

CUBA: 15 anni di sogni e progetti

di **Francesco Contino**

Prologo. Il suono "caluroso" richiama in italiano una situazione affettuosa, cordiale, coinvolgente, si potrebbe dire lo stesso per lo spagnolo, ma in questo caso vuol dire **un calore insopportabile…** Gerardo l'Istruttore cubano decide che faremo il viaggio assieme alla cubana, quindi coi mezzi a disposizione della popolazione. Dal Parque Central iniziamo la camminata con borsoni sotto il sole davvero spietato del pomeriggio habanero. Cammin facendo mi racconta un poco della sua vita, da cui emerge come al solito che un professionista super qualificato guadagna 50 euro al mese, quando gli avevano già offerto di trasferirsi in Angola con stipendi all'europea e **di nuovo mi invade l'ammirazione per persone come lui, che conservano ancora la passione gratuita per lo Shiatsu Do.**
Arriviamo alla fermata della "guagua" e quando arriva già strapiena, un suo spintone mi solleva dai dubbi e mi trovo catapultato e compresso. Gerardo mi suggerisce, per sicurezza, di mettere il portafoglio dentro i pantaloni, così con una mano custodisco i valori e con l'altra mi afferro alla sbarra, anche se rischi di cadere non ci sono visto la densità fisica che mi circonda. Sicuro che non potranno salire altre persone mi concentro nella situazione senza immaginare che alla successiva fermata un gruppo numeroso di persone vuole salire. Qui ricevo un'interessante lezione sulla psicologia cubana, io e qualunque altro europeo dinanzi alla visione dell'interno avremmo pensato: 'non posso salire aspetto un altro bus', ma il cubano pensa: 'la guagua è arrivata le porte si sono aperte ed io salgo'.
Questo è quello che avviene in questa e tutte le altre successive fermate, sale perfino un tizio con una specie di lettino pieghevole, episodio che avrebbe scatenato in Italia reazioni tipo *"ci fanno viaggiare in vagoni merci colpa degli extracomunitari che ci rubano i nostri posti"*, qui non influisce minimamente sull'atmosfera con battute risate ed un rilassamento condensato!

Potere del pensiero positivo alla cubana!
Arriviamo a Matanzas dove mi ospita un collega che soffre di gelosia professional. Lo consolo ascoltando tutti i suoi successi terapeutici stradocumentati anche se non hanno nulla a che vedere con lo Shiatsu Do.

L'inizio. La mattina successiva partiamo per Varadero, la guagua questa volta è confortevole, solo che non ci porta esattamente nel luogo dell'incontro, ma numerose cuadras più in là e così inizia una marcia sotto un sole già spietato. Arriviamo in un centro di formazione sportiva di alto livello; quando entriamo nel locale la sorpresa è grande perché non somiglia affatto alle foto del precedente corso: è molto più spoglio, con il classico caos di oggetti vari di cui non è facile immaginare l'uso. In questo cambio di sede riconosco un'altra caratteristica molto cubana: niente è sicuro, tutto può cambiare per decisioni ad alto livello, per noi difficilmente comprensibili, ma l'importante per Geraldo e per gli studenti presenti è che lo spazio c'è, perfino i tatami e soprattutto l'istruttore italiano. **Altra lezione di psicologia cubana: noi confronteremo la situazione attuale con quella perduta, loro la confrontano con il non avere niente e per questo sono felici.**
Iniziamo la lezione in sintonia con la loro psiche, mi sento a mio agio, spiego, divago, apro orizzonti propri dello Shiatsu Do, a poco a poco sento che si sta formando un'atmosfera davvero *calurosa* secondo l'interpretazione iniziale confermata dalla conclusione con le loro parole di gradimento per la mia partecipazione, per la pratica collettiva, con gli abbracci, la foto di gruppo ed il sincero augurio che io possa tornare presto.
Ma il *caluroso* seconda versione, quasi fosse geloso del suo momentaneo spodestamento, ci aspetta per vendicarsi quando, verso le 13, dirigendoci alla stazione degli autobus ci aspetta un lungo tragitto senza nessun riparo che mette davvero a prova la mia leggendaria capacità di accettazione e *"agotado"* come si dice in cubano. Finalmente si sentono le grida *"è arrivata la guagua"*: tutta la coda si muove rapida, attenta al rispetto delle precedenze. E qui vivo, come in un vero racconto di suspense, l'ultima emozione: l'impiegata annuncia che è rimasto solo un posto e davanti a me ci sono ancora due persone! Un'onda di panico mi assale alla prospettiva di fermarmi altre ore in attesa, però questa volta il racconto ha un lieto fine, le due persone sono una coppia e non possono separarsi. Così con l'ultimo biglietto salgo in un bus questa volta super europeo e ritorno a La Habana.
Della mitica Varadero, delle sue famose attrattive, mi porto non solo il ricordo del suo sole davvero degno delle locandine pubblicitarie, ma anche il ricordo di un altro splendido incontro di Shiatsu Do con giovani che fra poco potranno offrire lo Shiatsu proposto da anni con i progetti dell'Associazione di Volontariato Shiatsu Do.
Infine, ricordando Geraldo e le condizioni della sua vita che non spengono le sue passioni, e vista la diffusa retorica cubana di distribuire diplomi e medaglie a presunti eroi nei campi più variegati, mi viene da pensare, per smitizzare un poco, che lui, come tante altre persone incontrate nella storia dello Shiatsu Do cubano, meriterebbe un distintivo come **eroe dello Shiatsu Do a Cuba. Sicuramente merita la mia ammirazione affettuosa.**

La conclusione. Arriva il giorno della conclusione del corso e della consegna degli Attestati, redatti grazie all'accordo tra la Catedra Teraupetica Yamabushi Ryu Nimpo, organizzatrice e responsabile del corso e l'Associazione di Volontariato Shiatsu Do. Il caso vuole che questo incontro avvenga pochi giorni dopo il devastante passaggio dell'uragano Irma: l'uscita principale da La Habana è ancora inagibile, il viaggio si snoda per un tragitto alternativo che permette di verificare almeno in parte i danni, in particolare a Varadero che, essendo la meta più importante del turismo a Cuba, è già in visibile recupero. Ovviamente la palestra dove si svolge il corso è inagibile, per cui c'incontriamo in una delle postazioni dei massaggi sulla spiaggia. Subito mi colpisce la mancanza di lamentele e di resoconti personali: incosciente saggezza o abitudine cubana ai cicloni? Chissà! Forse una miscela che permette però d'entrare subito nell'atmosfera idonea.
Come è mia abitudine mi concedo una riflessione: *prendendo spunto dall'esperienza con gli anziani - cito Krishnamurti - mettiamo a fuoco uno degli aspetti per me fondamentali dello Shiatsu Do, il dialogo che si instaura tra il corpo di uke carico della memoria del passato e quello che grazie alle pressioni rilassate si apre al presente riscoprendo la vitalità e generosità della vita.*
I loro volti non trapelano sconcerto o diffidenza, vista la loro esperienza con turisti desiderosi solo di rilassarsi all'ombra del sole caraibico, a conferma che il messaggio dello Shiatsu Do, anche se con consapevolezze diverse, viene recepito. A conferma cito stralci dello scambio di opinioni.
... praticarlo non solo rilassa le persone ma anche chi lo esegue, è un'esperienza unica che tutti dovrebbero poter ricevere...
… c'era molta confusione riguardo allo Shiatsu non avevamo una metodologia ora abbiamo una sequenza, tutti sono soddisfatti non solo i clienti ma anche noi studenti perchè ci siamo scambiati i trattamenti...
... per me è stata un'esperienza molto importante perchè oltre a relazionarmi coi miei compagni, coi clienti si stabilisce una unità ed armonia come se fossimo una sola persona, ne avevo sentito parlare ma non avevo idea, ora lo posso utilizzare nel mio lavoro, lo pratico in famiglia anche con i bambini...
... questa esperienza ha cambiato la mia vita, lo Shiatsu Do non ha nulla in comune con gli altri massaggi, sento di possedere uno straordinario strumento, non avevo mai immaginato di vivere un'esperienza come questa...
Infine la cerimonia per me sempre coinvolgente della consegna degli Attestati, degli abbracci, delle foto e della promessa a proseguire lo studio e la pratica dello Shiatsu Do.
Dell'esperienza cubana così dilatata nel tempo e così intrecciata alla mia vita mi hanno sempre sorpreso alcuni episodi, senza importanza per la mente, che in seguito grazie alla teoria della complessità o alla magia della vita, si sono rivelati fondamentali per lo sviluppo del progetto come cicli e/o ritmi degli eventi davvero imprevedibili.
Ricordo che il primo corso di Shiatsu Do si svolse nell'Università della Quinta de los Molinos dove la promotrice cubana, Norma Raisa Furet, titolare della cattedra di tecnologia nucleare, s'inventò letteralmente una cattedra di Turismo per poter inserire lo Shiatsu Do. Dopo 14 anni lo Shiatsu Do è entrato, con tutte le sue caratteristiche originali, nell'ambiente più rinominato del turismo cubano incontrando il favore e il riconoscimento di operatori professionali. Il perchè di questi corsi e ricorsi non saprei dirlo, **mi piace pensare che lo Shiatsu Do cubano sia come la vita, dove esperienze, incontri, letture dimenticate nel passato continuano ad essere presenze invisibili, per manifestarsi inaspettati a conferma che l'energia non svanisce ma solo si trasforma.**

tel 02.29.40.40.11• fax 02.29.51.01.34
e-mail: segreteria@accademiashiatsudo.it • www.accademiashiatsudo.it