

Il bene comune della salute

A cura di **Alfredo D'Angelo**

Esplorare luoghi e ambiti diversi, da quelli familiari, a quelli lavorativi, a quelli sociali e culturali attraverso lo Shiatsu. Strumento privilegiato per risvegliare interesse, per stabilire relazioni, per generare progetti

Una mano si avvicina, si posa discreta e rispettosa sul corpo dell'altro, forte del suo legame con la Terra. L'altra mano, come una morbida parabola posata sulla gamba, cerca il contatto con le forze sottili del Cielo. Gli occhi si chiudono al mondo che appare e si aprono verso quello dell'essenza. Il respiro ora si fa presente alla coscienza, acquietando la mente e disponendola all'ascolto…

Questo semplice rito con cui iniziamo il trattamento Shiatsu ci predispone a ricercare risonanze: con noi stessi e con le nostre risorse interiori, con la vita che si manifesta nella presenza dell'altro, con le energie che, tutt'attorno, avvolgono e accompagnano questo incontro.
Nella risonanza, richiamo e incanto di uguali e di opposti, la vita prende forme diverse in un continuo movimento di trasformazioni, ricerca i suoi equilibri, è.
Se vogliamo mantenere viva la nostra ricerca, non dovremmo mai cedere alla consuetudine, nella quale albergano l'inconsapevolezza e i germi della rigidità e dell'apatia. Così ogni volta, dovremmo rinnovare internamente questa breve ma intensa cerimonia d'inizio del trattamento, perché l'attitudine all'ascolto lo accompagni per tutto il tempo e per darci la possibilità di scoprire che, nella risonanza, la

salute, evocata dalla pressione dello Shiatsu, è un beneficio reciproco. Seguendo questa rivelazione, insieme ad amici e operatori, e sviluppandola nelle esperienze maturate nel corso di molti anni, siamo arrivati a concepire la salute come un Bene comune, un traguardo che, sebbene ricercato personalmente, non può essere raggiunto appieno singolarmente, poiché è una condizione che esprime sì l'equilibrio delle energie proprie di un individuo, ma anche quelle che emanano dall'equilibrio delle relazioni con gli altri e con l'ambiente in cui viviamo.

UN PATRIMONIO COMUNE

Questa informale associazione di operatori, alla ricerca del senso del Bene comune della salute, ha esplorato quindi luoghi e ambiti diversi, da quelli familiari, a quelli lavorativi, a quelli sociali e culturali.
Lo Shiatsu è sempre stato il nostro strumento privilegiato, per risvegliare interesse, per intessere relazioni, per generare progetti.
La nostra mission non è stata meramente quella di portare benessere a una o più persone, ma quella di cercare e indicare loro dei percorsi dove trovare e consapevolmente riprodurre stati di salute, da condividere con gli altri.
Lo Shiatsu in Italia ha una storia di circa quarant'anni: è tempo ormai che, oltre ai dovuti riconoscimenti per quanti hanno prodigato la loro professionalità, questa disciplina divenga, almeno ad un livello amatoriale, un patrimonio comune, ampiamente diffuso.
Lo Shiatsu restituisce nobiltà al gesto del toccare un altro e invita a una comunicazione non verbale in cui ragione, istinto e sentimento trovano l'equilibrio per una comunicazione veramente umana fra le persone.
La pratica dello Shiatsu, nel quadro della ricerca e dell'affermazione di una salute intesa come Bene comune, diventa quindi, oltre che un potente strumento di aiuto alla guarigione, anche un elemento di reintegrazione,



di emancipazione, di riunificazione, in piccole e in grandi comunità.
E così abbiamo sperimentato la diffusione dello Shiatsu nelle famiglie, come pratica per una ritrovata armonia fra compagni di vita o fra genitori e figli; con gli operatori del benessere, per rafforzare l'elemento del contatto umano nelle professioni dell'aiuto; fra gli educatori, per aiutarli a vedere, o meglio a sentire, il buono che si propongono di far sbocciare nei loro allievi; con gli studenti nelle scuole (anche quelle elementari!) perché è lì che imparano il valore di stare con gli altri.
E poi in situazioni socialmente vulnerabili, come le carceri, gli istituti per i diversamente abili, i campi profughi, i villaggi e i quartieri delle città del sud del mondo…

I due Centri Shiatsu

***Share onlus*, opera tuttora in Myanmar, Rwanda, Cambogia e nel deserto del Marocco. In questi Paesi gli operatori di 'Shiatsu per il bene comune della salute' hanno dato vita da alcuni anni a percorsi di formazione che hanno portato oggi all'apertura del Centro di Shiatsu "Balance", a Yangon, completamente gestito dai ragazzi sordi, e al Centro di Shiatsu di Kigali (Rwanda), gestito dai ragazzi e dalle ragazze dell'associazione Tubasange. Per informazioni e contatti sulle attività di Share onlus e le attività degli operatori per il bene comune della salute:**
info@sharehlp.org
www.sharehlp.org

L'ESPERIENZA DI YANGON

Il rumore del poderoso rovescio monsonico, fuori, è assordante, ma nella grande stanza del Centro "*Balance*" di Yangon non sono solo le orecchie dei ragazzi sordi a non sentirlo; anche per coloro che hanno la facoltà dell'udito quel fragore sembra sfumare nel fondo di quel campo ovattato in cui sono immersi. Accanto agli otto materassini avvolti da un morbido cotone blu sui quali sono distesi, ci sono altrettanti ragazze e ragazzi sordi che stanno offrendo loro un trattamento di Shiatsu.

Con la onlus *Share* abbiamo iniziato nel 2005 a fare formazione a questi ragazzi che vengono all'istituto di Yangon da ogni parte del Myanmar. A muoverci, all'inizio, era stata l'idea di provare a dare a questi ragazzi una risorsa che potessero mettere un giorno sul mercato del lavoro e trovare così una forma di sostentamento. Mano a mano che davamo tempo e forma al progetto, però, ci rendevamo conto di essere beneficiari noi stessi di un'osmosi inversa, che riversava nella nostra attività di formatori qualcosa che ci formava a sua volta.
Lo Shiatsu, lo abbiamo detto, è soprattutto capacità di ascolto e comunicazione, con le mani, con gli occhi, con il cuore.
Parlare della capacità di ascolto di un sordo sembra un paradosso: ebbene, questo è ciò che questi ragazzi hanno saputo fare meglio.
Abbiamo imparato da loro in questi anni come la comunicazione non verbale, tecnica fondamentale di ogni operatore di Shiatsu, inviti a connettersi e a risuonare con la vita degli altri ascoltandola e non tentando di spiegarla. Abbiamo imparato grazie a loro a parlare senza imporci, a comunicare evocando immagini, a dare spazio all'istinto e al sentimento e a veicolarli nelle nostre mani, insieme alla tecnica, con la pressione.
Lo Shiatsu, anche in questo caso, si è rivelato uno strumento straordinario di comunicazione e ci ha insegnato che l'integrazione non è l'adattamento di una condizione o di una cultura apparentemente private di risorse ad altre apparentemente più fornite di mezzi e dominanti, ma un fertile equilibrio non gerarchico, dove ognuno apporta i suoi valori.
Grazie a esperienze come questa, così come grazie a quelle che gli operatori per il bene comune della salute, con la onlus Share, hanno portato anche in alcuni villaggi della Cambogia o fra i ragazzi dei quartieri poveri di Kigali, in Rwanda, abbiamo arricchito noi stessi, la nostra ricerca e, non ultima, la pressione delle nostre mani.
Zaw Sang Aung, Zarli Tun e gli altri ragazzi e ragazze, che qualche anno fa erano ai margini sociali, oggi sono protagonisti delle loro vite e accolgono quattrocento persone ogni mese, che richiedono di fare Shiatsu e che, invitati al silenzio, si mettono all'ascolto della vita che vibra dentro di loro.



