

s'hagin de despendre de totes les reserves d'energia, car ja explicàrem en el número passat que l'exercici immoderat de la marxa amb els seus agravaents, el cansanci i la fatiga, poden ésser causa de greus dolències.

El Cap és l'individu que més constantment porta un llum encès. Ordinàriament ningú més de la Colla l'utilitza sense permís d'ell. Cal habituar-se a caminar a les fosques. Durant la marxa, cal observar un compte especial de no encarar el llum als companys perquè els enlluernaria i no podrien apreciar el lloc on posarien els peus.

Cadascú porta la vista fixa en els moviments del company que va al davant i observa atentament els obstacles que troba per avisar el que segueix al seu darrera. Si la nit és tan fosca que la visualitat es faci gairebé impossible, és un bon consell col·locar damunt la motxilla un drap blanc o mocador i això permetrà distingir-se en la foscor.

La marxa de nit per llocs perillosos es desenrotlla en silenci absolut i el Cap adverteix amb mots breus i precisos els obstacles que troba en el pas: «Ull a la dreta!», «Compte el cap!», «Perill a l'esquerra!», «Aigua a la dreta!», etc. I aquests advertiments un company els passa a l'altre a mida que salva els susdits obstacles. Per tal de comprovar si la Colla segueix la marxa amb regularitat, de tant en tant el Cap inicia el recompte, que consisteix en cantar cadascú el número d'ordre que porta a la fila. Per exemple: el Cap, després de travessat un lloc difícil, arriba en un pla i sense deixar de caminar vol saber si tots els companys segueixen ordenats darrera d'ell i per tal de comprovar-ho, canta *Un*, el que segueix contesta immediatament *Dos*, l'altre *Tres*, i així successivament fins arribar al Segon de Colla que, tanca la filera, i contesta *Tants! Endavant!*, com donant a comprendre que tot va bé. D'aquesta manera si a l'excursió anaven deu i en fer el recompte només responen set, vol dir que els altres tres han quedat endarrerits o s'han perdut i cal destacar dos companys que refacin el camí per anar a trobar-los.

Una vegada salvat el perill o vençuts els obstacles i de cara al bon camí, una cançó de marxa ritma el pas i treu forces insospitades. Després, l'humor i l'alegria reneixen camí de l'estació.

---

*“El cos és l'instrument del qual l'ànima s'ha de valer per realitzar totes les seves aspiracions. Com més fort i perfecte sigui, millor podrà realitzar-les”.—MASARYK.*

*No estimbeu mai pedres ni roques en els cingles i pendents fortes. Destruirieu la vegetació, i moltes vegades podrieu ocasionar desgràcies que és absolutament necessari evitar.*