

Introduzione

Uno spunto di riflessione relativamente al problema dell'alimentazione può essere offerto dalla documentazione custodita presso le biblioteche statali di origine religiosa, in cui è possibile evidenziare il legame inscindibile che è intercorso, nei secoli, tra vita monastica e cibo. Gli usi e le tradizioni ad esso legati hanno sicuramente influenzato la culinaria, le tecniche di coltivazione, non solo in campo locale e possono offrire un modesto contributo per una più adeguata ed ampia presa di coscienza sul problema dell'alimentazione e sul diritto alla vita, in tema alle attività e agli eventi organizzati per l'Expo 2015. Nell'ambito di tali argomentazioni, la Biblioteca Statale di Montevergine con archivio storico annesso ha inteso promuovere il percorso espositivo, qui di seguito presentato, per intrinseche finalità culturali, ma anche quale occasione di conoscenza ed approfondimento sulle regole cenobitiche del cibo. Esse, sin dalle origini della costituzione della famiglia religiosa di Montevergine nel secolo XII, hanno fatto parte della quotidianità del monastero osservante la Regola di san Benedetto. Quest'ultima, suddivisa in 73 capitoli, definisce con chiarezza e stabilità le linee essenziali della vita religiosa a cui si sono attenute le istituzioni monastiche, dal Medioevo all'Età moderna e costituisce un incomparabile codice di prescrizioni destinate ai cenobiti che, nel contempo, possono essere oggetto di interessanti meditazioni sulla necessità di cibarsi in maniera sana e corretta, ricorrendo ad alimenti che rispecchino l'*excursus* naturale delle stagioni, in determinate misure ed orari. I capitoli che riguardano specificamente l'argomento, dal XXXV al XLI, nella *Regula sancta* sono sette, ciascuno con un suo proprio titolo: *Dei settimanari di cucina*, *Dei fratelli infermi*, *Dei vecchi e dei fanciulli*, *Del lettore di settimana*, *Della misura del cibo*, *Della misura della bevanda*, *In quali ore debbano prendersi i pasti*. Il trentanovesimo capo entra nel vivo della questione e prescrive, nei particolari, le modalità della refezione quotidiana che deve essere di due pietanze cotte e se sarà facile procurarsi frutta o teneri legumi se ne può aggiungere una terza. Nulla viene specificato relativamente alla varietà ed alla qualità delle pietanze legate, agli usi ed alle consuetudini del territorio di appartenenza. In caso di lavori più gravosi del solito, l'abate avrà la facoltà di aggiungere qualcosa, ma il monaco non deve mai lasciarsi prendere dall'ingordigia. Riferimenti precisi si riscontrano circa la quantità dei cibi: del pane è sufficiente una libbra di buon peso (all'incirca 450 gr.), da distribuirsi tra il pranzo e la cena e per le bevande, considerando la debolezza dei più bisognosi, perché per gli altri la norma stabilisce di farne a meno, il vino può essere consumato in quantità di un' "emina" al giorno (un quarto di litro). Per la carne tutti si devono astenere dal mangiarla eccetto gli infermi che sono molto deboli. Un'attenzione particolare è dedicata alla frequenza e all'orario dei pasti, esplicitata al capo quarantunesimo: da Pasqua a Pentecoste i monaci devono pranzare a sesta (mezzogiorno) e cenare la sera; da Pentecoste e poi per tutta l'estate, fino al 13 settembre, il mercoledì ed il venerdì è opportuno che digiunino e che prendano il pasto a nona (ore 15). Dal 14 di settembre fino all'inizio della Quaresima prendano un solo pasto sempre a nona. Della tradizione monastica codificata dalla Regola di san Benedetto e sempre in uso, inoltre è forse il caso di sottolineare un altro aspetto che accompagna il momento del pasto: gli alimenti vanno consumati in silenzio ascoltando una lettura fatta da un pulpito spesso incorporato in uno dei muri del refettorio. Questa lettura era spesso cantilenata e i fratelli non dovevano iniziare a mangiare prima che il lettore avesse fatto il primo intervallo. Per quanto riguarda le disposizioni sul cibo, nell'ambito della Congregazione Verginiana, la testimonianza più antica è offerta dalla *Legenda de Vita et Obitu Sancti. Guilielmi confessoris et heremite* del secolo XII, il codice più importante pervenuto dalla famiglia religiosa di Montevergine e che attualmente fa parte del fondo dei "Codici, Manoscritti figurati ed Incunaboli" della Biblioteca Statale di Montevergine. Ivi, raccontando della vita di san Guglielmo da Vercelli e della costituzione di una prima comunità sul massiccio del Partenio, Santa Maria di Montevergine, si scrive di un'ultima e significativa fondazione da parte del santo, inizialmente doppia, a prevalenza femminile, di San Salvatore al Goletto nei pressi di Sant'Angelo dei Lombardi, in provincia di Avellino. Al capitolo XIV si riscontrano le informazioni su ciò che mangiavano e bevevano le monache del Goletto: "... nella loro santissima comunità non vi è alcuna che conosca il vino persino durante l'infermità; quanto poi al formaggio e alle uova, stimano illecito persino il nominarli; il loro vitto per tre giorni alla settimana consiste solo in pani e pomi con erbe crude e per gli altri tre giorni in pane con una sola vivanda condita con olio; durante l'avvento e la quaresima si cibano di solo pane ed acqua ed alcune si astengano anche dal pane, contente di pomi e legumi". Presso l'Abbazia di Montevergine, i monaci, allo stesso modo, in origine si cibavano di erbe e legumi conditi con solo olio; la documentazione pergameneacea ci informa degli oliveti donati ai religiosi, siti sulle colline di Avella, Baiano, pochi anni dopo la fondazione dell'abbazia e della particolare attenzione da parte dei verginiani per l'acquisizione di terreni con prodotti locali: castagne, nocciole e frutti. Nel 1126, la pergamena 152, ci riferisce circa l'operato dello stesso fondatore, san Guglielmo, custode e rettore della chiesa di Montevergine, che si fa rilasciare le garanzie per una terra con castagneto ad uso del monastero. Negli anni successivi a Montevergine pervennero personaggi illustri i quali, nell'osservare l'astinenza dei religiosi relativamente alla carne, uova e latticini, si premunirono di far arrivare il pesce fresco: le anguille dal mare Adriatico ed il tonno dal Tirreno. Nel 1233, la pergamena 1776, a proposito dell'uso di quest'ultimo, narra

del viaggio di fra Giovanni da Avellino, monaco di Montevergine che si reca in Marina di Camerota per riscuotere i prodotti della tonnara di Palinuro. Diverse sono, nello stesso periodo, le conferme da parte di Federico II Imperatore, sul diritto dell'abbazia di avere 60 serte (ceste) di anguille l'anno dal lago di Lesina. Successivamente, al tempo di Roberto d'Angiò, nel 1322, un altro documento pergamenaceo mette in evidenza la donazione fatta allo scopo di ricavare proventi per l'acquisto di tonnina per la comunità di Montevergine con l'obbligo, da parte della stessa, di celebrare messe in suffragio. Qualche decennio dopo l'abate di Montevergine, Pietro, nomina un procuratore in Salerno, per comprare lo stesso prodotto da chiunque lo venda. Quando poi l'abbazia passa sotto l'amministrazione degli abati Commendatari e ai Maestri ed Economi dell'Ospedale dell'Annunziata di Napoli, dal 1512 al 1559, vengono elencate le particolari grazie chieste da Montevergine tra cui "... *specialmente pane, ... et tonnina... che ogni anno si debba spendere per pesce fresco 20 ducati ... si provveda di doe cantara (circa 90 Kg) di risi, all'anno ... et doe cantara di vermicelli ...*" (pergamena 5085). Il consumo di frumento è attestato da un documento precedente in cui si specifica che proviene dalle "... *terre seminate di M. V. del Monte nella città di Ariano e di Frigento ...*"; per il riso dalla zona del fiume Picentino. Nel secolo XVI i cronisti verginiani quali Renda, Verace e Costo, nelle loro opere, confermano l'uso della dieta quaresimale dei monaci di Montevergine. Il primo, nel capitolo relativo alla fondazione dell'abbazia, scrive che è vietato agli abitanti del luogo ed ai pellegrini mangiare ed anche portare a Montevergine carne, uova e latticini essendo la cosa rivelata dal Signore a san Guglielmo e che la non osservanza potrebbe far verificare prodigi contro i trasgressori. Inoltre egli accenna ad un luogo preciso in cui ciò non è possibile: fu infatti creato dai religiosi un vero e proprio recinto sacro, di circa un miglio, intorno al santuario. Il Costo, nell'*Istoria*, narra della vicenda di una certa giovane che recatasi il giorno di Pentecoste a Montevergine, con i capelli unti di grasso, rimase ad un certo punto impietrita non potendo andare né avanti né indietro. Alla fine dello stesso secolo particolarmente significativa per la Congregazione Verginiana è la pubblicazione della *Regula S. Patris Nostri Benedicti ac Declarationes ...* del 1599 conseguente alla riforma di san Giovanni Leonardi, incaricato dal papa di ripristinare appieno l'osservanza della Regola di san Benedetto. A proposito dell'alimentazione, nell'esemplare custodito presso la Biblioteca di Montevergine, si può leggere la dichiarazione apposta al capitolo *Della misura del cibo* che così recita: "*Nel sacro monastero di Montevergine del Monte si osservi quella lodevole, antica e immemorabile consuetudine, corroborata anche da miracoli, per cui sia i monaci che vi abitano sia le persone secolari di qualunque condizione stato o grado, da qualunque parte vi affluiscono per devozione o per qualunque altro motivo, non solo non si cibino mai di carni, uova e latticini, ma in ogni tempo usino solo cibi quaresimali, anche se sono infermi, affetti da qualunque infermità*". Il commento poi prescrive che il superiore locale raccomandi il consumo di pesce fresco due volte la settimana ed infine ribadisce che, in qualsiasi tempo, è opportuno cibarsi con frutti di stagione pere, mele, noci ed altri prodotti del luogo. Gli stessi principi vengono ribaditi nei secoli successivi e se ne trova riscontro nelle opere degli scrittori quali Giovanni Giacomo Giordano che, nelle *Croniche di Monte Vergine* del 1649 al capitolo XVIII, scrive: "... *nel Sacro Monasterio, e Tempio ... intorno di cinquecento passi circa lontano da quello, non si può mangiare, né portare carne, uova, o latticini di niuna forte ...*". Amato Mastrullo in *Montevergine Sagro* si sofferma sull'astensione da parte dei religiosi del vino e del pane che i religiosi mangiavano di rado accompagnato a volte dall'erba di issopo (che aiuta la digestione). Alla fine del 1700 l'abate Matteo Jacuzio nel suo *Breviologio della cronaca ed istoria dell'insigne santuario reale di Montevergine* racconta che nel 1601 in occasione della Pentecoste, essendosi portate al santuario persone incuranti dei divieti alimentari, si verificò un terribile incendio proprio nel palazzo dei forestieri che provocò la morte di quattrocento persone. Un notevole contributo, oltre alle specifiche disposizioni emanate nel corso del tempo, è possibile estrapolarlo, inoltre, dalla documentazione cartacea di natura amministrativa presente nell'archivio storico di Montevergine, che è in grado di offrire informazioni significative sulla vita materiale dei religiosi. I registri di introito ed esito, le liste giornaliere dei consumi, le spese occorrenti per i commestibili, le note per le vettovaglie danno l'opportunità di ricavare dati molto utili per determinare i consumi alimentari giornalieri della comunità, le variazioni stagionali, le preferenze e le tendenze; tutto ciò può sicuramente offrire un panorama abbastanza esaustivo sulle caratteristiche del tenore alimentare osservato tra le mura claustrali. Il primo documento che si riscontra è del secolo XVII, contenuto nella busta 64: si tratta del *Registro di Introito ed Esito* della cassa comune di M. V., iniziato sotto il generalato di Giovanni Giacomo Giordano. Già nel primo anno preso in esame, il 1634, si può notare una cospicua spesa per alimenti fatta alla fiera di Salerno, dove i monaci avevano il privilegio di aprire la manifestazione e di assicurarsi, per primi, una buona scorta di cibarie sufficienti alla casa madre di Montevergine e a quella di Loreto. Al primo posto si conferma l'utilizzo del pesce, fresco ed essiccato che rappresenta il supporto principale dei regimi alimentari quaresimali. La spesa è per dieci botti di sarde, quattro di alici, provenienti da Vietri sul Mare e poi altrettante di tarantello ed ancora dieci di tonnina. Singolare, come risulta dagli esiti negli anni successivi, il consumo di zucchero, mandorle e particolarmente di spezie (pepe, cannella, zafferano, garofano) che venivano usate in cucina per insaporire e rendere appetitose le pietanze, per la

preparazione di rosoli e bevande e nel laboratorio delle erbe officinali. Nel secolo successivo i monaci costruirono un ospizio a Montevergine, all'inizio della zona sacra in cui potevano mangiare nei giorni festivi e feriali la carne, i latticini e le uova. Già esisteva un piccolo edificio, fuori dalla zona di stretto magro, dove i religiosi mangiavano cibi proibiti al santuario. Ora con la costruzione di un edificio più vasto si estendeva quel beneficio a tutta la comunità religiosa. Lo scopo fu soprattutto sanitario in quanto bisognava venir incontro alle necessità fisiche di non pochi religiosi i quali avevano difficoltà per la continua astinenza quaresimale. La nuova costruzione su due livelli con adeguato refettorio, cucina e dispense ed ampie sale per gli ospiti andò man mano a sostituire il refettorio monastico ubicato all'interno della clausura. I numerosi esiti del secolo XIX contenuti nei faldoni archivistici, come quello di dicembre 1843 nella busta 159, offrono la possibilità di verificare i cambiamenti avvenuti nella predisposizione delle spese per l'alimentazione dei verginiani nel dettaglio. Per mercoledì 6 dicembre si può constatare la spesa per *carne vaccina rot. 7, carne di porco rot. 6* e poi ancora *ova, capponi, carne d'agnello*, accanto ad esiti per alimenti che da sempre hanno fatto parte della dieta dei monaci di Montevergine. Nel 1954 i religiosi chiesero l'abolizione del regime di magro alla Santa Sede che ne diede conferma. Attualmente la famiglia religiosa di Montevergine fa parte della Congregazione Sublacense Cassinese; nel 2013 le due Congregazioni, la Sublacense e la Cassinese, hanno deciso di unirsi per servire meglio il Signore e per porsi oggi come segno profetico e credibile nella Chiesa e nella società. Esse riconoscono la Regola di san Benedetto come legge nell'ambito della quale intendono prestare il loro servizio, aggiornata dalle Costituzioni e dalle altre norme approvate dalla Santa Sede negli ultimi anni del secolo scorso. Queste si adattano meglio al pensiero della Chiesa ed al modo di operare e sentire degli uomini del tempo; in tali direttive non si contemplan disposizioni specifiche per quanto riguarda l'alimentazione che sono lasciate alla discrezionalità del superiore, assistito dallo spirito della Regola di san Benedetto e dal consuetudinario in uso. Nel Monastero di Montevergine, ad esempio, durante il periodo della Quaresima attualmente non si consuma, nei giorni dispari, la pietanza del primo piatto; si evita quella della frutta a pranzo e a cena nei giorni del venerdì e del sabato, per tutto l'anno, in onore del Signore e della Madonna ed anche forse, in qualche modo, come segno comunitario del digiuno quaresimale. Ci sono la completa astinenza dalle carni il lunedì, il mercoledì ed il venerdì tutto l'anno e dei giorni di digiuno totale come il Mercoledì delle Ceneri, il Venerdì di Quaresima ed il Venerdì Santo. Un'altra consuetudine, inoltre, riguarda i giovani che sono ammessi in monastero: quando iniziano il noviziato stanno in ginocchio al refettorio, senza assumere cibo, la sera prima della vestizione.

Anna Battaglia