

*Non sapevo bene che cosa dirgli. Mi sentivo molto maldestro.
Non sapevo come toccarlo, come raggiungerlo...
Il paese delle lacrime è così misterioso.*

(Antoine De Saint- Exupéry - Il piccolo principe)

Un sentire profondo

di Bernardo Corvi, operatore professionale e insegnante di Shiatsu

Dopo tanti anni di insegnamento e di pratica nell'ambito della sofferenza e grazie all'incontro di persone illuminate potremmo avere la percezione che, attraverso la pratica dello Shiatsu, si siano aperte (e si stiano continuamente aprendo) frontiere inesplorate o perlomeno analizzate, finora, solo in parte. Nonostante tutto, lo Shiatsu è una disciplina relativamente recente e, dopo quasi trent'anni di insegnamento e di pratica, sono convinto che debba ancora esplodere in tutte le sue peculiarità.

Partendo dal presupposto che questa pratica ha dato tanto alle persone che lo hanno ricevuto ma anche a quelle che lo hanno praticato, possiamo senz'altro affermare che, con la formazione di operatore, tante persone hanno trovato motivazioni di vita, scoperto nuovi orizzonti, approfondito relazioni umane spesso anche estremamente importanti. Se parliamo di persone tutto sommato serene (anche se la serenità e i suoi vari gradi sono aggettivi sui quali ci si potrebbe confrontare a lungo) la pratica è piacevole, interessante, ricca di opportunità. Le persone mediamente serene sono in grado di disegnarsi una realtà tutto sommato organizzata, permettersi svaghi e spensieratezza.

Ho iniziato a portare la pratica dello Shiatsu, fin dai primi anni del mio percorso, nell'ambito del disagio sociale; medio, grave, gravissimo. So esattamente come, anche se non so spiegare del tutto il perché, io abbia iniziato questa via ma ho riconosciuto, e le porto tutte dentro di me, le motivazioni che nel corso degli anni mi hanno fatto scegliere di rimanere per così tanto tempo in quei luoghi, dedicandovi quasi tutta la mia vita professionale; ho scelto di rimanere proprio dove avevo scelto di essere. Esiste un verbo (per me) della massima importanza, il più importante di tutti, per tutta l'umanità. Non è amare, nemmeno avere, vedere, ascoltare, mangiare. È il verbo scegliere. È il verbo legato alla possibilità, all'opportunità. Se noi consideriamo la possibilità di scegliere come una delle più importanti della nostra vita, allora possiamo comprendere quanto

sia importante una disciplina che ti permetta di indirizzare la tua vita, come se fosse posta su un palmo della tua mano, e di dirigerla esattamente dove lo ritieni più opportuno, là dove scegli. Spesso, nei luoghi dove ho portato le mie pressioni, o i miei laboratori, purtroppo ho conosciuto tanta sofferenza, demotivazione, tristezza. Spesso, troppe volte, alcune persone si ritrovano a non percepire il senso nella propria vita, non vedono un futuro, solo buio davanti a loro; e non solo.

La società stessa è pervasa da un senso d'impotenza rispetto al futuro, come una sensazione di binario morto, non solo per i giovani ma anche per genitori, insegnanti, educatori, terapeuti, magistrati, assistenti sociali. Sembra ci si sta preparando solo a un'educazione alla sopravvivenza, non all'educazione come trasmissione di valori.

Una società che troppo spesso, drammaticamente, risulta stigmatizzante, portatrice di rancore, incapace di affrontare i propri errori mentre, di contro, lo chiede spesso con crudeltà ai propri figli che hanno sbagliato.

Ebbene...La collettività deve riconoscere la propria responsabilità nei confronti del disagio. Se non ci fermiamo sulle paure ma penetriamo nei problemi, i dilemmi, spesso, diventano più comprensibili. Ma comprendiamo che anche questo, indubbiamente, è un percorso. *“Sento che non importa in che punto del processo ci troviamo. importa Essere nel processo”* mi scrive Sara, una allieva, in una sua mail. E l'importanza di quella frase è proprio quell'*Essere*, scritto con la E maiuscola, condizione che sottolinea il cambio di atteggiamento.

In questi vent'anni, attraverso la pratica dello Shiatsu, ho incontrato persone che stavano soffrendo per patologie psichiatriche, giovani che stavano affrontando faticosissimi percorsi di recupero dalla tossicodipendenza, persone che stavano scontando, o avevano già scontato, una pena reclusiva, persone affette da patologie psichiatriche autori di reato.

Perché sembra così difficile guardare una persona che ha pagato, o sta pagando, il suo debito con la società con occhi diversi? Pregiudicato ha valenza sia come aggettivo che come sostantivo. L'aggettivo accompagna il nome per inquadrarlo, sostantivo ne determina la realtà. Ma la realtà delle persone uscite dal carcere, rimarrà sempre quella di pregiudicato. Chi ha avuto bisogno di cure ed è, o è stato, ospitato in una struttura psichiatrica rimarrà per sempre un “matto”? Sono stati chiusi i manicomi con la legge 180 del 1978, ma sono state superate le logiche manicomiali? Ci sono voluti altri 40 anni per chiudere gli Ospedali Psichiatrici Giudiziari (OPG), grazie alla

legge 81 / 2014, legge che ha aperto un percorso di assistenza e di cura alle persone con patologia psichiatrica autori di reato. Si può guarire dalla pericolosità sociale? Chi è pericoloso, chi ha seguito un percorso di riabilitazione in Rems (Residenze per l'Esecuzione delle Misure di Sicurezza), lo rimane per tutta la vita? A queste domande le strutture intendono farsi garanti con iniziative che riconoscano i diritti di ogni persona: diritto all'assistenza, diritto di cittadinanza, diritti sociali.

Sto offrendo, nel mio studio, sedute di trattamenti Shiatsu a persone che soffrono. Tempo fa veniva, per ricevere i suoi trattamenti, una ragazza costantemente vittima di mobbing al lavoro per le sue continue assenze; assenze dovute alla sua patologia. Oltre alla sofferenza causata dalla malattia, chi soffre deve fare i conti sia con la mancanza di sensibilità e con il giudizio, sia con l'inadeguatezza di paradigmi adatti a coinvolgere in un ambito lavorativo le persone con afflizione. Eppure, il lavoro retribuito ha una forza sociale molto importante.

Abbiamo bisogno di un ascolto più attento verso le persone che soffrono, c'è necessità di usare il Cuore per sentire la loro sofferenza, di un sentire profondo. Abbiamo bisogno di non giudicare. Il nostro è un contatto capace di sentire. Sofisticato, consapevole, straordinario se guidato dal nostro Cuore. Prendersi cura è un concetto di umanità. Sono parole di Roberto Taverna, caro amico, una delle figure più rappresentative dello Shiatsu in Italia. In queste parole mi ci ritrovo completamente, servono per chiarire anche a me stesso l'Amore per il mio lavoro e per le persone che incontro.

Si ricuce in questo modo il senso della fiducia negli altri e in sé stessi. Un luogo dello spirito dove, attraverso il tocco dello Shiatsu, chi soffre o chi ha sbagliato potrà toccare con mano una delle caratteristiche fondamentali dello Shiatsu: il non giudizio. Mai matti, o pregiudicati, ma persone, individui degni, come ogni altro, di donare e ricevere benessere, ascolto, amore. Là, dove l'obiettivo è creare la pace (ancora grazie Roberto) lo Shiatsu ne è lo strumento. Ecco perché risulta più comprensibile quando dico nei miei seminari che lo Shiatsu si prende cura della persona ma, al tempo stesso, della comunità nella quale questa è inserita.