

BUCCI: "Colpire? Un lungo cammino interiore"

Ecco quello che pensa il grande campione. In un equilibrio magico tra gesto atletico e "spiritualità". Dove si incontrano segreti da comprendere e paure da sconfiggere.



22

In Casentino, nella splendida casa di Paolo Bucci, alla ricerca di consigli tecnici, dal nostro inossidabile guru dell'arceria. Ho attraversato tutto l'Appennino per giungere fin lì, ma l'ospitalità di Paolo e Petra è rinvigorente e l'atmosfera magica di questo luogo, satura di energia... cena luculliana... al dolce, contribuisce a dare a questo incontro un sapore unico. Finalmente cominciamo ad interrogarci su quale argomento tecnico sia meglio trattare. Messa a punto dell'arco? Mah, un principiante non sarebbe comunque in grado di effettuarla e ad uno di buon livello può interessare relativamente. Abbiamo tanti manuali che trattano l'argomento! Paolo aggiunge che in verità si tratta di un terreno scivoloso...tanti teoremi tecnici dati per assodati, che in realtà non risultano applicabili. L'esperienza ci ha insegnato a non generalizzare, ma piuttosto ad osservare e valutare soggettivamente... allora di cosa parliamo? Impostazione corporea, impegno muscolare, tecniche di mira, accessori? Paolo ha un'immensa preparazione tecnica, ma si dichiara altresì in antitesi ad essa, come impostazione mentale. Nell'arco tradizionale,

PAOLO BUCCI:
"L'allenamento dovrebbe essere il più possibile simile ad una gara, ma l'atteggiamento mentale dovrebbe essere quello di sentirsi in gara durante l'allenamento e in allenamento durante la gara... quindi quando penso? Non dimentichiamo mai di curare la persona, noi siamo il motore del tiro".

o meglio nel tiro istintivo, che contraddistingue la nostra disciplina, possiamo trovare molti tipi di interpretazione personale e tante tappe di passaggio, ma visto che abbiamo a disposizione il più grande campione di tutti i tempi, tanto vale forse che si parli nella sua lingua, tentando di tradurre e comprendere i segreti di una simile maestria, senza snaturarli o svilirli nella banalizzazione. Nei prossimi articoli, magari, parleremo di come si trova il punto d'incocco ideale attraverso le prove tecniche o di come si procede alla ricerca del brace dell'arco, ma quando il nostro interlocutore è uno che ha tirato miliardi di frecce, sofferto, cercato con onestà per una vita, forse vi sono cose ben più preziose alle quali attingere. Certo non tutti saranno in grado di comprenderle o di farle proprie immediatamente, ma proviamo a lasciarci penetrare da concetti che possono apparire astratti, lasciandoli girare in libertà e custodendoli dentro di noi. Magari un giorno, tirando una freccia, si accenderà una lampadina interiore che farà luce su uno di questi segreti, illuminando il nostro cammino con una nuova consapevolezza. Perché forse a tanti non piace sentirlo dire, ma non posso esimersi dal ribadire che il percorso di un arciere istintivo è un lungo cammino interiore, una disciplina evolutiva personale. Non basta il braccio fermo, non c'è un mirino al quale aggrapparsi, la valutazione, il gape shooting o tutte le stampelle che possiamo offrire alla nostra tecnica, per tenere impegnata la mente o cercare un risultato immediato, saranno solo fasi di passaggio, utili strumenti da abbandonare lungo la strada. Il tiro istintivo ha vette molto più ambite, ci parla di onestà, di umiltà e, al contempo, di grande fiducia nelle nostre capacità. Ci parla di sconfitte e illuminazioni che si susseguono per anni, forgiando il carattere dell'arciere, in un altalenarsi di emozioni senza fine. Tiro da vent'anni e conosco tutti i più grandi campioni del tiro istintivo, ebbene, fra loro troverete sempre delle belle persone. Lavorare una vita nella ricerca interiore, nella rimozione dolorosa dei propri limiti, nell'ab-

