

La schiena sulla terra e le gambe nell'aria...

Una esperienza di volontariato fra "le Rose"

Silvia Clara Mori



Quest'esperienza di volontariato nasce dall'impatto profondo, emozionale ma non solo, che ha avuto su di me lo spettacolo prodotto dai "ragazzi" e dagli educatori di una cooperativa sociale. Invitata da una di loro, ho osservato come queste persone, emarginate dalla società e segnate da un "diverso" inquietante, il ritardo mentale, la disarmonia psichica, emergevano sulla ribalta nella loro bellezza e unicità.

Intuivo il lavoro attento e paziente che c'era dietro, il sostegno incondizionato, come nella nostra pratica shiatsu! Allora si sono intrecciati i fili delle proposte e ad ottobre un gruppetto di sei operatori shiatsu ha incontrato gli operatori sociali e i "ragazzi" (metto le virgolette perché in realtà sono adulti, ma, come li presentava una delle educatrici, "menti bambine dentro grandi corpi adulti").

Doveva essere un primo approccio, a me che piace comunicare sul futon ho proposto di incontrarci anche subito sulla pratica... c'era curiosità reciproca... E' stato tutto così semplice ed immediato. Srotolare i nostri futon nella calda "stanza della musica" e iniziare un dialogo senza parole che si è andato volta per volta approfondendo, ampliando, in un continuo rinnovarsi e riannodarsi.

Siamo andati un pomeriggio alla settimana alla cooperativa, con curiosità e desiderio, offrendo la nostra pratica nella sua essenzialità e ricevendo tantissimo. Abbiamo potuto avere accesso ad una dimensione umana diretta e vibrante, riscoprendo la ricchezza dello shiatsu, di quanto questa nostra pratica possa permettere un'interazione, una relazione tra esseri umani, al di là delle parole e dei ruoli sociali.

Il tocco è possibilità di comunicazione profonda lì dove il linguaggio non arriva, lì dove il linguaggio incespica,

a volte impedito, ridotto a poche parole, con sonorità ed espressioni proprie, particolari.

Attraverso il contatto shiatsu ci siamo immedesimati nel proporre una visione di corpo/mente positiva a chi riceve ripetutamente dalla società un'immagine di sé non apprezzata, svalutata. Attraverso la pressione offrire momenti di riappropriazione del corpo, di accettazione tramite esperienze piacevoli. Sciogliere tensioni, nodi stratificati nella postura e nell'espressività corporea spesso venata di paura, chiusura, rigetto.

Per noi, un'occasione per ritrovare quella magia dello shiatsu che si vive all'inizio, amplificata dalle possibilità che le nostre conoscenze ci hanno permesso, ed insieme anche un'occasione per sperimentare nella semplicità di un approccio diretto, con il cuore, ciò che è essenziale.

Per esempio, la meravigliosa funzione del kembiki che culla e riporta a stati antichi di abbandono e accudimento. Il lavoro sulle mani e sui piedi, che apre spiragli e poi finestre, su panorami di solitudine, di voglia di comunicare.

Il trattamento del canale centrale che fa scorrere la forza del Cielo orientando il proprio destino.

Il trattamento accurato di mani e piedi ha offerto un accesso, un progressivo allentamento e riduzione della rigidità e degli spasmi.

Nel corso dei trattamenti abbiamo rilevato come persone contratte, per le quali all'inizio era difficoltoso far girare, far cambiare di posizione, oppure solo toccare, abbiamo potuto superato grandi ostacoli aprendosi al proprio bisogno, incontrando ed attraverso il supporto e l'ascolto.

Meravigliosi ukè pronti a distendersi proni nell'attesa che le mani possano far sentire, abitare le parti del corpo... e lasciare che gli spasmi e le contrazioni diminuiscano e si plachi-

no... disponibili a cessare di porre domande ripetitive per riempire vuoti misteriosi intorno a sé, funzionali forse per poter organizzare e dare un senso al mondo...

Noi siamo cresciuti come gruppo, attraverso e-mail dopo gli incontri, scambiando dubbi, osservazioni, condividendo successi ed insuccessi... Sempre aperti al possibile...

Anche l'incontro con gli operatori sociali è stato molto fruttuoso. Fino dal primo momento, visitando il luogo ed ammirando totem e sculture che animano il giardino insieme alle decorazioni evocative presenti negli oggetti d'uso quotidiano, abbiamo percepito che il loro lavoro andava nella stessa nostra direzione, che lo shiatsu si sarebbe inserito come una tessera nel mosaico di proposte, coerente soprattutto con le modalità "a misura d'uomo" che caratterizzano questa cooperativa. Un approccio nel quale ci si muove dal cuore, si privilegia l'ascolto, ci si mette in gioco pur rimanendo nel proprio ruolo. Hanno osservato come l'appuntamento settimanale con noi dello shiatsu era atteso con trepidazione dai ragazzi, e come il silenzio e la concentrazione che si creava nella stanza della pratica, rappresentasse per loro già di per sé una risposta a un loro bisogno importante, la presenza, l'ascoltare forse... anche la crescente disponibilità nello stendersi e cambiare posizione, nell'abbandonare un atteggiamento corporeo chiuso per permettere un'apertura anche a livello posturale oltre che energetico.

Spesso anche gli educatori si sono stesi sul futon, dapprima per conoscere la nostra pratica, per poi ritrovare lì spazi per sé stessi, per districare qualche nodo, immergendosi insieme ai ragazzi nell'atmosfera della stanza dello shiatsu. A volte anche noi abbiamo avuto la percezione e la



sensazione come di un unico grande trattamento, a lenire antiche ferite, che ammorbidiva tensioni e rendeva noi shiatsuki un gruppo, un insieme, quasi come un unico antico respiro... Nel corso degli incontri tra i due gruppi, dalla persona che ci ha accolto abbiamo anche ricevuto un feedback del nostro intervento attraverso segni, piccoli cambiamenti, modalità nuove, espresse dai "ragazzi". E anche testimonianze, scritte e grafiche, dell'esperienza shiatsu. Riporto alcune di queste perché oltre che toccanti, hanno la qualità propria delle persone che le hanno espresse, come i commenti che fanno i bambini, diretti e sinceri:

"... il massaggio che fanno i massaggiatori maschile e femminile mi va bene, mi piace. A Damiano tantissimo: si mette sempre a pancia in giù, si fa dalla pancia gambe per aria che danzano. Poi da una parte, poi dall'altra. Poi la pancia verso il cielo e la schiena in terra...!"

"Mi piace essere massaggiato. Bene mi fa sentire la forza e la dolcezza"

"Con Paola mi sento bene. Con una che tocca così sto bene"

"Vado volentieri perché mi rilasso. Da Stefano mi sento bene"

"Sì!!!"

Mi piacerebbe raccontare...

di come A., che vomitava se qualcuno lo toccava, venisse a ricevere trattamenti, tossendo quando i sottili, eppur definiti, confini del suo Metallo venivano raggiunti, uscendo dalla stanza velocemente e però ritornando la volta successiva...

di come B., che dice solo qualche parola ed è tutta contratta e chiusa, con un trattamento dove ho tenuto sempre una mano sulla sua hara, si sia piano piano fidata, abbandonata, e ora si gira da una posizione all'altra ...

di come C., dall'apparenza scostante, non si dimentichi mai i calzini puliti il giorno dello shiatsu e sdraiato si permetta di guardarci attraverso le mani che intrecciate disegnano figure...

di come D., una persona down dolcissima, ci ringrazi silenziosamente baciandoci la mano dopo il trattamento...

di come E., che ogni volta si fa chiamare con un nome nuovo, provi a trattarci la schiena...

Riflessioni sullo Shen, sul destino, sui percorsi che vivono queste anime, con difficoltà così grandi.

Riflessioni sul linguaggio delle parole e su quello della pressione. E un profondo senso di gratitudine per essere partecipe di questa esperienza.

La Cooperativa "le Rose" nasce nel 1992 nella campagna intorno a Firenze e funziona come una casa famiglia diurna, offrendo varie attività (ceramica, teatro, cavalli e altro). Operatori impegnati nell'esperienza: 6, di cui 2 appena diplomate e un'insegnante. Riceventi tra i "ragazzi": 11 Riceventi tra gli educatori: 6 Durata dell'esperienza: da ottobre a maggio Frequenza settimanale: due ore Riunioni con lo staff; 3 Situazione dei "ragazzi": ritardo mentale di vario grado e tipologia, autismo, epilessia sindrome di Down,... Ringrazio dal cuore lo staff de "Le Rose" che ci ha fatti sentire "a casa". Ringrazio Anna Luigia Bresciani, Stefano Strufaldi, Paola Calamandrei, Anna Giovannelli, Ilaria Pozzi, diplomati della Scuola ShiatsuKi di Firenze, per la loro preziosa collaborazione e impegno costante e, non ultimi, i "ragazzi" che hanno reso possibile questa esperienza.