
Il respiro delle Dolomiti

Autore: Domenico Salmaso

Fonte: Città Nuova

L'esperienza diretta come escursionista e alpinista offre una prospettiva affascinante di contatto rispettoso con l'ambiente

Le tre torri del Vajolet 2243 metri. Dal rifugio Vajolet nel gruppo del Catinaccio inizia una delle mie tante ascensioni. Questa volta siamo una cordata da tre, il sottoscritto, Donato e Stefano, per scalare in giornata le tre torri del Vajolet: la Torre Delago, la Torre Stabeler, la Torre Winkler. Il risveglio arriva con le prime luci chiare dell'alba che penetrano attraverso le fessure della finestra portando aria di rugiada. Una frugale colazione e subito siamo in cammino. La luce dell'alba ci precede illuminando il sentiero mentre ognuno, con il proprio passo, rompe il fiato. Il respiro delle Dolomiti è frizzante nelle prime ore del mattino, entra nelle narici e riempie i polmoni dando ossigeno al sangue. Intanto il sole fa capolino fra le guglie e ci riscalda i muscoli. A un tratto alcuni sassi rotolano da un canone, un solco di origine erosiva sul fianco della montagna, alzo lo sguardo per capire cosa succede e vedo dei camosci saltare i precipizi in piena corsa, uno dietro l'altro, di slancio, da una sponda all'altra. Arrivati sotto le torri, ci imbraghiamo e leghiamo controllando a vicenda i nodi e i materiali. Con uno sguardo d'intesa capiamo che la vita di ognuno è legata a quella dell'altro. Con un po' di tensione si parte. Ad ognuno è destinata una torre da primo di cordata. A piccoli e lenti movimenti salgo cercando i miglior appigli. Ho la faccia appiccicata alla roccia quasi da baciarla, respiro il suo profumo di vita dalle fenditure. Mettere protezioni, recuperare corde e assicurare i compagni che salgono, sono le mansioni di questa professione. Le dita delle mani e dei piedi dopo un po' fanno sentire la loro sofferenza, è il prezzo da pagare. Intanto il cielo si è tinto di un azzurro intenso e un volo di corvo vi volteggiava dentro. La prima torre è scalata. In corda doppia ci si cala tra una e l'altra torre godendo della frescura che troviamo nella sua ombra. Alla base della seconda torre cambio del primo di cordata e su di nuovo. Aumentiamo la nostra attenzione con le ore che passano perché la stanchezza pian piano aumenta. Scendiamo dalla seconda torre ed eccoci finalmente in cima alla terza. Le strette di mano chiudono la cordata. Tolti i caschi il vento tra i capelli sfia la tensione e morsi carichi di appetito divorano pane e frutta secca, mentre gli uccelli della cima raccolgono le briciole che lasciamo. Sistemati gli zaini in spalla, si continua per l'ultima discesa in corda doppia. Giunti alla base recuperiamo le corde e le riavvolgiamo, togliamo le scarpette d'arrampicata per depositare i piedi in più comode scarpe. Arriviamo al rifugio di partenza che ormai è ora di cena. **Le Dolomiti, stupende e uniche** Per conoscere le Dolomiti e le montagne in genere non c'è ombra di dubbio che bisogna frequentarle. Molte sono le possibilità per sentire il loro respiro che si coglie nel territorio, lungo i sentieri o nelle pareti rocciose. Da anni frequento come escursionista e alpinista le Dolomiti, montagne stupende e uniche, le più belle del mondo, a mio avviso. È richiesta un'etica di comportamento per entrare in punta di piedi, in silenzio, sentendosi degli estranei e non lasciare tracce del proprio passaggio per custodirle e preservarle per le generazioni future. Camminando posso percepire la voce del mio corpo, il battito del cuore, la respirazione, lo scricchiolio dei sassi sotto le suole degli scarponi. Inoltre, ho il tempo per un viaggio di riflessione dentro me stesso. Colgo il respiro della natura che mi circonda, la voce dei suoi elementi. Il silenzio pure ha una sua voce se si sa ascoltarlo. Il vento che comunica il suo passaggio tra i rami in un bosco, il cinguettio degli uccelli che comunicano un saluto, l'odore che lascia un camoscio nel territorio. Questi e molti altri segni sono la porta d'ingresso per entrare in punta di piedi in questo ambiente. Molte altre cose si possono cogliere con un occhio attento e preparato. Per esempio, si può osservare la conformazione delle rocce, un'opera d'arte di milioni di anni che ci racconta la sua storia. Come non emozionarsi nell'assistere alla nascita dell'aurora di un nuovo giorno? Con un simile miracolo ti senti appagato di molte cose, con te stesso, con gli altri e ringrazi

chi ha creato tutto ciò. Non è da meno applaudire allo spettacolo di un tramonto infuocato con le pareti dolomitiche che si colorano di un rosso acceso come dipinte dal pennello di un pittore. Con le stagioni che scorrono, le Dolomiti sfoggiano i loro variegati manti, ciascuno affascinante e di bellezza personalizzata. Visioni gratuite che ci vengono regalate. Camminare in primavera, in estate, lungo i sentieri o in prossimità di un laghetto, fa sperimentare tutta la forza travolgente e rigogliosa che la natura contiene. L'arrivo dell'autunno, carico di caldi colori dalle mille sfumature, fa impazzire tutti i fotografi. L'inverno con il suo fresco profumo della neve e il freddo ti fa arrossire le guance mentre compi un'ascensione di sci alpinistica lungo le valli e le creste che conducono sulle cime o mentre cammini con le ciaspole nei boschi in un silenzio ovattato. Sono esperienze che rimangono impresse per sempre dentro di noi. **La montagna insegna** L'ambiente dolomitico mi ha dato moltissimo sotto l'aspetto umano, spirituale e sportivo e sono convinto che a ognuno che lo frequenti possa dare altrettanto. Ho imparato a dare del lei alla montagna quando mi reco in questi ambienti, a rispettare le sue condizioni, a chiedere il permesso per poterci salire e calpestare le sue cime. Altre volte invece la rinuncia per la consapevolezza che quel giorno le montagne non si concedevano o per un cambio meteorologico improvviso o per un rischio troppo alto che non valeva la pena sfidare. La rinuncia in montagna è un atto di umiltà e, perciò, difficile. Le mie esperienze vissute sono un dono per altri, per dare la possibilità di conoscere l'ambiente dolomitico con una esperienza diretta e personale. In ogni persona o gruppo che ho guidato lungo sentieri o pareti ho visto scaturire sentimenti di gioia e nascere potenzialità nascoste che non sapevano di avere. Ho praticato parecchi itinerari escursionistici, vie ferrate e vie di arrampicata di medio livello soprattutto sulle Dolomiti del Trentino-Alto Adige e su quelle bellunesi. Chi frequenta la montagna a qualsiasi livello deve sapere che si troverà in un ambiente che comporta rischi e pericoli. Conoscere dove si va, essere consapevoli del proprio stato fisico per affrontare certi itinerari e un'adeguata attrezzatura sono cose basilari per affrontare la montagna. Affidarsi sempre, soprattutto per chi inizia, a dei compagni esperti o ancor meglio a delle guide alpine è il primo passo per partire con il piede giusto lungo questi sentieri. Le Dolomiti vi aspettano!!!