

## SENZA PIÙ VERGOGNA?

Ogni civiltà sviluppa modelli di comportamento conformi alla propria cultura e ai dettami etici da essa elaborati. Le società del passato avevano realizzato e trasmesso modelli di comportamento piuttosto forti, basati su un'etica ferma e volte anche rigorosa, comunque ben codificata, attraverso cui esercitavano il proprio controllo morale sull'individuo, il quale era innanzitutto membro di una comunità, e la sua coscienza morale faceva parte di quella comunità, ne era intimamente e intensamente consonante. Così era nel mondo classico, a partire dalla società omerica con la sua "cultura della vergogna", così sarà per le società che ne seguiranno e che, soprattutto sotto l'influenza del cristianesimo, elaboreranno un modello sempre più basato sulla "cultura della colpa".

In ogni caso, il non rispetto delle regole o l'allontanamento dai modelli comportamentali socialmente condivisi comportava, con la consapevolezza di aver commesso un'azione riprovevole, una valutazione personale, prima ancora che sociale, negativa, la quale portava l'individuo a quel senso di avvilito, tristezza, fallimento, ecc. che è, nell'insieme, il sentimento della vergogna. Un sentimento intenso che prende l'individuo nella sua profondità e intensamente si manifesta nelle sue espressioni corporee.

L'immagine per eccellenza della vergogna è quella di una persona che si copre il volto con le mani. Il nascondersi agli altri, l'evitare lo sguardo altrui, il guardare in basso, per terra, o comunque altrove, dove non si incontrano gli occhi degli altri, sono atteggiamenti tipici di chi si vergogna: lo sguardo degli altri ci sembra cogliere nel profondo quel senso di colpa da cui la vergogna scaturisce. Chi si vergogna è come se si sentisse nudo, spogliato e smascherato di fronte agli altri. E questo atto del nascondimento non è solo visivo, ma si partecipa con tutto il proprio corpo. Chi si vergogna spesso arrossisce, altera il viso con smorfie, si morde le labbra, ha un ripiegamento del busto, un serrare le spalle, una chiusura su se stesso come se in un atto insieme di autoprotezione e di sottomissione. Insomma si pone sulla difensiva, in una chiusura che di solito è anche comunicativa: chi si vergogna non parla, contrappone il silenzio e lo sviamento dello sguardo a chi gli si pone davanti e lo giudica. Ed è proprio questo il punto chiave. Perché la vergogna è un sentimento "intrinsecamente sociale e relazionale": si prova vergogna di fronte a "un pubblico" (reale o immaginario) che ci guarda e ci giudica e ci fa percepire quindi disapprovazione e biasimo; negli altri leggiamo la



### La cultura di vergogna e la cultura della colpa

La denominazione della società omerica come civiltà della vergogna si deve allo storico e grecista irlandese, uno dei più importanti studiosi dell'età classica, Eric Dodds (il quale nel suo saggio *I Greci e l'irrazionale* riprende un concetto originariamente elaborato dall'antropologa americana Ruth Benedict che applicò tale categoria – *shame culture* – alla cultura giapponese).

Sarebbero due, secondo Dodds, i valori su cui una società può fondarsi: la vergogna e la colpa.

Il secondo tipo (quello della *guilt culture*, la cultura della colpa) è proprio della civiltà occidentale moderna e si basa sul riconoscimento, da parte dell'uomo reo, dello sbaglio commesso e della colpa; nel primo tipo invece è la comunità che adita il reo come tale, rendendo manifesto il suo errore e affliggendolo con il senso della vergogna e l'esclusione sociale.

In questo tipo di società è forte il senso, e quindi la ricerca, della stima collettiva, si fa di tutto per apparire forte e valoroso agli occhi degli altri, per ottenere gloria e ammirazione. Fine ultimo è la conquista dell'onore, che non rappresenta un concetto astratto, ma, basato su schemi convenzionali e precostituiti, si concretizza in pubblici riconoscimenti. Per questo l'agire dei personaggi omerici (Agamennone, Achille, Ettore...) è fortemente condizionato dal senso dell'onore, da ciò che potrà accadere se non compiono una determinata azione, se non si comportano come da loro ci si aspetta. È timore di essere screditati agli occhi della società che spinge Agamennone nella contesa contro Achille a mettere a repentaglio l'esito dell'intera spedizione contro Troia, in quanto capo degli Achei non può rimanere privo di doni, e ugualmente costringe Ettore ad abbandonare l'amata Andromaca sulle porte Scee e andare incontro al suo destino ("Ho troppa vergogna dei Troiani e delle Troiane dai lunghi capelli, se come un vile resto lontano dalla battaglia").

condanna dei nostri atti riprovevoli. Da ciò la chiusura difensiva all'altro.

Il termine stesso *vergogna* nella sua origine semantica (dal latino *vereri*) rimanda al sentimento di rispetto per qualcosa sentito come dovuto e sacro e al senso di colpa quando ci si allontana da esso. La dizione inglese, *shame*, di derivazione germanica, richiama invece l'ignominia e il nascondersi.

La vergogna è dunque un'emozione che ferisce il nostro io, lo lede in profondità, soprattutto nel suo rapporto con gli altri: è la nostra integrità, la nostra immagine che va in frantumi. La vergogna è un sentimento che determina sempre uno stato di crisi interiore, che impone all'individuo di fare i conti con se stesso e con gli altri.

Per questo le sue conseguenze sono sempre piuttosto forti, dalla perdita dell'autostima, allo stato depressivo, finanche al suicidio. Oppure si volge nei suoi opposti e sortisce reazioni aggressive, dalla risposta litigiosa alla soppressione dell'altro (quello negli occhi del quale soprattutto leggiamo la nostra colpa e la nostra vergogna). Oppure ancora determina un cambiamento comportamentale positivo, un recupero del senso morale e un rientro nei valori e negli atteggiamenti condivisi della comunità, e quindi uno stato di benessere (del benessere dell'individuo che vive in sintonia con i valori espressi dalla sua comunità).

Le reazioni sono certamente individuali, anche se si costruiscono su un retroterra culturale comune. Ma è individuale anche, soprattutto in società in cui i dettami etici sono elastici, la gradazione dell'emozione e sono in molta parte individuali anche gli elementi scatenanti. Non tutti percepiamo come vergognosi o

Il tragico entertainment quotidiano offerto dai politici, seguito con passione dai cittadini che pure lo disprezzano, consente agli uni e agli altri di distrarsi. Altrimenti, bisognerebbe occuparsi di questioni più noiose. Ad esempio, del fatto che in altri Paesi si sta lavorando per preparare ai propri figli un'economia e una società dinamiche, non un Paese di cui a volte, pur amandolo, ci si vergogna. (Mario Monti)

ugualmente vergognosi gli stessi atti. Ciò che uno può sentire come profonda vergogna personale e viverlo con forte senso di colpa, ad un altro potrebbe causare solo fastidio, disagio o imbarazzo. Ma questo accade per quegli atti sui quali non agisce una ferma condanna morale del gruppo (del gruppo dei pari, della famiglia, della comunità, della nazione, ecc.), non per quelli per i quali è chiara e chiaramente trasmessa, in quanto culturalmente codificata e socialmente condivisa, la riprovazione generale. Perché, anche se il coinvolgimento emozionale è vissuto individualmente e con variazioni da individuo a individuo, la vergogna, l'abbiamo già detto, è un sentimento sociale e relazionale ed ha la sua origine nella collettività.

Per questo lo studio della vergogna è una cartina di tornasole potentissima per comprendere i mutamenti nei valori morali in una data società. Certi passaggi etici, atteggiamenti permissivi o repressivi, si evidenziano nei comportamenti effettivi degli individui (da come questi

vengono in definitiva tollerati o meno dalla società) prima ancora che negli "atti ufficiali" (cioè quelli emanati dalle agenzie educative tradizionali) attraverso i quali si trasmette la cultura di una società. Questi, per loro natura, tendono ad essere conservativi, a trasmettere la tradizione; tendono a ribadire ciò che è moralmente condivisibile e ciò che non lo è. Ma la ricezione può introdurre delle variabilità, tali da rendere elastico (e quindi instabile, mutevole, opinabile...) il senso pubblico rispetto a un certo atto o una certa condotta.

Molti sono gli elementi che agiscono su questi mutamenti. L'azione dei media, innanzitutto. Certamente, in primo luogo, della televisione. Si dice che attraverso la vergogna si sperimenta in senso negativo l'immagine di sé. Oggi la televisione sembra premiare soprattutto personaggi che ci danno un'immagine negativa di se stessi, personaggi che su quest'immagine costruiscono il loro successo, non la loro vergogna. Così in televisione, così sugli altri media. Da una situazione che dovrebbe essere di vergogna si trae popolarità, non pubblica riprovazione. Pensiamo ai personaggi culturalmente e moralmente inadeguati del *Grande Fratello* e dei tanti "fratellini" che gli sono succeduti o alle escort (maggioresni o meno) balzate dalle prestazioni prezzolate nelle stanze di qualche palazzo del potere agli onori della cronaca e della glorificazione mediatica. A questi personaggi si affida l'inaugurazione di un nuovo locale pubblico o magari gli si riserva anche un posto in una lista elettorale. E non di rado li troviamo anche come dispensatori di "dotte" opinioni in qualche studio televisivo.

La condotta morale “scandalosa” (soprattutto quella dei vip) riempie le scalette delle trasmissioni e le pagine delle riviste nazionalpopolari. Il gossip tira, appaga il pubblico e paga editori, redattori e fotografi, ma ancor più i protagonisti. Nella nostra società dell'apparire, non è importante ciò che della nostra immagine si trasmette, se questa viene lesa o meno, ma quanto essa appare, che essa abbia una sua (qualunque essa sia) riconoscibilità e un suo spazio di diffusione. Si è vip se si appare, e qualsiasi cosa è buona pur di apparire. L'apparizione, la riconoscibilità, la notorietà sono valori in sé, anche al di là della ragione per la quale si acquisiscono.

E questa ragione spesso non è legata ad altre modalità che a quelle di colpire il pubblico, magari dandogli in pasto una pochezza nella quale specchiarsi, con la quale confrontarsi, nella quale ritrovarsi o alla quale contrapporsi. Perché tutto ciò è mediocrementemente rassicurante. Siamo insomma di fronte a quella “idealizzazione del banale e dell'insignificante”, di cui hanno parlato diversi studiosi. “Lo sguardo ammirato di molti – scrive Marco Belpoliti – non si rivolge più a persone di notevole valore morale o intellettuale, bensì a uomini e donne modesti, assolutamente identici all'uomo della strada o alla donna della porta accanto”. Si tratta di un fenomeno recente, prodotto essenzialmente dalla televisione, da programmi di vario genere, dai reality show ai talk-show nelle loro varie forme. Basta considerare quanti partecipanti a tante trasmissioni televisive e quanto profondamente svelano, anzi esibiscono non solo emozioni e sentimenti che una volta si consideravano intimi, totalmente afferenti alla sfera più privata della persona, ma addirittura ostentano i lati più deboli della loro personalità, marciano i difetti, sfoggiano il cattivo gusto e l'ignoranza.

Come non vi è puzza nel denaro, non vi è vergogna nella notorietà (in ciò che questa notorietà ci procura).

Dunque un cambiamento di parametri non da poco, nei livelli di permissività e in ciò che determina la popolarità. La vergogna oggi sembrerebbe essere più quella di non aver successo (misurato nei termini dell'apparire) piuttosto che quella dell'essersi allontanato dalla moralità.

È chiaro, sullo sfondo di tutto questo, il venir via via meno dei valori sociali (intendo naturalmente di quei valori sociali eretti su pilastri etici ben profondi e fermi) in nome di un individualismo basato sulla proiezione della propria immagine sul mondo, e non del proprio operato o delle proprie idee, sul culto della personalità, e non dell'intelligenza (o della forza, o di altri valori similari).

È il trionfo del narcisismo: la società, i media come specchio su cui proiettarsi e ritrovarsi, l'apparire come misura del successo. Il sostituirsi di questo “valore” a quelli regolati da meccanismi tradizionali della colpa e della vergogna ha prodotto, oltre che (ma anche attraverso) un allontanamento

dalla rigidità e dalla sicurezza dei modelli di comportamento, o, se si vuole, anche una certa indipendenza dalle convenzioni morali, ha prodotto – dicevamo - una sorta nuova di etica fondata, per così dire, sulla legittimità del *tutto è possibile se porta a...* Dove il fine è misurato sempre in termini di successo.

Le contraddizioni insite in questa “nuova etica” dovrebbero, a questo punto, essere ben chiare a tutti: non vi è vera premialità nel successo (in questo tipo di successo), che arride non ai più capaci e meritevoli (per intelligenza, fattività, ecc.) ma a quelli che hanno saputo interpretare un ruolo (anche al di là della decenza e della vergogna) e ritagliarsi una spazio mediatico in cui proiettarsi; non vi è adeguato riconoscimento sociale per la preparazione, l'impegno, la professionalità, ecc. ma neppure per chi celebra con i propri atti l'integrità,

La vergogna non c'è più. Quel sentimento che ci suggerisce di provare un turbamento, oppure un senso d'indegnità di fronte alle conseguenze di una nostra frase o azione, che ci induce a chinare il capo, abbassare gli occhi, evitare lo sguardo dell'altro, a farci piccoli e timorosi, sembra scomparso. Oggi la vergogna, ma anche il pudore, suo fratello gemello, non costituisce più un freno al trionfo dell'esibizionismo, al voyeurismo, sia tra la gente comune come tra le classi dirigenti. La perdita di valore della vergogna è contestuale a un altro singolare fenomeno: l'idealizzazione del banale e dell'insignificante. Lo sguardo ammirato di molti non si rivolge più a persone di notevole valore morale o intellettuale, bensì a uomini e donne modesti, assolutamente identici all'uomo della strada o alla donna della porta accanto. Si tratta di un fenomeno prodotto dalla televisione, da alcuni programmi di grande ascolto come il *Grande Fratello*.

(Marco Belpoliti, *Senza vergogna*, Guanda Editore, Parma 2010)

la correttezza, la moralità, ecc., invece si danno molte più occasioni a chi manifesta sfrontatezza e irriverenza; non hanno più rilevanza e precedenza l'abilità, la pratica o la capacità, ma si esaltano addirittura l'inesperienza e l'incompetenza come elementi su cui basare la riconoscibilità e il successo. Insomma, siamo di fronte se non propriamente a una sorta di sovvertimento dei criteri convenzionali e dei valori su cui tradizionalmente si è basata la società, almeno di fronte ad una loro forte modificazione e decisamente volta verso una leggerezza valoriale e comportamentale.

Ma se una certa disinvoltura rispetto alle convenzionalità sociali dà sicuramente maggior libertà all'individuo, lo pone però anche di fronte al rischio di perdersi nel vuoto dell'amoralità.

Insomma, il sentimento della vergogna, come ci mostrano mille atti sia alla base che soprattutto al vertice della società (e da questi inevitabilmente a cascata su tutti gli altri strati sociali), oggi è in crisi, non genera terapeutici sensi di colpa, non induce a rafforzamenti del senso etico, non riafferma modelli di comportamento condivisi, non rinsalda il sentire sociale. Se vi è sentimento di vergogna, vi è soprattutto rispetto al raggiungimento o meno di posizioni di successo. Ma è un senso di vergogna che non ha ragione né finalità etica e quindi non induce a crescita né l'individuo né la società.

Il sentimento della vergogna, quello che sovviene dopo un senso di colpa, quello che scaturisce da un lavoro di riflessione in sé, nel proprio io etico e di relazione con un altro da sé portatore di un senso morale è, non solo, poco frequentato ma anche poco apprezzato (la vergogna oggi è addirittura percepita come debolezza).

Bisognerebbe invece indurre alla riscoperta di questo sentimento che ha un intrinseco valore relazionale e

La vergogna costituisce un affetto fondamentale per descrivere la condizione contemporanea, un fattore decisivo per comprendere a che punto siamo arrivati nella distruzione dei valori e della singolarità. E questo non solo per la sua valenza annichilente – la vergogna distruttrice –, ma anche per l'aspetto importante che questa emozione riveste nella formazione dell'identità personale, come regolatore del sé, come strumento attraverso cui si prende coscienza, anche in modo doloroso, di ciò che si è rispetto agli altri. Con la sua ambivalenza la vergogna è infatti uno dei segnali che indicano la nostra irrinunciabile umanità.

(Gunther Anders, *L'uomo è antiquato. Considerazioni sull'anima nell'epoca della seconda rivoluzione industriale*, Bollati Boringhieri, Torino 2003)

sociale, insegnarlo fin dalle scuole (insegnarlo e insegnare a gestirlo, sia ben inteso, perché una sua cattiva gestione può essere deleteria quanto la sua assenza). Riappropriarsi dunque della vergogna, perché solo attraverso essa si può indurre la formazione delle nuove generazioni alla conquista di valori forti su cui giocare la propria vita e attraverso cui guardare al futuro.

Il ragazzo-Narciso di oggi che proietta tutto se stesso nello specchiarsi, nell'apparire, oltre quello specchio, oltre quell'immagine di sé che si gli proietta davanti non ha che il vuoto. E, a me pare anche, un angoscioso senso d'impotenza verso se stesso, il proprio futuro, il proprio proiettarsi (attraverso le proprie idee, i propri sogni, le proprie azioni...) sul mondo per modificarlo. Ed egli cerca quel vuoto e quell'impotenza di colmarli, di lenirli attraverso una puntigliosa (e disperata, direi) cura della propria immagine.

Per questo bisogna tornare ad una cultura (e a un insegnamento) della vergogna: per colmare quel vuoto, per lenire quel senso d'impotenza, dandogli valori condivisi in cui credere e con cui confrontarsi.

#### Per chi volesse saperne di più

##### Bibliografia

Luigi Anolli, *La vergogna*, Il Mulino, Bologna 2000

Mauro W. Battacchi, *Vergogna e senso di colpa. Tra psicologia e letteratura*, Raffaele Cortina Editore, Milano 2002

Eva Illouz, *Intimità fredde. Le emozioni nella società dei consumi*, Feltrinelli, Milano 2007

Mauro Mancina, *Narcisismo*, Bollati Boringhieri, Torino 2010

Marco Belpoliti, *Senza vergogna*, Guanda Editore, Parma 2010, p. 27

##### Sitografia

Agnese Galotti, *Vergogna e immagine di sé* - [http://www.geagea.com/52indi/52\\_08.htm](http://www.geagea.com/52indi/52_08.htm)

Cinzia Sabbatini Peverieri, *La necessità ontologica della vergogna* - <http://mondodomani.org/dialegsthai/csp01.htm>