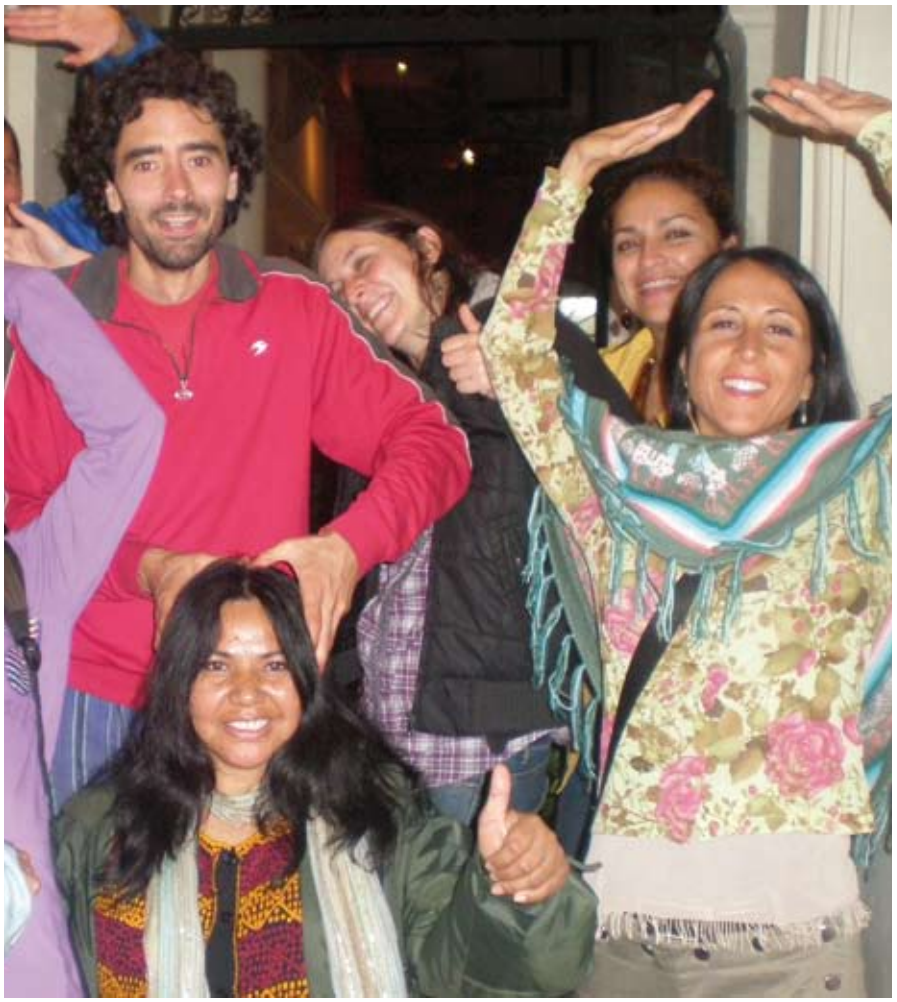
Shiatsu e volontariato

Diario messicano

A CURA DI SABRINA PETAZZI



Vi parlo di un viaggio all'insegna della meraviglia, lì dicono che il Messico è magico e hanno ragione! Dalle persone incontrate ai luoghi visitati, nulla è stato casuale e tutto ha seguito un filo sottile che ci ha condotto alla scoperta di questo Paese rigoglioso, immenso e ricco di contrasti.

L'attività principale, di Shiatsu e volontariato, si è svolta a San Cristobal, città coloniale al centro del Chiapas, ai confini col Guatemala e il Belize.

Qui c'è il centro internazionale "Shiatsu DoVolontariato", nato con Francisco Contino e la sua grande umanità, la sua voglia di condividere lo Shiatsu per aiutare sé e gli altri. Il suo modo di essere ha interessato messicani e turisti, che hanno poi deciso di proseguire il volontariato nelle situazioni che Francisco aveva creato e creandone di nuove.

Ovviamente, memore dell'esperienza 2008 con Adriana, Daniela e Giovanna ho accettato di buon grado l'invito di Francesco e Attilio. E così è stato, mentre Vanessa si abilitava qui in Italia al seminario istruttori di luglio, sono stata nella sua cittadina, per lavorare insieme ai ragazzi messicani e supportarli nella loro crescita come Shiatsuka e volontari.

Serena, shiatsuka e agente di turismo responsabile, ci ha accompagnati ad Acteal, un piccolo pueblo di montagna, a conoscere la storia agghiacciante di questo popolo che ha subito un massacro dal suo stesso governo, come a perpetuare le ondate di "conquista" repressiva spagnola del 1600 e dintorni, governo che in realtà dovrebbe difendere chi lo vota…

Nei villaggi, la maggior parte degli indios, originari di quei luoghi, lavora con orgoglio e fierezza la terra o, comunque, fa lavori manuali, quelli che da noi non fa quasi più nessuno. Portano pesi incredibili, uomini, donne e anche bambini; hanno occhi profondi, rughe profonde come i solchi nella rossa terra che abitano, mani callose e quella durezza-corazza data dal vivere in condizioni di essenzialità. Ma hanno un grande amore e attaccamento rispettoso alla Terra, la considerano "Sagrada", cioè Sacra: "en la tierra tenemos vida" ci spiegano i due uomini dell'assemblea comunitaria che ci parlano della loro storia.

"La terra non si vende, si difende", queste le parole in cui fortemente credono, e quando il governo messicano e le multinazionali, una ventina di anni fa, propongono loro di acquistare le terre ricche di petrolio e giacimenti, loro e altri popoli autoctoni difendono quel che per loro è più prezioso della vita stessa, con grandi perdite di uomini (vedi la storia dell'esercito zapatista).

Dopo le prime lotte e trattative, finite nel nulla, i chiapanenchi si uniscono ancor di più e la loro forza fa paura al governo, tanto che, finito l'addestramento di uomini paramilitari, li manda ad assediare le organizzazioni sulle montagne, con tutti i mezzi possibili. Anche se Las Abejas (le Api), in Acteal, è una società civile non violenta, quindi priva di armi, viene accerchiata e massacrata in un momento in cui stava protestando



re Umano. La psicologa Cecy alla fine mi ha donato un video che racconta della strage, se può interessarvi lo posso, anzi lo voglio, divulgare!

Nell'associazione a San Cristobal c'è anche l'idea di iniziare un laboratorio nel carcere femminile. Ci sono difficoltà sia organizzative sia di struttura, date le pessime condizioni di vita che un posto simile può offrire, ma come si dice: se sono rose fioriranno… e spero si aprano, pian piano e con i tempi messicani, delle porte verso questa realtà.

Flavia, Shiatsuka del direttivo dell'associazione, mi ha raccontato che molte donne sono in carcere sen-

con preghiera e digiuno, il giorno 22 dicembre 1997. Vengono uccise 45 persone, di cui 4 donne incinte, mentre tutti cercano di scappare. Solo tre sono i superstiti, e ne portano segni evidenti ancor oggi, sia di ferite fisiche che psicologiche.

Las Abejas, nonostante gli anni di terrore, rimane ancora oggi una comunità autonoma, che continua a difendere la Terra, mantenendo i principi di non violenza, di grande fede e di condivisione. I nostri narratori riassumono in poche parole la loro filosofia: "non esiste la parola yo (io) qui, diciamo sempre nosotros (noi)".



La semina dello Shiatsu

Con grande rispetto per loro e la loro terra, abbiamo instaurato un rapporto di fiducia, grazie allo Shiatsu, di cui gli indios si sono mostrati entusiasti. La continuazione di questa "semina" attraverso i trattamenti Shiatsu ha portato a un laboratorio, che hanno gestito Vanessa e Serena. Dalle ultime notizie di Vanessa, si incontreranno mensilmente coi promotori di salute e continueranno i trattamenti alle persone più bisognose di calore e comprensione!

Abbiamo poi conosciuto Cecylia (psicologa che dal '97 segue la comunità), una giovane e tenace donna che cura l'andamento della salute emotiva, fisica e mentale della popolazione, oltre che essere organizzatrice di eventi importanti sui diritti umani. Spesso si ritrova sola a gestire il tutto, sia perché qui si procede molto a rilento, sia perché il ruolo della psicologia è poco riconosciuto. Ma Cecy ha un gran coraggio e, goccia dopo goccia, il lavoro procede. Marilena e io abbiamo inoltre conosciuto Emanuel, un ragazzo ventiseienne, superstite del massacro. Carinamente ci ha raccontato storie e canzoni inventate da lui, il 90% delle quali contiene le parole "morte", il "ricordo della famiglia perduta", il "non dimenticare", il "piangere". Fortunatamente esistono anche nelle sue storie, i concetti di perdono, cooperazione, collaborazione, che lo rendono molto più saggio dei suoi 26 anni!

Abbiamo ricevuto un grande dono da questi "Indigeni", toccando con mano la vera sofferenza, la vera lotta, la vera cooperazione di un piccolo-grande popolo sperduto tra i monti, ricco nel cuore e nella dignità di Esseza sapere di che cosa sono accusate, altre che hanno sì ucciso o aggredito, ma per disperazione, per evitare ulteriori violenze e si ritrovano lì, mentre il marito o chi per esso non è stato nemmeno accusato! Molte di loro, quindi, non si alzano neppure dal letto la mattina, perché sanno che non c'è vita o giustizia per loro. La ragazza che lavora nel carcere, con cui Flavia è in contatto, le ha chiesto un percorso di riabilitazione al lavoro, una volta che queste donne escono. Speriamo che si riesca ad aprire uno spiraglio e che ci sia sempre più giustizia.

Anche se non come si era pensato inizialmente, il progetto "para las mujeres del Chiapas" continua! A proposito di questo ho rivisto con gioia la presidentessa di "Marie Stopes", con cui due anni fa avevamo collaborato, la quale ha rinnovato, dopo lunghi spostamenti di lavoro, la sua voglia di collaborare per le donne in gravidanza.

I regali del magico Messico

Nelle settimane chiapanenche si è insieme organizzato e svolto il corso di Shiatsu 1° livello, con ragazzi e ragazze giovani, alcuni spagnoli, altri messicani e due ragazze italiane. Siamo stati bene insieme, si è lavorato moltissimo. Alla fine delle 40 ore due kata appresi, una bella condivisione di affetto, oltre che di tecniche, un contatto profondo con altre persone, un forte scambio internazionale e interculturale.

In sede abbiamo lavorato per quattro giorni con tutti i ragazzi che volevano fare del volontariato, ampliando un poco la posizione sul fianco, in modo da poter trattare persone che non si possono girare nelle tre posizioni apprese nei kata (tipo gli anziani, che nelle comunità sono molti).

L'incontro con Vanessa è stato costruttivo, emozionante. Ci ha portato un po' della bella energia dell'Italia, del Seminario Nazionale Istruttori. Ha vissuto bene con tutti e imparato molto, mettendosi in gioco e vivendo l'esperienza con semplicità, cosa che la caratterizza molto e che mi ha colpito di lei.

Abbiamo chiacchierato di questi loro progetti come Associazione Internazionale, del loro muoversi semplicemente nella zona e scoprire quanto bisogno di contatto esiste e quante opportunità si possano creare. Qui c'è un fermento culturale e internazionale non indifferente, puoi conoscere gente di tutto il mondo, ed è bellissimo, ma poi le persone vanno e vengono, quelle che rimangono a creare lo "zoccolo duro" dell'associazione sono poche, anche se molto buone.





Il nostro viaggio continua a essere ricco di sorprese: abbiamo ricevuto infiniti regali da questo Messico magico, come una bellissima cena in compagnia dello staff dell'associazione (quelli che io chiamo nei miei articoli "I ragazzi"), o come il ciondolo a forma di farfalla fatto a mano da Eva. Ma i regali più belli sono le persone che ho conosciuto, quelle che mi hanno accompagnato e quelle che dall'Italia mi hanno spesso contattato… per non parlare delle meraviglie naturali di questo Chiapas, il verde, il cielo, i fiumi, i canyon, le grotte, le magnifiche cascate, le montagne, gli animali, la selva Lacandona, che abbiamo avuto l'onore di visitare tornando verso Palenque, con i suoi suoni e colori indimenticabili. Non ho parole per la meraviglia a cui abbiamo assistito, la grandezza di questa Natura che vive e ci avvolge!

Mi sono sentita un piccolo microscopico Uke che ha sentito la grande vibratoria pressione della Madre Terra, Tori per eccellenza (Adriana insegna). A pensarci mi commuovo ancora e rimango ancor più senza parole, anche se in realtà non servono, mi basta contattare questa emozione, che è penetrata nel mio cuore.

Esco soddisfatta da un viaggio intenso, con la sicurezza nel cuore che ciò che da anni, specie con Francisco, viene qui seminato, stia dando i suoi succosi frutti.

Per concludere in bellezza, durante il volo di rientro il cielo ci ha fatto un ultimo regalo: 10 agosto, notte stellata limpidissima, non potevano mancare le stelle cadenti! Ancora una meraviglia… che dire? Bayo, che nell'idioma Maya della selva Lacandona significa Grazie!