

ZADANKAI

Buddismo e Società n.127 - marzo aprile 2008

Speciale

Proprio non credevo di essere una donna di valore

IN PRIMA PERSONA

Come trasformare, grazie al potere del Gohonzon, l'insicurezza nel coraggio di progettare e realizzare nuovi servizi per il sostegno psicologico dei tossicodipendenti in carcere. Che ha innescato anche un'esplosione di *shakubuku*.

Mi sono laureata in psicologia a ventitré anni, una settimana prima che mio padre morisse. Avevo un carattere chiuso e aggressivo con cui nascondevo insicurezza e fragilità. Non credevo proprio di essere una persona di valore. Nel 1980 ho trovato lavoro come psicologa in un Ser.T., una struttura pubblica per le tossicodipendenze (per tossicodipendenti liberi e detenuti), e circa quindici anni dopo ho iniziato a praticare perché soffrivo per questioni sentimentali. Ho cominciato a recitare Daimoku anche se mi vergognavo pensando a quello che avrebbero potuto dire i miei pazienti se mi avessero visto così, a mani giunte davanti a un muro bianco a ripetere sempre la stessa frase. Praticavo con l'obiettivo di essere felice e dopo soltanto un mese e mezzo di pratica costante ho sentito che il dolore dentro di me si scioglieva e scompariva come per magia. Al lavoro colleghi e pazienti mi chiedevano se mi fossi innamorata, perché a loro dire avevo un'espressione diversa, rilassata, lo sguardo solare, e mi domandavano cosa stessi facendo: così ho fatto tanti *shakubuku* e la cosa meravigliosa è stata che il 7 dicembre 1996 ho ricevuto il Gohonzon insieme a una collega e a un amico a cui avevo parlato della pratica.

Il mio modo di lavorare con i colleghi si era trasformato, ero sempre sorridente e rassicurante, ma soprattutto stava cambiando il mio modo di fare psicoterapia ai pazienti mettendo in pratica l'insegnamento di Daisaku Ikeda: tramite un ascolto profondo creare un'atmosfera per un dialogo pacifico e il rispetto dei diritti umani che si basa sul principio buddista che tutti gli esseri viventi hanno dentro di loro la Buddità. Nel 1997 sono diventata responsabile di un gruppo buddista e, in concomitanza con questo, ho avuto il coraggio - prima non ci sarei mai riuscita data la mia profonda insicurezza - di fare delle proposte per migliorare i cinque servizi per le tossicodipendenze nel territorio dove lavoravo (una zona di Roma molto grande). Facendo tanto Daimoku sono riuscita a presentare un progetto che è stato apprezzato e approvato e in conseguenza di questo mi hanno nominato Coordinatrice delle Attività Psicologiche di tutti i Ser.T. dell'azienda, con anche un aumento di stipendio.

Quattro anni fa sono stata trasferita in una sede lontana da casa, quindi mi sono messa a praticare per tornare più vicina a dove abito e invece mi hanno mandata ancora più lontano, proprio dentro il carcere. Dapprima ero perplessa, poi ho capito che se ero finita lì un motivo ci doveva essere e ho ringraziato il Gohonzon (ho imparato a ringraziare sempre anche quando sembra che le cose vadano al contrario di come desidero). Del resto nulla avviene per caso. Quindi mi sono rimboccata le maniche e ho iniziato a riorganizzare il servizio di psicologia del carcere a cui ero stata assegnata

(Rebibbia, l'istituto penitenziario più grande d'Italia), servizio che si occupa esclusivamente di detenuti tossicodipendenti. Ho esplorato i quattro istituti penitenziari all'interno di Rebibbia e ho cominciato a prendere in carico alcuni detenuti che richiedevano di parlare con me. Posso dire di essere testimone di come vengano violati i diritti umani e di come possano stare male le persone anche in un carcere moderno come questo. In certi reparti non c'è l'acqua calda, in alcune celle si sta in sei con un piccolo bagno che si usa anche come cucina con un piccolo fornello, le docce sono ovviamente comuni e non si possono fare quando si desidera. E non sono solo queste le violazioni dei diritti umani, ben peggiori di quelle raccontate nei film. È stato importante per me fare la guida alla mostra sui diritti umani e a quella sui maestri di pace organizzate dalla Soka Gakkai, perché ho avuto la possibilità di approfondire la relazione tra la mia vita e il rispetto per gli altri, e ho rinnovato lo scopo di diventare una figura attiva per migliorare il mondo a partire da me. Da quando lavoro in carcere sono avvenuti fatti importanti. Tra i detenuti c'era un membro buddista che avevo conosciuto "fuori": aveva fatto addirittura la sua prima ora di Daimoku a casa mia. È stato un incontro veramente commovente e da quel momento ho cominciato a portargli libri e riviste buddiste. Lui stava in una cella con altre cinque persone, che assumevano psicofarmaci in dosi molto alte. Le ha aiutate a smettere con le medicine e due di loro hanno cominciato a praticare (e hanno continuato anche quando lui è uscito dal carcere). Recitavano Daimoku in un bagno piccolissimo per non disturbare gli altri compagni. Uno di loro fra qualche mese uscirà da una comunità terapeutica - a cui era stato assegnato dopo l'uscita dal carcere - e riceverà il Gohonzon. Alcuni detenuti della cella attigua, che avevano sentito il suono del Daimoku provenire dal bagno confinante, durante l'ora d'aria hanno chiesto ai compagni di cosa si trattasse e lo *shakubuku* si è allargato a macchia d'olio. Volevano proporre al direttore del carcere di poter utilizzare un luogo dove praticare insieme e mi hanno chiesto di fare da intermediaria, ma li ho incoraggiati a recitare Daimoku e a fare da soli questa richiesta, per avere la dimostrazione che la pratica funziona. Così già dalla settimana successiva - potere del Daimoku! - praticavano in una saletta a orari prestabiliti. Poi si sono messi in contatto con altri praticanti reclusi nel carcere di Torino, e tutto ciò grazie ad una notizia apparsa sul III:Nuovo RinascimentoII-: dove si parlava di alcuni detenuti del carcere delle Vallette di Torino che si riuniscono il sabato mattina per fare lo *zadankai*. In un altro istituto di Rebibbia è entrato un giovane membro della Soka Gakkai che ha avuto il permesso di tenere il Gohonzon in una cella apposita, che poteva essere aperta dal poliziotto su richiesta del detenuto. Inizialmente il ragazzo avrebbe preferito tenere il Gohonzon nella sua cella, ma poi ha scoperto che praticare in una cella "pubblica", che rimaneva con la porta aperta mentre altri detenuti passavano, poteva essere un modo per fare *shakubuku*, e infatti così è stato. Addirittura ha cominciato a praticare un ragazzo sbruffone, prepotente e spesso agitato, che in pochissimo tempo è diventato calmo, tranquillo e rispettoso degli altri.

Di recente, grazie a un incontro fatto in vacanza, mi sono messa in contatto con i membri della Soka Gakkai di Torino che seguono gli III:zadankaiII-: in carcere. Sono stata invitata a una riunione al Centro culturale dove mi è stato affidato un III:omamoriII-: Gohonzon da consegnare a unpraticante detenuto trasferito d'urgenza a Rebibbia. Ora tra le città di Torino, Roma e Pavia sta nascendo una rete di sostegno ai praticanti detenuti nelle carceri d'Italia. Io sono diventata un punto di riferimento per loro, mi chiedono informazioni, riviste, libri, incoraggiamenti, vogliono che io conosca le loro famiglie e così hanno iniziato a recitare anche sorelle e mogli di carcerati avendo verificato concretamente il loro cambiamento. Ad aprile la Regione Lazio ha chiesto all'azienda dove lavoro la mia collaborazione come consulente tecnico per le tossicodipendenze e il carcere: da maggio

scorso presto quindi la mia opera due giorni a settimana negli uffici della Regione proprio dietro casa mia. Ancora una volta mi sono resa conto che nel Buddismo di Nichiren Daishonin nulla è impossibile e che spesso per arrivare alla realizzazione di un proprio desiderio è necessario compiere un percorso al quale siamo chiamati per missione: un percorso che ci cambia e ci migliora, e cambia e migliora gli altri. Nel mio nuovo lavoro mi devo occupare di progetti di prevenzione alle nuove droghe e all'alcolismo, nonché di progetti di reinserimento sociale e lavorativo per tossicodipendenti, detenuti e immigrati, naturalmente a livello regionale. Sono veramente felice e spero di assolvere a questo compito in maniera coerente con quanto ci insegna il nostro maestro. Una frase del Gosho, in particolare, mi ha sostenuto e aiutato in questi anni a superare la mia insicurezza: «Una spada sarà inutile nelle mani di un codardo. La potente spada del Sutra del Loto deve essere brandita da un coraggioso nella fede. Allora egli sarà come un demone armato di una mazza di ferro». Anche nella mia vita privata ho raggiunto dei traguardi importanti: in campo sentimentale ora mi sento realizzata e mia figlia - con cui ho un rapporto bellissimo - ha iniziato a praticare ed è membro dal 2005. A lei devo incoraggiamenti costanti grazie alla fede fresca e vigorosa tipica dei giovani. (F. C.)