



CAPITOLO 1

CAMMINARE IN NATURA, TRA STORIA E FILOSOFIA

MARCO BLATTO

Alba sulle Pale di San Lucano.
(Foto G. Mattiello/Clickalps)

1.1 INTRODUZIONE

1.2 ESCURSIONISMO: DEFINIZIONE E LIMITI POSSIBILI

1.3 DISCIPLINE AFFINI ALL'ESCURSIONISMO

1.4 ETICA DELL'ESCURSIONISMO

1.5 L'APPROCCIO ALLA MONTAGNA COME CONTENITORE CULTURALE DALLE DINAMICHE FRAGILI E COMPLESSE

1.6 INCONTRI CON I CANI DA GUARDIANIA

1.7 COMPORTAMENTO NELLE AREE NATURALI PROTETTE, PARCHI E AREE INTERESSATE DA GRANDI CARNIVORI

1.8 RIFUGI, BIVACCHI FISSI E POSTI TAPPA

1.9 IL CONCETTO DI PERICOLO, RISCHIO E SICUREZZA

1.10 INIZIARE A PRATICARE L'ESCURSIONISMO

*«Camminare è la miglior cura per la mente e il corpo,
perché ogni passo ci avvicina alla verità di noi stessi.»*

RALPH WALDO EMERSON

1

CAMMINARE IN NATURA, TRA STORIA E FILOSOFIA

MARCO BLATTO

1.1 INTRODUZIONE

Camminare è l'azione più antica e istintiva, l'alba di ogni civiltà umana che abbiamo conosciuto nella storia. Lo spostamento a piedi ha permesso all'uomo di evolvere attraverso la conoscenza dei luoghi, rendendoli vivibili con un'organizzazione progressiva dello spazio di prossimità e ampliandone i confini. Ha permesso di comprendere, nel tempo, la dinamica dei fenomeni naturali e di attuare comportamenti di sopravvivenza e di mitigazione del rischio.

Tipico della civiltà dei contadini-pastori nelle "terre alte" è stato, per esempio, scegliere i luoghi più sicuri, morfologicamente più adatti o più assoluti lungo i versanti della montagna, dove concretizzare una sopraggiunta stanzialità.

L'uomo alpino, nella sua quotidiana necessità di spostamento, ha costruito la propria cultura dello spazio geografico imparando a camminare in zone ripide e scivolose, ad attraversare pietraie, a riconoscere e a evitare zone soggette alla caduta di pietre e valanghe, mettendo in campo primordiali strumenti con cui aiutarsi nel cammino: per non sprofondare nella neve, per non scivolare sul ghiaccio, per appoggiarsi nella marcia.

Ha adattato il proprio abbigliamento da lavoro alle altitudini e alle stagioni.

Oggi definiremmo questi adattamenti come "saggezza montanara", ma in realtà non è altro che una costruzione culturale nel tempo di conoscenze che si sono basate su un principio fondamentale: l'uomo è egli stesso "natura", e dunque può instaurare un dialogo privilegiato con il mondo fisico che lo circonda, traendo insegnamenti, acuendo sensibilità particolari, imparando ad attuare uno scambio equilibrato e leale basato sul senso della misura e del "realmente utile".

Tutti concetti che oggi, in una società che ha perso progressivamente questo legame con il pianeta, assumendo un atteggiamento predatorio e suprematista, dovrebbero essere riscoperti. Anche nel nostro essere escursionisti e frequentatori della montagna.

Vi è poi un altro aspetto affascinante del rapporto uomo-montagna e riguarda quella scintilla che senz'altro scattò, nella notte dei tempi, anche nel più primitivo essere umano che si trovò a "esplorare" oltre i limiti dei propri confini.

Un sentimento, una meraviglia, che certamente trascese la pura necessità. Un sentimento che coinvolgeva una particolare sensibilità emotiva, un senso estetico che si sarebbe tradotto in un rapporto differente con la natura selvaggia e nella visione di una montagna "sacra".

Nella costruzione del mondo occidentale, impiantato sul-



la civiltà greco-latina, la scarsa sacralità della montagna è all'origine di una geografia sostanzialmente negativa di questi luoghi inospitali. I Greci, per esempio, non considerarono "sacre" le montagne di per sé, ma furono gli dei che, assumendole come dimora, le resero tali. Per i Romani poi, che si trovarono, nella loro espansione, ad attraversare le Alpi e altre catene montuose, le montagne erano considerate inversamente proporzionali alla civiltà: un luogo in cui transitare il più rapidamente possibile e con una certa disattenzione.

Non secondaria, è invece la componente simbolica che la montagna riveste nella tradizione giudaico-cristiana, nella quale le alture e le altezze sono spesso il luogo dell'epifania del divino e del suo dialogo con l'umanità. Una valenza, questa del tramite metafisico, non priva di esiti in tutte le epoche e con differenti accezioni.

Diverso è il discorso per alcune civiltà d'Oriente, come per esempio quella indiana, in cui la montagna è "sacra" e dove il conseguente rapporto con l'uomo è di ordine metafisico. Una montagna che è al centro del mondo stesso, ne costituisce il cardine centrale, come per esempio era considerato il Monte Meru.

Questa concezione sottende a una duplice natura: la montagna fisica, che si può percorrere con il corpo, camminando, e quella in cui il cammino è di tipo spirituale. Una montagna in cui non è importante tanto il raggiungimento della vetta, la meta ultima, ma il percorso e il cammino, in cui, gradualmente e a piccoli passi, si acquisisce e si migliora la conoscenza di sé.

In molte civiltà dell'Oriente è del tutto estraneo il concetto di conquista e di vittoria, perché ciò significherebbe assumere nei confronti della montagna (e della natura) una condizione di primato e di supremazia, stimolando il desiderio di affermazione personale, allontanando l'essere umano dalla coscienza che egli stesso è solo una piccola parte del tutto, della natura e del mondo che lo circonda.

Nella stessa civiltà occidentale europea, pur scardinando in parte la passata geografia infausta delle terre alte e inaugurando una nuova percezione estetica della natura e del paesaggio, l'Umanesimo e il Rinascimento saranno forieri di una visione antropocentrica del mondo, con un netto primato dell'uomo e del suo sapere sulla natura.

In cammino nei pressi del Lago delle Locce, sul versante orientale del Monte Rosa.
(Foto G. Prato/Clickalps)

«Non c'è nostro movimento,
per quanto meccanico,
di cui non possiamo, nel cuore,
rinvenirne le cause, se solo
siamo capaci di cercarle.»

JEAN-JACQUES ROUSSEAU

Questa visione è perfettamente rappresentata dall'*Uomo vitruviano* di Leonardo Da Vinci, inserito nella perfezione del cerchio: una base culturale su cui si costruirà anche l'invenzione dell'alpinismo illuminista, di quello romantico e poi idealista.

Tornando al camminare nella natura, è proprio il tardo Illuminismo, di transizione con il Romanticismo, a inaugurare una nuova "visione" che va intesa come saper "vedere" e non semplicemente "guardare". Si tratta della scoperta di una nuova sensibilità estetica e intellettuale per la natura, di cui Jean-Jacques Rousseau può ragionevolmente essere considerato il pioniere.

Di Rousseau, ancor più delle *Confessioni*, sono *Le meditazioni del passeggiatore solitario*¹ a essere l'opera più innovativa dello scrittore-filosofo ginevrino, seppur pubblicata postuma, in cui si evince una sensibilità al paesaggio, la contemplazione, il sogno, il sentimento dell'esistenza. Scriverà il filosofo: «Così,

per contemplare me stesso prima del declino, devo risalire indietro almeno di qualche anno, al tempo in cui, perduta quaggiù ogni speranza e non trovando più alcun alimento sulla terra a questo cuore, mi abituai poco a poco a nutrirlo della sua stessa sostanza e a cercarne il pascolo dentro me stesso».

Un invito a non fermarsi al gesto meccanico del camminare, ma a cercarne le ragioni, anche quelle più profonde: «Non c'è nostro movimento, per quanto meccanico, di cui non possiamo, nel cuore, rinvenirne le cause, se solo siamo capaci di cercarle».

La Rivoluzione industriale, innescatasi in Inghilterra nella seconda metà del Settecento, con lo sfruttamento dei giacimenti di carbone, la distruzione di boschi e la perdita di porzioni di luoghi con elevatissima naturalità e di biodiversità in tutta Europa, creò un movimento di reazione culturale. Non si tratta più del poetico "perdersi camminando" di Rousseau, ma di una fuga dal grigiore dettato da un mondo sempre più urbanizzato, alla ricerca della *wilderness* e di una *deambulatio* simile a quella dei pensatori dell'antichità, seppur di significato ecologista *ante litteram*.

È soprattutto Ralph Waldo Emerson a esaltare il valore della contemplazione in natura: «Camminare è la miglior cura per la mente e il corpo, perché ogni passo ci avvicina alla verità di noi stessi»². Un suo allievo, ribelle e visionario, Henry David Thoreau, si adopererà ancora di più per tentare

¹ Jean-Jacques Rousseau, *Les Rêveries du promeneur solitaire*, Librairie J. Cherbuliez, Genève 1872.

² Ralph W. Emerson, *Self-Reliance Essays, First series*, Ticknor and Fields, Boston 1841.





Il Pelmo dal ripiano di Mondeval.
(Foto F. Manaigo/Clickalps)

una codifica del linguaggio della natura “selvaggia”, da cui è possibile trarre preziosi insegnamenti di equilibrio, di armonia e di libertà. Per fare ciò occorre mettersi fisicamente in cammino e addentrarvi. Nell'introduzione del suo celebre saggio *Camminare*³, scrive: «Vorrei spendere una parola in favore della Natura, dell'assoluta libertà e dello stato selvaggio, contrapposti alla libertà e a una cultura puramente civili; vorrei considerare l'uomo come abitatore della Natura, come sua parte integrante, e non come membro della società».

È attribuita, invece, al filosofo e scrittore tedesco Friedrich Nietzsche, l'affermazione che «tutti i più grandi pensieri sono concepiti mentre si cammina». Egli compie le sue escursioni specialmente verso l'alto, inerpandosi, un'attività di elevazione dal valore sia fisico sia spirituale. Del resto, il suo Zarathustra afferma: «Io sono un viandante che sale su per i monti, diceva al suo cuore, io non amo le pianure e, a quanto sembra, non mi riesce di fermarmi a lungo. E, quali che siano i destini e le esperienze che io mi trovi a vivere, vi

³ Henry D. Thoreau, *Walking in Excursions*, a cura di Sophia Thoreau, Ticknor and Fields, Boston 1863.

La natura è intesa da Snyder come una “casa” e non come un luogo estraneo. Un concetto fondamentale che dovremmo saper ritrovare anche noi.

sarà sempre in essi un peregrinare e un salire sui monti: infine non si vive se non se stessi»⁴.

In epoche più recenti, durante la Beat Generation, occorre citare il poeta Gary Snyder, amico di Kerouac, per il quale camminare è un mezzo privilegiato per riconnettersi nella natura e trovare il proprio posto nell'universo. La natura è intesa da Snyder come una “casa” e non come un luogo estraneo. Un concetto fondamentale che dovremmo saper ritrovare anche noi, ogni volta che percorriamo un sentiero o affrontiamo un'escursione in montagna. Nella sua opera *La pratica del selvatico*⁵, il poeta invita a percorrere il sentiero per poi abbandonarlo, inoltrandosi nella “wilderness”. Un modo per esplorare, soprattutto se stessi, ma anche per mettere in guardia dall'opera distruttiva dell'uomo nei confronti della natura, quando egli si allontana troppo da questa. Concetti di grande attualità, specialmente oggi.

⁴ Friedrich Nietzsche, *Also sprach Zarathustra. Ein Buch für Alle und Keinen*, E. Schmeitzner, Chemnitz 1883-1885.

⁵ Gary Snyder, *The Practice of the Wild: essays*, North Point Press, San Francisco 1990.

1.2 ESCURSIONISMO: DEFINIZIONE E LIMITI POSSIBILI

18

Se si è letto il paragrafo precedente, non sarà così difficile trovare una stretta connessione tra filosofia ed escursionismo, che potremmo riassumere così: «Una ricerca di significato della propria esistenza attraverso il cammino, per riflettere sul rapporto uomo-natura». Il termine “escursionismo”, com’è noto, deriva dal latino *excursio* con valenza di viaggio o addirittura di “scorreria”. Il significato moderno, ossia quello di camminare nella natura, non necessariamente in montagna, risale all’epoca ottocentesca, principalmente per opera dei viaggiatori inglesi.

Tra i pionieri di questa disciplina spicca William Brockedon, le cui parole ne colgono l’essenza: «Un vagabondare con calma, senza affanno, affrontando fatiche e disagi alla ricerca di ambienti genuini e incontaminati, di bellezze naturali, di sensazioni profonde». Brockedon attraversò cinquantotto valichi alpini nel corso della sua carriera di viaggiatore alpino.

Un altro pioniere dell’escursionismo può essere considerato David Forbes, che nel 1842 compì una lunga attraversata tra la Valle d’Aosta e la Svizzera. Tra il 1850 e il 1860 l’escursionismo finì con il trovare inevitabili punti di contatto con l’alpinismo che andava affermandosi, aggiungendo il gusto dell’esplorazione alla conquista di una vetta.

Spesso, in ambito alpino, si è discusso su cosa possa essere considerato “escursionismo” e cosa, invece, “alpinismo”. Oggi possiamo dire di essere tutti d’accordo che, sia attraverso l’escursionismo sia l’alpinismo, è possibile raggiungere, per esempio, la cima di una montagna. Nel primo caso, lo faremo prevalentemente camminando; nel secondo caso, per superare le difficoltà di una parete, di roccia o di ghiaccio, dovremo usare delle tecniche di arrampicata che implicino l’uso coordinato di braccia e mani, di gambe e piedi.

Inoltre, per progredire limitando le conseguenze di una possibile caduta, dovremo legarci in cordata, utilizzando delle attrezzature specifiche come l’imbragatura, i moschettoni, i chiodi da roccia e le protezioni amovibili, attraverso delle tecniche specifiche di assicurazione e di autoassicurazione. Il rischio costante di cadere sfidando la gravità in arrampicata, la necessità dell’uso della corda e di attrezzature specifiche, pare quindi segnare il confine tra alpinismo ed escursionismo.

Una linea di demarcazione, però, non è sempre così netta e riconoscibile. La sovrapponibilità, del resto, è del tutto

naturale. Ciò che è importante, invece, è affermare la valenza di un percorso graduale, necessario per avvicinarsi al complesso mondo della montagna, specialmente in un’epoca come quella che stiamo vivendo, in cui domina l’obiettivo di ottenere tutto e subito, bruciando le tappe, privandosi dell’importanza di un’insostituibile conoscenza dell’ambiente naturale in cui ci si muove, della più elementare ma fondamentale tecnica di camminata lungo un sentiero.

Bisognerebbe prima acquisire la consapevolezza del bosco, poi quella del pascolo e delle praterie alpine, dell’ambiente rupestre, per poi passare al piano culminale, quello più alto, dove dominano i macereti e le nevi semi-permanenti. Il tutto partendo dal “basso”, secondo quella divisione per “piani altitudinali” che l’ambiente alpino stesso ci propone. In questo modo l’ascesa assume anche un carattere filosofico, non solamente “tecnico”.

L’importanza di un **escursionismo base** appare dunque evidente. Si tratta di apprendere le principali nozioni sull’equipaggiamento, di geografia dell’ambiente alpino, di tecniche di camminata lungo i sentieri, di orientamento, di gestione delle prime emergenze che possono verificarsi durante un’escursione. Questa prima formazione è propedeutica al passaggio a un **escursionismo avanzato**, in cui dai sentieri tracciati e segnalati, si passa a terreni più impegnativi, dove la traccia sul terreno spesso non esiste e l’asprezza dell’ambiente e la quota aumentano, con la possibilità di camminare su campi di neve muniti di piccozza e ramponi. Oppure si possono affrontare percorsi con piccole rocce e tratti esposti, sia lungo sentieri attrezzati sia fuori traccia.

È il classico terreno riservato agli **Escursionisti Esperti (EE)**. Le vie ferrate rappresentano invece un’appendice dell’escursionismo per esperti, richiedendo una specifica attrezzatura per percorrere pareti dotate di protezioni fisse, come cambre a guisa di appoggio-appiglio e cavi per l’autoassicurazione con il dispositivo di protezione individuale, detto “dissipatore”. In questo caso è necessario, oltre a una buona predisposizione e abitudine all’esposizione, possedere anche qualche “fondamentale” dei movimenti per l’arrampicata, per salire con minore dispendio energetico e maggiore sicurezza.

Quest’attività, che richiede attrezzatura specifica, è classificata come **Escursionisti Esperti Attrezzati (EEA)**. Si esamineranno meglio queste distinzioni affrontando la classificazione generale dei sentieri in base alle loro caratteristiche e alle competenze richieste.

*«Tutti i più grandi
pensieri sono concepiti
mentre si cammina.»*

FRIEDRICH NIETZSCHE

1.3 DISCIPLINE AFFINI ALL'ESCURSIONISMO

20

TREKKING

Deriva dal termine inglese *trek* che significa “pista” o “sentiero”. Si tratta di un vocabolo spesso utilizzato anche nel nostro linguaggio comune, per indicare generalmente un'escursione di più giorni, con pernottamento presso rifugi, bivacchi o anche in tenda. Trattandosi di un'attività di più giorni, richiede un buon allenamento fisico, un equipaggiamento più “pesante”, calzature più strutturate, uno zaino di almeno 40 litri e la possibilità di incontrare tratti anche fuori sentiero. La difficoltà è quindi variabile. Nel mondo anglosassone, in realtà, è assai più utilizzato il termine *backpacking*, letteralmente “zaino in spalla”.

HIKING

Con questo termine si indica spesso un'escursione giornaliera che può svolgersi lungo sentieri ben tracciati e segnalati oppure fuori sentiero. Anche qui, dunque, la difficoltà potrà essere variabile. L'elemento distintivo è soprattutto la durata, per cui l'equipaggiamento sarà più leggero e sarà sufficiente uno zaino con una capienza di 20-25 litri. Il tipo di calzatura dipenderà dalla natura del terreno, ma più spesso si tende a usare una calzatura bassa, anche se “strutturata” e con una suola “aggressiva” (per esempio, una calzatura della categoria *approach*). In molte situazioni, specialmente con fondo ben tracciato, l'hiking assume una connotazione più sportiva, anche in velocità (*speed hiking*). In questo caso sono utilizzate scarpe da *trail running*, così come un abbigliamento più leggero.

SCRAMBLING

È il termine forse meno conosciuto ma che, nell'area anglosassone, sta diventando una vera e propria moda. Si tratta di affrontare percorsi dove è necessario compiere tratti di facile arrampicata su vari tipi di terreno: rocce, rocce frammiste a erba e brevi tratti attrezzati, il tutto senza l'utilizzo della corda di assicurazione. Assume spesso il significato di “girovagare”, talvolta senza una meta precisa, con i caratteri di una vera e propria filosofia. Non deve tuttavia essere oggetto di pericolosi fraintendimenti: lo scrambling coincide con quelle caratteristiche di terreno previste nell'escursionismo avanzato e s'inserisce a metà tra questo e l'alpinismo, presupponendo una buona capacità di movimento e di equilibrio, conoscenza del terreno e una particolare sensibilità nel sondare appigli e appoggi.



1.4 ETICA DELL'ESCURSIONISMO

22

*Il camminare è il mezzo
migliore per immergersi
negli elementi naturali
sentendosene parte integrante.*

Nel piccolo saggio: *L'etica dell'alpinismo*, Spiro dalla Porta Xydias affronta anche il tema dell'**etica dell'escursionismo**, con alcuni concetti già espressi nel paragrafo introduttivo: «Resta sempre quel volersi sottrarre al consumismo forzato della massa: “ritorno alla natura” nel senso romantico del *bon sauvage* preconizzato da Rousseau. Che equivale alla questua di un contatto immediato con la matrice terra, negata dalla civilizzazione meccanizzata e utilitaristica, con quel suo imprigionare l'essere umano in artificiose barriere di cemento e dell'artefatto»⁶. Pur con una visione dualistica e manichea, che oppone una civiltà oppressiva e degradante a una natura primigenia e salvifica, tipica del contesto personale e storico che fa da humus a queste parole, l'autore ha il grande merito di porre l'accento sul vantaggio che può avere la pratica escursionistica, grazie alla minore necessità di un impegno fisico e tecnico elevato motivato dal superamento di un ostacolo oggettivo, come invece accade nell'alpinismo: «In questo, proprio per l'assenza di impegno di asceti, può essere maggiormente sviluppato il contatto e il coinvolgimento ecologico. Per cui l'azione dell'uomo, da passiva – passaggio attraverso l'ambiente – diventa attiva, non solo per l'insorgente impulso di difesa della natura, ma anche per non accontentarsi del semplice passaggio, ma di vivere, di sentire attivamente il coinvolgimento con l'espressione genuina e autentica del pianeta». Possiamo ragionevolmente affermare, d'accordo con Spiro Dalla Porta

Xydias e in sintonia con i teorizzatori archetipici dell'escursionismo, che camminare è il mezzo migliore per immergersi negli elementi naturali sentendosene parte integrante, e dunque per assumere, istintivamente prima e razionalmente poi, un atteggiamento protettivo. Proteggere e preservare la natura, comprenderla nelle sue più sottili dinamiche, significa proteggere se stessi.

Si tratta di un concetto molto importante anche nella costruzione di un escursionismo consapevole, caratterizzato da una “maggiore sicurezza” basata sull'affinità con gli elementi dell'ambiente e non subordinata alla deità del tecnicismo. In montagna, praticare l'escursionismo lungo un sentiero offre la possibilità di fermarsi, osservare e acquisire informazioni dalla migliore scuola possibile: la natura.

L'escursionista diventa in qualche modo un visionario che usa gli occhi non solo per guardare un bel panorama,

⁶ Spiro Dalla Porta Xydias, *L'etica dell'alpinismo*, in “I Quaderni di Montagna e Cultura”, Club Alpino Italiano, Milano 2002, p. 72.

1.5 L'APPROCCIO ALLA MONTAGNA COME CONTENITORE CULTURALE DALLE DINAMICHE FRAGILI E COMPLESSE

ma per vedere in modo più profondo le cose. Certo, quell'estraneità che talvolta si può vivere nella profonda contemplazione, nella visione, non deve cedere il posto alla distrazione.

L'escursionismo è l'attività più idonea per tornare a esplorare a piccoli passi, una capacità che stiamo progressivamente perdendo, uscendo con consapevolezza dalla nostra zona di comfort. In questo modo, l'esplorazione, anche della geografia di prossimità, diventa un modo per esplorare se stessi, per relazionarsi con le proprie reali conoscenze, scoprirne le lacune e fare i conti con la propria emotività.

Se è necessario adottare una corretta filosofia ambientale, con un approccio graduale, senza fretta, per conoscere gli elementi fisici del paesaggio naturale e il modo in cui possiamo interagire con essi, dobbiamo altresì tener conto che, specialmente la montagna, è un delicato e complesso contenitore culturale, dove coesistono gli elementi naturali e l'evoluzione storica delle attività umane che con essi si sono relazionate, le leggi e i ritmi della natura e quelli della comunità di persone che la vivono stabilmente. È di grande aiuto, in questo caso, la definizione della Convenzione Europea del Paesaggio: «**“Paesaggio” designa una determinata parte di territorio, così com'è percepita dalle popolazioni, il cui carattere deriva dall'azione di fattori naturali e/o umani e dalle loro interrelazioni.**».

Così scrive Bernard Amy nel capitolo introduttivo del libro *Technique de l'Alpinisme*: «Colui che va in montagna è chiamato a incontrarla, può anche fingere di ignorarla, ma essa non lo ignora! Certamente, da un capo all'altro dell'Europa, essa presenta grandissime differenze. Ma, a conti fatti, queste sono meno importanti di quelle che la differenziano dalla civiltà delle grandi pianure, e dei grandi Stati. Ciò che realizza l'unità del mondo della montagna è il fatto che esso subisce più di ogni altro la dura legge delle condizioni naturali, e questo avviene qualunque sia l'efficacia delle tecniche utilizzate»⁷.

L'escursionista che viene a contatto con il mondo alpino dovrebbe, innanzitutto, essere consapevole che agisce all'interno di una comunità montana che lo ospita, senza dimenticare, dunque, che la sua attività di piacere si svolge in un ambiente fragile che spesso per i montanari è luogo di vera e propria sopravvivenza.

⁷ AA.VV., *Technique de l'Alpinisme*, Arthaud, Paris 1977.