

# Indice - Inhaltsangabe

<b>Giuliano Stenghel, Heinz Grill:</b>	
<b>“La metamorfosi della passione”</b> .....	4
<b>„Die Metamorphose der Leidenschaft“</b> .....	5
<b>Ivo Rabanser: Prefazione</b> .....	6
<b>Vorwort</b> .....	6
<b>Giuliano Stenghel: Trasmettere passione</b> .....	10
<b>Übertragung der Leidenschaft</b> .....	10
Colodri: Via Katia.....	24
Brenta: Il Bimbo di Monaco.....	30
Casale: Via del Missile.....	38
Colodri: Via Agostina .....	48
Parete Dos Casina (Catullo Detassis): Via dell’Universo .....	52
<b>Heinz Grill: Come trasmettere esperienze animiche nell’arrampicata</b> .....	56
<b>Wie überträgt man seelische Erfahrungen beim Klettern</b> .....	56
Parete San Paolo: La via Tre Pilastr.....	80
Il Daino: La via Fessura .....	82
Catinaccio: Via Marte .....	84
<b>“Passione e sveltezza in roccia”</b> .....	90
<b>„Leidenschaft und Schnelligkeit am Fels“</b> .....	91
<b>Giuliano Stenghel: Associazione Serenella - Onlus</b> .....	92

Prima edizione: settembre 2017

ISBN: 978-88-85468-22-1

Idea Montagna Editoria e Alpinismo

Via Euganea Villa, 27 - 35037 Villa di Teolo PD - Italy

Tel. +39 049 6455031

marchio di Officina Creativa sas

Via Guido Rossa, 17 - 35016 Piazzola sul Brenta PD - Italy

info@ideamontagna.it - www.ideamontagna.it

Coordinamento generale / Gesamtkoordination: Francesco Cappellari

Stampa / Impressum: La Grafica srl - Mori TN

Traduzione / Übersetzung: Barbara Holzer

Emanuele M. Banchio, “Come trasmettere esperienze animiche nell’arrampicata”

Composizione / Satz: Heinz Grill

Foto copertina / Titelfoto: Florian Kluckner sulla Via del Missile

Spartito / Liedblatt: Stephan Wunderlich

Tutti i diritti riservati. È vietata la riproduzione anche parziale degli scritti, dei disegni e delle fotografie.

Alle Rechte vorbehalten. Auch die teilweise Reproduktion der Texte, der Skizzen und Bilder ist verboten.



## Giuliano Stenghel (Sten)

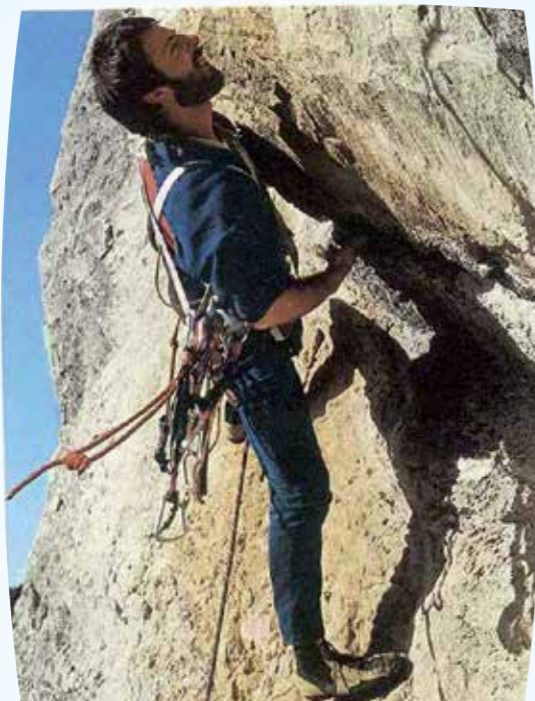
### Trasmettere passione

Perché l'alpinismo ci aiuta?

Per farsi ammaliare dall'alpinismo è necessario provare, toccare con mano ciò che ci dona una scalata. L'arrivo in vetta è un momento indescrivibile e che difficilmente si può dimenticare: la fatica per il raggiungimento di un obiettivo provoca emozioni e sensazioni uniche e grandi soddisfazioni.

L'alpinismo è forza di volontà e saldezza psicologica, è anche intelligenza, equilibrio, fiducia in noi stessi, freddezza e lucidità nel valutare le situazioni estreme. L'alpinismo ci dà nuove energie e voglia di lottare, ci rinforza fisicamente, ci dona la capacità di affrontare rischi e pericoli e sopportare pene anche inimmaginabili, infine ci porta a ridimensionare tanti problemi personali. L'alpinismo quindi può essere anche una cura, una terapia. Ci adduce necessariamente ad affrontare rischi e sacrifici, a vincere la paura di "volare" e romperci qualche osso o addirittura perdere la vita, per contro ci insegna a superare forti e impreviste difficoltà della vita stessa e ci rende un po' più felici.

La montagna quindi, generalmente insegna, poi ci sono alpinisti che non hanno imparato nulla di utile



### Übertragung der Leidenschaft

Wozu hilft uns das Bergsteigen?

Um sich vom Bergsteigen bezaubern zu lassen, müssen wir es erleben und mit den Händen dasjenige berühren, was uns eine Ersteigung schenkt. Die Ankunft am Gipfel ist ein unbeschreiblicher Augenblick, welchen man wohl kaum vergessen kann: die Anstrengung um ein Ziel zu erreichen, bewirkt einzigartige Emotionen und Empfindungen sowie eine große Erfüllung. Das Bergsteigen stellt Willenskraft und psychologische Stärke dar, aber auch Intelligenz, Gleichgewicht, Selbstvertrauen, Kaltblütigkeit und Klarheit in der Einschätzung von extremen Situationen. Außerdem schenkt es uns neue Energien und den Willen zu kämpfen, es stärkt uns körperlich, es fördert uns in der Fähigkeit, Risiken und Gefahren ins Auge zu blicken und auch unvorstellbare Mühen zu ertragen. Es veranlasst uns letztendlich, viele persönliche Probleme zu relativieren. Das Bergsteigen kann deshalb auch ein Heilmittel, eine Therapie sein. Es führt uns notgedrungen dazu, Risiken und Opfer auf uns zu nehmen oder die Angst vor dem „Fliegen“, sich einige Knochen zu bre-

chtern. Das Bergsteigen kann deshalb auch ein Heilmittel, eine Therapie sein. Es führt uns notgedrungen dazu, Risiken und Opfer auf uns zu nehmen oder die Angst vor dem „Fliegen“, sich einige Knochen zu bre-

chtern. Das Bergsteigen kann deshalb auch ein Heilmittel, eine Therapie sein. Es führt uns notgedrungen dazu, Risiken und Opfer auf uns zu nehmen oder die Angst vor dem „Fliegen“, sich einige Knochen zu bre-

La passione non è il contrario della ragione, non è quella di prendere la vita con irrazionalità, né tanto meno è trasgressione che ti fa andare contro i principi dell'amore e che ci può condurre a perdere il dominio di noi stessi, con la libertà di compiere azioni che generano male, ma è il motivo che ci spinge a uscire dalla mediocrità per una vita migliore e che ci porta a crescere, che c'insegna ad amare.

Die Leidenschaft ist nicht das Gegenteil von Vernunft. Man soll dem Leben nicht mit Irrationalität begegnen und noch viel weniger gegen die Prinzipien der Liebe handeln, was uns dahin führen würde, die Herrschaft über uns selbst zu verlieren und schlechte Handlungen zu vollbringen. Die Leidenschaft führt uns von der Mittelmäßigkeit zu einem besseren Leben, lässt uns wachsen und lehrt uns lieben.



## Heinz Grill

### Come trasmettere esperienze animiche nell'arrampicata?

Non si dovrebbero confondere le vere esperienze animiche con l'emotività delle varie impressioni che si hanno durante la scalata di una parete. Qui non si allude al fatto che l'agitazione sale, che le ginocchia cedono o che si tremi durante il superamento di uno strapiombo. Piuttosto è l'incontro dell'essere umano con la roccia, con quelle forme calcaree che fanno come da specchio agli occhi in ogni sorta di spigoli, smussati e affilati, a costituire una grandiosa realtà. Questa realtà si manifesta come un vero e proprio segreto, come un mistero. Le pareti sono ripide, piene di pericoli e fatte, diciamo, non esattamente per gli arti umani. Volendo partire dal presupposto che esistono uomini normali e uomini che normali non sono, allora non si può che ammettere che l'alpinista va considerato appartenente più alla categoria di coloro che praticano l'assurdo e che quindi, all'interno del sistema sociale, è da classificarsi come anormale.

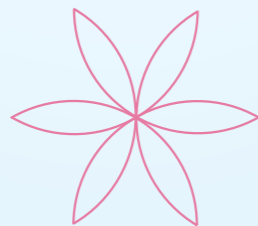
Che cosa sono le montagne? Come ci si rivelano quelle rocce calcaree, quei monumenti di granito, quei pilastri svettanti? I buchi degli appigli danno alle mani una possibilità per aggrapparsi, i pilastri convessi espongono all'aria gli arti, le arcuate fessure e i diedri a scalini accolgono le mani e i piedi. Lo scalatore, così poco dotato rispetto a una lucertola, si allena descrivendo dei prudenti su e giù lungo quelle forme, si erge al di sopra dei fondovalle e aspira volontariamente alle esposte vette. Davvero si può dire che sfugga, in un certo qual modo, ai mondi terreni, si muove, gioisce dell'esposizione all'aria e della crescente ritmica nei suoi movimenti. L'alpinista è attivo, energico e trasforma

### Wie überträgt man seelische Erfahrungen beim Klettern?

Die wirklichen seelischen Erfahrungen sollte man nicht mit den vielerlei emotionalen Eindrücken, die man während einer Durchsteigung einer Wand sammelt, verwechseln. Es sind nicht oder sogar am wenigsten die auffallenden Ängste, das Schlottern der Knie oder das zitternde Überwinden eines Überhangs gemeint. Vielmehr liegt in der Begegnung des Menschen mit dem Felsen, mit den kalkhaltigen Formen, die sich in allerlei runden und scharfen Kanten den Augen widerspiegeln, eine großartige Wirklichkeit. Diese Wirklichkeit spricht sich als regelrechtes Geheimnis, als ein Mysterium aus. Die Wände sind steil, voller Gefahren und nicht so ganz für die menschlichen Gliedmaßen geschaffen. Wenn man von der Betrachtung ausgeht, dass es normale und nicht normale Menschen gibt, so muss man wohl ernsthaft feststellen, dass der Bergsteiger mehr zu denjenigen zu rechnen ist, der das Unverständliche praktiziert und deshalb im Gesellschaftssystem der Anomalität unterliegt.

Was sind die Berge? Wie offenbaren sich die Kalkfelsen, die Granitmonumente, die aufschwingenden Pfeiler? Die löchrigen Griffe geben den Händen eine Haltemöglichkeit, die konvexen Pfeiler exponieren die Gliedmaßen in die Lüfte, die geschwungenen Risse oder gestuften Verschneidungen nehmen die Hände und Füße auf. Der im Vergleich zu einer Eidechse so unbegabte Kletterer turnt im bedächtigen Auf und Nieder an den Formen entlang, erhebt sich über die Talgründe und sucht auf freiwillige Weise ausgesetzte Höhen. Er entflieht wohl zu einem gewissen Grade den irdischen Welten, er bewegt sich, erfährt

Sulla via Fantasma Giallo nella Moiazza.  
Era inverno e la luce scintillava limpida.



In der Tour Fantasma Giallo in der Moiazza.  
Es war Winter und das Licht war glitzernd  
und klar.

