Bimbi e Shiatsu, un contatto creativo



L'effetto dello Shiatsu sui bambini è straordinario non solo perché li aiuta a costruire un rapporto differente con il proprio corpo, ma anche perché li spinge a stabilire un contatto diverso con il mondo circostante

di **Elena Evangelisti**

Ai bambini non si mente e, soprattutto, se non gli piaci o se non gli piace quello che stanno facendo, lo dicono. La verità fa parte del loro essere; il loro essere brutali, bestiali e istintivi fa sì che lavorare con loro sia una delle cose più belle e difficili che ci possa essere.
Lo Shiatsu fa bene a tutti figuriamoci ai bimbi. Fin da quando sono nella pancia della loro mamma li possiamo trattare attraverso le pressioni che stimolano mamma e bimbo insieme e poi ancora, neonati, attivare loro i meridiani, stimolare l'inizio della loro esistenza facendoli sentire coccolati, toccati e accolti, accarezzandoli delicatamente e delineando il loro confine, stimolare la loro pelle ma ancora di più la loro energia profondissima e appena nata. L'effetto dello Shiatsu sui bimbi è straordinario non solo perché li aiuta a costruire un rapporto differente con il proprio corpo, ma anche perché li aiuta a stabilire un contatto differente con il mondo circostante.
L'attenzione a massaggi e trattamenti ai bambini è storia recente, mai siamo stati abituati a pensare che le forme di comunicazione tra corpi possono essere utilizzate per migliorare la qualità della vita.

TRA FIDUCIA E TRANQUILLITÀ

La nostra esperienza come scuola di Shiatsu ci ha fatto sperimentare i trattamenti fatti ai bambini nelle più svariate forme, e tutte davvero emozionanti. Se ci aspettassimo di riuscire a fare ad un bambino un trattamento completo, sperando che attendano pazienti lo scorrere dei fatidici 50 minuti... non abbiamo capito proprio niente.
L'aspetto principale è stabilire un rapporto di fiducia e tranquillità. Verso i piccolissimi, certo, è apparentemente più semplice perché non possono dire nulla, ma... possono urlare e di sicuro non se ne stanno in silenzio se abbiamo

una mano fredda o poco accogliente. Per loro tutto può essere trasformato in gioco, tutto assume l'aspetto di un'allegra scoperta e lo stimolo a proseguire il percorso è stabilito dal tipo di contatto che riusciamo a stabilire con loro. Lo sguardo, l'accoglienza, la capacità di essere veri e adattarsi alle loro esigenze è un aspetto fondamentale.
Lo Shiatsu si può fare a qualunque età, ovvio che non si potranno fare delle pressioni "classiche", che non potremo stare in ascolto dei punti risonanti ed interessanti perché i nostri piccoli amici potrebbero anche spazientirsi. Spesso accade che ci ritroviamo a rincorrerli e appoggiare loro il palmo delle mani sulla schiena, sull'addome, mentre giochiamo a fare altro. Spesso accade che dopo il primo trattamento siano loro ad indicare le parti del corpo che vogliono sentire stimolate. Per un bambino il corpo è una scoperta continua che non ha schemi rigidi, non ha pudore e paura di entrare in contatto con l'altro. Per questo siamo noi adulti a dover avere una cura immensa di loro, perché è attraverso le esperienze che si formeranno uno schema emotivo e fisico da adulti. Attraverso la sperimentazione delle loro emozioni e pulsioni decideranno cosa diventare da grandi. Diventa importante stimolare i meridiani, ma altresì diventa importante far capire loro che hanno delle estremità, che possono muoversi e sentire.

UN UNIVERSO INDEFINITO

I bambini sono tutti uguali e allo stesso tempo un universo completamente indefinito per quanto possono stupirci. Ho lavorato con bambini autistici, con bambini iperattivi, con bimbi sordi, con bambini paraplegici e con bambini "normodotati". Ognuno di loro ha reagito sempre in maniera meravigliosa ed emozionante, donando senza paura il proprio essere alle mani e al contatto.
Pur nella difficoltà dello stabilire un contatto, che poteva essere anche solo visivo, lo stimolo dello Shiatsu, la pressione e il trovarsi insieme in un dialogo differente ha sempre fatto sì che l'aspetto principale non fosse un individuo o l'altro, ma un incontro diverso dove l'ambiente umano è al primo posto. Umano inteso come libero da convenzioni di aiuto missionario e caritatevole, ed esclusivamente rivolto ad essere stimolo e sostegno di una vitalità che ogni individuo possiede solo per il fatto di essere vivo.
I bambini hanno dentro di sè la semplicità e la complessità stessa dell'essere semplici, di non avere aspettative, che spesso invece gli adulti hanno e che impediscono la manifestazione della vita intesa come energia, palla di fuoco per modellarsi e rigenerarsi. L'esperienza dello Shiatsu con bambini ci fa capire che il cambiamento non ha binari e traguardi, che ritrovarsi a cercarsi con lo sguardo o accettare di non trovare lo sguardo di un bambino e provare altre vie è più prezioso di un dialogo a parole.
Appoggiare la mano sulla schiena di un bimbo è come appoggiare la mano su una pentola in ebollizione, possiamo sentire il calore e la forza dell'acqua che si muove, l'energia del fuoco che la scalda e la potenza della temperatura che sale. Sapere che dieci minuti basteranno per un bambino fa comprendere la grande potenzialità dello Shiatsu, che non ha necessità di essere scientificamente provato, ma semplicemente essere usato, ascoltato e ricevuto.

LA POTENZA DEL CONTATTO

Abbiamo potuto constatare che la regolarità dello Shiatsu con i bimbi iperattivi li aiutava a dormire meglio, avere migliore attenzione e un contatto differente con gli altri bambini. Alcuni bimbi che hanno ricevuto Shiatsu, regolarmente per un periodo prolungato, hanno iniziato a trattare i genitori ripetendo i gesti degli operatori. I processi imitativi sono uno strumento molto utilizzato da loro, e su esempio di ciò che ricevevano, riuscivano a stabilire un contatto più profondo con i genitori. Imparare a toccare non rientra nel nostro bagaglio culturale, ma sono certa che se imparassimo tutti e fin dalla tenera età avremmo una società migliore. Per i bambini entrare in contatto con gli adulti e, ancor di più, con altri bimbi usando come strumento la pressione e il piacere di una mano accogliente può aiutarli a stimolare anche la creatività, la crescita sana e più consapevole del loro equilibrio psicofisico.
Il tesoro più profondo è la consapevolezza di se stessi e delle proprie potenzialità, già dal feto possiamo farlo. La capacità dell'accoglienza delle nostre mani è trovare in quel gesto la genesi della scoperta che il contatto può generare davvero la salute e la felicità della persona e in questo caso, della crescita di un bambino più consapevole e generoso di se stesso.

