

IL CONCETTO DI “PERCEZIONE” NEL PERCORSO EVOLUTIVO DELL’OPERATORE SHIATSU

La mia esperienza: il fiume è la mia fonte di riflessione, quando sto seduto sulla sponda, mi accorgo che in diversi momenti dell’anno assume carattere torrentizio, scorre con vigore grazie all’apporto di alcuni giorni piovosi, in altri momenti appare statico, apparentemente fermo, ma se attingo alla mia esperienza nei confronti di quel fiume, ne posso percepire il moto, lento, invisibile, ma inesauribile. Gli occhi non vedono manifestare alcuna dinamica, ma gli altri occhi, quelli che difficilmente si riescono a spiegare, la sentono ugualmente... poi, però, se decido di andare fino alla pescaia, un chilometro circa più a valle dove il fiume cambia di livello, mi accorgo che, anche se poco per volta, l’acqua scorre... aggiungo una constatazione razionale a conferma che la mia percezione irrazionale era fondata su dati inconfutabili, ma se così non fosse stato, perché assente qualunque manufatto per molti chilometri, avrei dovuto fidarmi del mio istinto seppur basato su anni e anni di navigazione con la mia canoa su quelle acque... un airone bianco si alza in volo e, maestoso, compie un paio di giri attorno a me, ormai è abituato alla presenza dell’uomo, forse percepisce che l’umano fluviale di quel luogo non è ostico, si posa e con una eleganza che non ha pari si mette a scrutarmi con occhio vigile... io percepisco il suo livello di attenzione, basta un gesto e scappa via, ma ora sta lì e permette questo confronto...

Una prima definizione: se indago con il computer in internet, scopro varie definizioni ufficiali del termine percezione: *“La **percezione** è definibile come il processo [psichico](#) che opera la sintesi dei dati [sensoriali](#) in forme dotate di significato. Gli assunti allo studio della percezione variano a seconda delle teorie e dei momenti storici che si susseguono”*.

Quindi la percezione è definibile come qualcosa, che partendo da un “substrato” di esperienze acquisite durante un percorso sensorialmente attivo, mi struttura un “contesto” traducibile in termini pratici e condivisibile con altre persone dotate dei medesimi sensi percettivi (vista, gusto, odorato, tatto e udito), ovvero la percezione è definibile, dalla letteratura, come una entità non dotata di natura propria, ma funzione di una serie di componenti che ne danno una struttura.

Integrazione con lo shiatsu: ma per lo shiatsuka, come è possibile definire la percezione quale un insieme di informazioni basate sul complemento di dati sensoriali?

Mi sono posto questa domanda perché ritengo che la definizione di percezione mutuata da Wikipedia o le innumerevoli altre fonti enciclopediche, non possa essere la medesima che noi intendiamo quando cerchiamo di interpretare quel non so che, in grado di suggerirci in quale direzione impostare e condurre un lavoro con i nostri “utenti”.

Parlo dello shiatsu perché è il mio lavoro, ma penso che potrei fare lo stesso ragionamento riferendomi ad un giocatore di ping pong a livello elevato; ritengo che le dotazioni sensoriali del corpo umano, benché assiduamente allenate, non siano in grado di fornire il 100% delle capacità interpretative e strategiche di tale gioco. Una pallina lanciata a velocità considerevole, fino a 150 km orari, non è controllabile con le capacità standard di una vista seppur buona. Sono convinto che l’allenamento regolare dota il giocatore di ping pong di un nuovo senso, frutto della somma di tutti gli altri, ma arricchito da una componente data dall’esperienza e un’ulteriore risorsa costituita dall’intuito. E’ questo il nuovo “senso” che fa sì che tal individuo sia in grado di condurre una partita con una palla, che sfreccia a velocità impressionanti, da colpire con uno strumento di superficie irrisoria se paragonato agli spazi coinvolti nell’azione.

Dall’esterno un campione di ping pong non credo sia poi così distinguibile da uno shiatsuka professionale, probabilmente anche nudi avrebbero piccole differenze strutturali, ma pochi noterebbero tali differenze; però il primo vince i tornei e non saprebbe da che parte cominciare per trattare un paravertebrale mentre l’altro, con una racchetta in mano, farebbe una figura meschina al cospetto del campione... Quello che fa la differenza è tutta una serie di componenti esperienziali fra le quali, la percezione, è quella che determina la differenza più particolare, così particolare da consentire anche sostanziali differenze fra persone che conducono la stessa attività come due shiatsuka col medesimo percorso di formazione.

Altre definizioni: se continuo a cercare in internet, le varie definizioni della parola percezione arrivo a questa: *“È possibile operare una prima distinzione tra la [sensazione](#), legata agli effetti immediati ed elementari del contatto dei recettori sensoriali con i segnali provenienti dall'esterno ed in grado di suscitare una risposta, e la percezione, la quale corrisponde all'organizzazione dei dati sensoriali in un'esperienza complessa, cioè al prodotto finale di un processo di elaborazione dell'[informazione](#) sensoriale da parte dell'intero [organismo](#)”*.

Che pare confermare la riflessione di cui sopra; ma il bello viene continuando la ricerca: “*Le leggi della percezione sono dette [autoctone](#) perché ritenute innate e non frutto dell'apprendimento, anche se si è visto che esiste una progressione evolutiva nell'elaborazione delle percezioni*”.

E questo è il punto focale della ricerca: le percezioni possono svilupparsi o essere sviluppate attraverso una progressione evolutiva che parrebbe prescindere dall'apprendimento, ovvero indipendentemente dalla tecnica applicata e da quante cose vengano apprese; la percezione si sviluppa nella pratica ripetuta e protratta nel tempo. Questo significa anche che non è possibile acquisire un “attestato di raggiunta soglia percettiva” perché lo sviluppo di tale senso è progressivo e direttamente proporzionale all'entità di lavoro svolto; inoltre anche dopo tanti e tanti anni di esperienza non si è di fatto “arrivati”, ma si è all'interno di un percorso che può continuare ad evolvere fino alla durata della vita dell'individuo.

Integrazione con lo shiatsu: tradotto in parole povere, quello che oggi percepisco nel trattamento che sto effettuando è diverso di quello che percepivo solo un mese fa, un anno fa, ovviamente, dieci anni fa e così via; ma è sicuramente anche diverso da quello che percepirò fra cinque, dieci, venti anni, il che garantisce ad ognuno di noi, dediti alla quotidiana arte del premere, una sicura fonte di stimoli sempre nuovi e, per di più inesauribile.

Per la mia esperienza, la percezione è un qualcosa di effimero che più lo si cerca e meno si manifesta; essa ha bisogno di esprimersi attraverso l'accettazione consapevole del fatto che guida buona parte delle nostre intuizioni lavorative senza che la si riesca mai a circoscrivere in una serie di parametri condivisibili che siano di per se esaustivi.

Il percepire nasce con noi e ci accompagna nel “DO” del nostro viaggio; la formazione che contraddistingue ogni disciplina evolutiva fa sì che la maturazione delle doti percettive vadano di pari passo con l'impegno che si dedica alla propria crescita sia professionale che spirituale.

La percezione e la specificità: questa definizione di Gibson (1966), denominata teoria ecologica riporta che: “*la percezione non è atomistica, né globalistica, né motivazionale. In un ambiente vengono colti di preferenza stimoli che si prestano al raggiungimento di un fine, cioè proprietà strumentali di un oggetto, come commestibilità, percorribilità, ecc.*” ci chiarisce che, oltretutto, la percezione è una specializzazione legata ad una singola attività e non è una caratteristica generale, il che ci dimostra perché il campione di ping pong, seppur un esperto del suo campo, non può mettersi a fare shiatsu ad un livello paragonabile al suo seppur dopo un apposito corso, senza praticare per anni.

Dalla disciplina all'arte tramite la percezione: concludendo, riporto la definizione etimologica della parola: percezione deriva dal latino *perceptio*, che indicava l'atto e l'effetto del *percipere*, cioè del ricevere. *Perceptio* significa sia *prendere fisicamente*, sia *prendere con la mente*.

E questo ci riporta ai nostri due livelli di “acquisizione dati” quando lavoriamo con lo shiatsu, uno fatto di sensazioni fisiche, più o meno definibili ed uno di sensazioni mentali che difficilmente possono essere tradotte in linguaggio condivisibile. La percezione di sensazioni personali rende lo shiatsu una risorsa di stimoli infinitamente ricchi, tali da azzardare il paragone di questa disciplina ad una forma di arte che valorizza la capacità di espressione di ogni individuo che ci si dedichi con passione. David Hirsch