



**A**rrivo all'appuntamento in ritardo e trovo il mio amico ciclista seduto sull'ultimo gradino del ponte.

Mi scuso. L'amico sorride: «Mentre ti aspettavo guardavo la mia bicicletta e mi domandavo perché una macchina che appare semplice sia stata realizzata in tempi relativamente recenti rispetto alla lunga storia dell'uomo.

Probabilmente l'immagine del carro, stabile sulle quattro ruote, è rimasta indisturbata a lungo nella sua testa, non riusciva a immaginare come un veicolo ne potesse avere due sole e rimanere in equilibrio sia da fermo, sia in moto.

A questo punto tu mi dirai che la soluzione è venuta con l'affermarsi del pensiero scientifico, e della conseguente tecnologia, le leggi sulla gravitazione, Galileo, Newton... Ne convengo, evidentemente, ma a me piace pensare che un nostro antenato, realizzato un rozzo telaio con le due ruote, abbia avuto l'idea geniale di sedersi sopra, il che equivale all'idea di applicargli un motore: il proprio corpo. Di qui, dopo le prime spinte con i piedi sul terreno è seguito tutto il resto».

## La bicicletta e il corpo

**La sensazione del vento nei capelli:  
lo diciamo tutti, prima o poi.  
Anche chi porta il casco, anche chi...**

Annuisco e intuisco che l'amico voglia trarre delle conclusioni; e infatti riprende: «Non voglio raccontarti quello che già conosci benissimo, anche se non ci si pensa, cioè come il piacere dell'uso della bicicletta stia, appunto, nel continuo, armonioso lavoro di tutto il corpo per mantenere l'equilibrio sui soli due punti in cui le ruote toccano il terreno.

Un lavoro armonioso perché segue le leggi della fisica, un continuo atteggiarsi perché il "sistema" (corpo e bicicletta) mantenga il baricentro perpendicolare alla retta congiungente i due punti di contatto delle ruote con il terreno. Non posso dire, poi, dell'effetto giroscopico che, per la verità, sfugge alla mia comprensione.

Pensa alla goduria che deriva al corpo in quanto tutta questa movimentazione varia e in modo più o meno intenso a seconda delle condizioni della superficie di scorrimento, della sua configurazione, dell'andamento planimetrico e altimetrico... A questo punto mi piacerebbe commentare l'atteggiamento e le reazioni del corpo in modo sistematico riferendole a un percorso in pianura, in salita e in discesa; però vedo che l'occhio ti cade sull'orologio; sarà bene inforcare la bicicletta per rispettare l'appuntamento con i colleghi che ci attendono per l'ora di pranzo».

Saliamo in bici. Con un piede ancora a terra il mio compagno di pedalata Si volge verso di me: «Devo ancora dirti che il momento più bello e che mi coinvolge completamente è quando affronto una discesa, sento che acquisto velocità senza sforzo, la forza di gravità lavora per me, agisco sui freni per misurarla, sposto in avanti il peso del corpo, mi abbasso e mi alzo sul manubrio per dosare la resistenza dell'aria, mi concedo con grazia alle curve e per contrastare la forza centrifuga agisco sul manubrio, sposto il tronco e apro il ginocchio in fuori verso l'interno della curva stessa e... intanto i raggi delle ruote e la cordicella degli occhiali sotto la pressione dell'aria vibrano e un sottile suono d'arpa mi accarezza le orecchie mentre il vento nei capelli mi rende il senso della leggerezza e del volo».

Ora l'amico è davanti a me e pedala con energia. Il sole primaverile illumina il suo cranio assolutamente calvo. Sorrido e mi sfiora un punto di commozione.

*Aldo Monzeglio*

