

Shiatsu Do
con gli anziani a Cuba

di **Francisco Contino**

Gli operatori cubani formati dall'*Associazione Italiana Volontariato Shiatsu Do* hanno realizzato un'importante esperienza di trattamenti con anziani, sia individualmente sia con istituzioni sociali cubane, in particolare nel ***Convento di Belen*** dove sono state decine le persone che hanno ricevuto trattamenti, e dove si è tenuto il primo corso di formazione di operatori di Shiatsu Do per anziani come conseguenza dei risultati ottenuti.

Lo Shiatsu Do praticato non si presenta come terapia, non ha lo scopo di guarire, si dichiara pratica per **il benessere** e per **la qualità della vita**, incontra le persone con le loro caratteristiche fisiche, psicologiche qualunque esse siano, desiderando solo che al termine del trattamento dichiarino di sentirsi meglio, cioè di avere una relazione con le proprie condizioni migliore di prima. Osservando l´esperienza dall´esterno, il direttore del Convento dichiarò ufficialmente che le persone trattate evidenziavano ottimi risultati sul piano osteomuscolare, psicologico e spirituale. **Nella relazione diretta con l´operatore, gli anziani manifestano una luce particolare nello sguardo, un volto sereno, sorridente e soprattutto affetto per l´operatore e il desiderio di continuare i trattamenti.**

Noi operatori siamo sicuri nell'affermare che il trattamento di Shiatsu Do migliora la condizione fisica e psicologica, le relazioni personali e in particolare la fiducia o autostima. In altre parole, gli anziani sviluppano una migliore capacità di affrontare la realtà personale e di godere la vita.

Come se l´amore per un'esistenza resa difficile da problemi e limiti personali avesse ricevuto un nuovo impulso vitale e questa sensazione, crediamo, motivi il forte sentimento d´affetto per l'operatore.

Come si possono spiegare questi indubitabili risultati dei trattamenti? Lo Shiatsu Do è un'esperienza complessa che si manifesta su differenti piani, per cui si possono fornire varie spiegazioni

tel 02.29.40.40.11• fax 02.29.51.01.34

secondo il modello d´interpretazione scelto. **Riteniamo che per questa esperienza i modelli più idonei per la sua comprensione siano quelli del Caos e quello Taoista.**

MODELLI DEL CAOS E TAOISTA

Alcuni scienziati, studiando i modelli per le previsioni meteorologiche, si resero conto che esistono sistemi così complessi che variazioni del tutto marginali e trascurabili nei sistemi tradizionali meccanici potevano produrre conseguenze imprevedibili e alcune volte drammatiche. Da qui la famosa metafora che ***un battito delle ali di una farfalla in Brasile poteva provocare una tormenta nel Texas***.

Oggi si riconosce che il sistema umano possiede questa complessità, per cui variazioni trascurabili dei parametri possono produrre in certi casi cambiamenti del tutto imprevedibili. **Questo modello si può anche definire Taoista, poiché gli antichi cinesi già sapevano che il Tao è indefinibile, imprevedibile e che esperienze molto semplici potevano introdurre cambiamenti radicali nella vita.**

Come esempio personale, ricordo che la mia vita cambiò perché una volta comprai per pura curiosità un libro e, dopo questa lettura, iniziò un viaggio che la modificò per sempre e che mi portò qui, all´ombra di un gazebo cubano, dove scrivo quest'articolo aspettando il ritorno di mia figlia Annabella di due anni, evento che neppure il più quotato veggente sulla piazza avrebbe mai potuto scorgere nella sfera del futuro. Ovvio che questo non succede sempre: ho comprato migliaia di libri che non hanno mutato la mia vita, per quanto sappia, però qualche volta può succedere e succede, anche se non sappiamo quando e come.

Si potrebbe definire questo modello: fiducia nelle infinite possibilità della vita di cambiare. **Anche quando, secondo la visione dell'ego, sono necessari grandi stravolgimenti nella vita per essere felici, molto denaro, sesso e successo, esiste sempre la possibilità che piccole e semplici esperienze possano migliorare le sensazioni di benessere e di armonia con la vita, perché questa possiede molta più creatività di quanto l´ego tradizionale, con i suoi limiti individuali culturali e sociali, possa immaginarsi.**

> “TOCCARE UN ANZIANO CON AFFETTO E DIRGLI SENZA PARLARE, TU SEI IMPORTANTE PER LA MIA VITA, CREDO CHE SIA LA MIGLIORE MANIERA DI APPREZZARE LA SUA REALTÀ E LA SUA PRESENZA. E CHISSÀ CHE LA LUCE NEI SUOI OCCHI, LA SERENITÀ NEL SUO VOLTO, IL CALORE DEL SUO ABBRACCIO NON DIPENDA DAL FATTO CHE DA TEMPO NON RICEVEVA UNA SIMILE DICHIARAZIONE D´AMORE”

Per questo gli antichi taoisti, che non erano scienziati ma saggi, ricordavano che il Tao era indicibile, indefinibile, imprevedibile e che se si voleva godere della sua infinita generosità era necessario il silenzio dell'Io, perché le risposte del Tao arrivano solo quando non ci sono domande. ***E, a dispetto delle previsioni meteorologiche, non sempre il battito delle ali delle farfalle genera tormente, alcune volte genera brezze primaverili...***



CONCLUSIONI

È evidente che tutte le interpretazioni sono valide e che, a seconda delle persone e dei risultati auspicati, un modello è più adeguato per la comprensione della maniera sempre personale di rispondere al trattamento, però il fatto che tutti i modelli siano presenti assicura che un trattamento di Shiatsu Do ottiene sempre risultati e che sempre merita proporlo. **Inoltre lo Shiatsu Do è un'esperienza condivisa: quello che vive Uke lo vive pure Tori, anche se con valutazioni differenti per le diverse caratteristiche dei soggetti.**

Tori non può non essere riconoscente a Uke per le sensazioni benefiche che prova, migliorando la qualità delle relazioni sociali e la nostra visione degli anziani che possono essere altresì la fonte del nostro benessere.

Se vuoi saperne di più...
franciscocontino@yahoo.es