

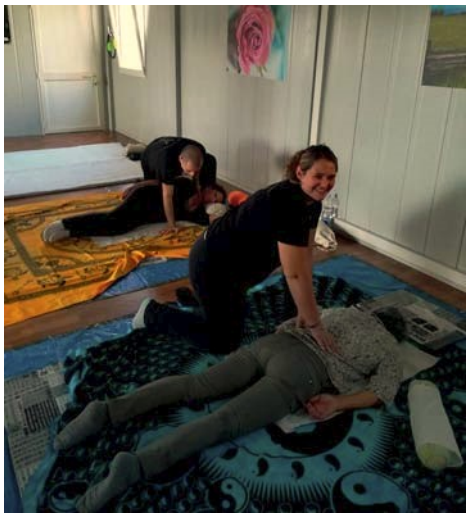





Shiatsu per Amatrice

Appello a unire le forze per espandere il progetto di solidarietà nato nel 2017 a supporto del tessuto sociale di Amatrice, per ricostruire il senso di comunità anche con l'aiuto di tutti i professionisti DBN

di **Valentina Guzzardo,** giornalista professionista medico-scientifica

"Dopo quasi tre anni le macerie sono ancora lì. Il silenzio per strada pare diverso, più profondo. Un vuoto che, oltre a espandersi per quei luoghi quasi disabitati, ti entra dentro e risuona. Gli abitanti del luogo vivono ancora nelle baracche, casette prefabbricate a schiera come si vedono nei camping...". È così che Antonella Cerchier, operatrice Shiatsu, descrive Amatrice, Comune in provincia di Rieti, nel Lazio, distrutto durante il sisma che colpì il centro Italia nell'agosto 2016. Antonella è stata ad Amatrice a giugno di quest'anno a offrire trattamenti Shiatsu alla popolazione insieme ad alcuni colleghi nell'ambito del progetto *Shiatsu per Amatrice*.

L'operatrice Michela Pasqualetti - anima dell'iniziativa, che avviò nel luglio 2017 a sostegno del tessuto sociale duramente provato - ha espressamente scritto all'Associazione Professionale APOS per un'azione corale di coinvolgimento degli operatori Shiatsu così da incrementare il numero di professionisti al servizio, "soprattutto quando arriva la cattiva stagione, si parla di due metri di neve d'inverno in quelle zone! Lo so bene perché c'era proprio questo clima inospitale quando decisi di prendermi una settimana di ferie per recarmi lì e capire come poter portare un aiuto tangibile".





LE ORIGINI DEL PROGETTO

"Fu necessario aspettare la fine di quell'inverno glaciale che mise ancora di più a dura prova la popolazione e la fattibilità logistica del progetto, visto che la neve bloccava tutto e tutti. Arrivammo così a metà maggio - racconta Michela - quando, a causa della trasferta della squadra della mia città (Terni), mi recai ad Ascoli. Avevo ancora nella mente, scolpite in modo indelebile, le frasi pronunciate alla radio dal sindaco di quel tempo, Sergio Pirozzi: 'Amatrice non esiste più' e 'Non ci lasciate soli', ma quando arrivai lì mi resi conto di quanto tutto quello che fino ad allora avevo visto in tv e sul web fosse ben poca cosa. Percorrendo le strade del cratere, infatti, mi si stagliò davanti agli occhi uno scenario ben più apocalittico e il desiderio di portare i benefici dello Shiatsu tra quelle persone si riaccese più vivo che mai. Una volta superate le difficoltà iniziali per prendere accordi e trovare un luogo fisico e una volta giunti alla famosa data stabilita per attivare il progetto, fu necessario fare i conti con la realtà di un paese allo sbando, con persone che non avevano la minima idea di chi fossimo e di quale fosse il nostro ruolo. Di tanto in tanto si avvicinavano al container della Caritas nella speranza di prendere il pane fresco. E trovavano noi che stavamo lì a spiegare il senso dell'iniziativa e della nostra presenza. Questo scetticismo iniziale ci spinse a fare una sorta di 'porta a porta' per spiegare e promuovere il nostro lavoro. Un'idea vincente che non tardò a dare i suoi frutti. Presto tutto cambiò. E non parlo solo del fatto che sempre più gente iniziò a provare i benefici dello Shiatsu sia a livello fisico che psicologico, ma si trasformò qualcosa anche dentro noi operatori nel vedere quanta fiducia, affetto e speranza ci venivano donati. Come poter dire no a persone che guardandoti con gli occhi lucidi, mentre ti ringraziavano ti dicevano: tornerete vero? Non ci lascerete soli anche voi? Ci bastò uno sguardo tra di noi per rispondere: non lo faremo!".

LA SITUAZIONE ATTUALE

"Siamo giunti alla fine del secondo anno della nostra attività sul territorio di Amatrice, dove ci rechiamo con cadenza mensile per portare il nostro contributo - continua Michela -. Le date vengono concordate già a gennaio per tutto l'anno con la Caritas di Rieti, la quale ci mette a disposizione i locali, che vengono poi utilizzati anche per altre attività. Fino ad ora abbiamo adottato un sistema che prevede la nostra presenza da ottobre ad aprile per un solo giorno, la domenica, e da maggio a settembre di un giorno e mezzo, il sabato pomeriggio e la domenica. Amatrice conta sessantanove frazioni e a ogni appuntamento fino a ora abbiamo offerto tra i 30 e 45 trattamenti circa, quindi direi che la risposta è più che buona, ma si può senza dubbio fare sempre meglio. Un maggior numero di operatori offre sicuramente garanzie più solide affinché il progetto possa continuare, sia perché alleggerisce il carico di lavoro e sia perché consente l'alternarsi ciclico dei professionisti al servizio".

PROPOSTE PER IL FUTURO

Si potrebbero attivare occasioni d'intrattenimento culturale che attirassero persone per far girare di

Chi sono i volontari di Shiatsu per Amatrice?

Ogni operatore DBN può diventare volontario per Amatrice, dando sostegno alla rete avviata con lo Shiatsu. Basta condividerne i valori: la relazione, l'incontro, l'attenzione all'altro, l'ascolto, il contatto. E rispondere alla chiamata del cuore. "I volontari di *Shiatsu per Amatrice*, risponde Michela, sono operatori che provengono da diversi stili, scuole e città, uniti da un unico scopo: quello di aiutare a far vivere un momento di benessere a gente sfortunata che, nel giro di qualche minuto, ha perso sia i propri cari che tutto ciò che aveva costruito con i sacrifici di una vita. Siamo andati ad Amatrice con entusiasmo e abbiamo portato a casa ogni volta tanta ricchezza interiore. Nonostante la stanchezza di una lunga giornata di lavoro, si prova sempre un certo senso di tristezza nel lasciare quei luoghi e quelle persone, tanto che ogni volta si fa un conto alla rovescia fino al prossimo appuntamento, e questo vale sia per gli operatori che per i riceventi. L'emozione che si prova nel ricevere quel 'grazie di ciò che fate per noi', quell'abbraccio dopo il trattamento, quello sguardo di riconoscenza... è semplicemente indescrivibile. Sono persone che - nonostante abbiano perso tutto e si sentano 'abbandonate' dal sistema e sfiduciate per ciò che riguarda il futuro - sanno come dimostrare riconoscenza sincera per quel piccolo grande aiuto che il trattamento è riuscito a donare loro saltuariamente. In una società dove è sempre più raro trovare chi sappia ringraziare con sincerità, dire 'per favore' o 'scusa', quando questo accade ha un valore ancora maggiore: è una perla rara e come tale va custodito e conservato gelosamente".

nuovo l'economia dei territori offesi dal sisma, ma prima di tutto è prioritario ricostruire il tessuto sociale e il senso d'identità. In questo senso, l'aiuto dei professionisti DBN può davvero fare la differenza. Se n'è parlato a L'Aquila il 19 luglio scorso, quando il CoLAP - Coordinamento Libere Associazioni Professionali - ha lanciato il primo di una serie di appuntamenti nel paese - *#Cresceilterritorio* - in cui è emerso quanto i professionisti associativi possano contribuire dall'interno a ricostruire e cementare il senso di comunità e rivelarsi uno strumento d'intervento utile ed efficace in situazioni di estrema criticità quali quelle vissute dalle persone residenti nelle tendopoli dopo il terremoto. Durante il proprio intervento, l'operatore Lorenzo Bonaiuti ha raccontato dell'esperienza modello di Pianola, piccolo villaggio vicino a L'Aquila, vissuta in prima persona nel 2009: trentacinque operatori, un mese di volontariato, quindici ore di lavoro al giorno su turni, più di ottocento trattamenti ricevuti nelle tendopoli da persone di tutte le età, compresi i volontari presenti sul posto dal giorno del terremoto e a forte rischio burnout. Il progetto *La Tenda Bianca* è stato attuato di concerto con la Protezione Civile, che ne ha verificato e sancito l'utilità, affiancandola agli interventi di psicologia dell'emergenza. Bonaiuti ha parlato di geografia emotiva del territorio "che non può essere solo centri commerciali e cantieri, ma anche grida di bambini e famiglie, studenti, piccole botteghe, relazioni sociali".



"Tutto questo ora a L'Aquila manca e l'associazionismo, il Terzo Settore, la cultura - se vissuti dalle Istituzioni come una risorsa - possono giocare un ruolo importante per ricucire il tessuto di comunità e disinnescare i conflitti sociali e familiari conseguenti al trauma del sisma. Il contatto Shiatsu - ha proseguito Bonaiuti - è veicolo per ricostruire l'armonia, che può tradursi in pensiero di ricostruzione capace di unire la funzionalità al 'bello' e al senso sociale del bene comune. Il Rinascimento di cui tanto si parla era tale perché bello, buono e utile erano insieme. Quando si separa l'utile da ciò che è armoniosamente bello si sgretola l'unità della persona. E lo Shiatsu contribuisce a questa unità". Concetti su cui lavorare concretamente, con le mani di chi ricostruisce le mura e di chi tratta il corpo per 'ricostruire' il cuore, che serve a ricominciare.