

centopercento

ROCCHETTE

- Annuale dell'Associazione Onlus "CentoXcentoRocchette" -
Anno 2006 - Numero 4

L'immagine della Madonna che protegge il borgo di Rocchette accompagna la nostra festa, quest'anno in modo più figurato, su questo giornale e sui manifesti. La sua mano stesa sopra le case offre, specie a chi crede, una sensazione di maggiore serenità e può aiutare a guardare il mondo con un po' più di ottimismo.

Questo, comunque, è il miglior augurio che possiamo fare ai rocchettani, agli amici vicini e anche a tutta la gente lontana, specialmente in questo momento, ancora una volta tormentato da incomprensioni, lotte, bombe e morti.

Da questa piccola pubblicazione annuale, dal nostro piccolissimo mondo, anche noi possiamo inviare il richiamo al confronto, al dialogo e alla tolleranza. Sebbene la tolleranza sia la via maestra per una convivenza pacifica, sappiamo tutti quanto poco, in realtà, sia praticata dai popoli, da chi governa e anche dalle singole persone. Ognuno di noi conosce le difficoltà di comprendere ed accettare, talvolta, un estraneo, un vicino di casa, un amico o magari un familiare. Naturalmente è ancora più difficile comprendere i comportamenti di persone che vengono da lontano, hanno radici ed abitudini diverse e magari sono dalla parte del torto perché non rispettano regole e comportamenti di chi li ospita.

Tuttavia, più tolleranza in ognuno di noi ("nella base", come si dice) potrebbe forse contribuire a crearne di più anche in chi ha il potere e prende le decisioni importanti. L'Italia sta vivendo un nuovo periodo di intenso cambiamento sociale, verso



una società sempre più multietnica. Sarebbe inutile e miope non accettarne i cambiamenti che ne derivano. Del resto, ci sono nel mondo problemi più grandi e complessi nei confronti dei quali la tolleranza, il

confronto e il dialogo purtroppo non bastano. Parliamo, ovviamente, del conflitto israelo-palestinese e dell'espandersi del "mondo" islamico, che solo apparentemente sono lontani e non ci riguar-

dano.

La nostra bella Madonna di Rocchette, che stende la sua mano sul paese e su di noi, allarghi la sua protezione, lei che può, anche su chi è lontano e soffre come e più di noi.

TANTE CANDELE PER LA FESTA DI MARIA VERGINE

La luce delle candele è il segno della fede accesa in ognuno di noi

Nelle processioni, la pietà, la gioia, l'affezione, il canto, la lode, la devozione ... i sentimenti tutti di un popolo verso Gesù, Maria sua Madre, ed i Santi hanno trovato modo di esprimersi come preghiera e come testimonianza pubblica di fede.

Anche Rocchette, pur essendo una piccola frazione, vive la sua fede e rende la sua pubblica testimonianza in occasione del Corpus Domini, di Sant'Antonio Abate, di San Sebastiano e poi verso Maria Santissima, al termine del mese mariano ed in occasione della Sua natività.

La più sentita e la più solenne è la processione che si svolge la prima o la seconda domenica di settembre, in occasione della natività di Maria Vergine.

In questa domenica, la piccola frazione di Rocchette si illumina ed acquista nuova vita vedendo numerosi fedeli unirsi alla preghiera ed alla lode dei "rocchettani" che, residenti e non, si ritrovano intorno a Maria Vergine per festeggiarne la nascita.

La gioia vissuta e testimoniata dai "rocchettani" in questo giorno, attinge, partecipa, testimonia e trasmette la fede, l'amore e la devozione non solo dei presenti, ma di tutte le generazioni passate che hanno reso omaggio a Maria Santissima nel giorno della sua nascita. Così tutto il paese è unito nella preghiera ognuno ben attento a rispettare il suo compito. Uomini, donne, anziani, ragazzi e bambini:

tutti hanno motivo e possibilità di pregare, ed esprimere pubblicamente il loro affetto, la loro devozione e gratitudine a Maria Santissima.

Le vie del Paese vengono illuminate appositamente per la processione così come gli angoli più caratteristici di Rocchette. I davanzali, appositamente addobbati con drappi e luminarie, rendono omaggio alla statua della Ma-



GHIRLANDAIO 1485. NASCITA DELLA VERGINE

donna che a spalla viene condotta sotto i loro sguardi. Ogni gesto è insieme preghiera e testimonianza di fede.

Le benedizioni solenni, che si susseguono nel percorso della processione, effondono la paternità amorosa di Dio sui presenti ed ottengono quei beni spirituali e, talvolta anche materiali, in coloro che le accolgono con fede, con fiducia nella bontà divina, con il desiderio di amare Dio e quindi con opposizione ai peccati, anche quelli veniali. Quando queste disposizioni mancano del

tutto, gli effetti sia spirituali, sia materiali, non si verificano, in tutto o in parte.

Ciononostante, la misericordia di Dio, che è infinita, spesso concede favori spirituali anche a coloro che vivono in peccato mortale, ma conservano nel cuore una certa amarezza ed un certo desiderio di volersi emendare o riconciliare secondo la Santa volontà di Dio stesso.

Il mio invito, è che ognuno confessi i propri peccati e riceva bene la Santa Comunione nei giorni precedenti la processione.

L'ordine della processione è garantito dal mazziere: apre il crocifero (colui che porta la croce) e chiude il popolo dei fedeli. Ciascuno dovrebbe portare una candela accesa in mano. Questo sembra dire che la fede del popolo non è la fede della massa indistinta, ma è la fede della persona che riconosce, ama e segue Gesù. La propria candela accesa è domanda e segno di quella fede che Maria, la mamma di Gesù, accende ed illumina in ognuno; e così trasfigura anche il paese. Ogni singola candela contribuisce alla spettacolare illuminazione del paese rendendolo più bello, unico. Questa luce, però, non è nulla in confronto a quella che irradia al volto un cuore reso puro dalla misericordia di Dio e rinnovato dalla presenza di Gesù ricevuto sacramentalmente nella Comunione.

IL PARROCO

UNDICESIMO APPUNTAMENTO

Ancora una volta la festa dello scorso anno ha ribadito la più che decennale formula che ha scandito le manifestazioni degli anni passati. Gli spettacoli di Alessio Avitabile, Raul Maiuli e Antonino hanno riscosso consensi e successi, sostenuti anche da serate miti e meteorologicamente serene. Solita suggestione e incanto sia per la processione che per lo spettacolo pirotecnico, mentre la Fiat Seicento della lotteria di beneficenza è stata vinta da Ilaria Bernocchi.

Quest'anno gli spettacoli avranno come protagonisti Gianluca Ansanelli, Emilio Pitzalis e il simpatico "Filippino" di Zelig Circus: Marco Marzocca.

Lo stand gastronomico sarà a disposizione degli avventori con la solita gentilezza e genuinità, arricchito di nuovi piatti anche di tradizioni e culture diverse. Inutile parlare della consueta quanto confermata magia indotta dalla processione e dai fuochi d'artificio, supportata da una sempre più attenta organizzazione e da un crescente impegno.

La festa 100% Rocchette è giunta alla sua undicesima edizione e forse qualche monotonia e qualche ripetizione cominciano ad essere l'unico difetto di questa manifestazione ormai perfezionata in tutte le sue parti. Abbiamo, forse, bisogno di trovare qualcosa di nuovo, un qualcosa che dia quel valore aggiunto e quell'entusiasmo che ha caratterizzato il nostro inizio, in maniera così evidente ed acclamata, e ci ha spinti fin qui. A fronte dell'organizzazione ormai consolidata, è questo il nostro nuovo impegno.

Quando si smette di crescere si incomincia a morire.

Questa frase lapidaria si adatta ad introdurre un tema che riguarda la nostra festa di quest'anno.

Da tempo si discute sul se, cosa e come introdurre nella festa elementi di novità che siano una "crescita" ma che non contrastino con le esigenze di cassa delle manifestazioni, nonché con gli aspetti che tradizionalmente caratterizzano i nostri festeggiamenti. L'iniziativa che è stata presa è di commissionare un quadro "a soggetto"; vale a dire un dipinto che, simboleggiando la nostra festa, riproduca in modo libero sia la Madonna di Rocchette che il borgo.

L'immagine è stata utilizzata per produrre il manifesto, come tutti hanno visto, mentre il dipinto originale resterà di proprietà del 100% e viene esposto nei giorni di festa.

E' nostra intenzione ripetere l'iniziativa negli anni prossimi. In tal modo verremo a costituire, nel tempo, una raccolta di dipinti, una piccola pinacoteca, che potrebbe (chissà!) costituire un investimento ad alto rendimento e che comunque sarà una qualificata e preziosa testimonianza del nostro cammino e della nostra storia. Siamo partiti con una pittrice giovane, di Calvi dell'Umbria, che ha iniziato da poco il suo percorso artistico: Cristina Guglielmi. Questo ci ha consentito, ovviamente, di realizzare l'iniziativa con risorse compatibili alle nostre disponibilità. Ma nello stesso tempo ci fa piacere offrire un incoraggiamento a chi vuole cimentarsi in questo affascinante campo. La festa di Rocchette potrebbe diventare una "palestra", o magari un "trampolino di lancio" per giovani pittori sabini e non. Tuttavia questo aspetto è ancora da discutere e sarà un indirizzo che prenderemo il prossimo anno, anche alla luce dell'esperienza dell'anno corrente

“FLASH” SULL’EMOZIONE DEL SIGNORE 2006

La notizia mi è arrivata di sabato mattina, del tutto inaspettata, mi avevano scelto per essere il “Signore della Festa” per la Nati-



vità della Madonna.

Non riuscivo a crederci ... io, il Signore della Festa più importante del paese, che onore! Io, un rocchettano “d’adozione” (visto che la rocchettana doc è mia moglie) sono stato investito di una carica tanto importante ed altrettanto ambita da tutti i paesani.

L’emozione più grande è stata quando la sera, dopo la processione, mi hanno consegnato la “mazzetta”; averla in casa è come avere una protezione speciale e sono sicuro che nel momento del passaggio sembrerà che mi manchi qualcosa. Il vuoto che si creerà, verrà però colmato dalla gioia che proverò nell’essere il protagonista dell’evento più importante di Rocchette.

Ringrazio le persone che mi hanno dato l’onore di tutto questo, facendomi sentire uno di loro.

MAURIZIO LUCENTINI

L’ospedale “SAN GIOVANNI BATTISTA” Un’istituzione che dà lustro al nostro territorio

L’ospedale “SAN GIOVANNI BATTISTA” di Torri in Sabina è un centro di ricovero per anziani che accoglie prevalentemente persone residenti in tale comune ma non solo.

L’Ente si identifica nell’OPERA PIA fondata il 28 marzo 1865, nata per amministrare, appunto, questo centro con lo scopo dell’accoglienza e della beneficenza rivolta in particolar modo ai residenti del Comune. L’articolo 1 dello statuto cita: “... l’Opera Pia dell’ospedale eretta ... con testamento del fu Marchese Ciccalotti seguito per Atti del Delfino notaro Capitolino li 21 settembre 1828 ha per fine di distribuire soccorsi ai poveri al domicilio ...” e citando il capo 3 “... siano nativi del comune”.

L’Ente è associato alle IPAB (Istituti Per l’Accoglienza e la Beneficenza), organi pubblici predisposti all’assistenza degli anziani, ora sempre meno frequenti nell’attività sociale in Italia. La sua gestione era demandata all’ECA (Ente Comunale di Assistenza), abolito nel 1978, che aveva un presidente in carica quattro anni ed un consiglio di quattro membri. Dopo l’ECA, l’amministrazione è stata gestita da un commissario unico nominato dal Sindaco.

Attualmente vi sono ricoverati 23 anziani (circa la metà sono residenti). La retta dei residenti è di 562,00 euro e di 670,00 euro per i non residenti. L’Opera Pia affidata alle cure delle suore Salvatoriane, dà lavoro a 12 ragazze.

Va sottolineata, con particolare riguardo, l’opera delle suore che prestano assistenza agli anziani, con amore e dedizione, da oltre cento anni. Da poco, infatti, si è festeggiato il centenario della loro presenza. L’esempio del loro amore e della loro dedizione nei confronti della terza età, troppo spesso bistrattata e sempre meno considerata, rende lustro ed onore al nostro paese.

Il commissario unico attualmente è il sig. Alberico Bernocchi. A lui abbiamo chiesto di illustrare l’attuale situazione amministrativa dell’Opera Pia.

Egli evidenzia una situazione economico-contabile estremamente precaria. L’Ente si finanzia esclusivamente con le proprie risorse: rette (che non sono elevate) e proprietà (derivanti da passati lasciti di persone che gravitavano nell’ambito dell’Opera Pia). I sostegni da parte di Enti Pubblici come Regione, Provincia e Comuni sono irrisori.

Il sig. Bernocchi pone l’accento sull’incremento delle persone ospitate, per poter continuare a sostenere l’organico e mantenere un necessario pareggio di bilancio. Viene evidenziato che un progetto approvato di 101.000,00 euro, per ristrutturare il tetto, manca della necessaria copertura finanziaria; per questo sono state messe in vendita alcune proprietà non redditizie. Ringraziamo il Commissario per la disponibilità accordataci, mentre richiamiamo volentieri l’attenzione di tutti su un problema che è di interesse per tutta la collettività.

RICERCHE DI

TESTO DI **PAOLO DELLA CROCE**
GIANPAOLO MARINELLI E PAOLO DELLA CROCE

POESIA

Questa poesia di Renato Leti, in dialetto montasolino, ha vinto il premio letterario “San Bernardino” di Stimigliano, edizione 2006, nella sezione dialettale. Leti, che è ormai giornalista, scrittore e poeta affermato, raggiunge qui quello straordinario connubio di sapienza letteraria e arguzia di pensiero che erano propri di grandi nomi come Trilussa e Giggi Zanazzo.

BIAGGIU SABBINU

Quaci quaci me candido au Senatu
dicea ghieri fra sé Biaggiu Sabbinu
pure se non so tantu preparatu
so sempre statu furbu e n’trufichinu.
Me racconta chiunu che c’è statu
a scallà ‘lle portrone n’par de vorde
che quanno poi sei elettu deputatu
s’allentanu e se sciogliu tutt’e corde.
Me dicu de nventamme du’ fregnacce
tra quelle che oggi so’ attuali
carvarcà l’onda, n’zomma, e de provacce
dicenno che resorvo tutt’i mali.
‘E strade, ‘a ferrovia, l’occupazione
o l’università che non se scolla
me fau nventà n’idonea soluzione
ma ‘u somaru...se sa che non decolla.
Però l’idee so tante e da sfruttà
e zombo sopr’u mastu d’u potente
penzanno che chiunque va a votà
non ce capisce tantu, pocu o gnente.
E quanno ‘a notte sogno e me reggiro
ne ‘u lettu che me pare tantu strittu
nell’auto blu... già me ce remiro
e chi non sta con me sa da sta sittu.
Coci, mentre u’ gran giurnu s’avvecina
e... “dall’urna uscirà la verità”
Biaggiu Sabbinu frega più de prima
ma predica giustizzia e libbertà!

RENATO LETI

Mauro Petrucci è scomparso, prematuramente, poco tempo fa. Contravvenendo ancora una volta ad un indirizzo che ci siamo dati, desideriamo ricordarlo non tanto per le cariche e l’importanza dei ruoli che ha ricoperto anche nelle amministrazioni



provinciali e regionali, quanto per la sua rocchettanità e il profondo legame che sempre ha sentito verso questo paese. Proprio su questo giornale, nel 2003, pubblicò un piccolo articolo che è una toccante dichiarazione di amore incondizionato verso il luogo dei suoi natali.

La lapide in sua memoria nella cappella di famiglia del cimitero di Rocchette riporta testualmente una parte di quell’articolo. Ed è così che noi lo ricorderemo.

B O M B E S U N A Z A R E T H

di GIANNI CRISTOFANI

Con il disincanto di un sessantenne, o quasi, vissuto in paese in cui la guerra, grazie a Dio, è ormai un lontano ricordo, i conflitti che si accendono di tanto in tanto in varie parti del mondo sembrano più lontani di quanto poi lo sono geograficamente. Fa eccezione a questa rassegnazione psicologica la realtà ebraico-palestinese ed ogni qual volta tuonano le armi in quel territorio non si può non uscire dall'ovattato mondo della nostra tranquillità per essere emotivamente toccati da quel reiterato conflitto bellico visto che il sangue scorre sui luoghi sacri del nostro essere credenti, sul cenacolo della nostra religione. Una bomba che cade su Nazareth, su Betlemme o su Gerusalemme non è un ordigno qualunque, essa va a colpire le fonti storiche del nostro essere cristiani, imbratta di sangue innocente quella terra che accolse il Sangue del Salvatore, del Dio entrato nella storia degli uomini, del Verbo che si fece carne.

Capita così che in quella che avrebbe dovuto essere una tranquilla, per quanto afosa, sera di mezza estate il televisore lascia entrare prepotentemente nelle nostre case quelle immagini che squarciano l'anima e ci portano a fare la scontata considerazione: "non ci sono parole" perché razionalmente una ragione di tanta barbarie non riusciamo a farcela. E' straordinario come improvvisamente un luogo comune possa assumere toni drammatici. Chissà quante volte avremo, ciascuno di noi, ripetuto questo assioma con tutta quella semplicità che spesso segna il tempo della quotidianità. Sì, è vero, cambia il senso come cambia il tono; ma nel nostro caso il "non ci sono parole" assume l'accento grave che si conviene dinnanzi agli sconvolgimenti della storia, questa volta della storia dell'uomo stesso.

L'immagine ci viene, come detto, dalla Terra Santa, dove una striscia luminosa solca il cielo e attira lo sguardo di centinaia di persone che cercano di seguirne il percorso.

Il pensiero corre a quell'evento che oltre duemila anni fa, proprio in quella Terra divenuta perciò Santa, ha invaso la nostra umanità. Un evento che ci ha donato la vita, anzi la certezza della resurrezione per chi con noi condivide l'esperienza cristiana. Un evento che ancora oggi, a

**"occhi
esperti di la-
crime che en-
trano nelle
nostre case"**

distanza di venti secoli, significa gioia, letizia, amore, perdono, condiscendenza e che ripropone quella rinnovata speranza nata proprio nel momento in cui l'occhio di qualche progenitore dell'umanità nuova, prese a seguire la scia luminosa della biblica stella andata a posarsi sulla grotta della Vita nascente a Betlemme. C'era stupore in quegli occhi descritti dall'evangelista, tutt'al più curiosità. C'è terrore negli occhi che seguono le scie luminose mentre solcano oggi il cielo oscuro sopra la Terra Santa. Non sono le scie di stelle comete, non si poseranno su grotte di vita nascente. Sono tracciate da missili e bombe lanciati da un luogo ad un altro della regione un tempo culla dell'umanità rinnovata ed oggi ancora una volta teatro dell'ennesima esplosione dell'odio e della violenza. Non sono foriere di vita, esse portano un messaggio di morte senza guardare in faccia nessuno.

Sono anni che i grandi commentatori continuano a ripetere che è il Medio Oriente un laboratorio prezioso per verificare le coordinate utili a costruire il mondo del domani. Ma se sono quelle disegnate in questi giorni non resta che smarrirsi in quegli occhi esperti di lacrime che puntualmente entrano nelle nostre case mentre seguono la scia luminosa della prossima bomba che sbriciolerà un pezzo del loro futuro. Sino a quando non resterà più nulla. O forse no.

**"Solo un
grande atto
d'amore por-
terà la pace in
quel lembo di
terra"**

Tornano prepotenti alla memoria proprio in momenti come questi le parole pronunciate da Papa Wojtyła a Vilnius dinnanzi alla collina delle Croci, risorte a centinaia ogni qual volta la mano di chi intendeva estirpare Dio dal mondo ne abbatteva una: "L'amore - aveva gridato il Santo Padre - sopravanza comunque l'odio micidiale. Parlo di quell'amore con cui Dio ha amato

il mondo in Cristo Crocifisso e poi risorto".

La speranza, sempre forte nei credenti, si poggia sulle parole profetiche del Papa polacco convinti che come duemila anni fa solo un grande atto d'amore porterà la pace in quel lembo di terra dove vivono i figli di Abramo. Sapranno i "prepotenti" del mondo dare corpo alle nostre speranze? Dio lo voglia.

DALL'AMERICA NERA, DONNE ... MODELLI ... CAMBIAMENTI ... SOGNI

Una riflessione di **MONICA ONORI**

Il potere del mondo racchiuso in una donna. Nei suoi occhi scuri cerchiamo in questi giorni la luce della speranza ... per la fine del conflitto libanese-israeliano. Sono quelli di Condoleezza Rice, la donna scelta dal presidente Bush, come Segretario di Stato americano. Quando ancora prevale - nell'italica terra e non - il modello culturale secondo il quale una donna è *solo* moglie, madre e lavoratrice; che *solo* a lei competono le responsabilità per il lavoro di cura per figli e anziani; che il binomio donna-carriera è ancora vicino all'utopia, i telegiornali immortalano questa figura minuta e decisa, donna e nera, a cui la Storia ha attribuito una missione. Quella del riscatto! Quella della pace!

Già nell'antichità greca si immaginava che le guerre sarebbero cessate se fossero state



le donne e le madri a decidere, profeti e filosofi ne hanno discusso a lungo. Non è automatico certo che mettere donne nei posti abitualmente occupati dagli uomini, implichi dei cambiamenti, perché le donne al potere potrebbero essere altrettanto insensibili alle ragioni del cuore quanto i loro colleghi.

Ma è una sfida che vale la pena affrontare! Dare le stesse opportunità a uomini e donne (e alle minoranze etniche) è un dovere di civiltà, prima di tutto. Prima che dalla speranza di una politica di qualità diversa, nasce da un bisogno di giustizia: i diritti delle donne devono valere quanto quelli degli uomini. Per una politica diversa è indispensabile un incontro tra intelligenza e emozioni, o meglio ancora un'intelligenza delle emozioni", come scriveva un filosofo americano. E' quel modello sublime di essere umano che, se pur si è affacciato qualche volta sulla scena dell'umanità, grazie a uomini e ad *alcune* donne, per molti rimane ancora più un sogno che una realtà. Un sogno oggi da costruire intorno alla piccola e nera e grande Condoleezza, e a tanti altri uomini e donne coraggiosi.

UN PERSONAGGIO DA RICORDARE

a cura di **ROMANO STENTELLA**

Era stata una mattinata perfetta. Il cielo talmente azzurro da avere la sensazione di guardare un dipinto e nell'aria, ancora fresca e frizzante, un lieve profumo di primavera. Si vedevano piccioni in movimento da quando il sole era sorto, la leva volava come non mai e finalmente c'era anche qualcosa nel carniere. Verso mezzogiorno, un poco titubante, rompo il silenzio del capanno dicendo: **"Pà... mi è venuta nà fame..."**, l'occhiata che vedo mi fa pentire di aver parlato, certo... una giornata così, quando ricapita. Dopo qualche istante, però ci ripensa e risponde: **"Be vù be... facciamo un salto giù da Alba e poi torniamo"**. Sono trascorsi poco meno di quaranta anni da quel lontano giorno di marzo, tuttavia spesso ripenso a quei momenti, compreso il breve dialogo accennato, scelto come pretesto per introdurre la figura protagonista di questo scritto, che riguarda Alba Della Croce.

Chiunque abbia avuto contatti con la piccola comunità di Rocchette dal periodo tra le due guerre mondiali e fino agli inizi degli anni ottanta ha conosciuto sicuramente la signora Alba Della Croce essendo stata, di fatto, sempre presente presso l'unico esercizio ubicato nella piazza del paese, centro d'ogni attività commerciale.

Non per questo, però, è rimasta nel cuore di tanta gente, bensì per il suo carattere di donna profondamente generosa ed altruista oltre il normale e per la sua innata capacità d'essere buona in modo spontaneo, di quelli che si riconoscono istintivamente e senza bisogno di conferme.

E' per loro e naturalmente anche per chi non è riuscito a conoscerla, che mi sforzerò di sfogliare indietro il libro del tempo guardando tra pagine del passato in modo da riportare la sua immagine tra noi insieme con alcuni momenti salienti della sua vita, con l'aiuto delle testimonianze e dei racconti di chi ha avuto il privilegio di conoscerla più degli altri.

Nata, prima di quattro fratelli, in una delle famiglie più in "vista" di una Rocchette più popolata d'oggi, frequenta le prime quattro classi nella piccola scuola elementare del paese per poi trasferirsi l'ultimo anno in Umbria, presso dei parenti a Nera Montoro, completando lì la frequenza della quinta classe.

Già da bambina dimostra di possedere una personalità gentile e priva di cattiveria, stringe amicizie autentiche con molte sue coetanee, alcune destinate a durare tutta la vita, senza i pregiudizi e le distinzioni che la sua posizione avrebbe potuto suscitare, crescendo frequenta gli adolescenti del posto e accompagna le sorelle nelle poche feste da ballo organizzate presso qualche casa del paese, ma senza dimostrare un particolare entusiasmo per questo tipo di divertimento.

L'esempio di una persona molto religiosa, come la madre Pupilla, è solo il motivo iniziale che permette ad Alba di intraprendere un cam-

mino spirituale serio e complesso che si trasformerà col tempo in una fede religiosa piena, osservante ed attenta, non soltanto agli aspetti esteriori, completa al punto da distinguerla tra tutti i giovani di allora e che sarà una sua caratteristica per tutta la vita.

Ben presto la giovane Alba si dimostra inoltre incline ad occuparsi con sempre maggiore impegno nel negozio gestito dallo zio Giuseppe, come già detto l'emporio principale del paese, dove si vendeva un po' di tutto, dai generi alimentari agli articoli casalinghi e di ferramenta, soffermandosi sempre volentieri a contatto con la gente, aiutando dietro il bancone ed in ogni



ALBA DELLA CROCE

altra attività in modo infaticabile, per nulla spaventata dal lavoro e dall'impegno che la cosa comportava.

Nel frattempo l'Italia fascista vive l'esperienza terribile della guerra e la popolazione di Rocchette si ritrova ingrossata da un discreto numero di persone che in qualche modo riescono a trovare nel piccolo paese fuori mano e nascosto in mezzo ai boschi, una relativa sicurezza lontano dalle insidie e dai pericoli delle località più esposte agli eventi bellici ed in particolare della vicina città di Roma. Tra queste c'è anche un giovane contabile, Mario Troiani nipote di Goffredo, utilizzato temporaneamente nella gestione del mulino di famiglia, che riesce, nonostante l'estrema riservatezza, a conquistare il cuore di Alba, vivendo con lei un breve, intenso e bellissimo periodo d'innamoramento. Racconta Giuseppe Boccolucci: **"Alba si era come illuminata, trasformata da una gioia interna, assumendo comportamenti ed espressioni ancora più dolci e festosi del solito"**. Purtroppo però, sul finire dell'inverno, le vicende della guerra, così come avevano contribuito ad unire separarono dolorosamente e per sempre le loro strade, lasciando un segno profondo nell'animo della giovane.

In quel periodo un altro tragico episodio, contribuì in modo decisivo ad indirizzare le scelte di vita di Alba verso una determinata direzione. Nella primavera del '44, le truppe tedesche in ritirata, nel tentativo di rallentare l'avanzata degli alleati, come in molte altre località, minarono e fecero saltare i due ponti esistenti prima e dopo l'abitato di Rocchette, coinvolgendo nel crollo che ne seguì addirittura diversi edifici, tra questi rimase seriamente danneggiata anche la casa della famiglia Della Croce che fu costretta a trasferirsi in campagna. Alcuni mesi dopo, nel corso dei lavori di ricostruzione, avvenne un ulteriore improvviso crollo ed una parte dell'abitazione rovinò trascinando tutti i presenti, in una valanga di detriti e macerie, nel sottostante alveo del fosso della Volgore. Cesare Mariani, Peppe ed Enzo Petrucci furono ritrovati con pochi graffi, ma non fu così per Giuseppe Della Croce a cui la cattiva sorte di quel momento tolse drammaticamente la vita. Il dolore e lo sconforto causato dalla scomparsa di una persona così cara, diviene se possibile ancora più intenso per Alba, allora ventiduenne, che si ritrova improvvisamente a dover gestire da sola il negozio, costretta a crescere in fretta dinanzi alla difficoltà di quella prova. La sorella Vittoria ci dice: **"La morte di zio Peppino fu un brutto colpo per tutti, ma Alba era disperata, c'era la guerra e dover affrontare la gestione delle tessere alimentari, la raccolta dei bollini e l'invio in Comune dei resoconti fu una responsabilità molto pesante per lei, in quel brutto periodo non faceva che piangere"**.

La storia di Rocchette e dei suoi abitanti seguono il loro corso e soprattutto nei primi anni del dopoguerra, così come accade nel resto d'Italia, la maggior parte delle famiglie è costretta a sopravvivere tra stenti e privazioni in una condizione di estrema povertà. Proprio in questo scenario, la natura generosa di Alba, consapevole dei problemi quotidiani di ognuno, si rivela e cresce sino ad assumere uno spessore importante, risolve d'impulso tante situazioni spesso drammatiche aiutando i più bisognosi, a volte senza riconoscimento e in ogni caso sempre contro i propri interessi.

Con il passare degli anni Alba e la sua bottega divengono sempre di più il punto di riferimento per tutti e per tutto, ma nonostante il grande impegno, legato alla sua professione, riesce a prendersi cura anche della casa, dell'orto e a portare avanti l'attività del forno per il pane e un'altra miriade di occupazioni secondarie. Riesce a fare tutto senza sforzo apparente, addirittura tutto ciò che riguarda la chiesa con la pulizia dei locali e degli arredi, la preparazione e la disposizione dei fiori in occasione delle feste religiose (cosa a cui teneva in modo veramente speciale) e tutto quanto necessario per una perfetta riuscita dipendono da lei e dalla sua instancabile disponibilità.

Non riesce a pensare alle proprie necessità

prima di aver fatto tutto il possibile per aiutare e sistemare gli altri, Clara Capanna ricorda lo spirito particolare con cui Alba si è sempre dedicata alla cura delle persone anziane: *"Prima ha sistemato i nonni, la nonna Rosetta me la ricordo appena, anni dopo fu la volta di Sisto, pastore che aveva lavorato con la famiglia Della Croce e poi vecchio e malato fu accudito da Alba fino alla fine, per ultimi i genitori Telemaco e Pupilla"*. A tutti è offerta un'attenzione costante e senza riserve con una dedizione ed uno spirito di sacrificio tali da far pensare nell'esistenza di una vocazione superiore.

A differenza, però di quanto la gente possa aver creduto, Alba non ha mai pensato di intraprendere la via del convento in quanto non riteneva la cosa adatta al suo carattere, rispondeva alle domande sull'argomento dichiarando: *"Monaca? .. No, voglio fare del bene fuori del convento e non rinchiudermi a pregare lì dentro!"* tanta era la voglia di fare e di agire in prima persona.

In qualche occasione per riuscire a donare agli orfanelli o in beneficenza un pò più di soldi del solito, senza per questo sentirsi in colpa per averli sottratti al bilancio familiare, cercava di compensarne la mancanza unendo il suo lavoro ai contadini, le cosiddette "opere", impegnate

nei campi o nella raccolta delle olive, poi al termine della giornata andava lo stesso ad aprire la bottega come se niente fosse.

Come tutte le persone dal cuore grande amava molto i bambini e loro d'istinto rispondevano mostrando una spiccata predilezione per lei e per la sua gentilezza. Personalmente riesco ancora a ricordare la sensazione di considerazione che ricevevo quando entravo nella bottega, Alba prendeva sul serio anche la domanda più strana e ingenua espressa da un bimbo, senza cadere nella tentazione di una facile battuta o di una spiritosaggine, al contrario lei rispondeva dolcemente e con pazienza riuscendo a conquistarci tutti. Pagava l'abbonamento al "Giornalino", una delle prime riviste a fumetti, soltanto per farla leggere a tutti i ragazzini del paese, allora così avidi della novità, perchè in casa i soldi servivano per ben altre necessità, ma lei era convinta che anche queste piccole cose fossero importanti.

Non si può dire se la malattia che la colpì avrebbe potuto avere un decorso più favorevole se lei fosse stata meno incurante della sua salute e avesse trascurato di più i suoi impegni, chissà forse le cose potevano risolversi diversamente o al contrario sono andate come lei veramente voleva. Sicuramente il dolore e la sofferenza non sono mai riusciti a distoglierla

dall'occuparsi dei suoi simili e neanche ad indebolire minimamente la sua incrollabile fede. Don Renzi, parente della famiglia Della Croce e sacerdote originario di Vacone, il 2 Febbraio del 1983 presso l'ospedale di Terni, fu testimone stupito del suo dispiacere per non essere riuscita a raggiungere la cappella e assistere alla messa del giorno delle Ceneri, tale era la gravità delle sue condizioni al punto che dopo qualche ora da quell'incontro cessò di vivere. Sempre Don Renzi a conforto dei familiari diceva: *"Voi dovete essere contenti, Alba è stata esaudita ed è andata in cielo, vicino a Dio, solo dopo aver assistito fino in fondo i suoi cari anziani. Lei stessa me lo ha ripetuto chissà quante volte"*.

Recentemente, quando mi capita di sostare nella bottega rimessa a nuovo, non posso fare a meno di pensare che in fondo la signora Alba Della Croce, per merito delle sue azioni è riuscita a rimanere vicino ai suoi congiunti e nei luoghi che ha più amato anche dopo aver concluso il suo viaggio, lasciando inoltre un indelebile esempio di vita in tutti noi e spero che leggendo questo piccolo ed incompleto resoconto molti sentiranno il desiderio di esprimere un intimo ringraziamento quale contributo alla ricchezza della sua persona.

IL "PUNTO" SULL'AMMINISTRAZIONE DEL NOSTRO TERRITORIO

Come già nelle precedenti edizioni, riteniamo di fare cosa utile pubblicando le informazioni raccolte sullo stato dei lavori che riguardano Rocchette; è il nostro contributo alla trasparenza e ad un'informazione più completa e corretta verso la popolazione. Riportiamo il risultato di incontri con il vicesindaco Roberto Cesari e con il sindaco Alessio Bonifazi.

Il gas metano.

A settembre 2005 sono scaduti i termini per l'assegnazione dei lavori. L'incarico, slittato a gennaio 2006, è stato assegnato alla ditta SACAS di Affida. L'inizio dei lavori è stato ulteriormente ritardato da ricorsi al TAR (Tribunale Amministrativo Regionale) che tuttavia sono stati risolti nello scorso luglio. L'opinione del vicesindaco è che i lavori possano cominciare nel prossimo periodo inverno-primavera. Bisogna però tener presente che la ditta SACAS eseguirà altre opere nel comprensorio e non siamo a conoscenza delle priorità che saranno date. Sarebbe auspicabile che fossimo a conoscenza del piano di lavoro, quando questo sarà disponibile.

Il fosso Volgore.

L'esecuzione del lavoro è assegnata alla ditta Gentileschi di Aquila. Tutti i permessi sono in regola. A breve il progetto dovrebbe essere illustrato alla popolazione ed i lavori iniziare entro il corrente anno.

Sistemazione di via dei Monti.

Cattive notizie per questo punto. I fondi acquisiti con il taglio del bosco in località Macchie Grosse si è ritenuto più utile utilizzarli per la sistemazione di Via S Agata. La Via S Agata attraverso la campagna in direzione di Vescovio e richiedeva di sistemazione di parte del manto stradale, nonché di cementificazione di alcune parti più difficoltose.

La sistemazione di via dei Monti al momento non ha finanziamenti. E' probabile, sostiene l'amministrazione, che con il pros-

simo taglio del bosco (ottobre-novembre ?) si possa affrontare la spesa.

Sistemazione del portale.

Anche questa operazione, che riteniamo richieda risorse limitate, benché promessa da lungo tempo, non è stata eseguita e non ci è dato conoscere se e quando sarà fatto.

Alla luce dei fatti possiamo tentare qualche riflessione.

La macchina operativa che dovrà portare il gas a Rocchette si sta lentamente muovendo. E' plausibile che gli intralci burocratici siano ostacoli obiettivi che giustificano i ritardi.

Temiamo, tuttavia, le consuete lentezze, specie su questo fatto che è molto atteso. Ci preoccupa il fatto che rileviamo poca chiarezza e nessuna previsione per ciò che deve essere fatto all'interno del paese, per completare l'opera. Le condutture fino ai margini dell'abitato non sono sufficienti perché l'impianto nelle strade interne non è stato completato e non sappiamo se e come questi lavori saranno finanziati.

Dopo l'esperienza positiva dell'anno scorso nella realizzazione del bar, l'amministrazione ci è venuta ancora incontro fornendoci la ringhiera metallica del balcone. Il pulmino di collegamento con Torri è molto gradito, l'abbiamo già detto; ed è stato apprezzato che nel periodo invernale il servizio non è stato sospeso. Sono state anche installate due nuove panchine lungo la "passeggiata".

Tuttavia, non possiamo non rilevare una sfiducia diffusa, nella popolazione e nella nostra Associazione. Non si è instaurato l'auspicato rapporto più diretto e attento al paese, e non abbiamo fatto grossi passi avanti su chiarezza e dialogo. L'amministrazione è assente e il paese è trascurato.

Pur riconoscendo le difficoltà per la scarsità di risorse (finanziarie e non) stentiamo a riconoscere una volontà vera di maggiore interesse e attenzione al paese ed ai suoi bisogni.

LA PROCESSIONE

L'appello del nostro parroco, in questo numero, sul significato e la partecipazione alla processione, è un ulteriore stimolo a prestare sempre maggiore attenzione alla sua realizzazione. E' stato già sottolineato che partecipare all'evento è un modo, molto bello, di rendere pubblica la nostra manifestazione di fede. Parteciparvi in modo corretto, specie nei comportamenti, all'interno del corteo o soltanto come spettatore, è il segno del rispetto che dobbiamo alla nostra Madonna protettrice.

Auspichiamo che ciascuno viva intensamente questo evento spettacolare, qualunque sia la sua posizione.

Al fine di una sempre maggiore comprensione della manifestazione, riportiamo in estrema sintesi la composizione dei gruppi, così come è da tempi lontanissimi.



*Un evento
da "partecipare"*

1 - Apre la croce piccola;
2 - Seguono i lampioni;
3 - Poi le donne con le candele. Lungo il tratto delle donne con le candele si distribuiscono:

* lo standardo grande (ragazza possibilmente con velo)

* lo standardo piccolo (ragazza possibilmente con velo)

* la bandiera della Madonna (mantellina celeste)

* la bandiera del SS.mo Sacramento (mantellina rossa).

4 - Segue il crocifisso grande;

5 - la Banda;

6 - la "Mazzetta" con il "Signore" della festa;

7 - il Sacerdote con la reliquia;

8 - la statua della Madonna;

9 - le autorità;

10 - il popolo dei fedeli.

NONNA GENOVEFFA RICORDA

Ebbene si, bisogna ammetterlo. Nella vita convulsa e distratta di tutti i giorni si rischia di perdere il valore delle cose e l'importanza del ricordo di chi, come la nonna Genoveffa, ha vissuto una realtà totalmente diversa da quella odierna. Per questo ogni volta che ci regala i suoi proverbi e aneddoti fa quasi rabbia non essere lì con la penna, pronti a fermare nel tempo ciò che, così vivido nella sua memoria, è destinato altrimenti a perdersi. In relazione a ciò che di Rocchette, finora, ho vissuto anch'io mi tornano alla mente i racconti di Genoveffa sull'organizzazione delle feste del paese e soprattutto di quella dell'otto settembre.

Non si può che rimanere rapiti dall'entusiasmo che ancora vive in una donna non più giovane quando descrive i particolari della preparazione. Alla nonna piace ricordare gli episodi della "cerca", le persone estratte a sorte ogni anno e i regali di rocchettani e rocchettinari: uova per fare i dolci, pulcini, polli, maiali e maialini d'india per la lotteria; il 6 settembre si compravano alla fiera dell'Osteria di Vacone altri premi come pentoline, trenini di legno, bambole, fischietti e caramelle per i bimbi. Proprio il giorno 6 perché la festa veniva celebrata sempre l'8, giorno della natività della Madonna, qualsiasi giorno della

settimana fosse. Racconta la nonna che iniziava all'alba con il suono "a martello" delle quattro campane e i mortaretti che facevano eco nella valle. Alla sera, la banda di Rocchette regalava il giusto sottofondo musicale ad una processione che Genoveffa descrive ancor più bella ed emozionante di quella di oggi, sebbene non passasse ancora da Porta Martino. Sentendo le sue parole sembra ancora di vedere il serpentone di luci, un forte impatto visivo che commuoveva con le sue lunghe file di ragazze vestite di bianco, il velo e le candele.

Malgrado le inevitabili diversità di epoche ormai lontane, c'è un filo conduttore che unisce quelle feste a quelle organizzate oggi dai ragazzi del "100%Rocchette": la voglia di far rivivere tradizioni e ricordi che si tramandano da tempi lontanissimi, oggi come allora.

Vivo, oggi, questa realtà piuttosto dall'esterno e confesso di rimanere colpito da quell'affiatamento e quell'entusiasmo che caratterizza ancora i componenti del gruppo. Non vuole essere una dichiarazione scontata ma sono anch'io felice di avere la possibilità e la fortuna di far vivere queste emozioni alla mia famiglia.

FABIO VENTURA

POESIA

Francesca Palmieri si cimenta nella scrittura di poesie e di brevi racconti. L'evento tragico dell'anno scorso l'ha spinto a comporre questa breve poesia che è un vibrante lamento di un giovane cuore ferito.

A ZIO

(In memoria di Pompilio Enei)

**Quando quella mattina
sei andato via,
hai lasciato tutti noi
con un infinito dolore.**

**Con te abbiamo perso
un padre un figlio un fratello
un cugino un compagno un
amico.**

**Ho solo una consolazione:
ora sei un angelo.**

Francesca Palmieri

IL CALCIO TRA MOGGI E I MONDIALI

QUALCHE RIFLESSIONE SU "CHI VINCE" NEL GIOCO
PIU' BELLO DEL MONDO

Il calcio....a volte mi chiedo cosa c'è di magico nel calcio! Eppure qualcosa c'è! Tutti dicono che è lo sport più spettacolare, che è il più mediaticamente vivibile e trasmissibile, che rappresenta fedelmente i vari campanili d'Italia, ecc, ecc ... Per chi ha praticato questo sport, è evidente lo spirito di gruppo che induce, il rispetto dei ruoli, il saper essere utili al gruppo senza pretendere la gloria personale, il saper gioire e soffrire insieme, il saper giocare ma soprattutto saper stare in panchina. L'elenco delle qualità del calcio potrebbe essere molto lungo, e comunque comune a qualsiasi altro sport di gruppo. Ma il calcio ha qualcosa in più. In qualsiasi altro sport il più forte vince sempre; nel calcio no. Qualcuno la chiama "la dura legge del gol"; si è vista più volte una squadra attaccare a ripetizione senza riuscire a segnare, per poi prendere il gol alla fine; perchè vince chi segna, anche per mezzo centimetro. Si sono visti più volte campioni "non essere in giornata" e magari essere battuti da qualcuno più stimolato; nel calcio è usuale vedere squadre forti sulla carta e non sul campo. Avere un sogno così non è poco, in una società dove i forti non danno nessuna possibilità ai meno forti; avere la speranza anche se remota di fare quel gol è vincere un pò come David contro il gigante Golia. Forse il valore aggiunto del calcio è proprio questo. Ma le vicende di questi tempi, forse, ci insegnano che anche questo valore è inquinato. Il Clan Moggi, con la vicenda di "piedi puliti", ci fa capire che il più forte deve vincere per forza, anche se sul campo non lo è. Il potere, i soldi e i più forti devono vincere sempre.

E come spesso avviene le sentenze sono peggio dei reati e lasciano i presupposti perchè questi continuino e si ripetano; forse



Una squadra di calcio "estemporanea"
Rocchette 1980

tutto questo gran fracasso non è altro che un cambio di potere che cambierà le persone ma non il sistema, lasciando tifosi e appassionati illusi di aver ritrovato il vero calcio.

Rimane la speranza che questo sia un fenomeno tutto italiano, perchè manco a farlo apposta lo scorso giugno si è vista ai mondiali di calcio in Germania la dimostrazione pratica del valore aggiunto sopraccitato: la squadra più forte non vince sempre. L'Italia vince i campionati del mondo pur non essendo la più forte e Fabio Grosso offusca la gloria di campioni del calibro di Zidane, Ronaldo, Ronaldiño, ecc.....

Questo è il calcio e questa è la sua magia, se non ci è stata tolta pure questa.

GIUSEPPE DELLA CROCE

DA TOKIO A ROCCHETTE

Mezzo mondo pensando alla pastasciutta rocchettana

Mi sono svegliato al suono leggero ma insistente della mia sveglia vicino alla testa. Che ore sono? Le 5.30 del mattino, dice il mio orologio. Dove sono? Humm ... bella domanda! Succede di quando in quando che, se voli in un solo mese per destinazioni multiple con differenti fasce orarie, non ti ricordi in che paese sei andato a dormire. Ho acceso la luce del comodino ed ho notato di essere in una stanza d'albergo molto piccola. Quindi o Londra o Tokyo. Mi sono alzato dal letto e ho sbattuto la testa sul soffitto....*Ahio, ... è Tokyo!* Metropoli di nove milioni di persone che si spostano freneticamente come tante piccole formiche. Nell'hotel salto la colazione visto che costa quasi 50 euro per due uova a una tazza di tè. Incamminandomi verso il bus dell'equipaggio che poi ci porterà all'aereo non posso fare a meno di notare il personale della reception che dorme. Una cosa non inusuale in una città dove tutti hanno due lavori e lavorano per 15 ore al giorno solo per pagarsi l'affitto (e la colazione). Arrivo all'aeroporto e ho fame. Prendo il comando dell'aereo di cui sono capitano e decollo dall'aeroporto di Narita alle 8.30. Volo più o meno a nord-ovest verso la Siberia, evitando l'area spaziale della Nord Corea. Il nostro percorso di volo ci porterà attraverso la Russia, poi Bielorussia, Polonia, Repubblica Ceca, Austria, Slovenia e fi-

nalmente l'Italia attraverso l'Adriatico. Ci fermeremo per il rifornimento di gasolio a Mosca.

Quando voli attraverso tutti questi paesi non puoi fare a meno di pensare alle loro persone, la loro cultura e la loro lingua. Si può mangiare bene? E' sempre una domanda interessante, che spesso provoca una salutare discussione tra me (un inglese che ha vissuto per circa 10 anni in Italia) ed il mio collega, Didier, che è francese.

Completiamo il rifornimento di gasolio a Mosca, aeroporto di Vnukovo. Sia io che il mio collega usciamo al freddo per una tazza di tè e per provare la specialità locale nel terminale VIP. Qui troviamo dei dolci con un nome impronunciabile, fatti, suppongo, dalla stoica donna russa dietro il bancone. Riesco a mangiare il mio dolce con difficoltà; ma Didier è incapace di masticare una cosa che insulta il suo palato. Si scusa profondamente e riconsegna il dolcetto alla donna dietro il bancone, la quale si offende. Allora lasciamo l'edificio, contenti di ritornare all'aria fredda, a 20 gradi centigradi sotto zero, lontani dalle sue parolacce e dal rumore di piatti e pentole sbattute. Concordiamo che persino in Inghilterra si mangia meglio.

Di nuovo in corsa. Ci metteremo circa due ore e trenta minuti per ricoprire i 2450 km da Mosca a Roma, aeroporto di Fiumicino.

Ci avviciniamo all'area spaziale europea e il contatto radio diventa più intenso; il numero di aerei in cielo diventa significativamente più numeroso. Ne posso vedere 18 dal mio radar che ricopre un' area di 45 miglia, una distanza che percorreremo in 5 minuti. Ho comunicato in inglese con i giapponesi, i russi, gli est europei, e gli austriaci, a volte facendo fatica a capire ciò che dicevano. E' un sollievo contattare il controllo di Roma e sentire 'giorno Falcon Novecento! Vai diretto a Roma, sei il numero uno.-. L'inglese è il linguaggio ufficiale per le trasmissioni radio in tutto il mondo, ma a Roma ... ?...

Beh, io sorrido!

Finalmente atterriamo. Faccio i miei saluti all'equipaggio e mi incammino verso la stazione del treno dove compro un biglietto per Tiburtina e poi per Fara Sabina. Adesso sono stanco ed affamato. Una volta fuori dalla città, il paesaggio è in parte coltivato e in parte selvaggio. Si passa attraverso campi con grosse mucche, e poi centinaia e centinaia di alberi di ulivo, e colline fino all'orizzonte. Lo scenario ti fa perder il fiato ed è senza tempo, mentre questa terra sussurra nelle tue orecchie: "Qui si mangia bene!" E mentre Rocchette si avvicina penso e spero che la cena sia pronta presto!

JASON C. MILLS

LA COPPIA ALLA PROVA DEL VIVERE ODIERNO

Una giovane coppia rocchettana testimonia le difficoltà di costruire una famiglia ai nostri giorni

Sono Stefania, moglie di Mario meglio conosciuto (qui a Rocchette) come Picchicchio.

Abbiamo preso l'impegno di raccontare quella che è la vita di una giovane coppia nella nostra società ma l'impresa, da semplice che sembrava, si è mostrata molto più complicata. Fermandoci a riflettere ci siamo resi conto che i problemi che affrontiamo quotidianamente sono molti e purtroppo non sempre di semplice o immediata soluzione. Nonostante il grande amore che ci unisce, l'equilibrio di coppia viene continuamente messo alla prova dagli stressanti e lunghi impegni di lavoro, che spesso ci portano a stare lontani da casa fino a tarda sera; siamo costretti a continue organizzazioni ad incastro (degne dei più abili giocatori di scacchi) per chi andrà di noi due a prendere il bimbo, nostro figlio; un esserino piccolo piccolo che ha tanto bisogno delle tue attenzioni, che ti vorrebbe con lui 24 ore al giorno ma che purtroppo per esigenze di lavoro riesci a vedere solo per poche ore la sera.

E' a questo punto che ti trovi a competere con i continui sensi di colpa. Ti chiedi se sei un buon genitore e ti convinci sempre di più di no, perché non riesci a passare con tuo figlio il tempo che vorresti. A volte pensi di non farcela; soprattutto quando ti rendi conto che presto saranno in due a richiedere le tue attenzioni. Allora le paure crescono, ed invece di condividere con la persona che è al tuo fianco queste "ansie", trovi in lui una valvola di sfogo, magari lo accusi di non essere mai a casa e pensi che se dedicasse più tempo alla famiglia e meno al lavoro forse le cose andrebbero meglio.

Eh già! ... Il lavoro ... così necessario ... è proprio una delle principali cause della rottura nelle coppie di oggi. Purtroppo è proprio in ufficio che si passa la maggior parte della giornata. E chi paga le conseguenze di questo è proprio il rapporto di coppia: sempre più spesso la sera sei talmente stanca che non hai nemmeno la forza di guardarti negli occhi, con tuo marito, e di raccontare come è andata la giornata. A volte pensi che viviate due vite parallele, che si incontreranno probabilmente in un infinito che vedi

sempre più distante. Ti convinci sempre di più che al tuo fianco hai una persona a cui non importa più nulla di te perché magari non si è accorta che hai cambiato il colore dei capelli, o indossi un capo nuovo; e ti domandi come mai, invece, il collega (o la collega) della stanza a fianco stamattina è stato così galante con te, riempiendoti di complimenti e di attenzioni che tuo marito non ti fa più. Cadi, magari, in depressione e ti chiedi se quello che hai fatto fino ad ora è giusto o no, e ti domandi se potendo tornare indietro rifaresti le stesse scelte.

Poi, fortunatamente, rinsavisci, rifletti meglio e la risposta che ti dai è "SI". Ti rendi conto che hai già tutto quello che sognavi di avere. Hai un marito che ti fa arrabbiare ogni 30 minuti, ma lo ami più di ogni altra cosa la mondo; hai un dolcissimo bambino per il quale daresti la vita ed un altro in arrivo che ti complicherà la vita dal punto di vista organizzativo e finanziario ma contribuirà a rendere la tua famiglia ancora più splendida e completa. E allora ringrazzi per avere quel lavoro così "odioso" ma così "caro" che ti permette di avere tutto questo, di rispondere alle necessità tue e dei tuoi figli che diventano ogni giorno di più. Anzi, è proprio nel grande amore della famiglia che trovi la forza di andare avanti, l'energia necessaria per aprire la porta di casa la sera quando, dopo una faticosissima giornata, l'unica cosa che vorresti fare è andare a letto e sorridere a tuo figlio, giocare con lui fino a quando non si addormenta felice e sereno nel suo lettino, rimanere fino a tardi sveglia per raccontare a tuo marito tutto quello che è accaduto e risvegliarti (perché no?) il giorno dopo con lui, ancora vestiti ed abbracciati sul divano, con la televisione ancora accesa. In fondo, sono queste le gioie della vita che ti fanno affrontare positivamente i problemi inevitabili nella vita per ognuno di noi: l'amore per il tuo uomo, i tuoi figli, la consapevolezza che non sarai mai sola. Cose alle quali non potrò mai rinunciare e per le quali io lotterò sempre

STEFANIA FAVARO

centopercento

ROCCHETTE

Pubblicazione gratuita a cura dell'Associazione Onlus
"CentoXcento Rocchette".

Gruppo di redazione: Don Antonio Baracchini, Gianpaolo Marinelli, Giuseppe Della Croce, Letizia Colantoni, Paolo Della Croce, Romano Stentella, Valerio Chiatti.

Coordinamento: Roberto Ciofi.

Hanno collaborato: Arianna Ciofi, Daniele Cecchini, Fabio Ventura, Francesca Palmieri, Jason C. Mills, Gianni Cristofani, Ilaria Granieri, Maurizio Lucentini, Monica Onori, Renato Leti, Renato Liquori, Stefania Favaro.

CHI E'?



Regaliamo una caramella a chi comunica il nome esatto di questa bimba allo stand della pesca.

Rubrica medico-scientifica
a cura di **VALERIO CHIATTI**

LA LOMBALGIA

Il "mal di schiena" o più propriamente la **lombalgia** è il disturbo più frequentemente riscontrato e trattato dai chirurghi ortopedici. Studi recenti hanno dimostrato che circa 4 adulti su 5 manifestano durante la loro vita un episodio di dolore lombare. Questo è causa di assenze frequenti dal lavoro, specie per la fascia di età al di sotto dei 45 anni.

Che cos'è la colonna lombare?

E' una struttura complessa costituita da:
vertebre – cinque ossa chiamate vertebre lombari, disposte l'una sull'altra, che connettono la colonna dorsale al bacino e agli arti inferiori;
dischi intervertebrali – sei cuscinetti ammortizzanti che stabilizzano e proteggono le vertebre;
midollo spinale e nervi – sono paragonabili ai cavi elettrici che collegano il cervello agli arti inferiori e passano attraverso un canale centrale delle vertebre; piccole articolazioni, muscoli e legamenti che permettono i movimenti, provvedono alla stabilità e al sostenimento della colonna stessa.



Perché il dolore lombare è frequente?

La colonna lombare ha due proprietà che la caratterizzano: **mobilità**, che permette movimenti come roteare, piegarsi e girare il busto;
robustezza, che permette la stazione eretta, la capacità di deambulare e di sollevare pesi.
Se analizziamo queste funzioni ci rendiamo conto dell'impegno che richiediamo alla colonna e di come un dolore lombare riduca la capacità lavorativa e peggiori la qualità della vita.

Come diagnosticare il dolore lombare?

Molti casi di dolore lombare non sono così gravi come sembrerebbe e rispondono a cure semplici. Per questo spesso i problemi vengono risolti a livello ambulatoriale.
Il compito del medico, prima di tutto, è di verificare se il dolore è insorto a seguito di un trauma; come secondo passo egli esaminerà busto e arti inferiori.
Se i dolori sono molto forti e non rispondono al trattamento, se si hanno forti dolori agli arti inferiori ci sarà bisogno di indagini di laboratorio (come, per esempio, raggi X). Questi esami metteranno in evidenza eventuali problemi di artrite. Se occorre esaminare i nervi e i dischi intervertebrali bisognerà ricorrere ad esami più complessi e costosi come la TC (tomografia computerizzata) e la RMN (risonanza magnetica nucleare). Altri esami sono la Scansione ossea per valutare l'attività osteogenica, e l'Elettromiografia per vedere se c'è stato un danno nervoso o muscolare.

Quali sono le cause più comuni?

Il dolore lombare può essere generato da molte cause che vanno da fatti traumatici ai semplici effetti dell'invecchiamento.

SLOGATURE E DISTORSIONI DELLA COLONNA LOMBARE.

I muscoli della colonna e i legamenti permettono alla colonna stessa di svolgere la sua funzione.

Una distorsione si può verificare nel caso in cui i muscoli siano troppo affaticati, o siano ipotrofici o siano ipotonicici. Uno strappo della colonna lombare può sopraggiungere all'improvviso quando si compie un movimento vigoroso che danneggia un legamento precedentemente irrigidito o indebolito per usura o per cattive condizioni fisiche.

Slogature e distorsioni sono **le cause più comuni del dolore lombare** e una combinazione di altri fattori, come quelli di seguito elencati, può aumentare la probabilità di danno o malattia:

cattive condizioni fisiche; carichi eccessivi; movimenti scoordinati; obesità; fumo.

INVECCHIAMENTO.

Gli effetti dell'invecchiamento che colpiscono in particolare la colonna vertebrale sono:

l'osteoporosi

la diminuita elasticità e forza dei muscoli e dei legamenti.

Purtroppo gli effetti dell'invecchiamento non si possono fermare, ma si possono rallentare:

facendo esercizi ginnici

evitando il sollevamento scorretto di pesi eccessivi seguendo una dieta idonea contro il sovrappeso corporeo

evitando il fumo.

L'invecchiamento, insieme ad eventuali fattori ereditari, causa cambiamenti nei dischi intervertebrali (chiamati appunto "Malattie del disco"), nonché artrite a livello delle piccole articolazioni intervertebrali, provocando rigidità e dolore alla colonna. Di conseguenza i processi

artritici e infiammatori danno luogo a compressioni ed irritazioni dei nervi che conducono a dolore agli arti inferiori.

L'osteoporosi e le fratture: tutte le ossa con l'avanzare dell'età diventano fragili; le vertebre lombari, specie nelle donne in menopausa, possono fratturarsi o schiacciarsi a seguito di cadute o di stress subiti per sollevare pesi consistenti.

Le protrusioni discali: i dischi sono composti da un nucleo gelatinoso circondato da una porzione più robusta chiamata anulus; con l'invecchiamento il nucleo tende ad assomigliare all'anulus e si possono verificare fissurazioni o rotture del disco che portano a dolori lombari. Se il disco protrude, si possono verificare fenomeni di erniazione o scivolamento di quest'ultimo che possono comprimere i nervi e dare dolore irradiato agli arti inferiori.

Quale è il miglior trattamento?

La maggior parte dei dolori lombari può essere risolto senza problemi con periodi di riposo assoluto.

Molti studi, oggi, dimostrano che una lieve attività fisica (sotto il controllo ortopedico) può accelerare la guarigione e diminuire i sintomi.

La miglior cura da seguire è preventiva: mantenere una condizione fisica ottimale, fare attenzione nel sollevare pesi, cercare di non ingrassare e smettere di fumare se si è fumatori. E' bene, comunque, cercare di potenziare la muscolatura lombare ed addominale.

Quando è necessaria la chirurgia?

Molti dolori lombari, sia acuti che cronici, quasi sempre possono essere trattati senza l'ausilio della chirurgia.

La chirurgia può essere necessaria per risolvere problemi di compressione dei nervi da parte di un disco erniato o slittato, che provoca dolore lombare irradiato agli arti inferiori. A volte comunque la chirurgia può anche migliorare fenomeni artritici seri che causano compressioni ed irritazioni dei nervi.

Conclusione

Molti problemi alla colonna lombare non sono di grave entità e possono essere evitati con le precauzioni che abbiamo detto. E' bene ricordare che una ginnastica appropriata può dare un ottimo contributo, anche a livello preventivo. Esistono specifici esercizi, che dovrebbero essere fatti con il consiglio dello specialista, che rinforzano i muscoli lombari, addominali e delle gambe e diminuiscono la contrattura dei muscoli lombari.

MI CHIAMO RUSTY ...

Racconto semiserio di

ARIANNA CIOFI

Mi chiamo Rusty, ho due anni.... 14 in anni umani. Sono un bastardino con il manto rossastro e bianco. Sono stato un regalo di compleanno e quest'anno doveva essere il primo che andavamo tutti insieme in vacanza al mare.

Non vedevo l'ora.... ma mi hanno lasciato qui, anzi poco lontano.

Ho camminato per una quindicina di chilometri. Mi hanno fatto uscire dalla macchina per fare la pipì, poi li ho visti andare via

Forse hanno creduto che io fossi rientrato in macchina da solo e non si sono accorti che invece stavo ancora facendo il mio giro. Comunque mi sembra strano che fino ad ora non se ne siano accorti! Sono convinto che sentono la mia mancanza e torneranno presto a prendermi. Io intanto resto qui. Ho trovato questo piccolo paesino

Non e' sempre semplice rimanere qui; ma vengo da una grande città e credo che lì, da solo, sarebbe molto peggio. Ma vi immaginate il traffico e la gente che mi ignora!

Il primo giorno qui ho trovato una signora. Ci siamo guardati negli occhi; ho letto tristezza. Forse era per me.... non capisco! Forse lei

non si rende conto che, tanto, la mia padrona tornerà a riprendermi! Mi ha dato gli avanzi della cena; c'erano anche pezzi di carne. Meno male perché avevo parecchia fame! Ogni tanto trovo altre persone che mi lasciano da mangiare e che mi accorgo non vogliono farmi male. Me ne accorgo dal tono della loro voce. Ma devo stare attento perché non tutti mi vedono di buon occhio. Qualche scarpata l'ho ricevuta.

Non è colpa mia se disturbo; non ho chiesto io di essere lasciato qui. Avrei voluto andare in vacanza con la mia padrona insomma io voglio stare con lei!

Però, aspettando che ritorni io DEVO sopravvivere! Ho imparato da chi devo stare alla larga li sento da lontano e mi nascondo. Fortunatamente ci sono parecchi posti dove nascondersi, specialmente in cima al paese; ci sono case disabitate e ruderi dove posso nascondermi e ripararmi dalla pioggia; devo solo stare attento che non mi cada addosso qualcosa.

Se vi capita di vedermi, vi prego, non prendetemi a calci. Io sto solo aspettando che tornino a prendermi

REALIZZARE UN SOGNO

Vorrei parlarvi del mio sogno.... quello di fare teatro, in special modo spettacoli in dialetto romanesco.

Tutto cominciò per merito di una ragazza animatrice. Insieme a lei frequentavo un gruppo di persone con la stessa passione: l'animazione. Una passione un po' strana, ma, posso assicurarvi, piena di soddisfazioni.

Così, un po' per gioco, un po' per sfida con me stesso, ho iniziato a fare l'animatore anch'io.

In principio con i bambini, mascherandomi da pagliaccio, da cowboy, da grillo parlante e così via. Con il tempo sono passato a lavorare anche con gli adulti; e la cosa che mi caricava di più erano proprio le persone. Le stesse persone che mi intimidivano e mi bloccavano, hanno cominciato a ridere Ed è stato così che si è consolidato il mio percorso di animatore. Inizialmente il mio ruolo era

solo questo. Ma oggi sono arrivato ad essere quello che volevo, quello che ho sempre voluto, quello che abbiamo sempre sognato, io e Rita, che attualmente è a mia socia, e Fabiana che purtroppo non c'è più, ma ci ha lasciato tutta la sua vitalità e la sua voglia di crescere.

Eravamo una piccola associazione di 4 persone e ora al "Peperini club" di Passo

Corese siamo più di 15.

La voglia di crescere ci ha spinto a provare l'esperienza del teatro, portando in scena la commedia romana che secondo me è la più bella che sia mai stata scritta: "Rugantino". Io sono romano e per me Roma è la città più bella del mondo, la città dei sogni, dove le vie, i monumenti e tutto quello che la avvolge è poesia.

Invece di interpretare il copione scritto da quei due geniali artisti che sono Garinei e

Giovannini, lo abbiamo riadattato alle nostre idee, io, Alessandra Tranquilli e Alice Carfi, anche loro con la mia stessa passione. Abbiamo inserito eventi della nostra vita, un po' della nostra fantasia (che fortunatamente non manca) ed eccolo qua il nostro spettacolo: "DIECI, CENTO, MILLE RUGANTINI".

Vorrei spiegare l'emozione che sento dentro

ogni volta che recito la parte di Rugantino. Un'emozione strana; dopo tante prove ogni volta ho ancora un "gropo" alla gola; e a volte non riesco a capire dove finisce Rugantino e inizia Daniele! Immedesimazione schizofrenica?

Ho raggiunto quello che volevo vedendo crescere il mio sogno ogni giorno, ogni ora; fino ad avere in mente solo ed esclu-



POESIA

Renato Liquori non è nuovo alla scrittura di poesie, anche su questo giornale. Cediamo alla sua insistenza, sempre discreta e cortese, perché ci appare giusto dare riconoscimento alla sua passionalità verso Rocchette nonché al suo estro indiscutibile, sia pur semplice e ruspante.

ROCCHETTINE e il suo vecchio maniero

D'un sol raggio di sole vi fu un dardo.

La meridiana incise e bloccò il tempo.

Piange il vecchio maniero

il suo antico prestigio.

Sospeso al cielo, appare

come un miraggio.

Ederi e rovi ormai fanno il suo manto,

sterpi e erbacce il logoro giaciglio.

Vecchio ferito abbandonato e stanco

avanti a sé riverso il capo chino,

come chiedesse a chi l'osserva

il proprio aiuto.

L'eco risuona, va, flette l'onda e torna;

da quelle lustre mura vengon le grida!

L'urlo sovente si disperde, vago nel nulla

lasciando incustodita dietro di sé

l'incuria e quel che resta

del vecchio castello.

Il nucleo di un gioiello

tra i verdeggianti monti incastonato.

Se pur perenne fosse il suo letargo

brilla e risplende attraendo a sé lo sguardo.

In quell'attimo sfuggente

fa rivivere, in ogni mente, il misterioso

suo passato, custodito, ben celato,

del tutto mai svelato.

Silenzioso, solitario

regnerà sempre sovrano.

RENATO LIQUORI

sivamente il nostro spettacolo. Ora non resta che l'ultima grande prova: affrontare il pubblico e tutti i loro occhi sapendo di avere il potere di farli piangere e di farli ridere.

Amo il mio personaggio e a volte mi sembra di vivere a quei tempi, quando a Roma c'erano solo carrozze e sampietrini, quando nell'amore c'era un romanticismo vero... "a tirasse li baci a mille là sotto l'arberi de lungotevere" o quando le amicizie nascevano "tra 'na fojetta e 'no stornello"...

Questa è la Roma che vi voglio presentare... questo è il mio sogno!

DANIELE CECCHINI

