

Svuotarsi per accogliere

La pratica dello Shiatsu nelle strutture sanitarie milanesi: cronaca dalle corsie di tre operatori impegnati da anni a portare sollievo e conforto ai degenti

A cura di **Rosina Bagnato**

Già da qualche anno alcuni grandi ospedali della realtà milanese hanno inserito la pratica dello Shiatsu al loro interno seguendo le indicazioni dell'OMS (Organizzazione Mondiale della Sanità) che riabilita il concetto di salute come "uno stato di benessere globale dell'individuo". Anche le neuroscienze, del resto, hanno accettato e accertato che noi pensiamo, sentiamo e immaginiamo con tutto noi stessi e non solo con il cervello. Che siamo quindi mente, corpo, spirito, energia.
Noi operatori e praticanti Shiatsu, dopo bellissimi anni di studio, dopo aver frequentato tanti corsi di approfondimento, seminari per l'apprendimento di tecniche evolute, tutti volti a saziare la nostra naturale curiosità (che sappiamo non si esaurirà mai...), quando ci avviciniamo al nostro ukè, immediatamente dopo il primo respiro, immediatamente dopo il primo contatto, "dimentichiamo" tutte le nozioni. Una sensazione di vuoto totale...
Questa deve essere la nostra capacità: la capacità di fare spazio in noi, di svuotarci per poter accogliere. In questa condizione non c'è un sano o un malato, non un quadro clinico o una patologia. Siamo lì in ascolto. Siamo persone che incontrano un'altra persona, un cuore che batte insieme ad un altro cuore; è la mia vitalità che incontra la tua vitalità; ci giochiamo insieme e assistiamo estasiati alla meraviglia della vita, allo svolgersi naturale delle cose.

L'ORDINE NATURALE DELLE COSE...

Mario abitava una luminosa stanza al primo piano; dentro ci stanno un piccolo armadio, un comodino, un lavabo, un letto con le sponde e un materasso ad aria per salvare dalle lacerazioni la sua pelle sottile. Sul davanzale della sua finestra, in ogni stagione fioriva una pianta e sbocciava un fiore diverso. Se ne occupava Anna, sua moglie.
È stata lei a cercarmi ai primi di settembre. Mi aspettata fuori dalla stanza riservata ai trattamenti: "Vorresti fare dello Shiatsu a mio marito? Sta di sopra, al reparto Arcobaleno, agli stati vegetativi".
Dopo il trattamento "di prova" non ci siamo più lasciati. Mario sul viso non ha nemmeno una ruga, il corpo è lungo e sottile tranne che per la sua panciotta: un uomo di mezz'età, sempre in ordine nelle sue t-shirt tagliate sul dietro. Odora di buona crema e ogni tanto è proprio profumato! Il profumo lo sceglie Anna che su di un cartello appiccicato sul muro ha scritto severa: "la barba a Mario gliela fa solo sua moglie!"



Lui adora sentire la musica ma durante i trattamenti non la mettiamo: mi sembra che così "ci ascoltiamo meglio". Le mani vanno dove devono, indisturbate. A volte, una melodia sale dal cuore ed esce libera, ma non posso mai cantare a lungo, l'emozione aggrappa la gola. Allora smetto. Avranno detto anche a voi che non sta bene piangere... nemmeno durante un trattamento è molto conveniente.
Mi riconosce ancora prima del contatto; anche se entro piano piano dalla porta, volge gli occhi un po' nella mia direzione e già si predispone al trattamento. Forse riconosce il mio profumo, sicuramente il suono della mia voce. Mario mi porge il viso, solitamente contratto; ascolto il suo suggerimento ed è lì allora che oggi appoggerò le mani. La zona alta della testa è liscia e morbida e c'è una cicatrice come un lungo solco di terra appena rimossa per la semina. C'è sempre tanto freddo in quel punto.
Mi faccio posto seduta accanto a lui e lo tratto disteso sul letto in posizione supina, tanto se serve arrivo comunque al centro della schiena.
Le sue braccia sono sempre chiuse, strette al petto come in un abbraccio perenne. Anna mette dei piccoli cuscini a protezione tra le braccia e il dorso e un amico mi aveva confezionato per lui dei piccoli rotolini con semi profumati da tenere tra le dita e le palme delle mani, anche loro sempre strette a pugno.
Un segmento dopo l'altro i muscoli più piccoli collaborando si distendono, pressione dopo pressione. Il braccio vicino a me sembra l'ala chiusa di un grande uccello acquatico che aspetta il tempo giusto per aprirsi, e quando succede è così bello da guardare perché tutto il suo corpo si distende. Se ne accorgono tutti in corsia.
Inizio sempre il trattamento dalla sua destra e cerco di ritornare lì, da dove sono partita. Sapete già cosa penso a proposito dei cerchi: dove si spegne un'esperienza se ne accende una nuova. Non c'è fine, non c'è inizio. Poi lo faccio così, perché cerco di rispettare un ordine. Abbiamo praticato insieme per quasi due anni. Ogni settimana. Anche Anna nel frattempo ha frequentato un piccolo corso di Shiatsu. Quando Mario se n'è volato via anche io me ne sono andata in un altro posto. Mi è sembrato così di seguire un ordine... l'ordine naturale delle cose.
(Fondazione Don Gnocchi, Istituto Palazzolo, Milano 2012-2013)
Rosina Bagnato

UNA REALTÀ POSITIVA

Mi chiamo Antonio, lavoro come tecnico sanitario di radiologia.
Voglio raccontarvi di un pensiero concretizzatosi in una realtà positiva e con fiduciose prospettive per il futuro.
Un po' di tempo fa mi capitò di parlare con il Primario dell'U.O. riguardo la possibilità di offrire qualcosa in più ai pazienti che si trovavano a trascorrere, a causa della loro malattia, del tempo in reparto. Nonostante fossimo due persone ideologicamente distanti, siamo sempre stati aperti al confronto e allo scambio reciproco, riuscendo a creare una buona sinergia duratura nel tempo. Un giorno lei mi chiamò e mi chiese se era possibile trattare con una seduta di Shiatsu una sua carissima amica che stava vivendo un disagio importante. Al fine di alleviare la sua ansia e offrire un po' di conforto, acconsentii di farlo.
La persona che ho trattato era una donna veramente straordinaria sia per la profondità della sua fede, sia per l'equilibrio interiore che trasmetteva per la consapevolezza di quanto stava vivendo. Questi valori le hanno permesso di accettare la malattia e i suoi disagi, ma soprattutto di accettare il suo ultimo viaggio serenamente.
Qualche tempo dopo, in occasione del decimo anniversario del servizio di radioterapia, venne promosso un concorso di idee affinché l'evento avesse successo. Emersero tante





proposte e fu proprio in questo momento che mi si presentò l'opportunità di illustrare il progetto Shiatsu-Do. La mia responsabile prese in esame con grande entusiasmo l'iniziativa, sino ad appoggiarla con fiducia. Sino ad ora, sono stati "donati" più di 200 trattamenti e non solo a pazienti, ma anche a operatori sanitari. Ringrazio personalmente la dottoressa Scorsetti e l'amministrazione che hanno creduto nel progetto e continuano a sostenerlo. Un ringraziamento particolare a Rosina Bagnato per la sua caparbietà nell'appoggiare l'iniziativa, a Wafa per aver creduto nel progetto e nell'assiduità della sua presenza e, non in ultimo, agli amici dell'Associazione Shiatsu-Do Volontariato.
(Istituto Humanitas, Rozzano - Milano 2013-2015)
Antonio Modugno

UNA GOCCIA DI PIOGGIA

Per esserci il giovedì organizzo tutta la mia giornata già dalla mattina. Corro a prendere il treno per Milano dove ho appuntamento con Rosina ad una fermata della metro. Da lì proseguiamo insieme sino a Rozzano. I nostri ukè sono persone speciali, perché loro stanno attraversando un periodo difficile.
Subito dopo il primo trattamento alcuni ci raccontano la loro storia, il loro calvario. Vai a trovare le parole! Alcuni vogliono pagare. Ma non siamo qui per avere una ricompensa in denaro. Le cose si modificano, qualcuna nel corso delle settimane si è iscritta in palestra un'altra è tornata a giocare a tennis, la signora tedesca si è rimessa a scrivere. Questa è una ricompensa enorme. E poi i loro occhi che esprimono gratitudine, indescrivibile.
Da qualche settimana è arrivato un signore, vestito in modo particolare, malinconico, leggero, silenzioso. Quando ho messo le mani per il contatto sentivo un mondo strano. Un mondo di pace. Si lamentava del dolore alla schiena e alla gamba. Ho appoggiato le mani e ha chiuso gli occhi, insieme ce ne siamo andati da qualche parte e siamo tornati...
Ho trattato come potevo, lui mi ricambia con una stretta di mani meravigliosa e accogliente. Così per gli appuntamenti successivi. Lui arriva e sereno si affida. Uscendo dal reparto incontriamo il responsabile che si congratula con noi in merito al progetto di Shiatsu. Ha fatto il nome del mio ultimo uke chiamandolo Padre, un sacerdote, "Speriamo che ce la fai Padre"...
Mi sento una piccola goccia. Insieme ad altre gocce potremmo dissetare e nutrire e il mondo.
(Istituto Humanitas, Rozzano - Milano)
Wafa Moussa

