

L'ARTE DI ESSERE CONCENTRATI QUANDO LE COSE VANNO NEL MODO SBAGLIATO

di Loretta Sinclair

Traduzione di Massimo Giovannucci
Articolo tratto da Archery Focus
www.archeryfocus.net



Un amico una volta ha commentato che guardare il tiro con l'arco è "divertente tanto quanto acquistare un girello per bambini". Va bene, dipingetemi come una persona stravagante, ma a me piace andare a comprare un girello per bambini, e soprattutto mi piace guardare chi tira con l'arco. Trovo che sia intenso, eccitante e pieno di insegnamenti per la vita. Come un semplice osservatore, non unarciere, ho guardato l'eleganza della tecnica del tiro così come l'ansia, lo stress e qualche volta la scarsa prova della gara. Ho imparato molto come madre diarciere, come allenatore, e come osservatore. Ho visto giovani arcieri in gara tornare dalla linea di tiro in lacrime passando da un andamento che non andava al meglio alla frustrazione. Sono stata testimone del prendere a calci la propria faretra da parte di unarciere di spicco del programma giovanile JOAD, per aver perso un Olympic Round, e sono stata sorpresa da come unarciere famoso a livello mondiale prendesse a calci un paletto proferendo parole che non posso ripetere, dopo aver tirato sotto il clicker e preso un 6. Ho anche visto grande sportività. Ho osservato unarciere che avendo il jet leg sbagliò il bersaglio osservando con estrema calma – bene in fin dei conti era un 10. Ho osservato un duro scontro di un Olympic Round dove il perdente era ovviamente deluso ma alla fine dell'incontro diede una gran stretta di mano al vincitore. A Las Vegas al World Archery Festival, ho visto un giovanearciere di olimpico mantenere la concentrazione mentre le cose andavano terribilmente male, imparando ancora un'altra lezione dal tiro con l'arco. Un giorno, su sette vole questo giovanearciere Olimpico fece 21 tiri e prese 21 gialli. All'ottava vole sembrò faticare per tirare e scese due volte. Al rilascio della terza freccia, essa colpì il bersaglio di un altro atleta. Sapevo che questo avrebbe potuto essere un disastro o un trionfo, ma solo lui avrebbe potuto dirlo. C'era stata una breve espressione di stupore che aveva attraversato il suo viso, poi finì la vole con due nove. Tornato nella zona di riposo, avvicinò l'allenatore e gli chiese- Dove è andata la freccia? La risposta fu è un zero, ha colpito un atro bersaglio. E l'arciere... A bene, le altre due erano due buoni tiri. Ed era la risposta che avevo sperato di sentire da quel giovanearciere.

Era l'atteggiamento che tutti noi avremmo dovuto tenere specialmente in un momento difficile che non avremmo potuto modificare. Come gli arcieri andarono a segnare gli scores, lo guardai di nuovo, pensando che avrebbe potuto perdere la concentrazione, dopo che lo zero era entrato nei suoi pensieri. Ma mi entusiasmo come tornò sulla linea di tiro, non dando il minimo segno dello sconforto per aver perso la possibilità di finire al primo posto. Il suo atteggiamento, il suo sorriso non diedero importanza a quanto appena accaduto.

Con le sei frecce rimanenti, fece fronte alla pressione del suo errore tirando due 9 e quattro 10. Che lezione da un ragazzo.



Sono stati scritti molti articoli e libri su come gestire la pressione da competizione, su come restare concentrati, su come comportarsi con le situazioni che potrebbero diminuire l'attenzione. Molti tiratori esperti trovano difficile mettere in pratica le parole lette, anche se estremamente sagge. Molti non focalizzano mai una parte importante della competizione. Per alcuni guardare tirare con l'arco può risultare noioso, difficile ed anche stressante se sei genitore di unarciere. ma Può anche essere pieno di lezioni di vita.

Può essere anche pieno di lezioni di vita così come mostra il tiro con l'arco e qualche volta a causa di un ragazzo che mostra l'arte di restare concentrato può mostrare nuove vie.