

Il contatto negato

Lo Shiatsu nella zona gialla-rossa



di **Roberto Pandini**

Lunedì 17 febbraio 2020 ore 19,30 corso base di Shiatsu a Lodi. Argomento trattato: i movimenti energetici. Ironia della sorte, tre giorni dopo tutto si è fermato e nulla è stato più come prima. Da un giorno all'altro siamo stati catapultati dentro un vortice di emozioni e situazioni surreali: paura - ansia - disorientamento - solitudine - tristezza - preoccupazione - rabbia - impotenza - mancanza di libertà - distanziamento sociale - supermercati come trincee.

La prima zona rossa per il Covid 19 in Italia era tutta intorno a Lodi; paesi distanti 10 km da noi non bastavano per renderci pericolosi, anzi rientravamo nella zona gialla, nonostante molti dei malati infettati da questo virus venissero trasferiti nel nostro pronto soccorso e molte persone di quei paesi continuassero a lavorare qui a Lodi. Essendo appunto una città "di confine" è stata definita da molti con l'appellativo di zona gial-

la-rossa, proprio come i colori della bandiera lodigiana.

Gestire una situazione così particolare, quando i centri e le strutture in cui lavori o tieni i corsi chiudono improvvisamente, non è stato semplice; giustamente le sospensioni delle varie attività sono state necessarie a causa dei molti operatori ed utenti che provenivano dalla zona rossa. In quei giorni così concitati abbiamo pensato subito di interrompere i trattamenti già prenotati, così come i corsi base e professionali (che si svolgono in collaborazione con le Scuole di Shiatsu Associate), avvisando tutti gli utenti della grave situazione straordinaria, rassicurandoli che li avremmo tenuti costantemente informati sull'evolversi del contesto sanitario.

Un abbraccio virtuale. Appena terminati questi frenetici giorni pieni di telefonate, informazioni e richieste di vario tipo, mi sono fermato; come

insegna la Medicina Cinese, la paura blocca, congela ed è quello che mi è successo. La colonna sonora di quei giorni era un alternarsi di sirene d'ambulanza e silenzi spettrali, dalle informazioni confuse su FB di amici e conoscenti positivi al virus di cui non si riuscivano a capire le reali condizioni e in quale ospedale fossero curati. Non riuscivo a chiamare i miei associati e gli allievi, soprattutto quelli della zona rossa, perché temevo che fosse successo loro qualche cosa di grave; questa situazione è durata circa un paio di settimane.

Quello che mi ha sbloccato, è stata una telefonata che mi è arrivata da Maicol, un amico, collega e Presidente di Apos, che con un "semplice": **"Ciao come va?"** mi ha fatto sentire compreso, sostenuto e ascoltato; un abbraccio virtuale che mi ha fatto capire che bastano poche parole che vanno da cuore a cuore, portando un pizzico di sereni-

tà e tranquillità a chi le riceve. Mi ha dato la forza di chiamare amici, soci e allievi della nostra scuola, ho avuto la conferma che le telefonate ed i messaggi su WhatsApp o FB (alcuni erano impossibilitati a rispondere) facevano loro piacere e rincuoravano anche me: ascoltare una persona amica non li faceva sentire soli (così mi hanno riferito alcuni).

Successivamente, ogni due settimane (per non essere troppo assillante), ho iniziato a richiamare gli uke per chiedere loro come stavano andando le cose sia fisicamente che moralmente, facendoli parlare un po' e ascoltandoli senza giudicare (come nostra prassi); ovviamente tutti hanno compreso la grave situazione e la giusta decisione di rimandare a tempi migliori i trattamenti.

Un po' più complicata è stata invece la gestione associativa, quella relativa ai vari corsi e seminari di aggiornamento. Valutando l'evoluzione della situazione, le diverse e confuse decisioni giornaliere che arrivavano dagli Enti preposti che ci "facevano navigare a vista", abbiamo stabilito di far slittare la ripresa di tutti i corsi al mese di settembre 2020, con la speranza di poter ricominciare con più certezze e meno limiti di distanziamenti, dispositivi di sicurezza e quanto richiesto dalle attuali ordinanze.

Abbiamo comunicato i nuovi calendari per il prosieguo dell'anno for-

mativo, così che ognuno potesse riorganizzarsi anche con gli impegni lavorativi, ed una nuova data per gli allievi che devono discutere la tesi di fine percorso; la stessa cosa è stata fatta per il seminario di aggiornamento professionale che avevamo in programma a maggio, posticipato a novembre.

L'importanza della tecnologia. Purtroppo la mia poca abilità tecnologica non mi ha permesso di fare delle lezioni a distanza almeno di MTC; personalmente, sono comunque convinto che lo Shiatsu non lo si possa né insegnare, né praticare a distanza. È vero che Masunaga negli anni '70 faceva anche corsi per corrispondenza (vedi i quattro *"Manuali di Shiatsu"*, Shiatsu Milano Editore), ma nessuno di noi è Masunaga e come mi è stato insegnato, e io a mia volta insegno, lo Shiatsu è pressione perpendicolare, portata con il peso del corpo e mantenuta, unita ad un ascolto e percezione del Qi, cose che via web non si possono fare.

Per sostenere comunque i nostri allievi in attesa della ripresa della formazione abbiamo fornito loro degli spunti in merito agli argomenti di MTC che affronteremo nei week end di settembre, così che possano incominciare a cercarli e visionarli sui vari testi a loro disposizione, per potersi avvicinare alla lezione con una preparazione più mirata e magari anche con delle domande



specifiche. Ora che la quarantena è terminata, mi sto organizzando per trovare qualcuno che mi possa insegnare ad utilizzare piattaforme per videoconferenze per poter, come detto precedentemente, almeno illustrare e rispolverare un po' di Medicina Tradizionale Cinese con i nostri allievi e associati.

Questa situazione mi ha fatto capire che la tecnologia è essenziale in questi casi e che dovrò iscrivermi ad un corso d'informatica per principianti, anche se non potrà mai sostituire i rapporti umani, empatia, socializzazione, contatto, che mai come in questo periodo ci stanno mancando; la nostalgia più grande è degli abbracci perché ti sostengono e ti consolano, un abbraccio è un gesto di affetto sincero. ■



L'autore

Pandini Roberto, operatore Shiatsu dal 2001 certificato CMT (Centro Medicina Tradizionale di Milano) ed insegnante dal 2004. Fondatore, Direttore Didattico ed Insegnante della Scuola di Shiatsu Zampeluci di Lodi ed Insegnante delle Scuole di Shiatsu Associate. Dal 2003 si occupa con lo Shiatsu di disabilità e dal 2008 anche di autismo.