

10 anni insieme... nel dare e ricevere

Gli Amici dello Shiatsu: con il cuore per la vita

a cura di **Maria Dolores Brunello** e **Monica Cicotto**

Raccontare il percorso che è stato fatto in dieci anni risulterebbe assai difficile. Non si può esprimere in pochi paragrafi la vita passata. Il Villaggio San Paolo, con lo spazio *Amici dello Shiatsu,* è una bolla senza tempo. Cambiano gli ospiti, gli operatori vanno e vengono, cambiano i luoghi ma lo spirito rimane lo stesso. Contatto, scambio, amore, amicizia e aiuto sono il motore per un lavoro cha da anni si sussegue.
Questo scritto vuole raccontare, attraverso alcune testimonianze, il segno che l'associazione Shiatsu-Do Onlus ha lasciato e che, lo sappiamo, lascerà ancora. Che siano, quindi, le parole e le immagini a esprimere le emozioni che comprovano e rispecchiano ciò che lo spazio *Amici dello Shiatsu* ci ha donato.
Il 2019 è stato per **Voicu Bulz** il settimo anno consecutivo al Villaggio San Paolo: i primi due come volontario giovane del Villaggio e il terzo come dipendente. È proprio quell'anno, il 2014, che ha cominciato ad avvicinarsi alla disciplina dello Shiatsu. "Cominciai gli studi - ricorda - e l'anno successivo ero volontario, ma questa volta come operatore Shiatsu-Do: una bolla di benessere dove la persona che riceve e l'operatore entrano in connessione...".
I sentimenti sono anche alla base della testimonianza di **Antonio Modugno.** Per riprendere le sue parole, al Villaggio San Paolo Cavallino "si sperimentano emozioni uniche e irripetibili: umanità, amore, gioia di vivere trasmesse da persone, bambini che hanno tutto il diritto, spesso negato, di vivere una vita da persone normali"; e tutto ciò porta Antonio a chiedersi: "ma cosa intendiamo poi per normali?".
Francesca, che frequenta da tre anni il Villaggio San Paolo con suo marito Damiano con una disabilità dovuta a una malattia genetica, osserva che il giovamento che suo marito trae dal trattamento Shiatsu non è solo a livello fisico. "L'energia che si risvegli grazie al tocco - dice France-

tel 02.29.40.40.11• fax 02.29.51.01.34









sca - può essere più o meno intensa, ma mai negativa". E conclude che il karma può essere definito così: "Fai star bene l'altra persona, anche solo per mezz'ora, anche solo per pochi minuti"; prosegue Damiano "...forse è questo che, in fondo, regalano (e si regalano) gli *Amici dello Shiatsu* agli ospiti del San Paolo: la riscoperta del benessere e del piacere che anche un corpicino più o meno improbabile può offrire (imparando ad ascoltarlo e assecondarlo) a chi ne riceve, il più delle volte, frustrazioni e fastidi".

ENTRARE IN ARMONIA

La sensazione che si prova, e che viene messa in atto dalle relazioni che si instaurano tra persone è descritta da **Raffaella Franceschini** con queste parole: "è entrare in armonia con qualcuno che si affida a me, che crede in me, crede nelle mie abilità e nelle mie conoscenze, crede nei benefici del trattamento o forse solo spera di trovare un po' di pace, sollievo e serenità ma in ogni caso si fida e mi chiedo se, effettivamente, ho e sono tutto questo, se riuscirò a essere all'altezza della situazione, se non sono troppo presuntuosa, se merito questa fiducia e se sarò in grado di fare qualcosa per lui, come lui certo ha già fatto per me".
La medesima sensazione è descritta, seppur con parole diverse, da **Filippo Poggio** che frequenta da molti anni il Villaggio San Paolo al Cavallino, e che ringrazia i volontari non solo per avergli alleviato "alcuni disturbi e dolori articolari, in particolare alla schiena e cervicali", migliorando "la mobilità delle artico-

L'attività in cifre

L'attività si è svolta dal 1 giugno al 9 settembre 2019, per totali 99 giorni di pratica.
62 gli Operatori Volontari, con un totale di 584 presenze.
Totale Trattamenti offerti: 2.900.
Si ringraziano gli ospiti del Villaggio e gli Operatori Volontari per le loro testimonianze.









lazioni delle spalle", ma anche per aver favorito "uno stato di rilassamento psicofisico", grazie a "un clima sereno, veramente familiare e rilassante".

Annie Tagama sente "l'angolo dello Shiatsu" come uno spazio ritagliato dentro il Villaggio San Paolo: uno spazio "molto frequentato, che ci è particolarmente caro". Eccolo così descritto: "Un po' di materassini in terra sotto un tendone che ci ripara dal sole. Lì viene praticato lo Shiatsu, una tecnica che procura un grado di benessere psicofisico senza eguali".

Annie parla sulla base dell'esperienza di suo figlio Roman e degli "altri suoi speciali amici che giornalmente grazie agli *Amici dello Shiatsu* beneficiano di questa pratica".

CORPO E SPIRITO

Anche Annie sottolinea il legame tra benessere del corpo e dello spirito. Parlando di suo figlio e dei suoi amici dice infatti: "Il loro corpo si rilassa, le tensioni si attenuano, controllano meglio i movimenti, sono più sciolti ed un sorriso, eloquente più di qualsiasi altra parola, ci rassicura che lo scopo è stato raggiunto...".

Sente un beneficio sia chi riceve sia chi pratica lo Shiatsu, anche perché a volte i ruoli possono sorprendentemente scambiarsi. **Biagio Auditore** ricorda, ancora emozionato, quando un bambino di due/tre anni si è rivolto agli operatori chiedendo un trattamento: non di riceverlo, ma proprio di farlo lui. Scelto Biagio, il bambino ha cominciato a imitare quello che aveva visto osservando suo papà. Così il venerdì sera sia bambini che adulti hanno cominciato a sperimentare lo Shiatsu praticato, i piccoli sotto forma di gioco, le mamme e gli ospiti, invece, approfondendo la qualità del contatto Shiatsu: "un'esperienza - conclude Biagio - incredibilmente coinvolgente e di grande arricchimento per tutti, che regala ogni volta grandi emozioni e sempre nuove sensazioni."

Questo episodio illustra bene perché da sette anni sia attivo un laboratorio Shiatsu, un angolino, nato quando tre bambini si avvicinarono imitando i gesti degli operatori. Da allora ogni settimana si tiene un piccolo momento divulgativo di pratica dove si cerca, in maniera semplice, di avvicinare gli ospiti a quello che è lo scopo più importante dello Shiatsu: "il contatto - scambio con l'altro".

tel 02.29.40.40.11• fax 02.29.51.01.34