrive, e si scrive in solitudine, nelle parole occorre mettere passione, sentimento, paura, gioia, odio, amore. E bisogna metterne tanto, di sentimento, perché chi ti legge possa provarne almeno un poco. Altrimenti il gioco non riesce. Le parole con cui si descrive il sentimento per la persona che si ama, ricambiato, devono essere impregnate di un amore tanto intenso e profondo che anche tu non potrai fare a meno di amare. Le parole con cui si descrive il dolore perché la persona che si ama simula amore, non avendo in sé l'Amore, devono essere impregnate di tanta straziante disperazione che anche tu dovrai sentirti smarrita, distrutta, annientata. Leggi un classico, abbandonati ai brividi che quell'Autore sa darti. Pensa che i tuoi brividi, le tue sofferenze, le tue gioie sono solo una parte di ciò che ha provato. Se ha sofferto, soffrirai. Se ha gioito, sarai felice. Se ha ammirato un paesaggio, ne vedrai i dettagli, ne ascolterai i suoni, ne sentirai gli odori. Gli elementi del domino delle parole sono una vita ed il ricordo dei sentimenti provati, dei fatti vissuti, degli esseri umani conosciuti e molta, tanta sensibilità. Prendi una penna ed un foglio immacolato e inizia a mettere una prima parola cui ne farai seguire una seconda, una terza, una quarta, tante altre parole. Il tempo trascorso nello scrivere rivivrà ogni volta che una lettrice prenderà quel foglio in mano e ti leggerà. Starete insieme per un po', in un gioco che non avrà una vincitrice ed una perdente ma solo due appagate partecipanti.

Lettrice, ti ho trattenuta a lungo e sei stanca. Ti lascio sulla tua comoda poltrona e me ne vado in punta di piedi per non disturbare la tua quiete.

Otto marzo duemilanove.

Dedicato a tutte le Donne. Tranne una. (g.g.)