

Albert Hofmann
Elogio del puro contemplare

Perché, nella nostra epoca, in cui pressoché ovunque nel mondo si offrono alla vista ben poche cose piacevoli, qualcuno scrive un libriccino in lode del contemplare? Ogni giorno i mass-media parlano di guerre, catastrofi, disagi, povertà, inquinamento; e da lungo tempo ormai persino nel nostro Paese le cose non vanno più troppo bene. Ma la colpa di questa sventura è l'uomo stesso. E a lui, sotto la sua responsabilità, che è stata consegnata la creazione con tutta l'abbondanza che vi è racchiusa.

Là ove le mani dell'uomo non l'abbiano devastata, la natura ci offre tuttora la sua magnificenza e i suoi tesori. E per questo che, qualora sia loro concessa la possibilità, le persone tendono sempre più a trasferirsi dalle città per andare a vivere in campagna.

Con questo scritto vorrei esprimere la mia gratitudine per il privilegio di vivere in un ambiente agreste e per di più in un luogo così straordinario qual è il Rittimatte, ove tuttora si vedono volare le farfalle.

Il Rittimatte è un'estesa radura nel bosco sul pendio settentrionale del Giura, situata al di sopra del villaggio di Burg nel Leimental.

Qui, in questo piccolo paradiso terrestre, mia moglie Anita e io con la collaborazione di due dei nostri figli costruiamo la nostra ambita dimora per trascorrervi gli anni del riposo. Da allora sono passati più di venticinque anni, un lungo periodo ricco di vita. Il Rittimatte è diventato il focolare domestico di Filemone e Bauci, come Anita è solita chiamare affettuosamente noi due vecchi.

Nonostante l'isolamento non ci sentiamo mai soli, i figli venivano e tuttora vengono spesso a farci visita, e ora anche i nipoti. Allegre e numerose sono state le feste in famiglia finora celebrate sul Rittimatte; accade sovente, poi, di ricevere visite di amici, anch'essi amanti di questo posto meraviglioso.

Quasi ogni giorno ci concediamo una breve passeggiata risalendo il lieve pendio che conduce alla panca adiacente l'entrata del bosco. Sulla destra il viottolo è fiancheggiato da una rada macchia di svariati arbusti, tra cui susini selvatici, noccioli, biancospini, rose selvatiche, berrette da preti e tanti altri ancora. A sinistra lo sguardo corre libero sopra la piccola vallata del novello Birsig situato sull'ampia dorsale boschiva del Challhohe.

A due passi dietro la panca si trova una pietra di confine, con lo stemma di Berna su un lato e una vistosa F sull'altro. Di qui, verso ovest, il confine franco-svizzero risale il bosco fino al Monte Ramel e scende a valle in direzione nord attraversando il nostro prato.

Un paio di anni fa, sul lato francese a ridosso del bosco e con l'aiuto di uno dei miei nipoti ho costruito una piccola panca. Da qui, sulla panchina di Roland, l'occhio spazia dabbasso verso i villaggi del Sundau: Wolschwiller, Lutter, Raedersdorf, Sondersdorf e Oltingen; e in lontananza verso la catena montuosa del Vogesen, in direzione del levante, sorge la Schwarzwald, la Foresta Nera.

Qui, sul Rittimatte, ho ritrovato il paesaggio che da bambino mi rendeva così felice: il prato con gli stessi fiori, lo stesso bosco, l'ampio guardo sulla campagna.

Qui si vive il mutare delle stagioni nella sua traboccante magnificenza. Trascorso il lungo e taciturno inverno, il primo canto del merlo annuncia il sopraggiungere della primavera; con lei subito appaiono, lungo il margine del bosco, le viole e le primule, sul prato intorno alla casa e nel giardino spuntano il bucaneve, il croco, il piè di gallo e l'anemone, mentre nel bosco ancora spoglio fiorisce il rosso mezero.

E giunge il bel tempo. quando il Rittimatte riluce di giallo in un tappeto di denti di leone e il viale dei ciliegi sollecita la passeggiata attraverso la sua bianca volta fiorita, in mezzo alla quale ronzano le api.

Di anno in anno si fa costantemente presente la meraviglia del maggio: nel bosco che si riveste del verde novello, sul variopinto prato in fiore con il bianco delle margherite, il blu della salvia, degli amor nascosti e delle campanule, il giallo delle barbe di becco, dei ranuncoli, delle peloselle e il rosso intenso dei gigli caprini che crescono in luoghi particolari.

Una volta fiorite, presso il margine del bosco, le rose selvatiche, ha inizio la bella stagione estiva. Facciamo sovente colazione all'aperto quando il sole del mattino rischiarà il giardino di Anita. Profumano le rose, le rondini sfrecciano attraverso il blu del cielo. Dal vicino boschetto giunge il canto degli uccelli, oppure ascoltiamo della bella musica trasmessa dal programma radiofonico del mattino. Inizia così una bella giornata.

La calura meridiana diffonde l'odore del fieno; il contadino ha da poco falciato l'erba. Il prato fiorito è scomparso, eccetto un'ampia striscia laterale su cui continuano a sbocciare i fiori fino a settembre inoltrato. Solo allora si può provvedere a tagliare anche questa parte.

Una copiosa fioritura estiva allietta pertanto il viandante lungo il viottolo che sale fino alla panchina sul margine del bosco. Il trifoglio rosso e giallo, le campanule blu, le rosee lupinelle, le inule dal giallo intenso, le svariate orchidee selvatiche e numerose altre piante qui appassiscono per poi lasciar cadere il seme e riprodursi. Grazie a questo processo sopravvivono quelle specie in pericolo tra cui le piante alimentari di vitale importanza per le larve di farfalla.

Dopo la fienagione sono mature le prime ciliege. Gli alberi di ciliegio, che fiancheggiano da entrambi i lati un sentiero lungo il prato, producono varietà che maturano in periodi diversi. Si possono pertanto assaporare questi frutti eccellenti per l'intero arco dell'estate.

In anni di abbondante fruttificazione a malapena si è stati in grado di provvedere alla raccolta. Una parte di essa veniva allora depositata in una botte per la preparazione del kirsch. Amici e conoscenti erano invitati a prender parte alla gioiosa festa della ciliegia. Nonostante essi tornassero a casa con le ceste piene, agli uccelli rimaneva pur sempre abbastanza di che beccare.

La stessa cosa è accaduta ogni volta che i susini, nella parte inferiore del Rittimatte, hanno fruttato copiosamente. Una rimanenza di eccellente grappa di Regina Claudia proviene da uno di questi annidi abbondante raccolta.

L'autunno sul Rittimatte si presenta nel suo ricco fulgore; quando la nebbia mattutina si dirada, s'illuminano i boschi tutt'intorno di un'incantevole luce gialla e rossa. Ma anche si intromette una certa malinconia, quando i colchici annunciano la fine del tempo della fioritura.

Per l'ultima volta cuciniamo ai ferri sul camino esterno alla casa e ceniamo all'aperto sotto il porticato. Spesso la vista in direzione di ponente è straordinariamente bella, quando il profilo del grosso pero, l'albero preferito di Anita, si staglia oscuro contro un rosso cielo serale. In tardo autunno si odono tutt'intorno le fragorose tempeste novembrine provenienti da occidente. Confortevolmente protetti all'interno della casa, osserviamo attraverso le ampie vetrate del salone l'agitarsi caotico delle foglie.

Anche l'inverno, che nella città provoca principalmente solo disagi, manifesta quassù, nella natura libera, la sua bellezza: quando, al sopraggiungere della prima neve, il Rittimatte si riveste silenziosamente di bianco: o quando la brina argentea trasforma il bosco in un luogo incantato.

Fonte di grande gioia è l'avvistamento continuo della ricca fauna presente tuttora sul Rittimatte. In qualsiasi periodo dell'anno è possibile vedere i caprioli uscire dal

bosco; spesso un'intera famiglia con il capriolletto rigato. Talora, di giorno, si possono anche vedere le volpi a caccia di topi, nutrimento per i loro piccoli. La lepre si è fatta rara. I cinghiali, al contrario, si mostrano più di frequente. Non che sia facile incontrarli: tuttavia, dopo che sono stati in giro durante la notte, lasciano sul prato numerose e confuse tracce del loro passaggio, particolarmente appariscenti in presenza della neve. Ogni tanto si vedono barcollare i tassi sotto la luce dei lampioni della strada, quando, verso sera, fan ritorno alle loro tane. E' soprattutto d'inverno che si offre allo sguardo meravigliato la ricca varietà del mondo degli uccelli, quando gruppi variopinti di cinciallegre, fringuelli, rzigoli gialli, a cui subito si uniscono i picchi muratori e i picidi, vengono a mangiare il becchime nel vassoio. In autunno, le cesene a stormi si gettano in volo

sopra il pendio del prato. Gracchiando, le ghiandaie si spostano di continuo tra le grosse querce lungo il margine del bosco e i ciliegi.

Presente oramai solo in ambienti naturali, si riconosce il corvo imperiale dal suo gracidiare continuo. In cielo volteggiano gli uccelli rapaci: la poiana, l'astore, il nibbio, creature straordinarie che l'occhio può ammirar dappresso, vieppiù intorno al prato falciato di recente, quando si lanciano sulle loro prede.

D'autunno si scorgono i cardellini, sovente in piccoli gruppi, destreggiarsi sui fili d'erba del prato non ancora falciato, alla ricerca di semi maturi. Ogni maggio, durante i primi anni della nostra permanenza sul Rittimatte, vedevamo spesso il cuculo sulla cima di un albero, il quale era solito accompagnare il suo richiamo con un colpo d'ala; adesso è più raro osservarlo e solo occasionalmente si ode ancora il suo grido provenire dal bosco. Sul Rittimatte, sebbene siano divenute più rare, l'occhio può tuttora gioire della presenza di farfalle di molte specie.

Già con il primo tiepido sole di primavera, dopo aver svernato, svola la cedro nella presso il margine del bosco. Presto fa anche la sua comparsa la pavonia, che ha anch'essa ivi trascorso la fredda stagione. Ma persino in ottobre si assiste spesso al continuo agitarsi di queste pregiate farfalle sopra i fiori blu dell'astro. Qui e anche intorno ai frutti caduti dal pero non di rado s'incontra il superbo vulcano. Tra gli ospiti meno assidui, quantunque presenti ogni estate, figurano il macaone, l'iride, la vanessa del cardo e l'antiopa. Più sovente si ammira la vanessa multicolore, il tabacco di Spagna e, sui fiori del prato non ancora reciso, moltissime galatee. Sulla Rupe del Falco, sopra il pendio del Ramel, ho persino incontrato l'apollo. Presso le zone umide lungo il sentiero di campagna svolazzano qua e là piccoli gruppi di licenidi. Gioielli alati sono anche la *adscita statices* di color verde madreperlaceo e la *zygaena filipendulae*, le quali si possono soprattutto ammirare sopra la celeste coltre fiorita delle scabiose.

In qualsiasi periodo dell'anno, le passeggiate per i boschi e i prati che circondano il Rittimatte sono state e tuttora sono per me una fonte inesauribile di ristoro fisico e spirituale. Innumerevoli sono i poeti e i pensatori che hanno altamente lodato il vivere in campagna e nei boschi, giacché un'intensa felicità dimora nell'uomo qualora la natura lo renda partecipe della sua vita. Una sensazione di caduta del tempo e insieme di appartenenza al puro essere è ciò che attende l'uomo in questi momenti.

Della maggior parte delle riflessioni contenute nel saggio *Percezioni di realtà*, pubblicato in occasione del mio ottantesimo compleanno, debbo ringraziare le ispirazioni avute durante certe mie escursioni attraverso i boschi e i prati.

Per la loro stesura ho usufruito della necessaria quiete che mi stata offerta dalla tranquillità monastica del mio studio, quello che la mia famiglia chiama l'eremo. Dalla scrivania lo sguardo incontra il prato a breve distanza, più in basso il margine del bosco e oltre di esso, in lontananza, i villaggi e le colline dell'alsaziano Sundgau.

In occasione del mio novantesimo compleanno, trascorsi dieci anni dallo scritto che qui redassi, lo stesso luogo mi ha stimolato ancora una volta a formulare alcune riflessioni fondamentali. Esse vengono a formare la seconda parte di questo libriccino.

La mia visione del mondo sgorga da due sorgenti. La prima è da rintracciare nell'infanzia, essa ha a che vedere con la percezione infantile della natura, paragonabile alla visione mistica. Quand'ero bambino e nella tarda fanciullezza ho vissuto taluni episodi di gioia intensa: quando un prato in fiore, o un luogo soleggiato dentro il bosco, d'improvviso risplendevano in una chiara insolita luce di avvolgente bellezza, che colmava l'animo di felicità indescrivibile. Non sentivo più allora, di essere separato dalla natura che mi si offriva tutt'attorno, bensì avvertivo di farne parte.

Queste esperienze visionarie hanno caratterizzato la mia immagine del mondo nei suoi tratti fondamentali, offrendomi la certezza dell'esistenza di una realtà imperscrutabile e vitale che si cela allo sguardo comune.

La seconda fonte della mia visione del mondo risiede nelle conoscenze acquisite in virtù della mia attività di ricercatore chimico e dello studio di opere di carattere scientifico naturale e filosofico

naturale. Il cristianesimo, i grandi filosofi, poeti e scrittori rimarchevoli hanno contribuito alla sua formazione.

E' opinione largamente diffusa che la visione oggettiva e materiale del mondo sostenuta dalle scienze naturali e l'esperienza mistico-religiosa siano fra loro in contrasto. E' vero semmai il contrario. Esse si integrano in quella che è la visione comprensiva dell'unica e medesima realtà spirituale-materiale. Ciò può venire colto in maniera particolarmente suggestiva, per esempio, attraverso l'osservazione di una bella farfalla. Contemplando siffatti gioielli di natura si possono schiudere quei pensieri che concernono la creazione intera e la natura umana ivi racchiusa.

In primo luogo la vista di queste incantevoli creature, ove la bellezza ha la sua dimora, ci rende intensamente felici. Esse sembrano provenire da un altro mondo, più luminoso, più colorato, più gaio, un mondo più spirituale privo di pesantezza. Tutti gli sforzi tesi a raccontare in dettaglio questa bellezza, questi colori di uno splendore cangiante e opalescente naufragano. Vani sarebbero pure gli sforzi che mirassero a estrarre questi bei colori dalle ali della farfalla.

Esse difatti non contengono alcun pigmento. La colorazione è dovuta a piccolissimi cristalli di sostanze incolori di grandezza pari alla lunghezza d'onda della luce, i quali, attraverso la rifrazione luminosa, danno origine, così come accade per l'arcobaleno, a questi meravigliosi effetti cromatici. Per quale motivo si dà la possibilità di venir sedotti dall'essenza e dalla bellezza delle farfalle? Io credo che ciò derivi dall'esperire la nostra co-appartenenza alla creazione.

Quando sosto lo sguardo su di un fiore del prato lungo il margine del bosco, su cui or ora si è posata una farfalla - Sommervogel è il nome in dialetto locale con cui chiamiamo queste meravigliose creature - vivo con essa un "raccoglimento nel mondo", nell'eterno istante del qui e ora, avvolti nell'identica radiosa cupola celeste, entrambi sfiorati dal medesimo sussurrante alito di vento. Siamo l'uno accanto all'altra sopra questo splendido angolino di terra entro lo spazio infinito del tutto; ciascuno con la propria individualità, partecipiamo della vita universale che attraversa il cosmo nell'istante senza fine. Sorretti da questa consapevolezza, si è rapiti da un amore per la vita che ci colma di gioia.

Sono pertanto la luce, la vita, l'amore che tengono uniti tutti noi. Qualora uno dei tre difettasse, non si darebbe alcun essere nell'oscuro vuoto infinito dello spazio interplanetario.

La luce e la vita formano un'unità indivisibile. Grazie all'irraggiamento della luce, sulla terra inanimata si sono formate le molecole, da cui è nata la cellula primordiale della vita. Dagli esseri viventi unicellulari si è poi sviluppata, sotto gli occhi luminosi dell'amorevole genio creatore, la scala del creato; dalle primitive piante senza fiore a quelle con i fiori, dagli animali primordiali passando attraverso i pesci, i rettili, gli uccelli fino ai mammiferi e infine all'uomo. In virtù del flusso di energia luminosa è sorta la vita sulla terra. La verde coltre del regno vegetale può accogliere entro di sé, con sensibilità materna, il torrente di luce che unisce il sole alla terra e usufruendo di questa energia è in grado, dall'acqua della terra e dall'acido carbonico dell'aria, di dare vita a nuove piante, alimento per l'uomo e l'animale. Grazie alla luce proveniente dalla primigenia fonte d'energia cosmica si è sviluppata e si sostiene la vita intera, quella vegetale, quella animale e quella umana. Lo stesso processo mentale del cervello umano viene alimentato da questa sorgente di energia, per cui anche l'anima umana, la nostra coscienza, rappresenta il più elevato e sublime grado di trasformazione della luce. Noi siamo esseri luminosi; ciò non è soltanto un'apprensione mistica a cui alludono la parola 'illuminazione' e l'importanza accordata alla luce in molte religioni, ma anche un riconoscimento da parte delle scienze naturali.

Ma la luce non rappresenta soltanto il fondamento bioenergetico di tutti gli esseri viventi sulla terra, bensì è anche il mezzo attraverso cui il creatore rende manifesta alle sue creature la meraviglia della sua creazione.

Io vedo la farfalla gioire in mia presenza intorno al suo fiore, vedo il prato e l'intera bellezza del paesaggio solo perché il tutto riposa nella luce. La ricerca scientifica ha chiarito la natura fisica della luce e il meccanismo biologico della vista. La luce consiste in oscillazioni elettromagnetiche che inondano l'universo sotto forma di un gigantesco spettro di lunghezze d'onda, di cui tuttavia i

nostri organi visivi sfruttano solamente un piccolissimo segmento, affinché il mondo esterno si renda manifesto. Ciò che noi percepiamo come luce corrisponde a una frazione assai ristretta di lunghezze d'onda, compresa tra 0,4 e 0,7 millesimi di millimetro; entro questo settore noi percepiamo le diverse lunghezze d'onda sotto forma di svariati colori. Quando la luce di lunghezza d'onda pari a 0,4 millesimi di millimetro, proveniente da un oggetto esterno, colpisce il nostro occhio, attraverso le corrispondenti stimolazioni elettrofisiologiche sul nervo ottico del centro visivo, l'oggetto in questione ci appare blu; un oggetto che riflette la lunghezza d'onda di 0,7 millesimi ci appare rosso.

Là fuori nel mondo non vi è alcuna immagine colorata: essa ha origine soltanto sullo schermo psichico all'interno di ciascun essere umano. La riflessione delle scienze naturali sul fenomeno visivo ci rende consapevoli del fatto portentoso, nonché di primaria importanza, secondo cui ciascun singolo uomo si crea una propria immagine del mondo.

Ciò vale anche per gli animali superiori, benché solo all'uomo sia data la possibilità di comprendere e interpretare il messaggio spirituale racchiuso in quest'immagine: il silenzioso manifestarsi del *creatore*. Il vedere unito al pensiero si trasforma pertanto in puro contemplare.

Tutta la conoscenza, e con essa l'intera natura umana, si basano sul puro contemplare.

Attraverso il puro contemplare si espande la nostra consapevolezza del miracolo della creazione e del nostro soggiornarvi. Poiché l'evoluzione dell'umanità va di pari passo con l'allargamento della coscienza, all'atto del contemplare spetta la suprema importanza per il perfetto compimento del vedere.

Inerenti all'atto del vedere, possiamo discernere vari passaggi, il cui esito finale è il puro contemplare.

Il primo stadio è rappresentato dalla semplice percezione di un oggetto, senza che esso susciti il nostro interesse.

Nella fase successiva l'oggetto richiama la nostra attenzione.

Nella terza fase l'oggetto viene osservato ed esaminato più accuratamente. Hanno inizio adesso riflessione e indagine scientifica.

Il grado più elevato del vedere, in relazione soprattutto a un ente materiale e al mondo esterno, viene infine raggiunto una volta soppressa la separazione tra soggetto e oggetto, tra osservatore e osservato, tra me e ciò che mi sta di fronte, quando divengo tutt'uno con il mondo e il suo fondamento spirituale primigenio.

Qui l'amore ha la sua ragione d'essere. Il grado più elevato del vedere è l'amore. O, viceversa, l'amore può essere definito come il grado più elevato del vedere. Elogio più sublime di quel vedere fattosi più intenso, quale è il puro contemplare, che non può essere prodigato.

Tratto da: "Altrove", annuario della Società Italiana per lo Studio degli Stati di Coscienza, 2008.