

Mangiare la foglia. L'alimentazione nei modi di dire e nei proverbi

Antonio Batinti¹, Antonello Lamanna¹, Patrizia Manili¹

¹Voxteca- Dipartimento di Scienze Umane e Sociali Università per Stranieri di Perugia

Abstract

In questo articolo si dimostra il legame tra il dire e il mangiare e come la cultura alimentare concorra alla costituzione della nostra identità culturale e linguistica. L'alimentazione è nutrimento biologico, sociale e culturale. Se per la lingua è scontato riconoscerne lo statuto di strumento di comunicazione, e perciò di potente strumento di socialità, per il cibo è opportuno sottolinearlo ed evidenziarlo. In questa prospettiva deve essere vista la rivalutazione della gastronomia locale: molti piatti [e la relativa terminologia] sono tornati in auge con una serie di convegni dedicati ai cibi tradizionali e con la pubblicazione, nella rivista omonima dell'Accademia italiana della Cucina, delle ricette tipiche regionali; anche le scuole alberghiere hanno introdotto recentemente, fra le materie di studio, quella delle varie cucine territoriali. In alcuni punti di ristoro, inoltre, si stanno ripristinando molte pietanze regionali. La strada da percorrere è ancora lunga e piena di ostacoli e di tranelli, ai quali spesso è difficile sottrarsi. Alcune forze in campo, infatti, spingono fortemente verso l'uniformità, verso l'azzeramento delle diversità delle risorse e della titolarità delle medesime. Al posto della comunità è rimasto, per i politici, l'elettorato, per i venditori di ogni ordine e grado il target, l'audience, e così via. Nel panorama linguistico-letterario talvolta si riesce con difficoltà a distinguere un prodotto in lingua originale da uno tradotto. È la lingua stessa ad essere tradotta, così come tra poco sarà tradotto anche il nostro modo di mangiare.

Keywords: alimentazione, linguistica, dialetti, oralità, proverbi, modi di dire

1. Parla come mangi

Parla come mangi, con questa espressione ci rivolgiamo talvolta a qualcuno, con il quale abbiamo una certa familiarità, per richiamare la sua attenzione sul suo modo di parlare e per invitarlo a fare scelte linguistiche più adeguate alla situazione di comunicazione. Si tratta di un invito ad usare la lingua non in modo troppo artificiale, ricercato, spropositato, ma in modo naturale, senza troppi sforzi, secondo le reali possibilità, secondo le abitudini e le abilità consolidate, senza avventurarsi in percorsi difficili e poco praticati¹.

1 L'articolo è il risultato dell'aggiornamento e dell'approfondimento (con il contributo di Antonello Lamanna e Patrizia Manili) di due comunicazioni presentate ai Convegni Nazionali dell'A(associazione) B(iologi) I(taliani) A(limenti) e N(utrizione), (Batinti 1996, pp. 54-58 e Batinti 1999, pp. 21-24). Con il titolo dell'articolo *Mangiare la foglia* 'intuire una situazione, capire una cosa al volo, comprendere un'allusione, capire immediatamente come stanno le cose dietro una falsa apparenza, intuire in anticipo, evitando in questo modo un pericolo', possiamo entrare direttamente nel tema e verificare la fecondità del rapporto tra il dire e il mangiare, tra l'alimentazione e i modi di dire e i proverbi. Molti nel passato e nel presente hanno mangiato la foglia 'hanno capito al volo' l'importanza dell'alimentazione, nutrimento biologico, sociale e culturale, a tal punto da proporlo come tema dell'EXPO Milano 2015 - Nutrire il Pianeta, Energia per la Vita.

Con chi parli?, di che cosa parli?, dove parli?, quando parli?, con quale intenzione, atteggiamento, scopo parli? Sono questi i suggerimenti che proponiamo al nostro interlocutore, al quale ricordiamo di uniformarsi, nel parlare, ad un'altra azione, legata al proprio ambiente e a concrete situazioni culturali, che compie abitualmente e quotidianamente: quella del mangiare.

Si tratta di un invito, dunque, a non *parlare in punta di forchetta*² a non esprimersi, cioè, affettatamente, con sfoggio lessicale ed esagerata ricercatezza. Il contrario di *chi ha mangiato mai la minestra con te?*, che diremmo a qualcuno che si è rivolto a noi prendendosi troppa confidenza³. Questa ultima locuzione, usata anche nell'area di confine umbro-toscana⁴, ci offre l'opportunità di soffermare la nostra attenzione sulle numerose locuzioni che legano il dire e il mangiare, di cui diamo qui di seguito alcuni esempi⁵: *aria fritta* 'discorso o simili che ripete banalmente cose risapute o scontate che vengono gabellate per novità'; *dare aria ai denti* 'parlare a vanvera, dire cose stupide, insensate, inutili'; *fuori dai denti* 'con franchezza, apertamente, senza eufemismi, sottintesi o giri di parole'; *un'insalata di discorsi* 'ragionamento o discorso sconclusionato nel quale si assommano argomenti disparati che costituirebbero altrettanti discorsi a sé stanti'; *aver mangiato il fegato di capra* 'mancare di discrezione, essere chiacchieroni, non sapere mantenere un segreto'; *chiudere il forno* 'smettere di parlare, riferito ad una persona che parla in continuazione'; *parlare grasso* 'parlare in modo sboccato, triviale, volgare, licenzioso'; *dire pane al pane e vino al vino* 'essere molto schietti, franchi, dire le cose apertamente senza lasciare possibilità di malintesi, anche a costo di essere brutali'; *masticare come il pane* 'conoscere molto bene un argomento o un lavoro specifico in genere grazie ad una lunga abitudine', riferito in particolare ad una lingua straniera, ad un linguaggio tecnico o simili; *avere le noci (le patate) in bocca* 'parlare in modo incomprensibile'; *rubare (togliere o levare) la paro-*

2 Cfr. Quartu 1993: «È luogo comune che 'per ogni proverbio che dice una cosa, se ne trova un altro che afferma l'opposto'. Ma ciò non deriva dal qualunqueismo dei proverbi, bensì dalla conflittualità dei contesti sociali che li esprimono e dai punti di vista di quanti li usano» (Falassi 1990, p. IX.). Nell'analisi delle varianti geografiche, sociali e storiche dei proverbi, legate ai vari fattori della variazione linguistica, emerge con maggiore chiarezza il rapporto tra lingua e cultura.

3 Nel dialetto di Mesoraca (Crotone) *Avimu fattu u mmitu assiem?* 'Abbiamo preparato u mmitu 'pasta e ceci' insieme?

4 Vedi Batinti 1997, pp. 149-161.

5 Cfr. Quartu 1993.

6 *Avere i fagioli in bocca* 'parlare con una impostazione articolatoria caratteristica dei dialetti meridionali dell'Umbria'. La locuzione, con intento canzonatorio, era usata, come blasone popolare, fino alla fine degli anni '80 del Novecento, dai per-

la di bocca 'anticipare qualcuno in quanto intendeva esprimere'; a pezzi e bocconi 'senza sequenza logica e simili', riferito ad un racconto, a una informazione e così via; *acqua in bocca!*, esclamazione: è un invito a non divulgare una determinata notizia, a mantenere un segreto.

Altre numerose e varie ne potremmo trovare nel patrimonio dei dialetti e degli italiani regionali⁷. Il legame tra il dire e il mangiare è determinato dal fatto che le due azioni fanno parte di quelle attività con le quali diamo concreta attuazione a numerose funzioni: organizzare la propria esperienza, attribuire valori a quanto facciamo, trasmettere esperienze, fondare e costruire rapporti interpersonali e comunitari, cioè più semplicemente pensare, nutrirsi, comunicare, esprimersi. Se per la lingua è scontato riconoscerne lo statuto di strumento di comunicazione, e perciò di potente strumento di socialità, per il cibo è opportuno sottolinearlo ed evidenziarlo.

Gli uomini danno al cibo non solo un significato pratico di utilità, ma trasferiscono in esso dei significati affettivi, spirituali e simbolici, che costituiscono veri e propri processi di comunicazione di cultura. Questi processi si esplicano nel decidere un certo cibo, nel modo di prepararlo e di consumarlo. In certi casi e per certe funzioni della vita in comune il cibo diviene quindi un atto di comunicazione, uno strumento vivo di socialità.⁸ Ciò si verifica soprattutto in certe ricorrenze familiari e private, ma in particolare nelle festività religiose della comunità⁹

gini nei confronti dei folignati, facendo riferimento al fenomeno della lenizione. I folignati, a loro volta, usavano la locuzione *ai perugini, quando parlano, piove n bocca*, riferendosi all'atipica realizzazione delle consonanti occlusive dentali ottenute con un leggero avanzamento della mascella inferiore. Il tratto linguistico, nella situazione odierna, svolge funzioni plurime sia di indicatore della variazione geografica che di marcatore della variazione sociale.

7 Cfr. Batinti, Fillanti 2015, pp. 243-250. Per l'approfondimento dei temi inerenti la cultura della cucina e della tavola, della parola e del cibo (due linguaggi per la storia della società italiana), si rinvia al ponderoso e prezioso volume degli Atti del VI Convegno ASLI (Modena, 20-22 settembre 2007), ASLI 5, vedi Robustelli, Frosini 2009, pp. 762.

8 Tutti i giorni nella nostra vita di relazione compiamo, talvolta per abitudine, atti ricchi di significato e con forti implicazioni. Per iniziare un rapporto di conoscenza, per rafforzare un rapporto di amicizia, per dichiarare la nostra disponibilità, invitiamo a pranzo, a cena, offriamo il caffè (l'aperitivo, ecc.) al bar: i pranzi e le colazioni di lavoro possono rendere più fruttuoso e meno faticoso il nostro operare.

9 Su questo complesso aspetto ci limitiamo a qualche riferimento, facendo un breve cenno alla sacralità del pane, che modellato nelle forme più diverse diventa "espressione segnica e simbolica" delle manifestazioni cerimoniali e rituali. Il rapporto sacrale del pane è presente nella tradizione antica dell'intero bacino del Mediterraneo, nel quale aveva un grande valore culturale. L'offerta del pane ha acquistato valore anche nell'ambito della religione cristiana, rinnovandosi nei secoli. Sono ancora vive ad Arezzo alcune usanze nel periodo pasquale: durante la "settimana santa", dopo la celebrazione liturgica del "giove-

(Moretti 1987: 14)¹⁰.

Il sistema di alimentazione è, dunque, un aspetto molto significativo della vita degli uomini e non va considerato solo un momento legato alla necessità della sopravvivenza e del sostentamento, insieme al cibo offriamo anche un nutrimento biologico, sociale, culturale¹¹.

È solo utile in questa sede accennare alla rilevanza di un inquadramento storico del problema¹², importante è, infatti, capire cosa mangiavamo e cosa mangiamo, in definitiva capire chi siamo, per tentare di comprendere cosa saremo nel prossimo millennio.

L'incidenza e il rilievo dell'alimentazione, come d'altre della lingua¹³, nella costituzione della storia e dell'identità di una determinata comunità insieme alle particolari caratteristiche assunte da questo aspetto della cultura materiale nelle diverse regioni della penisola, sono alla base della presentazione negli anni '80 di due progetti di ricerca in campo antropologico (Comitato Italiano di Antropologia dell'Alimentazione) e linguistico (Atlante Linguistico della Cultura Alimentare in Italia)¹⁴.

Il compito, che si è data la prima ricerca, è quello di studiare l'alimentazione come "fatto sociale totale"; la variazione linguistica legata ai vari fattori con la possibilità di mettere in rilievo le specificità locali è al centro dell'attenzione della seconda, che nello studio del lessico alimentare si è avvalsa e si avvarrà, in modo programmatico, degli indirizzi di studio della dialettologia e della storia della lingua, che mettono in primo piano la dialettica centro/periferia e unitarietà/pluralismo. Sarà così possibile verificare il grado di persistenza di una tradizione centrifuga di fronte al ruolo uniforman-

di santo", vengono distribuiti piccoli pezzi di *panina a tutti gli intervenuti*. Per il settore della cultura materiale relativo alla panificazione domestica e all'altrettanto complessa panificazione cerimoniale, vedi Dettori 1989/90, pp.181-204.

10 Per l'approfondimento del tema relativo alla comunità dei pescatori, e in particolare del Lago Trasimeno, vedi il prezioso e ben condotto studio di Moretti 1987, p. 14.

11 Per approfondimenti, vedi Batinti 2012, p. 9-14; e Batinti 2015, pp. 373-377.

12 Per i temi inerenti la cultura della cucina e della tavola tra medioevo ed età moderna, vedi il Catalogo Giunti della relativa mostra, organizzata a Prato dall'Istituto internazionale di storia economica Francesco Datini tra l'aprile e il giugno 1996. Cfr. anche Bagnasco 1994. Lesti 2015 offre la possibilità di analizzare gli aspetti generali dell'alimentazione nel loro spessore storico e nelle loro complesse correlazioni con l'ambiente naturale e culturale del territorio perugino dagli inizi dell'Età Moderna alle fine dell'Ottocento.

13 Cfr. Batinti et alii 1993, pp. 95-208.

14 Per il progetto linguistico vedi *Quaderni dell'Atlante Lessicale Toscano. 7/8 1989/90*. Vedi in particolare la sezione *Atlanti, archivi e lavori in corso* nel volume degli *Atti del Convegno di Modena del 2007*, curato da Robustelli, Frosini 2009.

te della moderna industria alimentare¹⁵.

Il paesaggio linguistico e culturale italiano è ancora molto vario e frazionato¹⁶, rappresenta ancora la pluralità degli ambienti geografici, storici, culturali. La lingua e il cibo permettono ancora, ma sempre con minore evidenza, di far riconoscere la provenienza geografica e sociale delle persone che incontriamo. Il così detto accento nel parlare e i gusti e le abitudini alimentari, pur sottoposti alle forti pressioni del cambiamento, resistono; svolgono, infatti, funzioni determinanti e importanti, poiché, in modo semplice ed economico, favoriscono il riconoscimento e ci permettono anche di scoprire, di acquisire consapevolezza della nostra identità e di dichiarare la nostra appartenenza ad una determinata comunità. Con la "lingua" pensiamo, organizziamo la nostra esperienza, programmiamo, stabiliamo e costruiamo rapporti con noi stessi e con gli altri, cioè comunichiamo e ci esprimiamo, così anche con il cibo possiamo stabilire contatti, costruire rapporti, rafforzare i legami, per rendere più fitta la trama della rete che veniamo tessendo con il vivere in una comunità.

L'esperienza quotidiana può, inoltre, rivelare ad ognuno di noi la straordinaria molteplicità dei nomi dei prodotti alimentari; talvolta lo stesso termine può indicare prodotti diversi in zone vicinissime, es. *panzanella*, che può essere, in territorio toscano¹⁷, riferito a quattro referenti principali, e designare ciò che in altre zone viene indicato con *fettunta* (o con il sempre più diffuso *bruschetta*).

Può succedere anche che lo stesso prodotto 'pasta fatta a mano, in casa, senza uovo, a forma di spaghetti' venga indicato con termini (scelte lessicali) diversi: *pici*, *lombrichelli* (*umbricelli*), *frascarelli* nelle aree contigue della zona umbro-toscana.

La situazione complessa relativa alla terminologia alimentare testimonia non solo la pluralità e il frazionamento linguistico ma anche culturale. Gli ambiti di esperienza vengono delimitati in modo diverso; la percezione, la collocazione in un campo di significati, l'utilizzo degli oggetti (prodotti alimentari), si realizzano in modo diverso: alla base possono esserci diversi criteri di denominazione e diverse motivazioni; si tratta, dunque, di variazione lessicale e di variazione semantica.

Questo vario e multiforme approccio con l'ambiente, inteso non solo come spazio fisico, ma come prodotto dell'incontro tra uomo e le risorse ambientali, costituisce una ricchezza da non disperdere, soprattutto

oggi, periodo nel quale le nostre comunità locali, nazionali, sovranazionali stanno vivendo (spesso subendo) profondi, radicali cambiamenti: nuove dimensioni comunicative, globalizzazione di ogni aspetto della realtà.

Le varie comunità diventano, di conseguenza, formate da parlanti immersi in situazioni linguistiche e culturali complesse e articolate che vivono gradualmente la consapevolezza di appartenere contemporaneamente a differenti realtà socioculturali, di dimensioni sempre più ampie, tra di loro non contrastanti [...] L'identità linguistica e culturale, pertanto, è un concetto dinamico non statico e anche il sentimento di appartenenza è soggetto ad articolarsi e a complicarsi [...] Il far parte contemporaneamente e del villaggio e del villaggio globale implica la necessità di stabilire nuovi rapporti in una rete articolata e complessa, e di considerare la molteplicità come un fatto costitutivo della nuova situazione linguistica e culturale. In questo quadro, il radicamento, cioè la riscoperta del localismo, appare non una chiusura o un ripiegamento, ma un passaggio per l'apertura di un dialogo costruttivo, basato sulla reciproca conoscenza e disponibilità ad accogliere le altrui ricchezze¹⁸.

Nel campo dell'alimentazione all'omologazione dei gusti, cui quotidianamente assistiamo in Occidente, indotta in parte dall'ampia disponibilità dei prodotti più disparati, in parte dalle dimensioni pluriculturali e multietniche della società in cui viviamo, corrisponde l'esigenza, ormai largamente sentita, di riscoprire e di valorizzare, anche attraverso le tradizioni alimentari, le identità regionali e nazionali.

Non si tratta, dunque, di un impossibile e nostalgico ritorno alla tradizione, al passato, alla ricerca di quel gusto di antico e genuino, tipico e sano insieme, ma di una sezione di un'ampia risposta culturale.

Diventa, infatti, indispensabile far ricorso a tutte le risorse disponibili per poter far fronte ai nuovi bisogni determinati dalle nuove dimensioni del vivere. Il ritorno alle radici, il legame con l'ambiente, l'appropriazione di una iniziale identità ci possono garantire un adeguato equipaggiamento di navigazione sui percorsi complessi ma affascinanti proposti dalle nuove dimensioni plurilingui e pluriculturali delle nostre comunità. La cultura alimentare concorre alla costituzione della nostra identità.

In questa prospettiva deve essere vista la rivalutazione della gastronomia locale: molti piatti (e la relativa terminologia) sono tornati in auge con una serie di convegni dedicati ai cibi tradizionali e con la pubblicazione, nella rivista omonima dell'Accademia italiana

15 Per il campo semantico della pasta, vedi Tortorelli 1979.

16 Sul tema numerosi sono gli studi e i progetti di ricerca; sugli Atlanti linguistici e la geografia linguistica vedi Ruffino 1992.

17 Vedi lo studio di Giacomelli 1989/90, pp. 109-23.

18 In Batinti *et alii* 1993, pp. 95-208.

della Cucina, delle ricette tipiche regionali; anche le scuole alberghiere hanno introdotto recentemente, fra le materie di studio, quella delle varie cucine territoriali. In alcuni punti di ristoro, inoltre, si stanno ripristinando molte pietanze regionali.

La strada da percorrere è ancora lunga e piena di ostacoli e di tranelli, ai quali spesso è difficile sottrarsi. Alcune forze in campo, infatti, spingono fortemente verso l'uniformità, verso l'azzeramento delle diversità delle risorse e della titolarità delle medesime. Al posto della *comunità* è rimasto, per i politici, l'*elettorato*, per i venditori di ogni ordine e grado il *target*, l'*audience*, e così via.

Nel panorama linguistico-letterario talvolta si riesce con difficoltà a distinguere un prodotto in lingua originale da uno tradotto. È la lingua stessa ad essere tradotta, così come tra poco sarà tradotto anche il nostro modo di mangiare.

Una delle sedi più idonee, per proporre questo itinerario educativo, è la scuola, nella quale, finalmente, tutte le attività (comprese quelle tradizionalmente meno culturali), possono concorrere alla formazione del nuovo cittadino: protagonista/ non subalterno; costruttore/ non scialacquatore; disponibile/ non egocentrico.

2. Quel che non ammazza ingrassa

Quel che non ammazza ingrassa, potevamo ascoltare frequentemente il predetto proverbio fino agli anni settanta del Novecento; numerose erano, infatti, le circostanze, in presenza di bambini in famiglia, nelle quali si risolveva il problema della caduta del *póccio* 'ciuccio' [dialetto aretino] con una sommaria pulizia. Una veloce "infilata" in bocca della mamma o del babbo, rendeva l'oggetto, reclamato con grandi strepiti e strilli, idoneo all'uso.

Se ci capita di dover giocoforza consumare un pasto propostoci da persona non eccessivamente pulita, ci vien fatto di fare buon viso a cattiva sorte filosofando che *quello che non nuoce può anche ingrassare*, quindi tanto vale ingozzare quello che ci offrono, dal momento che *lo sporco del mondo fa l'omo rotondo*¹⁹.

Per minimizzare gli effetti (anche sulla digestione) di corpi estranei nel cibo, frequenti quando si cucinava sul fuoco, si ricorreva nell'area di Varese alla variante *Tutt cós va ar cüü invia dur mänich dur cazüü* 'Ogni cosa va al culo meno il manico del mestolo' del più diffuso *Quel che stróza mia ingräsä* 'Quello che non strozza ingrassa'²⁰, a sua volta rea-

lizzato in numerose varianti locali e regionali.

Se a tavola cadeva qualcosa in terra (ma soprattutto nelle merende e spuntini fuori casa), una bella "soffiata" o "strusciata" o "sgrullata" davano agli alimenti la primigenia condizione (l'apparente mangiabilità).

D'altronde *Non fa male quello che entra pe' la bocca, ma quello che scappa*.

Quando siamo in buona salute, cioè *sani come un pesce*, possiamo *digerire anche i chiodi*²¹.

Coloro che ci precedono di una o due generazioni erano di *bocca buona* 'mangiavano di tutto (di quel poco che era disponibile)', *Sciùri e magùtt màngen dur tutt* 'Signori e muratori mangiano di tutto' (forse perché i piatti rustici piacciono anche ai signori (ai ricchi); ma nel significato generale: bisogna mangiare di tutto).

Il primo malanno della povera gente era la fame: *Sciür dutür / mi gh'ho 'n dulür / chi me dör / chi me pica / chi ghe vör / 'ne bèla mica* 'Signor dottore / io ho un dolore / qui mi duole / qui mi "picchia" / qui ci vuole / una bella pagnotta'. Quando mancava il companatico, cosa che accadeva spesso, *E bóca l'è scura e 'r pan de par lu e l gh'ha pagüra* 'La bocca è scura e il pane da solo ha paura'.

Per la gente, quindi, che non mangiava mai abbastanza, una delle aspirazioni poteva essere *Mangiää 'me 'ne väca e cagää 'me 'n bò* 'Mangiare come una vacca e cagare come un bue'. Cosa auspicabile, inoltre, era quella di concludere il pranzo con il formaggio *E bóca l'è mia sträca se no le sa de väca* 'La bocca non è stanca se non sa di vacca', *mancia chiddu chi vue e lassa a vucca a casu* 'mangia quello che vuoi e lascia in bocca il gusto del formaggio'²². Oltre l'indicazione dietetica è forse presente un ammiccamento erotico, che potrebbe spiegare la diffusione del proverbio nell'Italia mediana²³.

Pur nelle ristrettezze, particolare attenzione veniva rivolta ai "principi" igienici e dietetici: *La salute 'nse crompa in piazza; La salute è vona anche tre giorni dopo mortu; Chi vò vive sanu e lestu, magni pocu e ceni prestu; Chi magna poco, magna sempre*²⁴. Le misure

Lombardia nord-ovest mi è stata fornita dall'amico ricercatore e pubblicitista Luigi Stadera, vedi Stadera 1993.

21 Cfr. Quartu 1993.

22 Modo di dire registrato a Mesoraca (kr)VoArchivio voxtecantervista a Concetta costa presente in altre località del Crotonese e di altre province calabre. Espressione estrapolata da una lunga intervista a Concetta Costa (marzo 2014, Archivio Voxteca).

23 Sul tema della "commestibilità del lessico erotico", cioè delle relazioni esistenti tra cibo, assimilazione del cibo e sesso, si rinvia per una lettura preliminare all'articolo di Folco Portinari, "Nel vocabolario c'è un frutto proibito", pubblicato in «La Nazione», giovedì 24 settembre 1988, pagina 21 Cultura. Per approfondimenti sul tema generale del rapporto tra lingua e sesso, vedi Marcato 1987, pp. 237-246.

24 Cfr. Grifoni 1943.

19 Gli studenti del corso di Dialettologia italiana, presso l'Università per Stranieri di Perugia, hanno permesso con i loro interventi, di allargare il nostro orizzonte di osservazione al territorio nazionale, europeo ed extraeuropeo.

20 La documentazione relativa alla tradizione dialettale della

adottate, spesso praticate secondo rituali di sapore magico (es. lavare e risciacquare gli alimenti, in particolare le verdure, con tre, sette, nove acque), avevano l'obiettivo di raggiungere un equilibrato rapporto tra cibo, salute e benessere.

Dal momento che la salute non si compra in piazza, la si può conquistare e mantenere, tra l'altro, trattando in modo adeguato gli alimenti, ma anche creando le difese nell'organismo che riceve corpi estranei.

Le "trasgressioni", tra le tante, sopra menzionate, possono essere viste come manifestazioni della cultura della protezione *dall'interno* piuttosto che *dall'esterno* (ottica prevalente nella nostra società, nonostante l'esibizione - a parole- delle politiche della prevenzione).

La cultura della *protezione dall'esterno* predilige la sicurezza igienica talvolta a scapito della qualità nutrizionale e dell'appetibilità, e di conseguenza emergono con evidenza due (conservazione e distribuzione) delle quattro possibili fasi del ciclo alimentare: produzione, conservazione, distribuzione, consumo.

Lo spazio figurato predetto può essere differenzialmente diviso con minori o maggiori o diversi segmenti; esso rappresenta, infatti, un ambito di esperienza diversamente percepito, valutato e denominato nelle due culture.

L'abbassamento delle difese implica l'aumento delle protezioni dall'esterno, l'organismo viene così sempre più *protetto* e non *rinforzato*. Si moltiplicano a loro volta i delegati e gli offerenti: i grandi mezzi di comunicazione di massa possono amplificare la loro voce e la loro avvolgente presenza.

Siamo rassicurati da suadenti etichette, non riusciamo più a resistere agli inviti rivoltici dalla T.V. dai patroni della protezione, che *fan la bocca a cul di pollo* 'usano un linguaggio eccessivamente ricercato', sproporzionato agli oggetti presentati: minestroni, soffocini, formaggi, salami, merendine, rotoli di tacchino, ecc.

Non dobbiamo fare alcuno sforzo, non dobbiamo coltivare ed esercitare competenze, per noi corrono a frotte intermediari a difenderci, a proteggerci. Non dobbiamo più avere qualche mal di pancia o disturbo per aver mangiato qualcosa che *sa divecchino, di muffino, di chiusino*, ecc. o qualcosa di troppo, e... *imparare sulla propria pelle*.

Siamo privati della soddisfazione che si prova, uscendo da un malessere, nello scoprirne le cause e nel verificare l'accrescimento della nostra esperienza di controllo.

Non correremo, però, il rischio di *essere presi per la gola*, ma semmai per (con) l'occhio, poiché nei messaggi pubblicitari scarsi sono i riferimenti ai sapori,

agli odori, ai profumi, e l'immagine (la forma e i colori) sostituisce la sostanza. La locuzione *sa di...* è sostituita con *è di..., proviene da..., è tipico di...*

Continuando a *mangiare con gli occhi*, rassicurati dal DOC, dal sottovuoto e dal surgelato, potremo *restare con l'amaro in bocca*, non provare, cioè, la soddisfazione che ci si era aspettati, rimanere delusi e amareggiati.

Se piccole finestre, aperte sull'indifferenza a ciò che si mangia, si spalancheranno, potremmo finire con *il mangiare coi piedi* 'in modo ineducato'.

La cultura della protezione ci orienta verso la massima sicurezza igienica, a scapito della scoperta ed esaltazione della qualità; potremmo, di conseguenza, rischiare di allontanarci gradualmente dal cibo che perderà parte della sua rilevanza e dei suoi significati²⁵. Non ci gusteremo così, in santa pace, un *boccone da prete (boccon del prete)* 'vivanda ghiotta e prelibata' e non sperimenteremo che *Quillu che se magna con gustu 'n fa mai male* o che *Vale più un voccone (boccone) bonu che cento tristi*.

La qualità esercita una grande capacità di attrazione e stimola lo sviluppo dell'abilità di saper mangiare, cioè di riconoscere e gustare i profumi, gli odori, i sapori e, dunque, di provare piacere mangiando: *Lo bonu magnà smòe le ganasce e fà ingrassà; Lo vino a lu sapore, Lo pane all'odore; un gusto solo non fa sapore*.

Se poi tutto è accompagnato da un efficace "compagnatico" (la fame), *non arricceremo le labbra (o il naso)*, ma *ci leccheremo le labbra (o i baffi)* 'il piacere sarà più intenso': *La salsa di San Bernardo fa sembrare i cibi buoni; Che bellu magnà, quann un ha fame! Lu pane che la sera è duru, la mattina è teniru*.

Nella cultura della prevenzione (della protezione *dall'interno*) era prevista la piena e completa utilizzazione degli alimenti e il recupero degli avanzzi: *Non buttà quello che avanza, che serve sempre*.

L'acqua cotta, la ribollita, il pancotto, la fricassea, le insalate miste, i polpettoni, ecc. allietavano, dunque, la nostra tavola, ma da poveri e gustosi piatti di recupero, immersi nella luce incantata delle mode, sono diventati, nella civiltà dei rifiuti, offerte magiche.

L'abbondanza e la disponibilità, in alcune società occidentali, degli alimenti pone nuovi problemi: queste nuove condizioni possono favorire la crescita e l'allargamento della protezione a scapito della prevenzione.

L'educazione alimentare diventa sempre più indispensabile, ma nello stesso tempo più difficile da coltivare e da esercitare. Il fatto che disponiamo di prodotti alimentari abbondanti e più disparati non

25 Vedi Batinti 1996, pp. 54-58.

significa necessariamente che abbiamo migliorato la qualità nutrizionale, ma che finora forse siamo stati soprattutto costretti (o preoccupati) a garantire la conservazione e la distribuzione.

Così accade in altri ambiti, lo sviluppo tecnologico aumenta le possibilità di comunicazioni telematiche, facilita la comunicazione tra le persone, ma le tiene a distanza: non possono toccarsi, incontrarsi; dietro queste nuove modalità di intrecciare rapporti, potrebbero nascondersi nuove forme di solitudine. Lo sviluppo della rete stradale e autostrade invece di favorire gli spostamenti, talvolta li ritarda; aumentano, infatti, i tempi di percorrenza.

Il recupero dell'equilibrio prospettico nei confronti del cibo implica la riconsiderazione di tutti gli aspetti e delle fasi del ciclo alimentare. Lo "strabismo" ci induce a dimenticare che la qualità è pluridimensionale e che ogni dimensione, a sua volta, è composita e articolata. Le risposte, pertanto, devono essere date nell'ambito di questo quadro generale: come una tessera del mosaico non deve sovrastare le altre, così la sicurezza igienica, nell'alimentazione, non deve prevalere sulla qualità nutrizionale.

Con le semplici riflessioni, qui proposte, non viene rivolto un invito a ritornare con nostalgia al passato, ma forse a viaggiare da protagonisti, arricchiti anche dai suggerimenti della sapienza popolare²⁶, alla scoperta degli stretti legami tra lingua e cultura.

Bibliografia

Bagnasco Or. (a cura di), *Catalogo del fondo italiano e latino delle opere di gastronomia. Sec. XIV-XIX*. Sorenago, B.I.N.G. Biblioteca Internazionale di gastronomia, 1994.

- Batinti et alii. *Dall'Osservatorio SNS: plurilinguismo e pluriculturalismo, unità nazionale e integrazione europea*, in *Annali dell'Università per Stranieri di Perugia*, gennaio-giugno 1993, pp. 95-208.

Batinti A., *Parla come mangi!. Osservazioni su alcuni aspetti linguistici e culturali dell'alimentazione*, in *Come migliorare la qualità della ristorazione scolastica*. Atti del Convegno Nazionale A.B.I.A.N. (Arezzo, 14 settembre 1996), Arezzo, Centro "F. Redi", 1996, pp. 54-58.

Batinti A., *Per un'analisi delle locuzioni nei dialetti dell'Umbria e dell'Italia Mediana*, in L. Agostiniani, P. Bonucci, G. Gianecchini, F. Lorenzi, L. Reali (a cura di), *Atti del Terzo Convegno della Società Internazio-*

nale di Linguistica e Filologia Italiana (Perugia, 26-28 giugno 1994), Napoli, ESI, 1997, pp. 149-161.

Batinti A., *I suggerimenti della sapienza popolare nei proverbi: Quel che non ammazza ingrassa. Note linguistiche e culturali*, in *Sicurezza Igienica o Qualità nutrizionale?*. Atti del Convegno Nazionale A(ssociazione). I(taliana). R(istorazione); S(cuola). I(nternazionale). A(mbiente). e S(alute), (Arezzo, 28-29 gennaio 1999), Arezzo, Centro "F. Redi", 1999, pp. 21-24.

Batinti A., *Parole in tavola. Assaggi linguistici*, in O. Fillanti, *Maccaroni e tajolini. A tavola nella civiltà contadina*, Perugia - S. Sisto, EFFE Fabrizio Fabbri Editore, 2012, p. 9-14.

Batinti A., Fillanti O., *Il dialetto e i proverbi in area perugina*, in G. Marcato (a cura di), *Dialetto. Parlatto, scritto, trasmesso*. Atti del Convegno Internazionale di Studi (Sappada/Plodn (BL), 2-5 luglio 2014), Padova, Cleup, 2015, pp. 243-250.

Batinti A., *Parole e alimentazione*, in Lesti L., *Mangiare di grasso, mangiare di magro. L'alimentazione nel territorio perugino dagli inizi dell'Età moderna alla fine dell'Ottocento*, Perugia, Morlacchi Editore, 2015, pp. 373-377.

Dettori A., *Il campo lessicale "pani d'uso giornaliero nel Marghine"*, in *Quaderni dell'Atlante Lessicale Toscano*, 7/8, Firenze, Olschki Editore. 1989/90, pp. 181-204.

Falassi A., *Proverbi toscani*, Bologna Edizioni Mida, 1990, p. IX.

Giacomelli G., *Panzanella*, in *Quaderni dell'Atlante Lessicale Toscano*. 7/8. Firenze. Olschki Editore. 1989/90, pp. 109-23.

Grifoni O., *Proverbi umbri*, Foligno, Libreria Editrice Commissionaria "L'Appennino", 1943.

Marcato G., *Lingua e sesso*, in Holtus G., Metzeltin M., Schmitt C., *Lexicon der Romanistischen Linguistik*, Max Niemeyer Verlag, Tübingen, 1987, pp. 237-246.

Moretti M.C., *Sapori e voci di lago*, Foligno. Edizioni dell'Arquata. 1987, p. 14.

Robustelli C., Frosini G. (a cura di), *Storia della lingua e storia della cucina*, Firenze, Franco Cesati Editore, 2009.

Ruffino G. (a cura di), *Atlanti linguistici italiani e romanzi. Esperienze a confronto*. Atti del Congresso Internazionale (Palermo, 3-7 Ottobre), Palermo, Centro di Studi Filologici e linguistici Siciliani, 1992.

Quaderni dell'Atlante Lessicale Toscano. 7/8. Firenze. Olschki Editore, 1989/90.

Quartu B.M., *Dizionario dei modi di dire della lingua italiana*, Milano, BUR, 1993.

Serafini R., *Nonna Rosa. La vita contadina nel territorio di Castiglion del Lago*, Sanfaticchio (PG), 1991, p. 10.

Stadera L., *Il sale della Terra*, Gavirate (Varese), Nicolini Editore, 1993.

Tortorelli E., *I nomi della pasta in Puglia e Basilicata: regionalismi e terminologia industriale*, in Albanese E., Colotti M.T., Mancarella G.B. (a cura di), *Italiano Regionale in Puglia e Basilicata*, Bari, Ecumenica Editore, 1979.

26 In Serafini 1991, p. 10, si può leggere «è vecchio chi vive di ricordi e li lascia nel passato; ma è saggio e aperto al presente colui che nel ricordo vive, gioisce e soffre il suo tempo, non per tornare al passato, ma per esserne, adesso, protagonista».