Shiatsu DO Onlus a Festambiente 2012

La manifestazione organizzata da Legambiente è giunta alla 24° edizione. Tutte le sera, dalle 18.00 alle 23.00, il gruppo di volontari di Accademia Shiatsu Do ha coperto le numerose richieste di trattamenti, che nell'intero periodo sono state 130. ***Il ricavato raccolto da Legambiente verrà devoluto al Progetto Rugiada a favore dei bambini di Cernobyl.***

• Arriviamo a Festambiente sapendo che saremo impegnati per dieci serate. Per me è la prima esperienza, ma a Festambiente l'attività Shiatsu dell'Accademia è conosciuta ormai da diversi anni. L'accoglienza è calda, informale, tutto è perfettamente organizzato, Ugo è il nostro riferimento e insieme agli altri compagni conosciuti sul posto si forma subito una bella armonia. Apprezzo in tutti noi uno stile "Accademia", non ci dilunghiamo in discorsi o spiegazioni, una breve presentazione e poi 30 minuti di trattamento, e noto che la gente apprezza questo tipo di approccio. Il tempo è volato e ci siamo ritrovati all'ultima sera in un attimo, un tuffo in piscina a mezzanotte come saluto di chiusura di questa bellissima esperienza che porteremo nel cuore. Grazie a tutti. ***Mauro***



• Oltre ai trattamenti Shiatsu, l'Accademia ha proposto, in due giorni, laboratori per i bambini, e in questo spazio ho potuto spendere la mia competenza nell'ambito dello yoga applicato all'infanzia, e Ugo ha condotto i bambini a scoprire il contatto con l'altro attraverso il "kata" più semplice: la passeggiata. Gli incontri hanno riscosso successo sia tra i bambini sia tra i genitori, che sono stati attenti spettatori. Le tecniche yoga hanno permesso ai piccoli di sperimentare il contatto del proprio corpo con il pavimento durante il rilassamento, con l'altro durante gli asana (posizioni) svolte in coppia, con l'aria nelle narici (respirazioni). Ma anche sentire il proprio corpo capace di estendersi, comprimersi e la percezione di "dolore" in caso di sforzo... Per me è stata un'esperienza positiva non solo per i laboratori ben riusciti, ma anche per le dinamiche all'interno del gruppo con cui mi sono trovata a condividere questa esperienza. Grazie a tutti in particolare a Ugo Milani. ***Om-Sarita***

• Devo ringraziare le persone che quest'anno hanno collaborato con me a Festambiente, e che con la loro passione per lo Shiatsu si sono dedicate al benessere degli altri e alle vittime di Cernobyl con il ricavato raccolto da Legambiente. Ringrazio quindi Giuliana e Clara della sede di Brescia, Mauro della sede Torino, Maurizio e Luca della sede di Gallarate. Grazie a Elisa e Luca figli di Mauro per la loro simpatia. Un





tel 02.29.40.40.11• fax 02.29.51.01.34



grazie a Sarita, insegnante di Yoga. Un grazie di cuore a tutti. ***Ugo***

• Eccomi qui, alla ricerca di parole che possano trasmettere e rendersi testimoni di ciò che è stata la splendida esperienza vissuta a "Festambiente".
Tutto è iniziato il 10 agosto (giorno della partenza); mi sentivo tranquilla e senza la nostalgia che il giorno prima era venuta a farmi visita al pensiero di dovermi allontanare da casa, tante domande sì, ma nessun tentativo di risposta e nessuna aspettativa, la sola certezza era di vivere l'esperienza.
Finalmente l'arrivo a Festambiente. Stupefacente la grandezza del posto, la concentrazione degli stand e l'organizzazione del personale e, ancora più bello, guardare il saluto di chi ormai da anni condivide questa esperienza nell'attesa, ogni volta, di rivedersi. Dopo aver sistemato i tatami e tutto l'occorrente, finalmente eravamo lì, nell'inizio di quella che è stata una grande e bella condivisione: insieme abbiamo fatto colazioni, pranzi, vissuto i vari giorni, guardato le stelle e ammirato il mare. Insieme ci siamo ritrovati all'interno di un gruppo scambiandoci pareri e opinioni, ma soprattutto abbiamo condiviso lo Shiatsu. Il nostro punto in comune, il motivo per il quale tutti eravamo lì.
I trattamenti iniziavano alle 18.00 e terminavano alle 23.10; era bello trovarsi la sera seduti accanto ai due gazebo nei quali venivano svolti i trattamenti, era anche un momento speciale grazie al quale parlando o rimanendo in silenzio continuava la conoscenza tra di noi. L'atmosfera che avvolgeva l'area dei trattamenti naturali era di pace e calma totale, la stessa che mi aveva colpito fin dal primo giorno nell'agriturismo dove siamo stati alloggiati. Trattavamo in una zona riservata e raccolta, dove il silenzio della natura era molto profondo e solo alle cicale e ai grilli era permesso abitarlo. Ogni trattamento sapeva donarci qualcosa di "speciale" che dava motivazione e significato al nostro essere in quel luogo, e cogliere il sorriso negli occhi dei nostri uke. Era un motivo in più per essere felici di aver intrapreso questo percorso. **Festambiente è una meravigliosa occasione per incontrare persone amanti dell'ambiente e degli animali, con il proprio cane a fianco, persone che hanno uno sguardo verso il benessere degli altri e dell'ambiente in cui vivono. Sono veramente felice di aver vissuto questa esperienza e di aver incontrato nuovi amici, a ognuno dei quali rivolgo il mio grazie.**
Grazie di cuore a Ugo per la sua semplicità, simpatia ed esperienza, per il trattamento ricevuto e soprattutto grazie per l'Amore nello Shiatsu e per come lo trasmette con silenzi, parole e gesti. Grazie a Luca per aver trasmesso a ognuno di noi l'amore verso ogni forma di vita, per averci spiegato cosa significa essere vegani, per le sue battute genuine e per la sua preziosa gentilezza. Grazie a Maurizio per averci fatto da autista, per la splendida passeggiata sulla spiaggia, per i consigli sul kata, per il sincero scambio di opinioni. Grazie a Mauro e Sarita per le splendide persone che sono, per il loro amore e la loro costanza verso lo Shiatsu e lo yoga, per il loro ricco sapere, per lo yoga insieme. Grazie al "piccolo" Luca e a Elisa per la bellezza e la freschezza dei loro anni, per i tanti sorrisi che ci hanno saputo regalare e per averci riportarti alla voglia di giocare, e grazie a Giuliana. Grazie a tutti gli uke e a tutte le persone incontrate!
Credo che solo provando questa esperienza sia possibile cogliere ciò che sa trasmettere, quasi come un trattamento: difficile spiegare cos'è lo Shiatsu se non facendolo e vivendolo direttamente. **Concludo con un pensiero speciale al Progetto Rugiada per i bambini di Chernobyl, ai quali sono andati i soldi raccolti per i trattamenti, e rinnovo il mio grazie con la speranza che sia un arrivederci per i prossimi anni e con la certezza che in tutto questo... esista una sola destinazione e una sola strada: il nostro cuore!** ***Clara***