

## La pagina dei perché e della proposta

**P**arlare di passeggiate in montagna sotto l'onda di una forte emozione (vedi "Un tranquillo mercoledì di paura", "in CAMPER 50") è stato, forse, un errore.

Ho posto infatti, in quell'occasione, l'accento su un aspetto negativo, ma, normalmente, non si è costretti a fuggire incalzati da una valanga di fango e sassi!

Il reportage sulla Valle di Cogne, che precede questa pagina, è un esempio efficace e mi serve da introduzione all'interessante proposta che sto per fare.

Prima però vorrei rispondere a qualche perché, secondo il mio punto di vista.

**Perché andare in montagna?** Ognuno è in grado di trovare tante motivazioni.

Corro, quindi, il rischio di esprimere concetti scontati se dico che è un giusto mezzo per tornare ad un modo di vita naturale, a riconciliarsi con se stessi, a riscoprire energie fisiche e spirituali sopite, a riconquistare la coscienza dei propri limiti.

La carne al fuoco è così tanta che procederò con ordine.

Allora, la montagna è sicuramente uno dei mezzi che incoraggia a vivere in modo naturale, perché facilita uno stacco netto da abitudini e regole sancite dalla società civile in cui viviamo.

In montagna si abbandona l'auto, infatti, per passeggiare in un ambiente naturale lontano dai rumori della città, fuori degli schemi e orari prestabiliti, da rispettare scrupolosamente, fuori dell'ansia di raggiungere obiettivi precisi in tempi certi.

In questo modo, non dovendo soddisfare esigenze legate a richieste altrui, rispondiamo delle azioni soltanto a noi stessi.

Camminare in montagna, poi, vuol dire mettere in campo forza fisica ed energia spirituale, con la certezza di non dover competere con alcuno se non con noi stessi.

È così che, e concludo, senza obblighi e costrizioni dettate dall'emulazione o dal dover, in ogni caso, svolgere un compito assegnato in tempi e modi canonizzati (leggi *lavoro*), non si superano i propri limiti fisici e psichici (situazione che facilita l'insorgere del cosiddetto *stress*), ma s'impara a riconoscere quei limiti e ad autolimitarci.

Potreste obiettare che questi aspetti si ritrovano nella vacanza in generale e avreste ragione in parte: altrove non li beccherete mai, infatti, *tutt'insieme*.

Un breve accenno, infine, sul vestiario e una *curiosità*:

- è fondamentale usare scarpe solide e robuste da montagna, di materiale traspirante ma impermeabile (pedule), e calzini consistenti e morbidi;

- vestiario di gusto personale col cotone a diretto contatto della pelle;

- impermeabile o giacca a vento traspirante;

- zainetto contenente acqua e vestiario non in uso (in alternativa giubbotto multitasca che io adopero per l'apparecchiatura fotografica);

- la *curiosità* consiste nel provare a respirare a bocca aperta, sia in fase d'immissione dell'aria nei polmoni che d'emissione.

Quest'ultimo suggerimento proviene da un atleta col quale mi allenavo in tempi passati: credetemi aveva pienamente ragione e non ci sono controindicazioni (male alla milza ecc.).

Passo alla **proposta** (vedi riquadro). ↓

### L'uovo di Colombo

In occasione del tesseramento 1996, alcuni camperisti chiesero alla redazione itinerari adatti ai ragazzi. Allora non demmo una risposta fattiva. ↓

### Oggi siamo in grado di fare una proposta

- ✓ Ogni viaggio è adatto ai ragazzi se preventivamente discusso e organizzato;

- ✓ chiedete ai vostri figli di tenere un diario quotidiano;

- ✓ a posteriori leggetelo insieme, discutetelo e commentatelo.

Avrete grandi soddisfazioni, perché, oltre ad avere fatto molto per educare i vostri figli ad incontrare e capire realtà, diverse da quella del microcosmo quotidiano, e a saperle descrivere, voi stessi imparerete a leggere per comprendere meglio i loro interessi.

Vi sorprenderete della freschezza descrittiva, della gran fantasia ed intelligenza che mettono nel capire il mondo.

Apprenderete a vivere il rapporto genitore-figlio nel modo più naturale possibile ed utile ad entrambi.

Vi sarà facile, insieme, vivere la vita come una conquista quotidiana, densa di soddisfazioni ma anche d'ostacoli da superare.