



# Le angosce e le pietre

## nei giorni di Subash

di Beppe Pedron

**Il Nepal è stato colpito due anni fa da un devastante terremoto. A fatica, tra molti ostacoli, procede l'opera di ricostruzione. Che fa i conti con popolazioni traumatizzate. Ma capaci, se coinvolte, di svolgere un ruolo da protagonisti**

**N**elle notti di Subash ci sono sempre almeno quattro sveglie.

Non servono né orologi, né allarmi dei telefoni, né che Preeda lo chiami. Puntuali, ogni notte, ormai da troppi mesi, risuonano forti i rumori dei ricordi. E con essi l'allarme, l'istinto di alzarsi a sedere sul letto e controllare che tutto sia in ordine.

All'inizio c'erano anche la corsa verso l'uscita, il rendersi conto, qualche secondo dopo, che un tetto di lamiera caduto in testa non fa gran male, il ritornare mesto nel letto condiviso con moglie e tre figli ad ascoltare il russare dei vicini, le sveglie parallele di Deepu – il dirimpettaio, anch'egli ingabbiato dai ricordi – e il lento trascorrere delle ore, fino all'alba.

Poi le corse si sono placate, la mente si è convinta che tutto è quasi finito. Anche se non se ne sono andate le an-

gosce, le immagini nere, le urla fortissime nel silenzio e l'abitudine snervante di aprire gli occhi, passare in rassegna la baracca e attendere il prossimo sonno, nel quale attendere la prossima sveglia.

Di giorno è diverso: ci sono i bambini da mandare a scuola, l'erba da tagliare per il vitello, il lavarsi all'unica fonte del villaggio, per poi avviarsi alla raccolta, insieme a tutti gli altri.

La raccolta avviene al fiume, che scorre da sempre placido, sconfinato, inattaccabile dalle vicende umane: lungo le sue rive si raccolgono le pietre che sono diventate l'"oro bianco". Da quando si ricostruisce l'intero paese, infatti, vengono da ogni dove per caricare camion, rompere i sassi in pezzi, farne ghiaia di misure varie o polvere di cemento. Così Subash – che da sempre vive qui, giusto sopra il letto del fiume –, oggi ha la miniera a portata di



**ESISTENZE CAPOVOLTE DAL TERREMOTO**  
Niente più ponte, bisogna guardare il fiume per andare a scuola; training di beneficiari per la ricostruzione di case; una famiglia guarda foto di prima del sisma; anziana ex albergatrice cuce borse per studenti



braccia, un guadagno sicuro per chissà quanto tempo, una pausa dai pensieri paurosi. E forse un cancro polmonare assicurato per i prossimi anni.

La sera, tutto si placa. E mentre nella mente di Subash – come in quella di Deepu, di Usha, di Sunil, di Mandanika, della piccola Nadeema, di Bishal e di molti altri – tornano a farsi strada paure e idee di morte, ecco arrivare in soccorso l'alcol. Che sia sotto forma di whisky o birra o *raksi* – bevanda locale, prodotto dalla fermentazione del miglio –, è la cura perfetta per molti. Non costa tanto, scioglie i ricordi, addormenta la rabbia che attende di scattare

come un lupo in agguato, allontana per un po' l'idea di farla finita. E concilia il sonno.

### Assorbire le vibrazioni

A due anni dal catastrofico terremoto che, il 25 aprile 2015 (con repliche nelle settimane successive), ha causato oltre 8 mila morti e danni ingentissimi, il Nepal è ancora in piena ricostruzione.

Diversi problemi ambientali e politici hanno rallentato per mesi le operazioni di soccorso e aiuto: i governi del paese hanno continuato ad avvicinarsi, rendendo le decisioni lente e provvisorie; l'autorità per la ricostru-

**“ La sera, tutto si placa. Ed ecco arrivare in soccorso l'alcol. Che sia sotto forma di whisky o birra o raksi, è la cura perfetta per molti. Non costa tanto, scioglie i ricordi, addormenta la rabbia, lupo in agguato... ”**

zione è sistematicamente affidata a leader diversi, che costringono popolazione e organizzazioni a fare slalom tra regole e contro-regole; gli inverni rigidi si alternano a stagioni di battenti piogge monsoniche; scioperi, dimostrazioni, blocchi locali sono all'ordine del giorno.

Tutto ciò appesantisce un Nepal ricchissimo di bellezze naturali e di turismo, ma povero di infrastrutture, vie di comunicazione e servizi efficienti.

Le pietre che raccoglie Subash percorrono chilometri per diventare fondamenta di case nuove, non grandi ma solide, di abitazioni resistenti agli urti, di rifugi sicuri in cui tenere le famiglie, qualora tutto d'intorno dovesse scuotersi ancora. In ogni angolo del paese diverse generazioni di muratori applicano quanto insegnato dagli ingegneri venuti da Kathmandu, la capitale, e sistemano con cura ogni pietra, cosicché si incastrano con la vicina, in modo che possano assorbire le vibrazioni e, amalgamate con il cemento, si inclinino senza spezzarsi.

### Primo, case agli emarginati

Le organizzazioni impegnate negli interventi post-terremoto, attenendosi alle regole stabilite dall'Autorità per la ricostruzione del Nepal (Nra), forniscono alla popolazione corsi di formazione per la costruzione di abitazioni resistenti al sisma. Vi partecipano sia muratori già esperti – che spesso fanno fatica a cambiare il metodo applicato per anni e a credere alle novità introdotte da ingegneri incravattati –, ma anche ragazzi e uomini dei villaggi.

Lo scopo è ricostruire il paese in modo più sicuro, ma anche coinvolgere le popolazioni nelle operazioni di ricostruzione. Così possono ottenere un guadagno e collaborare attivamente alla rinascita della propria terra, ponendo le basi per una società che partecipa maggiormente e si responsabilizza.

Il meccanismo dei progetti, applicato anche dalla rete Caritas, è virtuoso: dopo la costruzione dell'abitazione modello, le squadre procedono a ricostruire una ad una tutte le case. Gli adulti delle famiglie costruiscono la propria casa, ma partecipano anche all'edificazione delle case dei vicini: la comunità rinasce ad opera di tutti, sulle fondamenta di una solidarietà per

certi aspetti nuova, ma che rimanda a una tradizione di millenni.

Per decisione formale, con la finalità di includere tutte le fasce della popolazione in un Nepal più accogliente e attento, Caritas Nepal sceglie, come prima casa da ricostruire nei villaggi, un'abitazione di persone emarginate o appartenenti a categorie deboli (donne sole, persone malate o diversamente abili, orfani, ecc). Si tratta, in effetti, di un'occasione unica, per avvicinare le persone, togliere stigma ed emarginazione ed aumentare l'armonia delle comunità. La coesione comunitaria è fondamentale e necessaria, non solo per avere case solide, ma anche per resistere agli urti interiori delle catastrofi naturali.

A distanza di 24 mesi dal sisma, infatti, le popolazioni dei distretti più colpiti, senza grandi distinzioni di età, sesso o estrazione sociale, risultano ancora traumatizzate; molte persone e comunità faticano a ritrovare la normalità del periodo pre-terremoto.

La coesione comunitaria è intessuta principalmente di relazioni tra le reti familiari, amicali ed istituzionali, di scambi di esperienze, di favori e di oggetti, di condivisione delle gioie e delle difficoltà, di corresponsabilità verso il prossimo. Tutte le attività comunitarie che consolidano questa trama di relazioni sono dunque enfatizzate e promosse, in un'ottica di supporto psico-sociale alle vittime. Celebrazioni di feste tradizionali, riti per i defunti, proposte ludiche per i bambini e ricreative per gli adulti: queste occasioni consentono agli individui di rifondare insieme solide condizioni di convivenza e a costruire un senso comunitario. Lo stesso senso che le catastrofi naturali, come provano le ricerche scientifiche, distruggono insieme alle abitazioni, alla sicurezza alimentare, alla protezione delle fasce deboli, ai mezzi di sussistenza e ai ruoli individuali.

**“ Nell’approccio integrale, alla ricostruzione materiale si associa il recupero delle fonti di guadagno familiare, coinvolgendo le popolazioni in attività edilizie e costruendo alternative economiche e produttive ”**



AFP PHOTO / MATTHIEU ALEXANDRE / CARITAS INTERNATIONALIS

**GENERAZIONI SCOSSE**

**Hari Maya Rama, 83 anni, in posa davanti alla sua casa distrutta, a Narsun Gaon, distretto di Gurkha. A destra, studentesse in una scuola ricostruita da Caritas a Dubachour**

**Traumi di massa**

Per uno come Subash, abituato alle pietre, al martello, all'acqua gelida della fonte, alle salite e discese del villaggio e della vita, all'alcol della sera e al solo abbraccio delle coperte polverose, quel giovanotto un po' strano, dal maglione ancora pulito, non poteva che essere un altro cacciatore di assicurazioni facili.

Ma dopo pochi incontri, l'uomo ha sentito le parole scorrere più fluide e le sveglie della notte farsi meno angoscianti. Subash, insomma, ha iniziato a capire di non essere matto e di poter tenere nelle vene la rabbia che fino a due settimane prima dal sangue passava ai nervi, dai nervi alle mani, dalle mani alla schiena di qualcuno.

Al rafforzamento della comunità,

nei villaggi teatro di ricostruzione si deve unire anche il supporto psicologico individuale, fornito da psicologi professionisti e rinforzato spesso dagli psichiatri: solo così si riescono a trasformare le prime avvisaglie di malessere, avvertite da tante persone come Subash, in occasioni di crescita. E a scongiurare comportamenti pericolosi, per chi li attua e per gli altri.

I casi non sono isolati. Il terremoto ha diffuso traumi di massa. A tre mesi dal sisma, nella valle di Kathmandu, erano aumentati del 46% i casi di suicidio e i soggetti portatori di sintomi di depressione, rabbia ingiustificata, insonnia, ansia e stress acuto.

Il servizio sanitario nepalese, soprattutto per quanto concerne specialità mediche complesse, tra cui la psichiatria e la psicologia clinica, non raggiunge le valli; gli specialisti sono concentrati nelle grandi città, particolarmente nella capitale.

Caritas Nepal, come altre organizzazioni umanitarie, ha dunque deciso di avvalersi di professionisti locali, e da mesi è impegnata nella formazione di personale specifico, che si occupi del lavoro psico-sociale.

A volte Preeda, la moglie di Subash, è sicura che i pezzi si metteranno a po-



ISABEL CORTHER / CARITAS BELGIUM & SWITZERLAND

sto. I bambini sono contenti della scuola nuova e i docenti, supportati da una ong italiana, vanno a scuola quasi sempre, si fermano sino a tardi e insegnano in modo più efficace di quanto avveniva prima del sisma. Preeda legge a malapena ma vede l'impegno dei suoi tre bimbi, vede i quaderni pieni zeppi di lettere e conti, vede i voti più alti e la carica con cui i bambini si alzano la mattina, aiutano nei campi, si lavano, fanno colazione, vanno a prendere l'acqua potabile e vestono l'uniforme consueta, per essere in classe prima di tutti.

Subash a volte salta ancora sul letto la notte, ma meno di prima. E ha smesso di menare le mani. Certo, non ci sono nemmeno troppe carezze. Ma, Preeda lo sa, verranno col tempo.

Il lavoro delle pietre e il piccolo pezzo di terra ora coltivato a ortaggi aiutano a vivere meglio, mentre la ca-

**L'impegno Caritas**

**Case, acqua, produzione. E supporto psicologico**

**Caritas Italiana**, presente in Nepal da anni, con un supporto a distanza per programmi di sviluppo e di prevenzione della tratta di essere umani, dal 2015 finanzia un massiccio intervento di ricostruzione, in seguito ai devastanti terremoti del 25 aprile e 12 maggio.

Attraverso Caritas Nepal, congregazioni religiose e ong, Caritas Italiana finanzia interventi di edilizia, recupero delle attività produttive, per l'istruzione, la sanità e l'aiuto psico-sociale.

Sul versante della ricostruzione, sono stati condotti 174 corsi di formazione per leader dei villaggi sugli edifici antisismici e 249 corsi per muratori e capi-cantiere. Le abitazioni vengono ricostruite (secondo un modello proposto dal governo, che mira a coinvolgere le vittime e a ridurre i costi) dai beneficiari stessi, con il supporto tecnico di ingegneri e muratori formati. Caritas eroga il supporto economico in tranche; la prima è stata consegnata a 4.137 famiglie. Sono state realizzate 7 abitazioni modello, paradigma per la ricostruzione, assegnate a soggetti vulnerabili (vedove, famiglie con persone diversamente abili, orfani).

Sul fronte idrico, sono stati condotti 16 studi di fattibilità per la ricostruzione di cisterne, 70 test di potabilità e 8 disinfezioni di cisterne esistenti. Si lavora poi per la formazione all'igiene e al corretto uso dell'acqua potabile, anche tramite il teatro di strada.

Corsi di formazione (5 per agricoltori e 4 per allevatori) sono stati organizzati per favorire il ripristino di piccole attività produttive, kit per la semina sono stati consegnati a 6.200 contadini, 20 giorni di lavoro pagati a 4.233 persone per lavori socialmente utili. Infine 8 cooperative di lavoratori hanno ottenuto supporto organizzativo e di micro-credito.

Il supporto psicologico d'emergenza parte dall'identificazione dei casi bisognosi di intervento immediato e di quelli differibili: Caritas Italiana ha promosso 157 attività di sensibilizzazione comunitaria, laboratori per bambini e interventi di protezione per categorie deboli (donne sole, minori, persone affette da disabilità e anziani) attraverso la diffusione di opuscoli in 55 località. I casi più complessi vengono indirizzati verso servizi specifici.