

Il perchè della nostra scelta di un apposito materiale (A) e di una particolare tecnica (B) da usarsi nella metodologia del l'antico tiro istintivo-venatorio.

Le ragioni di queste scelte hanno un duplice motivo:

- 1° Dare precise indicazioni sul come più facilmente si possa lanciare una freccia non pilotata dalla mira, ma bensì dalla nostra sola volontà, fissando così anche per il classico tiro istintivo apposite regale che ben lo distinguano dagli altri stili mirati.
- 2° Rendere ancor più palese la differenziazione tra questo tiro istintivo (vero) e la più moderna tecnica erroneamente qui egualmente nominata, che è si attuata tramite un arco spoglio di mirino o nudo (da qui il più esatto appellativo) ma bensì mirando lungo la freccia ad un prefissato falso scopo o avvalendosi di riferimenti vari lungo la finestra dell'arco.

A) I MATERIALI ARCIERISTICI

Siamo perfettamente d'accordo si possa fare del tiro istintivo propriamente detto (entro gli invalicabili 30/40 m) anche usando un qualunque materiale, come archi di basso libraggio, di notevoli dimensione e con frecce di tipo leggero da targa. Ma per ora, nell'iniziale intento di una migliore identificazione di detto stile, sia per ragioni tecnico-storiche già illustrate a pag. 8 del programma LAIVO, pensiamo bene non scostarci dal materiale da caccia anche perchè è proprio nell'esercizio della stessa che maggiormente da secoli, detto stile si è affermato.

Con questo non si vuol dire che non si possa cacciare mirando. Vi sono in commercio appositi mirini fissi a più punte per un più rapido puntamento a prefissate distanze e l'uso del Compound può permettere anche ad un mirinista di restare più a lungo in trazione anche tendendo libraggi adatti all'uso venatorio. Quindi a parità di freccia che deve essere assai penetrante è solo una questione di scelta, come già detto in prece-

denza.

Per correttezza linguistica specifichiamo che ci occuperemo qui di tiro istintivo, cioè del lancio di una freccia effettuato in assenza di una mira (come lo significa la parola stessa) sia diretta con l'uso del mirino, o indiretta tramite falsi scopi. Se poi questo tiro istintivo viene, come da noi fatto con materiale atto alla caccia si parlerà più propriamente di stile istintivo-venatorio.

B) REGOLE DI TIRO CONSIGLIATE

I dieci consigli che ci premuriamo dare a chi vuole iniziarsi al tiro istintivo non vogliono paragonarsi ne ai ... dieci comandamenti Divini, ne alle nove regole d'oro del KEASEY, che reputiamo sempre validissime, ma sob, ove occorra alternativa a queste ultime per un più proficuo apprendimento dell'antico tiro istintivo che viene così maggiormente posto in risalto anche nella sua pratica applicazione.

I° TENUTA DELLA FRECCIA TRA L'INDICE E IL MEDIO-ANULARE

Quattro a nostro avviso le ragioni della scelta:

- 1) la cocca con questa positura viene a trovarsi in posizione più centralizzata rispetto all'angolo i cui lati sono formati dai due segmenti della corda. (Ciò che non avviene con la tenuta così detta ad 'arco nudo' nella quale la cocca sovrasta le tre dita riunite a suo sostegno). Ricevendo di conseguenza a parità di libraggio una maggiore spinta, fa minore parabola ed ha maggiore penetrazione, cose queste sperimentate e reputate assai importanti nell'applicazione del tiro istintivo a caccia.

Ne è conferma della bontà di questa positura il fatto che venga usata nello stile libero ove è ricercata la massima precisione e portata, ma dove la mira è presa tramite il mirino e non, come nell'arco nudo, lungo l'asta della freccia che in tal caso, verrebbe ostacolata dall'indice posto in posizione prominente.

- 2) Cacciando in terreni boscosi la freccia trattenuta tra le

dita anzichè sopra di queste è più stabile e cade meno facilmente del suo sostegno.

- 3) E' un'ulteriore diversificazione rispetto al tiro ad arco nudo dato che la tenuta in questo stile non si presta su archi corti e potenti, risultando dolorosa la tenuta a 3 dita con un angolo così acuto.
- 4) Non ultima la ragione storica di una "tenuta" definita "mediterranea" per uno stile nato con l'arco stesso.

II° PUNTO DI AGGANCIO FISSO ALLA GUANCIA

Si può pensare, a ragione, che il primitivo tiro istintivo con l'arco avvenisse senza alcun punto d'aggancio fisso così da mettere ancor più in evidenza un gesto spontaneo che ogni arciere compiva come meglio credeva.

Due sono le possibili varianti in assenza di un aggancio fisso:

- l'una è per una maggiore o minore tensione della corda, sempre condannabile, che facendo spostare la cocca lungo la direttrice "impugnatura - orecchio dell'arciere" produce di conseguenza un maggiore o minore impulso sulla freccia e quindi ne deriva un lancio differenziato in verticale. In più la positura della cocca che si sposta indietro verso l'orecchio (per una maggiore tensione) o in avanti verso o oltre il mento (per una minore) fa sì che questa non resti come dovrebbe sempre ed esattamente sotto la pupilla dell'occhio direttore, come avviene agganciando correttamente all'angolo delle labbra; di qui le negative conseguenze soprattutto per un tiro istintivo basato essenzialmente sul "colpo d'occhio".
- L'altra per uno spostamento verticale della cocca lungo la guancia dell'arciere porta a posizioni favorevoli per tiri corti quando la freccia è scoccata "alta" o in vicinanza dell'occhio; e di contro "bassa" in prossimità del mento sarà più adatta a tiri lunghi. Infatti pur mantenendo fissa l'impugnatura

dell'arco è alzando o abbassando la cocca che si devia più o meno in alto la traiettoria della freccia. L'opposto di ciò che avviene nello stile libero, dove ad un aggancio fisso corrisponde una mobilità nell'impugnatura che segue gli spostamenti verticali e allineati con il mirino.

Ambedue queste modalità sono a nostro parere nocive per un tiro istintivo veloce che non tenga conto del calcolo della distanza come il più delle volte avviene nel tiro breve a caccia. Ecco perchè da sempre si è parlato di un aggancio fisso all'angolo delle labbra quale punto ideale per un tiro corretto a corte distanze ove invece è il braccio che regge l'arco che automaticamente per una guida istintiva assume l'esatta posizione per il tiro. Solo recentemente e con nostra soddisfazione anche la Fitarco ha reso obbligatorio nelle sue gare l'uso di un aggancio fisso.

III° CHE FISSANDO LA COCCA ALL'ANGOLO DELLA BOCCA INDICE E POLLICE SI ANCORINO AL CONDILO (MASCELLA)

Circa la posizione della cocca trattenuta all'angolo delle labbra si è già detto nel paragrafo precedente, diremo invece qui dell'aggancio alla mascella tramite il naturale incavo esistente tra pollice e indice, aggancio che se pur consigliato non può essere condizionante del tiro istintivo.

Inizialmente anch'io non usavo questa tecnica, sfiorando appena l'angolo della bocca con la cocca immediatamente prima del lancio con il pollice che sovrastava l'indice anzichè avvolgerne il condilo. Però, quando l'uso prolungato dell'arco da caccia, in una lunga serie di frecce, incomincia a far "pesare" le sue libbre, avviene allora che inavvertitamente per stanchezza muscolare o per emotività, si sgancia prima di aver sviluppato tutto il proprio allungo con una conseguente serie di frecce diritte, ma sotto il bersaglio a causa della diminuita potenza d'impulso.

L'arciere di stile libero si avvale per ovviare all'inconveniente del CLIKER che è una lamina metallica situata nella fi-

estra dell'arco che scatta quando la freccia che trattiene è stata tirata tutta, ossia si è ottenuto il giusto allungo. E questo scatto che dà il via allo sgancio. (Ai miei tempi usavano una pallina sulla corda che doveva toccare le labbra).

La natura, molto più semplicemente, ci ha forgiati in modo da poter attuare, come già detto, un ottimo aggancio con la rientranza esistente tra pollice e indice e la sporgenza del condilo. Questo aggancio può anche fornire rimedio salutare ad un pernicioso e quasi inspiegabile "malanno, che può a volte colpire l'arciere troppo concentrato, chiamato dal Bear "congelamento del muscolo" e che talvolta capita anche a me.

Il fenomeno si palesa maggiormente al finale di una gara quando ci si sente osservati: avviene allora che il cervello non riesca più a trasmettere la sua volontà alla muscolatura del braccio il quale senza volerlo resta bloccato a metà del suo movimento e per improvvisa inerzia anche delle dita che lasciano ... scappare la freccia quando meno ce se l'aspetta. Non so spiegarmi il fenomeno se non come una difesa dell'organismo ad un troppo prolungato stress psicologico stà di fatto che poi è abbastanza difficile rimettersi senza l'aiuto di una forte volontà e ... del suggerito aggancio al condilo. (Ecco perchè si dice che il tiro istintivo richiedendo altissima concentrazione non è effettuabile in lunghe competizioni!)
Altro rimedio è quello di tirare svariate serie di frecce a brevissima distanza con gli occhi chiusi senza curarsi del bersaglio, solo concentrandosi nell'effettuare un buon aggancio che dovrà risultare, in questo caso, più prolungato del solito.

IV° IL TEMPO DI CONCENTRAZIONE SIA BREVE (2" circa)

Di ciò si è già parlato circa la spiegazione scientifica fornitami da un amico neurologo (notiziario LAIVO pag. 18) ma la stessa esperienza dell'arciere istintivo lo porterà ad ammettere la dannosità di un maggior tempo di aggancio che, oltre ad affaticare sensibilmente la muscolatura ci porta a una ulteriore verifica, solitamente inutile e funesta, del no

stro primo impulso con conseguenze ... facilmente intuibili!

Se poi, come dovrebbe, il libraggio dell'arco è proporzionato alla muscolatura dell'arciere, è impossibile per svariate serie di frecce restare ancorati per tempi maggiori.

V° LA CONCENTRAZIONE SUL BERSAGLIO AVVENGA AD OCCHI APERTI
SENZA RICERCARE IL FALSO SCOPO

Il fatto che il tiro avvenga senza la ricerca di un falso scopo o di qual'altro possa indurre alla mira intendendosi questa per allineamento tra un punto e il bersaglio è cosa per noi basilare.

E' appunto per meglio collimare tra questi due punti che il "mirinista" di qualunque arma chiude un occhio onde avere una migliore visione della linea di tiro.

L'arciere istintivo, invece, terrà ambedue gli occhi aperti non tanto per una ulteriore diversificazione di stile, ma soprattutto per avere l'indispensabile visione stereoscopica del bersaglio senza la quale è assai problematico, un giusto alzo spontaneo del braccio che regge l'arco. Questo come già detto avviene per una memorizzazione dei tiri esatti a quella precisa distanza; ora il calcolo "mnemonico" di una data distanza presuppone l'esistenza in noi (da sempre accertata) di un esatto telemetro che non può funzionare senza che prima dalla visione ottica gli siano stati fornite le somme delle varie distanze dei piani che lo compongono. Questa visione stereoscopica dei piani posti tra noi e l'oggetto, con la somma delle loro singole distanze è la base della più moderna visione stereoscopica attuata nella coppia di obiettivi esistenti nello stesso apparecchio fotografico e il cui negativo viene poi posto in un visore binoculare onde renderne più efficace l'immagine. Questa la spiegazione scientifica del fenomeno e il perchè della nostra scelta; pur tuttavia è possibile attuare un lancio istintivo anche chiudendo l'occhio non direttore, solo che è più difficile che il braccio assuma spontaneamente la giusta posizione di tiro per colpire il bersaglio a quella data distanza e si corre il rischio ... di essere scambiati per "mirinisti"!

VI° IN PRECEDENZA DEL TIRO AD ARCO SCARICO, NON SI PUNTI LA FRECCIA SUL BERSAGLIO

Questa raccomandazione è ovvia, se si pensa che questa metodologia è spesso usata, come già detto, dai tiratori di "arco nudo". Così facendo essi possono con più calma prendere la mira al falso scopo senza dover sopportare il peso del libraggio dell'arco caricato. Fissato questo, solo in un secondo tempo si effettua il tiro vero e proprio che può ... sembrare istintivo. I nostri arcieri dovranno guardarsi dall'imitare questo gesto, che se anche fatto involontariamente prima di un lancio veramente istintivo, li porrebbe di fatto nell'impossibilità di affermarlo come tale.

VII° CARICARE L'ARCO INSPIRANDO DAL BASSO MENTRE UN BRACCIO SPINGE E L'ALTRO SIMULTANEAMENTE TIRA

Tre i punti in questione:

1° L'inspirazione durante la fase di apertura forzata delle braccia, è coadiuvante del gesto e ne facilita il movimento stesso.

2° che l'arco soprattutto nell'esercizio venatorio venga alzata dal basso verso l'alto nella sua fase di veloce caricamento e di ricerca della posizione di "scocco" in modo di passare il più possibile inosservato è ovvio dato che facendo il contrario si dovrebbero fare due movimenti anziché uno e in maggior tempo (alzarlo scarico per riabbassarlo carico) e soprattutto il secondo movimento porrebbe il più delle volte in fuga la selvaggina. Ciò del resto avviene anche con il puntamento della carabina.

3° L'arco va poi caricato simultaneamente spingendo un braccio in avanti e uno in dietro sia perchè solo così facendo l'azione risulta ancor più rapida, sia perchè ambedue le braccia vengono interessate contemporaneamente, così da risultarne minore lo sforzo, cosa quest'ultima assai importante se si pensa agli

alti libraggi degli archi da caccia.

Ultima considerazione fattibile è che così facendo ci si di-
stingue maggiormente dagli stili mirati che stendono il braccio
che sostiene l'arco prima, per caricarlo poi, con l'altro che
tiene la freccia.

VIII° L'ARCO VENGA TENUTO IN POSIZIONE LEGGERMENTE INCLINATA

Quando, al rinascere della moderna arcieria non si conosce-
vano ancora le esatte regole sul come tendere più ragionalmen-
te l'arco ed io cercavo scoprirlo attraverso le raffigurazioni
di antichi arcieri che naturalmente dovevano essere ... istin-
tivi; notai che solitamente l'arco era impugnato leggermente
inclinato, come, senza saperlo avevo fatto io sino allora, an-
che nell'uso della fionda.

C'è poi una ragione statica: vagando per i boschi, la frec-
cia stà più stabile nel suo alloggio della finestra se per gra-
vità perde verso l'arco stesso. La stessa cosa avviene per i
rapidi movimenti di spostamento dell'arco stesso nel seguire
la selvaggina in movimento.

Si dice vi sia pure una ragione tecnica e cioè questa posi-
tura corregge le frecce che vanno a destra (per l'arciere de-
stro) ma di ciò ne dubito dato il nostro modo assai personale
di lancio ... Posso assicurare però che per istinto "sento di
più" il bersaglio, soprattutto se è vicino inclinando un pò
l'arco e se S. Uberto guarda giù, la freccia va nel centro. Al-
lontanandomi però dal bersaglio, inavvertitamente, mi accorgo
che gradualmente diminuisco la sua inclinazione.

Dato che non sono il solo che agisce così, pur non compren-
dendone a pieno la ragione, consiglio il novello arciere, ad
imparare a tirare così, sarà poi la sua esperienza e il suo
"intuito" a suggerire di quanti gradi sarà bene tenere inclina-
to, senza saperlo, l'arco a quella distanza.

IX° IL CORPO CHE PRENDE PARTE AL TIRO INCLINANDOSI IN AVANTI

Un lancio istintivo, qualunque sia il mezzo di lancio, o

l'oggetto proiettato, presuppone nella sua fase preliminare una certa carica emotiva da parte del lanciatore che il più delle volte si manifesta in una positura dello stesso protesa in avanti verso il bersaglio, con il peso del corpo maggiormente bilanciato sulla gamba posta anteriormente che ne risulterà un po' flessa, come pronta allo scatto. E' la classica posa di un bocciatore o del cacciatore che si appresta a sparare al frullo della selvaggina sotto ferma del cane.

Ognuno assume poi la propria posizione personale che ne rispecchia personalità e stile; ma non vi sarà mai posizione eretta e statica classica invece in chi si concentra sulla mira (vedi tiratore da tiro a segno con pistola o carabina o arciere mirinista).

A nostro parere non può sussistere un tiro istintivo se in quell'attimo il lanciatore non richiede una partecipazione assoluta a tutto il suo corpo. Da qui direi la quasi "posa aggressiva" che distingue l'istintivo vero del mirinista. Si badi bene che ciò avviene spontaneamente in una posa naturalmente assunta, perchè solo così ci si può meglio concentrare in quell'atto che è solo e tutto volere!

X° SULLA RELATIVA "DUREZZA" DELL'ARCO

Per esperienza so che lo sgancio migliore è quello più morbido, cioè fatto quasi inconsciamente con la corda che sfugge via dalla mano al minimo allentarsi della muscolatura delle falangi. Questo raddizzamento delle dita che permette lo sgancio della corda è tanto più facile quanto più elevato è il libraggio dell'arco, s'intende proporzionatamente, alle forze dell'arciere. Infatti a quel certo momento è propria la forza di chiusura dell'arco che facilita questo movimento.

Con archi di basso libraggio occorre invece un movimento più vistoso delle falangi, movimento che è maggiormente voluto per cui ne deriva uno sgancio meno naturale e quindi più difficile ad essere eseguito.

Di contro come già detto per quest'ultimo caso di arco a basso libraggio, la possibilità di trattenere molto più a lungo l'ancoraggio porta ad una concentrazione troppo prolungata e

dannosa che anche involontariamente ci porta alla ricerca di un punto di riferimento (vedi stilizzati).

Ecco perchè siamo favorevoli ad archi di un certo libraggio (per un uomo dalle 45 L.B. in sù). A questi pesi si deve però arrivare gradatamente con l'allenamento della nostra muscolatura partendo dalle 25/30 LB per arrivare alla "nostra" giusta tenuta. Attenzione però a non fare delle marce in dietro a causa di un certo periodo di inattività.

Per ultimo un chiarimento sulla dibattuta opinione circa la visione "freccia-bersaglio" nel nostro modo di tirare e cioè se si può reputare istintivo "VERO" quell'arciere, che, prima dello sgancio, vede l'asta della freccia direzionalmente posta sotto il bersaglio.

Rispondo subito che ciò è impossibile non avvenga, anche se, una cosa è intravedere l'asta profilarsi verso il bersaglio e, un'altra è cercare, tramite questa, dei punti di riferimento per mirare. La questione stà tutta lì.

Occorre poi precisarne i due fattori limitanti e cioè la distanza cui è posto il bersaglio e il punto di aggancio più o meno alto posto cioè sotto l'occhio (zigomo) o all'angolo delle labbra.

E' logico che fissando un punto d'innanzi a noi, il nostro campo visivo non inquadri solo questo ma abbracci nella sua vasta angolazione (tanto più tirando come si dovrebbe, con ambedue gli occhi aperti) altri oggetti a questo anteposti. Per esempio, giudando la macchina, si ha la visione principale sulla strada antistante su cui si concentra il nostro sguardo, ma non si può dire che ci sia inibita la visione del cofano-motore. Meglio ancora, fissando come stò facendo ora mentre scrivo, il cipresso che si trova in giardino inquadrato nella mia finestra, non posso dire di non vedere il telaio di quest'ultima che lo comprende, sebbene in un piano antistante ed in maniera sfuocata. Di contro reputo anche naturale che fissando il centro del bersaglio, questa intensa concentrazione assorba totalmente le nostre facoltà da farci, direi, trascurare la vi-

sione indistinta della freccia che si pone automaticamente in quel punto, sotto il bersaglio, punto che si noti bene, non viene minimamente calcolato (altrimenti sarebbe arco-nudo) ma bensì psicologicamente ritrovato grazie ad una memorizzazione precedente che deve tener conto solo delle frecce ... giuste a quella esatta distanza. Ci dite poco? E' un processo di sintesi meraviglioso che attesta, se ancor occorre, quanto bene ci fatto la Provvidenza! Per concludere, reputo positivo il poter vedere "anche" l'asta della freccia posta sotto il bersaglio non per mirare o cercare falsi scopi ma a conferma direzionale anche se del tutto inconscia del nostro Radar.

E' conferma a quanto dico il risultato ottenuto tirando ad una fiammella di candela nell'oscuro più profondo ove non è possibile la visione della freccia ed invece effettuare lo stesso tiro quando esista una pur minima luminosità che ci permetta d'intravedere l'asta e non lo sfondo del bersaglio sul quale cercare punti di riferimento. Provare per credere!

Analizziamo ora il primo fattore limitante: la distanza del bersaglio.

AmMESSO si effettui il consigliato aggancio all'angolo delle labbra, se il bersaglio si trova a brevi distanze (sotto i 15 m) il nostro istinto potrà automaticamente la punta della freccia talmente al di sotto di questo, da farla entrare appena marginalmente nel nostro campo visivo, concentrati; come siamo invece sul centro del bersaglio, così che con l'esercizio finiremo con il trascurare totalmente anche questa parziale e sfuocata visione pur sempre compresa nel campo ottico.

Ecco perchè si consigliano all'esordiente solo tiri ravvicinati a bersagli di piccole dimensioni anche in considerazione di una più facile e immediata risposta del nostro "radar" il cui rimbalzo ne viene così agevolato.

Tutto cambia se il bersaglio è posto intorno ai 50 m.

In questo caso la punta della freccia va a finire entro di esso ed è impossibile escludere a priori un allineamento e quindi di una mira suo tramite. Ecco perchè a queste distanze è difficile concepire un tiro veramente istintivo e perchè la LAIVO mette un limite di 40 m. nelle sue esercitazioni. Ciò s'intende per archi da caccia (45 LB) e relative frecce.

Concludo con il dire che vi possono essere altri modi per mirare con un arco sprovvisto di mirino; tra questi il più noto (oltre alla già citata ricerca del falso scopo) è quello di immaginare l'esistenza di un mirino posto lungo la finestra dell'arco in corrispondenza ad eventuali; più o meno causali, segni che possono trovarsi lungo di essa. In tal caso però interviene il regolamento della nostra Federazione che a ragione e per dare credibilità al tiro istintivo, la vieta, facendo apporre strisce adesive non trasparenti alle finestre di tutti gli archi sprovvisti di mirino, a scanso di eventuali illeciti.

Quello però che non si riesce a capire, sempre nell'intento di tutelare il tiro istintivo, è perchè invece si continui a tollerare nel regolamento per detto modo di tirare, l'uso dei vari falsi scopi che ne sono lampante anacromismo!

Sarà forse perchè non si è ancora escogitata alcunchè che possa, come la strisciolina adesiva, bloccare l'inganno; da parte nostra ci auguriamo che ciò presto avvenga a purificazione dello stile da noi praticato o venga mutata la denominazione per chi istintivo non è.