



# **Il Cammino dell' Arco**

Coelho, Paulo

**Published:** 2008

**Type(s):** Short Fiction

**Source:** <http://paulocoelhoblog.com/internet-books/>

## **About Coelho:**

The Brazilian author PAULO COELHO was born in 1947 in the city of Rio de Janeiro. Before dedicating his life completely to literature, he worked as theatre director and actor, lyricist and journalist. In 1986, PAULO COELHO did the pilgrimage to Saint James of Compostella, an experience later to be documented in his book *The Pilgrimage*. In the following year, COELHO published *The Alchemist*. Slow initial sales convinced his first publisher to drop the novel, but it went on to become one of the best selling Brazilian books of all time. Other titles include *Brida* (1990), *The Valkyries* (1992), *By the river Piedra I sat Down and Wept* (1994), the collection of his best columns published in the Brazilian newspaper *Folha de São Paulo* entitle *Maktub* (1994), the compilation of texts *Phrases* (1995), *The Fifth Mountain* (1996), *Manual of a Warrior of Light* (1997), *Veronika decides to die* (1998), *The Devil and Miss Prym* (2000), the compilation of traditional tales in *Stories for parents, children and grandchildren* (2001), *Eleven*

Minutes (2003), The Zahir (2005), The Witch of Portobello (2006) and Winner Stands Alone (2009). Paulo Coelho is also a pioneer and has expanded his presence in the internet with his daily blogs in Wordpress, Myspace & Facebook. He is equally present in media sharing sites such as Youtube and Flickr, offering on a regular basis not only texts but also videos and pictures to his readers. From this intensive interest and use of the Internet sprang his bold new project: The Experimental Witch where he invites his readers to adapt to the screen his book The Witch of Portobello. Indeed Paulo Coelho is a firm believer of Internet as a new media and is the first Best-selling author to actively support online free distribution of his work.

**Copyright:** Please read the legal notice included in this e-book and/or check the copyright status in your country.

**Note:** This book is brought to you by Feedbooks.

<http://www.feedbooks.com>

Strictly for personal use, do not use this file  
for commercial purposes.

*Una preghiera senza scopo è come una freccia  
senza arco*

*Uno scopo senza preghiera è come un arco  
senza freccia*

*Ella Wheeler Wilcox*

# 1.

-Tetsuya.

Il ragazzo guardò con stupore lo straniero.

-Nessuno in questa città ha mai visto Tetsuya con un arco in mano - rispose.- Sappiamo tutti che lavora nella falegnameria.

-Può darsi che abbia smesso, che si sia scoraggiato, a me questo non interessa insistette lo straniero. - Ma se ha rinunciato al suo talento non può essere considerato il miglior archiere del paese. E per questo motivo sono stato in viaggio tanti giorni: per sfidarlo e mettere la parola fine a una fama che non merita più.

Il ragazzo capì che non serviva continuare a discutere: era meglio portarlo dal falegname affinché vedesse con i propri occhi che si stava sbagliando.

Tetsuya stava lavorando nella bottega sul retro della sua casa. Si voltò per vedere chi stava arrivando, e il suo sorriso si interruppe

a metà. Gli occhi si fissarono sulla lunga borsa a tracolla che lo straniero portava con sé.

-É esattamente quello che stai pensando - disse l'uomo appena arrivato. -Non sono venuto fin qui per umiliare né per provocare l'uomo che è diventato una leggenda. Vorrei soltanto dimostrare che, con tutti i miei anni di esercizio, sono riuscito a raggiungere la perfezione.

Tetusya accennò a tornare al suo lavoro: stava finendo di mettere i piedi ad un tavolo.

-Un uomo che fu di esempio per tutta una generazione, non può sparire come spariste voi - continuò lo straniero. - Segui i vostri insegnamenti, cercai di rispettare il cammino dell'arco, e merito che voi mi vediate tirare. Se farete ciò, io me ne andrò e non dirò ad alcuno dove si trova il più grande di tutti i maestri.

Lo straniero estrasse dal suo bagaglio un lungo arco, fatto di bambù laccato, con l'impugnatura posta un poco più in basso rispetto al centro. Fece un inchino verso Tetusya, si diresse fino al giardino, e fece un altro inchino verso un luogo determinato. Poi,

estrasse una freccia ornata con piume di aquila, aprì le gambe in modo da formare una base solida per il tiro, con una mano portò l'arco fino all'altezza del viso, con l'altra incoccò la freccia.

Il ragazzo osservava con un misto di allegria e stupore. E Tetsuya aveva interrotto il suo lavoro, guardando lo straniero con curiosità.

L'uomo portò l'arco - con la freccia già incocata alla corda - fino al centro del petto. Lo innalzò sopra la sua testa, e a man mano che faceva scendere le mani, iniziò a tenderlo.

Quando la freccia arrivò all'altezza del suo volto, l'arco era già completamente teso. Per un istante che sembrò durare un'eternità, l'arciere e l'arco rimasero immobili. Il ragazzo guardava il punto verso il quale la freccia stava puntando, ma non vide niente.

Improvvisamente, la mano sulla corda si aprì, il braccio venne spinto all'indietro, l'arco descrisse un cerchio elegante nell'altra mano, e la freccia scomparve dalla vista, per tornare ad fare la sua comparsa lontano.

-Vai a prenderla- disse Tetsuya.

Il ragazzo tornò con la freccia: aveva trafitto una ciliegia che si trovava per terra, a quaranta metri di distanza.

Tetsuya fece un inchino verso l'arciere, andò verso un angolo della sua falegnameria, e prese una specie di legno sottile, dalle curve eleganti, avvolto in una lunga fettuccia di cuoio. Sciolse la fettuccia senza la benché minima fretta, e comparve un arco simile a quello dello straniero - con la differenza che sembrava essere stato molto usato.

-Non ho frecce, e ne avrei bisogno di una delle tue. Farò ciò che mi hai chiesto, ma dovrai mantenere la promessa che hai fatto: non rivelerai mai il nome del villaggio dove vivo.

"Se qualcuno chiederà di me, dì che sei andato fino agli estremi confini del mondo per cercare di trovarmi, per poi scoprire che ero stato morso da un cobra e che dopo due giorni morii."

Lo straniero annuì con al testa, e gli allungò una delle sue frecce.

Appoggiando una delle estremità del lungo arco di bambù alla parete, e facendo una sforzo molto considerevole, Tetsuya sistemò la corda. Quindi, senza proferire parola, uscì in direzione delle montagne.

Lo straniero e il ragazzo lo accompagnarono. Camminarono per un'ora, finché giunsero ad una fenditura fra due rocce, dove scorreva un fiume impetuoso: quel luogo poteva essere attraversato solo per mezzo di un ponte di corda fradicio, mezzo pericolante.

Con tutta calma, Tetsuya arrivò fino al centro del ponte - che oscillava pericolosamente - fece un inchino verso qualcosa dall'altra parte, armò l'arco nella maniera in cui aveva fatto lo straniero, lo innalzò, lo portò nuovamente al petto, e tirò.

Il ragazzo e lo straniero videro che una pesca matura, che si trovava a venti metri dal punto preso di mira, era stata trafitta dalla freccia.

-Tu hai colpito una ciliegia, io ho colpito una pesca - disse Tetsuya, tornando verso la

sicurezza rappresentata dalla sponda. - La ci-  
liegia è più piccola. "Tu hai colpito il tuo bersa-  
glio a quaranta metri, e il mio si trovava a me-  
tà di quella distanza. Quindi, tu sei in grado di  
ripetere quello che hai fatto. Vieni fin qui al  
centro di questo ponte, e rifai la stessa cosa."

Terrorizzato, lo straniero si diresse fino al  
centro del ponte semi fradicio, tenendo gli oc-  
chi fissi al burrone sotto ai suoi piedi. Fece gli  
stessi gesti rituali, tirò in direzione dell'albero  
delle pesche, ma la freccia passò molto  
distante.

Facendo ritorno verso la sponda, il suo volto  
era pallido.

-Possiedi capacità, possiedi dignità, e possie-  
di la postura giusta - disse Tetsuya.-Conosci  
bene la tecnica e padroneggi lo strumento, ma  
non sai dominare la tua mente. Sai tirare  
quando tutte le circostanze ti sono favorevoli,  
ma trovandoti su un terreno rischioso, non rie-  
sci a raggiungere l'obiettivo. Invece, l'arciere  
non sempre può scegliere il suo campo di bat-  
taglia, per cui ricomincia l'allenamento e

tieniti pronto per le situazioni non a tuo favore. "Prosegui nel cammino dell'arco, poiché è il cammino di una vita. Ma cerca di imparare che un tiro corretto e preciso è molto diverso da un tiro fatto con la pace nell'anima."

Lo straniero fece ancora una volta un profondo inchino, ripose il suo arco e le sue frecce nella lunga sacca a tracolla che portava sulle spalle, e partì.

Sulla strada del ritorno, il ragazzo era esultante.

-Lo avete umiliato, Tetsuya! Dovete essere proprio il più bravo di tutti!

-Non dobbiamo giudicare le persone senza prima imparare ad ascoltarle e rispettarle.

Lo straniero era un uomo buono: non mi ha umiliato, né ha tentato di dimostrare di essere il migliore, nonostante desse l'impressione contraria. Desiderava mostrare il suo talento e vederlo riconosciuto, al costo di dare l'impressione di starmi sfidando."D'altronde, fa parte del cammino dell'arco affrontare di tanto in tanto delle prove inaspettate, ed è

stato esattamente ciò che oggi lo straniero mi ha permesso di fare".

-Ha detto che eravate il più bravo di tutti, e io neppure sapevo che eravate un maestro del tiro con l'arco. Se è così, perché lavorate in una falegnameria?

-Perché il cammino dell'arco è utile per tutto, e il mio sogno era di lavorare il legno. Inoltre, un arciere che percorre questo cammino non ha bisogno dell'arco, né della freccia, né del bersaglio.

-In questo villaggio non succede mai niente di interessante, e improvvisamente mi rendo conto di stare al cospetto di un maestro in un'arte alla quale nessuno è più interessato - disse il ragazzo, con gli occhi che gli brillavano. - Che cos'è il cammino dell'arco? Potete insegnarmelo?

-Insegnare non è difficile. Posso farlo in meno di un'ora, mentre facciamo ritorno al villaggio. Ciò che è difficile è esercitarsi tutti i giorni fino a raggiungere la precisione necessaria.

Gli occhi del ragazzo sembravano implorare una risposta affermativa. Tetsuya camminò in silenzio per quasi quindici minuti, e quando riprese a parlare, la sua voce sembrava più giovane:

-Oggi sono contento: ho onorato un uomo che, molti anni fa, mi salvò la vita. Per questo motivo, ti darò tutte le regole necessarie, ma non posso fare nient'altro a parte questo: se tu riesci a comprendere quello che ti sto dicendo, potrai usare questi insegnamenti per qualsiasi così desideri. "Pochi minuti fa, mi hai chiamato maestro. Cos'è un maestro? Ebbene io ti rispondo: non è chi insegna qualcosa, ma chi ispira l'alunno a dare il meglio di sé per scoprire una conoscenza che già possiede nella propria anima."

E mentre scendevano dalla montagna, Tetsuya illustrò il cammino dell'arco.

## 2. GLI ALLEATI

L'arciere che non condivide con gli altri l'allegria dell'arco e della freccia, non conoscerà mai le proprie qualità e i propri difetti.

Perciò, prima di iniziare qualsiasi cosa, cerca degli alleati - persone che si interessano a ciò che stai facendo.

Non sto dicendo: "cerca degli altri arcieri." Dico: trova delle persone dalle differenti capacità, perché il cammino dell'arco non è diverso da qualsiasi altro cammino intrapreso con entusiasmo.

I tuoi alleati non saranno necessariamente quelle persone che tutti guardano, restano incantati, e affermano: " non esiste nessuno migliore." Proprio il contrario: sono persone che non hanno paura di commettere errori, e quindi li commettono. Per questo motivo, non sempre il loro lavoro verrà riconosciuto. Ma è questo genere di persone che trasforma il mondo, e dopo molti errori riesce a combinare

qualcosa che farà la più grande differenza all'interno della propria comunità.

Sono persone che non possono restare ad aspettare che le cose succedano, per poi decidere qual è l'atteggiamento migliore da assumere: loro decidono man mano che agiscono, pur sapendo che questo può essere molto rischioso.

Vivere assieme a queste persone è importante per un arciere, perché lui ha bisogno di capire che, prima di mettersi davanti al bersaglio, deve essere sufficientemente libero per cambiare direzione man mano che porta la freccia davanti al petto.

Quando apre la mano e lascia la corda, deve dire a se stesso: "mentre tendevo l'arco, ho percorso un lunga via. Adesso scocco questa freccia sapendo che ho rischiato a sufficienza, e ho dato il meglio di me."

I migliori alleati sono quelli che non ragionano come gli altri. Per questo, quando cerchi dei compagni con cui condividere l'entusiasmo del tiro, fidati del tuo intuito, e non curati dei

commenti altrui. Le persone giudicano sempre gli altri avendo come modello i propri limiti - e a volte l'opinione della comunità è piena di preconcetti e timori.

Unisciti a chi sperimenta, rischia, cade, si fa male, e torna a rischiare. Allontanati da chi asserisce delle verità, critica chi non la pensa come loro, non ha mai mosso un dito senza avere la certezza che avrebbe ottenuto rispetto, e preferisce avere certezze piuttosto che dubbi.

Unisciti a chi si espone e non ha paura di mostrarsi vulnerabile: essi capiscono che le persone possono migliorare solo quando osservano ciò che l'altro sta facendo, non per giudicarlo, ma per ammirarlo per la sua dedizione e il suo coraggio..

Forse tu pensi che il tiro con l'arco non possa interessare a un fornaio o a un agricoltore, ma io ti dico: loro trasferiranno ciò che hanno visto in ciò che stanno facendo. Anche tu farai lo stesso: imparerai da un bravo fornaio come usare le mani, e come conoscere l'esatta

miscela degli ingredienti. Imparerai dall'agricoltore ad avere pazienza, a lavorare duramente a rispettare le stagioni, e a non bestemmiare contro i temporali - perché sarebbe soltanto una perdita di tempo.

Unisciti a chi è malleabile come il legno del tuo arco, e comprende i segnali lungo il cammino. Sono persone che non esitano a cambiare rotta quando scoprono una barriera insormontabile, o quando scorgono un'opportunità migliore.

Questa è la qualità dell'acqua: cingere le rocce, adattarsi al corso del fiume, a volte trasformarsi in lago finché l'avallamento non si riempie e continuare così il proprio cammino, perché l'acqua non dimentica che il suo destino è il mare, e prima o dopo dovrà arrivare a lui.

Unisciti a chi non ha mai detto: "é finita, occorre che mi fermi qui." Perché così come all'inverno succede la primavera, niente può finire: dopo avere raggiunto il tuo obiettivo è

necessario ricominciare, avvalendoti sempre di ciò che hai appreso durante il cammino.

Unisciti a chi canta, racconta storie, gode della vita, e ha l'allegria negli occhi. Perché l'allegria è contagiosa, e riesce sempre ad evitare che le persone si lascino paralizzare dalla depressione, dalla solitudine, e dalle difficoltà.

Unisciti a tutti coloro che fanno il proprio lavoro con entusiasmo. Ma affinché tu possa essere utile a loro come loro sono utili a te, bisogna sapere di quali strumenti sei dotato, e come potrai perfezionare le tue capacità.

Quindi, è giunta l'ora di conoscere il tuo arco, la tua freccia, il tuo bersaglio, e la tua via.

### 3. L'ARCO

L'arco è la vita: da lui viene tutta l'energia.

La freccia scoccherà un giorno.

Il bersaglio è distante.

Ma l'arco resterà sempre con te, e bisogna saper prendersene cura.

Ha bisogno di periodi di inattività - un arco che è sempre armato, in uno stato di tensione, perde la sua potenza. Perciò, lascia che riposi, che recuperi la sua stabilità: così quando tenderai la corda, lui sarà contento e con la sua forza intatta.

L'arco non possiede coscienza: è un prolungamento della mano e del Desiderio dell'arciere. Serve per ammazzare o per meditare. Perciò, le tue intenzioni siano sempre chiare.

Un arco è flessibile, ma ha anche un limite. Uno sforzo al di là delle sue capacità lo spezzerà, o lascerà esausta la mano che lo tiene stretto. Perciò, cerca di essere in armonia con

il tuo strumento, e non esigere più di quanto ti possa dare.

Un arco sta riposando oppure è teso nella mano dell'arciere: invece la mano è solo il luogo dove si concentrano tutti i muscoli del corpo, tutte le intenzioni di chi tira, tutto lo sforzo per il tiro. Perciò, per tenere l'arco aperto con eleganza, fai in modo che ciascuna componente faccia solo il necessario, e non disperda le sue energie.

Così, potrai scoccare molte frecce senza stancarti.

Per comprendere il tuo arco, bisogna che passi a far parte del tuo braccio, ed essere un'estensione del tuo pensiero.

## 4. LA FRECCIA

La freccia è l'intenzione.

È ciò che unisce la forza dell'arco con il centro del bersaglio.

L'intenzione deve essere cristallina, onesta, molto equilibrata. Una volta che è partita, non farà ritorno, per cui è meglio interrompere un tiro - perché i movimenti per arrivare fino a lì non erano precisi e corretti - che agire in una maniera qualsiasi, soltanto perché l'arco era già teso e il bersaglio stava attendendo.

Ma non smettere mai di scoccare la freccia se l'unica cosa che ti paralizza è la paura di sbagliare. Se i movimenti che hai fatto sono corretti, apri la tua mano e lascia la corda. Anche se non raggiunge l'obiettivo, la prossima volta saprai perfezionare la tua mira..

Se non corri dei rischi, non saprai mai quali cambiamenti erano necessari.

Ogni freccia lascia un ricordo nel tuo cuore -  
ed è la somma di questi ricordi che ti farà tira-  
re sempre meglio.

## 5. IL BERSAGLIO

Il bersaglio è l'obiettivo da raggiungere.

È stato scelto dall'arciere, ma è distante, e non possiamo mai fargliene una colpa quando non lo si centra. In ciò alberga la bellezza del cammino dell'arco: non ti puoi mai scusare, dicendo che l'avversario era più forte.

Se stato tu a scegliere il tuo bersaglio, e ne sei responsabile.

Il bersaglio può essere grande, piccolo, essere a destra o a sinistra, ma tu devi sempre metterti davanti a lui, rispettarlo, e fare sì che si avvicini mentalmente. Solo quando si troverà sulla punta della tua freccia, quello è il momento in cui devi lasciare la corda.

Se guardi al bersaglio come ad un nemico, potrai comunque colpire il bersaglio, ma non riuscirai a migliorare niente in te stesso. Passerai la vita tentando soltanto di conficcare una freccia al centro di una cosa di carta o di legno, il che è assolutamente inutile. E quando

starai con altre persone, ti lamenterai che non fai niente di interessante.

Per questo, occorre che tu scelga il tuo bersaglio, che dia il meglio di te stesso per raggiungerlo, e che lo guardi sempre con rispetto e dignità: occorre che tu sappia cosa significa, e quanto ti è costato lo sforzo, l'allenamento, l'intuizione.

Guardando il bersaglio, non concentrarti solo su di esso, ma su tutto quello che succede attorno: perché la freccia, quando viene scoccata, si imbatte con fattori che di tu non calcoli, come il vento, il peso, la distanza.

Tu devi capire il bersaglio. Bisogna che ti domandi costantemente: "se sono il bersaglio, dove sono? In che maniera mi piacerebbe essere centrato, in modo da dare all'arciere quella rispettabilità che merita?"

Poiché un bersaglio esiste nella misura in cui esiste un arciere. Ciò che giustifica la sua esistenza è il desiderio dell'arciere di centrarlo - altrimenti sarebbe una cosa morta, un pezzo

di carta o di legno, al quale nessuno presterebbe attenzione.

Così, nello stesso modo in cui la freccia cerca il bersaglio, anche il bersaglio cerca la freccia, perché è lei che dà senso alla sua vita: non è più un pezzo di carta, ma è il centro del mondo di un arciere.

## 6. LA POSIZIONE

Una volta compreso l'arco, la freccia, e il bersaglio, occorre possedere serenità ed eleganza per imparare la pratica del tiro.

La serenità viene dal cuore. Sebbene sia spesso tormentato da idee di insicurezza, lui sa che - attraverso la corretta posizione- otterrà il meglio di sé.

L'eleganza non è una cosa superficiale, bensì è la maniera escogitata dall'uomo per onorare la vita e il proprio lavoro. Per questo, quando talvolta avverti che la posizione ti è scomoda, non pensare che sia finta o innaturale: lei è vera perché è difficile.

Lei fa sì che il bersaglio si senta trattato con rispetto dalla dignità dell'arciere.

L'eleganza non è la posizione più comoda, ma la posizione più appropriata affinché il tiro sia perfetto.

L'eleganza si raggiunge quando si elimina tutto il superfluo, e l'arciere scopre la

semplicità e la concentrazione: più la posizione è semplice e sobria, più sarà bella.

La neve è bella perché è solo di un colore, il mare è bello perché sembra una superficie piana - ma sia il mare che la neve sono profondi e conoscono le proprie qualità.

## **7. COME INCOCCARE LA FRECCIA**

Incoccare la freccia significa essere in contatto con la propria intenzione.

Bisogna osservarne tutta la lunghezza, vedere se le piume che guidano il suo volo sono messe bene, controllare la punta, assicurarsi che sia affilata.

Accertarsi che sia dritta, che non sia stata piegata o danneggiata da un tiro precedente.

La freccia, con la sua semplicità e leggerezza, può sembrare fragile - ma la forza dell'arciere fa sì che riesca a portare lontano l'energia del suo corpo e della sua mente.

Racconta la leggenda che una semplice freccia fu in grado di affondare una nave, perché l'uomo che la scoccò sapeva dove si trovava il punto più debole del legno, e così riuscì ad aprire una falla che fece sì che l'acqua entrasse senza far rumore nella stiva, annientando la minaccia degli invasori del suo villaggio.

La freccia è l'intenzione che abbandona la mano dell'arciere, e parte in direzione del bersaglio - dunque, lei è libera durante il volo, e seguirà il cammino che le è stato destinato al momento del tiro.

Sarà toccata dal vento e dalla gravità, ma questo è parte del suo percorso: una foglia non smette di essere foglia solo perché un temporale l'ha strappata dall'albero.

Così è l'intenzione dell'uomo: perfetta, onesta, affilata, salda, precisa. Nessuno riesce a trattenerla mentre attraversa lo spazio che la separa dal suo destino.

## 8. COME REGGERE L'ARCO

Mantieni la calma e respira profondamente.

Tutti i movimenti vengono osservati dai tuoi alleati, che ti aiuteranno nella misura necessaria.

Ma non dimenticarti che anche l'avversario ti sta osservando, e conosce la differenza tra una mano ferma e una mano tremante: pertanto, se ti senti teso, respira profondamente, perché ciò ti aiuterà a trovare la concentrazione durante tutte le fasi del tiro.

Nel momento in cui reggi il tuo arco e lo disponi - con eleganza - di fronte al tuo corpo, cerca di rivedere mentalmente ogni passaggio che ti ha portato a preparare il tiro. Ma fallo senza tensione, perché è impossibile tenere tutte quante le regole in mente: e con un atteggiamento tranquillo, mano a mano che rivedi ogni passaggio, prenderai coscienza dei momenti più difficili, e di come li hai superati.

Questo ti darà fiducia, e la tua mano non  
tremerà più.

## 9. COME TENDERE LA CORDA

L'arco è uno strumento musicale, ed è nella corda che si manifesta il suo suono.

La corda è grande, ma la freccia la tocca soltanto in un piccolo punto, ed è in questo punto che deve essere concentrata tutta la sapienza e l'esperienza dell'arciere.

Se lui si inclina un po' a destra, o un po' a sinistra, se questo punto si trova più in cima o più in basso rispetto alla linea di tiro, l'obiettivo non verrà mai raggiunto.

Pertanto, nel momento in cui tendi la corda, sii come un musicista che suona il suo strumento.

Nella musica, il tempo è più importante dello spazio: un gruppo di note messe in fila non significano niente, ma chi legge quello che è scritto lì riesce a trasformare questa fila in suoni e battute.

Così come l'arciere giustifica l'esistenza del bersaglio, la freccia giustifica l'esistenza

dell'arco: tu puoi scoccare una freccia con una mano, ma un arco senza freccia non ha nessuna utilità.

Quindi, quando allarghi le braccia, non pensare che stai tendendo l'arco. Pensa che la freccia è il centro, immobile, e tu stai facendo in modo che le loro estremità si avvicinino, toccandola con attenzione, chiedendo che cooperi con te.

## 10. COME GUARDARE IL BERSAGLIO

Molti arcieri , nonostante pratichino da anni l'arte del tiro, si lamentano di sentire ancora il cuore battere all'impazzata dall'ansia, la mano tremare, la mira vacillare.

Occorre che comprendano che una freccia o un arco non sono in grado di cambiare niente - ma l'arte del tiro fa sì che i nostri errori siano più evidenti.

Il giorno in cui non proverai più amore per la vita, il tuo tiro sarà confuso, complicato.

Ti renderai conto di essere senza forza sufficiente per tendere la corda al massimo, di non riuscire a piegare l'arco come si deve.

E quella mattina rendendoti conto che il tuo tiro è confuso, cercherai di scoprire cosa ha causato una così grave imperfezione: ciò farà in modo di metterti faccia a faccia con un problema che ti angustia, ma che fino ad allora era rimasto nascosto.

Succede anche il contrario: il tuo tiro è sicuro, la corda vibra come uno strumento musicale, gli uccellini cantano attorno. Allora capisci che stai dando il meglio di te.

Nel frattempo, non farti influenzare dai tiri della mattina, sia che fossero precisi o incerti. Ci sono ancora molti altri giorni davanti a te, e ogni freccia è una vita a parte.

Serviti dei brutti momenti per scoprire ciò che ti fa tremare. Serviti dei momenti belli per trovare la tua via verso la pace interiore.

Ma non smettere né per paura né per allegria: il cammino dell'arco è una via senza fine.

## 11. IL MOMENTO DI SCOCCARE

Esistono due tipi di tiro.

Il primo è quello effettuato con precisione, ma senza anima. In questo caso, anche se l'arciere possiede un grande dominio della tecnica, egli si è concentrato esclusivamente sul bersaglio - e per questo motivo non si è fatto progressi, è diventato ripetitivo, non è riuscito a crescere, e un giorno abbandonerà il cammino dell'arco, perché ritiene che tutto sia diventato ripetitivo.

Il secondo tiro è quello effettuato con l'anima. Quando l'intenzione dell'arciere si tramuta nel volo della freccia, la sua mano si apre al momento giusto, il suono della corda fa cantare gli uccelli, e il gesto di scagliare lontano un oggetto qualunque determina - paradossalmente - un ritorno e un incontro con se stessi.

Tu sai lo sforzo che ti è costato tendere l'arco, respirare correttamente, concentrarti sul tuo obiettivo, avere ben chiara la tua

intenzione, mantenere l'eleganza della postura, rispettare il bersaglio. Ma occorre anche che tu comprenda che niente in questo mondo rimane a lungo con noi: in un dato momento la tua mano dovrà aprirsi, e lasciare che la tua intenzione segua il proprio destino.

Pertanto, la freccia deve partire, per quanto tu ami tutti i passi che ti portarono fino alla posizione elegante e alla giusta intenzione, e per quanto tu ammiri le sue piume, la sua punta, la sua forma.

Ma lei non può scoccare se prima l'arciere non è pronto per il tiro, perché il suo volo sarebbe breve. Lei non può scoccare se non dopo che si sono raggiunte la posizione e la concentrazione giusta, perché il corpo non resisterebbe allo sforzo e la mano inizierebbe a tremare.

Lei deve scoccare nel momento in cui l'arco, l'arciere, e il bersaglio si trovano nello stesso punto dell'universo: ciò si chiama ispirazione.

## 12. LA RIPETIZIONE

Il gesto è l'incarnazione del verbo: ossia, un'azione è un pensiero che si manifesta.

Un piccolo gesto ci rivela, per cui dobbiamo perfezionare tutto, pensare ai dettagli, imparare la tecnica in maniera tale che diventi intuitiva. L'intuizione non ha niente a che vedere con il fare le cose meccanicamente, ma con una disposizione dello spirito che va oltre la tecnica.

Così, dopo molto esercizio, non pensiamo più a tutti i movimenti necessari: finiscono per diventare parte della nostra esistenza. Ma per raggiungere ciò, occorre allenarsi, ripetere.

E come se non bastasse, occorre ripetere e allenarsi.

Osserva un bravo fabbro che lavora l'acciaio. Per un occhio non allenato, sta ripetendo gli stessi colpi di martello.

Ma chi conosce il cammino dell'arco, sa che ogni volta che solleva il martello e lo cala,

l'intensità del colpo è diversa. La mano ripete lo stesso gesto, ma man mano che si avvicina al ferro, capisce se deve colpirlo con più forza o con più leggerezza.

Lo stesso succede con la ripetizione: anche se sembra la stessa cosa, è sempre diversa.

Osserva il mulino. Per chi guarda le sue pale solo una volta, sembra che giri con al stessa velocità, ripetendo sempre lo stesso movimento.

Ma chi conosce i mulini sa che sono influenzati dal vento, e cambiano direzione ogni qual volta sia necessario.

La mano del fabbro è stata educata dopo aver ripetuto migliaia di volte il gesto di martellare. Le pale del mulino sono in grado di muoversi velocemente, dopo che ha tirato un forte vento e ha fatto sì che i suoi ingranaggi restassero scorrevoli.

L'arciere lascia che molte frecce oltrepassino il suo obiettivo, perché sa Che imparerà l'importanza dell'arco, della postura, della corda, e del bersaglio, dopo aver ripetuto i suoi

gesti migliaia di volte, senza timore di sbagliare.

E i veri alleati non lo esportano mai a critiche, perché sanno che l'allenamento è necessario, è l'unica maniera di perfezionare il proprio istinto e il suo colpo.

Finché non arriva il momento in cui non occorre più pensare a quello che si sta facendo. A partire da quel momento, l'arciere passa a essere il suo arco, la sua freccia, e il suo bersaglio.

## **13. COME OSSERVARE IL VOLO DELLA FRECCIA**

Una volta che la freccia è stata scoccata, non c'è più niente che l'arciere possa fare, se non accompagnare il suo tragitto verso l'obiettivo. A partire da questo momento, la tensione necessaria per il tiro non ha più motivo di esistere.

Pertanto, l'arciere tiene gli occhi fissi al volo della freccia, ma il suo cuore riposa, e lui sorride.

La mano che lascia la corda viene spinta all'indietro, la mano sull'arco fa un movimento di espansione, l'arciere è costretto ad aprire le braccia e affrontare, a petto libero, lo sguardo dei suoi alleati e dei suoi avversari.

In questo momento, se si è sufficientemente allenato, se è riuscito a sviluppare il suo istinto, se è riuscito a mantenere l'eleganza e la concentrazione durante tutto il processo del

tiro, sentirà la presenza dell'universo, e vedrà che la sua azione è stata giusta e meritata.

La tecnica fa sì che le sue due mani siano pronte, che la respirazione sia precisa, che gli occhi possano fissare il bersaglio. L'istinto fa sì che il momento del tiro sia perfetto.

Chi passasse da vicino e vedesse l'arciere con le braccia aperte, con gli occhi che accompagnano la freccia, penserà che sia immobile. Ma gli alleati sanno che la mente di chi ha effettuato il tiro ha cambiato dimensione, adesso si trova in contatto con tutto l'universo: continua a lavorare, a imparare tutto ciò di positivo che ha portato quel tiro, a correggere gli eventuali errori, a accettare le sue qualità, ad aspettare per vedere come reagisce il bersaglio quando viene centrato.

Quando l'arciere tende la corda, può vedere il mondo intero nel suo arco.

Quando accompagna il volo della freccia, questo mondo si avvicina a lui, lo accarezza, e fa in modo che abbia la nitida sensazione di aver compiuto il proprio dovere.

Ogni freccia vola in maniera diversa. Scocca mille frecce, ciascuna ti mostrerà un tragitto distinto: questo è il cammino dell'arco.

## **14. L'ARCIERE SENZA ARCO, SENZA FRECCIA, SENZA BERSAGLIO**

L'arciere impara quando dimentica le regole del cammino dell'arco, e passa ad agire basandosi soltanto sul proprio istinto. Mentre, per dimenticare le regole, occorre saperle rispettare e conoscerle.

Quando raggiunge questa condizione, non ha più bisogno degli strumenti che lo hanno fatto imparare. Non ha più bisogno dell'arco, né delle frecce, né del bersaglio - perché il cammino è più importante di ciò che lo ha messo in moto.

Allo stesso modo, l'allievo che sta imparando a leggere giunge al momento in cui si affranca dalle lettere isolate, e passa a creare parole con esse.

Mentre, se le parole fossero tutte unite, non avrebbero senso, o renderebbero molto

complicata la loro comprensione: è necessario che esistano degli spazi tra le parole.

È necessario, che tra un'azione all'altra, l'arciere si rammenti di tutto ciò che ha fatto, parli con i suoi alleati, si riposi e sia contento per il fatto di essere vivo.

Il cammino dell'arco è il cammino dell'allegria e dell'entusiasmo, della perfezione e dell'errore, della tecnica e dell'istinto.

Ma tu lo imparerai man mano che scoccherai le tue frecce.

## 15.

Quando Tetsuya smise di parlare, erano già dinnanzi alla porta della falegnameria.

-Grazie per la compagnia - disse al ragazzo.

Ma questi non si mosse.

-Come posso sapere se sto agendo nella maniera giusta? Come avrò la certezza di avere lo sguardo concentrato, la postura elegante, l'arco saldo nella maniera corretta?

-Crea nella tua mente l'idea di un perfetto maestro sempre al tuo fianco, e fai tutto con lo scopo di riverirlo e di onorare i suoi insegnamenti. Questo maestro, che molti chiamano Dio, altri chiamano "la cosa", altri chiamano talento, ci guarda sempre. Lui merita il meglio.

"Ricordati anche dei tuoi alleati: devi sostenerli, perché loro ti aiuteranno nel momento in cui ne avrai bisogno. Cerca di coltivare il dono della bontà: questo dono ti permette di essere sempre in pace con il tuo cuore. Ma

soprattutto non dimenticare: ciò che ti ho detto forse sono parole ispirate, ma avranno senso solo se tu le metterai in pratica.

Tetsuya allungò la mano per accomiatarsi, ma il ragazzo gli domandò:

-Ancora una cosa: come è successo che avete imparato a tirare ?

Tetsuya rifletté un istante: valeva la pena raccontarlo? Ma siccome quello era stato un giorno speciale, finì per aprire la porta della sua bottega.

-Preparo un tè. E ti racconterò la storia - ma tu dovrai promettermi la stessa cosa che ho chiesto mi promettesse lo straniero: non riferirai mai ad alcuno del mio talento.

Entrò, accese la luce, riavvolse il suo arco con la lunga striscia di cuoio, e la ripose in un luogo discreto: se qualcuno per caso la trovasse, penserebbe che sia soltanto una canna di bambù ritorta. Andò fino in cucina, preparò un tè, si sedette con il ragazzo e inizio il suo racconto.

## 16. LA STORIA DI TETSUYA

-Lavoravo nelle vicinanze per un uomo importante: ero incaricato di occuparmi delle sue stalle. Ma siccome il signore viaggiava sempre, e avevo moltissimo tempo libero, decisi di dedicarmi a quella che ritenevo essere la ragione di vivere vera: l'alcool e le donne.

"Un bel giorno, dopo varie notti in bianco, ebbi le vertigini e caddi in mezzo alla campagna. Pensai di stare per morire, e mi lasciai andare. Ma un uomo che non avevo mai visto prima passò per la strada, mi soccorse, mi portò fino a casa sua - in un luogo molto distante da qui - e si prese cura della mia salute durante i mesi che seguirono.

Mentre riposavo, io lo vedevo che tutte le mattine andava in campagna con il suo arco e le sue frecce.

"Quando mi sentii guarito, domandai che mi insegnasse l'arte dell'arco - era molto più interessante che occuparsi dei cavalli. Lui mi disse che, nel frattempo, la morte si era avvicinata

molto a me, e che adesso niente poteva farla indietreggiare: stava a due passi da me, io avevo già causato molto danno AL mio corpo.

" Se io desideravo imparare, era solo per evitare di essere toccato dalla morte. Un uomo di un paese lontano, dall'altra parte dell'oceano, gli aveva insegnato che era possibile deviare per qualche tempo la strada verso il baratro della morte. Ma nel mio caso, per il resto dei miei giorni, occorreva che fossi cosciente del fatto che stavo camminando sul margine di questa abisso, e potevo cadere in qualsiasi momento.

"Mi insegnò quindi il cammino dell'arco. Mi presentò ai suoi alleati, mi costrinse a partecipare a delle gare, e presto la mia fama si diffuse in tutto la nazione.

Quando si rese conto che avevo già imparato a sufficienza, si prese le mie frecce, il mio bersaglio, lasciandomi solo l'arco come ricordo. Disse che usassi tutti quegli insegnamenti per fare qualcosa che mi riempisse veramente di entusiasmo.

"Io dissi che la cosa che più mi piaceva era la falegnameria. Lui mi benedisse, mi chiese di partire e di dedicarmi a ciò che mi piaceva fare, prima che la mia fama come arciere potesse distruggermi, o mi riportasse alla vecchia vita.

" Da allora, ingaggio una lotta continua contro i miei vizi e l'autocommiserazione.

Occorre che sia concentrato, che mantenga la calma, che faccia con amore il lavoro che ho scelto, e che non sia attaccato al momento presente. Perché la morte continua ad essere molto vicina, l'abisso è vicino, e io cammino sul bordo."

## 17.

Tetsuya non disse che la morte è sempre vicina a tutti gli esseri viventi: il ragazzo era ancora molto giovane, e non c'era bisogno che si fermasse a pensarci.

Né disse Tetsuya che ogni tappa del camino dell'arco era presente in qualsiasi attività umana.

Benedisse semplicemente il ragazzo, nella stessa maniera in cui fu benedetto molti anni fa, e chiese che se ne andasse, perché la giornata era stata lunga, e aveva bisogno di dormire.

## **Ringraziamenti**

Harrigel , per il libro “Zen e a arte cavalheiresca do tiro com arco”(Ed. Pensamento)

Pamela Hartigan, direttore generale di Schwab Foudation for Social Entrepreneurship: per avere descritto le qualità degli alleati.

Dan e Jackie DeProspero per il libro su Onuma-san, “Kyudo”(Budo Editions, France)

Carlos Castaneda, per la descrizione dell’incontro della morte con il nagual Elias.

## Also available on Feedbooks

Kim, *Rudyard Kipling*

Kim, aka Kimball O'Hara, is the orphan son of a British soldier and a half-caste opium addict in India. While running free through the streets of Lahore as a child he befriends a British secret service agent. Later, attaching himself to a Tibetan Lama on a quest to be freed from the Wheel of Life, Kim becomes the Lama's disciple, but is also used by the British to carry messages to the British commander in Umballa. Kim's trip with the Lama along the Grand Trunk Road is only the first great adventure in the novel...

Little Fuzzy, *Henry Beam Piper*

The chartered Zarathustra Company had it all their way. Their charter was for a Class III uninhabited planet, which Zarathustra was, and it meant they owned the planet lock stock and barrel. They exploited it, developed it and

reaped the huge profits from it without interference from the Colonial Government. Then Jack Holloway, a sunstone prospector, appeared on the scene with his family of Fuzzies and the passionate conviction that they were not cute animals but little people.

### First Love, *Ivan Sergeyeovich Turgenev*

Vladimir Petrovich Voldemar, a 16-year-old, is staying in the country with his family and meets Zinaida Alexandrovna Zasyekina, a beautiful 21-year-old woman, staying with her mother, Princess Zasyekina, in a wing of the manor. This family, as with many of the Russian minor nobility with royal ties of that time, were only afforded a degree of respectability because of their titles; the Zasyekins, in the case of this story, are a very poor family. The young Vladimir falls irretrievably in love with Zinaida, who has a set of several other (socially more eligible) suitors whom he joins in their difficult and often fruitless search for the young lady's favour.

## The Road, *Jack London*

Tales of London's days as a hobo.

## Fairy Tales of Hans Christian Andersen, *Hans Christian Andersen*

Hans Christian Andersen began publishing his Fairy Tales in 1835. This collection of 127 of the stories was translated by Mrs. Paull in 1872.

## The Confessions, *Jean-Jacques Rousseau*

In his Confessions Jean-Jacques Rousseau tells the story of his life, from the formative experience of his humble childhood in Geneva, through the achievement of international fame as novelist and philosopher in Paris, to his wanderings as an exile, persecuted by governments and alienated from the world of modern civilization. In trying to explain who he was and how he came to be the object of others' admiration and abuse, Rousseau analyses with

unique insight the relationship between an elusive but essential inner self and the variety of social identities he was led to adopt.

### War and Peace, *Lev Nikolayevich Tolstoy*

War and Peace is a novel by Leo Tolstoy, first published from 1865 to 1869 in *Russkii Vestnik*, which tells the story of Russian society during the Napoleonic Era. It is usually described as one of Tolstoy's two major masterpieces (the other being *Anna Karenina*) as well as one of the world's greatest novels.

War and Peace offered a new kind of fiction, with a great many characters caught up in a plot that covered nothing less than the grand subjects indicated by the title, combined with the equally large topics of youth, marriage, age, and death. Though it is often called a novel today, it broke so many conventions of the form that it was not considered a novel in its time. Indeed, Tolstoy himself considered *Anna Karenina* (1878) to be his first attempt at a novel in the European sense.

## The Prophet, *Kahlil Gibran*

The Prophet is a book of 26 poetic essays written in English in 1923 by the Lebanese-American artist, philosopher and writer Khalil Gibran. In the book, the prophet Almustafa who has lived in the foreign city of Orphalese for 12 years is about to board a ship which will carry him home. He is stopped by a group of people, with whom he discusses many issues of life and the human condition. The book is divided into chapters dealing with love, marriage, children, giving, eating and drinking, work, joy and sorrow, houses, clothes, buying and selling, crime and punishment, laws, freedom, reason and passion, pain, self-knowledge, teaching, friendship, talking, time, good and evil, prayer, pleasure, beauty, religion, and death.

## The Centaur, *Algernon Blackwood*

## The Republic, *Plato*

The Republic is a Socratic dialogue by Plato, written in approximately 380 BC. It is one of the most influential works of philosophy and political theory, and Plato's best known work. In Plato's fictional dialogues the characters of Socrates as well as various Athenians and foreigners discuss the meaning of justice and examine whether the just man is happier than the unjust man by imagining a society ruled by philosopher-kings and the guardians. The dialogue also discusses the role of the philosopher, Plato's Theory of Forms, the place of poetry, and the immortality of the soul.



**[www.feedbooks.com](http://www.feedbooks.com)**

Food for the mind