

Impara l'arte:

Pensare che le escursioni foto-naturalistiche sono ambientate solo all'aria aperta non è corretto. Anche "passeggiare" sui fondali marini è una forma di trekking. A chi non ha mai potuto provare una simile esperienza, assicuro che significa cambiare completamente l'impostazione mentale. La visione del mondo e delle cose assume una trasformazione radicale.

Ovviamente il termine "passeggiare" non è corretto; è meglio usare verbi come "pinneggiare" o, per i più romantici, anche "volare" rende parzialmente il senso di cosa significa trovarsi sospesi in un mondo che non ci è affatto naturale.

Volli dunque provare l'esperienza, spronato a fatica - devo ammetterlo - da un amico che ha la passione per attività estreme. Egli tentò di spingermi anche ad effettuare un corso di paracadutismo, e poi di parapendio, se io non fossi consapevole non solo dei miei limiti, ma anche dei miei intimi appagamenti. Un corso PADI di immersioni sub poteva aiutarmi a risolvere l'insieme delle mie paure conscie ed inconscie, oltre anche ad insegnarmi tale arte e consentirmi di visitare un altro mondo.

Non sono particolarmente amante delle vacanze al mare, concepite come chi ama rosolare al sole, o giocare a tamburelli, sentendo il frastuono di mille radio o il gridare dei bambini che corrono sollevandoti addosso la sabbia. Nella mia infanzia travagliata non ho avuto la cultura di "queste" vacanze al mare. Finite le scuole mia madre ci portava in Sardegna, ma la destinazione era nel cuore montuoso della Barbagia, e non abbiamo acquisito la "cultura" del

mare. Preferisco comunque l'escursione, anche se si tratta di effettuarla lungo le coste, magari con una barca a vela, altra tecnica che ho appreso frequentando il lago di Bracciano ed organizzando a mia volta corsi per un circolo velico associato ONLUS. Ma la tecnica di capire il vento è un'altra storia.

Ammetto di aver imparato a stare a galla o a fare brevi immersioni in apnea fino a due o tre metri di profondità, abbastanza tardi e da solo; e siccome mi è costato fatica, ne vado orgoglioso. Ma sono in molti ad avere paura dell'acqua, e costoro sono in grado meglio di altri di capire quali strane fobie possono segnare la psiche umana.

La motivazione principale, quindi, nel convincermi, fu proprio quella di mettermi alla prova. Farcela, voleva dire intraprendere una lotta con me stesso e tentare di acquistare più sicurezza personale.

Le prime lezioni avvennero in una piscina olimpionica, e provammo l'apnea fino a 60 secondi, l'attraversamento in apnea di tutta la vasca, primi tuffi di schiena o in piedi con le pesanti bombole e l'erogatore, la respirazione in più persone con lo stesso erogatore. Ecc.

La prima cosa che capii con grande stupore fu, oltre a quella di non avere una buona acquaticità, che non è affatto semplice andare a fondo. Proprio non riuscivo a restare e a nuotare sott'acqua. L'istruttore mi spingeva più volte sulla schiena, con l'intento di mandarmi a fondo. Mi fu consigliato di predisporre ed usare una cintura con una ventina di chili di piombo (!!!).

La prima fobia, comunque, la vinsi da solo tuffandomi per un normale bagno da una barca in alto mare, dove il colore dell'acqua era blu e dove sapevo che il fondale era lontano. In quella occasione ebbi la prova che stavo a galla benissimo e di poter nuotare.

Ma presto dovetti affrontare un'altra difficoltà: la respirazione senza la maschera. Dovetti reimpostare completamente le mie conoscenze inconscie di respirazione. Abituato a tenere la bocca

chiusa e respirare con il naso, ora dovevo fare esattamente il contrario. Provate voi a respirare con la bocca (l'aria che esce dall'erogatore) e a tenere chiuso il naso con il pensiero (per via che non c'è la maschera), con l'acqua che vi lava gli occhi spalancati e tenta di salire su per le narici.

Provare e riprovare questo esercizio in piscina non è comunque lo stesso che trovarsi in profondità e sentirsi improvvisamente volare via la maschera, strappata magari dalla pinna di un altro sub. Ad alcuni allievi l'istruttore la strappò dal viso arrivando alle spalle d'improvviso....

Insomma, il corso proseguì, la sera dopo il lavoro, ed oltre alla fatica psicologica, si aggiunse anche quella di portarsi dietro tutta l'attrezzatura: la muta in neoprene, il giubbetto gav, le pinne, la maschera, venti chili di pesi di piombo e, soprattutto, la pesante ed ingombrante bombola...

Arrivò finalmente il giorno della prima immersione in mare.

Porto Santo Stefano, ritrovo di numerose scuole di sub. La scelta degli istruttori fu infelice: ci saremmo immersi dalla spiaggia. Mi appresto a smentire chi pensa che possa essere più facile, che non dalla barca. Si dovette affrontare la vestizione sotto il sole: infilarmi la muta di neoprene, troppo aderente, mi tolse il primo 20% di forze e di fiato; camminare sul bagnasciuga per una trentina di metri con le pinne e la pesante bombola sulle spalle, scavalcando rocce in affioramento fino a raggiungere una profondità sufficiente per poter stare a galla, mi tolse un altro 25% di fiato; pinneggiare in superficie con la bombola che tentava di capovolgermi, mi tolse il fiato rimasto e mi interrogò sulle ... motivazioni che mi avevano spinto ad essere lì in quel momento.

Al momento decisivo, non riuscii più ad immergermi. Ero completamente privo di fiato. Pensai di rinunciare ed uscii dall'acqua, ma dopo qualche minuto di riposo l'istruttore mi prese in disparte e mi accompagnò in mare da solo. Potei così effettuare le prime

esercitazioni in profondità: alcune soffiate a naso chiuso per compensare la pressione e via, sempre più in basso. Togliere l'erogatore e respirare da quello del compagno. Riempire e svuotare l'aria nel giubbotto gav per vedere come si risale o si scende...

“Porc.....”, la maschera!

L'acqua mi invase gli occhi spalancati appannando di colpo la vista e alcuni centilitri di acqua salata si infilarono su per il naso. “Dov'è la maschera? Dov'è?” Dopo il primo momento di smarrimento (...quasi panico), mi sforzai di tenere la calma. Mi rilassai! Respirare con la bocca, tappare il naso col pensiero.... Vidi dinanzi a me la maschera, che mi venne offerta dall'istruttore, la presi e la calzai, sollevai appena il bordo inferiore staccandolo dal naso e soffiai col naso via l'acqua residua. La maschera aderì al viso e tornò la vista.

La concentrazione mi aiutò e riuscii così a togliere e rimettere la maschera più volte. Era fatta! Che soddisfazione!

Acquistato un minimo di sicurezza le immersioni successive sarebbero state più tranquille, considerato, comunque, che, in caso di bisogno, avrebbe potuto non esserci l'istruttore vicino a restituirmi un bene così prezioso come la maschera (e se fosse caduta nel blu profondo?...).

Seconda immersione: sfilavamo in fila per due lungo un costone a dieci metri di profondità ad ammirare i colori e la vita sotto ed attorno a noi. Provate a fare questo: tappatevi il naso con una molletta e respirate normalmente con la bocca (simulazione nell'indossare maschera ed erogatore). Ora mettetevi il palmo di una mano aperta davanti alla bocca e tappatela. Provate a respirare..... ecco! Questo mi successe improvvisamente. Non via la maschera (al quale ero esercitato) ma peggio: via l'aria!. Non mi persi d'animo: non fidandomi del mio occasionale compagno di corso (bisogna immergersi sempre con un compagno fidato a contatto di gomito...si potrebbe condividere l'erogatore), mi avvicinai all'istruttore e feci il tipico segnale di mancanza d'aria. Egli capì immediatamente, per

fortuna, e mi aprì la valvola della riserva, collocata in una posizione della bombola alle mie spalle, in cui da solo non potevo arrivare (pensandoci a posteriori, quante critiche da fare a quel corso PADI...).

OK! Subito ritornò l'aria e la serenità, appena in tempo perché non mi scoppiassero gli occhi nelle orbite. Ma intanto il mio essere "in riserva" compromise la durata della mia immersione. In questi casi occorre fare attenzione alla profondità in cui ci si trova, poiché è necessario effettuare le soste di decompressione, e se l'aria è finita..... Più tardi scoprimmo che le mie fatiche natatorie mi facevano consumare più aria del normale. Gli istruttori ed i più esperti compivano un atto respiratorio così lentamente che nel frattempo io ne effettuavo almeno quattro o cinque.

Durante la successiva esercitazione di decompressione imparai a rilassarmi e a respirare il meno possibile. Risalimmo da una profondità di 35 metri lungo un costone, effettuando soste di 3 minuti a 12, 9, 6 e, l'ultima, a 3 metri. Intanto, però, cominciai anche a godere del panorama. Strane piante come mosse dal vento, pesci, coralli, colori, lavatrici, pneumatici

L'ultima immersione del corso fu certamente notevole. Andammo a Sorrento, in località Fossa a Papa. Ci immergemmo dalla barca sulla verticale di una Madonnina immersa a circa dodici metri. Dopo le foto ricordo di rito, ci avviammo pinneggiando verso l'ingresso di un sifone. L'emersione avvenne all'interno di una grotta con le pareti sfavillanti di luci blu e riflessi tutto attorno e con l'eco degli stupori di coloro che via via emergevano come tanti funghetti sul pelo dell'acqua. Chi poté scattò qualche foto, Nel lasciare la grotta al ritorno, i sub che precedevano si stagliavano contro l'azzurra apertura sommersa della grotta, illuminata dal cielo che filtrava in profondità. Sembravano angeli leggeri e lenti, avvolti da mille bollicine; silhouette in controluce che regalarono un'immagine che mi appagò di tutte le fatiche.

Avessi avuto la macchina fotografica!

Dopo anche un esame scritto ottenni il brevetto di primo livello ma dovetti presto fare una scelta, prima di decidere se affrontare anche il corso successivo, come insisteva il mio amico.

Per ottenere immersioni decenti occorre recarsi in luoghi lontani. In Italia non sono poi molti, se non le solite isole. Per vedere fondali e animali diversi occorre raggiungere i soliti Mar Rosso e Sharm El Sheick. Occorre portarsi appresso muta, pinne, erogatore, maschera, giacchetto, coltello, venti chili di pesi, la bombola.....e se volessi scattare anche qualche foto?

Alla fine decisi di continuare ad esercitare il trekking tradizionale. Corredato col mio solito zaino di una ventina di chili, tra occorrente ed attrezzatura fotografica, ma di gran lunga più agevole.

Quando sono stanco, mi fermo, e la macchina fotografica la poggio a terra sul cavalletto.

Impara l'arte e mettila da parte, dice il proverbio.



Foto ricordo del corso PADI vicino alla Madonna sommersa.