



desde las ruinas del centro del planeta

NUEVA YORK
es indiscutiblemente
uno de los centros
más importantes del
planeta; económica,
culturalmente y en
muchos otros aspectos.
Para mí es un lugar que
ejerce una influencia
energética especial,
concreta y continua
sobre las personas que
viven allí, o la visitan.

Raro es quien no siente una vertiginosa necesidad de moverse y caminar al llegar a la ciudad, a un ritmo más acelerado que el normal. La energía se mueve hacia arriba, tal como los edificios que casi rascan el cielo. Es difícil estar quieto, o no salir, de día y de noche. Así y todo,

hay algo que sostiene ese rápido fluir y hace que encaje como en una delicada danza a millones de personas, transacciones, ideas y sueños.

Viví 7 años allí. Quedé atrapado al descubrir que me sentía rotundamente “en casa”

desde el momento que llegué. Ya había vivido en otros 4 países además de Uruguay, aprendido otras costumbres y hablaba 5 idiomas, pero en la ciudad de Nueva York no tenía que adaptarme al lugar. De inmediato sentí que el lugar se adaptaría a mí. Lo interesante, es que esta sensación no era igual cruzando el río a New Jersey, ni la tuve en ningún otro sitio de los EEUU.

Todo es posible en NYC y viví algún reflejo del sueño americano, al ser la primera persona en mi profesión de terapeuta de shiatsu, en los EEUU y probablemente en el mundo, en formar parte de un equipo médico de alta performance, en el hospital de una universidad. Trabajaba dando sesiones de shiatsu a pacientes de cirugía cardíaca, justo antes, después y hasta durante las operaciones de corazón abierto. Llevé varios pasos hacia adelante a toda mi profesión, gracias a que no me impuse techos y nadie me los impuso en esa ciudad. Allí estaba rodeado de ejemplos de excelencia, desde la tecnología de punta en los tratamientos médicos en el hospital, hasta la maestría del barista en cómo se preparaba un capuccino perfecto en las mañanas en el café de mi barrio. A veces, poder ver que alguien está haciendo algo extraordinario al lado nuestro, nos inspira a sacar lo mejor de nosotros, día a día.

Estuve en las buenas y en las malas de la ciudad. Desde mi ventana, vi pasar el primer avión volando demasiado bajo, en lo que sería el peor día de su historia, el 11 de setiembre de

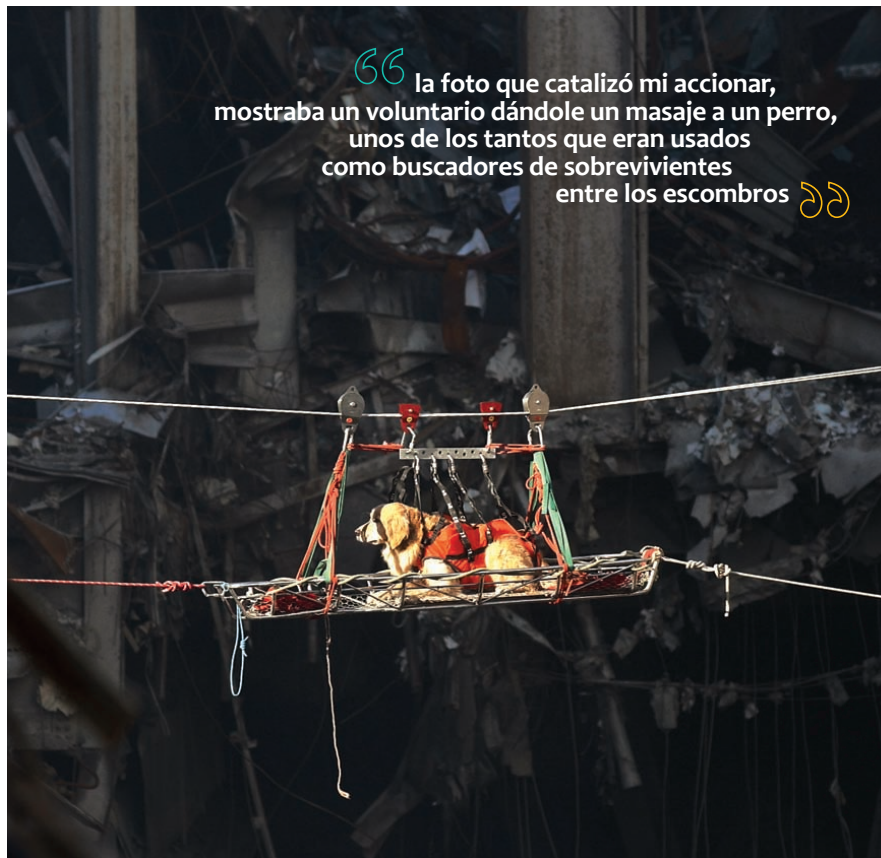


2001. Estuve parado en el mar de escombros con hedor a muerte que dejó la onda implosiva de las torres gemelas.

Llegué allí como voluntario, dos días después del atentado. El día del desastre, no había más que shock e instinto de supervivencia. Estábamos en nuestro apartamento a varias cuadras de allí, y nos acostábamos contra el suelo cuando el viento empujaba el humo espeso hacia nuestras ventanas y era difícil respirar. Dejamos la ciudad cuando se pudo, pero apenas estábamos fuera, nos dimos cuenta que no tenía sentido. Volvimos al día siguiente y no cabía otra cosa que esperar, o ayudar. Sabía que para ayudar, le pedían a la gente que lo mejor era esperar, para no interferir con las operaciones de búsqueda y rescate, pero era difícil no hacer nada ante tamaña devastación. Empecé a llamar a mis colegas para ver si alguno había podido llegar al sitio, que estaba cercado por el ejército. Algunos lo habían intentado pero habían sido rechazados por las medidas extremas de seguridad en la Zona Cero. Me sentía impotente, pero vi una foto en el New York Times que me hizo poner de pie y en movimiento hasta llegar a mi objetivo.

La foto que catalizó mi accionar, mostraba un voluntario dándole un masaje a un perro, unos de los tantos que eran usados como buscadores de sobrevivientes entre los escombros. Todos los que estaban comprometidos en la búsqueda, no habían parado de trabajar desesperadamente ya que cabía la posibilidad de encontrar personas aún con vida que estuviesen atrapadas. Se había llegado a un nivel de agotamiento general, pero nadie se permitía parar. Si lo necesitaba un perro, ¿cómo no iban a necesitar de apoyo los voluntarios rescatistas?

Finalmente conseguí integrar un grupo de colegas del instituto donde doy clases y fuimos organizados y coordinados con los servicios de rescate como apoyo a los bomberos, ingenieros, militares, médicos y policías. En los



“ la foto que catalizó mi accionar,
mostraba un voluntario dándole un masaje a un perro,
unos de los tantos que eran usados
como buscadores de sobrevivientes
entre los escombros ”

días que siguieron trabajé en la Zona Cero, en un centro de *triage* (donde se clasifica la gravedad de las lesiones de las víctimas), en un barco hospital de la marina que había sido anclado en el río, cerca de donde los familiares iban a llevar objetos personales (peines, cepillos de dientes) de las personas muertas para obtener muestras de ADN y poder identificar los restos, y en un hospital apoyando a las víctimas que no estaban heridas, pero estaban aún en estado de shock emocional.

El trabajo que hicimos con varios colegas en la Zona Cero, era el de apoyar con nuestras terapias corporales, a las personas que estaban directamente en las tareas de búsqueda y rescate. La carga física de remover

escombros pesados, afilados, aún calientes, debía hacerse con todo el cuidado del mundo para evitar derrumbes y salvaguardar la vida de los miembros del equipo, pero sobre todo evitar aplastar a las víctimas que podían estar atrapadas debajo. Los bomberos, trabajadores de la construcción, militares y otros, eran hombres duros y fuertes, pero agotados ya por no permitirse parar. El comando general ordenó las tareas y los turnos para obligarlos a parar, descansar, comer, hidratarse y cambiarse la ropa ya que en ese punto ya sabíamos de la toxicidad del polvillo que respirábamos y se incrustaba en los tejidos de la ropa. Nos instalamos en una escuela abandonada, a tres cuadras del perímetro y allí tratábamos de aliviar los dolores musculares y articulares de los rescatistas,



mientras cumplían su descanso. Al principio, no nos prestaban mucha atención, porque “relajarse” era lo último que querían hacer, pero al ver a algunos compañeros que se sentían renovados y sin dolor después de un shiatsu, entendieron lo efectivo que podía ser nuestro trabajo para ayudarlos en la búsqueda.

De todas formas, no era el físico de los rescatistas lo que más necesitábamos tratar. Cuando uno se metía en el perímetro de la destrucción, el peor golpe era el emocional. El desafío mental era que había que esforzar los límites de la imaginación para poder asimilar la magnitud de esa visión de horror. No se parecía a nada de lo que uno pudiese haber visto o imaginado. Pensé en Sarajevo, en Beirut, en los retazos de la experiencia que uno puede captar a la distancia en una película, o en fotos de los desastres de guerra. Había visto por televisión hasta el cansancio imágenes del lugar en donde estaba parado, pero no se acercaba en nada a lo que estaba viendo. Sencillamente, no cabía en mi cabeza. Tenía que mirar de nuevo, imaginarme a mí desde otro lado, mirándome a mí mismo mientras veía aquello. Me creó un cortocircuito el tratar de encajar lo que estaba viendo en la



realidad que yo creía que conocía.

Además del shock emocional y mental, la magnitud de aquello impactaba a nivel espiritual. ¿Cuál era el orden del Universo en donde estas cosas eran posibles? Esto desató preguntas que me tomó años responder y a partir de las cuales sigo aprendiendo.

Cada uno vivió las emociones desde el lugar que pudo. Para mí el momento crucial, se dio cuando bajó como un manto pesado sobre el ánimo de todos, el hecho que ya no habría más sobrevivientes. Ponia descarnadamente de manifiesto la futilidad del esfuerzo, la pequeñez de nuestra voluntad frente a una pérdida tan desmesurada. Sentimos el quiebre en el llanto silencioso de hombres corpulentos y rudos, escondiendo sus caras entre las manos dolidas, cansadas y negras de cenizas.

¿Qué puede uno decir? ¿qué sonido emitir frente a la mudez del llanto? Ya lo había vivido antes, y sabía de otras situaciones donde no hay palabra que valga más que una mano en el hombro, que el contacto es todo lo que hace falta. Por esa razón aceptaban nuestro apoyo ya que no había necesidad de hablar para comunicarse, entendiendo a través de nuestras manos, que recibían el sostén de todo un mundo.

Después de terminar mi trabajo de voluntario, que duró más de una semana en diferentes sitios tuve un período de depresión, donde no pude moverme de la cama por varios días. Con el tiempo, fueron cerrando algunas heridas. Algunas heridas físicas fueron sanando y otras aún aparecen de vez en cuando, en mis articulaciones y el aparato respiratorio. Varias personas tuvieron secuelas por haber respirado aquel polvillo tóxico y es posible que les esté afectando aún hoy.

En mi alma queda el registro y la enseñanza de aquella experiencia. No vuelvo a aquel momento con ganas, pero de alguna manera siempre está presente en mi trabajo



desde donde sea
que me encuentre en el mundo,
sigo sintiendo la luz
que emana como ejemplo
de coraje y libertad

ya que desde hace años, enseñé cómo actuar en momentos de crisis personal o colectiva, a individuos, grupos e instituciones en varias partes del mundo.

Después de aquellos eventos, quedé un lazo formado con las personas a las que ayudamos. Meses después, trabajé apoyando a las viudas e hijos de los bomberos caídos. Cuando se empezó la reconstrucción del sitio, fuimos invitados extraoficialmente por las autoridades del lugar a hacer una sanación espiritual del terreno. A partir de la tragedia, las personas que siguieron trabajando allí, sentían que cosas extrañas sucedían y la sensación en el lugar daba escalofríos a cualquiera.

Casi un año más tarde, una noche cerraron el sitio para nosotros.

Nos preparamos y bajamos donde ahora solo había un gran cráter de varios pisos de profundidad. Al llegar al fondo, se había preparado un pozo, para enterrar una calabaza vaciada donde pusimos varios objetos de poder, de acuerdo a la tradición de los nativos americanos del norte. Cantamos e hicimos nuestras plegarias, cada uno de acuerdo a su tradición, para liberar el dolor e invitar una nueva luz de sanación a ese preciso lugar. De ese evento se hizo un documental llamado “Healing Ground Zero”. Al tiempo se inició la construcción

de lo que hoy es la nueva torre, apoyada sobre cristales y objetos que aún captan la energía de sanación de muchas personas que renuevan su intención año a año.

Nueva York sigue siendo el centro que siempre fue y su energía se mantiene igual de vibrante. Es un lugar tan abierto a los extranjeros que los chinos se sienten como en China (en Chinatown), los italianos como en Italia (Little Italy) y un uruguayo como en casa. Aunque ya no vivo allí, desde donde sea que me encuentre en el mundo, sigo sintiendo la luz que emana como ejemplo de coraje y libertad. ➤



DIEGO Sánchez

Practicante e instructor de Shiatsu reconocido internacionalmente. Graduado del Shiatsu College de Londres, Licenciado por el estado de Nueva York, Diplomado en Terapias Corporales Asiáticas en EEUU, Practicante Certificado en EEUU y miembro de la Shiatsu Society de Inglaterra.

Hoy da cursos y conferencias en varios países europeos y en EEUU. Ha dado clases de shiatsu en la cátedra de Psicología de la Universidad Católica del Uruguay. Se especializa en dar shiatsu a pacientes en condiciones críticas de salud, como lo ha hecho en el hospital de la Universidad de Columbia en Nueva York durante varios años con pacientes de cirugía cardíaca, transplantes y oncología. www.sohoshiatsu.com