

# Elogio del camminare



La prima camminata di cui abbiamo testimonianza precede di almeno un milione di anni l'acquisizione della capacità di usare strumenti.

La "passeggiata di Laetoli", dichiarata patrimonio dell'umanità, è una doppia serie di impronte di ominidi impresse nel deserto della Tanzania, a sud del lago Vittoria, perfettamente conservate dalle ceneri del vulcano Sadiman, e scoperte da un'équipe di paleoantropologi nel 1978. La passeggiata indica che gli ominidi cui le orme appartengono avevano già raggiunto la stazione eretta e la usavano per viaggiare, e risale a 3.700.000 anni fa, all'incirca l'epoca dell'*Australopithecus aphaensis* e di Lucy

Attraverso il periodico appuntamento con l'editoriale, vorrei porre l'obiettivo di trattare vari aspetti d'operato della nostra Federazione che da una attenta lettura degli scopi statutari, possiamo constatare, esprime, tra gli altri, l'elogio e la bellezza del camminare, quale finalità principe della stessa. Affronteremo, man mano, come ovvio, argomenti di attualità, di interesse tecnico pratico ecc, ogni qualvolta ciò sarà utile per il comune interesse. Molti uomini di cultura e nel contempo assidui camminatori hanno materializzato nello scritto le loro riflessioni di grande fascino alle quali mi riferirò per esprimere il concetto e forse la apologia della "Bellezza del Camminare". David Le Breton "Il mondo a piedi: Elogio della marcia" Camminare significa aprirsi al mondo. L'atto del camminare riporta l'uomo alla coscienza felice della propria esistenza, immerge in una forma attiva di meditazione che sollecita la piena partecipazione di tutti i sensi. E' una esperienza che talvolta ci muta, rendendoci più inclini a godere del tempo che non ama sottometterci alla fretta che governa la vita degli uomini del nostro tempo. Camminare è vivere attraverso il corpo, per breve o lungo tempo. Vi è una copiosa Bibliografia che raccoglie i pensieri e le riflessioni dei camminatori del mondo ed essa è pervasa da una serie di concetti comuni di sensazioni che sicuramente tutti noi abbiamo a volte intuito a volte sentito ma non abbiamo espresso per paura di rovinarne la magia. Attingo da essa per dar voce ad ogni momento di vita, di fatica, di resistenza, di sofferenza, di valore di se che è custodito e trova espressione nell'animo del marciatore. L'atto del camminare rappresenta il trionfo del corpo, con sfumature diverse a seconda del grado di libertà della persona, favorisce l'elaborazione di una filosofia elementare dell'esistenza basata su una serie di piccole cose induce per un momento il marciatore ad interrogarsi su di se, sul rapporto con la natura e con gli altri, a meditare una inattesa gamma di questioni. Camminare riduce l'immensità del mondo alle dimensioni del corpo. L'uomo è affidato unicamente alla propria resistenza fisica e all'accortezza nell'individuare il percorso che gli garantirà i migliori progressi, quello lungo il quale potrà meglio smarrirsi, se fa dell'erranza la sua filosofia di base, o quello che conduce alla meta con il minor numero di insidie, se gli basta spostarsi da un luogo all'altro. La nostra Federazione ha

armonizzato i suoi passi nel coacervo di questi pensieri e sensazioni sul filo di una complicità di un percorso che accomuna ogni nostro partecipante. Il nostro statuto recita: "I partecipanti, di ogni cultura, sesso, età e nazionalità adeguano la loro attività ludico motoria alle proprie capacità, possibilità e limiti del proprio fisico, desiderando, attraverso tale attività, raggiungere uno stato ottimale di benessere fisico e psichico ampliando la reciproca conoscenza e comunicazione. "Questo ci porta a dire che la nostra Federazione da sempre e forse per prima ma sicuramente unica nella sua chiarezza si è impegnata e si impegna nella divulgazione della cultura e nell'elogio del camminare, cogliendo nel contempo con tempestiva opportunità il messaggio del mondo moderno ove la massiccia svalutazione del camminare quotidiano e la sua valorizzazione come attività di svago rilevano in quale conto la società moderna tenga il corpo. Molti hanno intuito come il camminare sia un modo tranquillo per reinventare il tempo e lo spazio, come plachi i tormenti dell'effimero. Nel momento in cui la scarpa appoggia sui ciottoli della strada, la mente si disinteressa delle ultime notizie. Tutti i nostri partecipanti hanno nel loro animo queste motivazioni, queste sensazioni, queste ricerche interiori che li spingono ad essere attori delle nostre manifestazioni ognuno con i suoi diversi atteggiamenti, i suoi riti, le sue scelte. Ho usato il termine camminare, come concetto ampio, onnicomprensivo e portatore di concetti universali prima espressi. Non ha importanza come si cammina, come si realizza il continuo contatto corporeo con l'ambiente, con il proprio corpo, come si realizza la lettura dei limiti del proprio fisico che lo richiamano alla sua fragilità e sono la sua forza. Ognuno esprime se stesso nel



correre, nel marciare, nel camminare, nell'usufruire delle tecnologie o gettandosi un vecchio zaino sulle spalle, nel muoversi in solitudine o in gruppo per parlare comunicare, nella mattutina impazienza del partire ed iniziare la propria esclusiva prestazione, nel fermarsi ad ammirare il paesaggio o ad essere nel veloce ed armonioso distendere dei propri passi una parte integrante di esso. Tutti però percorrono la strada, una cicatrice di terra in mezzo al mondo, il fondo battuto da miriadi di passi in un tempo brevissimo è una traccia della umanità. Sia la nostra Federazione ed ognuno di noi testimonial di tale messaggio perché questa è l'origine l'essenza la ragione di essere della FLASP. Come dice Leroi-Gouran, la specie umana ha "iniziato con i piedi" anche se la maggior parte dei nostri contemporanei se lo scorda, pensando di discendere direttamente dall'automobile.

Alberto Guidi - Presidente Nazionale FLASP