



Fil Rouge

# Il senso di un'esperienza, la consapevolezza di "servire"

*Iniziativa di volontariato sociale FIS-APIS nella Terra d'Abruzzo*

*a cura di Fabio Rao, Luciano Aedesi*

**Torna A Volare**  
Con la speranza nel cuore  
libra le tue ali  
Aquila ferita nell'anima.  
Torna a volare  
a sorridere alla vita,  
il tempo e l'amore  
siano a lenire il tuo dolore.

*Maria Luca*  
*Milano 9 aprile 2009*

Il sei aprile 2009, una mattina come altre quando la primavera descrive il Bel Paese con pennellate di fresco ed un'umida nebbiolina da una parte, ed il caldo sole del sud dall'altra. Una mattina tranquilla ma che sveglia il mondo con un cattivo sapore in bocca ...

Gli orientali descrivono le prime ore del mattino, quelle che precedono abbondantemente l'alba, come "il tempo del polmone", il tempo in cui tutto ciò che è vivente accoglie in sé l'energia del creato con il primo respiro del nuovo giorno. Quella notte Madre Terra ha respirato, forte, con vigore distruttivo, con noncurante possanza, proprio dal suo addome, come ignara delle conseguenze che sulle sue creature questo mantice formidabile avrebbe procurato.

E quando il resto del paese dormiva, quando pochi iniziavano il loro turno di lavoro, gli studenti crollavano sui libri alla vigilia di un esame, quando la notte brava accompagnava alle loro case giovanotti e viveur, quando i medici del turno di notte al pronto soccorso speravano che questa passasse serena ed i poliziotti

giravano lentamente nelle auto di ronda ... in un punto preciso della terra, "Lei" ha iniziato a danzare una danza mortale, devastante ed ininterrotta, concedendo ai cuori il terrore del panico, delle ferite, delle ossa che scricchiolano e della morte, chiudendo i corpi in prigioni fatte delle stesse case che fino a qualche istante prima delle tre e trentadue minuti erano il caldo focolare domestico, la dolce alcovva, la sicura fortezza e che alcuni minuti dopo le tre e trentadue erano delle fauci aggrovigliate e cieche.

La morte ha accolto molti, troppi, tanto che ci si chiede se il destino è davvero scritto per ognuno in maniera diversa, o se tanti sono la semplice parte dell'unità. Quanto cattivo sapore in bocca quella mattina, quando una così grande "parte di noi" si era spenta soffrendo ed altrettanta lottava per sopravvivere, contando ogni secondo nel buio dei loro nascondigli, prima che picconi ed asce fiutassero la vita e la premiassero con la luce del sole. E per fortuna non faceva tanto freddo.

Ognuno di quegli esseri viventi gridava e richiamava all'appello in ciascuno di noi esseri umani fortunati (?), ogni energia residua ed il frustrante bisogno di spenderla, fino all'ultima goccia, per i fratelli che avevano danzato con la terra quella mattina del 6 di aprile. I Volontari, della Protezione Civile, dell'Esercito, delle forze di polizia e delle Armi sostenevano i Vigili del Fuoco, trattenendo il pianto e cercando il sorriso da donare a quei volti sfiniti. Subito dopo gli artigiani costruirono servizi ed oggetti da offrire a

chi non aveva più nulla. I commercianti non calcolavano gli interessi ed i guadagni quando è stato il momento di inviare le loro mercanzie a chi non poteva più acquistarle. E i Medici, e i Religiosi .. Ogni persona ha socchiuso gli occhi ed ha cercato in fondo a se stessa il proprio dono.

C'è un gruppo di persone che ha studiato e studia il miglior modo per comunicare utilizzando il mezzo più antico, il linguaggio universale e comprensibile in ogni punto del globo: il toccare.

Ci siamo chiesti, alcuni con ansia e timore di inadeguatezza, altri alimentando il dubbio che non servisse a nulla, se non fosse una buona idea afferrare i nostri pollici, i palmi delle nostre mani, i nostri cuori ad essi fortemente connessi per "deformazione professionale", prendere il nostro coraggio, la nostra consapevolezza ed il nostro amore e portarli in quei posti dove pareva che l'amore fosse morto con i tanti che oggi sono sepolti, con le ferite profonde e con le speranze deboli.. "NON PER UNO O DUE GIORNI"- gridò uno di noi con rabbia "NON AVREBBE SENSO" – ed un altro –" bene, siamo forti e tanti.. offriamo noi stessi fino a che questa gente non ci dica : "grazie, non abbiamo bisogno di voi né di tutti gli altri; siamo forti di nuovo." – E con tanta paura abbiamo detto "Sì".

Non per tre giorni o per dieci, non con un furgoncino attrezzato o in un bel gazebo.. abbiamo chiesto un buco, che non fosse tolto a qualcuno che potesse averne più bisogno, abbiamo chiesto un po' d'acqua ed una stufetta, se questi beni



pregiati non fossero per diritto di un bimbo senza la sua mamma o di un anziano che ne ha già viste tante nella sua vita, troppe ormai.

Ci hanno dato una stanzetta, piccola ma che odorava di cuore. È lì che dormiamo la notte dal mese di Novembre dello scorso 2009. È lì che spalanchiamo le finestre al mattino per cancellare i resti del sonno. È lì che offriamo noi stessi con il sorriso ad ogni persona umana che lì non viene in cerca di una casa, non cerca il cibo migliore di quello che troverebbe nelle tensostrutture adibite allo scopo, non cerca una terapia che con amore ipocratico viene donata da chi conosce la scienza della vita.

Delle sigle sono ricamate nelle nostre t-shirt, acronimi che indicano il desiderio di organizzarci in gruppi che parlino di noi, che sostengano il comune desiderio di costruirci una professione il cui nome venga riconosciuto ed apprezzato.

Ed intanto siamo in Abruzzo, ci siamo e ci resteremo fino a che ci vorranno. Per un po' di cibo e un giaciglio offriremo il meglio del meglio di noi stessi, con compassionevole distacco, con l'amore del cuore e della mente, con le nostre mani che hanno la forza del nostro grembo. Lo faremo per ore e per giorni perché crediamo che la malta che lega i mattoni delle nuove case di Onna, di Pizzoli, dell'Aquila e delle decine di frazioni che stanno costruendo la normalità, questa malta ha bisogno del soffio del cuore per legare e divenire indistruttibile a qualunque terremoto.

Siamo individui e ci chiamiamo: Flavia, Paola, Silvia, Serena, Monica, Donata, Patrizia, Tiziana, Adelina, Elena, Viviana, Gianni, Cristina, Daniele, Giovanna, Raffaella, Cinzia, Marta, Paolo, Alfredo, Roberta, Carlo, Marcello, Maurizio, Giampiero, Endrio, Marilisa, Alessandra, Francesco, Paolo, Franco, Margherita, Federica, Elisabetta, Alessandro, Luca, Letizia, Alfredo, Claudia, Valentina, Stefania, Sergio, Mariangela, Gabriella, Marika, Stefania,

Marco, Stefania, Paola, Giovanna, Raffaele, Cristina, Fabrizio, Massimo, Barbara, Danilo, Armando, Carlotta, Luciano, Fabio, Nadia...

Questi nomi sono quelli di alcuni di noi che sono andati ad offrire trattamenti shiatsu alle persone dell'Abruzzo. Sono pochi nomi per tanti di noi, e grazie all'amministrazione saggia ed attenta del comune di Pizzoli e all'infinito sostegno della Protezione Civile, abbiamo potuto lavorare con e per le persone, che non sapevano nulla di noi, che guardavano deluse le nostre mani vuote e ci cercavano, poi, per avere di nuovo quel "nulla" che offrivamo.

Così le macerie tornano a chiamarsi terra e sassi, i morti sono i maestri della memoria dei sopravvissuti, e la terra tremerà ancora, come il nostro ego che tra timori, lacrime ingoiate e mani tremanti, china il capo all'umile consapevolezza di "servire".

Fabio Rao

### Ci aspettano...

Martedì 29 giugno io, Luciano, in qualità di responsabile del "progetto volontariato" per la Fis, e Angela Carlone ci siamo recati ad Onna da Marzia Masiello e Marco Carpini, responsabili Onna Onlus e al Comune di Pizzoli per incontrare il Sindaco, Angela D'Andrea.

Oltre al piacere dell'incontro, ci premeva porre una domanda:

**"Ritenete importante continuare con l'esperienza che è stata condotta a Pizzoli, oppure l'esperienza è da considerarsi esaurita ed è inutile proseguire perché non serve più?"**

Marzia e Marco della Onna Onlus hanno così risposto:

*"E' passato un anno e il rimosso che sta emergendo adesso noi lo vediamo anche nell'attività svolta al Punto Famiglia. Passata l'emergenza che ha portato con sé il trauma immediato, ora che si stanno affrontando i problemi contingenti e la vita va man mano stabilizzandosi, tor-*

*nano ad uscire i problemi legati al trauma, in modo più nascosto, non esplicito. Ma a livello di comunicazione però ciò non si rende esplicito. Per esempio assistiamo ad un rifiuto del Punto Famiglia sotto il profilo culturale. Non possiamo dire: "Guardate, adesso ci siamo noi che continuiamo a sostenervi per il trauma, quello che viene fuori adesso", Perché il risultato è che le persone non vengono. Ad Onna credo che con un discorso simile le persone le fai fuggire. Nelle zone terremotate si sta assistendo fra i ragazzi ad un incremento di abuso di alcool, abusi vari, non di carattere sessuale - anche se le modalità di comportamento sessuale sono cambiate soprattutto negli adolescenti- mentre le donne, anche quelle di una certa età, hanno iniziato a bere moltissimo. Sono dati forniti dai servizi sociali dell'Aquila. Come pure sono aumentati gli allontanamenti familiari dei bambini. Anche i conflitti intrafamiliari sono incrementati e questa è una situazione gravissima, che apparentemente non si vede perché sembra che stiano tutti bene dentro casa, ma di fatto i centri di crisi antiviolenza, i SERT stanno esplodendo."*

Risponde Angela D'Andrea, Sindaco di Pizzoli:

*"Io penso sia importante che voi veniate. Se avete i mezzi e la disponibilità per noi è di grande interesse, tant'è che abbiamo dovuto bloccare le prenotazioni che avevano già superato anche il mese di agosto. C'è stata sicuramente una buona risposta, è stato scoperto, come vi ho sempre detto, un mondo sconosciuto. Il servizio è stato apprezzato, tanto che abbiamo dovuto gestire le richieste, perché molti avrebbero voluto ripetere il trattamento tutti i sabati e domeniche. So che molti hanno poi scelto di andare a pagamento presso operatori Shiatsu della zona. Li hanno cercati, quindi è evidente che hanno avuto un beneficio. Dai contatti che ho avuto con i miei concittadini*



posso confermare che il servizio è stato gradito, quindi se voi ci mettete nelle condizioni di poter continuare a settembre, a noi non può che fare piacere. All'inizio chi ha scelto di sottoporsi a trattamenti Shiatsu, lo ha fatto per curiosità oppure perché provava un dolore fisico. In realtà è accaduto che attraverso lo Shiatsu si elabori il terremoto. In realtà è durante il trattamento che si acquisisce questa consapevolezza, perché ritengo che nessuno abbia pensato: "Sono stressata dal terremoto e vado". Ognuno aveva altre motivazioni. In realtà le contratture erano dovute allo stress, all'emergenza, al dover vivere in tenda, a non dormire la notte, ma di tutto ciò ne hanno avuto consapevolezza solo dopo il trattamento. Per farvi capire, noi abbiamo organizzato un'equipe, un'insieme di psicologi. Ebbene, non

ci è andato nessuno perché ognuno pensa di essere forte, di non averne bisogno. C'è poi la diffidenza dell'approccio che porta a pensare "ecco, io non ho questo problema". Con lo Shiatsu abbiamo avuto l'effetto contrario proprio perché secondo me si parte da un fattore che può essere meccanico: una contrattura, o anche semplicemente "è bello, andate che vi fa star bene, è rilassante" e poi lì ci si scioglie, non lo si ammette comunque subito, solo dopo, molto tempo dopo. Ho sentito ragazze che fra di loro dicevano: "Non avevo capito quanto mi aveva segnato il terremoto se non dopo il trattamento" Evidentemente gli operatori hanno fatto emergere il malessere della situazione fisico- corpo corpo-mente. Se è possibile far ripartire il progetto a Settembre, vi ringraziamo. Tutto quello che potete fare,

è bene accetto, ancora grazie di tutto quello che avete fatto fino ad ora."

A partire da metà Settembre, A.P.I.S., C.I.T.E.S e F.I.S., con la collaborazione del Comune di Pizzoli e della Onna Onlus, vogliono far ripartire il progetto di volontariato per i terremotati del sisma del 6 aprile 2009. Ora sta a noi rispondere con l'entusiasmo e la disponibilità che ci ha sempre caratterizzato e permettere che questi due progetti possano prendere forma. Chi partecipa al progetto avrà vitto e alloggio offerto dalla struttura ospitante, mentre dovrà provvedere in proprio per il viaggio. Chi fosse interessato a partecipare al progetto: "Tocchiamo il cuore dell'Abruzzo" può inviare una e-mail a questo indirizzo: [volontariatofis@gmail.com](mailto:volontariatofis@gmail.com) comunicando la propria disponibilità.

Luciano Ardesi

**Una guida per capire la logica della Medicina Tradizionale Cinese e come applicarla su se stessi**

496 pagine 16,5 x 24 cm  
Indice analitico

**Ordina su**  
[www.mentecorpo.eu](http://www.mentecorpo.eu)

**39,00 €**  
spedizione e IVA inclusa

Se lo acquisti entro il 30 marzo 2011 lo avrai con uno sconto del 23%  
**30,00 €** spedizione e IVA inclusa  
Pagamento con bonifico - spese a carico dell'acquirente.

Questo libro, ricco di approfondimenti su tutti i temi principali della MTC, risulta prezioso non solo per chi utilizza questo modello nel proprio lavoro, ma anche per chi desidera penetrare agevolmente il complesso arcipelago della mente umana allo scopo di cambiare ciò che impedisce il benessere..

Molto spazio è riservato all'esame psicologico con descrizioni del tutto inedite dando un tocco di novità che non mancherà di avvicinare il lettore.

**L'Associazione ShiatsuKi presenta**

**A Palermo**  
Franco Bottalo "La Casa dell'Anima"  
2-3 ottobre 2010

**A Firenze**  
Diego Sanchez 6 - 7 novembre 2010  
Franco Bottalo 17 - 18 marzo 2011  
Maurizio Parini 20 - 21 maggio 2011

**"Shiatsu in ospedale"**

**I seminari si svolgeranno a Firenze informazioni e iscrizioni:**

[silvia.shiatsuki@gmail.com](mailto:silvia.shiatsuki@gmail.com)  
3394134520  
[erina.pellitteri@alice.it](mailto:erina.pellitteri@alice.it)  
[www.shiatsuki.it](http://www.shiatsuki.it)