

“Leggere è spalancare finestre sul mondo. Contemplare mondi interiori ed esplorare continenti incontaminati. Leggere è dipanare quelle trame che chi scrive ha intessuto. Leggere è dialogare con tutte le voci del mondo. Leggiamo insieme,,

FINESTRE SUL MONDO

DI GIULIANA PELLIZZONI

Frastuono e velocità sono ovunque intorno a noi. Eppure ci sono, benché rari, luoghi in cui ancora vige il silenzio, un silenzio che si impone come regola esterna e che ne sollecita l'adesione come regola interna. “Il miglior modo per alimentare un vero silenzio interiore” – fa notare il monaco trappista Thomas Merton – “è osservare un reale silenzio esteriore, così come il miglior modo per avere la solitudine interiore non è essere soli in mezzo alla gente, ma essere soli per davvero, lontani dagli sguardi e dalle voci degli altri”. In alcuni di questi luoghi del silenzio si prega o medita, in altri è necessario mantenere una separazione dai rumori del mondo per proteggere chi vi vive o lavora, in altri ancora il silenzio è segno del rispetto per il luogo e per chi vi dimora, nonché condizione necessaria per ritrovare quiete e concentrazione. Nei luoghi della natura ove non giunge rumore umano, come alte montagne o grandi spazi aperti o le profondità della terra, il silenzio appare come compagno della solitudine, talora come fantasma della morte. E ancora il silenzio può essere la maschera del nulla, l'araldo della paura, il codice della sofferenza, il risultato di sopraffazione e di dominio sull'altro. L'autore al termine di questa carrellata che ha mostrato il silenzio nelle sue variegate forme conclude con un appello: *“Quando impareremo a convivere con i ritmi che la natura ci impone per necessità biologica, quando le sovrapposizioni culturali della società non tracimeranno per puro consumismo, generando rumore molesto, indesiderato e sovrabbondante rispetto al normale convivere, allora il principio di silenzio ci permetterà di concepire diversi atteggiamenti a sostegno della legge, come una regola media di vita, dalla semplice parsimonia delle parole espresse nel rapporto civile alle più elaborate teorie da affiancare al senso di privazione che le soluzioni militari hanno rappresentato nel tempo, perché con Gandhi si può dire che “il silenzio dilata lo spazio di tempo della nostra vita”*

PER UNA STORIA DEL SILENZIO

Cingolani, Sergio
Mursia, 2012



A volte libri apparentemente “leggeri” o, come questo, apparentemente destinato agli appassionati dello sport, possono rivelarsi piccoli gioielli. Così è per il lungo racconto autobiografico dell'autore, campione olimpionico a Londra 2012 per la carabina, che con profondità, intensità e una buona dose di coraggio mette a nudo la sua formazione sportiva e la sua anima.

Proprio così, la sua anima. Perché Niccolò, il “predestinato”, si trova ben presto a lottare contro un avversario ben più agguerrito di quelli che accanto a lui in gara cercano di strappare una medaglia alla sorte. L'avversario è la paura, la paura di sbagliare, di perdere, di deludere le aspettative.

E per vincere la paura, per ritrovare il senso di ciò che si fa e si è, è stato necessario un viaggio fuori di sé, negli Stati Uniti, e un viaggio dentro di sé, nei meandri dell'interiorità, alla ricerca di quei significati che pian piano hanno preso la forma del “colpo perfetto”. Non si tratta soltanto di raggiungere la perfezione nella tecnica e nella concentrazione: il “colpo perfetto” è saper “stare” nel presente, nel momento, nell'essere.

Si tratta di trasformare l'atleta, troppo spesso vincolato dai risultati e dalle aspettative, non solo e non tanto in un campione, ma in un uomo felice, capace di “essere” il meglio di sé, al di là di ogni prestazione sportiva, a prescindere da gare, vittorie, sconfitte e medaglie.

E se la lettura di questa storia limpida e coinvolgente vi ha interessato potete ben rileggere, o leggere per la prima volta, un altro libro – gioiello, di cui si parla nel testo di Campriani, cioè *Lo zen e il tiro con l'arco* scritto nel 1948 dal professore di filosofia Eugen Herrigel dopo vent'anni passati in Giappone studiando lo Zen. Da lì potremmo infilare, come in una collana, altre gemme letterarie, sempre sulla stessa lunghezza d'onda: *Lo zen e l'arte di disporre i fiori* scritto dalla moglie di Herrigel, Gusty, oppure *Lo zen e l'arte della manutenzione della motocicletta*, romanzo-saggio scritto nel 1974 da Robert M. Pirsig. Insomma un vero podio di letture vincenti.

RICORDATI DI DIMENTICARE LA PAURA

Campriani, Niccolò
Mondadori, 2013

