

# Altri amici

LA PRATICA DELLO SHIATSU  
NEL SOCIALE HA TROVATO  
UN VALORE AGGIUNTO

a cura di BERNARDO CORVI

La diffusione della sua pratica esercitata da professionisti seri e preparati, ha assunto un ruolo sociale di alto livello, e il risultato è la costituzione di un terreno fertile laddove la società si trova impreparata a garantire una degna qualità di vita ai più deboli. Lo dimostrano gli ottimi risultati di esperienze di volontariato Shiatsu presso strutture per anziani, tossicodipendenti, persone con disagio sociale, malati terminali, carceri.

Un'esperienza in psichiatria è una esperienza molto forte, importante. Fa cambiare tutti i tuoi punti di riferimento. Esistono luoghi dove non ti puoi attaccare alle certezze. Sia per le tecniche, sia per gli obiettivi che ti prefiggi. Questo ti insegna ad avere sempre un filo conduttore che funga da perno. Quello che, per la filosofia cinese, è rappresentato dal numero Cinque, un perno centrale: la Terra attorno al quale trovano fulcro i Quattro orienti: Est, Sud, Ovest, Nord.

Già, i "deboli", i "diversi", quelli che "fanno paura" "quelli sporchi". Dov'è che ritrovo l'asse di rotazione, in tutto ciò? Proprio loro hanno segnato la maggior parte del mio processo formativo e sono ancora loro che mi permettono di fare Shiatsu insieme.

Ogni volta che entriamo per fare trattamenti, nella struttura dove opero attualmente con progetti finanziati dal dipartimento di salute mentale della azienda Usl di Parma, le persone ci stanno attendendo. E ci sorridono. Il sorriso di un

debole, di un diverso, di una persona che fa paura. Non percepisco mai nessuna differenza nell'intensità di quei sorrisi. Sto pensando ai nostri "altri amici". Sto pensando anche alle persone che tanti anni fa hanno fatto in modo, con la loro lungimiranza, che un giorno un operatore potesse entrare in un luogo ove le persone con disagio potessero ricevere un trattamento Shiatsu.

## OLTRE IL DISAGIO

Tutto si sviluppa in un percorso. A volte impervio, a volte più luminoso. Il mio percorso è cominciato tanti anni fa all'interno di un progetto di trattamenti presso la sezione "diagnosi e cura" dell'ospedale Rasori di Parma. Lì ho cominciato a fare timidamente, con stupore, le mie prime pressioni a questi amici. Poi, senza nemmeno accorgermi di quando fosse successo, ho cominciato ad entrare in relazione profonda, ho cominciato a "sentire". Ho provato cioè che cosa si sente quando una persona si fida di te. Ho vissuto l'esperienza di "oltrepassare un confine", il confine della paura del disagio. Ma mai una volta, nella mia esperienza, ho avuto paura delle persone.

Ero entrato in quella struttura psichiatrica di emergenza con la mortificazione nel cuore. Sì, quel giorno avevo paura. Ma era soltanto la paura dell'ignoto. Ho invece trovato persone. Siamo riusciti a trattare persone che non si volevano far toccare né addirittura avvicinare. Che passavano tutta la loro giornata ad accarezzarsi i ca-



pellì, a sfregarsi le dita nel palmo delle mani. Abbiamo trattato ragazzi di vent'anni con le vene tagliate, ragazzi ricoverati qui che spronavano i loro fratelli, anche loro ricoverati, a farsi fare "un massaggio che ti stimola le gambe".

Siamo riusciti a calmare, anche solo per poco, persone che urlavano e si strappavano i capelli. Abbiamo trattato madri di ragazzi ricoverati qui, con la loro sofferenza silente. Un silenzio per non appesantire ancora di più il disagio dei figli, ma esternato nello sguardo. Uno sguardo stanco, peggio, rassegnato.

Rileggo ancora gli appunti che avevo scritto in un piccolo diario chiamato "Altri amici, piccolo diario di esperienze Shiatsu in psichiatria".

## ASCOLTARE

Non esiste un metodo per lavorare con lo Shiatsu in psichiatria. Esiste solamente il prendere coscienza. Coscienza che i "piccoli/grandi" risultati che ottieni con i tuoi amici, sono tutti assolutamente significativi.

Come si fa a seguire un metodo quando una comunicazione a volte è racchiusa nel "semplice" appoggio di una mano su di una spalla?

È così che ci rendiamo conto che possiamo stare insieme, accompagnandoci l'un l'altro per mano. Chi di noi non vorrebbe qualcuno che, quando camminiamo e ci sentiamo soli, fosse con noi? Ci ascoltasse senza giudicare, ci credesse, ci mettesse un braccio attorno alle spalle?



Non è forse questo lo Shiatsu? Ascoltare, accompagnare, non giudicare.

## TUTTO È NORMALE

Negli anni successivi i miei progetti hanno cominciato a prendere corpo. Nella struttura "Primo Maggio" di Colorno, all'interno dell'ex ospedale psichiatrico, le collaborazioni per i trattamenti agli ospiti della struttura sono diventate continuative. Rimangono sempre piccoli progetti, è vero. Al massimo ci vengono riconosciute cinquanta ore di convenzione ogni anno e questo vuol dire che non possiamo fare più di dodici incontri, due ore per ogni incontro, con due operatori. Questo non è un dispiacere, è ciò che abbiamo a disposizione. Ore importanti. Per noi e per loro. Allora ogni volta che arriviamo apriamo le cerniere dei nostri tatami trasportabili e li stendiamo a terra. Ogni volta ci inginocchiamo, seguendo la medesima ritualità. La ritualità è come una sottolineatura. La consapevolezza di qualcosa di importante che sta succedendo.

Tutti quanti arrivano nella sala dove facciamo i trattamenti. Si danno tacitamente un turno. V. è sempre la prima persona che tratto. È lei a decidere co-



sì. Anche le persone che tratta Rosi, che viene apposta da Milano ogni giovedì pomeriggio per partecipare a questa esperienza così ricca, si sono autorganizzate. Non riesco mai a capire, ma vedo che ognuno arriva nel momento esatto in cui tocca a lui ricevere il trattamento. Le persone che trattiamo non sempre si sentono bene. Una volta M. non riusciva nemmeno ad alzarsi da letto. Ma non per questo ha voluto rinunciare al trattamento. Con la sua voce flebile ha chiamato un operatore chiedendo di essere accompagnata da noi su di una sedia a rotelle.

I giorni, nelle strutture di accoglienza psichiatrica, pur trascorrendo tutti uguali, segnano differenze profonde. Non di rado succede che alcune persone che trattiamo, la volta successiva siano completamente differenti. Eppure tutti ritrovano, ogni volta, la voglia di stendersi. Qualcuno si stende in posizione prona, qualcuno di traverso, qualcuno tutto rannicchiato. Abbiamo scelto di non modificare le loro posizioni. Per trattarli modifichiamo le nostre. Abbiamo imparato, così, quanto è facile cambiare, da un momento all'altro, "punto di vista". Semplicemente.

Ogni volta, quando usciamo

dal salone diverse persone ci baciano. Nell'esecuzione di un suo Kata, V. ci accompagna sempre fino alla fine dello scalone, poi ci saluta. Rivediamo i gatti che hanno scelto di essere, anche loro, ospiti in quel luogo. Ogni volta che termino il mio lavoro sento tutto così normale. Ho trattato persone con disagio mentale, grandi sofferenti. Ho accompagnato persone alla morte. E tutto mi sembra sempre così "normale". Straordinariamente normale. Normale tanto quanto un cuore che, ritmicamente, batte. Delicatamente straordinario.