

Il valore della vergogna

- Hahaha, che sfigato! – esclamano tutti mentre Marco cammina tranquillamente per il corridoio durante l'intervallo. Gli è rimasto un pezzo di carta igienica attaccato alla suola della scarpa: è appena uscito dal bagno dopo mezz'ora, poiché aveva mal di pancia.

- Chissà cosa avranno da ridere questi cretini! - pensa lui poco prima di accorgersi del perché.- Che vergogna! -

Marco corre di nuovo in bagno, questa volta per piangere perché tutti lo prendono sempre in giro, poiché non indossa vestiti firmati e il suo fisico non può certo essere definito slanciato ed atletico, e a volte gli accadono pure cose come questa.

Marco è un ragazzo come tutti gli altri, soltanto che è stato preso di mira dal “più figo” della scuola e da tutti i suoi amici e, visto che quel bullo e quegli altri ridono di lui, hanno incominciato a farlo anche gli altri studenti perché quello che fa David è legge, perché David è “uno giusto”.

- Che figura di merda! Hanno proprio ragione quelli, sono davvero uno sfigato. Solo ad uno come me poteva succedere una cosa del genere! La cosa peggiore è stato il vedere che anche le persone che non mi conoscono ormai mi giudicano così. Ma che diritto hanno David e i suoi compagni di farmi tutto questo? In fondo io a loro non ho fatto niente ma sembra che, ignorandoli, la situazione sia peggiorata! -

Dopo una giornata di scuola Marco torna a casa e riversa la sua tristezza sul cibo, sfogandosi con un intero barattolo di Nutella, cosa che non farà altro che aumentare la costellazione di brufoli che ha sulla faccia.

Marco non ha voglia di studiare: vorrebbe uscire, svagarsi con qualcuno. Peccato che nessuno voglia uscire con lui, visto che è uno sfigato. Così Marco rimane tutto il giorno a casa a guardare la televisione, senza combinare niente. Quando guarda la televisione si sente meglio perché si dimentica della realtà ed il tempo passa più in fretta, gli scorre addosso senza che se ne accorga e per un momento si dimentica dei suoi problemi.

Marco una volta non era considerato uno sfigato: prendeva i suoi discreti voti a scuola, anche se non eccelleva in nessuna materia, usciva quasi tutti i

giorni con i suoi amici, suonava in un gruppo che aveva messo su con due compagni delle elementari e faceva rugby, visto che la sua stazza è sempre stata un po' abbondante.

Da quando ha iniziato il liceo Marco è cambiato: non è riuscito ad inserirsi bene nella nuova classe, forse perché David lo aveva da subito preso di mira con i suoi stupidi commenti. All'inizio Marco non gli faceva caso ma uno, a furia di sentirse dire, alle cose ci crede.

Così Marco ha iniziato a comportarsi davvero come David voleva che si comportasse, diventando un burattino nelle sue mani.

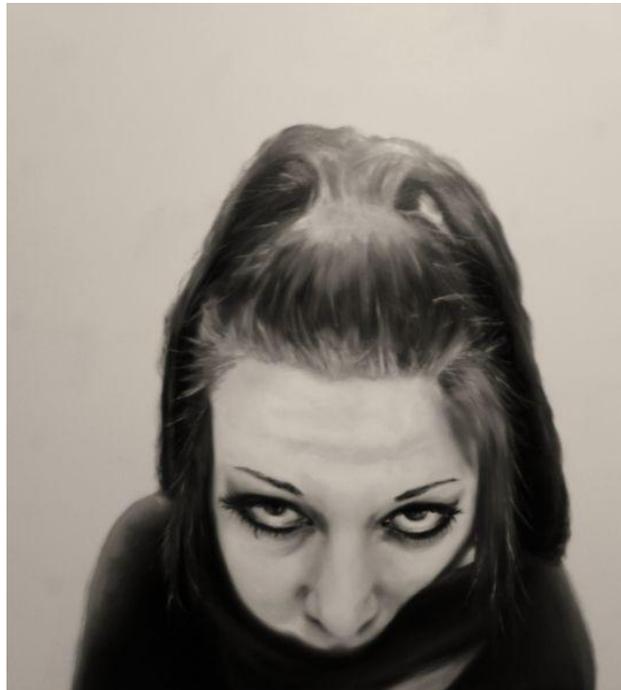
- Sono davvero stufo, che cosa devo fare? Se reagisco va a finire male ma se continuo a rimanere uno sfigato va a finire davvero che divento invisibile, come dice David, va a finire che sparisco. È arrivato il momento di reagire: devo convincermi ed andare da lui, parlargli in qualche modo...Sì, ma cosa gli dico? Mi vergogno sia di andare a parlargli sia di fare un'altra figuraccia come oggi. Non posso più andare avanti così, questo non è vivere. Ho deciso: domani gli parlerò, tanto ormai non ho più niente da perdere... Al massimo mi daranno ancor di più dello sfigato, ma tanto ormai ci sono abituato -.

Il giorno dopo Marco si sveglia, si rade, indossa i vestiti più belli che ha e che lo fanno sembrare

meno corpulento e con il suo motorino percorre la strada per arrivare a scuola. Lascia alzata la visiera del casco per sentire l'aria, l'aria della libertà che sta per ottenere sfogandosi con David: piange, un po' perché l'aria è troppo forte e gli punge gli occhi come spilli, un po' perché sente che riavrà la sua vita, quella di una volta.

Sono passate le prime tre ore, che non sembrano passare mai: Marco è troppo in ansia per quello che dovrà fare durante l'intervallo.

Driiin...il momento è finalmente arrivato e Marco viene preso da una sensazione di vuoto, come se avesse saltato dalla cima di un'altissima montagna circondata dalla fredda nebbiolina che si crea quando sei in mezzo alle nuvole e che non ti permette di vedere al di là del tuo naso. È proprio così che si sente Marco in questo momento, perché



non può prevedere ciò che succederà dopo che avrà parlato a David.

- David, io devo parlarti -

- Raga, lo sfigato parla! Tutti qui a sentire le cazzate che spara! -

- No David, non hai capito: solo io e te -

- Ah, allora è una cosa seria! Raga, lasciatemi con lo sfigato, tanto poi vi racconto e ci facciamo due risate! -

- Non ce la faccio più ad andare avanti così: io avevo una vita, degli amici, delle passioni, una ragazza, insomma, tutto quello che un ragazzo potrebbe chiedere e che tu mi hai portato via, senza alcun diritto di farlo. Ma perché, perché lo hai fatto? Tu non sei nessuno, non vali neanche la metà di quello che valgo io. Io ho forza di volontà, io rivoglio la mia vita e la rivoglio indietro adesso. Non me ne frega proprio niente di quello che tu e quei cretini dite sul mio conto e non ho più intenzione di farmi problemi a causa vostra. Da domani inizio la dieta, torno a fare rugby, torno a suonare il basso e vado da Valentina e le chiedo di rimetterci insieme: ho intenzione di riprendermi tutto quello che tu mi hai tolto. David, sei una merda, una persona marcia dentro che per stare bene con se stessa deve per forza far male agli altri e devi solo vergognarti di te stesso. Io ti disprezzo David, non provo per te quella finta stima che provano gli altri. Spero che le mie parole ti servano per diventare una persona migliore perché l'unica cosa che si può augurare a quelli come te, per cui provo e si può provare solo una gran pena, è di crescere e diventare grandi, di pentirsi di quello che si è fatto agli altri, quelli un po' più deboli, come me. Però da oggi sono io il più forte, perché ho reagito e sono cresciuto mentre tu sei ancora un bamboccio, che ha bisogno di sfottere gli altri per mettersi in luce. Cresci David -

- Non ci posso credere – pensa Marco – da dove mi

sono uscite quelle parole proprio non lo so, so solo che adesso mi sento di nuovo me stesso, mi sento vivo -.

Marco non viene più preso in giro, non è più considerato uno sfigato, anzi, viene apprezzato da tutti i suoi compagni che stanno iniziando ad accettare e scoprire le più belle sfaccettature del suo carattere.

Anche David è cambiato: quel “Cresci David”, secco, buttato lì alla fine del discorso di Marco, lo ha colpito ed ha smesso di prendere in giro la gente. Nessuno dei suoi “amici” gli dà più retta ed è rimasto da solo: meglio solo che mal accompagnato, pensa ora lui. L'unico amico che gli è rimasto ora è proprio Marco. Piano piano i loro rapporti si sono intensificati. Da imbarazzati che erano dopo lo sfogo di Marco sono diventati sempre più cordiali e aperti. Ora si vedono tutti i giorni e passano diverse ore insieme. I compagni di Marco non riescono a capire perché è diventato amico del suo peggior nemico, ma Marco crede in David, sa che ora è diverso, che è cambiato ed è per questo che ha trovato in lui un amico.

Ognuno di noi vale davvero. Dobbiamo solo credere in noi ed avere il coraggio di manifestare il nostro “io” alla maggior potenza possibile, così da dipingere il mondo degli infiniti colori della nostra anima.

Molte persone vedono la vergogna come un sentimento negativo perché, solitamente, è la conseguenza di un'azione o di un fatto di cui ci pentiamo.

La vergogna così intesa è, infatti, strettamente collegata a questi fatti o azioni ma non deve assolutamente essere vista in modo negativo: ciascuno di noi prova vergogna soltanto se si pente dell'accaduto. Se la vergogna, dunque, è la conseguenza di un pentimento, è una buona cosa perché significa conversione.



Nel caso di un omicidio il colpevole viene additato dalle altre persone, viene sottoposto a processo ed incarcerato. A questo punto della sua vita egli ha davanti a sé un bivio: può continuare la propria esistenza senza alcun rimorso oppure, essendo stato toccato dalle emozioni suscitate dagli avvenimenti, vergognarsi a tal punto di se stesso da decidere di cambiare vita.

È proprio questo il bello della vergogna: è un sentimento che ci fa riflettere sulle nostre azioni e sulla nostra esistenza. Quando ci vergogniamo ci isoliamo per un momento dal resto del mondo ed è come se avessimo un colloquio con noi stessi. Da questo colloquio, poi, traiamo la forza per reagire alle difficoltà ed uscirne come persone nuove, con una nuova forza di spirito ed un'inesauribile voglia di vivere.

Questo è proprio quello che è successo a Marco: nella nuova scuola fatica a relazionarsi, fa un po' il timido ed il riservato. Per questo, poiché viene visto come un soggetto debole e quindi facilmente attaccabile, David inizia a prenderlo in giro.

A questo punto Marco ha due possibilità: continuare a chiudersi in se stesso e sopportare l'opprimente situazione in cui si trova, oppure reagire e farsi valere. Marco sceglie la seconda opzione: la vergogna fa scaturire in lui una forza di spirito tale da riuscire a far vergognare, con le sue bellissime parole, anche il bullo. Così da una conversione ne scaturisce un'altra ancora più potente che rende maggiormente significativa la precedente.

La vergogna può scaturire anche dal non apprezzare il proprio fisico: essere magri, alti ed attraenti è il sogno di tutti ormai. Forse, però, questo sogno non è completamente nostro perché ci è stato inculcato dai media, che ci propongono falsi modelli del mondo dello spettacolo e dello sport.

Il fatto che queste persone siano così ben conosciute ed apprezzate da molti genera in noi il desiderio di *essere come* George Clooney o Sharon Stone.

La parola "essere", però, bene o male, rimanda



all'intera dimensione dell'esistenza. Voler essere come George Clooney, quindi, vorrebbe dire annullare la propria individualità e la propria esistenza per diventare quanto più è possibile quella persona.

Per me ciò è inconcepibile in quanto ognuno di noi è unico ed allo stesso tempo meraviglioso in quanto se stesso. Pensate a come sarebbe triste e grigio un mondo popolato da un esercito di George Clooney tutti uguali, con la stessa fisicità, la stessa voce, lo stesso

sorriso (e magari tutti insieme ripetono in coro: "Nespresso? What else!"). Ciò che rende così straordinariamente popolare quella persona diverrebbe banalmente di tutti e non sarebbe più una cosa da desiderare perché quotidianamente comune.

Quello che voglio farvi capire è che nessuno può essere considerato "nessuno": evidentemente, se esistiamo, è perché siamo grandi nella nostra piccolezza e non importa quante ma *quali* persone nel mondo conoscano il nostro nome perché dobbiamo essere apprezzati da coloro che ci vogliono bene e che ci stanno accanto nella vita.

Proviamo ad immaginare una scatola sotto l'albero di Natale: ci importa fino a un certo punto se il pacco è incartato con della carta di giornale o con una luccicante carta da regalo; quello che conta è ciò che è dentro alla scatola. Allo stesso modo il nostro corpo è come la scatola al cui interno si trova un meraviglioso regalo, la cui bellezza non dipende assolutamente da come è stato incartato il pacchetto. Che siano poche persone a cogliere questa bellezza o il mondo intero ha poca importanza, perché è un qualcosa che dipende da occasioni e fattori non sempre dovuti ad una effettiva grandezza o bravura dell'uomo famoso. L'importante è che quella bellezza la colgano quelle persone che ci sono veramente vicine, quelle che ci vogliono veramente bene, quelle che veramente sanno cogliere il nostro valore.

Perché ognuno di noi vale, vale davvero. Dobbiamo solo credere in noi ed avere il coraggio di manifestare pienamente il nostro "io". Perché questo accada, dobbiamo però essere pronti a fare chiarezza dentro di noi, riconoscendo anche i nostri errori, ponendoci in condizione di cambiare. E in questo processo è fondamentale la vergogna: attraverso di essa passa la comprensione che non stiamo dando il meglio di noi e quindi il pentimento e il miglioramento che mettiamo in atto.

Ben venga la vergogna dunque, se questa può allontanarci dai nostri difetti e condurci al miglioramento delle nostre azioni, del nostro carattere e quindi di noi stessi.

