Zeitschrift: Giovani forti, libera patria : rivista di educazione fisica della Scuola federale di ginnastica e sport Macolin

Herausgeber: Scuola federale di ginnastica e sport Macolin

Band: 9 (1953)

Heft: 3

Artikel: L'uomo e l'abisso

Autor: Ritter, G.

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-998979

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 09.08.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

L'uomo e l'abisso

Durante un corso per capigruppo del CAS i partecipanti dovettero, incordati due per due, superare un certo percorso su roccia di media difficoltà. E mentre una cordata stava assolvendo il suo compito, le altre rimanevano sedute ai piedi della piccola parete, e — aspettando il loro turno — dovevano osservare e censurare il lavoro in corso.
Fu appunto durante questa attesa che un compagno mi disse:
— Se non potrò attaccare presto, la tensione nervosa mi consumerà tutte le forze e mi sarà impossibile fare il primo passo!— Questo logoramento, che spesso ci consuma prima ancora di toccare o di vedere la roccia, viene comunemente definito « paura ». Nelle forme più elevate, l'individuo colpito accusa l'arresto delle secrezioni ghiandolari, pallore, tremito. La pelle è madida di sudore freddo.
Ma che cosa è questa paura?
Si dice che noi viviamo nel secolo della paura. Infatti, mentre i nostri nonni vivevano in un mondo ordinato e retto dalla divina previdenza, noi ci troviamo oggi in una realtà che è congestione e movimento vorticoso. L'incertezza d'un vivere scisso e fratturato, enigmatico e sconcertante, ci assale non solamente di giorno, ma anche di notte nei sogni.
Da questa constatazione noi possiamo dedurre che la paura è una reazione psicofisica che proviamo davanti all'ignoto, all'incerto, allo sconosciuto. Infatti, anche in montagna la paura, almeno quella che proviamo prima di affacciare l'abisso, non è altro che incertezza e dubbio. Non ci crediamo in grado di superare quelle difficoltà che incontreremo e che la fantasia eccitata ci dipinge sproporzionatamente.
Fatto il primo passo e iniziata la parete, la paura di regola scompare. Scompare perchè la nostra attenzione viene assorbita da problemi posti dall'arrampicamento. Lo scalatore rivive la stessa sensazione del soldato che, per attaccare il nemico, deve uscire dalla trincea. Una volta fuori dall'agguato, la paura svanisce. Ciò che ora sente è ardimento, bravura, audacia, temerità, spavalderia, valore. Per attaccare una parete ci vuole invece un impeto che è meno di valore ma di più della bravura: il coraggio.
Ma che cosa è il coraggio?
Il coraggio è quella forza in noi che — dopo aver ragionato sul pericolo ed il modo di affrontarlo — ci spinge all'azione con la dovuta precauzione.
In altre parole:
Mentre l'uomo in preda alla paura persiste nella passività, struggendosi in mille preoccupazioni, supposizioni e ossessioni, il coraggioso passa deciso all'azione, convinto che nulla vi è di impossibile all'uomo.
Da questa sommaria definizione del coraggio noi possiamo trarre questa conclusione: Prima di conquistare una parete fisicamente, noi la dobbiamo vincere psichicamente. Finchè abbiamo paura, lo schiavo, cioè il subcosciente o l'istinto, comanda al padrone cioè al cosciente o alla ragione. E solo quando noi riusciamo ad invertire le parti, possiamo attaccare e sperare di vincere anche le difficoltà esterne. Ed è appunto per questa vittoria che noi — scalando — dobbiamo conseguire su noi stessi, che l'arrampicamento acquista un alto valore educativo. Affacciando l'abisso noi ci vediamo senza la solita maschera, senza fronzoli e senza fiocchi.
Girando fra i colossi del vasto arco alpino, non rare volte incontriamo alpinisti che dicono:
— Su questa o su quella montagna non salirò mai perchè la mia venerazione per essa me lo proibisce !
Che cosa dobbiamo pensare? Forse questo:
— Che sarebbe stato più giusto e sincero dire che su questa o su quell'altra montagna non salgono perchè non hanno il coraggio per tentarlo !
L'amore platonico vale poco fra i componenti la ghilda dei rocciatori. Per conquistare una parete si deve sentirsi veramente UOMO ed un vero uomo non si accontenta della sola venerazione.
D'altra parte non è un disonore ammettere di non essere portato per l'arrampicamento. Vi sono mille motivi assolutamente ammissibili per giustificare lo star lontano dall'abisso. Molti altri modi di salire le montagne equivalgono o superano l'arrampicamento. Ma la scusa della paura e passiva venerazione è alpinisticamente considerata — non accettabile. Chi, senza tentare l'ascensione, s'accontenta della contemplazione, può essere esteta, artista o poeta, ma non è alpinista.
Come possiamo acquistare o conservare il coraggio?
Ogni anno, dopo un abbondante riposo invernale, noi dobbiamo riacquisire di nuovo la perfetta preparazione fisica. Nello stesso modo, ritornando in primavera nel giardino d'arrampicamento, noi dobbiamo riacquisire nuovamente la capacità di affacciare l'abisso senza impressionarci. È un errore credere che questa capacità, dopo una buona stagione estiva, ci resti ora per sempre. L'atteggiamento coraggioso, indipendentemente dal fatto di essere costantemente influenzato dal nostro stato fisico (oscillazioni bioritmiche !), subisce anche le conseguenze d'un mancato allenamento, atrofizzandosi facilmente. Esso va pertanto curato ed esercitato senza sosta. Chi, in primavera, vuol essere a giorno con la sua preparazione psicofisica, si dedica durante l'inverno alla ginnastica e all'atletica, ma non trascura nemmeno il lato spirituale, esercitando ad ogni occasione la sua volontà.
Ora molti diranno:
Nella vita quotidiana non ci manca certamente il coraggio civile. Ma quando si sta davanti ad uno di quei tremendi strapiombi, la questione cambia aspetto. Un affare o un giuoco mancato non significa la morte, mentre un passo falso in parete può facilmente comportare una fine pietosa. E poi: non abbiamo mica l'obbligo di pensare anche a chi resta? Alla propria famigliola, ai genitori, ai fratelli ?
A queste domande non possiamo che rispondere:
La questione della responsabilità verso i congiunti va naturalmente chiarita prima ancora di decidersi per l'arrampicamento e nessuno — almeno chi ha la testa sulle spalle — attende fino al momento in cui si dovrebbe fare il primo passo d'una scalata del sesto grado.
D'altra parte bisogna tener presente, che l'arrampicamento, fatto con ragionamento e cognizione, non presenta maggior pericolo che molte altre discipline sportive. Ma più che dalla tecnica e dagli attrezzi noi dobbiamo essere retti dalla fede nella nostra forza, nella nostra volontà, nella nostra fortuna.

(Da «Stella alpina») **G. Ritter**