



LO JONCO

Ambiente e Cultura a Capodimonte



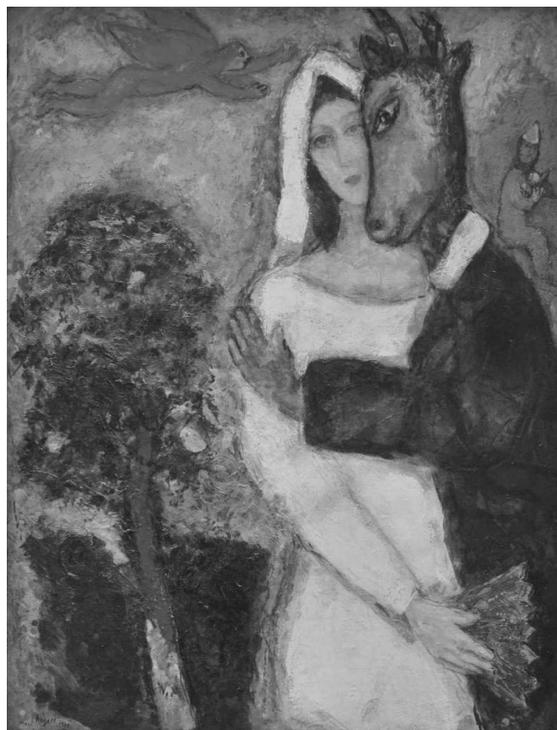
Care lettrici, cari lettori

Vi propongo un estratto dal libro “Mani di Luce” di Barbara Ann Brennan, psicoterapeuta, terapeuta e scienziata americana, che mi ha particolarmente colpito e che reputo inerente al tema del **Sogno**, filo conduttore di questo Jonco. Mi auguro che possa essere uno spunto di riflessione anche per voi:

...Quando cominciamo a sciogliere i nostri blocchi eseguiamo il nostro compito personale: liberando le energie, infatti, possiamo iniziare a dedicarci a ciò che abbiamo sempre desiderato fare nella vita e che era presente nei nostri sogni infantili e nelle nostre aspirazioni segrete- quello è il nostro compito in questa esistenza. Ciò che da sempre ambite fare nella vita, ciò che desiderate più di tutto, è il compito per il quale siete nati. Eliminando i vostri blocchi, preparate la via al compimento del vostro più profondo desiderio. Lasciate che esso vi guidi; seguitelo: vi renderà felici...

La Presidente

Francesca Ferri



Marc Chagall: Songe d'une nuit d'été (1939)

I portatori di sogni

Tutte le profezie raccontano

Che l'uomo creerà la propria distruzione.

Ma i secoli e la vita che sempre si rinnova

Hanno anche generato una stirpe di amatori e sognatori;
uomini e donne che non sognano la distruzione del mondo,
ma la costruzione di un mondo pieno di farfalle e usignoli.

Li hanno chiamati illusi, romantici, pensatori di utopie,

hanno detto che le loro parole sono vecchie

e in effetti lo sono,

perché la memoria del paradiso è antica

nel cuore dell'uomo.

Sono pericolosi - stampavano le grandi rotative

Sono pericolosi - dicevano i presidenti nei loro discorsi

Sono pericolosi - mormoravano gli artefici di guerra

Bisogna distruggerli- stampavano le grandi rotative

Bisogna distruggerli - dicevano i presidenti nei loro discorsi

Bisogna distruggerli - mormoravano gli artefici di guerra

I portatori di sogni conoscevano il loro potere

e perciò non si sorpredevano.

E sapevano anche che la vita li aveva generati

per proteggersi dalla morte annunciata dalle profezie.

E perciò difendevano la loro vita anche con la morte.

E perciò coltivavano giardini pieni di sogni

che esportavano con grandi nastri colorati;

e i profeti dell'oscurità passavano notti e giorni interi

controllando tutti i passaggi ed i sentieri,

cercando quei carichi pericolosi

che non hanno mai potuto intercettare,

perché chi non ha occhi per sognare

non vede i sogni né di giorno né di notte.

E nel mondo si è scatenato un gran traffico di sogni

che i trafficanti della morte non riescono a bloccare;

e dappertutto ci sono quei pacchetti con grandi nastri colorati

che solo questa nuova stirpe di veri esseri umani può vedere

E i semi dei loro sogni non si possono scoprire

perché vanno avvolti in rossi cuori

o in larghi vestiti di maternità

dove i piedini sognatori caprioleggiano nei ventri che li vogliono portare.

Gioconda Belli, da: De la Costilla de Eva, ed. Nueva Nicaragua, 1986



Marc Chagall: Le rêve (1927)

Onde e Vortici – un sogno si realizza

La Porticella ha presentato il progetto culturale “ONDE e VORTICI” per un Festival delle Arti Intorno al Lago di Bolsena, al bando contributi per la promozione culturale e spettacolo della Provincia di Viterbo. La nostra proposta, elaborata e presentata da Martin Figura, Anna Maria Civico e Gabriella Meatta, è stata accolta e sarà realizzata da ottobre 2012 a marzo 2013, in collaborazione con i Comuni, le scuole elementari e le biblioteche di Capodimonte e Marta, e le associazioni CeSMI (Centro Sperimentale Musicale per l’Infanzia) di Viterbo e Le Sorgenti (Libreria Centro Culturale) di Bolsena.

Il festival Onde e Vortici è ambientato al Lago di Bolsena e ogni evento è basato sull’elemento “acqua”. Si parte dalla considerazione che la quotidianità abitua a non vedere più la singolarità dell’ambiente in cui si vive, anche in uno spazio così suggestivo come quello del nostro lago.

L’idea è perciò quella di riavvicinare le persone a riconfrontarsi con rinnovata curiosità e stupore al proprio ambiente. Ma anche quella di dare vita a un turismo culturale e colto ancora poco presente nel nostro territorio. Allo stesso tempo, il carattere fluido dell’acqua può influenzare il nostro pensiero e la nostra percezione verso luoghi dell’immaginario ancora imprevedibili.

Lavoriamo con concetti binari: trasparenza/riflesso, superficie/profondità, rumore/silenzio, agitazione/calma, flusso/stagnazione, che si riferiscono a caratteristiche e suggestioni delle acque

e che contemporaneamente sono esperienze e forme condivise nelle arti, nel pensiero filosofico e nella pratica letteraria, oltre che essere materia di osservazione e sperimentazione scientifica.

Il Lago cambia velocemente la forma della superficie, la luce e l'acustica, così l'instabilità sembra un'esperienza tipica della vita lacustre. Imprevedibilità e precarietà sono altri temi del festival.

Altra prospettiva che ci motiva per il festival è di costituire un target per il turismo culturale, e di accogliere e integrare le risorse creative, progettuali e intellettuali delle persone locali e dei tanti stranieri, comunitari e non, presenti sul territorio.

Il festival è pensato per essere realizzato in altre annualità perché possa essere un laboratorio aperto di crescita culturale e artistica e per l'incremento e lo sviluppo di forme di collaborazione e progettazione partecipata tra associazioni e amministratori pubblici.

Gli eventi in programma sono:

Laboratorio canto **Voice Voce Voix** – l'azione fluida della voce, alla Cascina di Capodimonte;

Laboratorio pittura **Trasparenze e riflessi**, alla Cascina;

Drama concert **A più voci**, Cascina e Le Sorgenti a Bolsena;

Spettacolo teatrale **Indicibile**, alla Cascina;

Mostra d'arte **Superfici e profondità**, alla Cascina;

Concerto classico **Water music**, alla Cascina;

Concerto sperimentale **Tempesta in un bicchiere d'acqua**, alla Cascina;

Conferenza **Flussi e influssi**, alla Sala Fanelli a Capodimonte;

Presentazioni di libri, alla Biblioteca di Marta e alle Sorgenti.

La Porticella

Geotermia – ritorna l'incubo?

Ci risulta che in occasione delle Conferenze di Servizi presso la Regione Lazio sono stati autorizzati studi per lo sfruttamento dell'energia geotermica nelle immediate adiacenze del lago di Bolsena. Sono passati dieci anni dalla brutta esperienza della centrale geotermica di Latera e molti i cittadini ricordano ancora il puzzo di uova marce che da Latera arrivava a Marta, Montefiascone e Bolsena. Questa volta però si tratta di una nuova tecnologia "inodore" che sfrutterebbe solo il calore della falda geotermica senza l'emissione di gas in atmosfera. Permane però il pericolo più subdolo e temibile che è l'inquinamento della falda acquifera superficiale. Come noto il lago è la parte affiorante di un grande acquifero che si estende nel territorio che lo circonda e dal quale attingono i pozzi di acqua potabile, la cui produzione è compensata dalle piogge. Sotto la falda acquifera, si trova uno strato di terreni sostanzialmente impermeabili dello spessore di oltre 1000 metri e sotto ancora una falda contenente acqua caldissima. Questa, che per semplicità possiamo chiamare falda geotermica, contiene inquinanti pericolosi quali arsenico, anidride solforosa, anidride carbonica e altro. Per ottenere energia elettrica con la nuova tecnologia s'invierebbe l'acqua della falda geotermica, fornita dai pozzi di produzione, a degli scambiatori di calore in cui un fluido a circuito chiuso azionerebbe le turbine elettriche. L'acqua geotermica, raffreddata attraversando lo scambiatore verrebbe quindi re-iniettata integralmente nella falda geotermica attraverso dei pozzi ubicati a qualche chilometro di distanza, senza emissione di gas maleodoranti. Il problema nasce dal fatto che lo strato di terreni che separa le due falde acquifere non è del

tutto impermeabile perché la tettonica dell’Era terziaria e le trascorse attività vulcaniche vi hanno provocato innumerevoli fratture, difficilmente individuabili, che potenzialmente consentono flussi di acqua ascendenti e discendenti. Attualmente, malgrado le fratture, non vi è scambio di fluido fra le due falde perché nel corso di tempi geologici le pressioni si sono equilibrate. Ma l’equilibrio verrebbe turbato dai pozzi geotermici. Infatti, la nuova tecnologia proposta provoca (come la vecchia) due criticità: i pozzi di estrazione creano una zona di depressione nella falda geotermica che potrebbe richiamare acqua in senso discendente dalla falda potabile; i pozzi di re-iniezione creano una zona di sovra-pressione che potrebbe causare un flusso ascendente nella falda potabile di acqua geotermica inquinandola con arsenico, e quant’altro. I rischi di contaminazione del lago e dell’acqua potabile rimangono altissimi. Fare degli studi non fa male a nessuno, ma vogliamo ricordare che siamo in un Sito d’Interesse Comunitario: ci auguriamo che prima di autorizzare trivellazioni venga fatta un’attenta valutazione di incidenza e di opportunità.

Piero Bruni

Negli ultimi anni c’è stata una “esplosione di richieste per nuovi permessi di ricerca di risorse geotermiche” in Italia, favorita dall’incentivazione (i “certificati verdi”) e nuove disposizioni legislative (D. lgs. n. 22 11/2/2010). Una parte consistente di queste richieste riguarda il Lazio e in particolare la zona del Lago di Bolsena: i Comuni di Grotte di Castro, San Lorenzo, Gradoli, Valentano, Canino, Cellere, Arlena di Castro, Capodimonte, Marta, Montefiascone, Viterbo, Bagnoregio, Celleno, Bolsena, Castel Giorgio, Torre Alfina ... A Celleno è stato rilasciato un permesso di ricerca geotermica in favore della Geoenergy S.r.l. in una vasta area che tocca i comuni di Bagnoregio, Civitella d’Agliano, Graffignano, Celleno, Montefiascone e Viterbo, e che prevede la perforazione di un pozzo “Celleno 1” (3000 m di profondità) in località Salcione.

....

Οἱ μὲν ἰππῆων στρότον οἱ δὲ πέσδων
οἱ δὲ νάων φαῖσ' ἐπ[ί] γᾶν μέλαι[ν]αν
ἔ]μμεναι κάλλιστον, ἔγω δὲ κῆν'
ὄπῳ τις ἔραται.

Chi dice un esercito di cavalieri, chi uno di
fanti, chi una flotta di navi, sia sulla nera
terra la cosa più bella; io dico
ciò che si ama.

Saffo

Dreams

Dreams are the subtle Dower
That make us rich an Hour - -
Then fling us poor
Out of the purple Door
Into the Precinct raw
Possessed before

Sogni

Fragile dote sono i sogni
ci fanno ricchi un’ora - -
Poi, poveri, ci scaraventano
fuori della purpurea porta
sul duro recinto
dimora di prima

Emily Dickinson: "Silences" (n. 1376)

Sono del mare

Sono lo scoglio
senza tempo nè spazio,
conosco il canto del mare
e l'ipnotica danza delle onde
sui miei sogni di sale
che hanno fatto ritorno.

Sono l'onda irruenta
spumeggiante
che travolge,
s'innalza e si distende
nel riposo del vento.

Sono la spiaggia
emozionata ogni sera
dal tramonto
dove l'alba si sveglia
per affidare
al giorno nuovo
un sogno.

Antonella Riviello - Cartastraccia

SALVALAGO continua: la cronologia continua

Durante l'estate 2011:

Raccolta firme SALVALAGO

Petizione:

La vista del lago di Bolsena è sempre bellissima e rassicurante, ma purtroppo incombe un serio rischio d'inquinamento che dobbiamo subito fermare. Infatti, il sistema fognario è al collasso per mancanza di finanziamenti. Con la nostra raccolta di firme intendiamo sostenere le Amministrazioni locali di tutte le parti politiche nella loro azione, tesa a reperire presso le istituzioni superiori, inclusa la Comunità Europea, i fondi necessari per completare e ristrutturare il collettore fognario. E' urgente. GRAZIE!

Raccogliamo più di 13 000 firme.

E poi?

...

29 marzo:

Apprendiamo che la Regione vuole fare una gara d'appalto per i lavori necessari, il che ci porterà a dopo settembre. Però sembra possibile fare acquisti senza gara fino a 193.000 euro per interventi irrimandabili. In corso sopralluoghi per stabilire l'urgenza degli interventi.

6 aprile:

Pierangeli direttore del Cobalb comunica che la Regione ha autorizzato una spesa senza gara di appalto per urgenti necessità di circa 193000 euro, Sono in corso sopralluoghi con il tecnico incaricato, sia per le urgenti necessità, sia per successivi lavori fino a 2 milioni, l'ingegnere idraulico Francesco Treta (Viterbo)

Quanto sopra dovrebbe essere ratificato il 17 Aprile nel corso di un incontro in Regione fra l'Assessore Mattei, l'Arch. Maggi (direttore settore acque) l'Ing. Treta e Pierangeli.

6 aprile:

L'ingegner Tanzi, direttore del dipartimento Ambiente della Regione Lazio, dichiara che, per i lavori deve essere fatto un progetto, secondo le norme vigenti e con i tempi necessari, e non ha assolutamente concordato sulla necessità di dare una via preferenziale all'acquisto delle pompe. Ha anzi affermato "...abbiamo dato ogni anno i soldi al Cobalb per la gestione dell'impianto se non è stata fatta nemmeno la manutenzione ordinaria la colpa è anche dei Comuni ..."

17 aprile:

L'incontro in Regione è stato rinviato al 10 Maggio ore 11. Ci confermano che lo scorporo dei 190 mila € è stato effettuato e che l'incontro del 10 maggio è una riunione puramente tecnica fra Pierangeli, Maggi e Treta per individuare, tra l'altro, l'iter amministrativo più breve possibile per fare partire le opere di risanamento.

24 aprile:

I sindaci dei Comuni del Lago si riuniscono e scrivono una lettera al Prefetto per chiedergli di intervenire alla Regione.

10 maggio:

COMUNICATO STAMPA

Questa mattina, 10 Maggio, ha avuto luogo in Regione il tanto atteso incontro fra l'Assessore all'Ambiente Marco Mattei e il progettista Ing. Francesco Tetra per il definitivo OK, relativo all'ordinazione delle parti più urgenti, indispensabili per riparare il collettore fognario, causa principale delle micidiali perdite di liquami nel lago di Bolsena.

Erano presenti all'incontro il Dirigente Regionale per le Risorse Idriche Arch. Giorgio Maggi e il Direttore del Cobalb Dott. Massimo Pierangeli. L'Assessore Mattei ha dato il suo OK per una prima spesa di circa 200.000 euro, che potrà avvenire immediatamente tramite una semplice determina Dirigenziale e quindi di sola e immediata competenza dell'Arch. Maggi. Il finanziamento verrà dato al COBALB che eseguirà direttamente i lavori previsti. Per la determina che autorizzerà la spesa di oltre 2 milioni inseriti in bilancio si dovrà attendere l'autunno. ...

29 maggio:

Finalmente il Cobalb ha ricevuto l'autorizzazione per spendere i famosi 200.000 euro. Le pompe verranno ordinate subito, quelle disponibili arriveranno entro 2 settimane, mentre quella più

grande di Capodimonte, arriverà fra un mese. Tuttavia le nuove pompe, destinate ad affiancare quelle attuali per sostenere le maggiori portate estive, saranno montate giusto in tempo prima di Luglio.

5 agosto:

Domenica 5 agosto si è bloccata la pompa nella stazione COBALB di Capodimonte. Una piccola quantità di liquami è fuoriuscita sulla spiaggia vicino al porto. Per fortuna, gli operai del COBALB sono intervenuti rapidamente e hanno riparato il guasto. Anche se pagati male e irregolarmente, sono sempre pronti a intervenire per la salute dell'ambiente - un esempio per tanti.

Causa della fuoriuscita è stata che la stazione 19 (Capodimonte) aveva soltanto una pompa, questa si è bloccata e la fuoriuscita è stata inevitabile. Oggi gli operai del COBALB hanno messo una seconda pompa che si sostituisce alla prima in caso di guasto. Il quadro generale è positivo e si spera di superare senza grandi danni l'estate - quasi tutte le stazioni hanno il numero previsto di pompe. Un punto nero rimane la stazione di San Lorenzo, senza pompa da molto tempo; sembra che il Comune di San Lorenzo se ne disinteressi.

“La Cavujola”

HO FATTO UN BRUTTO SOGNO

-- Sbrigamese regà che c'è da fa 'sta Giunta!...

-- *Come mae c'hae 'sta prescia, ch'emo da decida?*

-- No è che stamane me girono certe pensieracce.... mejo che nun ve le dico!

-- *Movete parla!!*

-- Zitte che stanotte ho fatto un sogno!!!! M'ha stranito... me so sognato che nel Bilancio ivo fatto 'n casino!!!

-- *E ch'ive fatto ob!*

-- Ivo preso tutte le sorde de le foche e l'ivo messe tutte ne la Scola e ne la Cultura!

-- *Ab! Allora 15 mila euro butte! E le gente che dicivono?*

-- M'ivono ditto de spegade che le foche 'nquinono, che c'è la crisi e nun se po' spreca' e che la contentezza dura 'n momento, ma nun ce volivono sta! Volivono fà le foche! Addio immagine! Ero fritto!

-- *Ab! Hae passato 'n brutto quarto d'ora!... Mo' te le posso di', pur'io ho fatto 'n sogno!!!*

-- Annamo bene! E tu che te see sognato, oh?!

-- *Me so' sognato ch'ivo aributtato giù tutte le parchegge nove nove asfaltate e c'ivo fatto airole co' le fiore de tutte le colore; poe ivo preso tutte le sorde che c'erono e l'ivo spese pe'l' Ambiente e pe' l' Laco!*

- - Uhhh! Mo' te dico io che me so' sognato: ivo pure assegnato le case vote de la Cascina; l'ivo date a le gente povarette, all'immigrate, a quelle mezze nere e pure a quelle nere nere!

- - *Pure a quelle nere nere?!!!*



- - Un casino regà! Diteme che n'è vero che me sento male!!!

- - *Su, su ch'è 'n sogno, adesso nun ce pensa' piu'!!!*

- - Altrochè regà, que' so' incube! Me sa che c'è da smettela co' 'sti cene, che magna tu che magno io e beve tu che bevo io, le vede che succede? Se passono certe nottate!!!

- - *Me sa' ch'emo preso n' vizio, e poe a me co' tutto 'sto ...pepe me brucia l'culo!!*

- - Su regà nun s'abbindolamo co' le sogne, mo famo 'sta Giunta e approvamo 'sto progetto de la Mergonara; famece 'na bella 'lluminazione, 'na bella scalinata de marmo, 'na bella strata sfaltata e 'na bella fontana a schizzo a Montecuculo che dite?

Voce Da Gega

... ..

... aber Sie werden wissen, dass Sie nirgends Träume für Geld bekommen. Träume kosten Zeit, manche sehr viel Zeit ...

... però saprà, che non può comprare sogni con il denaro, da nessuna parte. Sogni costano del tempo, alcuni molto tempo ...

Ingeborg Bachmann, da: Ein Geschäft mit Träumen, Hörspiel (1952)

Un sogno

Un sogno. Che cos'è un sogno? Mi sveglio, che cosa ho sognato? Qualche istante fa lo sapevo benissimo, mi dico: te lo devi ricordare, e adesso è svanito. Non ricordo niente di ciò che ho sognato. Sembrava così concreto, dai contorni così netti, come se fosse reale e importante, ma non appena ho aperto gli occhi, si è dissolto nel nulla. Ho perso il sogno. E' come perdere una chiave; sono davanti alla porta di casa, voglio entrare, voglio andare a casa, ma la chiave è sparita, non la trovo. Sono chiuso fuori, frugo nelle tasche, fuori dalla casa che ho preso in affitto; il bancomat, qualche pastiglia, monetine e nessuna chiave. Per qualche minuto sei senza casa; che cosa faccio? E' estate, la temperatura è mite, è notte e la luna brilla, decido di dormire all'aperto. Trovo un posto in giardino, sotto il melo, improvviso un giaciglio con ramoscelli e la mia giacca, il maglione mi farà da coperta. Coricato sotto l'albero, guardo in su, verso i rami e le stelle, sento gli uccelli irrequieti: non dormono? Domani arriverà con la chiave, la donna con cui vivo. Finalmente ricordo il sogno. Mi lasciavi, restavo solo, di nuovo.

TOMAS ESPEDAL: Camminare dappertutto (anche in città), Milano 2009

Quelle come me

Quelle come me regalano sogni, anche a costo di rimanerne prive.
Quelle come me donano l'Anima,
perché un'anima da sola è come una goccia d'acqua nel deserto.
Quelle come me tendono la mano ed aiutano a rialzarsi,
pur correndo il rischio di cadere a loro volta.
Quelle come me guardano avanti,
anche se il cuore rimane sempre qualche passo indietro.
Quelle come me cercano un senso all'esistere e, quando lo trovano,
tentano d'insegnarlo a chi sta solo sopravvivendo.
Quelle come me quando amano, amano per sempre.
e quando smettono d'amare è solo perché
piccoli frammenti di essere giacciono inermi nelle mani della vita.
Quelle come me inseguono un sogno
quello di essere amate per ciò che sono
e non per ciò che si vorrebbe fossero.
Quelle come me girano il mondo alla ricerca di quei valori che, ormai,
sono caduti nel dimenticatoio dell'anima.
Quelle come me vorrebbero cambiare,
ma il farlo comporterebbe nascere di nuovo.
Quelle come me urlano in silenzio,
perché la loro voce non si confonda con le lacrime.
Quelle come me sono quelle cui tu riesci sempre a spezzare il cuore,
perché sai che ti lasceranno andare, senza chiederti nulla.
Quelle come me amano troppo, pur sapendo che, in cambio,
non riceveranno altro che briciole.
Quelle come me si cibano di quel poco e su di esso,

purtroppo, fondano la loro esistenza.
Quelle come me passano inosservate,
ma sono le uniche che ti ameranno davvero.
Quelle come me sono quelle che, nell'autunno della tua vita,
rimpiangerai per tutto ciò che avrebbero potuto darti
e che tu non hai voluto...

Alda Merini

I have a dream – Martin Luther King

“La salvezza dell'uomo è nelle mani dei disadattati creativi.”

(Martin Luther King)

Il suo sogno Martin Luther King lo rivelò al culmine della "marcia per il lavoro e la libertà", il 28 agosto 1963 a Washington dove 250.000 manifestanti celebrarono il proclama di emancipazione di Lincoln: "Tell them about the dream, Martin!" lo incoraggiò Mahalia Jackson e lui, improvvisando, esclamò: "Ho un sogno: che un giorno questa nazione si sollevi e viva fino in fondo il senso delle sue convinzioni: noi riteniamo ovvia questa verità, che tutti gli uomini sono stati creati uguali ... ho sognato che sulle rosse colline della Georgia i figli degli antichi schiavi e i figli di coloro che furono i loro padroni siederanno insieme alla tavola della fraternanza e spezzeranno lo stesso pane ... ho sognato che i miei quattro figli potranno vivere in un paese dove non saranno giudicati dal colore della pelle ma dalle loro doti personali ..."



Martin Luther King a Washington, il 28 agosto 1963

L'obiettivo, l'espressione concreta di questo sogno - la fine della discriminazione e segregazione razziale - fu determinato dalla storia personale di Martin Luther King. Nato nel 1929 ad Atlanta in Georgia in una famiglia di pastori battisti del Sud degli Stati Uniti di America, studiò a scuole per neri. Su consiglio del padre, iniziò studi religiosi e ottenne, nel 1954, l'incarico di pastore in una chiesa battista a Montgomery in Alabama.

È lì, nel profondo Sud, che si cristallizza la tensione tra Bianchi e Neri accumulatasi per secoli, ed è lì dove la storia dell'America prende una nuova direzione:

Il primo dicembre 1955 una donna di colore, Rosa Parks, fu arrestata e accusata di aver violato le leggi sulla segregazione per essersi rifiutata di lasciare il suo posto sull'autobus per far sedere un uomo bianco. La risposta fu il boicottaggio dei mezzi pubblici che, grazie alla solidarietà nella comunità afroamericana e della determinazione del loro leader Martin Luther King (il suo motto: *"we must be going on!"*), assunse proporzioni sempre più vaste.

Dopo 382 giorni di lotta, di repressioni, minacce e violenze, il municipio di Montgomery dovette abbandonare la segregazione razziale sui mezzi pubblici. Fu l'inizio dell'uguaglianza generale, dell'abolizione della discriminazione delle genti di colore.

Che ha reso possibile questa vittoria? La determinazione - *"un uomo muore quando smette di lottare per quello che è giusto."* - e l'impostazione nonviolenta: *"Talvolta succede nella vita che nasce dentro di noi una convinzione, così preziosa e significativa che la difendiamo fin alla fine. È questo che ho trovato nella nonviolenza."*

Nel discorso pronunciato nel ricevere il premio Nobel per la pace l'11 dicembre 1964, King specifica: *"La nonviolenza è la risposta ai cruciali problemi politici e morali del nostro tempo; la necessità per l'uomo di aver la meglio sull'oppressione e la violenza senza ricorrere all'oppressione e alla violenza. L'uomo deve elaborare per ogni conflitto umano un metodo che rifiuti la vendetta, l'aggressione, la rappresaglia. Il fondamento di un tale metodo è l'amore."*

Diventa chiaro allora qual era, in fondo, il suo sogno - che è il sogno di noi tutti, ma che solo pochi come lui hanno il coraggio di vivere: Un mondo migliore, un mondo più giusto; una convivenza solidale di tutti gli esseri in una *"beloved community"* - una comunità basata sull'amore.

Il tre aprile 1968 a Memphis, King tenne il suo ultimo discorso, il famoso *"Mountaintop"*, dove disse che non importava se la sua vita fosse terminata presto, poiché aveva raggiunto la vetta della montagna e visto la *"Terra Promessa"*, il traguardo della sua vita. La sera stessa fu colpito da un proiettile alla testa e morì il giorno dopo. Sembrerebbe che il suo vero assassino, come quelli dei fratelli Kennedy sostenuto da parti deviate del FBI, non fu mai scoperto.

Fu ucciso quando il suo sogno divenne più chiaro e globale, quando non si rivolse più soltanto verso l'ingiustizia razziale, ma contro le sue radici profonde, l'ingiustizia sociale in generale - *"... qualcosa non va nel sistema economico della nostra nazione ... qualcosa non va con il capitalismo ... forse l'America deve muoversi verso un socialismo democratico"* -, quando si rivolse contro la guerra del Vietnam, l'espressione più violenta di questo disprezzo dell'Altro: per King superficie del male profondo degli USA contro il quale occorre operare una *"rivoluzione dei valori"* che dimostrasse la lealtà verso l'umanità.

"Ci sono coloro che guardano le cose come sono, e si chiedono perché ... Io sogno cose che non ci sono mai state, e mi chiedo, perché no."

Robert F. Kennedy, parafrasando George Bernard Shaw

No rechaces los sueños por ser sueños

No rechaces los sueños por ser sueños.
Todos los sueños pueden ser realidad, si el sueño no se acaba.
La realidad es un sueño. Si soñamos que la piedra es la piedra, eso es la piedra.
Lo que corre en los ríos no es un agua, es un soñar, el agua, cristalino.
La realidad disfraza su propio sueño, y dice:
"Yo soy el sol, los cielos, el amor."
Pero nunca se va, nunca se pasa, si fingimos creer que es más que un sueño.
Y vivimos soñándola. Soñar es el modo que el alma tiene para que nunca se le escape lo que se escaparía si dejamos de soñar que es verdad lo que no existe.
Sólo muere un amor que ha dejado de soñarse hecho materia y que se busca en tierra.

Non respingere i sogni perché sono sogni

Non respingere i sogni perché sono sogni.
Tutti i sogni possono essere realtà, se il sogno non finisce.
La realtà è un sogno. Se sogniamo che la pietra è pietra, questo è la pietra.
Ciò che scorre nei fiumi non è acqua, è un sognare, l'acqua, cristallina.
La realtà traveste il sogno, e dice:
"Io sono il sole, i cieli, l'amore".
Ma mai si dilegua, mai passa, se fingiamo di credere che è più che un sogno.
E viviamo sognandola. Sognare è il mezzo che l'anima ha perché non le fugga mai ciò che fuggirebbe se smettessimo di sognare che è realtà ciò che non esiste.
Muore solo un amore che ha smesso di essere sognato fatto materia e che si cerca sulla terra.

Pedro Salinas, da: Largo lamento (1975)

Futuro anteriore

C'è nell'aria un'attesa d'apocalisse; forse non per paure millenariste, ma perché è difficile e angoscioso immaginare l'evoluzione delle vicende attuali. Quali saranno le conseguenze dell'effetto serra? Si salverà la Terra come ecosistema? Ci sarà una guerra mondiale? Sicurezza economica, abitabilità del Pianeta, eguaglianza e democrazia, pace e giustizia suonano sempre più come termini vuoti. Nel romanzo appena dato alle stampe, che con "Grafite" e "Fantasmi" forma una breve trilogia, Nicolò Gucci sviluppa le premesse odierne, immaginando il futuro secondo paradigmi storici: un "Futuro Anteriore". In tal modo le domande si essenzializzano sui grandi temi: libertà, solidarietà, unità dell'universo esistente, significato della vita. Pensare e vivere, oggi come una volta o fra centinaia d'anni, come ad uomini si addice. In appendice, i "Racconti di Gea" esplicitano il rischio che l'*homo insipiens* rappresenta per la Terra e i suoi abitanti. Per tutti, il brevissimo racconto "Gea", che potrebbe essere anche una metafora del Lago...

"Quando arrivò il forestiero, Gea era nel fiore degli anni, piena di salute e di vita; si godeva i giorni e le stagioni, curava le piante e nutriva gli animali. Aveva anche le sue regole e le sue escandescenze; ma per il resto era felice come chi nient'altro conosce e teme.

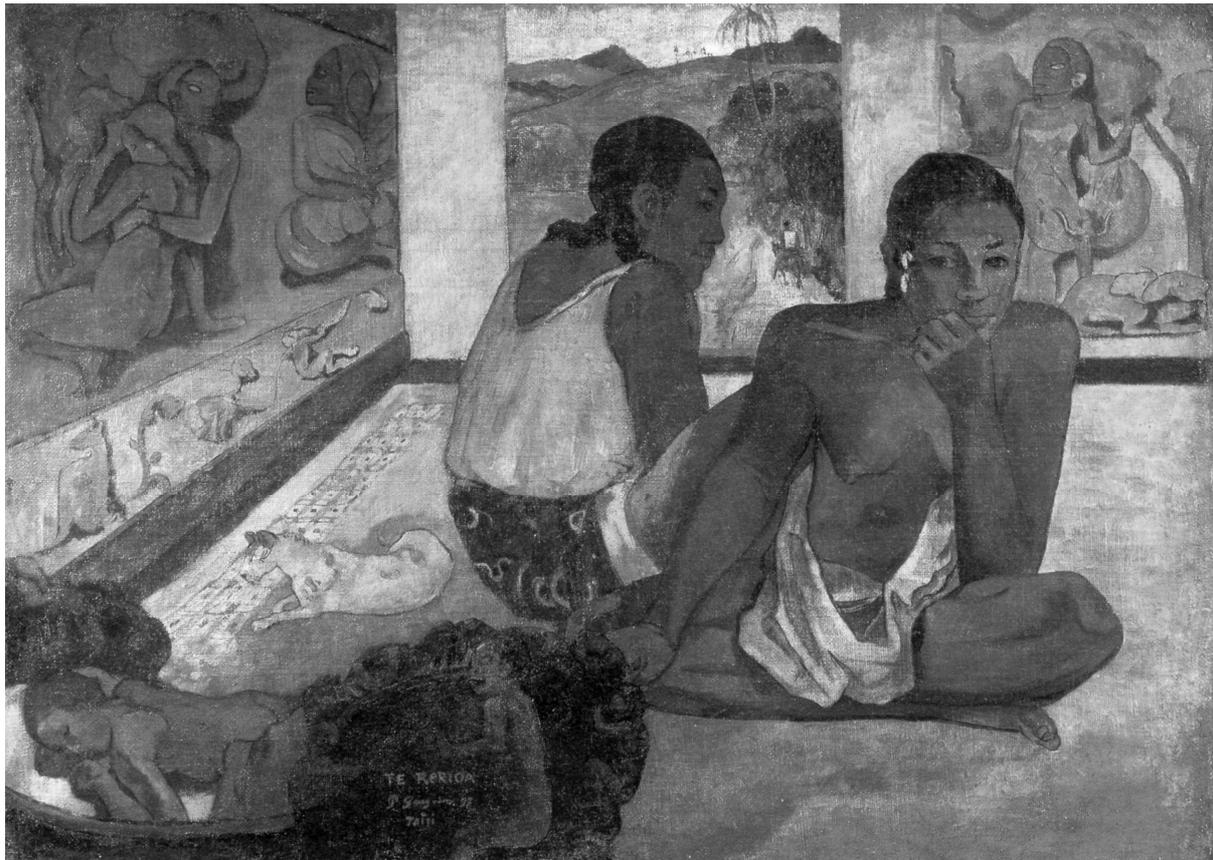
“Il forestiero disse che l’adorava. Gea capì che aveva fame, e questo le bastò; lo accolse come il più indifeso dei suoi cuccioli, e da quel giorno non gli fece mancar nulla. Ma al forestiero di essere sfamato come gli uccelli dell’aria e vestito come i gigli del campo non bastava: lui si sentiva padrone, faceva e disfaceva, catturava gli uccelli e calpestava i gigli, uccideva e spreca, e questo era il suo modo d’essere padrone. Gea non reagiva, perché il danno era limitato; raddoppiava le forze e si prendeva cura di tutto.

“Il forestiero diceva in giro che lui era il padrone, e cominciò a portare altri della sua risma, affamati anche loro e neppur tanto rispettosi per chi li sfamava. Quella casa era divenuta un casino. Gea cercava di rimettere ordine; ma ormai era esposta ad ogni violenza e avvizziva sempre più. Già non c’eran più animali nel bosco e pesci nello stagno e non c’era da mangiare per tutti, perché alcuni sprecaivano ed altri pativano la fame. Neanche l’acqua era più da bere, perché i più ci facevano i loro bisogni.

“Il giorno che Gea non si risollevò, la calpestarono a morte e , visto che non c’era più niente da prendere, si decisero ad andare da un’altra parte.

“Ma un’altra parte non c’era”.

(Nicolò Gucci, Futuro Anteriore, 2012, Gruppo Espresso S.p.A., distribuzione “la Feltrinelli”)



Paul Gauguin: te rerioa (le rêve) (1897)

Sogno

Ho sognato
stanotte
una
piana
striata
d'una
freschezza

in veli
varianti
d'azzurro'oro
alga

Giuseppe Ungaretti, da: L'allegria (1917)

Le piante della notte

Le papaveracee

Parlando di sogni e di sonno parliamo della luna e della notte: sotto il loro influsso nascono e crescono numerose piante che immortalano nel loro essere sostanze specifiche che calmano dalle preoccupazioni del giorno, preparandoci ad accogliere i messaggi dell'inconscio e il sonno che rigenera l'intero organismo. Tra i metaboliti che si formano sotto l'effetto della luna, vi sono gli **alcaloidi**, complessi composti organici distinti dalla presenza di un gruppo azotato e una reazione alcalina.

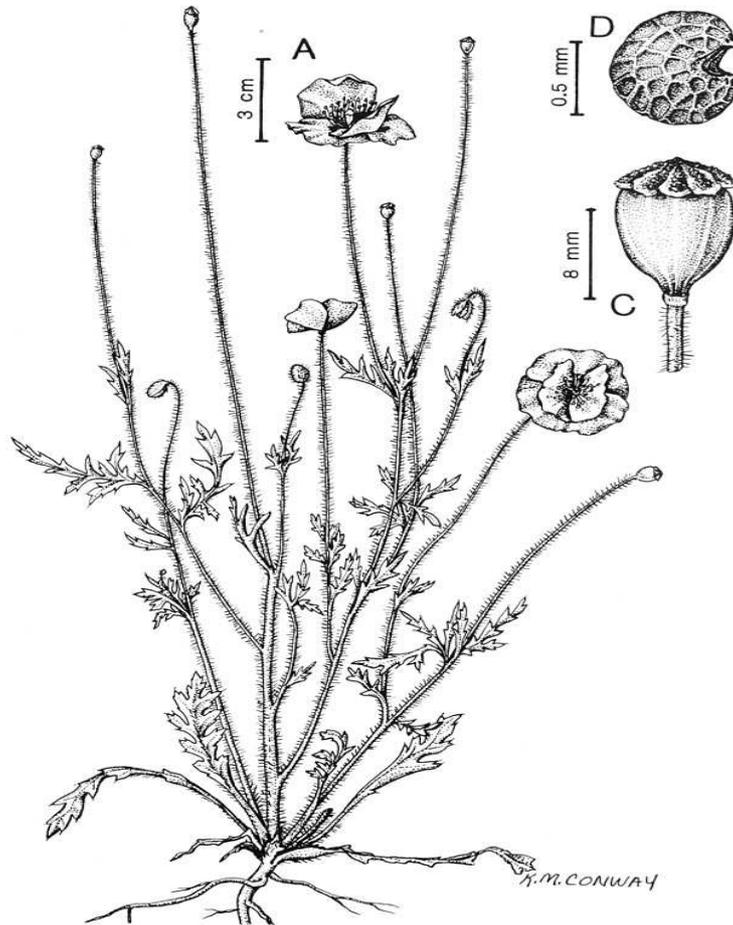
Questi principi attivi possono modificare profondamente le funzioni fisiologiche dell'essere umano e degli animali, e vengono classificati in base alla loro azione farmacologica sull'apparato respiratorio, sul cuore, sui reni, sul sistema nervoso centrale (morfina, caffeina), sul sistema nervoso autonomo, sulla muscolatura liscia...

A questo gruppo appartengono i più potenti veleni e allucinogeni, utilizzati dai popoli antichi in rituali e riti magici per la loro capacità di influenzare la psiche e aprire al mondo dell'inconscio, (vedi la coca e il peyote); tali riti sono ancora attuali in alcune popolazioni indigene dell'America e dell'Africa, e vengono guidati dall'intera comunità, data la pericolosità dell'esperienza.

Tra le grandi famiglie ricche di alcaloidi è bene ricordare le Ranunculacee (la Stafisagaria), le Solanacee (giusquiamo, stramonio, belladonna), le Liliacee (colchico autunnale, elleboro) e le Papaveracee (papavero da oppio).

Al genere *Papaver* appartengono circa 10 specie nella nostra flora: una di queste, il *Papaver alpinum*, si trova solo sui ghiaioni delle Alpi; un'altra specie conosciuta e coltivata per i semi eduli

è il *Papaver setigerum*, caratterizzato dal colore glauco delle foglie e dal fiore rosato; si incontra spontaneo sulla costa tirrenica dalla Liguria alla Sicilia e nelle isole. Simile ad esso troviamo il *Papaver somniferum*, il papavero da oppio, che cresce nella nostra penisola solo se coltivato. Ultimo da citare, il più comune, detto rosolaccio: il classico papavero rosso che cresce spontaneo in tutta Italia, il *Papaver rhoeas*.



Questo papavero viene molto stimato per le sue dolci foglie in primavera, che arricchiscono le insalate e per il suo colore rosso-arancio che tinge i campi di grano (se non vengono usati diserbanti). L'accostamento tra questo fiore e il frumento è antichissimo: Cerere, dea delle messi e dell'agricoltura era raffigurata con una corona di papaveri sul capo. Nella tradizione contadina viene usato come blando sedativo per i bimbi insonni e per le tosse. Il suo nome latino *papaver* deriva dalla parola celtica *papa*: pappa, per l'antica usanza, presso i popoli celtici, di aggiungere il succo di questa erba alla pappa per far dormire i bambini. Si utilizzano i petali in infusione, circa 5 g per tazza 2 o 3 volte al dì.

Gli alcaloidi presenti nel papavero rosso sono presenti in scarsa quantità e il principale è la *readina*; inoltre sono da sottolineare i glucosidi, responsabili della colorazione rossa e le mucillagini.

La sua azione si rivolge specialmente al sistema nervoso centrale, all'apparato cardio-circolatorio e a quello respiratorio, per cui è indicato per lievi disturbi del sonno, per febbri da bronchiti acute, pertosse e forme simili. Su di esso non è stata riscontrata alcuna tossicità, nei dosaggi indicati.

Il papaver somniferum è sicuramente quello che ha una storia medicinale più lunga: utilizzato fin dal tempo dei Sumeri e poi dagli antichi Egizi come analgesico e calmante in generale (vedi il nome). Nella mitologia greca era sacro a Demetra, dea lunare della vegetazione, che lo utilizzò per alleviare il dolore causatole dalla scomparsa di Persefone, rapita da Ade, divinità degli inferi. Questo mito ci parla del carattere della pianta, legato all'essenza lunare, all'ingresso del mondo notturno, lontano dagli affanni del giorno...infero. Il sonno è come una piccola morte, che ci consente di rigenerarci nel mondo dell'inconscio. Il papavero da oppio ornava, infatti, la testa di tre divinità: Nix, la Notte e i suoi figli gemelli: Hypnos, il Sonno, e Thanatos, la Morte.

Questo papavero è stato ed è ampiamente usato nella medicina come potente narcotico e analgesico, ed è compagno dei malati terminali. La droga proviene dal lattice che fuoriesce incidendo la capsula ancora verde e il fusto. I suoi derivati moderni, morfina ed eroina, hanno evidenziato, potenziandoli, i rischi di assuefazione, tossicomania e morte.

Dalla saggezza dei nativi d'America, ci arriva un'altra pianta meno pericolosa, ma più potente del papavero rosso: l'escolzia californiana (*eschscholtzia californiana*); sempre appartenente alla famiglia delle Papaveracee, caratterizzata da un fiore giallo-arancio, spesso ornamentale nei giardini. Il suo nome deriva dal naturalista lituano-tedesco Eschscholtz che nel 1820, durante una spedizione botanica, la classificò.

Gli alcaloidi responsabili delle sue proprietà sedative, analgesiche, spasmolitiche, ipnoinducenti sono l'*eschscholtzina*, la *californidina*, la *protopina*...e non sono tossici. L'escolzia viene indicata per insonnia, ansia, irritabilità, tachicardia e sindromi dolorose di vario tipo. Viene prescritta in infuso (1 cucchiaino da caffè per tazza, droga secca), uno o due tazze prima di coricarsi, o in tintura madre (50 gocce in un bicchiere d'acqua). E' particolarmente indicata per chi soffre di risvegli notturni e sogni agitati.

Da evitare in gravidanza e in allattamento e in presenza di glaucoma; interagisce con i farmaci antidepressivi ad attività sedativa, potenziandone l'effetto, può dare sonnolenza.

Tra le piante amiche del sonno ricordiamo anche la Valeriana, la Passiflora, il Luppolo, la Melissa, la Ballota nigra.

RICETTA DI VINO DI PAPAVERO

200 g di petali rossi freschi, appena raccolti

1 l di vino dolce

1 bicchierino di cognac

3 cucchiaini di zucchero di canna

Lasciare macerare per 20 giorni, filtrare.

Bere un bicchierino prima di dormire; per i bambini scaldare la bevanda per far evaporare l'alcool

Giuseppina Sangalli

Geppa: Giuseppina Sangalli dottoressa in botanica, specializzata in fitoterapia . www.gepparomi.it

Bibliografia:

Sandro Pignatti: Flora d'Italia vol. 1, Ed agricole, 1982; Ferdinando Alaimo: Erboristeria planetaria, Hermes ed., 2007; Jean Valnet: Fitoterapia: guarire con le piante, Giunti ed., 2005

Dancing with Joy, II

I dream of a quiet man
who explains nothing and defends
nothing, but only knows
where the rarest wildflowers
are blooming, and who goes,
and finds that he is smiling
not by his own will.

Sogno di un uomo quieto
che spiega niente e difende
niente, ma sa solo
dove fioriscono i fiori selvatici
più rari, e che cammina,
e si scopre sorridere
non di suo volere.

Wendell Berry: Sabbaths (1999)

Anagrafe

Dal primo gennaio al primo agosto 2012, sono nati cinque nuovi capodimontani:

Leonardo Atzori il 24 marzo, Viola Sebastiani il 23 maggio, David Okotie il 27 maggio, Marisol Pulicari il 10 luglio e Michele Spina il 18 luglio.

Benvenuti!

Con gioia particolare salutiamo Marisol, il primo bebè “della Porticella” – figlia di Juana e Gianluca, cofondatori della nostra associazione.

Non è soltanto per questo che ci sembra così bella



Foto: Juana Angelone

Eventi

Giornata della Terra, tutti i mercoledì, alla Bella Verde, via Verentana 47, dalle ore 16 in poi: con i prodotti biologici e locali del Gruppo d'Acquisti Solidale, scambio di vestiti e altri prodotti, baratto, incontro del gruppo della Banca del Tempo. Allo stesso tempo: laboratori, conferenze, proiezioni di film ... Per informazioni: bellaverde@hotmail.it, 3283870778;

Incontri d'autunno, con le erbe di Geppa, presso l'Agriturismo GuidoZZo a Marta:

13 ottobre, ore 15 – 17: Echinacea, dalla raccolta alla tintura madre;

27 ottobre, ore 15 – 17: Camomilla, trapianto e pacciamatura secondo le regole permacoltrali;

10 novembre, ore 15 - 17: Erbe nel piatto, escursione , riconoscimento e raccolta di erbe buone da mangiare;

24 novembre, ore 15-17: le erbe dell'inverno: come preparare una buona tisana;

8 dicembre, ore 15 – 17: le corone di Natale con le erbe aromatiche.

Gli incontri sono gratuiti (si richiede solo la quota associativa di 5€); per motivi di spazio è richiesta la prenotazione. Info: www.gepparomi.it Geppa 3283870778 – gepparoma@gmail.com

15 e 16 dicembre: **AltroMercatino di Natale**, alla Cascina: con artisti e artigiani locali, prodotti dell'agricoltura biologica e del commercio equosolidale;

Ma è Armando Pannucci (a cavallo della sua "Nuova Rumi")!

(Soluzione al "Ma chi è?" de "Lo Jonco" di aprile 2012)



Ma chi è ?



Al Laghetto la chiamavano
“La Fanciulla”

A cura di Dario Rossi

Ci sono non luoghi, IX

Ho fatto un sogno:

le mie mani iniziavano a invecchiare
vecchio era il mio nome e le ore
dure e spesse le unghie
insicure le gambe tremolante la voce
bizzarro e intermittente il mio udito
Tutto di me era vecchio
Tranne il respiro
l'aria scorreva dentro il petto
limpida e pulita

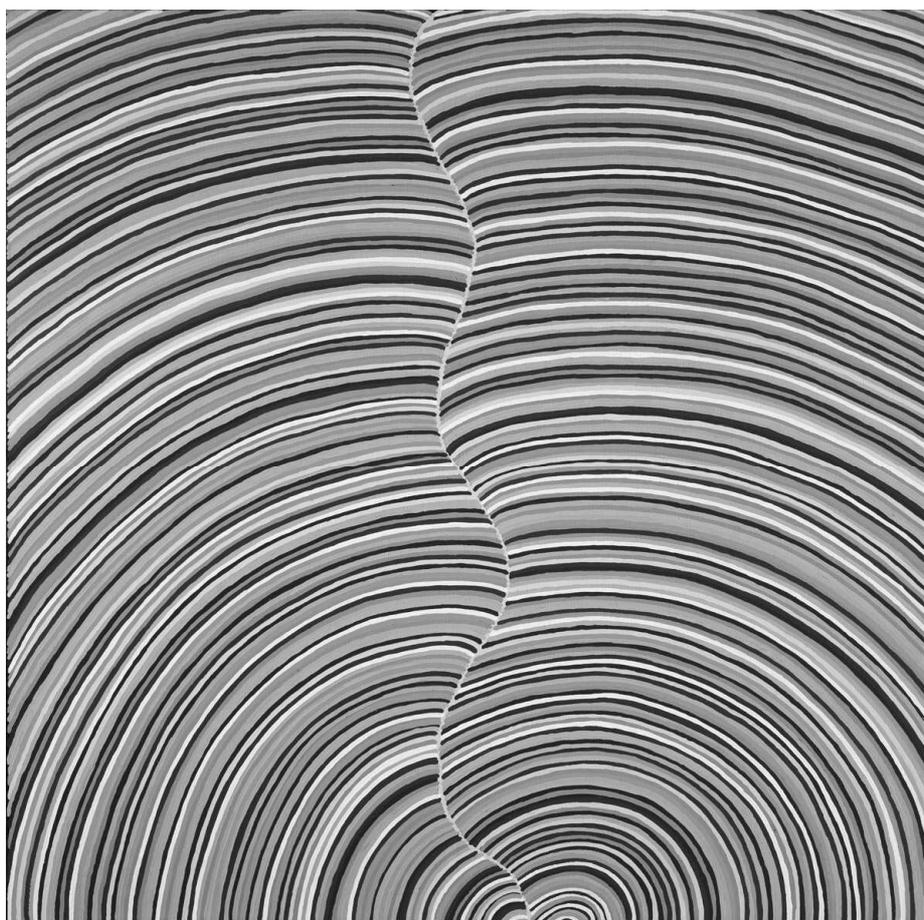
Anna Torre, Danza della memoria (2006)

Dreamtime

Chi smette di sognare è perduto.
(proverbio aborigeno)

Si chiama Tjukurrpa presso i popoli Warlpiri, Tukura nangani nella lingua Loritja, Mura-mura per i Dieri, Altyerrenge nel territorio degli Aranda, Wapar, Ngarrangkarni nella lingua Gija ... con tutti questi termini gli antichi popoli dell'Australia designano un concetto comune e unificante, tradotto dai primi Bianchi in modo approssimativo come Dreamtime – Tempo del Sogno.

È vero che secondo le mitologie degli aborigeni, il Tempo del Sogno coincide con l'origine del Mondo, quando i primi Antenati, Spiriti Ancestrali, scesero dal cielo, emersero dalla crosta terrestre o giunsero dal mare per intraprendere un viaggio intorno al mondo modellando il territorio e creando uomini, animali e piante. Durante questo cammino, gli Antenati - Il Serpente Arcobaleno, l'Uomo dei Fulmini Namarrkon, le Sette Sorelle (che il Sole chiamò dalla Via Lattea per ornare la Terra con fiori, alberi e uccelli) e molti altri - cantarono ai venti i nomi di ciò che crearono; i sentieri percorsi da loro sono chiamati Vie dei Canti (songlines ¹), o piste del sogno.



Aby Loy Kamerre: Bush Hen Dreaming, Sandhill Country

Ma il concetto di Dreamtime è più complesso e vasto: non designa un tempo o periodo nel nostro senso; infatti, per i popoli aborigeni non esiste una parola per passato e futuro, il tempo non scorre in modo lineare (tant'è vero, come ci insegna la psicologia, che nel sogno il “tempo”

non esiste). Piuttosto, il Tempo del Sogno descrive una dimensione cosmologica in cui il nostro mondo è iscritto, come proiezione riduttiva di una realtà più vasta. Il Tempo del Sogno parla di un ordine di realtà che trascende l'esperienza (nostra, non degli aborigeni) quotidiana. Gli Antenati, giustamente, scendono da questa dimensione per creare il Mondo.

Così, il Tempo del Sogno è presente tuttora e ovunque, anche se (in questo mondo) l'evento della creazione è terminato e gli Antenati si sono ritirati. Per chiunque è possibile comunicare con il Dreamtime, in diversi modi – durante il Walkabout, il viaggio rituale intrapreso sulle orme dei propri Antenati per rigenerare il loro potere ed entrare in contatto con loro, oppure mediante i Tjurunga, oggetti sacri lasciati su Terra dagli Antenati; con mezzo dei canti, rituali, cerimonie, oppure per via del suono del Didjeridu che accompagnava la creazione durante il cammino degli Antenati, e soprattutto “sognando”.

Ognuno “sogna”, può “sognare” - una traduzione più corretta del concetto aborigeno sarebbe “vedere (in uno stato di coscienza ampliata) gli Antenati”, vedere oltre la dimensione materiale, quindi – vedere nella pietra la donna-madre, vedere nella montagna il Serpente Arcobaleno, e nel serpente la Montagna ...

Un concetto che si confonde con il Dreamtime e un altro aspetto della creazione sono i Sogni (Dreamings) – che possono essere individuali, o propri di un clan, un popolo, e che definiscono identità spirituale e legge propria, servendo come quadro esistenziale ed etico degli esseri umani e del loro rapporto armonioso con l'universo. Il continente è trascorso da una complessa rete di Sogni sovrapposti, legati a luoghi o ai loro abitanti, oppure estesi su un vasto territorio e mettendo in relazione diversi gruppi – una miriade di racconti interconnessi sul passato e il presente degli aborigeni e sul loro legame con la propria terra. Un aborigeno si orienta sul suo cammino, vi trova acqua e cibo semplicemente “ascoltando” il canto dell'antenato-guida: gli esseri mitici sono onnipresenti, nelle strutture del territorio, negli esseri viventi, perpetuati e rinvigoriti nei miti, racconti, canti, cerimonie, nell'arte e nei gesti della vita quotidiana.

“Sognare”, cioè vedere oltre, avere la visione di tutto l'altro mondo è condizione indispensabile per vivere, educare e per guarire, infine. Il guaritore vive nel Tjukurrpa, vede non solo lo stato materiale del paziente, ma oltre: i suoi nessi con il territorio, con gli altri del clan, con gli Antenati, il suo rapporto con il Guruwari, l'energia della vita sparsa dagli Antenati sul mondo.

Cinquanta mila anni fa i primi aborigeni giunsero sul continente australiano e, addentrandosi nel vasto continente, scoprirono una terra straordinaria, ricca e variegata. Per migliaia di generazioni mantennero il loro stile di vita e la loro spiritualità divenne strettamente intrecciata allo sconfinato territorio. Alla fine del XVIII secolo, quando gli europei arrivarono in Australia, il continente era abitato da più di un milione di aborigeni. Furono cacciati dalle loro terre (dichiarate “terra nullius”) e quindi tagliate dal loro tessuto spirituale, prive dei loro Sogni; furono massacrati e soppressi anche fisicamente: poiché considerati selvaggi, inferiori, primitivi; fino ai nostri giorni.

Primitivi? Sarà utile ricordare che gli ultimi sviluppi nella fisica moderna e le riflessioni della psicologia del profondo convergono verso una visione cosmologica simile, se anche meno poetica, a quella degli aborigeni australiani.

Georg Wallner

¹ Le vie dei canti (The Songlines, 1987) di Bruce Chatwin, romanzo, saggio e diario di viaggio, è un'introduzione affascinante nel mondo aborigeno.

White man got no Dreaming.
White man, him go `nother way.
White man, him go different.
Him got road belong himself.

L'uomo bianco non ha il Sogno,
L'uomo bianco ha un'altra via.
L'uomo bianco va in un altro modo.
Ha una strada tutta sua.

Muta, aborigeno del popolo Murrinh-Patha

Ovunque lasciamo una
traccia
sull'una o l'altra
parte del globo
uno verrà toccato
e lascerà la sua traccia
che toccherà uno che la
fa germogliare
da qualche parte

Dietlind Kinzelmann



Martin Figura: dettaglio di "visitors 10"

El sueño

Si el sueño fuera (como dicen) una tregua, un puro reposo de la mente, ¿por qué, si te despiertan bruscamente, sientes que te han robado una fortuna?

¿Por qué es tan triste madrugar? La hora nos despoja de un don inconcebible, tan íntimo que sólo es traducible en un sopor que la vigilia dora

de sueños, que bien pueden ser reflejos truncos de los tesoros de la sombra, de un orbe intemporal que no se nombra

y que el día deforma en sus espejos. ¿Quién serás esta noche en el oscuro sueño, del otro lado de su muro?

Jorge Luis Borges : Poemas (1964)

Il sogno

Se il sonno fosse (c'è chi dice) una tregua, un puro riposo della mente, perché, se ti si desta bruscamente, senti che t'han rubato una fortuna?

Perché è triste levarsi presto? L'ora ci deruba d'un dono inconcepibile, intimo al punto da esser traducibile solo in sopore, che la veglia dora

di sogni, forse pallidi riflessi interrotti dei tesori dell'ombra, d'un mondo intemporale, senza nome,

che il giorno deforma nei suoi specchi. Chi sarai questa notte nell'oscuro sonno, dall'altra parte del tuo muro?

Lo Jonco si trova a Capodimonte all'emporio di Nadia, alla macelleria Bottoni, al ristorante "La Rocca", a Bolsena nella libreria "Le Sorgenti" e nelle Biblioteche Comunali del comprensorio del Lago di Bolsena.

"Lo Jonco" è il bollettino dell'Associazione Culturale di promozione sociale "La Porticella", stampato su carta riciclata con contributi volontari.

Se vi piace questa iniziativa, se volete che possa continuare, aiutateci con un piccolo contributo.

La Porticella ha la sua sede provvisoria alla Biblioteca Comunale, Via Roma N° 31, 01010 Capodimonte. Contatti: tel. 3384096308, mail: laporticella@libero.it e laporticella@hotmail.it.

Visitate La Porticella su Facebook, e sul suo sito [http://laporticella.jimdo.com/!](http://laporticella.jimdo.com/)

