

L'ondata rosa

Presenza, intenzione e gioco di squadra

di **Paola Pes**

Dal 6 luglio, per tre giorni, Firenze è stata travolta da un'ondata rosa! Per la prima volta da quando è stato istituito nel 2005, l'*IBCPC Dragon Boat Festival* delle donne in rosa si è svolto nel continente europeo.
L'IBCPC Festival, promosso dall'*International Breast Cancer Paddler's Commission*, si svolge ogni quattro anni e costituisce un evento internazionale partecipativo, senza connotazioni di carattere agonistico, rivolto a squadre di donne operate di tumore al seno *(Breast Cancer Survivors)*, che svolgono la pratica del Dragon Boat come attività riabilitativa post-operatoria.
Nata dall'idea del medico canadese Dr. Don Mckenzie, la disciplina del Dragon Boat costituisce da vent'anni una possibile tipologia di riabilitazione che coinvolge ormai decine di migliaia di donne e di uomini (e sì, benché più raramente anche gli uomini possono soffrire la stessa patologia) operati in tutto il mondo.
Quando venerdì pomeriggio siamo andati a montare lo stand di Accademia Italiana Shiatsu Do Firenze, il villaggio sportivo rosa nel parco de Le Cascine era ancora vuoto. Solo alcuni tecnici e operai si muovevano qui e lì a montare le strutture, il palco, le decorazioni (rosa).
Alle discipline del benessere era stata dedicata una speciale area,

tel 02.29.40.40.11• fax 02.29.51.01.34

con l'idea di creare una sorta di oasi di pace in cui le atlete potessero riposare, trovare qualcuno che si prendesse cura di loro nei momenti di pausa e avere l'occasione di sperimentare pratiche che magari non conoscevano, ma che si potessero integrare sia con il loro allenamento sportivo, sia con il percorso riabilitativo. Non erano molte le discipline selezionate dagli organizzatori: Shiatsu, Tai Chi, chiropratica, riflessologia e massaggio sportivo.
Il numero degli stand dedicati alle squadre e la vastità dell'area recintata ci avevano fatto intuire la portata dell'evento, anche se forse ingenuamente non avevamo realizzato quanto ciò ci riguardasse direttamente. Il Festival infatti ha coinvolto più di 4000 persone, 120 squadre provenienti da 18 paesi diversi!

LETTERALMENTE TRAVOLTI...

Per sicurezza abbiamo deciso di presentarci il sabato alle 7.30 in modo da essere già dentro il villaggio sorridenti e pronte, con le nostre magliette rosa di Accademia realizzate per l'occasione, ad accogliere le atlete.
Alle 8.30 i cancelli sono stati aperti alle squadre in arrivo, le prime donne si sono sdraiate sui nostri futon e... da lì in poi non c'è stato più tempo di pensare a niente per due giorni, una marea rosa ci ha travolto e noi ci siamo lasciati fluire con essa, facendo in modo che lo shiatsu parlasse il suo esperanto.
Quando come scuola e centro trattamenti partecipiamo ad eventi pubblici, a volte, e anche giustamente, uno dei motori che attivano operatori e allievi è l'autopromozione personale e della scuola o l'accumulo di ore di pratica. Ma quando ci si trova in situazioni in cui il target di riceventi è un gruppo di persone a cui la vita ha giocato un brutto scherzo, allora scatta qualcosa di diverso. L'aspetto promozionale passa in secondo piano, ed emerge in tutta la sua potenza l'intenzione di contribuire a suscitare quel senso di benessere e vitalità che chi pratica Shiatsu sa di poter innescare nel ricevente.
In queste occasioni non c'è tanto tempo da dedicare ad ogni persona, ma quel poco tempo è tutto suo. Non importava il caldo, gli strati di crema solare delle atlete, la viscosità delle magliette sintetiche. Ogni persona dovrebbe alzarsi dal futon con la sensazione che l'operatore sia stato lì con lei, presente fisicamente e mentalmente, talvolta anche in quella speciale sorta di trance data dalla stanchezza, ma comunque lì insieme. E per far questo, fondamentale è il gioco di squadra, potersi alternare con i colleghi, prendere fiato, fare un giretto per godersi l'evento, ma sapere, mentre stai trattando, che i tuoi colleghi sposteranno i teli per creare l'ombra se il sole gira, che se alzi lo sguardo alla ricerca di una salvietta te la passeranno, che se hai un momento di sconforto perché il tuo ricevente ha un problema fisico importante loro ti sorrideranno incoraggianti.
Per questo abbiamo deciso di scrivere un articolo collettivo in cui ci fosse spazio per le emozioni, sensazioni e riflessioni di tutti quelli che hanno condiviso il proprio Shiatsu con le donne in rosa del *Dragon Boat Festival*.

RIFLESSIONI ED EMOZIONI

Caterina Musmeci. ...credo che una volta diventata operatore Shiatsu per me le parole siano diventate un modo di comunicare secondario e non sarà facile trasmettere quello che ho provato sabato pomeriggio nel far parte del grande villaggio all'interno del parco fiorenti-









no delle Cascine durante il Dragon Boat Festival. 4000 donne, atlete provenienti da ogni continente, si sono ritrovate a Firenze per testimoniare al mondo che insieme si può vincere ogni sfida personale e sociale. Il cancro al seno è la malattia che ciascuna di loro si è trovata ad affrontare come donna. Il grande messaggio che sento di aver ricevuto da questa stupenda manifestazione è che la parola "Insieme" ha una forza ed una energia che smuove le montagne... La parola Insieme era presente ovunque: nel colore rosa delle magliette, nei sorrisi, nei canti, nel sudore, nella gioia di essere vive.

Abbiamo fatto Shiatsu per tutto il giorno senza interromperci mai, incontrato donne che arrivavano dall'Australia, dal Canada, dagli USA, dall'Argentina, dalle vicine Francia e Germania... e con ognuna di loro abbiamo potuto comunicare attraverso lo Shiatsu, questa lingua internazionale, che ci permette di annullare in un secondo i confini, le separazioni, le differenze, dal momento in cui la mia mano si posa sul ricevente non c'è più dualismo, ma si vive pienamente il concetto di "insieme". Adesso sapere che un pezzo di me è volato con loro dall'altra parte del mondo mi emoziona e mi fa sentire parte di un unico popolo.

Alla fine eravamo stanche ma felici di aver contribuito, attraverso le nostre pressioni Shiatsu, a colorare di rosa la nostra città.

Francesca Leolini. Sabato mattina ore 7.30, Parco delle Cascine. Nonostante l'ora, il rosa è ovunque. Fiocchi di tulle e fiori di carta nelle varie sfumature colorano viali, alberi e siepi. Girano già per i viali le *dragonette,* ci vengono incontro con il loro sorriso contagioso. Sono vestite a festa, nei colori della loro squadra, festeggiano la festa della vita, di coloro che hanno combattuto, che ci hanno creduto fino in fondo e sono qui a manifestarcelo, più innamorate che mai.

Donne di ogni età, ragazzine e nonne su sedie a rotelle, scoppiettanti nei loro colori accesi. Ma ciò che ti arriva addosso come un fiume in piena è la loro energia! Un'energia incredibile, difficile a descriversi con le parole, un'energia che ti entra dentro come il drago che hanno scelto a rappresentarle, si tuffa nel cuore e serpeggiando ti arriva da piedi a testa trascinandoti in un moto di danza e emozione.

Tratto una giovanissima, e mi commuovo mentre le mie mani volano sul suo corpo tonico e già ferito, sotto lo sguardo grato della mamma. In poche ore tratto donne di tutte le età che mi trasmettono gioia e forza dirompenti, e dentro di me ringrazio l'universo per avere ricevuto questo grande dono.

"Live, love and laugh" c'è scritto sul braccialetto di una di loro. *"You are an angel"* mi sento dire più volte durante il giorno...No, gli angeli qui siete voi, essenze femminili per sempre immortali. Oggi avete colorato di rosa l'Arno e tutto ciò che avete incontrato nel vostro cammino. Rosa, il colore del chakra del cuore... grazie ancora sorelle, portatrici del femminino ovunque, ora siete anche dentro di me, vi amo, tutte.

tel 02.29.40.40.11• fax 02.29.51.01.34





Daniele Cotta. Domenica mattina... l'unico giorno in cui potresti dormire un po' più degli altri. Oggi però hai deciso, pur con la consapevolezza di saper portare decentemente una pressione e mezza per grazia ricevuta, di essere parte di un qualcosa più grande di te, più grande di quanto tu possa anche lontanamente immaginare... Ti prepari e raggiungi le tue compagne per iniziare un'avventura che fisicamente alla fine della giornata ti sposserà, ma che moralmente ti accompagnerà per molto, molto tempo...

Via si inizia... Uno, due, tre, perdi il conto, arrivi probabilmente a completare dieci, dodici trattamenti a delle vere e proprie guerriere, donne che hanno combattuto e vinto la loro guerra, la loro personale battaglia contro un male che a volte non lascia scampo, ma loro sono lì a dimostrare al mondo intero e a te, che invece sono ancora in piedi, "menomate" (mastectomizzate) alcune, ma con la grinta di chi è più forte...

Intanto passano le ore, i trattamenti si susseguono, e pensi "beh un po' le aiuto anch'io", quando in realtà sono loro che ti stanno insegnando a non arrenderti, a continuare a lottare sino all'ultimo, a non darti mai per vinto, e ogni volta alla fine di ogni trattamento è un "grazie" sia loro verso di te, ma soprattutto tuo nei loro confronti, e ricevi pure un piccolo adesivo in regalo dalla persona che meno te lo aspetti...

Scatta l'ora X, ultimo trattamento, vorresti andare a casa dalla tua compagna che non vedi dalla mattina, nell'unico giorno della settimana che potete passare assieme, e invece dai retta alle tue compagne d'avventura, stremate anche loro, a fermarti per la cerimonia finale, quella che ti colpisce duro, più forte di qualsiasi pugno tu abbia mai ricevuto: più di 4000 magliette rosa a sventolare fiori in riva all'Arno in ricordo di chi non ce l'ha fatta... E tu sei lì, mascherando attraverso gli occhiali da sole la lacrima che ti sta colando sul viso, pensando dentro di te che forse tutti i tuoi "problemi" sono poca cosa paragonati a imprese come quella che queste donne hanno affrontato e vinto...

Arianna Restuccia. È stato molto emozionante per me aver partecipato al *Festival Dragon Boat*, un fiume di donne allegre e combattive unite dall'esperienza forte del tumore al seno. Che bello vederle prima in fila in attesa del trattamento, e dopo le pressioni rilassate, sorridenti e grate.

Ilaria Bellini. Le mie mani e il mio cuore, il mio Shiatsu in divenire al servizio di queste donne coraggiose e di chi ne ha bisogno. Il ricordo più bello di questa giornata: il loro sorriso e il loro essere grazie d'essere qui per noi! *"You made my day"* ci ha detto sorridendo l'ultima atleta che ho trattato. Avrei voluto dirle: "tu hai illuminato il nostro!". Meraviglioso e fondamentale lavoro e spirito di squadra di noi operatori!

L'autrice

Paola Pes. Operatrice Shiatsu iscritta ad A.P.O.S.
paola.pes@gmail.com