


***Un viaggio a La Habana per praticare Shiatsu, per toccare con mano la realtà dello Shiatsu Do cubano e per vivere l'atmosfera di un Paese che non smette di affascinare ed entusiasmare***

# Una scoperta continua

di **Bernardo Corvi**

*Cuba que linda es Cuba, quien la defiende la quiere más. Cuba que linda es Cuba, ahora que es libre la quiero más.* Da quando sono tornato queste parole, ritornello di una notissima canzone rivoluzionaria cubana, mi riecheggiano costantemente nel cervello. *…Que linda es Cuba, che bella è Cuba, ora che è libera l'amo ancora di più...* Ovviamente la libertà cantata è quella conquistata più di cinquant'anni fa affrancandosi dal regime dittatoriale di allora.
Il nostro viaggio a La Habana è stato una scoperta continua. Siamo andati per praticare Shiatsu, per toccar con mano la realtà dello Shiatsu Do cubano nato e cresciuto per merito del nostro amico Francisco Contino e siamo tornati affascinati, entusiasti, increduli.
Praticare in quel luogo dove *Ernesto Che Guevara professava "...siamo realisti, esigiamo l'impossibile"* ci ha fatto assaporare condizioni al limite del reale, dove varie volte abbiamo attraversato la linea invisibile dell'utopia: il non-luogo, cioè quello che non esiste, strabiliati dal fatto di ritrovarcisi, invece, profondamente immersi.
È un fatto riconosciuto che Cuba è assolutamente incomprensibile se vista con occhi occidentali, quelli cioè tipicamente mancanti della "doble mirada", la famosa doppia visione descritta nel nostro libro "Incontrare il Tao a La Habana…e altrove": quella doppia visione che permette, alternativamente, di *non annullarti nella natura impersonale, senza la bandiera della superbia umana. Ora il silenzio, ora la parola, ora il movimento, ora la sosta. Ora la terapia, ora l'incontro, ora la vita, ora la morte…il cielo e la terra, lo Yin e lo Yang sarebbero come i battiti alternati del nostro cuore: opposti, alternati, solidali nel generare la Vita.*

## REALIZZARE L'IRREALIZZABILE

A Cuba abbiamo visto realizzato e realizzarsi uno, due, dieci progetti che è possibile ammirare avverati, a volte, soltanto nella mente di una persona talmente ingenua da credere che solo i sognatori possano fare cose concrete. Là ho visto professori vivere di donazioni e





trasportare l'anima di uno Shiatsu Do taoista e conviviale, come lo definisce il suo filosofo Francisco, in tutti i meandri della Cuba vera, pura e imprescindibile: i cubani raggiunti nelle città, nei Barrios, nelle case e nei cortili. L'ho ravvisato perché a Cuba è stato possibile, grazie ai sogni delle persone, realizzare progetti, programmare percorsi, condividere pensieri.
Cuba è l'unico posto al mondo in cui sono stato dove è possibile vivere dignitosamente di offerte in cambio di trattamenti di Shiatsu, laboratori, corsi. Un luogo dove dignitoso non vuol dire solamente decoroso ma anche onorevole. Il professor Antonio Montero, per esempio, con il suo progetto di Integrazione Armonica, di cui parlerò più avanti, ne è la dimostrazione.
Mi chiedo se queste parole risultino un po' troppo enfatiche, troppo "pompose" per chi le legga e non conosca la realtà cubana, ammesso che mai la si possa decifrare fino in fondo. Non vorrei essere frainteso. Le emozioni che abbiamo vissuto sono molto, molto contrastanti. Da un minuto all'altro ci siamo ritrovati molto spesso a passare da una condizione d'insopportabilità verso una città, La Habana, che indubbiamente è brutta, maleodorante, in declino, a uno stato d'animo gioioso, felice, addirittura esultante quando ci ritrovavamo, per esempio, dopo una faticosa giornata di trattamenti a rallegrarci davanti ad una Bucanero, mito birraio di Cuba, mentre ricordavamo i visi pieni di gioia e gratitudine degli anziani del convento di Belen.
Emozioni contrastanti, dunque, che hanno segnato un contrappasso, come due ballerini che, dopo essersi allontanati, s'incontrano di nuovo.



## LO SCOPO DI UN VIAGGIO

Le proposte del viaggio organizzato in Italia per conto dell'associazione di volontariato Shiatsu Do Onlus erano di avere il sostegno di Francisco Contino a La Havana per gli aspetti logistici; l'individuazione dei luoghi che ci avrebbero ospitato, l'incontro con alcune realtà sociali, in particolare quelle collegate al progetto Shiatsu Do e avere una visione precisa della realtà cubana per una valutazione più realistica del progetto. Un altro degli obiettivi era conoscere in loco la situazione del progetto e il parere dei soggetti cubani relativi allo Shiatsu Do e alle iniziative attuali.
Per partecipare al viaggio si richiedeva una capacità di adattamento alla vita di gruppo, una conoscenza preventiva della storia del progetto a Cuba, un atteggiamento di amicizia e solidarietà con la realtà dei soggetti cubani coinvolti nei progetti dell'associazione, spirito di solidarietà da condividere al ritorno in Italia, coerente con la finalità di sostegno al progetto Shiatsu Do a Cuba, aspetto fondamentale del viaggio.
Affettuosa riconoscenza è dovuta a Francisco che é sempre stato al nostro fianco, disponibile per qualunque informazione o necessità pratica, attento ad evitarci episodi spiacevoli

per il buon esito della permanenza. Abbiamo vissuto, grazie al suo lavoro e impegno precedente, momenti emozionanti del progetto, quando, per esempio, abbiamo consegnato i diplomi di operatore de Primero Nivel e quelli di Promotore di Laboratori di Shiatsu Do ai membri del progetto di Integrazione Armonica di Antonio Montero; incontro molto coinvolgente per l'amore e la dedizione di persone che hanno espresso fiducia all'iniziativa.

## INCONTRI SPECIALI

Vorrei ricordare anche l'incontro al convento di Belen, dove abbiamo trovato, oltre ad una particolare attenzione e cortesia da parte dei responsabili, anche le testimonianze di gratitudine per lo Shiatsu Do degli anziani che già avevano partecipato al progetto in passato e che hanno permesso una successiva sessione di trattamenti all'interno della struttura.
Proprio in quel luogo il contatto con i responsabili della Cooperacion Internacional ci ha permesso di redigere assieme un nuovo e importante progetto di collaborazione.
La vivace scuola cubana di Isabel, inoltre, ci ha accolto con entusiasmo e là abbiamo tenuto diverse lezioni e svariati momenti di pratica con gli studenti e i numerosi, bellissimi, ospiti. Siamo anche stati attori di un evento fuori programma come la prima pratica collettiva di Shiatsu Do con gli abitanti del piccolo paese della famiglia di Francisco, luogo dimenticato da tutti. Almeno ora si potrà dire: "Dimenticato da tutti ma non dallo Shiatsu Do"!
Di certo, ora, la nostra conoscenza della realtà cubana è più realistica; senz'altro ha permeato il nostro cuore, il che ci permette di apprezzare nel suo giusto valore l'importanza e la ricchezza di questo progetto che l'associazione italiana da anni sostiene esprimendo fiducia. Questa messa a fuoco ci da ancora più motivazioni e convinzioni nel sostenere in Italia il progetto cubano, che davvero merita







l'appoggio nostro e degli amici che sapremo coinvolgere.
Il progetto Shiatsu Do a Cuba ha una grande potenzialità, come dimostrano gli avvenimenti vissuti, ma ha anche una grande incertezza per il futuro se non riusciamo a creare una rete di solidarietà e sostegno economico.
È in embrione un prossimo viaggio a Cuba, guidato da qualcuno di noi, con le medesime finalità, perché ci auguriamo che questo sia stato solo il primo di una lunga serie di appuntamenti che consolidino sforzi comuni in nome di una diffusione globale della filosofia del toccarsi con gioia e sentimento puro. Le qualità per partecipare saranno valutate in un incontro o colloquio di chiarimento e conoscenza reciproca, affinché il gruppo si possa riconoscere in un progetto in modo consapevole e responsabile. Questo per evitare che ci si renda conto solo in loco che si hanno esigenze e/o necessità diverse se non incompatibili. Vorrei raccontare ancora, ma ci sarebbero tante, troppe cose da scrivere; tante emozioni, tanti aspetti su cui confrontarsi, idee, ricordi…
Alcuni aspetti senz'altro saranno approfonditi sul blog "L'arte




dello Shiatsu" al quale consiglio di accedere. Per concludere vorrei riportare alcune considerazioni di Antonio Modugno, operatore professionale e assistente ai corsi, che assieme a Giovanna Lai, istruttrice e operatrice professionale, hanno condiviso con me momenti di gioia, pianto, estasi. A Cuba si piange sempre due volte: una quando si arriva, l'altra quando si parte…

## MOMENTI DI GIOIA

"Sono rientrato a casa dopo venti giorni trascorsi a Cuba, apro la porta e sento un profumo di pulito, come se tutto fosse stato appena imbiancato. L'impatto, appena uscito dall'aeroporto di La Havana, è stato meraviglioso ma, mentre ci avvicinavamo al cuore della città, mi sono reso conto di una realtà diversa da quella che mi ero immaginato: case fatiscenti al limite dell'abilità, pulizia e igiene poco rassicuranti, auto degne per affrontare "un onorato riposo", ancora, però, dignitosamente valide per lavorare.
Francisco è stato un sostegno fondamentale sotto tutti i punti di vista. Oltre ad aver organizzato l'agenda dei nostri impegni e averci trovato una sistemazione per la permanenza è stato soprattutto un fratello che si è preso cura del proprio fratello. Ci siamo messi al lavoro fin da subito, rispettando gli impegni e gli appuntamenti istituzionali programmati; durante questi incontri ho conosciuto persone carismatiche e persone con la voglia di voler cambiare la propria esistenza.
Questo viaggio mi ha permesso di scoprire una cultura e un mondo che fino a ieri avevo solo conosciuto indirettamente o per sentito dire; l'impatto con la realtà, diversa da come avevo immaginato, è stato travolgente. Questa esperienza ha creato un po' di confusione nella mia esistenza: il distacco è stato doloroso. Sono gli odori, i sapori, le persone e la voglia di vivere la vita, che per venti giorni sono stati i compagni della mia permanenza, che mi mancheranno. Avrei voluto continuare la mia permanenza all'Havana; mi sentivo vivo!" ***(Antonio Modugno)***

*Per informazioni o commenti sulla esperienza potrete contattarci all'indirizzo bernardo@fioreoriente.com*