



Lo Sperone

ROCCA MASSIMA



Mensile dell'associazione culturale "Mons. Giuseppe Centra"

"POSTE ITALIANE - Spedizione in A.P. Tassa Pagata 70% art. 2 L 662/96 DC Latina"
"In caso di mancato recapito inviare al CPO di Latina per la restituzione al mittente previo pagamento resi"

Anno 15 numero 10

Associazionismo è confronto

Sabato 3 Ottobre 2015

CORI
Latium Festival 2015

ROCCA MASSIMA
X Sagra dei marroni

ROCCA MASSIMA
Note sull'Associazione

STAGIONE CASTANICOLA 2015

FINALMENTE SI RIVEDONO LE CASTAGNE, MA...

Eccoci arrivati ad ottobre, il mese autunnale per antonomasia! I boschi incominciano a regalarci un tripudio di colori meravigliosi e la natura elargisce i suoi frutti tipici del momento: l'uva e le castagne. Quando la vendemmia incomincia a segnare il passo e le botti sono state colmate col gustoso nettare del dio Bacco, un'altra squisitezza si mostra sui nostri boschi: la castagna, in tutte le sue varietà. Questo prelibato frutto, ahimè, da qualche anno era praticamente quasi scomparso dalle nostre tavole ma soprattutto dalle nostre "padelle bucate" e questo a causa del famigerato Cinipide, l'insetto cinese "distruttore" di castagneti. Quest'anno le cose dovrebbero andare un po'

meglio ed infatti, con la raccolta delle castagne ormai alle porte, ci sembra doveroso fare un breve bilancio dopo quattro anni di "lanci" del Torymus, l'insetto benevolo antagonista e sterminatore del Cinipide. Infatti, nella nostra zona, i castagneti si stanno indubbiamente riprendendo, il fogliame è più vegeto, i "cardi" sono molto più numerosi e il Cinipide incomincia, finalmente, a segnare il passo. Tutto questo ci rende molto speranzosi per un incremento della raccolta che, rispetto allo scorso anno, potrebbe arrivare al 40% in più. Obiettivamente bisogna dire che, se tutto va bene, ci vogliono ancora altri 4-5 anni per tornare alla normalità. In Piemonte, la prima regione ad essere attaccata dal Cinipide nel 2003-2004, quest'anno la produzione, stimata, dovrebbe attestarsi al 90%, quindi dopo circa 10 anni dal primo lancio del Torymus stanno



tornando praticamente alla normale produzione. Detto ciò bisogna ricordare che anche un altro "distruttore" del Cinipide ci ha dato una mano: lo Gnomoniopsis, una spora di fungo, tipico del castagno, che ha contribuito a far seccare le galle (nidi) del Cinipide. Però, tale fungo, se da una parte ci ha dato una mano,

A. Alessandroni
Segue a pag 4 e 5

Sommario

Stagione castanicola 2015	1-4-5
Invito alla lettura	2
Parlando di Rossini	3
X Sagra dei marroni	4
Pellegrinaggio a Genazzano	5
Risate sotto le stelle	6
Palmistro	6-7
Pellegrinaggio o turismo?	8
Note sull'Associazione	9
Latium Festival 2015	10-11
Cori: seminario del Capol	11
Lingua e lingua	12
Ricordo di "Messio"	13
Giuseppe La Gioia (poesia)	14
Turista in Italia	15
Ricette della massaia	15
Come gestisci lo stress?	16

GIOIELLERIA
Villa
OROLOGERIA - ARGENTERIA
Sede Storica dal 1956
CORSO DELLA REPUBBLICA, 13 - VELLETRI (RM)
TEL./FAX 06.9630383

www.gioielleriavilla1956.it

La Biblioteca: invito alla lettura

“**Todo modo**” di *Leonardo Sciascia*

Recentemente, mi è capitato fra le mani “**Todo modo**”, uno dei romanzi più conosciuti di Leonardo Sciascia. L’avevo letto molti anni fa ma l’ho voluto leggere di nuovo e, così come allora, la lettura è stata un vero piacere non solo per lo stile narrativo ma anche per il contenuto del libro che si presenta come un giallo ma è molto di più di un giallo: è una forte critica sociale al sistema di potere che all’epoca in cui è stato pubblicato il libro (1974) si incentrava sulla Democrazia Cristiana e sulla gerarchia della Chiesa italiana.

I grandi scrittori però sono sempre attuali perché nelle loro opere riescono ad entrare nel cuore dei problemi che affrontano evidenziando quei pensieri e quei comportamenti umani che nel corso della storia, pur ripresentandosi in forme diverse, originano sempre dai pregi e dai vizi connaturati all’essere umano.

Se spostiamo la vicenda narrata da Sciascia dagli anni 70 ai giorni nostri ci accorgiamo che, sostituendo al partito egemone all’epoca quello egemone oggi, ritroviamo lo stesso modo di gestire il potere, la stessa corruzione della classe politica e di molti gangli della società, le stesse aggregazioni impegnate a difendere interessi di ristretti gruppi di potere.

Come ho accennato, il libro ha la struttura del giallo per cui farei un dispetto a chi volesse leggerlo se ne raccontassi la trama. Dirò solo che la storia si svolge in un eremo trasformato in albergo dove, una volta l’anno e a turni, si radunano per fare gli esercizi spirituali sotto la guida di don Gaetano, le personalità più influenti del mondo politico, economico, culturale.

Tutti costoro però, più che da motivazioni religiose sono spinti a partecipare a questo rito per rinsaldare amicizie, per stringere alleanze, per tramare.

Un pittore, attratto dal cartello che indicava la presenza dell’eremo, capita per caso in questo covo di vipere e, ottenuto il permesso di partecipare anch’egli agli esercizi, si gode lo spettacolo di questi signori



*Non leggo per imparare,
leggo per vivere (Flaubert)*

incravattati che fra mille convenevoli ed espressioni di cortesie, sotto sotto, ognuno prepara una trappola all’altro.

Due sono le figure che di netto si staccano su tutte le altre che animano il racconto: quella di don Gaetano, un prete tanto culturalmente attrezzato quanto cinico e capace di muoversi con disinvoltura nello sdrucchiolevo mondo del potere; quella del pittore e intellettuale laico che si confronta con il prete con un atteggiamento altalenante di ammirazione e di riprovazione.

Prima di terminare un piccolo cenno sullo stile narrativo.

Nei gialli in genere c’è ansia e passione nell’investigatore impegnato a scoprire il colpevole del delitto; Sciascia invece fa procedere il procuratore Scalambri con leggerezza, quasi con distacco, come a voler sottolineare che la sua attenzione è rivolta più all’ambiente in cui sono maturati i crimini che ai crimini stessi.

Alla fin fine ogni partecipante agli esercizi spirituali potrebbe essere benissimo l’autore dei delitti e ognuno avrebbe pressappoco motivazioni analoghe.

Remo Del Ferraro

“LECTURA DANTIS” RINVIATA

L’Associazione “Mons. G. Centra” è costretta, purtroppo, a rinviare ulteriormente il 4° incontro con il dantista prof. Aldo Onorati, membro della Società Dante Alighieri, che doveva commentare, il prossimo 10 ottobre nella chiesa di San Michele Arcangelo, il XV Canto del Paradiso (l’incontro di Dante con Cacciaguada).

Al momento la data non è stata ancora decisa perché il prof. Onorati non si è ancora completamente ristabilito da una fastidiosa sindrome influenzale.

Pertanto, in attesa di buone notizie sulla salute del prof. Aldo Onorati, l’incontro è stato procrastinato a data da destinarsi. Sarà nostra cura comunicare, con ragionevole anticipo, la nuova data dell’evento.

Intanto auguriamo all’amico Aldo di ristabilirsi quanto prima e lo aspettiamo sempre con gioia a Rocca Massima.

PARLANDO DI GIOACCHINO ROSSINI



Il grande musicista italiano, la cui opera più famosa è *IL BARBIERE DI SIVIGLIA*, nato a Pesaro il 29 febbraio 1792, amava scherzare sul giorno della sua nascita, avvenuta il 29 febbraio dell'anno bisestile 1792, per cui riteneva che il suo compleanno cadesse ogni quattro anni. Questo primo scherzo del destino ne accompagna un altro più imbarazzante: Gioacchino aveva visto la luce soltanto dopo cinque mesi dal matrimonio dei genitori; inoltre il 1792 è l'anno della proclamazione della Repubblica in Francia.

Era un brillante umorista, famoso per le sue battute, per il piacere del buon mangiare e per le sue *opere comiche*, ma in effetti era soggetto a paurosi attacchi di depressione e un disperato bisogno di stabilità in un mondo in continua evoluzione, sia dal punto di vista storico che musicale.

Per più di un secolo, la sua figura è rimasta legata soprattutto allo scintillante estro delle sue opere comiche: *IL BARBIERE DI SIVIGLIA*, *L'ITALIANA IN ALGERI*, *LA CENERENTOLA*...ma nel complesso sono più numerose le opere serie da lui musicate, per la precisione 23, di quelle comiche e in vita Rossini fu quasi più famoso per la sua produzione dram-

matica che non per le sue opere buffe. Forse la spiegazione di questo oblio è dovuta al fatto che nell'ambito dell'opera comica, egli resta un punto di arrivo mai superato, l'ultima luminosa stagione di un genere che solo in Mozart aveva trovato espressione in grado di sopravvivere alla Storia, mentre nell'ambito del teatro musicale drammatico, nell'800 ci saranno i grandi capolavori di Donizetti, Bellini e Verdi.

Fu un bambino vivace, poco incline allo studio, ma molto precoce nel far musica come mezzo spontaneo di espressione; infatti la sua prima opera risale al 1804, quando Rossi-

ni aveva appena 12 anni, e sono le *Sei Sonate*, che sono indubbiamente un mistero, in quanto è difficile spiegare come un ragazzino, per quanto dotato di genio, potesse senza nessuna particolare preparazione specifica, esibire una scrittura musicale così sicura, formalmente corretta e stilisticamente appropriata. Eppure Rossini stesso, in seguito, ricordando queste sonate le definirà *orrende* e dirà: "Suonavano da cani; io avevo la parte di secondo violino e, in fin dei conti, non ero meno cane di loro". Nel 1816, quando Gioacchino aveva 24 anni, andò in scena al Teatro Argentina di Roma *la prima* del *BARBIERE DI SIVIGLIA*, scritta in appena tredici giorni, in un clima di accesa tensione: la platea era piena di fans di Paisiello che non tolleravano un secondo *BARBIERE*, dopo quello notissimo del loro beniamino. La rappresentazione fu accolta da fischi e schiamazzi e, a complicare le cose, ci furono alcuni incidenti sul palcoscenico come le corde rotte della chitarra di Almaviva; un gatto in scena; Don Basilio che inciampa e canta *La Calunnia è un venticello*... col sangue colante dal naso. In conclusione la rappresentazione fu un fiasco solenne. Rossini non se la prese più di tanto; si limitò a darsi malato

e a non comparire al clavicembalo nello spettacolo del giorno dopo che invece risultò un trionfo.

Tra il 1812 e il 1817, vengono rappresentate le opere comiche: *LA SCALA DI SETA*, *IL SIGNOR BRUSCHINO*, *LA CENERENTOLA*, *LA GAZZA LADRA*. Di queste opere rimangono famosissime le ouvertures, in cui il *crescendo rossiniano* ha il suo uso più frequente. Si tratta di uno stragemma compositivo già usato in precedenza, ma che Rossini portò a tale efficacia da renderlo inimitabile. Egli, partendo all'inizio da un organico relativamente ridotto, aggiunge via via, lungo il *crescendo* nuovi strumenti e dunque nuovi timbri al ripieno orchestrale. Se si aggiunge a tutto ciò l'effetto stordente della ripetizione melodica e l'assillo ritmico che in modo sempre più stringente la governa, si giunge ad una sorta di fragorosa esplosione di suono, apparentemente caotica e incontrollata, ma governata invece da una ferrea geometria del ritmo, dall'esattezza implacabile del moto rossiniano, che risulta fortemente coinvolgente. Nell'ouverture dell'opera buffa *IL SIGNOR BRUSCHINO* del 1813, quando il compositore aveva appena ventun anni, il compositore per beffarsi di un impresario insolente, si vendica inventando il ritmico battere degli archetti dei violini sui leggi, creando un effetto singolare. Questa bizzarria, che fece infuriare gli spettatori veneziani, decretando il fiasco dell'opera, oggi è diventata famosa.

Con il *GUGLIELMO TELL* del 1829, finisce il periodo di maggiore ispirazione per un Rossini ancora giovane, se si pensa che egli morì a 76 anni, nel 1868. Di questa sua rinuncia a scrivere nuova musica, egli si giustifica così: "Scrivevo opere quando le melodie venivano a cercarmi e a sedurmi; ma quando capii che toccava a me andarle a cercare, nella mia qualità di *scansafatiche*, rinunciai al viaggio e non volli più scrivere".



COMUNE DI ROCCA MASSIMA ASS. "CASTAGNA DI ROCCA MASSIMA"

presenta

X SAGRA DEI MARRONI



SABATO 17 OTTOBRE 2015

- Ore 10:00** Raduno *Mezzi militari* e divise d'Epoca "con Mostra Fotografica eventi bellici Seconda Guerra Mondiale" direttamente da Associazione THE FACTORY 1944 - Aprilia
- Ore 11:00** Deposizione di una corona commemorativa presso il monumento dei Caduti.
- Ore 16:00** Apertura stand.
- Ore 16:30** Arrivo delle *Motrici*, CAMION.
- Ore 19:00** Intrattenimento musicale con "*Gianpiero Gotti*".
- Ore 19:00** CENA IN PIAZZA CON IL SEGUENTE MENÙ: Pasta al tonno e olive, salsiccia, cicoria, acqua e vino.
DEGUSTAZIONE CALDARROSTE NELLO STAND DELL'ASSOCIAZIONE.

DOMENICA 18 OTTOBRE 2015

- Ore 9:00** Apertura stand.
- Ore 10:00** Raduno di vespe organizzato dal "*Vespa Club Pontinia*" direttamente da Pontinia (LT).
- Ore 10:00** Raduno e sfilata per le vie del Paese con Trattori e Motrici ed esposizione dei mezzi antichi per la lavorazione della terra.
- Ore 10:30** Santa Messa e, a seguire, benedizione della manifestazione.
- Ore 12:00** Corteo per il centro storico ed apertura della Porta storica in Largo Secondo Mariani.
- Ore 12:30** Arrivo della fiaccola, portata da due paggetti per l'accensione dei Bracieri da parte del Sindaco, scortata da due cavalieri e accompagnata da un "*cavallo acrobatico*" dalla scuderia di Silvestrini Paolo, dagli "*Sbandieratori storici delle Contrade*" di Cori (LT) e dal gruppo folcloristico "*I Turapitto*" di Sezze (LT).
- Ore 13:00** PRANZO IN PIAZZA CON IL SEGUENTE MENÙ: Rigatoni all'amatriciana, salsiccia, cicoria, acqua e vino.
- Ore 15:00** Spettacolo in piazza del gruppo folcloristico "*I Turapitto*".
- Ore 17:00** Il pomeriggio sarà allietato dalla cantante, nostra concittadina, "*Brina*".
- Ore 17:30** Premiazione del concorso fotografico "Ri...scatta il Castagno" e consegna della targa "Amici Sagra dei Marroni 2015".
- Ore 19:00** CENA IN PIAZZA CON IL SEGUENTE MENÙ: Rigatoni all'amatriciana, capocollo, cicoria, acqua e vino.
DEGUSTAZIONE CALDARROSTE NELLO STAND DELL'ASSOCIAZIONE

da pag.1

dall'altra ci ha un po' fregato; questo perché i suoi batteri hanno fatto marcire all'interno molte castagne che sono risultate esser belle fuori ma marce dentro! Certamente lo Gnomiopsis, anche per questa stagione, potrebbe essere ancora presente ma, man mano andrà a ridursi fino a scomparire definitivamente con il soccombere del Cinipide. Ricordiamo che questo fungo è stato sempre presente sulla corteccia dei castagni:

è praticamente una sorta di anticorpo a difesa della pianta che si è "acceso" quando è arrivato il Cinipide. Alcuni studi fatti dall'amico Cav. Ferruccio Schiavella di Segni (RM), coadiuvato dal Prof. Angelo Bini di Vallerano (VT), hanno appurato che le spore di questo fungo, invisibili ad occhio nudo, anche se hanno quasi del tutto abbandonato i tronchi



dei castagni, sono ancora presenti nel terreno sottostante e, alla luce dei

fatti, consigliano, per chi lo può fare, di non lasciare le castagne mature al suolo per più di tre/quattro giorni, questo perché le spore potrebbero "attaccare" la castagna a terra facendola marcire all'interno. Ci risulta che alcuni grossi produttori stanno mettendo sotto le piante dei teli per evitare che le castagne, che cadono, vengano a contatto diretto con il suolo. Qui va a finire che ora, dopo le olive, ci tocca comprare anche i "balluni" per la raccolta delle castagne, mah...! Comunque non è il caso di allarmarsi ulteriormente perché, da una verifica fatta da esperti del settore, le castagne marce risulterebbero essere pochi "pezzi" per quintale, la percentuale

si aggira intorno all' 8-10% e, visti i tempi, la cosa (credo) sia più che accettabile! Abbiamo un'ultima informazione che, però, va assolutamente verificata e confermata: Si vocifera, negli ambienti castanicoli, che il costo dei marroni "alla mano" dovrebbe aggirarsi intorno ai 160/180 euro/quintale, mentre per la prima scelta (quelli "capati") il prezzo dovrebbe oscillare tra 450/500euro/quintale. Logicamente questi prezzi sono indicativi e sono sempre riferiti al rapporto pezzatura/qualità, ovviamente! Per concludere possiamo affermare che, comunque vada, le castagne stanno ricomparendo e questo per la gioia, in primis, dei produttori e poi anche

per i consumatori che amano gustare questo prelibato frutto autunnale. Allora vi comunichiamo che sabato 17 e domenica 18 ci sarà la decima edizione della "Sagra del Marrone" organizzata dall'Associazione "La Castagna di Rocca Massima". Saranno due giorni dedicati al divertimento, allo spettacolo, al folklore e ovviamente alla buona cucina locale dove non mancheranno assolutamente i nostri prelibati marroni. Il programma della Sagra lo potrete leggere nella pagina accanto. Quindi vi invitiamo a salire su a Rocca Massima numerosi come sempre, vi aspettiamo!

Aurelio Alessandroni

PELLEGRINAGGIO A GENAZZANO



L'otto settembre, l'associazione "Mons. G. Centra", come ormai è tradizione, ha organizzato il pellegrinaggio alla Madonna di Genazzano. Ovviamente lo scopo principale è stato quello di venerare la Madonna nel famoso santuario, ma anche quello di continuare una tradizione dei nostri avi, i quali, con grande sacrificio, a piedi all'andata e al ritorno, con una parte di percorso anche di notte, tutti gli anni facevano tale pellegrinaggio. Il fatto che attualmente si vada in pullman non toglie nulla alla devozione delle persone di Rocca Massima tutta, compresi i fedeli delle varie Contrade. Quest'anno la visita a Genazzano ha avuto un carattere particolare: nello stesso giorno i partecipanti hanno avuto la possibilità di visitare due Santuari e di partecipare a tre messe: Galloro,

la chiesa è molto frequentata dai fedeli di Ariccia (Galloro è la località precisa dove si trova il santuario), ma anche dai fedeli dei Castelli Romani e perfino di Roma. La Madonna è molto venerata ed è festeggiata con tre feste solenni: la seconda domenica di ottobre, 8 dicembre e il giorno di Pentecoste. I nostri pellegrini sono stati presenti perché invitati ufficialmente dal Parroco e dai Padri Gesuiti dell'istituto adiacente, perché la funzione sacra è stata contemporaneamente diffusa da un'emittente televisiva (TV2000). Belli i canti, eseguiti dagli studenti del collegio vicino; apprezzabile la partecipazione devota di tutti i presenti. A Genazzano siamo arrivati in tempo giusto per la Messa solenne; abbiamo fatto la solita, ammirata, breve processione con lo "stannardino" e poi abbia-

mo occupato i pochi posti liberi nella chiesa del Santuario. La Messa è stata celebrata da mons. Domenico Segalini, vescovo di Palestrina, da cui dipende Genazzano che, prima della Messa, ha salutato i pellegrini della nostra associazione. Commoventi gli atteggiamenti e la devozione dei presenti. All'ora di pranzo abbiamo raggiunto il ristorante "La Rocca dei Briganti" molto conosciuto e apprezzato che si trova in contrada "Canalicchi", ovviamente ci ha trattati benissimo, un pranzo da...Re! Alla fine del pranzo ci siamo rimessi sul pullman alla volta di Rocca Massima e, giunti in Paese, assieme a diverse persone, siamo andati in processione dalla Piazza fino alla Madonnella. Come si è fatto nelle altre chiese, si è cantato con la partecipazione di tutti, specialmente delle donne. Il nostro Parroco Don Fedele che ci ha accompagnati tutta la giornata, alla fine ha voluto ringraziare tutti, lodando la serietà e la devozione delle persone e anche la nostra Associazione che da 15 anni organizza il pellegrinaggio. Sicuramente, se ce ne fosse stato bisogno, la giornata trascorsa con noi gli ha fatto toccare con mano che la fedeltà e la partecipazione abitano tra le persone di Rocca Massima, e la religiosità è al primo posto.

(E.M.)

Risate sotto le stelle



Sono sicurissimo che pochissimi di voi sanno che a Gorga (RM), a due passi da noi, c'è un attrezzato osservatorio astronomico con annesso un planetario; fino a un paio di mesi fa neppure io lo sapevo; me ne ha parlato per la prima volta l'ingegner Andrea Dan in una conversazione agli Alberetti. Egli conosce molto bene la struttura perché lavora proprio nel campo della strumentazione necessaria all'osservazione astronomica ed è in contatto con l'associazione che gestisce l'osservatorio di Gorga. In quell'occasione gli ho chiesto se poteva organizzare la visita per un gruppetto della nostra Associazione. Si è attivato subito e così la sera del 19 settembre un bel gruppetto ci siamo radunati agli Alberetti, ci siamo organizzati con le macchine e siamo partiti per Gorga che abbiamo raggiunto in poco più di mezz'ora.

Però, non siamo andati subito all'osservatorio perché avevamo prenotato per mangiare una pizza insieme dalla

signora Tiziana che gestisce un simpatico locale ricavato da un vecchio frantoio (la macina in pietra, le presse e altre attrezzature fanno parte dell'arredamento). Siamo stati benissimo non solo per la buona cucina e il buon vino ma anche per la piega che ha preso la serata.

Vicino alla nostra tavolata c'era un gruppetto di Bersaglieri in congedo del nord Italia con le loro famiglie che erano ve-

nuti a Roma per un raduno nazionale organizzato in occasione dell'anniversario della breccia di Porta Pia. La simpatia che suscita questo corpo è nota, per cui dopo pochi minuti, abbiamo subito familiarizzato con loro e un intenso e vivace scambio di battute ha rallegrato la serata; naturalmente non ci siamo fatti sfuggire l'occasione per farci qualche foto con i loro magnifici cappelli piumati.

Salutati a malincuore i Bersaglieri, siamo andati all'osservatorio dove abbiamo partecipato ad una conferenza sulla luna perché, a Gorga come in ogni osservatorio, il 19 si è celebrata la "Notte della luna", una iniziativa promossa a livello mondiale da numerose organizzazioni, enti di ricerca, e scienziati tra i quali la NASA. Terminata la conferenza siamo saliti all'osservatorio per vedere direttamente alcuni pianeti e stelle ma siamo stati poco fortunati: nel cielo si muovevano con una certa velocità numerose nuvole che spesso e volentieri oscu-

ravano la stella su cui era puntato il cannocchiale. Il fatto di riposizionare spesso il cannocchiale ha comportato un prolungamento del tempo per cui si è fatto molto tardi e, complice anche il maltempo che si annunciava con fulmini in lontananza, più di qualcuno ha cominciato a manifestare il desiderio di ritornare subito a casa. Siccome ognuno era legato all'altro per la macchina anche chi avrebbe fatto tranquillamente tardi ha dovuto, per gioco forza, rinunciare al successivo appuntamento al planetario.



È stato un vero peccato. Bisognerà riandarci perché ne vale veramente la pena; sicuramente l'ingegner Dan non avrà difficoltà ad organizzare una nuova spedizione; intanto lo ringraziamo per la collaborazione di questa volta.

Remo Del Ferraro

PALMISTRO

uso dell'olio di palma

Il nostro corpo è formato da circa il 75% di acqua e il resto da elementi come: potassio, magnesio, rame, azoto, cloro, sodio, carbonio, idrogeno ecc..

Ogni elemento ha uno scopo ben preciso e, se per qualche motivo, viene a mancare, le cellule lavorano male fino ad impazzire. Le cellule, interagendo tra loro, fanno sì che nel nostro orga-

nismo avvengano dei processi chimici, i quali danno vita a sostanze utili (e dannose), a seconda dell'individuo. Una di queste sostanze è il colesterolo: buono o cattivo; con H D L viene indicato quello buono, mentre con L D L quello cattivo. Quest'ultimo se viene prodotto in grande quantità va a depositarsi sulle pareti delle arterie con il

rischio di ostruirle, limitando così il flusso sanguigno. Secondo alcuni ricercatori il responsabile principale è il burro che, essendo un grasso saturo di provenienza animale, ha già in sé il colesterolo e, una volta assunto, va a depositarsi nel fegato e nel pancreas, danneggiandoli gravemente.

Da queste affermazioni è partito il pia-

no europeo per la salvaguardia della salute dell'individuo. Bisogna dire che ogni stato, come l'Italia, ha l'obbligo e il dovere di fare leggi che tutelino il cittadino. Se un popolo è sano, lo stato spenderà meno per la sanità. Ecco perché ultimamente ci troviamo bombardati da annunci pubblicitari, riguardanti le bevande gassate, messe sotto accusa per l'obesità che ci arrecano. Annunci così blandi fanno solo ridere.

Perché trattare solo un alimento? Bisogna aspettare sempre l'Europa, per salvaguardare la nostra salute? Però questa volta, l'EU con il burro ha troppo generalizzato. Infatti il problema del colesterolo cattivo è più diffuso nei paesi nordici (Inghilterra, Francia, Germania, Olanda), dove non esiste la pianta dell'olivo. Quindi, per sopperire alla mancanza dell'"oro verde", sono costretti a usare in larga quantità il burro.

Per noi che ci affacciamo sul Mediterraneo e siamo ricchi del "liquido verde", non sussiste questo problema; però l'EU, per nostra sfortuna, ci ha inglobati nelle leggi che vietano l'uso del burro negli impasti di dolci e ed altri cibi. Per far fronte a questa legge l'industria alimentare si è dovuta attrezzare per individuare un nuovo alimento che abbia le stesse caratteristiche del burro e che non provenga da animali. La scelta è caduta sulla margarina che, essendo un alimento vegetale, non va ad incrostare le nostre vene.

Qui casca l'asino! La margarina è di provenienza vegetale ma, per renderla



cremosa come il burro, gli oli che la compongono vengono lavorati chimicamente. Quindi, come si dice, "dalla padella alla brace". Scoperto l'arcano, gli imprenditori alimentari hanno dovuto puntare su un altro alimento: l'olio di palma, che in prima istanza è stato presentato come l'alternativa del burro e della margarina. In verità, questo olio già faceva parte dei nostri alimentari: biscotti, crostate, cioccolata, creme per dolci e anche nei prodotti per l'igiene tutto sotto la scritta "oli e grassi vegetali". Questo olio viene estratto dalle drupe di alcune varietà di palme, simili alle olive. "Sherina" è un grasso vegetale, prodotto in Indonesia e Malesia, dove viene accusato di essere causa di una forte deforestazione e dello sfruttamento degli indigeni, resi quasi schiavi. Per sopperire alla grande richiesta, si è dovuto abbattere ettari e ettari di bosco, riducendo così notevolmente la quantità di ossigeno. Nonostante tutto questo, aziende come: Barilla, Perugina, Ferrero ecc..., continuano a comprarlo, asserendo che è per la tutela del consumatore.

In verità, le aziende acquistano questo olio solo e esclusivamente per il suo bassissimo costo. Bisogna sfatare il

pregiudizio che si ha contro i prodotti dei "discount", asserendo che tali prodotti costano poco perché composti con prodotti scadenti. Bisogna ricordare che l'olio di palma lo troviamo sia nelle sotto marche che in quelle più note e famose; allora che cambia? Nonostante tutte le lamentele delle associazioni dei consu-

matori, si continua a produrre alimenti con olio di palma, asserendo che, essendo un grasso vegetale, non è dannoso per la salute. Falso, poiché l'olio di palma, avendo le stesse caratteristiche del burro, andrà a depositarsi nel fegato e nel pancreas; inoltre, per renderlo cremoso, viene idrogenato (processo chimico), lo stesso processo che subisce la margarina.

È notizia di questi giorni che la Francia ha vietato l'importazione della Nutella, dicendo che viene fatta con circa il 70% di olio di palma. Cari francesi, vorrei dirvi che, prima di scagliare la prima pietra, dovete accertarvi di essere "puliti", poiché siete i primi a produrre prodotti di bellezza con l'olio di palma. In conclusione, il mio consiglio è quello di consumare il meno possibile i prodotti dolciari di fabbrica e prediligere la torta della nonna; anche se contiene burro e olio di oliva, sarà più salutare di una merendina all'olio di palma.

Detto questo, non ci resta che aspettare con pazienza che l'Europa, con l'associazione dei consumatori, riesca a prevalere sulle lobby alimentari.

Enrico Stirpe



LUCARELLI ALFERINO s.r.l.

Contrada Boschetto, 53 - ROCCA MASSIMA (LT)

Tel. (+39) 06.9664152 - Fax (+39) 06.9665388

e-mail: lucarelliolive@email.it

web page: www.olivelucarelli.it

Da 60 anni, la qualità e la genuinità dei nostri prodotti sulla vostra tavola.

PELLEGRINAGGIO O TURISMO?



Tra non molto tempo il Papa aprirà l'anno santo "della Misericordia". L'evento spingerà molti ad andare a Roma in pellegrinaggio, per partecipare a molte manifestazioni e soprattutto fare le visite alle basiliche romane, specialmente a quella di S. Pietro.

Il pellegrinaggio è molto diffuso nella Chiesa ed ha un valore soprattutto spirituale perché è un invito a movimenti, idee e cerimonie che spingono ad una maggiore consapevolezza della mentalità e della pratica cristiana, con tutte le conseguenze positive che ne derivano. Nella storia della Chiesa, il pellegrinaggio ha un'importanza e una storia singolari e interessanti. La prima meta del pellegrinaggio fu la Palestina e soprattutto Gerusalemme, dove i cristiani si recarono per ricercare i luoghi di Gesù. Se si vuole, anche nell'Antico Testamento si possono individuare dei pellegrinaggi; ad esempio quelli di Abramo, Giacobbe...e di tanti altri personaggi.

Nella storia della Chiesa, fino verso il mille d. C., il pellegrinaggio fu un evento soprattutto personale, poi divenne collettivo, specialmente quando a Gerusalemme e ai luoghi degli Apo-

stoli fu sostituita Roma, seconda Gerusalemme. Il pellegrinaggio fu talora prescritto ed imposto per la remissione di peccati particolarmente gravi. Difatti si parla di pellegrinaggi devozionali e pellegrinaggi penitenziali, imposti per colpe molto gravi e sottoposti a regole molto severe. Già nel medioevo le due forme di pellegrinaggio cominciarono ad uniformarsi. Nel secolo XI ai pellegrinaggi verso Gerusalemme e verso Roma, si aggiunse quello a Santiago di Compostela, dove esisteva la presunta tomba dell'apostolo S. Giacomo.

Nel 1300 papa Bonifacio VIII istituì il primo Giubileo: tutti i fedeli furono invitati ad un pellegrinaggio e si moltiplicarono le mete, anche se non tutte erano facilmente raggiungibili. Alle tre mete storiche (Gerusalemme, Roma, Santiago di Compostela) col tempo se ne aggiunsero altre, talune ancora esistenti. Mete di pellegrinaggi sono anche luoghi e monti legati ad apparizioni o a qualche santo; si pensi, ad esempio, a Padova, Loreto, Assisi, Lourdes, Fatima, Guadalupe (Messico), Polonia...e alla attuale discussa Medjugorje in Bosnia Erzegovina. L'elenco sarebbe molto lungo.

Fino ad un secolo fa i pellegrinaggi si svolgevano a piedi; oggi sono pochi i fedeli che hanno mantenuto questa caratteristica tradizionale, mentre il primato è andato ai pellegrinaggi fatti con i mezzi di locomozione e addirittura sono sorte organizzazioni che entrano in concorrenza, ufficialmente per "agevolare" i "pellegrini"(!). Talora alcuni gruppi, prima di arrivare alla chiesa o al santuario, fanno un percorso a piedi: è un segno tangibile del "pellegrinaggio": speriamo

che non sia il solo!

Oggi, purtroppo, si va dimenticando la caratteristica del pellegrinaggio che si sostituisce, tutto o in parte, con una visita turistica. Certo le due posizioni (pellegrinaggio - visita turistica o culturale) sono un po' in contraddizione per certi aspetti. Se è pellegrinaggio bisogna ricordare che la maggior parte deve essere dedicata al sacro, non solo dei luoghi ma anche con riflesso sulle idee ed abitudini dei partecipanti. Se si riesce a dare tempo e risalto alla parte del "sacro" si può ancora parlare di pellegrinaggio, ma non certamente quando si fa un'escursione in una città o in un luogo celebre e ci si abbina una visita al duomo della città o ad una chiesa famosa per arte o per storia.

Il pellegrino cerca un'esperienza che supera l'ordine del visibile mediante la preghiera, il silenzio, la liturgia. I luoghi sacri non perdono la loro dimensione, rimangono aderenti alla storia, all'economia spirituale. Il turista non vive quello che il pellegrino è chiamato a vivere, cioè qualcosa che supera l'aver; mentre il turista guarda, si informa, fotografa... compera e riparte.

Forse con un po' di buona volontà, nella pratica, si può mirare a qualche cosa che, pur non raggiungendo la perfezione, propone un rapporto con la religiosità ed influenza gli animi dei partecipanti, specialmente quando questi ultimi sono stati in qualche modo preparati prima del "pellegrinaggio". In questo modo, sia pure con una procedura accorciata, si compie lo stesso un atto che influisce sugli animi ben disposti dei "pellegrini" - "turisti".

Enrico Mattoccia



**Filiberto
Lucarelli**

**Olio extravergine di oliva
Olive da tavola**

Via Colle Rosso, 8 - Rocca Massima - 04010 - Latina
Tel. 06.9664245 - Cell. 347.6389820
www.lepinum.com - E-mail: lucarelli@lepinum.com

Azienda Agricola Lepinum

*"... La tradizione e il rispetto
del territorio
sono la nostra eccellenza..."*

NOTE E DATE SULLA NOSTRA ASSOCIAZIONE

Sfogliando vecchie pagine di appunti abbiamo trovato notizie di vari eventi della nostra Associazione, alcuni assai vicini alla sua nascita; ci è sembrato opportuno ricordarli: anche questa è storia!

31/5/1998 - (ore 16,30) nasce l'associazione "Mons. Giuseppe Centra".

11/8/1998 - Visita turistico-culturale ad Anagni.

6/10/1998 - il sindaco pro-tempore di Rocca Massima, Paolo Mariani, affida all'Associazione alcuni libri con l'invito di trovarne altri e costituire una biblioteca.

5/11/1998 - L'Associazione, a Velletri, presenta il suo primo libro "L'Alta Impresa" che racconta la vita e la competenza musicale di mons. Angelo Fabiani

8/11/1998 - In Paese si onorano i Caduti deponendo una corona al monumento e con un concerto nel pomeriggio; l'Associazione è presente.

Febbraio-marzo 1999 - l'Associazione "Mons. G. Centra" collabora al corso di educazione civica per la cittadinanza, voluto dall'Amministrazione.

Maggio 1999 - Il Comune di Rocca Massima affida ufficialmente all'Associazione la cura della chiesetta della Madonna e la gestione della Biblioteca, che ha ancora pochi libri ed è ospitata in un locale dietro la chiesetta.

23/12/2000 - L'Associazione decide di pubblicare un giornale mensile, "Lo Sperone", scritto dai soci e dagli amici. La prova (N. 0), è del 23/12/2000.

20/1/2001 - Esce il primo numero de "Lo Sperone", ben accolto da tutti.

9/8/2001 - Visita turistica culturale a Telespazio e Alba Fucens.

15/1/2002 - "Lo Sperone" è iscritto all'albo nazionale della stampa.

9/8/2002 - Visita culturale a L'Aquila.

26/1/2003 - L'Associazione partecipa ai festeggiamenti dell'8° centenario di Rocca Massima e cura la conferenza su Innocenzo III, stampando anche un fascicoletto. (La preparazione dei festeggiamenti era cominciata circa un mese e mezzo prima).

Per l'occasione viene presentata anche una raccolta di poesie di F. Salvaggio.

26/7/2003 - Visita a Caprarola e Bagnaia.

5/9/2004 - Giornata del volontariato; l'Associazione illustra i propri scopi alle altre associazioni del Paese.

11/8/2004 - Visita a Bracciano e Vigna di Valle.

9/1/2005 - Visita a Roma (S. Pietro, C.S. Angelo, Corso, P. di Spagna).

13/2/2005 - Partecipazione alla gara di poesia Cori-Velletri.

31/7/2005 - Visita a Orvieto e Bolsena.

4/9/2005 - Partecipazione alla gara di poesia "Ulivo d'argento".

12/3/2006 - Partecipazione alla gara di poesia "J'astrichiglio".

30/6/2006 - Visita di Farfa, Rieti, Terminillo.

11/10/2006 - Incontro con le insegnanti di Norma, alle quali viene illustrato lo scopo dell'Associazione e de "Lo Sperone" e regalato il volume "Esperienze personali di insegnamento" del maestro Gino Felci

18/10/2006 - Incontro con oltre 20 insegnanti di Scuola Primaria di Genzano, ai quali viene presentata l'Associazione e il Premio "Goccia d'Oro" e regalato il volume di Gino Felci.

1/11/2006 - a Velletri: incontro con i frequentanti e alcuni docenti dell'Università della III età; vengono illustrati gli intenti dell'Associazione e dato in omaggio il volume "Esperienze personali di insegnamento".

TUTTI GLI ANNI: *In ricordo degli usi degli avi si è ripresa l'usanza del pellegrinaggio alla Madonna di Genazzano: piccola processione tra il luogo di arrivo del pullmann e la chiesa, S. Messa, tempo per la devozione personale, ritorno in tempo per unirsi agli abitanti di R. M. nella chiesetta della Madonnella per la Messa vespertina.*

(Continua...)



FRUTTAMARKET

di Emilio Mariani

**FRESCHEZZA DEI PRODOTTI
E CORTESIA ...DAL 1985**

Via Achille Grandi, 61 - 04010 GIULIANELLO (LT)

LATIUM FESTIVAL 2015

straordinario successo



Successo per l'edizione 2015 del Latium Word Folkloric Festival - Musiche e Danze del mondo per una cultura della Pace - CIOFF (Conseil International des Organisations de Festivals de Folklore et d'Arts Traditionnels. ONG, Partner Ufficiale dell'UNESCO e presente in circa 100 Paesi del mondo; tutto ciò in un'edizione piena di emozioni e di colori. I tanti turistiche nei quindici giorni della manifestazione sono stati presenti nelle diverse città interessate dal Festival, hanno potuto toccare con mano l'antico culto dell'ospitalità e della tradizione e soprattutto la grande competenza nell'organizzare una manifestazione di questa portata. Con il Patrocinio ufficiale di EXPO Milano 2015, della Commissione Nazionale Italiana per l'UNESCO, della Fondazione "Roffredo Caetani" di Sermoneta, della Regione Lazio, delle Province di Latina, Roma, Rieti e Frosinone, del Comune di Cori, del Comune di Roma e di alcune città del Lazio, quest'importante evento mondiale, ha presentato diverse iniziative culturali e di spettacolo con l'intento di far conoscere la storia, l'arte, le tra-

dizioni, la musica e le danze popolari, i costumi, il paesaggio, l'enogastronomia, l'artigianato tipico, dell'Italia e del mondo.

Una manifestazione il LATIUM FESTIVAL che nel Congresso Generale del CIOFF® mondiale di Parigi del 2012 ottenne l'ambito riconoscimento di «CIOFF® International Festival» e che viene considerata dalla Regione Lazio una delle più importanti manifestazioni del Lazio.

Sei gruppi folklorici internazionali e sei gruppi nazionali ospitati, tredici Comuni del Lazio coinvolti, quattro province interessate, per circa 100.000 spettatori, oltre alla straordinaria opportunità che tutti i gruppi hanno avuto di incontrare Sua Santità Papa Francesco in Vaticano.

Un'edizione da incorniciare quella che dal 25 luglio al 7 agosto 2015 ha incantato migliaia di persone giunte da ogni parte della regione per ammirare le bellezze della kermesse folkloristica mondiale nei diversi Comuni che hanno ospitato gli spettacoli: Cori, Roma, Latina, Aprilia, Bassiano, Sezze, Pomezia, Cisterna, Lariano, Pignone, Paliano, Pescorocchiano e Fondi. Ancora una volta si è cercato di realizzare gli spettacoli in suggestivi scenari storici ed architettonici del territorio per unire alla bellezza dell'evento le suggestioni dei luoghi, nell'ottica di amplificare e far conoscere, soprattutto attraverso i più moderni mezzi di comunicazioni, un patrimonio storico, ricco e significativo, come quello della regione Lazio, da Roma a Cori fino a giungere nell'incantevole Giardino di Ninfa, sorto tra le rovine di una città antica, tra mura, torri, chiese e antichi conventi.

Gli appuntamenti che, anche in quest'edizione hanno continuato a registrare un notevole successo di pubblico, sono stati le serate che oltre allo spettacolo folklorico hanno presentato gli eventi dedicati all'Intercultura. La degustazione di Vini di Eccellenza di Cori, insieme ai prodotti tipici locali

e alle pietanze etniche, è stata certamente una delle attività interessanti dell'edizione 2015 del Festival. Molti esperti appassionati hanno vissuto intensamente ogni momento della degustazione assaporando i diversi prodotti. In particolare la degustazione dei vini è stata un momento di grande concentrazione che ha meritato di essere vissuto intensamente e che ha fatto scoprire le caratteristiche più affascinanti dei vini DOC prodotti dai vitigni autoctoni del territorio di Cori. Presenti per l'occasione le aziende più importanti di Cori, che producono vini di alta qualità e hanno fatto conoscere tali prodotti in tutto il mondo.

Tra le iniziative più interessanti organizzate nel fitto programma del Festival, il concerto "Taranta d'Amore" del noto etnomusicologo Ambrogio Sparagna.

Nell'anno di EXPO Milano 2015 è stata presentata presso la sede di palazzo Riozzi a Cori la mostra "Il Pane e l'Arte" - Mostra di Pani tradizionali dell'Area mediterranea e gioielli realizzati da timbri del pane, a cura dell'Associazione A.R.T.e S.I.A. Tenendo ben presente l'obiettivo indicato nel Tema di EXPO 2015: "Nutrire il Pianeta, energia per la vita" - con la presentazione della Mostra si sono portati in visione al numeroso pubblico, sia italiano che straniero, alcuni pani rituali di cui restano ancora tracce più o meno evidenti nel bacino del Mediterraneo, cercando di suscitare attenzione e interesse intorno a questo ricco patrimonio culturale che rischia di perdersi definitivamente. Nella Mostra sono stati presentati anche i dolci tradizionali del territorio di Cori.

Un Festival intenso, partecipato, che ha riempito di gente le piazze e i vicoli dei centri storici delle città interessate, ogni sera per un successo straordinario.

Quest'anno ad esibirsi sono stati i gruppi: Compagnia de Danza "Orkéseos" di Bogotà - COLOMBIA; il Fei - Yang Folk Dance Group della

città di Tainan - CHINESE TAIPEI; il Gran Ballet Argentino di Cordoba - ARGENTINA; il Folklore Dance Ensemble "ZHAR" della città di Sofia - BULGARIA; il Folk Song and Dance Ensemble dell'Università di Varsavia "WARSZAWIANKA" - POLONIA; il "Gorytsvit" Folk Dance Ensemble di Leopoli - UKRAINA e il Gruppo Folkloristico "Gazzara" di Caltavuturo - SICILIA.

Meritevoli sono state anche le esibizioni dei diversi e bravissimi gruppi folklorici locali. Un mix di culture unico, esibizioni da brividi, una festa di musiche e colori. Grande la soddisfazione degli organizzatori e delle autorità locali e territoriali, in particolare del Sindaco Tommaso Conti e

della Presidente della Provincia di Latina Eleonora Della Penna, entrambi presenti sul palcoscenico di "Pozzo Dorico" nella serata conclusiva del Festival. Un successo decretato dalla eccezionale presenza di pubblico e certamente anche dal suo evidente apprezzamento e dal suo affetto. Risultati importanti ottenuti grazie alla determinazione e all'impegno dell'Amministrazione comunale di Cori ma anche e in modo determinante dovuti all'impegno di tanti volontari e dello staff organizzativo, staff che è già al lavoro per l'edizione celebrativa del 2016 che porterà a Cori e in tutta la regione straordinari



e inediti gruppi folklorici provenienti da tutti i continenti.

(foto di Edoardo Alessi)

Tommaso Ducci
(Uff. Stampa Latium Festival)

A Cori il seminario tecnico del Capol



Venerdì 25 Settembre 2015, alle ore 16:00, nell'affascinante cornice dell'ottocentesco Casale Stozza-Agriturismo Cincinnato, si è tenuto il seminario tecnico "Tecnologie di lavorazione delle olive in frantoio. Rese di estrazione e qualità dell'olio". Questo convegno ha riguardato le buone prassi per la produzione di olio extravergine di oliva di qualità ed è stato organizzato dall'Associazione CAPOL (Centro Assaggiatori produzioni Olivicole di Latina) con la partecipazione dell'ASPOL (Associazione Provinciale Produttori Olivicoli di Latina) e della Cooperativa Agricola Cincinnato. Alle porte dell'imminente nuova campagna olearia, questa è stata un'occasione di confronto ed arricchimento per gli operatori del territorio che investono sul miglioramento del prodotto finale, la cui qualità è fortemente influenzata dalla tecnologia di trasformazione. Numerosi studi e ricerche confermano che il momento della trasformazione può incidere per

circa il 60% sulla qualità del prodotto. La qualità dell'olio extra vergine d'oliva la fa non solo l'oliva, ma anche il frantoio. Se l'impatto della varietà è determinante nel dare l'impronta organolettica e chimica dell'extra vergine, la tecnologia può allo stesso modo fare molto per modificare il profilo dell'olio, rendendolo più armonico o più aggressivo. Nel corso dell'incontro si è proceduto alla consegna degli attestati (formazione di 2° livello) ai nuovi assaggiatori CAPOL che permetteranno loro di iscriversi all'Elenco nazionale dei tecnici ed esperti assaggiatori di oli di oliva vergine. A seguire, c'è stata una cena a tema "La disfida: Itrana contro la Tonda iblea". Per la cronaca l'Itrana ha vinto in modo netto.

(M.C.)

- LABORATORIO GALENICO
- FITOTERAPIA
- OMEOPATIA
- AUTOANALISI DEL SANGUE
- HOLTER PRESSORIO E CARDIACO
- CONVENZIONI ASL
- FORNITURE PER DISABILI
- SERVIZIO RECUP
- MISURAZIONE PRESSIONE GRATUITA



Farmacia San Giuliano
Dottori Montecuollo

- NOLEGGIO TIRALATTE
- PRODOTTI PER L'INFANZIA
- TRIO FASCIATOI, LETTINI E CARROZZINE
- CORSI PRE-PARTO
- ALIMENTI PER CELIACI
- ALIMENTI APROTEICI
- INTEGRATORI PER LO SPORT
- INTOLLERANZE ALIMENTARI
- LISTA NASCITA E BATTESIMO
- VETERINARIA

chicco

FISSAN

PepiPerego

Inglesina

Mustela

FORBAPEDRETTI

osmin

STOKKE

brevi

cam

TREDESA

AVELIT

Pali

MAM

GIULIANELLO (LT) TEL. 06 9664000

LINGUA E LINGUACCIA

Piccola rubrica del professor Mario Rinaldi sulle più importanti regole per parlare e scrivere correttamente la nostra lingua

Con Dante si impara sempre

Nel viaggio infernale Dante e Virgilio sono nel cerchio VIII e dalla VII bolgia devono passare alla VII. Il demonio Malacoda aveva indicato loro il punto dove sarebbe stato più facile il passaggio (Inf., XXI, 109-111). Appena giunti là Virgilio si accorge della menzogna del demonio. I due devono arrampicarsi faticosamente e Dante, appena arrivato in cima, stanco, si mette a sedere. Virgilio lo sprona a riprendere il cammino: “Omai conven che tu così ti spoltre” (ti spoltrisca) - disse il maestro, “che seggendo in piuma - in fama non si vien né sotto coltre - senza la qual (fama) chi sua vita consuma - cotal vestigio in terra lascia, - qual fummo (fumo) in aere e in acqua la schiuma” (Inf. XXIV, 46-51).

L'invito di Virgilio è sempre attuale, perché chi si lascia vincere dalla pigrizia, dalla poltroneria, è difficile che nella sua vita faccia qualcosa di buono e goda della stima altrui. Bello l'esempio di ciò che lasciano il fumo e la schiuma. Dante ascolta l'invito e riprende il cammino facendosi forza più di quanto può e dice “Va', ch'i' son forte e ardito” (verso 60).

I due attraversano l'VIII bolgia dove sono puniti i ladri. Gli incontri che il Poeta fa con dei ladri fiorentini gli suggeriscono contro Firenze una dura invettiva nella quale esprime lo sdegno, ma anche il grande amore per l'amata città in cui non tornerà più: “Godi, Fiorenza, poi che sei sì grande - che per terra e per mare batti l'ali - e per lo inferno tuo nome si spande!” (Inf. XXVI, 1-3).

Nella bolgia VIII sono puniti i consiglieri fraudolenti che ingannarono gli altri con la lingua aguzza e ora sono avvolti da fiamme aguzze e mobili. È la punizione del cattivo uso dell'ingegno adoperato per conseguire, con la frode, vantaggi particolari. Una fiamma, divisa dall'apice in due, attira l'attenzione di Dante.

Virgilio gli dice che vi sono racchiuse

le anime di Ulisse e di Diomede che espiano l'inganno del Cavallo di Troia e di altre azioni fraudolente. Per soddisfare il desiderio di Dante invita Ulisse a narrare quale fu la fine della sua vita. L'eroe greco racconta la sua ultima impresa: invece di restare in Itaca con la famiglia, con i compagni “vecchi e tardi” (lenti), intraprende un viaggio “per divenire del mondo esperto”. Arrivato alle Colonne d'Ercole (Gibilterra) rivolge loro un breve discorso che conclude dicendo: “Considerate la vostra semenza (origine) - fatti non foste a viver come bruti - ma per seguir virtute e canascenza” (Inf, XXVI, 118-120). Questi versi sono anche per noi uno sprone ad approfondire le nostre conoscenze. Conoscere costituisce sempre un arricchimento per tutti, giovani e vecchi, ma soprattutto i primi è bene che abbiano un desiderio illimitato di apprendere sempre di più.

Nella nona bolgia sono puniti i seminatori di discordia: in vita divisero le persone suscitando *discordie, vendette, odio e per contrappasso li sono dilaniati, mutilati*. Un dannato, per sollecitare l'uccisione di un fiorentino, disse una frase che anche noi talora diciamo, però non con quello scopo e Dante, per l'esigenza della rima, la fa dire diversamente: “Capo ha cosa fatta” (Inf. XXVIII, 107).

Il Poeta poi vede avanzare un tronco umano che portava, tenendolo per i capelli, con la mano, il proprio capo come se fosse una lanterna. Si tratta di Bertram dal Bornio che stimolò Enrico

III di Inghilterra a ribellarsi al padre che lo aveva associato al trono; è la pena del contrappasso: causò divisione e ora il suo capo è diviso dal corpo.

Vedendo questa scena orrenda, il Poeta dice che avrebbe paura di raccontarla, perché vista solo da lui, non sarebbe creduto, ma aggiunge: “Se non che coscienza m'assicura - la buona compagnia che l'uom francheggia - sotto l'asbergo di sentirsi pura” (Inf. XXVIII, 115-117); lo rende sicuro la coscienza, valida compagnia che dà coraggio a ogni uomo, perché gli offre la difesa di sentirsi senza colpa. Anche ogni individuo che segue ciò che gli suggerisce la coscienza non deve avere alcun timore di dire cose che possono essere non gradite.

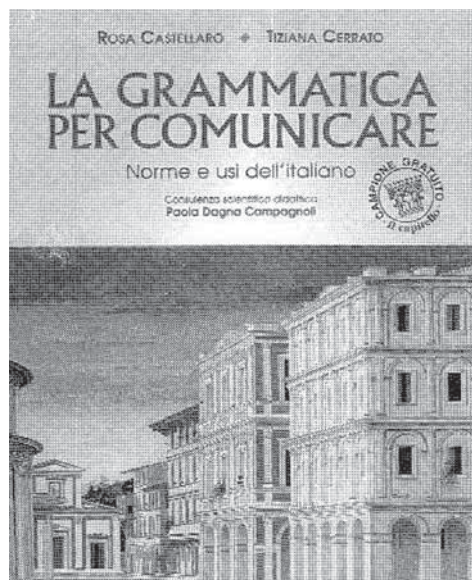
Dante è arrivato al nono cerchio diviso in quattro zone in cui sono puniti i traditori dei parenti, della patria, degli amici e degli ospiti, dei benefattori.

Il canto trentesimo terzo è un dei più famosi della Commedia: più della metà del canto (90 versi) ha per argomento la storia del conte Ugolino della Gherardesca e della sua fine. Nel 1288 i ghibellini guidati dall'arcivescovo Ruggieri insorsero e Ugolino, accusato di tradimento, fu rinchiuso in una torre con due figli e due nipoti e dopo pochi mesi tutti e cinque furono lasciati morire di fame. È probabile che Dante abbia sentito parlare di questo triste avvenimento.

I versi 79-90 sono una violenta invettiva contro Pisa, di cui il Poeta invoca l'allagamento perché, se il conte Ugolino aveva colpe, non ne avevano i figli e i nipoti poiché la loro giovane età li rendeva innocenti.

Nell'ultimo canto Dante indica come sono puniti Giuda, Bruto e Cassio divorati dalle tre bocche di Lucifero. Partendo dal centro della terra attraverso uno stretto passaggio, che il Poeta chiama “natural burella”, egli con Virgilio inizia il cammino della risalita e giunto alla fine, dopo tutto il travaglio infernale esprime la sua gioia nell'ultimo verso (139) “e quindi uscimmo a riveder le stelle”.

Mario Rinaldi



Ricordo di Costanzo (*Messio*) Lucarelli



Anche questo mese ai nostri lettori dobbiamo dare la triste notizia della morte di un altro rocchigiano.

Lo scorso 19 settembre all'età di 76 anni, nella propria abitazione di via di Cori, è morto Costanzo Lucarelli che in paese tutti chiamavamo *Messio*.

Purtroppo *Messio* all'appuntamento

con la morte è arrivato dopo un lungo periodo di sofferenze; era quasi un anno che stava combattendo con grande forza d'animo contro il male che alla fine lo ha sopraffatto.

Messio era molto conosciuto non solo in paese ma anche al di fuori di esso per il mestiere che ha esercitato per tanti anni: quello di muratore.

Ha cominciato dal nulla creando prima una piccola ditta che lavorava quasi esclusivamente in paese e nel circondario e poi, anche in società con altre ditte, ha lavorato anche fuori zona soprattutto a Roma.

Ultimamente era tornato a lavorare in paese e veniva chiamato da molti perché *Messio* era dotato di spirito di iniziativa e piuttosto ingegnoso: si intendeva un po' di idraulica, un po' di elettricità, armeggiava con motoseghe, taglia erba...; nel suo garage si potevano trovare un'infinità di arnesi.

Oltre che per il suo lavoro *Messio* si

è fatto ricordare anche per la disponibilità e collaborazione nelle varie iniziative che si prendevano in paese.

Ha fatto parte di alcuni comitati di festeggiamenti, ha collaborato con la Proloco e da quando è stata costituita l'associazione "La castagna di Rocca Massima" è stato sempre fra i membri più attivi. In occasione della sagra dei marroni lo ricordiamo tutti con fil di ferro, pinze, cavetti elettrici e ogni altro arnese indaffarato in giro per gli Alberetti a montare pannelli, gazebo, lampade...

La tanta gente che ha partecipato al suo funerale è una chiara testimonianza che in paese ha lasciato un buon ricordo di sé. Naturalmente la sua scomparsa ha lasciato il vuoto più grande nella sua famiglia alla quale va tutto il nostro cordoglio; abbracciamo con affetto la moglie Giuseppina e le figlie Teresa e Fiorella unitamente alle loro famiglie.



“I SENTIERI DELLA MEMORIA”

Collana dei libri editi dall'Associazione "Mons. G. Centra"

Il volume di Anna Tomei "ROCCA MASSIMA - Costumi e parole" è stato bene accolto da lettori, non solo di Rocca Massima. Già si parla di altro materiale da far conoscere. Anche la Banca Popolare del Lazio si è congratulata con l'Autrice e le ha inviato un aiuto per la stampa. L'Autrice desidera ringraziare pubblicamente.

Si comunica che chi volesse acquistare il libro (euro 5,00) per contribuire alle spese di stampa può rivolgersi all'Associazione "Mons. G. Centra" chiedendone una copia alla signora Raluca presso la chiesetta della Madonna negli orari di apertura oppure direttamente ai membri dell'Associazione che provvederanno a recapitarlo.

APPALTRICE ASL RM4h

Palombelli

Agenzia funebre
Lariano - Giulianello
tel. 06.964.81.20

SERVIZI FUNEBRI
(nazionali ed internazionali)
OPERAZIONI CIMITERIALI
CORONE E CUSCINI
(con consegna in tutta Italia)
ACCESSORI PER LAPIDI - LAPIDI

Giulianello: via V. Emanuele II, 26
Lariano: via Trilussa, 10

Web site: www.palombelli.it
E-mail: info@palombelli.it

E-mail: info@palombelli.it * Web site: www.palombelli.it

“GIUSEPPE LA GIOIA”

(Dialecto di Cori) - Ricordo e ammirazione per il padre, anche dopo molti anni

Me te ricordo così bene e tanto
e non te pozzo scordare troppo;
sempre ciarliero, sempre scherzoso,
sempre gioioso e mai 'ngrumato.

Me te ricordo co' chio sumereglio
che ivi scherzenno e buffonno
co' tutta la gente ch'era d'intorno;
allegro dicivi: “Buon giorno pe' n'anno”.

Te tegno presente con pippa n' mocca
che la riempivi de recchiole bbone
e tra na barzulletta e na risata
te gustivi e assaporavi la fumata.

E usivi esca e acciarino
e respirivi chiglio profumino
de chiglio fugno che se consumeva
e po' dicivi: “Sinti comm'addora?”

E quando ivi co' chigl' asineglio
e te rizzivi sempre alle quattro
pe itte a buscà chii scarsi sordi
pe n'fa mancà pane e cauzzonotti.

Te recurdi quando iemo a live
ca la notte era tirato vento?
“Su mbarché, sbricate ca azzardimo
ca san Cremente non sta imbruttito”.

Che beglio ricordo co nostalgia
quando recazzo stevo pe la via
e pe lavorà 'n potevo fa gnente,
me dicivi: “N' te la piglià pignente,

ca quacheduno certo se morarà
e puro pe' ti quaccosa nnesciarà,
po' de lavoro sicuro se trovarà,
pe sistematte senza i a rubbà.

Quanti tribolamenti e sacrifici
pe facci ranni e mannacci a scola
e pe procuracci lo necessario
co scarpette e sillabario.

Comme iri curioso e simpatico
quando qualcheduno te domanneva:
“Pecché, Giusè, te dicenno ‘la gioia?’
Tu co' ingenuità : “Pecché so beglio”

E quando neputeti arrivvenno,
le mattine i portivi a spasso,
co na benevolenza e tenerezza
cogl' ammore e bene che ci volivi.

E appena nescivi pe la via
a tutti ddoa subito domannivi:
“Ddo oimo i oi a passiggia?”

E 'ndo dicevano issi i portivi.

E gli guardivi e accarezzivi
e co gl'occhi te i magnivi;
tu assiso co la pippa n' mocca

e issi tutti ddoa a pazzià.
Chell'ara steva ancora pe la via,
era la meglio che stivi a spettà
pe io nome che teneva da portà
e chiglio de Nanni' remaso 'nparte.

Me te ricordo quando me parlivi
dei pericoli ch'iri 'n guerra passati
e alla morte sempre immaginivi
m'aglio “Zoccorso” te raccomandnivi.

Ie te seguevo con commozione
ma tu senza fine me raccontivi
de chio trincerone frascarolo
che gl'abitasti pe misi interi.

Me dicivi dei tanti attacchi
che iri tenuti co i nemici te'
e coi lagrimuni me parlivi
pecché' tra mille sulo tu te sarvivi.

Poiché la Madonna t'era vicino
e te proteggeva contro lo foco
che te passava sopra aglio capo,
non te voleva fatte morì lontano.

E mo de io trincerone frascarolo
si remasto tra pochi difensori
ma denno prova de io ranne valore,
senza sapello sì vero eroe.

Quando te mettisti 'ncima glio letto,
ca gl'anni te stivi pe terminà
me dicisti co tanto sentimento:
“Ie me ne vaglio ma tu non me scordà!”.

Ie te so uo sempre bene,
so lavorato e me so sacrificato
pe educatte e mannatte a scola
perché pe me tu si 'na cosa sola.

E co le lacrime ie te sentevo
e tu me dicisti: “Fa sempre i' onesto
sempre io bono e 'nt' approfittà
ca n' paradiso c'imo da rencontrà”.

Po i' occhi chiudisti co serenità
t'aggiustisti e te mettesti 'n posa
e me lassisti co la mani stretta
e taddormisti co mi a lacremà.

E quando vegno a camposanto
te porto fiuri, te vegno a trovà,
a chelle parole penso sempre
e chii consigli non pozzo scordà.

Mo reposa tranquillo e n' pace,
aglio silenzio glio paese gli morti
ma spettaci contento e sicuro
ca 'nzuni co ti tenimo da venì.

Marcello Marafini

La Rocca

Via Colle Gorgone, 84
04010 - Rocca Massima (LT)
www.olivelarocca.it
e-mail: info@olivelarocca.it
tel. 06-96620043



“TURISTA IN ITALIA”



Ho passato i primi giorni di agosto con molta felicità, difatti ho avuto modo di visitare dei luoghi importanti perché vi sono nati e vissuti dei santi ed altri molto famosi per la loro bellezza. Un luogo molto importante per me è stato S. Giovanni Rotondo, dove sono nata e dove è vissuto per molto tempo Padre Pio che la chiesa ha dichiarato santo. A Pietrelcina ho potuto vedere anche i luoghi dove è nato e dove abitava padre Pio, il fratello e i suoi genitori: si tratta di stanze molto piccole per dormire, più la cucina.

In una chiesetta vicina a Pietrelcina è custodito un albero, accanto al quale pregava padre Pio; poi nella chiesetta abbiamo seguito la “Via Crucis”, che riguarda episodi dolorosi della vita di

Gesù. Dopo pranzo ci siamo diretti verso S. Giovanni Rotondo, dove abbiamo alloggiato all’hotel “La Perla del Gargano”; dopo che ci è stato assegnato il posto, siamo andati subito a cena e poi, con la navetta, siamo andati al “Museo delle cere”, dove abbiamo potuto ammirare le tappe più importanti della vita di P. Pio, riprodotte con statue in cera.

Il mattino seguente siamo andati al Gargano a visitare la famosa “grotta” di S. Michele Arcangelo, con la guida che ci ha spiegato le apparizioni di S. Michele, i vari altari e tutto ciò che riguarda la chiesa; abbiamo partecipato alla Messa e dopo siamo tornati subito all’hotel “Perla..”.

Per il pomeriggio si poteva scegliere tra la visita al “miracolo del vetro e dell’acqua” e la meravigliosa chiesa nuova dedicata a Padre Pio. Io ho visitato tutte e due le cose. La chiesa è molto moderna, bella e anche ricca, ed è stata costruita con le offerte dei fedeli. La storia del “vetro miracolato” raccontata con un “video” ci dice che un giorno le suore di un convento non tanto vicino, andarono a Messa nella chiesa nuova di P. Pio, ma chiusero il loro convento dimenticando le chiavi den-

tro e così, tornate a casa, non potevano rientrare; pregarono l’autista di arrampicarsi, rompere il vetro della finestrella del bagno e andare ad aprire il portone da dentro. Così fece, ma quando le suore lo pregarono di mettere qualcosa per chiudere la finestra, egli trovò nella stanzetta una luce accecante e il vetro risanato e scoppiò a piangere. Tutti poterono constatare quello che egli diceva. Si dice che un malato di cancro fu guarito perché gli fecero bere l’acqua che andava al lavandino di quel bagno e i giorni seguenti i medici scoprirono che non aveva più nulla. Si gridò subito al miracolo.

Dopo la cena della lunga giornata abbiamo partecipato alla fiaccolata della “Chiesa Vecchia”; il giorno seguente abbiamo partecipato alla “Via Crucis” e, con una guida, abbiamo visitato l’ospedale costruito da Padre Pio, abbiamo partecipato alla S. Messa e, subito dopo pranzo, siamo ripartiti per tornare a casa. Ci siamo fermati solo alla chiesa della Madonna Addolorata. Ringrazio l’organizzazione del pellegrinaggio: ci ha fatto passare tre magnifici giorni. Grazie a tutti!

Erica Quadrotta

LE RICETTE DELLA MASSAIA

Torta della Savoia

Ingredienti:

50 gr di amido di mais / 150 gr di zucchero semolato / 4 uova / 1 limone non trattato / zucchero a velo / sale / 50 gr di farina

Preparazione:

Sgusciate le uova e separate gli albumi dai tuorli. Montate questi ultimi con lo zucchero semolato, un pizzico di sale e la scorza grattugiata del limone per una decina di minuti con la frusta elettrica, finché risulteranno ben gonfi e spumosi. Incorporate gradualmente la farina e l’amido di mais setacciati insieme, mescolando e facendo molta attenzione a non formare grumi. Montate gli albumi con 2-3 gocce di succo di limone a neve ben ferma con la frusta elettrica.

Aggiungete gli albumi al composto di tuorli e farina, pochi per volta a cucchiaiate, mescolando con una spatola con un movimento delicato dal basso verso l’alto.

Versate il composto in uno stampo (circa 20-22 cm) foderato con carta forno bagnata e strizzata.

Spolverizzate la superficie con abbondante zucchero a velo, fate riposare 2 minuti, poi infornate a 180° per circa 30-35 minuti con forno preriscaldato. Fate raffreddare, sformate e servite, se vi piace accompagnando con panna semimontata, non zuccherata.



Antonella Cirino

**EDITRICE ASSOC. CULTURALE
"MONS. GIUSEPPE CENTRA"**
Piazzetta della Madonnella, 1
04010 Rocca Massima (LT)



www.associazionecentra.it
E-mail: info@associazionecentra.it
Tel. **06.96699010**
C.F. **91056160590**

Direttore Responsabile:
Virginio Mattocchia

Responsabili
Redazione, Sviluppo e Diffusione:
Aurelio Alessandroni
Remo Del Ferraro
Enrico Mattocchia

**Questo numero è stato inviato
in tipografia per la stampa
30 SETTEMBRE 2015**

ISCRIZIONE AL N° 1017 DEL 15 / 01 / 2002
DEL REGISTRO NAZIONALE DELLA STAMPA
DEL TRIBUNALE DI LATINA

Stampa: Nuova Grafica 87 srl
Via del Tavolato, 2597 - Pontinia (LT)
Tel. 0773.86227

*Questo numero è stampato in 1.500 copie
e distribuito gratuitamente*
I manoscritti anche se non pubblicati non si restituiscono

La testata de "Lo Sperone" si riserva il pieno ed esclusivo diritto di pubblicazione e stampa a propria insindacabile discrezione senza alcun preavviso né autorizzazione. La collaborazione, a qualsiasi livello e sotto qualsiasi forma, è gratuita salvo esplicito e scritto diverso accordo. Manoscritti, foto ed altro anche se non pubblicati non si restituiscono. Riproduzioni e citazioni sono lecite, purché si citi, espressamente e in forma completa la fonte, autore dell'articolo, titolo dell'articolo, numero, data e pagina della testata.

COME AFFRONTI LO STRESS?

Impariamo a conoscere il nostro livello di stress rispondendo alle domande di questo test-gioco.

1 - Al lavoro ti chiedono delle ore aggiuntive rispetto al consueto orario. Pensi:

A) Se bisogna farle, mi adeguo B) Chiedo motivazioni e chiarimenti C) Spero in una promozione o aumento del salario D) Mi innervosisco solo all'idea.

2 - In famiglia ultimamente si litiga spesso

A) Bisogna avere pazienza B) Cerco di comprendere cosa sta succedendo C) Sono momenti che poi passano D) Evito di stare a casa

3 - Durante la notte riposi

A) A volte bene, a volte male B) Abbastanza bene, potrebbe andar meglio con qualche accorgimento C) Be, fra due guanciali D) Male, vorrei dormire di più e sentirmi meno stanco

4 - Ti senti agitato/nervoso. Che fai?

A) Resisto, vado avanti B) Provo una camomilla o tisana che possono aiutarmi C) Un bagno rilassante e passa tutto D) Chiedo al dottore un tranquillante, non ce la faccio più

5 - La tua alimentazione è:

A) Mangio ciò che trovo in frigo o a mensa/lavoro B) Nel complesso abbastanza corretta e variata C) Ricca di pietanze che soddisfano il palato D) Con eccessi, a volte abbuffate a volte salto i pasti

6 - Nel tempo libero cosa fai?

A) Mi riposo B) Cinema, libri, qualche amico C) Tutto ciò che mi piace D) Praticamente non ho tempo libero

7 - Qual è il tuo ritmo durante la giornata?

Più o meno veloce a seconda degli impegni B) Cerco di mantenere un ritmo abbastanza tranquillo, concedendomi qualche pausa C) Tranquillo D) Accelerato

Maggioranza di risposte A: PASSIVO Tendi ad assorbire lo stress senza porre molta resistenza, ti adegui, ma spesso rinunciando a trovare delle soluzioni più utili che potrebbero aiutarti a stare meglio. Sopporti situazioni anche poco gradevoli con il rischio di accumulare molta tensione a danno del tuo benessere generale. Prova ad avere un atteggiamento più attivo e consapevole che tenga conto delle tue reali risorse e dei tuoi bisogni.

Maggioranza di risposte B: ATTIVO Conosci le tue risorse e necessità, pertanto sei attento a monitorare la quota di stress in arrivo. Ti adatti alle diverse situazioni cercando le soluzioni per te più adeguate. Gestisci con efficacia i momenti critici e sai concederti pause e attività che possano aiutarti a ricaricare le energie.

Maggioranza di risposte C: OTTIMISTA Sei una persona ottimista e positiva che affronta le situazioni con entusiasmo. Rispondi allo stress in maniera efficace, non perdendoti d'animo. Gli ostacoli sono stimoli per migliorare, sai concederti piaceri e attività gradevoli che ti fanno stare bene. Il tuo entusiasmo può essere scambiato a volte per superficialità, in realtà sei ottimista e fiducioso verso la vita.

Maggioranza di risposte D: RESISTENTE Accumuli spesso tanto stress e fatichi a rispondere in maniera adeguata. Ti opponi in maniera molto forte a ciò che non gradisci, oppure tendi ad evitare del tutto certe situazioni che potrebbero infastidirti. Hai poca fiducia nelle tue capacità di reagire e ti lasci trasportare dal vortice degli impegni o delle preoccupazioni. Impara a rilassarti di più e ad avere maggiore sicurezza in te stesso, ne avrai subito beneficio.

Dott.ssa Nicoletta Agozzino - Psicologa Psicoterapeuta
info@psicologia-agozzino.com • www.psicologia-agozzino.com

**SERVIAMO FRESCHEZZA
DA PIÙ
DI UN SECOLO.**

CUOMO
dal 1910

OGNI MATTINO DALL'AGRO PONTINO

www.mozzarellecuomo.it
info@cuomolatticini.it

**OGNI MATTINO
DALL'AGRO PONTINO**

Sede e stabilimento di:
Via delle Scienze, 6 - 04011 Aprilia
Tel. 06 928 62 91
Fax 06 928 62 91 20