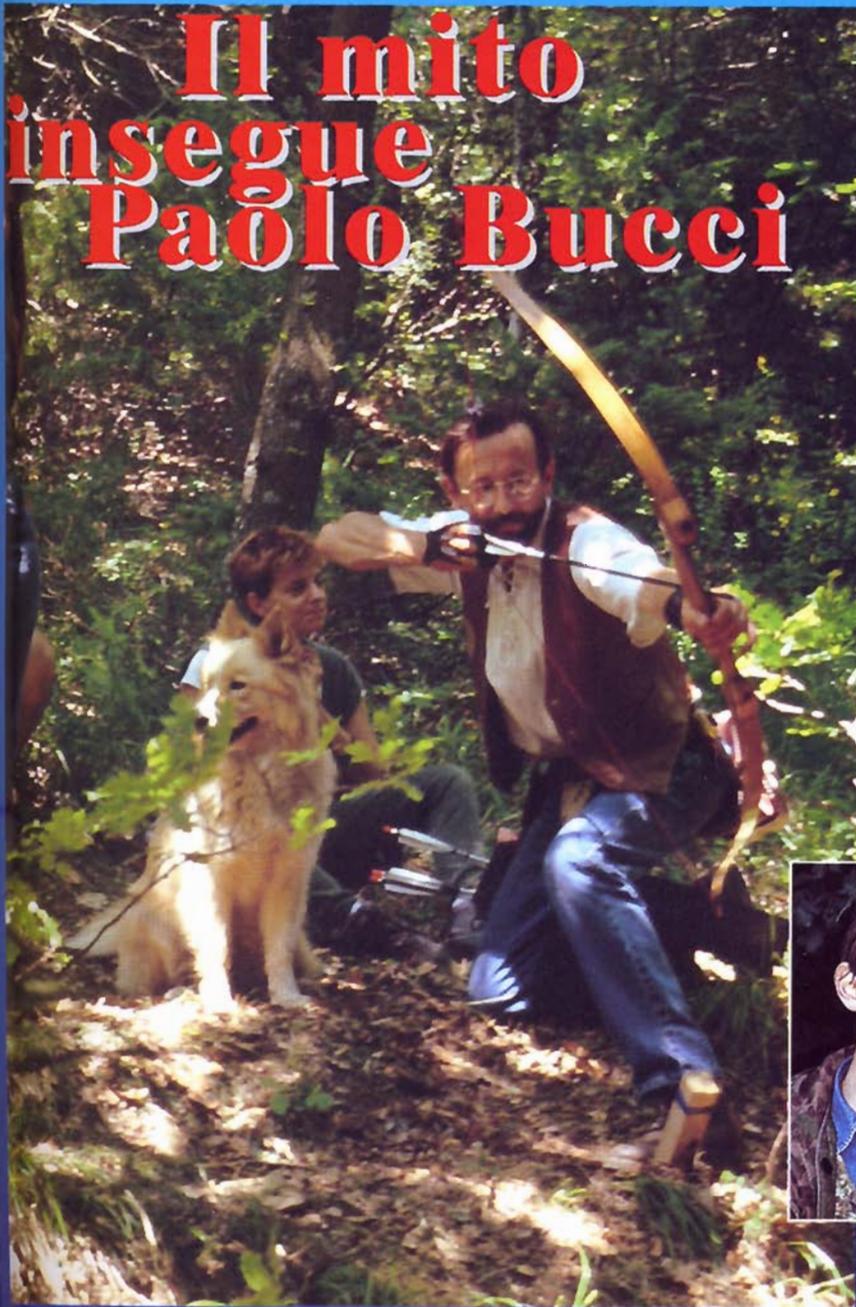


Il mito insegue Paolo Bucci



Il recordman fiorentino salito più volte nell'Olimpo del tradizionale non ha mai ceduto alla tentazione di mirare... o quasi. L'avventura agonistica di un uomo schivo ma indissolubilmente legato al tiro con l'arco.

Paolo Bucci, un mito per l'arcieria tradizionale. Con il suo longbow ha strabiliato tutti, con il ricurvo ci fa sognare. Fa più punti dei compound con una tranquillità

ormai leggendaria. Trentasette anni, fiorentino, esce dall'ombra nel 1991 vincendo i suoi primi Campionati italiani con il longbow, poi decolla. Campione italiano per quattro anni di fila, nel '95 si laurea Campione europeo ad Asiago. Sale nell'Olimpo dell'arcieria tradizionale, presentandosi agli Europei del '96 con il ricurvo e vincendo anche quelli. Sempre tranquillo e sorridente, disponibile con tutti, si schermisce quando viene lodato. Lo incontro per l'intervista dopo una gara degli Arcieri del Rovo di Firenze, dove l'ho conosciuto sette anni fa. Una sera d'estate, al chiarore della luna c'era un tipo che tirava da solo a un tappino che

neanche si vedeva... era Paolo.

Quando hai iniziato a tirare?

«Nel 1988, avevo acquistato una balestra ed andai a provarla, ospite a casa di amici in campagna. Loro possedevano degli archi e così, mentre loro provavano la balestra, io vivevo il mio incontro con l'arco».

E poi?

«Loro non comprarono mai una balestra, in compenso, io mi iscrissi ad un corso della Fitarco».

Conoscendo il tuo stile di tiro, mi sorge spontanea una domanda.

Come fu l'impatto con quel corso?

«Come ti puoi immaginare. Me ne dissero di tutti i colori... le ginocchia flesse, il busto in avanti, la velocità d'esecuzione; non gli andava bene quello che facevo. Cercarono d'impostarmi secondo i canoni classici, ma a me non piaceva e smisi di andarci».

Alla luce delle tue successive prestazioni sportive, direi comunque che non riuscirono a scoraggiarti.

«Assolutamente no, anzi, ricevetti il primo stimolo verso la ricerca di uno stile di tiro sempre più personale. Quello che volevo era uno stile confortevole, spontaneo, attillato come un buon vestito».

Quindi un tiro confortevole, versatile, ma anche "istintivo"?

«Sì, assolutamente».

Quali sono le tue parole chiave per definire un tiro istintivo?

«Si può parlare di tiro istintivo quando non esiste collimazione, quando non si passa attraverso la sovrapposizione di due punti».

Ma tu sei sempre stato "puro", non hai mai ceduto alla tentazione di mirare in qualche modo?

«In effetti in un certo periodo l'ho fatto. Data l'esperienza, potevo regolare il tiro guardando la punta della freccia. Tanto che era diventato un giochino anche troppo facile e poco divertente al punto che, continuando così, avrei senz'altro smesso di tirare».

Quanto ti alleni oggi e quanto ti alleni all'inizio della tua carriera?

«Quando ho cominciato a tirare abitavo

in città e quindi potevo allenarmi solo il sabato e la domenica. Tiravo quasi sempre da solo, giornate intere, finché il sole non calava o le mie dita non cedevano. Mentre adesso la situazione è completamente cambiata. Vivo in campagna in un bel posto, dove posso allenarmi senza avere tempi morti. Oggi posso uscire di casa e tirare anche se ho solo due ore a disposizione, per cui non passo più le mie domeniche sul campo, facendo sedute di allenamento molto più brevi ma più frequenti».

Ecco, qui volevo portarti. E adesso che ci sei aiutami a sfatare un mito. La maggior parte della gente pensa che se il tiro è "istintivo", deve sgorgare magicamente fuori da sé. Tu stesso vieni sovente descritto come un caso a parte, un irraggiungibile. Quasi come se l'istinto fosse un dono divino dispensato a pochi eletti da un Apollo capriccioso. Io credo al contrario che il tiratore istintivo debba lavorare su se stesso e sulla propria preparazione, molto più di chi si affida ad uno strumento tecnico o comunque ad un qualsiasi sistema di mira. Qual è il tuo pensiero in proposito?

«Concordo pienamente. Il tiro istintivo non è certo intuizione pura, bensì la meccanizzazione di un gesto. Il lavoro che l'arciere deve svolgere su se stesso in questo caso è molto più complesso ed impegnativo».

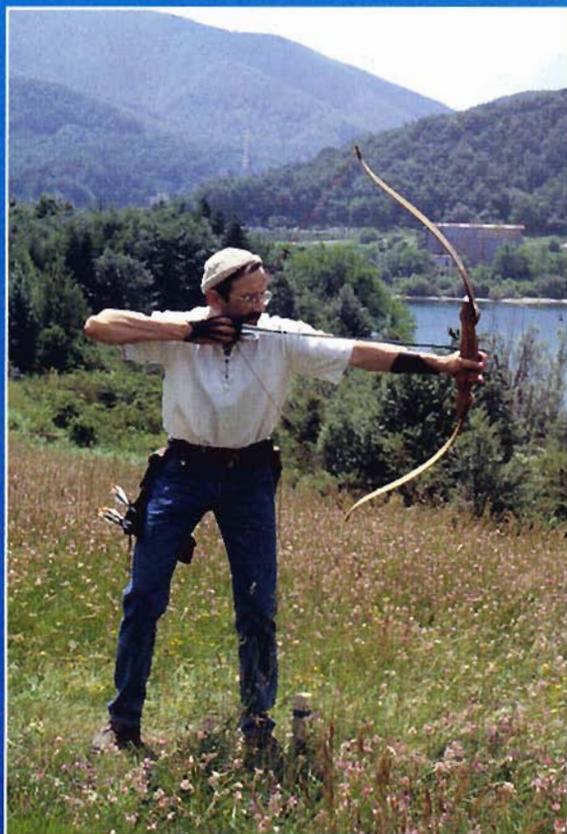
È anche vero che quello che poi si ottiene è un tiro molto più rilassante e divertente, non trovi?

«Certamente. Il tiratore istintivo svolge tutto il suo lavoro a monte e mai durante la gara, dove si limita a raccogliere i frutti di ciò che ha seminato».

Nel corso degli anni sei stato spesso definito l'uomo longbow. Io stessa nel vederti tirare ho sempre avuto l'impressione che tu e il tuo arco foste una cosa sola. Quel tuo modo così particolare e flessuoso di "entrare" nel longbow, ha sempre evocato in me le immagini di un'antica danza rituale. Cos'è che ti ha spinto ad abbandonarlo a favore del ricurvo?

«La curiosità innanzitutto; ma un grosso ruolo l'ha giocato anche il fascino esercitato dall'oggetto in se stesso. Me ne sono

innamorato insomma, come ci si può innamorare di una bella macchina. Un'altra spinta veniva dal fatto che con il longbow nessuno riusciva più a darmi del filo da torcere, mentre con il ricurvo vi erano e ci sono tiratori di ottimo livello. Infine volevo anche scoprire le differenze realmente esistenti fra i due tipi di arco che a me non sembravano allora così sostanziali».



Sono ormai due anni che tiri con il ricurvo... Questa differenza allora c'è o non c'è?

«Devo dire che c'è ed è anche sostanziale, sia in termini di approccio che di prestazioni».

Ed è così anche per te?

«Non proprio. So di dire una cosa che può apparire addirittura "sconvolgente" ma io sono nato e cresciuto con il longbow e mi sono quindi formato alla sua scuola. Per me, con il mio particolare stile di tiro, il longbow risulta tuttora più congeniale. Mi perdona qualcosa in più».

Quando fai una gara, tiri per vincere, per divertirti, per migliorare te stesso o cos'altro?

«Beh, purtroppo ultimamente le cose sono un po' cambiate. All'inizio tiravo esclusivamente per divertimento, poi si è

inaugurata la fase della crescita personale durante la quale gareggiavo con me stesso. Oggi, purtroppo, riconosco a volte in me la volontà di vincere e questo è sbagliatissimo. Dovremmo sempre tirare ogni freccia come se fosse la prima. Tirando bisognerebbe sperare di colpire, magari pregando per farlo, ma senza la "volontà" di farlo; per cui se mi è concesso... colpisco».

Hai mai provato il target panic?

«No, mai. Mi rendo conto di essere fortunato e di questo ringrazio il Grande Spirito».

Un campione come te, che non trae alcun profitto dalla propria attività agonistica, che ha già vinto e dimostrato tutto, dove trova la spinta per andare avanti con entusiasmo?

«Io adoro volare e l'unico modo che conosco per farlo è tirare le mie frecce. Sto con la mia freccia in tutte le fasi del tiro, dal primo all'ultimo momento».

Fin qui abbiamo affrontato le implicazioni mentali e spirituali di un buon tiro ma, "tecnicamente", nella meccanica del gesto, quali sono secondo te gli errori più ricorrenti?

«È difficile generalizzare, ogni arciere è un caso a sé. Si può avere un ottimo sgancio con un pessimo sinistro che cala, oppure l'esatto contrario. L'unica cosa che mi sento di dire circa difetti ed errori, è che difficilmente sono risolvibili in maniera definitiva.

Quali che siano, tenderanno a ripresentarsi sempre subdolamente. L'unica cosa da fare è imparare a riconoscerli al volo per cercare di porvi rimedio. Dobbiamo concentrarci su quello che vogliamo cambiare, visualizzando la nostra stessa azione ed immaginando di svolgerla in modo pulito, rilassato. Quindi, concentrarsi sul difetto e poi, un attimo prima di effettuare la trazione... lasciar perdere tutto, rilassarsi e scoccare».

Hai qualche altro consiglio da dare a coloro che stanno cercando di perfezionarsi?

«Bisogna ascoltarsi. Un buon esercizio per imparare a "sentire" le proprie sensazioni corporee è senz'altro il tiro al buio. In assenza di stimoli visivi, la nostra mente è meglio disposta ad ascoltare quei lievi

segnali di disagio che il corpo invia. Un'altra cosa estremamente utile, secondo me, è quella di farsi riprendere da una videocamera per poi osservarsi con calma. Nessun giudice sarà mai migliore di noi stessi».

Mai mai fatto gare Hunter e Field della Fitarco?

«Sì, molte, specie all'inizio quando c'era ancora la categoria Cacciatori».

Con quali risultati?

«Solitamente vincevo».

Adesso che quella categoria non esiste più?

«Sono tuttora tesserato e tiro nella categoria Arco Nudo».

Ma un tiratore istintivo, che non usa nessuno dei metodi di mira consentiti in quella categoria non è svantaggiato?

«Beh, sì certo. Nel mio caso specifico, però, avendo uno stile piuttosto affinato, riesco comunque a stupirli con delle vittorie inattese; malgrado i molleggi sulle gambe e tutte le altre cose "strane" che faccio. Inoltre, per me, partecipare a un Hunter e Field, pur con le penalizzazioni che comporta, significa muovermi in un

ambiente dove nessuno mi conosce».

Niente aspettative, perciò.

«Esatto. Il fatto di essere un perfetto sconosciuto a livello psicologico comporta per me dei grossi vantaggi. Mentre nelle nostre gare sento sempre di dover dimostrare qualcosa, per non deludere le aspettative, lì mi muovo con maggiore scioltezza e questo forse riequilibra lo svantaggio iniziale».

Malgrado le tue escursioni in Fitarco, la tua Federazione è e rimane la Fiarco. Che cosa pensi del lavoro svolto negli ultimi anni?

«Come tutte le associazioni medio-grandi, la Fiarco racchiude in sé persone di tutti i tipi. Ve ne sono di rare, pregevolissime, che in questi anni hanno svolto - unicamente per passione - una mole di lavoro impressionante, ricevendo in cambio ben pochi meriti. Purtroppo ve ne sono altre che cercano di far apparire la Fiarco non come Federazione arcieri di campagna, ma piuttosto a volte arcieri da circo».

Che cose ne pensi dei nuovi regolamenti?

«Mi fa piacere che tu mi rivolga questa domanda. Eravamo partiti con un piede

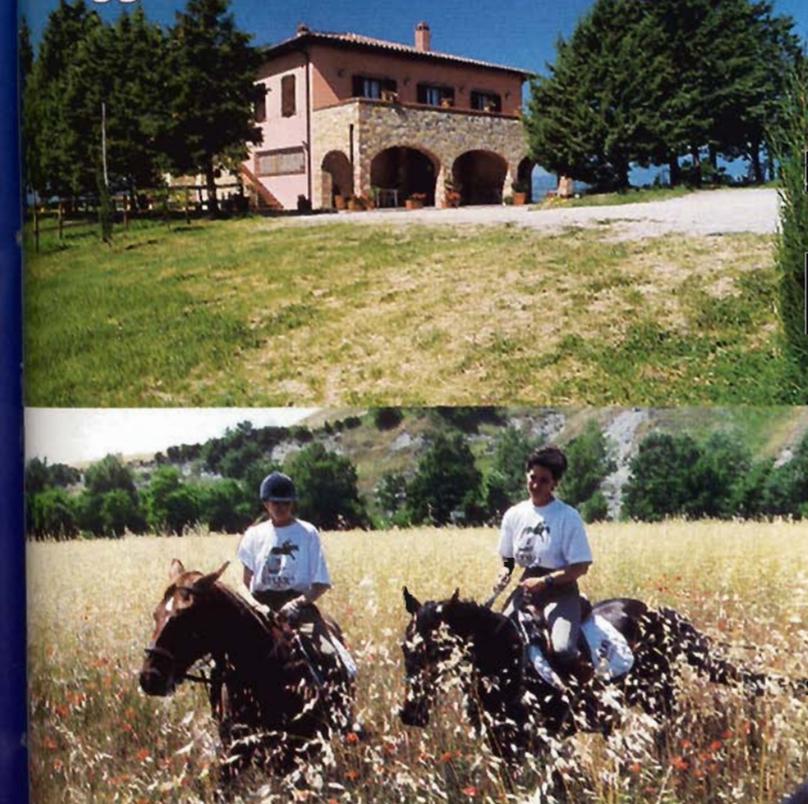
ben diverso. Nel corso degli anni però ci siamo sempre più spersonalizzati, tendendo ad assomigliare ad altre Federazioni già esistenti. Ritengo assurde le decisioni prese ultimamente. Non riesco veramente a capire il perché di tali scelte. Mi riferisco in particolar modo all'esclusione dei tempi per i mirati ed all'allungamento di quelli normali. Mi piacerebbe fare una gara dove, a scopo dimostrativo, tutti gli arcieri si adeguassero realmente al tempo consentito di un minuto per freccia. In un normale percorso, una piazzola di sei persone impiegherebbe più di venti minuti fra lo svolgimento dei tiri e la registrazione del punteggio. Così, tanto per vedere se per finire la gara ci doteranno di lanterne ad olio».

Quali cambiamenti apportaresti se potessi farlo?

«Sarebbero senz'altro retroattivi. Aumenterei la dinamicità nei tiri, reintroducendo anche il tiro al volo. Forse faremmo tutti meno punti ma sarebbe senz'altro più divertente e anche più corretto per delle gare che dovevano essere di simulazione venatoria».

Francesca Capretta

Il Poggio



Dall'accogliente borgo de "Il Poggio", che ha mantenuto l'architettura tipica toscana, si gode un panorama unico nel suo genere: quello delle crete senesi.

Siamo in piena terra di Etruschi, immersi in un paesaggio dove calanchi, castelli e verdi distese recitano da millenni la parte dei protagonisti. E dove il novello (o più scafato) arciere può sbizzarrirsi a volontà affinando la propria tecnica su diverse piazzole e sagome 3D.

Altrimenti, se il suo spirito libero lo porta a dedicarsi ad altre sane attività ricreative, non ha che l'imbarazzo della scelta in quanto equitazione (l'azienda è affiliata Fise), tennis, golf e pesca sono all'ordine del giorno. Lontani dal turismo di massa, in un'atmosfera di vita agreste per assaporare attimo dopo attimo il piacere di stare insieme e di trascorrere una vacanza in completo relax.

Per informazioni:

Enrica e Roberto Gori - Il Poggio
Loc. Il Poggio - 53040 Celle sul Rigo
San Casciano dei Bagni (Si)
Tel. 0578/53748-7 - Fax 0578/53587.