

Con-Tatto

Un'esperienza di volontariato all'interno della casa circondariale Don Bosco di Pisa

di **Luca Giacomelli**

"Con-Tatto" è il titolo del progetto presentato al direttore del carcere di Pisa. È passato più di un anno e mezzo da quando mi chiesero di individuare una struttura dove svolgere la mia pratica per il quarto ed ultimo anno di formazione come operatore Shiatsu presso la sede di Firenze di Accademia Italiana Shiatsu Do. Pensai subito ad un luogo dove la mia pratica potesse essere rivolta al sociale e così decisi di proporre un progetto da svolgere all'interno di una struttura detentiva.
All'inizio pensai di rivolgermi ad un'associazione che conoscevo, la quale da molti anni porta molteplici iniziative all'interno del carcere e svolge diverse attività di volontariato. Questo canale però non si rivelò fruttuoso, nel senso che non riuscii a parlare con i dirigenti dell'associazione per poter presentare la mia idea; allora pensai di provare a chiedere al Garante dei diritti dei detenuti della città di Pisa.
Quest'ultimo mi consigliò di sentire direttamente il capo area pedagogica della Casa Circondariale Don Giovanni Bosco. Fu così che, dopo diversi tentativi di contatto telefonico, mi decisi a scrivere una mail alla dottoressa Di Lorenzo che da subito mostrò disponibilità ad ascoltare quale fosse la mia idea.

IL PROGETTO

Ci volle qualche settimana ancora prima di riuscire ad avere un colloquio con la Di Lorenzo e una sua collega; in quell'occasione ebbi l'opportunità di mostrare loro cosa fosse la pressione Shiatsu, di spiegare il modo in cui si svolge un trattamento e fu così che intrapresi l'iter per consegnare al Direttore la mia

tel 02.29.40.40.11• fax 02.29.51.01.34



richiesta. Erano passati ormai diversi mesi da quando avevo cominciato a pensare a questo progetto ed il titolo che scelsi fu appunto "Con-Tatto". La ragione di questo titolo sta in diversi elementi, primo fra tutti l'aspetto della delicatezza con la quale a mio avviso è necessario entrare in relazione con la persona che si sottopone al trattamento, ma allo stesso tempo anche con l'ambiente in cui si va ad interagire.
Arrivammo al mese di giugno 2018 e con la dottoressa Di Lorenzo, dopo aver ottenuto l'autorizzazione da parte del Direttore, organizzammo una mattinata di presentazione del progetto alla quale parteciparono moltissimi detenuti. Da quel momento alcune problematiche impedirono di iniziare subito con i trattamenti offerti ai detenuti e iniziai a fare la mia attività di volontariato solo nel settembre 2018. Fu così che arrivammo finalmente al primo incontro.
Ero piuttosto emozionato, non sapevo come funzionasse un carcere, non sapevo come dovessi comportarmi. Per fortuna ho sempre al mio fianco la mia cagna guida, Uva, che pazientemente mi indica ogni ostacolo di fronte al quale ci troviamo. Infatti solo per raggiungere l'area in cui si svolgono i trattamenti, dobbiamo attendere l'apertura di molteplici cancelli. Inoltre, dopo il primo cancello dobbiamo lasciare i nostri effetti personali e non è possibile utilizzare i telefoni cellulari o apparecchi simili. Anche queste operazioni per me erano del tutto nuove, ma nel giro di qualche tempo mi sono abituato e, anche grazie all'aiuto di Uva, adesso ho la possibilità di muovermi in maniera praticamente autonoma fino alla stanza dei trattamenti.

UN BUON INIZIO

Quello che devo dire mi ha messo subito a mio agio è stata la relazione con i ragazzi che hanno scelto di ricevere il trattamento. Non è stato semplice inizialmente raggiungere un buon livello di serenità e rilassamento da parte mia e dei miei riceventi, perché la stanza si trova di fronte a un corridoio piuttosto trafficato e all'interno del carcere ci sono molti rumori che non facilitano la calma e il rilassamento, ma devo dire che dopo le prime sedute la qualità dei trattamenti ha iniziato a prender corpo. I ragazzi hanno iniziato a conoscermi e a conoscere lo Shiatsu, hanno iniziato ad ascoltare ed ascoltarsi. Con la calma e con il tatto, anche in questa seconda tappa del percorso che voglio raccontarvi, si è aperta una breccia di aria fresca anche all'interno di un ambiente difficile come può essere quello di un carcere.
Inizialmente non riuscivo a fare tanti trattamenti anche perché soltanto il procedimento per chiamare i detenuti richiedeva un bel po' di tempo e non potevo stare più di tante ore all'interno della struttura. Con il passare dei giorni, invece, si è consolidata la pratica e molto spesso sono i detenuti stessi a chiedermi di poter tornare il lunedì successivo: nonostante io li faccia chiamare, loro sono già pronti che aspettano la chiamata da parte della guardia penitenziaria che si occupa di questo compito.
Molto spesso mi descrivono i loro stati d'animo e mi raccontano di aver avuto dei miglioramenti dopo il trattamento; io grazie a loro ho imparato a raggiungere un maggior livello di serenità interiore anche in un contesto non strutturato per queste pratiche, come è invece lo studio in cui quotidianamente la-

Una testimonianza

"Qui in carcere ci sono tante attività da svolgere che sono state programmate dall'area educativa: laboratori di informatica, di pittura, un laboratorio teatrale, il coro, la scuola alberghiera. Oltre a questi c'è pure il massaggio giapponese Shiatsu. Per praticare questa cosa, ogni lunedì viene un ragazzo non vedente, accompagnato da un bellissimo cane.
Il corso si svolge in una sala che si trova vicino alla biblioteca. Lui mette in terra un materassino da palestra dove viene fatto sdraiare il paziente. E si inizia il massaggio, vestiti, in tutto il corpo; le sue mani sono molto preparate, conoscono ogni parte del corpo umano.
Il cane è come se non ci fosse: si mette comodo sotto una scrivania e non si muove per tutta la durata del massaggio, cioè circa 50 minuti. Ogni volta che il massaggio finisce io mi sento sollevato e sto bene". *Carletto*



voro. Dopo la conclusione delle ore di pratica necessarie per conseguire l'attestato di partecipazione al IV anno di formazione Shiatsu, nel mese di aprile 2019 ho inoltrato un'altra richiesta al Direttore per poter proseguire con l'attività di volontariato e, dopo qualche settimana di pausa, ho ripreso a fare i trattamenti.

NON GIUDICARE

Oggi i detenuti che richiedono di poter partecipare a questo percorso sono sempre di più, tanto che molto spesso devo dire: "Guarda purtroppo siete in tanti e quindi possiamo vederci solo una volta ogni due settimane". Spero che in futuro altri operatori vogliano aiutarmi ad offrire un maggior numero di trattamenti all'interno di questo contesto, perché portare questa pratica laddove il disagio è maggiore rispetto alla quotidianità a cui solitamente ci troviamo di fronte, è a mio avviso un grande valore umano e coglie in profondità l'aspetto del benessere. Fulcro della nostra disciplina è infatti favorire il raggiungimento di un maggior benessere, indipendentemente da quale sia la condizione di partenza.



Non è facile descrivere a parole tutte le cose che ho potuto imparare dall'esperienza fin qui fatta, ma un aspetto vorrei provare a descriverlo, ovvero il non giudizio. Per me il tema del giudizio è qualcosa che ha sempre avuto a che fare con una critica a me stesso e all'ambiente che mi circonda.

Relazionarsi invece ai miei Uke, indipendentemente se vengano in studio o in una fiera o in un carcere, semplicemente da essere umano ad essere umano, mi ha permesso di ridimensionare l'importanza del giudizio, che nella mia vita ha sempre ricoperto un ruolo piuttosto ingombrante.

Durante il trattamento Shiatsu non si parla, non è necessario, si ascolta e si percepisce attraverso il contatto che si instaura tra i due partecipanti, l'operatore e il ricevente (Uke). Questa pratica mi ha portato ad alleggerire aspetti più razionali e culturali ai quali il giudizio si trova ancorato e a raggiungere una maggiore profondità nella percezione dell'altro nella sua umanità.

Vorrei ringraziare prima di tutti la dottoressa Di Lorenzo che mi ha accolto fin dal primo momento, anche se non conosceva affatto lo Shiatsu, e concludendo, vorrei ringraziare Carlo, un detenuto che ha avuto la volontà di scrivermi un commento sulla pratica Shiatsu dal suo punto di vista, che potete leggere nel box di pagina 91.

L'autore

Luca Giacomelli, ha frequentato il Percorso Formativo per Operatore Shiatsu presso Accademia Italiana Shiatsu Do. Attualmente lavora come operatore Shiatsu a Calci (Pi).