Un rapporto umano **profondo**

Di **Bernardo Corvi**

Sfogliando le pagine della storia dello Shiatsu Do, tanto in Italia quanto nel mondo, colpisce in particolar modo la ricchezza delle proposte di esperienze della sua pratica nel sociale.
Coinvolti, sia come praticanti sia come fruitori, sofferenti, portatori di handicap, carcerati, tossicodipendenti, hanno sempre trovato, per mezzo di quella portentosa onda di potenzialità che è la pratica dello Shiatsu, una dimensione vera e reale, dove per **vero si intende un incontro esaltato da una ricchezza intrisa di umanità, compassione, condivisione e per reale qualcosa di tangibile, che può essere riconosciuto e trasmesso.**
Una pratica sincera, lo Shiatsu Do, che come modalità di approccio trova nutrimento nel valore delle persone per quel tanto che la loro potenzialità può regalare. Amore, gratitudine, rispetto paiono essere il filo conduttore di ogni ringraziamento sia da parte di chi pratica, sia di chi riceve trattamenti di Shiatsu.
Ogni giorno che passa, qualsiasi persona coinvolta nello Shiatsu Do si ritrova tra le mani, è proprio il caso di dirlo, un patrimonio che aumenta, si riproduce coinvolgendo anche coloro che si trovano intorno, condizionando, in questo modo, la qualità delle relazioni interpersonali.
Una delle cose che ho fatto, per curare la stesura di un libro prossimo o futuro che sia, è stata quella di sfogliare e fotocopiare migliaia di pagine di riviste che hanno accompagnato questa pratica in tutti questi anni. Oltre a documentare l'evoluzione di un pensiero, accompagnare la scoperta di nuovi orizzonti, approfondire il confronto su metodi didattici, su queste riviste erano riportate centinaia di testimonianze di esperienze di pratica dello Shiatsu Do nel sociale, consapevoli dell'importanza di lasciare una traccia scritta di ciò che è stato fatto e chi lo ha fatto.
Alcuni titoli scuotono la nostra coscienza, urlando i valori che condividiamo e che permeano le esperienze nel sociale: "Incontrarsi", "Arte per il volontariato", "Anche un piccolo aiuto", "Il valore di una esperienza", "Shiatsu in ospedale rispettando", "Condivisione", "Alle feste delle cooperative di disabili", "Pazzi di Shiatsu", "La mano che tocca il corpo e ascolta col cuore." Sono solo alcune delle espressioni della voglia di rappresentare con degno resoconto di quello che intendiamo esprimere con il nostro cammino nello Shiatsu Do.
Shiatsu nel disagio, nei luoghi di sofferenza, ma anche nei luoghi di speranza: Shiatsu con bambini, donne in gravidanza, anziani; ciò che è stato fatto e riteniamo essere un Valore sarà riportato nelle pagine che scriveremo, che lasceremo a chi arriverà dopo di noi.



RELAZIONI PROFONDE

Questa pratica è una forma di conoscenza/coscienza che coinvolge non solo i praticanti, gli studenti o gli appassionati di Shiatsu, ma anche tutte le persone dotate di una particolare sensibilità verso il mondo delle relazioni umane, dell'accoglienza.
Quel rapporto, cioè, che si esprime tramite la relazione non verbale, accomunando esperienze diverse. È il valore di ciò che è nascosto in noi, profondo ma sempre presente, che permette di conoscersi e riconoscersi.
Ovunque lo Shiatsu Do sia stato portato, in Italia quanto all'estero, i commenti delle persone coinvolte sono sempre stati di grande intensità.
Alcune dichiarazioni, riportate nel libro *"Gli Angeli dello Shiatsu"* sono partico-

tel 02.29.40.40.11• fax 02.29.51.01.34

larmente significative. Pur essendo in un luogo di tremendo disagio, le tendopoli di Mirandola dopo il terremoto in Emilia del maggio 2012, le persone che hanno ricevuto i trattamenti dagli operatori di Shiatsu hanno espresso questi commenti.

- Ho trovato qualcosa di meraviglioso, è una esperienza da non dimenticare. Ti accorgi di quanto il tuo corpo può risvegliare e farti rinascere, farti arrivare ad una coscienza suprema. Grazie, siete persone eccezionali…

- Un senso di calma e pace mi ha permesso di vivere questa esperienza nel modo giusto. Grazie…

- Una "cosa" nuova, alla fine mi sto sentendo bene. Non so perché ma il risultato è strepitoso. Per la prima volta mi sento fisicamente differente, rilassato e più sereno. Probabilmente è come quando ero bambino…

- È stato bellissimo. È come se tutti i problemi svolazzassero via come degli uccellini. Grazie mille!

- Mi chiamo Jamila che vuole dire: Bella. E oggi veramente sento che sono bella. Grazie!

Ovunque si porti la pratica dello Shiatsu Do nel sociale non si risolvono dei problemi. Le cose rimangono tali, le disgrazie o i disagi altrettanto. Ciò che cambia è la possibilità di ritrovarsi per un po' di tempo con nuova voglia di vivere, con uno stimolo alla vitalità che permette di vedere le cose con occhi differenti. Un elogio, dunque, al sapore della vita, al valore ritrovato. Quel valore che a volte sembra perso, non più raggiungibile. Per questo Jamila si è risentita "bella".

A volte pare che dopo un trattamento bene eseguito le persone ritrovino la spensieratezza degli anni di gioventù. Quegli anni in cui tutto succedeva, ma sembrava non ci segnasse così profondamente come ci succede oggi, da "adulti".

Le pressioni dello Shiatsu entrando in profondità danno una sensazione piacevole, di calore. Le tensioni si rilasciano morbidamente ma, soprattutto, senza violenza secondo i tempi peculiari di ciascuno. Tutto questo non è frutto di immaginazione, ma di sensazioni fisiche realmente riconoscibili; una comunicazione immediata che parte dal corpo ed arriva allo spirito, alla mente, alla coscienza, chiamiamola come vogliamo.

LO SHIATSU FUNZIONA

Ad accorgersene sono tutte le persone, non solo quelle particolarmente sensibili. Se ne accorgono i bambini, nonostante la loro incontenibile vitalità. Se ne accorgono le persone anziane che, a volte, riscoprono le sensazioni piacevoli vissute in gioventù. Se ne accorgono le persone che conducono una vita particolarmente frenetica che si ritrovano, per un'ora, "costretti" a riconnettersi con il ritmo naturale delle cose, il ritmo dello scorrere lento e tranquillo della vita. Non essendo una terapia, lo Shiatsu può essere ricevuto senza nessuna controindicazione; una volta la settimana, una volta ogni quindici giorni. Potendo, io, lo riceverei tutti i giorni…

Molto spesso l'effetto di piacevolezza, di sollievo, si protrae per diversi giorni. Il prodotto benefico delle pressioni viene "ricordato" dal corpo della persona che riceve il trattamento, non mediato dall'aspetto razionale della nostra intelligenza. Nei successivi trattamenti l'effetto "ricordo" sul corpo viene "ritrovato", sommandosi allo stimolo appena ricevuto, portando il corpo ad una sensazione di sempre maggiore piacevolezza, vitalità, voglia di fare.

Tutto questo viene, dalle persone, percepito, vissuto; molte volte senza nemmeno sentire il bisogno di essere "spiegato".

Gli ospiti delle strutture per anziani, per esempio, attendono serenamente l'arrivo degli operatori, molto spesso volontari, per ricevere le loro pressioni Shiatsu. La signora A. di 88 anni, pur non ricordandosi di noi che gliel'avevamo fatto, si ricordava benissimo di quei trattamenti Shiatsu ricevuti all'interno della tendopoli di Quarantoli (Modena).

Quando, uscita dalla tenda, dopo aver ricevuto il suo trattamento, si è messa a cantare e a raccontare poesie in dialetto modenese, lo ha fatto con una serenità e spensieratezza che raramente, in quei giorni terribili del terremoto, aveva ritrovato. Così come hanno dimostrato i detenuti delle carceri, sia case circondariali che di massima sicurezza, dove qualcuno ha dichiarato perfino di rivivere la sensazione della "libertà" durante il trattamento. Tutto ciò è successo anche all'interno di carceri minorili, sia maschili che femminili, dove le esperienze proposte hanno sempre trovato grande interesse e partecipazione.

Ospedali psichiatrici, comunità di recupero per tossicodipendenti: altri luoghi in cui, spesso, lo Shiatsu ha provato la sua efficacia, affiancando anche la pratica terapeutica ma senza mai assolutamente interferire, né dando l'impressione di voler essere proposta come "alternativa".

Sembra incredibile eppure il ricongiungere se stessi con le sensazioni conosciute e riconoscibili del proprio corpo riporta al "risveglio" dentro se stessi del "ricordo" della piacevolezza, dello "star bene". E il risveglio di questo "ricordo" fa rivivere questa sensazione, probabilmente, anche in chi non la riviveva da tempo.

Le sensazioni e gli effetti del benessere non hanno età. Si riconoscono da giovani, da adulti, da anziani. Perfino i bambini, che mentono raramente quando si tratta di sentimenti, riconoscono il valore di una pratica, quella dello Shiatsu che, semplicemente, "li fa stare bene".

Decine e decine di commenti scritti dalle loro stesse mani lo testimoniano avallando, dunque, il valore intenso di una pratica. Ci sono immagini che rappresentano alla perfezione il valore dello Shiatsu.

Una delle più rappresentative è la madre che abbraccia il proprio bambino. La forza dell'avvolgere, del toccare, del "prendersi cura" dona una piacevole sensazione di tranquillità, di protezione. Probabilmente lo Shiatsu funziona anche perché soddisfa il nostro bisogno di toccarci, di stabilire una relazione calda, che doni sicurezza. Bisogno molto spesso soffocato, non ascoltato.