

SONO LO SCORRERE DELL'ACQUA DEL RUSCELLO

Come Lenù, Nanà e i loro amici
hanno appreso di sé e di altre cose

*Un racconto di Catia Belacchi,
quasi una fiaba,
sull'origine della vita e sul vivere
rivolto a coloro che iniziano
i primi passi nella conoscenza spirituale*



Il Sentiero contemplativo

A uma
e al nostro piccolo resto

Copertina di Piera Corinaldesi
Stampato a novembre 2025

Nel cuore della montagna

Molto lontano nel tempo, nel cuore sperduto della montagna, c'era nascosta una valle: stretta, isolata, antica. Era fiancheggiata da gole, dirupi e alte pareti di roccia dove vivevano stambecchi, camosci, marmotte e dove nidificava l'aquila.

Qui, in un piccolo villaggio abbarbicato sui fianchi ripidi della valle, vivevano Lenù e Nanà, insieme ai genitori e ai loro amici.

Le casette, con la loro base di pietra, avevano muri e finestre dei colori dell'erba, della terra, del cielo e sembravano sprofondare le loro radici nel ventre della roccia. Ai lati della valle scendevano piccole cascatelle gorgoglianti che spruzzavano in aria scintille di arcobaleno. In basso si raccoglievano in un avvallamento dando vita a un ruscello canterino che portava l'eco di voci lontane. Lì, al tramonto, era possibile vedere stambecchi e camosci che si andavano ad abbeverare scendendo dai valloni riparati delle cime. I ragazzi aspettavano il tramonto per vederli arrivare e si nascondevano sottovento perché la brezza non portasse alle bestiole il loro odore e le facesse scappare.

La vita tra i monti

Nel villaggio si viveva, da sempre, seguendo il tragitto del sole e il succedersi delle stagioni.

Quasi tutti gli uomini facevano i boscaioli, lavoravano insieme a tagliare vecchi alberi nei boschi e la legna era messa in comune. Avevano in comune anche una piccola mandria di mucche da latte che due uomini, i mandriani, portavano in estate a pascolare sugli alpeggi e d'inverno chiudevano in una stalla poco lontano dal paese.

Un vecchio sapeva anche lavorare i metalli, cosa preziosa perché costruiva gli attrezzi per il taglio degli alberi, per il lavoro dell'orto e per la cucina.

Le donne si dedicavano all'orto, al pollaio, alla raccolta della frutta spontanea, alla conservazione del cibo, alla tessitura e a tanti altri piccoli lavori domestici.

Una volta alla settimana facevano il pane che poi cuocivano nel forno collettivo situato nella piccola piazza del villaggio.

Una delle donne, così anziana che tutti chiamavano Grande Nonna, era una guaritrice; conosceva le proprietà di tutte le erbe che andava a raccogliere solo dove lei sapeva.

Nella sua casupola, un poco discosta dal villaggio, mazzi di erbe secche pendevano dal soffitto, strani sacchetti di iuta e ciotole di argilla erano allineati su una serie di mensole addossate alle pareti: tutta la casa emanava forti odori di campo, di fieno, di sole e sembrava l'abitazione di una maga.

I ragazzi volevano bene alla Grande Nonna perché era sempre gentile con loro, ma non andavano volentieri nella sua casa perché li rendeva inquieti.

La giornata dei ragazzi

Lenù e Nanà erano fratelli e, come i loro amici, passavano le prime ore della giornata ad aiutare gli adulti: andavano spesso col padre per il taglio del bosco o restavano con la mamma per aiutarla nell'orto o con le galline.

Il lavoro che piaceva loro più di tutti, però, era fare le marmellate con le fragole e i mirtilli che coglievano lungo i sentieri e che portavano i sapori del bosco, della terra e del sole.

Così era per tutti i ragazzi del villaggio ma prima di sera, finiti i lavori, si perdevano in scorribande sui pendii, facevano il bagno nel ruscello e si sfidavano a catturare i pesci a mani nude.

Ogni tanto, nel cielo terso, potevano ammirare il volteggio alto e irraggiungibile dell'aquila.

Vivendo immersi nella natura come fossero una cosa sola con essa, ciascuno a modo suo, i ragazzi cominciavano a scoprirne i segreti e a comprenderla.

D'inverno, quando la neve scendeva fitta fitta con larghi fiocchi di bambagia e copriva tutta la valle, le famiglie restavano al caldo.

Per farsi compagnia si radunavano, a turno, presso la casa di una famiglia.

Allora sì che per i ragazzi era una festa perché a un certo punto c'era sempre qualche vecchio che iniziava a raccontare e i ragazzi, curiosi e insaziabili di storie, ascoltavano.

I vecchi dicevano che fra quelle montagne, così era stato tramandato da sempre, in un tempo tanto remoto che se ne era persa memoria, viveva uno strano popolo: gli omini. Abitavano in grotte e caverne, lavoravano la pietra e avevano scoperto il fuoco.

Qualcuno raccontava che si facevano vedere solo nelle notti di novilunio, altri di averne visto le impronte lasciate sulla roccia, altri dicevano altre cose ancora.

Ma nella fantasia dei ragazzi tutto questo diventava reale ed erano attraversati da eccitazione e timore insieme.

Nel villaggio, così antico e lontano dal mondo, protetti da quella piccola valle, i ragazzi acquisivano conoscenze, competenze e sentire.

Cantore

Era iniziato il disgelo nella valle e nell'aria si percepivano i primi sentori della primavera.

Fra poco, nei fine settimana, sarebbe cominciata la scuola e i ragazzi aspettavano sempre più eccitati.

Per loro era un momento importante perché il maestro era Cantore: il suo modo di insegnare era speciale come speciale, del resto, era lui.

Si presentava al villaggio all'improvviso quando le nevi cominciavano a sciogliersi e benché i ragazzi tutte le mattine stessero all'erta con la speranza di scorgerlo arrivare, lo vedevano solo quando lo trovavano già seduto sotto il vecchio faggio ad aspettarli.

Era un personaggio antico, il Maestro: alto, ossuto, dinoccolato, con lunghi capelli e una lunga barba bianca; i suoi occhi, chiari, avevano un'espressione così intensa che il suo sguardo catturava.

Vestiva sempre una consunta tunica scura lunga fino ai piedi, ricoperti da logori calzari di pelle. Nel camminare si aiutava con un nodoso bastone che nelle notti di novilunio emetteva una flebile luce per illuminargli la strada.

Nessuno nel paese avrebbe saputo dire la sua età, né da dove venisse.

Tutti pensavano che fosse nato con la valle e con quelle montagne.

La sua casa era da qualche parte tra le gole, ma nessuno ricordava di averla mai vista.

Finché durava la bella stagione, scendeva nella valle ogni fine settimana, per lasciare in eredità ai ragazzi la sapienza di cui era custode.

Le lezioni si svolgevano per lo più all'aperto ma nel villaggio c'era anche una piccola scuola per i giorni di maltempo.

Cantore non insegnava, cantava.

Parlava con una voce profonda come una caverna e melodiosa come la brezza: sapeva di eco, di bosco e di buono; le sue parole diventavano melodie, per questo lo chiamavano Cantore.

Era il custode di canti antichissimi sulla storia del mondo, canti che avevano una sapienza più antica di quel villaggio e di quelle montagne: erano i canti di quando tutto ebbe inizio.

Il Maestro sapeva, inoltre, tradurre quei canti in esperienze che ai ragazzi sembravano magiche perché riusciva a far rivivere loro quanto avevano appreso dai racconti.

Assorbendo quel sapere, i ragazzi non solo imparavano, ma si intesseva in essi il Sentire che aveva dato origine a quei canti.

Primo canto

Come dall' Essere sono scaturiti i mondi

Era una mattina di inizio primavera.

Nel villaggio regnava la quiete e una brezza leggera sussurrava tra i rami del faggio dove Cantore aspettava i ragazzi.

Arrivarono alla spicciolata e in silenzio si sedettero sul prato, morbido di rugiada, attorno al maestro.

“Oggi”, disse pacato Cantore, “inizia il nostro viaggio molto, molto indietro nel tempo, quando il tempo ancora non esisteva, quando niente esisteva se non l'Essere da cui tutto è cominciato”.

I ragazzi ammaliati dal tono del maestro chiusero gli occhi per concentrarsi meglio.

“In un non - luogo, fuori dal tempo, viveva l'Essere: Assoluto, Immutabile, Eterno.

Tutto conteneva in sé: le rocce e le montagne, le piante e i fili d'erba, gli abitanti del mare e dei fiumi; gli esseri che vivevano sulla terra, gli animali piccoli e grandi e, da ultimo, l'umano. In questo non luogo di eterno presente e di puro e assoluto Sentire, niente accadeva, tutto era immobile e immutabile.

L'Essere in questa immobilità sentiva tutti gli esseri che conteneva in sé, ma gli esseri sentivano Lui?

Sì, gli esseri Lo sentivano ma, indistinti da Lui, una cosa sola con Lui, non ne avevano chiara consapevolezza. Come un bambino protetto nel ventre della madre la sente, ma non la conosce finché non nasce fuori di lei, essi desideravano conoscerLo.

Per questo dovevano nascere nel tempo.

Allora, nell'immutabilità che lo caratterizzava, qualcosa della totalità che conteneva mosse la Sua consapevolezza che si posò sul divenire in Lui contenuto, lo vide nella sua origine, nel suo prendere forma, nel suo svilupparsi e assumere tempo. Vide l'inizio del percorso di tutte le creature, percorso che le avrebbe condotte a conoscerLo, a ricongiungersi a Lui diventando partecipi del Suo Sentire.

Così sorse una melodia dolcissima e vide l'origine scaturire dal canto: era la Vibrazione Prima, luminosa e cangiante a seconda dell'intensità e della qualità del suono che emanava dall'Essere. Man mano, da questa Vibrazione si diramarono frequenze più sottili: ognuna portava un particolare gruppo di note: alcune acute, alcune melodiose e delicate, altre basse.

Il vuoto si stava riempiendo di suoni, di luci, di energia che continuò a girare e a danzare come un vortice fin-

ché dall'aggregarsi della materia in movimento si formarono tante sfere ognuna delle quali rispondeva alla vibrazione che la costituiva”.

I ragazzi, intanto, non osavano aprire gli occhi per non perdere lo sfavillio di luci che danzava nella loro mente. “Fu così che nacquero i mondi”, disse Cantore; “grandi, piccoli, vicini, lontani, luminosissimi o privi di luce e questi mondi formarono il Cosmo; in uno di questi, la Terra, ci siete voi.

Ora i mondi usciti dall'Essere erano nel tempo e la distanza tra loro diede vita allo spazio.

L'Essere contemplò la sua emanazione e la sentì come sua essenza.

Per farvi comprendere tutto ciò che vi ho raccontato, disse Cantore alla fine della storia, pensate a quello che accade coi fuochi che si accendono nella valle durante le feste dei solstizi e degli equinozi: da una lingua di fuoco che si sprigiona dalla legna ne partono altre più piccole che poi diventano scintille; quelle scintille che si allontanano le une dalle altre, alcune perdendosi alla vista, sono un po' i mondi di cui vi ho parlato”.

Prima esperienza contemplativa

Era calata la sera del novilunio quando i ragazzi si recarono all'appuntamento e si chiedevano curiosi dove li avrebbe portati Cantore.

Il Maestro li guidò verso un sentiero che sinuoso si inerpicava verso la cima della montagna. Pian piano le ali della notte scendevano come una coltre scura a ricoprire gli esseri, mentre i ragazzi procedevano in silenzio in fila indiana. Il vento, intanto, portava gli odori del bosco: quello acuto della resina, quello dolce della menta, quello acre della pastura di qualche animale e, nel silenzio, arrivava il verso lugubre di qualche rapace notturno.

Lina, la più sensibile dei ragazzi, pensò: "Strano come di notte tutto si trasforma e gli esseri della montagna sembrano vivere un'altra vita!"

Arrivarono che era notte fonda in un luogo al di sopra della vegetazione, dove la coperta del cielo si apriva mostrando un lucichio infinito e un piccolo laghetto rispecchiava la luce delle stelle. Cantore si sedette e i ragazzi con lui.

Un silenzio profondo li circondò.

Cantore li invitò a guardare il cielo.

I ragazzi poterono così ammirare miriadi di punti luminosi, alcuni più vicini e brillantissimi, altri più lontani e pulsanti.

In un attimo furono catapultati all'inizio: videro la Vibrazione prima attraversare lo spazio infinito, sentirono le note danzare, le sfere luminose rincorrersi.

Ebbero la precisa sensazione che di fronte a quella vastità, la loro presenza svanisse, si sentivano piccoli piccoli, insignificanti. Tutto intorno si avvertiva, vibrante, la magia del cielo.

Alla fine della contemplazione Lina, la bimba sensibile e timidissima, trovò il coraggio di dire: “Ho sentito, a un tratto, di essere diventata piccolissima, come se fossi sparita, ma ho percepito la grandezza del cielo sopra di noi”.

“A me è sembrato di essere fuso con le stelle, di far parte, con loro, del canto dell’Essere”, disse Lendor, uno dei ragazzi.

“Io ho avuto la sensazione che una stella in particolare mi chiamasse e che non ci fosse distinzione tra la mia vita e la sua”, disse Nidar, “e ora quella stella la so riconoscere”.

Fu così che i ragazzi presero consapevolezza della vastità del Cosmo e della sua bellezza.

Secondo canto

La formazione della Terra

“Parlaci della terra”, chiese la volta successiva Lenù, che aveva il cuore pieno di domande.

“Piccola, come una piccola sfera fatta di energia e di luce, iniziò Cantore “girava su se stessa in una danza leggera, galleggiando nello spazio tra i mondi e nel danzare spruzzava vapori, come fa la polvere sollevata dal vento.

Col passare di tantissimo tempo, il movimento piano piano diminuì, la superficie della sfera si raffreddò e divenne solida, divenne roccia formando avvallamenti, pianure, picchi, dirupi.

La nostra piccola sfera luminosa era cresciuta e aveva assunto la sua forma.

Intanto i vapori che la circondavano quando lei iniziò a raffreddarsi salirono nello spazio, come succede quando il fabbro immerge un pezzo di ferro rovente nell’acqua e questo si mette a sfrigolare vapore che poi si disperde nell’aria.

Mentre il tempo pian piano passava, in quel grande spazio infinito questi vapori si diradarono, si alleggerirono, da scuri divennero sempre più chiari e azzurri dando origine al cielo. Lassù, incapaci di stare fermi,

giocavano a rincorrersi, a darsi forme strane e a lasciarsi trascinare dai venti: erano le nubi.

Un giorno, mentre giocavano, abbassarono lo sguardo e videro la Terra che avevano lasciato: era solida, accogliente ma sola e brulla; sembrava molto triste così deserta.

Decisero allora di tornare: scesero dapprima sotto forma di goccioline piccole e rade, poi sempre più grandi e fitte.

Sulla Terra pioveva; piovve per giorni e giorni finché non si riempirono gli avvallamenti e si formarono i mari, i fiumi, i laghi e ogni specchio d'acqua.

Terra e acqua diventarono inseparabili e il pianeta, così oggi chiamiamo quella sfera iniziale, era pronto a ospitare la vita.

Terzo canto

La terra si popola di esseri viventi

“Fu nell’acqua che nacque la vita”, iniziò Cantore.

“All’inizio furono sospiri leggeri, così almeno li percepì il mare che si infrangeva ritmicamente sulla riva, lievi vibrazioni che attirarono a sé piccole particelle di acqua, più piccole dei minuscoli granelli di sabbia che popolano le spiagge.

Col passare del tempo questi esserini impararono a crescere: si unirono, si moltiplicarono, assunsero una grande varietà di forme: rotonde, allungate, a spirale, complesse come le stelline che formano il fiore del sambuco o come quelle dei piccoli frutti di bosco.

Intanto, protette dall’acqua, queste prime forme viventi continuarono a crescere e a trasformarsi: formarono corpi affusolati capaci di nuotare, corpi a ombrello capaci di galleggiare, corpi con corazze capaci di difendersi.

Una gran quantità di esseri ora abitava nel mare e negli specchi d’acqua e alcuni iniziarono a volgere lo sguardo verso la terraferma.

“Perché la vita si formò nel mare?”, chiese ancora una volta Lenù.

“Perché nell’aria mancava ancora l’ossigeno indispensabile per far respirare e vivere gli esseri che sarebbero arrivati”, rispose il maestro. “Quando l’ossigeno comparve nell’atmosfera, dall’acqua alcuni esserini poterono uscire all’asciutto.

I primi a trasferirsi furono piccole forme vegetali che divennero prima erba, poi arbusti, poi piante di tante specie.

In seguito, arrivarono gli animali: dapprima piccoli insetti come le libellule con ali trasparenti e cangianti, poi più grandi e complessi: anfibi come le rane che si trovavano a proprio agio sia in acqua che sulla terra, rettili prima grandi con una corazza di squame lucenti, alcuni capaci di sfidare i cieli come i draghi, poi, col passare del tempo, piccoli come le lucertole. Arrivarono, in seguito, gli uccelli di tante varietà ad allietare l’aria coi loro voli e i loro canti, portando al cielo le notizie della Terra.

Cantando emanavano la melodia primordiale dell’Essere e in questo modo celebravano la vita.

La Terra, intanto, continuava a popolarsi di una infinità di viventi e alla fine comparvero i mammiferi: essi avevano il privilegio di essere amati, cullati, nutriti dalla mamma. L’ultimo dei mammiferi ad apparire fu l’umano”.

“Vedete come acqua e terra sostengono i propri figli e come tutto quanto esiste è nato da un disegno perfetto”, concluse Cantore.

Seconda esperienza contemplativa

La giornata era particolarmente nitida e calda.

I ragazzi si erano ritrovati, alla spicciolata, tutti quanti al ruscello.

Questa volta, però, nessuno sguazzava nell'acqua, giocava a schizzarsi o a inseguire i pesci.

L'acqua ora, per loro, aveva un significato nuovo e antico: era lei che per prima aveva ospitato la vita e quella vita sentivano pulsare in loro.

Quando Cantore arrivò li trovò tutti silenziosi: chi seduto su un masso, chi sulla riva con le gambe penzoloni e i piedi nell'acqua. Ascoltavano e osservavano. Non lo avevano mai fatto prima. L'acqua gorgogliava tra gli scogli, sbuffava spruzzi argentati, portava la voce del vento, rispecchiava le fronde della riva e ampi spazi di cielo.

A occhi chiusi la sua musica cangiante incantava e la percezione di sé svaniva.

Ma l'acqua li chiamava.

Allora, uno dopo l'altro, entrarono.

Sentirono l'acqua abbracciare delicatamente le caviglie, poi i polpacci, infine il corpo che ora si lasciava sostenere come foglia galleggiante, una cosa sola con la corrente.

Era così, dunque, sentirsi acqua: diventare la sua voce, la sua danza, il suo continuo cambiamento.

Poi uscirono.

Nessuno aveva voglia di parlare perché ancora portavano l'acqua dentro di sé, sentivano di appartenerele.

*Si sedettero accanto al maestro che capì.
Passato il tempo necessario perché nei ragazzi l'esperienza si at-
tenuasse, Cantore si alzò e cominciò ad avviarsi.
I ragazzi fecero lo stesso.*