

Domenica

BREVIARIO

#A OCCHI CHIUSI

di Gianfranco Ravasi

» Non è forse vero che per gustare fino in fondo qualcosa di profondo dobbiamo chiudere gli occhi? Come quando si ascolta un concerto, si fa l'amore, si prega.

Il Casentino è un territorio toscano montuoso che comprende l'alta valle dell'Arno, un'area segnata da pascoli e castagne, nella quale sono collocati i conventi della Verna e di Camaldoli, memorie di grandi santi come Francesco e Romualdo. In questa stessa regione, a Quorle, si era ritirato in un eremo Wolfgang Passer, un fisioterapista non vedente la cui vicenda è narrata nel volumetto *Invisibile agli occhi*. Sua è la considerazione che abbiamo citato e che prende spunto dalla nostra locuzione comune «a occhi chiusi». Essa può avere un duplice significato. Quello negativo e più banale è presto detto: se avanzi a occhi chiusi, puoi rischiare di precipitare in un baratro.

Ma c'è anche un'accezione positiva, espressa nel modo di dire «fare una cosa a occhi chiusi», per indicare una piena conoscenza. Sboccia, così, il valore della frase di Passer: chiudere gli occhi nei momenti più alti dell'ascolto, dell'amore, della preghiera è un far calare il sipario sull'esteriorità e rientrare in se stessi. Il profeta Balaam è definito nella Bibbia come un «uomo dall'occhio penetrante», ma nell'originale ebraico si ha letteralmente «occhio chiuso» (*Numeri* 24,3). Porre un freno all'eccesso di immagini e di scene esteriori, chiudendo gli occhi del corpo e dell'anima, è un esercizio necessario, liberatorio e gioioso. S. Agostino, che è segnato nel calendario proprio il 28 agosto, giorno della sua morte nel 430, ricordava la necessità di «ritornare nell'uomo interiore» che è in noi.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

DETTI & FATTI REALI INGLESI IN INCOGNITO

» Nell'estate del 1934 il principe di Galles e Wallis Simpson si trovavano in vacanza in Italia e decisero di visitare in incognito il Palazzo Borromeo sull'Isola Bella. Era una giornata calda e gli augusti personaggi indossavano abiti leggeri: Wallis a gambe nude con un abito di cotone, Edoardo in short e sandali. Entrarono nel palazzo pagando il biglietto e accodandosi a una committa guidata da un ciccone. I turisti non si resero conto della presenza del principe di Galles, ma un custode del palazzo lo riconobbe. E così, mentre la coppia vagava tranquilla tra le sale, si spalancò improvvisamente una porta e un solenne signore in tight si diresse verso Edoardo e si presentò con un profondo inchino: «Altezza reale, sono il principe Borromeo. Vorrebbe farmi l'onore di accettare una tazza di tè nei miei appartamenti?».

Edoardo, preso alla sprovvista, rispose: «È molto lusinghiero da parte sua, ma, vede, sono qui in incognito. E poi, guardi come siamo vestiti...». Ma il principe italiano insistette. Così i Borromeo, abbigliati come per un ricevimento di Stato, fecero accomodare su fastose poltrone barocche Sua Grazia Britannica «conciato» da turista, in short e sandali. Il contrasto fece molto sorridere Wallis.

— Marco Carminati

© RIPRODUZIONE RISERVATA

Il Sole
24 ORE

TERZA PAGINA

PROTAGONISTI DELLA MUSICA: ERARDO TARENTINAGLIA

Carla Moreni pag. III

LETTERATURA

L'EDIZIONE COMPLETA DELL'EPISTOLARIO DI MACHIAVELLI

Gabriele Pedullà pag. V

ARTE

LA COLLEZIONE DI LIA RUMMA DONATA A CAPODIMONTE

Ada Masoero pag. X

TEMPO LIBERATO

DIEFENBACH, ARTISTA, TURISTA E NATURISTA A CAPRI

Luca Bergamin pag. XVI



28/08

2022

SOGNO O SON DESTO? FORSE È LO STESSO

Storia del sonno. Un viaggio tra letteratura e scienza attorno al bisogno di dormire: dai miti onirici (classici e orientali) alla Bibbia (che ne diffida). Fino all'invenzione della luce artificiale che ne ha sconvolto i ritmi

di Luigi Sampietro

«Sogni o son desto?» si chiedeva circa quattro secoli fa il vecchio Cartesio mentre meditava sul fatto stesso di pensare quel che stava pensando. A differenza di altri - romantici e no - che proprio al dormiveglia, al sonno profondo o all'ostato di ipnosi si sarebbero affidati per capire come stanno davvero le cose, Cartesio era un filosofo che voleva sempre vederci chiaro. E dubitava di tutto, al di là - anzi: al di qua - degli sterminati territori della metafisica e dell'immaginazione.

Abbiamo tutti imparato, fin da quando leggevamo l'*Iliade* a scuola, che dei sogni non ci si può sempre fidare. E che il cattivo esempio lo danno talora le divinità stesse. Come Giove Tonante che per contraddire la moglie e compiacere una collega venuta dal mare non si perita di inviare un sogno fasullo (leggi: *fake news*) nientemeno che al capo dell'esercito greco impegnato nella guerra contro i troiani.

I sogni, si sa, vengono quando si dorme. E sull'argomento è di recente uscito da Odoya Edizioni un curioso volume, tradotto dal tedesco da Isabella Ventura, che si intitola *Storia del sonno. Tra letteratura e scienza*. Lo ha messo insieme Karoline Walter ed è un rapido *excursus* - sghembo nella trattazione ma accattivante nella scrittura - intorno all'interno di quell'inafferrabile paro-

DURANTE LA PRIMA TRASVOLATA DELL'ATLANTICO, CHARLES LINDBERGH FU OBBLIGATO A RESTARE SVEGLIO PER 33 ORE



Penicellina d'autore. Roger Ballen, «The Place of the Upside Down», in mostra fino al 2 ottobre presso Palazzo del Duca e Palazzetto Baviera a Senigallia (Ancona)

dia dell'Alidilà che è appunto il cosiddetto mondo dei sogni.

Una sorta di resoconto su come ci si è comportati nel tempo e in diverse parti del globo nei confronti di un bisogno primario qual è il dormire, partendo da alcuni miti e leggende in cui il sonno precede la creazione stessa.

Nell'*Edda* islandese si racconta infatti che «in principio non esisteva altro che un bratiro cosmico, il Ginnungagap, in cui viveva addormentato il gigante Ymir, dal cui sudore nacquero due esseri: un uomo e una donna».

Mentre il *Bhagavata Purana*, testo sacro della tradizione indù, ricorda che «prima della nascita del mondo, un enorme cobra galleggiava sulla superficie di uno sconfinato oceano primordiale e che tra le sue innumerevoli spire giaceva addormentato Vishnu». Colpito da un frangente, il dio si stava svegliando quando ebbe origine il mondo. Che fuoriuscì dal suo ombelico in forma di loto.

Fa eccezione la Bibbia, in cui è

lo stesso Padreterno a creare quel che noi avremmo poi chiamato *universus*: un mondo dotato di senso. Il Dio delle Sacre Scritture, infatti, pare quasi «attenersi all'ordine dell'evoluzione. Per prima cosa crea i cieli, in seguito gli esseri viventi e, tra questi ultimi, spuntano prima le piante, poi le creature marine, gli uccelli e solo da ultimo l'uomo».

Per il Dio biblico, che è onnipotente e onnipotente, «il sonno non è concepibile». Nei racconti della Bibbia è «tutto l'altro che uno stato di vino», ed è «una prerogativa degli animali e degli uomini, creature fondamentalmente imperfette», seppur capaci di ridestarsi, ritornare in sé e risorgere alla vita.

«Non amare il sonno, per non diventare povero, tieni gli occhi aperti e avrai pane a sazietà» è scritto nel libro dei *Proverbi* (20, 12-15). Un saggio consiglio, poi ribadito da chi ha sempre saputo che cos'è la fame e il freddo, che ha attraversato i secoli fino all'epoca dei Lumi.

Nei suoi *Pensieri sull'educazione* (1693) John Locke raccomanda in-

fatti ai genitori di non permettere ai bambini di dormire troppo né troppo comodamente. Mentre Benjamin Franklin, inventore del parafulmine e della lente bifocale, del catetere vescicale e di una famosa stufa - a quel tempo ci si scaldava con la legna - nonché creatore del primo corpo dei pompieri e della prima biblioteca pubblica in America, non dichiarò guerra al dormire come fece qualcuno dei contemporanei, ma consegnò ai posteri un'aurea sentenza: «Presto a letto e presto alzato, fanno l'uomo ricco, sano ed assestato».

La *Storia del sonno* è un regesto cui, tra le righe, sembra spirare un'aria di fronda, tra il giovanilistico e il libertario, che potrebbe anche essere intesa come un elogio del sonno. Parente prossimo di un utopistico e rivoluzionario dolce far niente.

È invece, nella sostanza, un ballo dei sapienti chiamati indirettamente a convegnare da Karoline Walter attraverso opportune sintesi e citazioni di pareri e contro pareri, prove scientifiche e semplici opinioni, resoconti e dati statistici, con gli in-

dispensabili annessi e connessi di aneddoti storici e curiosità varie.

E partendo da padre Adamo, preda di un sonno anestetizzante il giorno in cui perdettero la famosa costola, trovano ampio spazio episodi tratti dalle Scritture e dalla tradizione cristiana in cui profeti, mistici e santi - dormendo - ricevono in visione premonizioni e preziosi messaggi.

Nei secoli dei secoli a venire si è continuato a dormire e sognare. E a ragionarci sopra. Fino alla scoperta della elettricità negli esseri viventi e al cosiddetto «magnetismo animale» del dottor Mesmer, il quale, alla fine del '700, curava le malattie del corpo - ernia compresa - inducendo uno stato di trance nel fortunato paziente.

Con l'invenzione della lampada a gas (1792), dieci volte più potente delle tradizionali candele, e poi della lampadina a filamento di carbonio, l'equilibrio tra il sonno e la veglia si fece ancor più precario. Vi fu chi preconizzò l'avvento della «età dell'insonnia».

Rimanere sveglio per più di 33 ore fu d'obbligo per Charles Lindbergh durante la trasvolata dell'Atlantico; ma vi fu anche chi, in America, si cimentò contro il sonno come fosse una disciplina sportiva, resistendo per 200 ore filate dentro una gabbia di vetro visibile a tutti.

Infine, come a mantenere viva la partita fra i due schieramenti, pro e contro le grandi dormite, un intero capitolo è dedicato al lontano Giappone. Dove, veniamo a sapere, non si fa distinzione tra la notte e il giorno, e si dorme poche ore per volta. A spizzichi e bocconi. In privato e in pubblico. Sulle panchine del parco e in metropolitana. Senza per questo essere scambiati per dei poveri esserzattati. Leggere per credere.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

Storia del sonno. Tra letteratura e scienza

Karoline Walter Traduzione di Isabella Ventura Odoya, pagg. 238, € 16,50