



# RISORSE DIDATTICHE.



**[ResearchGate Project](#)** By ... 0000-0001-5086-7401 & [lnkd.in/erZ48tm](https://www.linkedin.com/in/erZ48tm)



.....



.....

Il nuovo libro  
con nuove storie

# #CUORICONNESSI

Cyberbullismo, bullismo e storie di vite online.  
**Tu da che parte stai?**



 **unieuro**  
Batte. Forte. Sempre.

Realizzato da Polizia di Stato e Unieuro

**LUCA PAGLIARI**

**Per saperne di più visita il sito**  
**[www.cuoriconnessi.it](http://www.cuoriconnessi.it)**

Progetto di Responsabilità Sociale di  
**Unieuro SpA**  
[www.unieuro.it](http://www.unieuro.it)

In collaborazione con  
**Polizia di Stato**  
[www.poliziadistato.it](http://www.poliziadistato.it)

Autore  
**Luca Pagliari**  
[www.lucapagliari.it](http://www.lucapagliari.it)

Progetto ideato da  
**PubliOne Srl**  
[www.publione.it](http://www.publione.it)

Seconda edizione  
7 febbraio 2021 - Giornata nazionale contro il bullismo e cyberbullismo

Tiratura 200.000 copie  
Distribuzione gratuita – Vietata la vendita

©2021 - Tutti i diritti riservati.  
È vietata la riproduzione di testi e immagini  
Per eventuali richieste: [info@cuoriconnessi.it](mailto:info@cuoriconnessi.it)

Edito e stampato da  
Poligrafici Il Borgo Srl - Bologna - Italy

# **INDICE**

**Prefazione 05**

**Introduzione 08**

**Storia di Camilla 12**

**Storia di Emma 23**

**Storia di Mirco 32**

**Storia di Isa 41**

**Storia di Due 49**

**Storia di Aalim 60**

**Storia di Dex 73**

**Storia di Andrea 82**

**Consigli 90**

**Approfondimenti 96**

# #CUORICONNESSI

Cyberbullismo, bullismo e storie di vite online.

**Tu da che parte stai?**

## Prefazione

# Il progresso è mettere il cuore al centro

**Unieuro**

*Gentilissimo Direttore,  
in questo preciso momento storico le giornate non sono così  
semplici, leggere o serene.*

*È proprio adesso che vogliamo lei sappia che c'è una famiglia,  
in un paesino del Nord Italia, che la pensa e la ringrazia  
profondamente.*

*Un pomeriggio dello scorso anno siamo andati nel negozio  
Unieuro più vicino a casa nostra per acquistare un articolo,  
ma soprattutto perché avevamo sentito parlare di un libro  
in collaborazione con la Polizia di Stato che raccontava di  
storie di ragazzi, bullismo e cyberbullismo.*

*Lo abbiamo letto in momenti diversi, mia figlia maggiore  
e io. Lo abbiamo scoperto e sofferto. Ma mai e poi mai  
avremmo immaginato di dover conoscere quei racconti da  
vicino e riconoscerli in quelle parole. E invece, nel giro di  
poco tempo, il ricovero in ospedale di mia figlia Camilla,  
la diagnosi del suo mal di vivere causato da forme palesi di  
cyberbullismo che la stavano spegnendo. Con fatica e paura  
siamo ricorsi alla Divisione Anticrimine della Questura di  
Udine. Con dolore e lacrime abbiamo raccontato tutto.  
Poi con il sorriso, invece, ci è stato raccontato del vostro  
libro che noi avevamo già letto.*

*Il Commissario ci ha dato l'e-mail di quel giornalista e così  
ci siamo messi in contatto con Luca.*

*Dalla e-mail alle prime telefonate e poi i primi video inter-  
venti di Camilla nelle scuole durante la didattica a distanza.  
Camilla ha iniziato a sentirsi ascoltata, non più sola e soprat-*

*tutto non più sbagliata. Camilla ha capito che non meritava la morte come le dicevano i compagni, ma anzi ha scoperto che con la sua testimonianza poteva aiutare altri ragazzi che vivevano la sua situazione.*

*Vogliamo che vi arrivino i nostri ringraziamenti e le nostre parole poiché tutta la fatica, pensieri, dubbi, lavoro che lei ha fatto e ogni giorno fa, siano ripagati sapendo che ha permesso a una ragazzina di sedici anni di sopravvivere grazie a una sua scelta che ha cambiato la strada di Camilla e di un'intera famiglia.*

*Ancora grazie di cuore.*

*Camilla, Alice, Barbara e Massimiliano.*

Una lettera del genere giustifica da sola il nostro impegno e la nostra opera di sensibilizzazione contro il cyberbullismo. Una lettera così forte rafforza la nostra scelta di continuare su questo percorso di civiltà che da anni ci vede camminare accanto a Polizia di Stato. Un grande onore, ma soprattutto una grande responsabilità.

In questo anno sono accadute cose inimmaginabili, eppure in molte scuole italiane, prendendo spunto dal libro “#cuoriconnessi”, sono decollati importanti progetti di prevenzione e di approfondimento in merito all'utilizzo della rete e della tecnologia. Per questo abbiamo deciso di replicare, continuando a seguire il percorso avviato. Unieuro intende affrontare temi così delicati e cruciali per lo sviluppo di una società migliore in maniera semplice e soprattutto diretta, evitando ogni forma retorica o autocelebrativa. Lo sviluppo tecnologico corre veloce e la pandemia ha addirittura accelerato tale processo. Per questo dobbiamo tenere il passo e assimilare in fretta gli aspetti positivi che ci offre l'universo online trasformandoli in opportunità di studio, di lavoro e di conoscenza dell'altro. Nel contempo dobbiamo anche imparare a riconoscere le insidie invisibili figlie di questo universo impalpabile. Contrastare il cyberbullismo, il *body shaming*, il *sexting*, la diffusione delle *fake news* e le altre numerose forme di distorsione della rete lo avvertiamo come



un dovere, in quanto Unieuro è qualcosa in più di un insieme di numeri. Essere leader di mercato significa prendersi delle responsabilità e valutare come poter contribuire alla divulgazione di quei valori su cui deve basarsi una società moderna e soprattutto civile. Cerchiamo di dare il nostro contributo in maniera pragmatica, raccontando storie ed esperienze di vite online a volte positive e altre negative, quindi poca teoria e molta vita vissuta. Lo facciamo entrando in contatto con ragazzi, docenti e famiglie. Siamo al loro fianco quando li incontriamo nelle scuole, nei teatri, oppure online, visto che ora altro non è possibile fare. Da giugno 2020 abbiamo avviato il progetto della web tv “#cuoriconnessi” e attraverso il canale YouTube siamo stati in grado di raggiungere centinaia di migliaia di persone. La prevenzione ha necessità di tempo per lasciare segni concreti, per questo noi gettiamo semi e continueremo a farlo, convinti che questa sia la sola strada percorribile. Pertanto, cara Camilla, siamo noi che ringraziamo te e la tua famiglia; voi siete la testimonianza che “#cuoriconnessi” non è una parola vuota ma un qualcosa di profondo e di vero, perché una tecnologia priva di cuore avrebbe poco a che fare con il progresso. 🍷

## Introduzione

# Lotta al cybercrime: un'attività che non conosce sosta

**Dott.ssa Nunzia Ciardi**

Direttore della Polizia Postale e delle Comunicazioni

La pandemia in corso ci ha mostrato la vitale importanza della Rete in situazioni d'emergenza.

L'anno appena trascorso ha visto l'incremento esponenziale della digitalizzazione in tutti i settori pubblici e privati.

Tra questi, l'implementazione dei programmi di didattica a distanza (DAD) per garantire il proseguimento delle lezioni nelle scuole. Ma se la Rete ci offre numerosi benefici, assistiamo d'altro canto al crescente numero di reati correlati a questo universo complesso e multiforme.

Per questo, la Polizia di Stato ha moltiplicato i propri sforzi sia sul fronte delle azioni repressive che su quello della prevenzione. Da anni, grazie all'azione di operatori specializzati, effettuiamo interventi all'interno delle scuole con l'intento di informare e sensibilizzare gli studenti circa le insidie legate alla Rete. Ogni campagna che si proponga questo obiettivo, tra cui “#cuoriconnessi”, rappresenta in tal senso un prezioso contributo rivolto all'universo scolastico.

Le testimonianze contenute in questo secondo volume rappresentano la naturale continuazione di quanto pubblicato lo scorso anno: storie a volte complicate, che hanno spesso necessitato un nostro intervento e che il libro propone restando al di sopra di ogni forma di giudizio, lasciando che sia il lettore a valutarne i contenuti.

Purtroppo il *cybercrime* è in continua evoluzione e l'attività della Polizia Postale non conosce sosta, affrontando casi di sexting, grooming, body shaming e cyberbullismo, solo per citare alcuni fenomeni: in quanto Polizia di Stato, riteniamo importante ribadire il nostro massimo impegno nel tutelare le vittime di situazioni complesse e talora drammatiche. Spesso le vittime di cyberbullismo vivono situazioni di profonda solitudine e possono quindi tardare nel rivolgersi alle autorità competenti. Desideriamo esortarle affinché lo facciano con tempestività, evitando pericolose complicazioni e spezzando il proprio isolamento attraverso il supporto qualificato delle istituzioni.

La prima storia narrata, quella di Camilla, trova appunto il proprio snodo nel momento in cui la ragazza trova il coraggio di rivolgersi alla Polizia accompagnata dalla famiglia. Il nostro portale online “[commissariatodips.it](https://www.commissariatodips.it)” ha ulteriormente accorciato le distanze tra cittadini e Polizia di Stato: è nell'ottica di questa vicinanza che ci siamo impegnati nel condividere questo e altri progetti.

In futuro la tecnologia continuerà ad allargare il proprio campo d'azione: è nostro compito fare in modo che questo sviluppo rappresenti per tutti un'opportunità per costruire un mondo migliore e più sicuro. ”

# #CUORICONNESSI

## Le Storie

*La sfortuna viene dalla bocca e ci rovina,  
la fortuna viene dal cuore e ci fa onore.*

Nichiren Daishonin

**Usate il link qui sotto, e quelli che troverete in fondo ad ogni storia, per ascoltare le storie del libro.**

Non si tratta di una semplice lettura del testo, troppo semplice. Abbiamo avvertito la necessità di parlarvi, perché ogni storia che ha scritto Luca ha un «prima» e un «dopo» che non era possibile trasferire su carta e per questo davanti a un microfono, le ha raccontate.

Del resto, nulla come una storia è in grado di svelarci l'arte della vita.

**Asco Ita  
l'audiostoria**



# Storia di Camilla

**S**crivi un libro di storie e provi a immaginare le storie di chi lo leggerà. Provi a immaginare le mani che lo sfoglieranno e le migliaia di occhi che, riga dopo riga, entreranno all'interno di esistenze sino ad allora sconosciute. Chissà fin dove possono arrivare tante parole messe in fila? Scrivi un libro coltivando la sottile speranza che qualcuno, in un qualsiasi posto, camminando tra quelle parole possa trovare ciò di cui ha bisogno, magari una semplice frase. Questo pensavo nell'ottobre del 2019 quando terminai di scrivere “#cuoriconnessi”. I libri passano di mano in mano, vengono sfogliati distrattamente o letti con attenzione, finiscono tra i cuscini dei divani, sepolti sotto una pila di altri libri o depositati sul mobiletto del bagno. Loro restano comunque sempre a disposizione, pronti per essere aperti anche a caso, senza un criterio e senza una logica, però basta cadere dentro la pagina giusta e allora le parole tornano a scaldarci la vita.

**I libri hanno pazienza perché sanno aspettare.**

*9 aprile 2020, ore 18:35*

*Buonasera Luca, non ci conosciamo ovviamente. O per lo meno io conosco lei, perché assieme a mia figlia Camilla abbiamo letto il libro “#cuoriconnessi”.*

*Sono la mamma di Camilla, 15 anni, quasi 16, ma come ha scritto lei stessa, ferma.*

*Grazie al consiglio della responsabile del Dipartimento*

*Anticrimine della Questura di Udine a cui ci siamo rivolti e che ci ha dato modo di contattarla, Camilla è riuscita a scrivere il suo racconto. Vorremmo farglielo avere perché racchiude la sua storia, la sua sofferenza, emozioni, pensieri. E con lei, noi. Siamo tutti lì, in quel racconto: Camilla, sua sorella Alice, il papà Massimiliano ed io. E lì sono racchiuse anche tutte le volte in cui siamo andati in crisi, come genitori, perché quando sono nate le nostre figlie abbiamo promesso loro di amarle e proteggerle sempre. E abbiamo insegnato loro che non esiste altro modo di vivere se non con onestà, rispetto, cura degli altri e del mondo. Ma soprattutto abbiamo insegnato loro che l'amore vince sempre.*

*Niente di più sbagliato. Questo racconto di Camilla fa capire che niente è andato così.*

*Sì, siamo persi anche noi.*

*Unico punto saldo in tutta questa ingiustizia è che noi quattro siamo una squadra. E non ci lasciamo. Insieme ce la faremo.*

*Barbara*

Siamo nel cuore del *lockdown*. Leggo un paio di volte consecutive questa lettera che mi è arrivata attraverso Messenger. Rileggere aiuta a comprendere meglio il senso del tutto perché dietro ogni virgola si nasconde una microverità, una sfumatura o una particella di dolore. Questa mamma che non conosco è arrivata a me grazie a quel libro che era stato distribuito in tutta Italia gratuitamente agli inizi del 2020. Se come titolo, per il progetto di prevenzione e per il libro, ho pensato al concetto di “#cuoriconnessi” è perché ho sempre creduto che esista veramente un filo tra chi scrive e chi legge. Le parole pesano, creano legami, hanno radici, muovono energia, rappresentano il nostro inestimabile patrimonio che spesso non sappiamo gestire. Torno con la mente a quel lungo messaggio, istinto ed esperienza mi dicono che sono di fronte a gente perbene. Gente perbene. Non vi è nulla di retorico in questo concetto e neppure niente di scontato. La gente perbene è quella che rispetta le regole e si impegna per costruire cose giuste evitando di urlare. La gente perbene ama la semplicità e

cammina a testa alta perché non ha nulla da temere. Abbiamo tutti un disperato bisogno di gente perbene.

*Lockdown* vuol dire ridisegnare la concezione del tempo e dello spazio, non esistono più i sabati e le domeniche ma giornate che si susseguono nascoste una dentro l'altra come delle matrioske. I ragazzi sono sprofondati nella didattica a distanza, si sono visti sfilare di tasca la libertà e quando sei adolescente nulla può essere più devastante. Il 23 aprile finalmente contatto Camilla attraverso WhatsApp: «Ciao Camilla, sono Luca Pagliari, oggi pomeriggio possiamo sentirci?»

Infatti ci sentiamo e lei mi racconta tutto. Si muove leggera Camilla, occhi azzurri e cuore di cristallo, usa parole giuste e rappresenta l'essenza di quella famiglia perbene. Anima delicata e ferita, figlia di un mondo che raramente rispetta chi interpreta la vita come una danza in punta di piedi. Camilla dallo sguardo pulito e con la voglia di capire i troppi perché a cui nessuno potrà mai dare risposta. La sua delicatezza è un fiore che nessuno ha il diritto di calpestare.

È lunga e complessa la sua storia e in attesa di imparare a muovermi all'interno di questo labirinto, le chiedo di inoltrarmi il racconto di cui mi aveva parlato sua mamma. Mezzora dopo vedo arrivare la sua e-mail.

Di notte le sentivo quando tutto era silenzio, le loro parole. Mi ronzavano in testa, rimbombavano, martellavano. E io mi aggrappavo alle lenzuola, al cuscino per non venirne trascinata giù come dentro un buco nero. Di giorno invece mi ritrovavo sempre con il telefono in mano per paura che arrivassero altri messaggi. Era diventata un'ossessione. Avevo bisogno di pensare due volte prima di dire il mio nome, perché non mi sentivo più Camilla. Io ero quel nome che mi avevano dato. Ogni volta che mi arrivava un messaggio da parte loro sentivo che un pezzo di me si rompeva. Pezzo dopo pezzo mi stavo sgretolando. Mi sentivo un muro vecchio e abbandonato. Un muro di quelli sporchi con i graffiti sopra, perché tanto non importa a nessuno se quel muro si sporca. Tanto è brutto e inutile. Aveva proprio ragione il dottore che mi ha seguita durante il ricovero. Avrei proprio dovuto fare come diceva



lui: «Ma chi vi caga!» Con il suo accento triestino e i capelli folti, riccioluti e tutti scompigliati era molto buffo ma aveva detto una cosa molto seria e vera. Purtroppo non sono mai riuscita a pensare, rispondere e vivere così, anzi, mi sentivo un pezzo di ceramica: fragile e vulnerabile. Stavo cadendo e se mi fossi schiantata mi sarei rotta in mille pezzi. Infatti, mi hanno ricoverata.

La mia storia non è ancora finita, chissà se e quando potrò finalmente dire di esserne uscita. Ho voluto scriverla ugualmente però, perché nonostante tutto il percorso che ancora dovrò fare so di aver già imparato alcune cose che sono sicura possano essere di aiuto a chi adesso ci sta entrando e si sente perso. Inoltre, sono sempre stata zitta, ho sempre taciuto. Ma adesso ho bisogno di dirlo a qualcuno, voglio urlarlo che sono arrabbiata con chi si sta divertendo a prendermi in giro, ma anche un po' con me stessa perché ho sempre pensato di non aver alcun diritto a lamentarmi, perché ho cercato di resistere; perché c'è sempre qualcosa di peggio.

E invece se ripenso a tutto ciò che mi hanno detto e fatto capisco di aver sbagliato a non agire. Perciò voglio dire questo: non bisogna tenersi dentro la sofferenza, ma cercare di parlarne con qualcuno. Questa è una delle cose più importanti che ho imparato. È necessario per sopravvivere. Dal momento che ho raccontato alla mia famiglia ciò che mi stava accadendo, non mi sono sentita più sola. Abbiamo iniziato a combattere assieme. Altra cosa che ho imparato e ho capito essere fondamentale è concentrarsi su ciò che piace e fa stare bene: chiudersi nei pensieri e soprattutto nelle relazioni non può far altro che male. Quando si sta male non si ha voglia di parlare e vedere nessuno, ma sono proprio gli altri che ti possono rimandare immagini di te diverse da quelle negative che le tue compagne ti hanno dato. Quindi non bisogna chiudersi, anche se non è facile. A me è successo con il teatro che è la mia più grande passione. Frequentare le lezioni, scegliere il nuovo copione, confrontarmi con l'insegnante e i miei compagni mi ha aiutata a distrarmi dal buio e a farmi ritrovare il sorriso e rivedere finalmente alcuni colori. Non riesco ancora a vederli tutti, ci vorrà tempo e qualcuno mi dovrà aiutare.

Sono sicura però che anche io, un giorno, riuscirò a dire: «Ma chi vi caga!»

Leggo quelle parole che hanno un sapore amaro. L'oscurità è un mantello nero che avvolge, stravolge e trascina distante. Non è stato semplice comprendere a fondo la storia di Camilla e ricostruirla come un fragile castello di carta. Giorno dopo giorno lei e sua mamma mi hanno raccontato tutto senza mai smettere di regalarmi la loro gratitudine. Hanno una dimestichezza antica con la parola "grazie" e dire che sin dall'inizio ho cercato di spiegare a entrambe che il vero senso di gratitudine lo stavo provando io nei loro confronti; lo proviamo noi che costruiamo campagne di prevenzione appese ai forse e alla speranza che tutto questo lavoro possa servire a qualcosa. Camilla e la sua famiglia sono la risposta a tanti dubbi.

L'inizio dell'incubo. Spesso la cattiveria riesce a infilarsi nelle pieghe della nostra esistenza sfruttando spazi minuscoli. La cattiveria non ha vertebre, riesce a strisciare sotto qualsiasi fessura e a colpire all'improvviso, specialmente quando hai le difese abbassate e pensi che la tempesta sia lontana.

Camilla inizia a frequentare le scuole superiori, è felice perché sta cominciando qualcosa di nuovo, è preparata e studiare le piace. C'è un problema fisico da risolvere ed è legato alla sua schiena; l'ortopedico le prescrive l'uso intensivo di un busto che dovrà indossare anche a scuola. Occorrono pochi giorni per avvelenarle il sorriso, è sufficiente iniziare a chiamarla «gobba». Online o offline nelle chat e durante l'intervallo, parole scritte o bisbigliate, Camilla è la gobba della classe. E a nulla serve cercare di nascondere quel busto sotto strati di maglioni, la cattiveria ha una vista acuta e non lascia nulla al caso. Barbara la invita a non mollare ma la situazione è pesante; allora Camilla inizia a indossare il busto solamente il pomeriggio appena rientra da scuola, ma bullismo e cyberbullismo una volta attivati sanno alimentarsi dal nulla. Ci sono i calci alla sua sedia, le prese in giro neppure troppo velate, qualcuno inizia a chiamarla «Camilla gay capo degli ebrei». Frasi senza senso sparate per ferire e mortificare.

Non era questo l'inizio delle superiori che aveva immagi-

nato Camilla e quella sua pulizia morale la rende ancora più esposta ad ogni forma di vessazione.

Anno complicato il 2018, perché a novembre Camilla viene operata al cuore a Milano. L'intervento è risolutivo, ma non riceve neppure un messaggio di incoraggiamento dai compagni di scuola e poi ci si mette anche la mononucleosi a rovinarle l'esistenza. Rientra in classe quasi a ridosso della primavera, c'è una calma apparente e comunque le ferite sono ancora aperte.

Non poteva immaginare Camilla che la cattiveria a volte gioca a nascondino, finge di dormire per tornare a colpire nella maniera più vigliacca; del resto cattiveria e vigliaccheria sono da sempre buone amiche ed è così che con l'apertura del nuovo anno scolastico, come nel peggiore degli incubi, le vessazioni tornano a materializzarsi in maniera prepotente e invasiva.

Gli episodi di cyberbullismo che colpiscono Camilla non sono mai eclatanti, assomigliano a una pioggerella insistente d'autunno. Ogni cosa è calcolata, ogni offesa è ponderata, tutto si gioca sul filo della metafora e dei nomignoli perfidi che le hanno tatuato sulla pelle. Chi è a capo di questa tortura mirata? Tutti e nessuno? Certo che esiste una mente ma rimane debitamente al coperto. La *snitch*, ovvero la spia schifosa che racconta tutto alla mamma deve soffrire e deve bruciare, ma a fuoco lento. La *snitch* deve impazzire e il progetto partorito per massacrarla è a lunga scadenza, come il latte che spesso beviamo a colazione. Quasi nessuno le rivolge la parola e lei cessa di essere Camilla. Ora è per tutti la *snitch*.

La sofferenza non è riservata solo a chi finisce sulle prime pagine dei giornali, siamo tutti più fragili di quanto possa sembrare. Una parola di troppo, un sorriso negato, un abbraccio non corrisposto, una risatina alle nostre spalle, una mezza frase scritta in chat, un emoticon cattivo. Sono tanti i piccoli tasselli che vanno a comporre un mosaico di dolore vero, quello che se prolungato nel tempo penetra fino alle ossa e ti fa sprofondare dentro una stanchezza mortale, proprio come nelle favole, quando la principessa rimane vittima di un perfido incantesimo. Questo accade a Camilla e il

perfido incantesimo ogni giorno le succhia un frammento di voglia di vivere. La sua mente perde colpi, comincia a dubitare di sé stessa, lo specchio le regala menzogne perché alla fine non è poi così difficile identificarsi in quegli attacchi deformi. “E se quella sbagliata fossi io? Forse esagero, forse sono vittima di paranoie, forse è colpa della mia eccessiva sensibilità”. Camilla inizia a scivolare dentro questi pensieri che hanno un potere maligno e corrosivo. Sentirsi colpevoli quando si è innocenti. Sottostare a tutto perché questa è la vita. Chi si muove nell’ombra ha ben chiaro il disegno ed è perfettamente consapevole di dove stia spingendo Camilla, esattamente come agisce il branco di lupi quando riesce ad isolare la preda. Ed è così che il picco massimo della cattiveria viene raggiunto in un messaggio audio divulgato addirittura nella chat della classe in cui le viene espressamente indicata la miglior soluzione per togliersi la vita. Ci sono la mamma e il papà che le stanno accanto ma a volte il dolore non è trasferibile, rimane un qualcosa di intimo e personale.

Barbara ha provato a spiegare alle altre famiglie che il limite è stato superato, ma i risultati non sono stati incoraggianti. Prevale la tendenza a minimizzare, forse è Camilla quella troppo sensibile, senza tenere conto che accanirsi contro una persona molto sensibile costituisce un’aggravante e non certo un’attenuante.

Camilla non ha più risorse fisiche, fatica persino a raggiungere a piedi la fermata del bus mentre dei mal di testa lancinanti la costringono a distendersi sul letto nel buio della sua stanza.

Barbara e Massimiliano sono molto preoccupati e anche la piccola Alice, la sorellina minore di Camilla che è perennemente allegra e saltellante, avverte la pesantezza della vicenda. Si spengono i sorrisi, si spengono le speranze: le analisi fatte all’Ospedale di Latisana confermano che Camilla è sana, forse però non è da un emocromo che è possibile scoprire le cause di quel malessere. I medici sono competenti e gentili, comprendono che si tratta di una patologia invisibile a qualsiasi microscopio e consigliano ulteriori accertamenti presso un altro ospedale. A gennaio 2020, prima che scoppiasse la

pandemia, Camilla viene ricoverata al “Burlo” di Trieste dove rimane per alcuni giorni; sul comodino tiene “#cuoriconnessi” perché l’aiuta a sentirsi meno sola. La sottopongono a esami ancora più approfonditi ma l’esito è sempre negativo. Un medico ascolta attentamente Camilla e comprende che il problema di questa ragazza dagli occhi azzurri si chiama “male di vivere” e la sola medicina capace di curare questa patologia si chiama “amore e fiducia nell’umanità”.

La famiglia non intravede una via d’uscita. Forse bisognerebbe rivolgersi alla Polizia di Stato, in casa ne parlano ma se la situazione dovesse peggiorare? Come ci accoglieranno in questura con tutte le cose che hanno già da sbrigare? Le domande sono tante e agiscono come un vento contrario, rallentano il cammino, lo rendono faticoso e tagliano il fiato, ma a volte bisogna trovare la forza di scegliere ed è così che un giorno Camilla, assieme ai suoi, varca la soglia della questura. Batte forte il cuore. Non hanno dimestichezza con questo genere di cose ma hanno un disperato bisogno di scorgere una luce, perché il cyberbullismo è una fabbrica di solitudine che si moltiplica all’ennesima potenza.

In questura non trovano gente in divisa, ma degli amici disposti ad ascoltarli e soprattutto a far comprendere loro che quella scelta è stata la più giusta. Lì dentro lavorano uomini di legge ma anche padri e madri, persone che quotidianamente lottano contro la durezza dell’ingiustizia. No, non sono pazzi e non hanno neppure esasperato la vicenda. La paura di Camilla e dei suoi era di trovarsi, seguendo un perverso gioco di specchi, sulla sedia del colpevole e non su quella della vittima. I manipolatori della realtà sono straordinari nel raccontare una storia diversa, piccole menzogne gettate qua e là che finiscono con l’intorbidire ciò che è evidente.

Ci sono gli screenshot di decine e decine di messaggi che testimoniano lo stato reale dei fatti, la famiglia perbene non conosce la perfida arte della strumentalizzazione e neppure la vendetta, ma chiede solo pace e tranquillità.

Il commissario ascolta con attenzione, è una donna in gamba ed esperta, vaglia il materiale che le è stato consegnato ed è così che arriva ad una conclusione che ha il sapore di un

consiglio amichevole. Sicuramente convocheranno i presunti bulli in questura, ma forse, più che intraprendere un'infinita battaglia legale, esiste la necessità di far sentire a Camilla la vicinanza di persone che certi fenomeni li combattono da sempre.

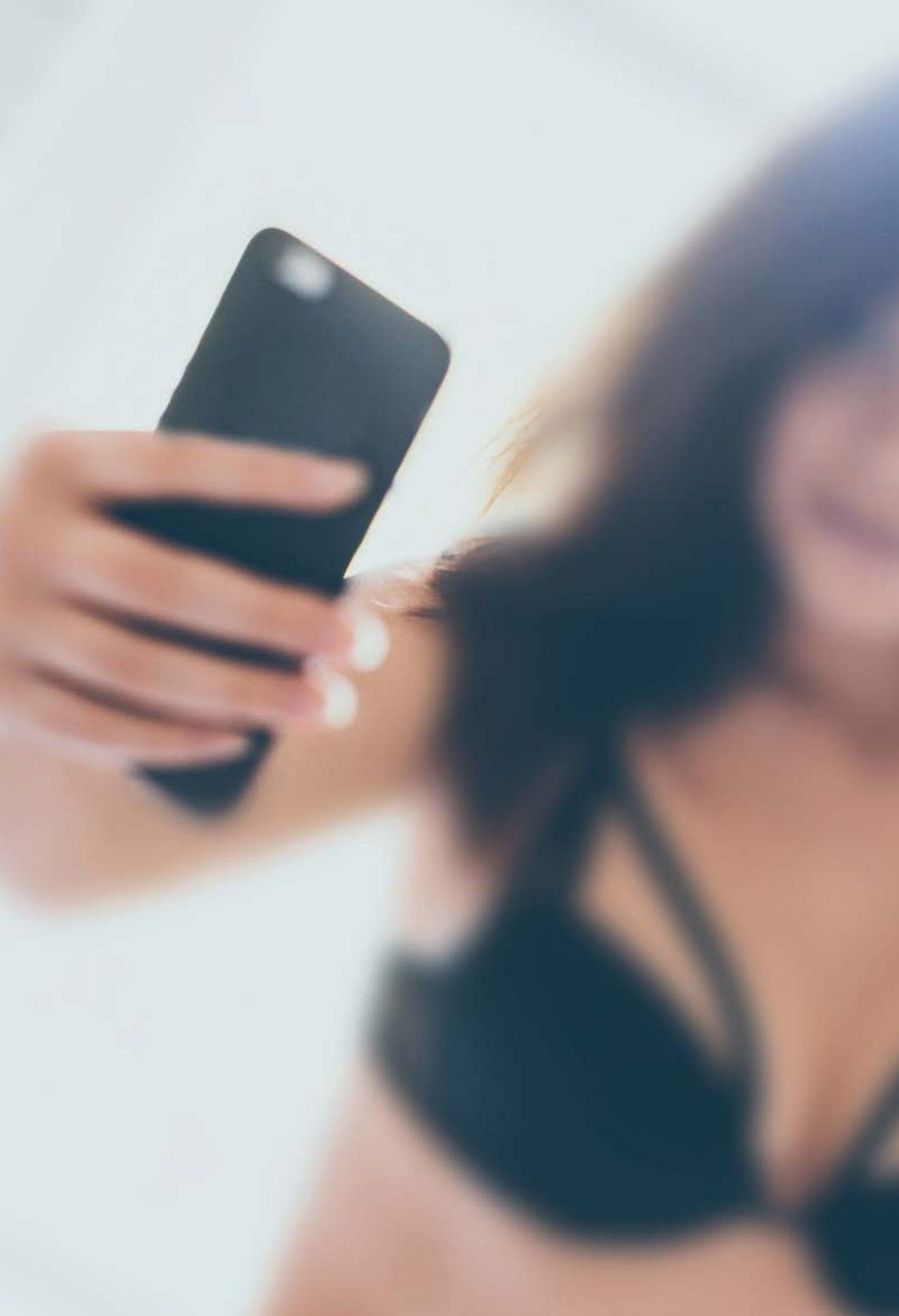
Barbara e Camilla hanno letto “#cuoriconnessi”, le parlano di quel libro e il commissario suggerisce subito ad entrambe di mettersi in contatto con me: «Conosco Luca, si occupa di questi temi da anni e sicuramente potrà esservi vicino.» Ed è così che mi sono trovato di fronte alla lettera di quella mamma disperata.

Non sono uno psicoterapeuta e neppure un avvocato, per questo di fronte a queste situazioni provo sempre un senso di inadeguatezza, però “#cuoriconnessi” significa camminare insieme. Allora ho ascoltato in silenzio, ci siamo conosciuti ed ora eccomi qui a cercare le parole giuste per raccontare questa storia. Adesso Camilla frequenta la terza liceo e ha scelto di non cambiare istituto; la dirigente ha compreso la portata della vicenda e le cose sono decisamente cambiate in meglio. Anche una ragazza e un ragazzo ascoltati in questura hanno chiesto scusa assieme alle rispettive famiglie. Insomma, in questo periodo sono accadute cose importanti. Abbiamo appena trascorso il nostro primo Natale blindati in casa a causa di un minuscolo virus e io debbo consegnare il libro per la stampa, parlo al telefono con Camilla verificando per l'ennesima volta che la ricostruzione della storia sia corretta. Scrivere di Camilla non significa ricostruire cronologicamente una storia di cyberbullismo ma seguire il volo irregolare di una farfalla a cui hanno per lungo tempo tarpato le ali. Poi rifletto un attimo e le chiedo quale sia il senso di tutto ciò. Dove siamo arrivati ora? Non risponde, rimane in silenzio e poi aggiunge: «Questo Luca preferisco scriverlo e poi te lo invio con WhatsApp».

*Cos'è la vita? Sembra un gioco e forse in un certo senso lo è: tu, pedina nella scacchiera di fronte a due fondamentali scelte; quella di indietreggiare di un passo per paura di essere mangiati dall'avversario, o quella di andare avanti e guardare in faccia tutti seppur rischiando. Se fai la tua mossa indie-*

*tro sai per certo che nessuno ti mangerà, ma perderai e non andrai mai lontano, non raggiungerai mai il tuo traguardo per timore. Se invece farai il tuo passo avanti e continuerai a camminare guardando dritto, allora avrai vinto e avrai dato un senso alla tua partita. 🍷*

**Ascolta  
l'audiostoria**





# Storia di Emma

**H**o sempre sentito dire che il tempo sistema tutto e anche adesso è la frase che tutti mi sparano nelle orecchie. Ok. Ci sto e voglio crederci. Il tempo aggiusta tutto, ma quanto tempo ci vuole prima che tutto si accomodi? Questo è il dannato problema, perché passano le settimane e non cambia nulla. Certi pensieri non mi attraversano più la testa, tutto sommato ho deciso che vivere è meglio che morire, ma vi garantisco che è dura. Oramai è passato quasi un anno da quando tutto è iniziato, i giornali si dimenticano della tua storia e anche le televisioni. Loro neanche si immaginano che per stare meglio non è sufficiente scomparire dalle locandine all'edicola e che certe notizie continuano a bruciarti dentro giorno per giorno. Bruciare è il termine giusto, perché queste cicatrici assomigliano proprio a quelle che ti lascia il fuoco: sono indelebili.

Mi chiamo Emma, ho diciassette anni e il cuore pesante. Mi chiamo Emma e sto cercando di tornare a vivere, ma fino a qualche tempo fa il mio nome lo avrei cancellato da tutto, io stessa mi sarei voluta cancellare da questo mondo che giudica, condanna, ti sputa addosso e finisci con il diventare quello che loro pensano di te. Autostima?! Lasciamo perdere, parliamo di altro. Fortuna che Barbara mi è sempre rimasta accanto e non lo faceva per fare la figa che è amica della vittima (o per molti della colpevole), lei su Instagram non ha mai scritto niente di niente che ci riguardasse. Tutti le facevano domande, ma lei è sempre stata zitta. La gente è curiosa, vuole sapere ogni cosa e non solo i ragazzi, anche i grandi. Troppe volte ho sentito

mamma parlare con papà e lamentarsi di come la guardano quando va in giro; per molti io sono una che se l'è andata a cercare. Sui social hanno scritto di tutto e all'inizio ognuna di quelle parole mi ha rubato un pezzo di voglia di vivere, poi non dico che ci ho fatto l'abitudine ma ho cominciato a convivere con il dolore. A volte cambia di intensità ma è così che vanno le cose dal dicembre 2019 e cioè da quando è esploso il casino.

Da allora ho dovuto imparare anche a sopportare le cazzate che la gente scrive. Molti inventano e la tua storia finisce col diventare altro, aggiungono particolari, traggono conclusioni, parlano di te passandoti sopra come se fossi il pavimento di un centro commerciale il sabato pomeriggio. Lo fanno con distrazione, senza un briciolo di umanità e questo inizialmente ti porta a immaginare le cose peggiori, compresa l'ipotesi di farla finita.

Forse però è il caso che io vi accompagni per mano dentro questo luna park del dolore, perché solo io posso spiegarvi cosa sia realmente accaduto. Se scrivo la mia storia è solo perché vomitare queste parole può aiutarmi a sentirmi più leggera, ma è soprattutto per farvi capire che le cazzate si pagano. E non c'è proporzione, credetemi, tra la stupidata che tu puoi fare, magari in buona fede, e quello che si può scatenare. Un po' come se tu lanciassi un sasso e crollasse il quartiere di un'intera città.

Girate sempre alla larga dalla frase più subdola che esista. L'ho sperimentato su di me: "per una volta". Questa frase sembra essere figa e moderna, assomiglia un po' a una forma di libertà, invece è una scusa del cavolo, un alibi che ci creiamo per commettere qualche stronzata, ma statene certi che prima o poi il conto da pagare arriva. Matematico. Per esperienza vi dico anche che "per una volta" non è mai solo per una volta. Non siamo così forti e quando si apre una porta sbagliata tornare indietro è quasi impossibile. Fate come volete, ci mancherebbe, io mica vi sparo nelle tempie il solito predicozzo, ma, in quanto a merda, penso di averne mangiata molta più di voi. Con Mirco (appreziate lo sforzo di riuscire a scrivere il suo nome) stavo assieme da otto mesi. Lui frequentava il quinto

anno di un professionista ed è sempre stato innamorato di tutto ciò che è meccanico: sa montare e smontare qualsiasi cosa e infatti ci siamo conosciuti un pomeriggio che lo scooter mi aveva lasciato a piedi. Era assieme ai suoi amici e quando mi ha visto ferma che piangevo come una cogliona, si è avvicinato chiedendomi cosa fosse accaduto. Gli risposi che non ne avevo la minima idea ma che se entro mezz'ora non fossi rientrata a casa sarebbe stato un casino. Tempo cinque minuti e lo scooter è ripartito. Ci siamo scambiati i numeri e poi, la faccio corta, dopo quindici giorni ci siamo messi assieme. Lui viveva in un quartiere popolare, ma io non ho mai avuto alcuna forma di pregiudizio e poi mi piaceva molto. Naturalmente è stata Baby (Barbara) la prima a sapere tutto e anche a conoscerlo. Maggio 2019. Indimenticabile. Lui che alla prima uscita si presenta con una rosa! Ma siamo pazzi?! Troppo bello, voi potete anche dirmi che sono una banale romantica, tanto su di me hanno già detto e scritto di molto peggio, ma io quella rosa l'ho conservata per mesi in mezzo a un libro di poesie di Prévert. Sono una sfigata? Avrei dovuto scrivere altro per piacervi? A me non interessa, io sono questa e casomai andate a leggere qualche poesia di Prévert prima di giudicare.

Il giudizio. Ne ho parecchie da dire su questo concetto.

Adesso scrivere, però, diventa difficile esattamente come andare in bici e trovarsi di fronte a una salita. Non è semplice trovare le parole, passano i mesi ma la fatica è sempre identica. Spesso uscivamo con i suoi amici e tutti, dico tutti, mi hanno trattato come se fossi stata da sempre nel loro gruppo, ragazze comprese. Dico questo per farvi capire che tutto filava liscio, insomma andava tutto alla grande. Con il passare delle settimane la confidenza tra noi è aumentata in maniera esponenziale. Attrazione mentale e fisica. È stato al lago che lui per la prima volta mi ha chiesto di potermi fotografare nuda. Un gioco, una maniera per sentirci più vicini, un segreto intimo che testimoniava anche la fiducia reciproca che era alla base del nostro rapporto.

Fu per questo che accettai, così come in seguito accettai di inviargli foto intime che mi scattavo chiudendomi in camera, per poi passare anche a qualche video. Vi rendete conto che vi

sto parlando della mia storia? Solo questo vi chiedo, di non essere superficiali e di comprendere quanto sia faticoso scrivere sopra questa cavolo di tastiera. Avevo letto di storie finite malissimo per colpa di foto e clip diventate virali, fu anche una delle prime cose che mi dissero i miei quando a dieci anni mi comprarono lo smartphone: «Occhio a ciò che scrivi e alle immagini che posti, ricordati sempre che la rete può essere molto pericolosa». Sapevo tutto, non sono una cretina, certi consigli mi sembravano sin troppo banali e scontati, però vi garantisco che le cose non basta saperle, al momento giusto bisogna trovare il coraggio di trasformarle in un qualcosa di concreto, altrimenti la teoria non serve a niente. E chi poteva immaginare che certe cose sarebbero potute capitare proprio a me?! Anche questa frase l'avevo sentita pronunciare mille volte, ma purtroppo in certi momenti ti dimentichi tutto. Onestamente la prima volta al lago ero un po' imbarazzata, però tra il coraggio di rifiutare e la mia superficialità ha trionfato quest'ultima. Nessun obbligo, mica mi ha legato ad un palo o drogato, sono io che ho accettato dopo che ci eravamo giurati che quelle foto sarebbero state la nostra vera prova d'amore. Poi si aggiunsero gli scatti casalinghi e soprattutto i video. Non ho mai pensato di chiedergli di fare la stessa cosa, il gioco aveva una sola direzione. Non ne sentivo l'esigenza e mai avrei pensato di voler possedere delle sue foto per evitare eventuali ricatti. Una cosa che mi fa ancora male è ripensare alle parole di Baby. Lei sapeva tutto e continuava a dirmi che stavo facendo una cosa sbagliatissima. Un giorno mi fece leggere le parole di una ragazza vittima di *revenge porn*, per carità, apprezzai il gesto e le dissi che non sarebbe più accaduto, ma sapevo che le stavo mentendo.

Arrivano le feste di Natale. La prima sera di vacanza vado con le amiche storiche in discoteca. Mirco quella sera aveva come ogni settimana il calcetto, insomma, tutto regolare. Mi passano a prendere verso le 10 e siccome è presto ci fermiamo a bere qualcosa in un bar che amo. Musica alta e possibilità di starsene all'esterno riparati dal calore delle stufe a fungo. Probabilmente esagero, bevo tre o quattro shottini di fila anche perché dobbiamo festeggiare il compleanno di Nati e siccome

guida Raffa, che è l'unica patentata ed è astemia, non ci sono problemi. Entriamo in disco, l'alcool sale, la musica pompa di brutto, fa caldo, ballo ma la testa va per conto suo e quando io bevo rido per qualsiasi cosa. C'è un ragazzo molto carino, mi sembra di averlo già visto o forse mi confondo. Chissà! Lui mi pressa sia in pista che sul divanetto, ridiamo, mi porta l'ennesimo shottino brindiamo e mi stampa un bacio di quelli lunghi. Capite quanto mi costi fatica scrivere queste parole?

Beati voi che siete tutti santi e sempre pronti a giudicare. Beati voi che adesso starete già emettendo il verdetto di colpevolezza. Come se io negassi di avere sbagliato! Magari starete anche pensando che non ero poi così ubriaca, perché questa è la classica scusa utilizzata da tutte le troiette. Quella sera ci siamo baciati forse per dieci minuti, ma non contano i minuti e neppure altri dettagli. Conta che ho fatto una cazzata e l'ho fatta sotto gli occhi di due amici di Mirco. Quella notte siamo rientrate a casa verso le tre e mezza. Onestamente non è che mi ricordi granché, neppure mi sono struccata per evitare di fare rumore e di svegliare mamma, quella è un gendarme e si sarebbe subito resa conto che ero abbondantemente alticcia.

La mattina apro gli occhi verso mezzogiorno, testa pesante e mamma che mi domanda se mi vanno le tagliatelle con i funghi. La sola idea di pranzare mi fa schifo, ma le rispondo che le tagliatelle vanno benissimo. Scopro che il telefono è spento perché è scarico e allora lo metto sotto carica appoggiandolo sul comò della mia stanza. Quando si accende scopro che Mirco ha già provato a chiamarmi oltre venti volte. Ricordo tutto. Il sangue si ferma, mi gira la testa, vorrei piangere ma non ci riesco, vorrei chiamarlo ma non riesco a fare neppure questo. Decido di chiamare Baby ma in quell'istante il telefono squilla, sul display compare la scritta «Meu Amor».

Cuore in gola, lascio che il telefono squilli ma alla fine rispondo. Vorrei parlare ma Mirco non me ne dà il tempo, comincia a insultarmi perché non solo ha saputo quello che è accaduto, ma i suoi fedelissimi amici hanno anche scattato alcune foto mentre mi sto baciando con il tipo. Cosa si fa in questi casi? Niente, si pensa solo che la morte sarebbe una liberazione, appena provo ad aprire bocca lui urla ancora più forte, alla fine non resisto e attacco. Dopo cinque secondi pro-

va ancora a richiamarmi ma io non rispondo, comincio a piangere, mamma che sta preparando il sugo con i funghi capisce che qualcosa non va per il verso giusto e viene in camera. Per fortuna papà è andato a farsi un giro con la bici da corsa.

Le racconto tutto, non ho neppure la forza di spararle una bugia, più semplice e liberatorio dire la verità.

Nel frattempo Mirco mi scrive messaggi offensivi a catena, ha già parlato anche con le mie amiche insultandole, perché evidentemente il nostro è un gruppo di «schifose baldracche».

Mamma ascolta in silenzio, comprende tutto, la vedo preoccupata e soprattutto profondamente delusa perché ho tradito la sua fiducia. Lei ha perso un fratello quando io ero molto piccola. Un incidente stradale dovuto all'alcool. Per questo mi dice sempre che l'alcool è devastante. Commenta la storia dei baci aggiungendo che è semplicemente il risultato di quanto avevo combinato prima: «Hai raccolto quello che hai seminato. Ma non ti sei resa conto di come ti eri ridotta? Non hai il senso del limite? Come si fa a bere fino a perdere il senso della realtà?»

Torna papà e facciamo finta di niente, tanto con lui è facile perché situazioni del genere non gli sfiorano neppure l'antichera del cervello.

A tavola mangio due tagliatelle di numero perché non riesco proprio a ingoiare nulla. Arriva un messaggio nella nostra chat di gruppo che è formato dalle cinque amiche storiche, almeno quello è un posto sicuro dove potermi rifugiare.

Ari ha postato lo screenshot di una foto che sta girando da un paio d'ore tra vari gruppi WhatsApp. Ci sono io che bacio il tipo mentre siamo avvinghiati sul divanetto. La frase che accompagna la foto dice: «Questa è la ragazza con cui sono stato quasi un anno! Che schifo!» Chiamo subito Baby sperando che con una magia riesca a far scomparire quella foto, ma purtroppo lei è più disperata di me. Oltretutto il gruppo di Mirco, in primis le ragazze, mi racconta Baby, mi hanno già condannato ed etichettato. Nessuna giustificazione e neppure una possibilità di chiarire.

Credetemi, non è facile tornare a quei momenti e poi non vi dico le giornate successive. È stato il peggior Natale della mia vita; Mirco tra l'altro era riuscito a parlare anche con il

ragazzo della discoteca che logicamente aveva scaricato su di me ogni responsabilità. Mi dicevano che era andato fuori di testa. Pensai che tornando a scuola tutto sarebbe finito, invece il mio dramma vero era semplicemente agli inizi.

Fu il 9 gennaio che Ari mi girò le prime dieci (10!) foto hard che circolavano nelle chat, nessuno è così stupido da postarle sui social, ma l'effetto è lo stesso. Come primo provvedimento chiusi subito i miei profili social, ma fu come tentare di fermare il vento.

Il 12 gennaio la cosa più terribile. Mirco condivide in chat un video che avevo girato nella mia camera. Sono 26 secondi, quanto basta per mandarmi definitivamente all'inferno.

Visto che siamo in periodo di pandemia, vi garantisco che non esiste una mascherina o un vaccino in grado di proteggerci da una cosa del genere.

E io che mentre giravo quel video pensavo di essere sola all'interno della mia stanza, invece tutti hanno potuto violare la mia intimità, osservare indisturbati, ascoltare i miei sospiri e poi rivedere ancora il video per scoprire altri particolari e quindi inviarlo ad altri che lo hanno condiviso con altri ancora. La catena non ha fine.

Immaginatevi cosa significhi alzarsi la mattina con il terrore di guardare il telefono e capire se sono state pubblicate nuove foto o nuovi video, magari quelli più hard, provate a immaginare cosa significhi entrare in classe e tenere lo sguardo basso dalla vergogna perché tutti sanno e tutti hanno visto. Provate a immaginare cosa voglia dire sapere che prima o poi verranno a conoscenza di questa storia anche genitori, nonni, amici di famiglia e soprattutto i professori. Oramai il mio nome era sulla bocca di tutti e sui social le allusioni abbondavano. A volte la disperazione ci fa superare anche la vergogna di raccontare tutto a un genitore. In un pomeriggio di pioggia spiegai ogni cosa a mamma e trovai persino la forza di confessarle che lui di materiale porno ne possedeva ancora molto. Dopo cena fu mamma a riferire a papà ogni aspetto della storia, mentre io me ne stavo in poltrona come una statua di sale. Immaginatevi che clima poteva esserci in casa. Il giorno dopo andammo in questura per sporgere denuncia, tra l'altro Mirco

aveva compiuto da circa due mesi i 18 anni e per lui le cose si sarebbero potute mettere molto male.

In questura sono stati gentili e soprattutto mi hanno fatto comprendere che io ero la vittima, perché nulla poteva giustificare le azioni di Mirco.

Con l'uscita della notizia sui giornali si è poi scatenato l'uragano mediatico e alla fine tutti sanno chi sei anche se vengono pubblicate solo le tue iniziali. Come se non bastasse, ho dovuto vivere il confronto con la dirigente scolastica del liceo scientifico che frequento, continuando a sentirmi sempre più sporca e indegna.

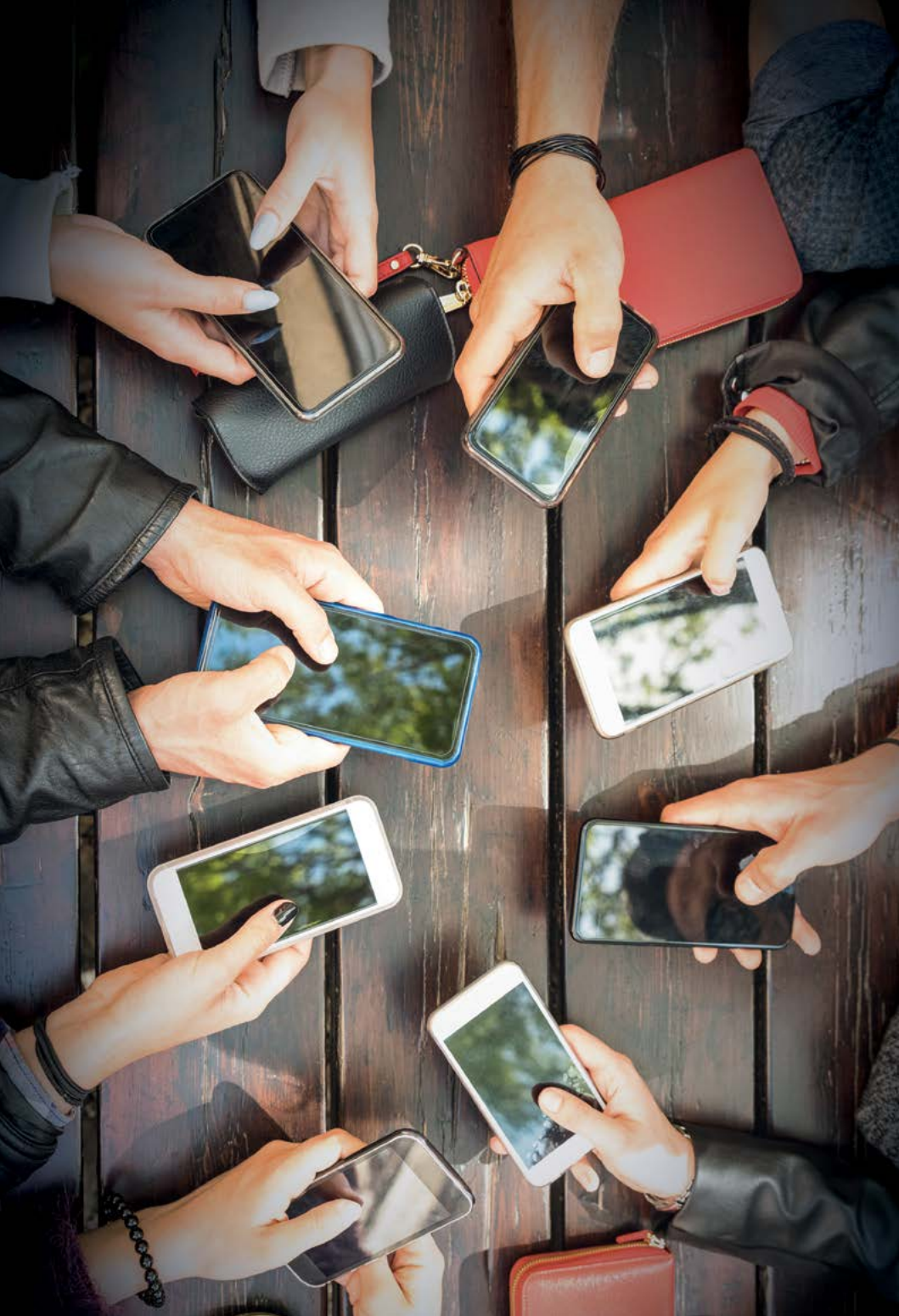
Siamo arrivati al Natale 2020. Tutto è scoppiato esattamente un anno fa. Ieri sono andata a farmi le unghie, ma ho sbagliato orario e sono arrivata con mezz'ora di anticipo, quanto basta per sentire Debora dire a una cliente: «Dopo di te ho appuntamento con Emma, ti ricordi lo scandalo dei video porno, quello dello scorso anno?» Ed eccovi servita su un piatto d'argento la risposta della cliente: «Certo che lo ricordo! La storia di quella che girava i film porno con i ragazzi o qualcosa del genere, che schifo!» Avrei voluto spalancare quella porta e vomitarle addosso di tutto, invece sono semplicemente tornata in strada e ho iniziato a piangere seduta sullo scooter, tanto tra gli occhiali e la mascherina nessuno si accorge più di niente.

Ne ho imparate di cose in questo ultimo anno di vita, tra insulti, sguardi, parole, questura e avvocati, compreso il fatto che la diffusione illecita di immagini o video sessualmente espliciti è punita con la reclusione da uno a sei anni e la multa oscilla da 5.000 a 15.000 euro. Non studio legge, sono una semplice liceale, però so benissimo che in mezzo a queste storie c'è il codice penale e quindi il rischio del carcere.

Lui si è messo nei guai seri, ma io non posso farci nulla. Forse immaginava che online ognuno fosse libero di fare ciò che crede, ma si sbagliava alla grande. 🍷

**Ascolta  
l'audiostoria**





## Storia di **Mirco**

**S**olo quando avevo 12 anni mi era capitato di rivivere una scena all'infinito. Giocavo nella categoria "giovannissimi" della squadra del mio quartiere, campo sintetico circondato da alveari di cemento, tanta nebbia, tanto spaccio e nella via accanto la penultima fermata della metro ai confini con il nulla. L'arbitro a due minuti dalla fine fischia un rigore per noi. Siamo sul due pari. Il Mister mi guarda e dice: «Tranquillo, tiralo come in allenamento». Prendo una rincorsa breve e partorisco un tiro debole e centrale che finisce dritto tra le braccia del portiere. Per settimane ho immaginato mille volte di calciare forte a destra o a sinistra, rasoterra o sotto la traversa e fare gol, ma purtroppo erano solo pensieri. Ora sta accadendo qualcosa di simile. Rivedo scene che vorrei cambiare ma non è possibile.

Mi chiamo Mirco e da mio padre che aveva un'officina ho ereditato la passione per la meccanica. Capire come funziona un motore per me è quasi una necessità, anche per questo ho scelto di frequentare un istituto tecnico. Vivo in un quartiere di periferia assieme a mamma e alle mie due sorelle maggiori, settimo piano di un condominio e non c'è troppo da aggiungere perché nella mia zona i palazzi sono tutti uguali. Avevo nove anni quando papà è morto d'infarto, cavolo se l'ho vissuta male quella storia. Dentro la sua officina ci sono cresciuto e solo quando l'hanno chiusa ho capito davvero che lui non sarebbe più tornato. Bello schifo, una saracinesca si abbassa e ti ritrovi solo come un cane. Mamma e mia sorella Elisa fanno le infermiere, immaginatevi voi come è trascorso questo 2020.

Elisa poi lavora in un reparto dove ci sono questi poveracci col virus e non vi dico che cosa ci racconta, a volte è così stanca che va a letto senza neppure cenare. La mia adolescenza l'ho trascorsa in strada dove le cose le impari da quelli più grandi e se ti fai le canne è solo perché se le fanno gli altri, però io non sono uno che deve fumare a tutti i costi, cioè, tra una partita di pallone o una canna preferisco la partita. Il mio quartiere è un po' così, devi essere all'altezza della situazione per campare e comunque non ho mai rubato e a scuola sono sempre andato bene.

Maggio 2019, con gli amici verso le quattro di un sabato ci spostiamo con gli scooter verso il centro della città, lì hanno tutti il grano, camminano veloci e le donne lasciano una scia di profumo che quasi ti sballa. Stiamo un po' a zonzo, poi ci compriamo un cheeseburger e ci sediamo sulle panchine di un giardino lungo un viale. Se sono qui a scrivere è perché quel pomeriggio è successo qualcosa di molto importante. Sbircio una ragazza dall'altra parte della strada che quasi piangendo guarda il suo scooter. Da come si veste capisco che fa parte di un quartiere dove ci sono i dog sitter che portano a passeggio i cani e sui muri nessuno ha il coraggio di scrivere un cacchio. Insomma, niente palazzoni di merda e un Kebab ogni cinque metri. Attraverso la strada, gli amici mi urlano dietro qualcosa ma non li ascolto. Lei ha due occhi azzurri che stendono, profuma di pulito, la sola cosa sporca è la candela dello scooter. In due minuti risolvo il problema. Si chiama Emma, ringrazia dicendomi che non sapeva neppure che esistessero le candele dentro i motori e io le consiglio di cambiarla il prima possibile e di far controllare la pressione degli pneumatici perché sono sgonfi. Le domando come possa riuscire a guidare in quelle condizioni e lei mi risponde: «Ci riesco benissimo, anzi, pensavo fossero troppo gonfi!» Ridiamo e le chiedo il numero di cellulare: «Così –le dico– se ti ritrovi a piedi sai chi chiamare». Ride anche lei, mette in moto e parte. Ancora non era scomparsa oltre l'ennesimo semaforo del viale e già ero entrato in fissa. Quegli occhi erano la sola cosa che ricordavo di lei. La sera, con la scusa di sapere se fosse arrivata a casa sana e salva, le ho inviato un messaggio e da lì in poi non

abbiamo più smesso di farlo. Che io vivessi in una zona di merda non sembrava darle fastidio, erano invece i miei amici a prendermi in giro dicendomi che sarei diventato un fighetto. Finalmente io ed Emma siamo riusciti a prenderci un mezzo pomeriggio e senza dire niente a nessuno le ho comprato una rosa. Minchia quanto costano i fiori! Avevo letto su internet che bisogna sempre regalarne un numero dispari e quindi una era il numero perfetto. Da quel momento abbiamo iniziato a vederci un paio di volte a settimana ed ogni volta è stato sempre più bello; poi finita la scuola la frequentazione è diventata quasi quotidiana e per farla breve ci siamo messi assieme quasi senza accorgercene. Non è per fare il figo ma sono uno che piace, gioco al calcio, faccio palestra e soprattutto le mie origini meridionali mi hanno regalato un colore olivastro e due occhi neri che spaccano. Le ragazze non mi sono mai mancate. Torniamo a noi, Emma in agosto sarebbe andata in Sardegna con i suoi, io invece avevo programmato un weekend a Riccione con gli amici; diciamo che non è proprio la stessa cosa ma va bene lo stesso.

Bel periodo, avevo dato gli esami del quinto ed erano andati bene, passavo i pomeriggi con Emma oppure con Kumbo che scrive pezzi trap. Funzionano, il casino è che ci vuole un po' di grano per fare qualche video e magari un produttore. Kumbo a follower è già messo abbastanza bene, forse gli servirebbe il pezzo che spacca, ma prima o poi arriva anche quello, ne sono sicuro. Un giorno di luglio, carico Emma sullo scooter e andiamo al lago, roba da quaranta minuti di strada e dopo aver rischiato cento volte di precipitare dalle rocce, a piedi abbiamo raggiunto una spiaggia deserta. Non entro nei dettagli ma siamo stati benissimo e poi, neanche saprei dire come, le ho scattato delle foto mentre era nuda. Un gioco intimo, una cosa nostra, anche se lei inizialmente si vergognava un po'. Prima di fare le foto le ho promesso che non le avrei mai condivise con nessuno. Io a dire il vero quella sera sono sceso in piazzetta e le ho fatte vedere ai miei tre amici più cari. Non penso ci sia nulla di male. La storia delle foto è diventata una specie di nostra abitudine, in particolar modo mi piaceva quando lei si faceva dei selfie a casa ed io aspettavo con impa-

zienza la notifica dell'invio con WhatsApp. Vero, ho continuato a farle vedere a Kumbo, Nik e Moro, ma sono come dei fratelli, siamo cresciuti assieme e anche loro mi mostravano le foto di qualche ragazza con cui erano stati. Esisteva una chat blindata dove da tempo avevamo iniziato a condividere varie foto hard. In quella chat ci finivano le nostre conquiste, diciamo così. Eravamo in quattro e non saremmo mai stati più di quattro, nessuna condivisione con altri, questa era la regola.

Il mio universo e quello di Emma erano molto diversi, ma questo non creava problemi, anzi, lei era anche incuriosita di vedere la mia zona, per lei il mondo finiva esattamente dodici fermate di metro prima della mia.

Delle sue amiche quella che invece avevo conosciuto meglio si chiamava Barbara, ma per tutti era Baby. Forse un po' troppo fighetta ma in definitiva simpatica. Ricordo quando Kumbo le chiese se il Rolex che indossava fosse falso e lei gli rispose che un Rolex tarocco era roba da disgraziati. Fui grato a Kumbo che lasciò cadere il discorso, anche perché tutto sommato pure a noi sarebbe piaciuto avere un Rolex e un bel po' di fresca nelle tasche. I genitori di Emma avevano il grano ma nessuno, quando usciva con il mio gruppo, le ha mai fatto pesare questo aspetto.

L'autunno del 2019 è stato un po' strano perché avevo finito le superiori e ancora non sapevo bene che strada percorrere, sicuramente l'idea di fare il meccanico mi attirava molto. Oggi per infilare le mani dentro un motore devi conoscere benissimo l'elettronica, sono finiti i tempi dei meccanici sporchi di grasso sdraiati sotto una macchina.

Proprio tra settembre e novembre alle foto hard si aggiunsero dei video. Pretendevo che Emma li girasse da sola nella sua camera da letto, io chiedevo e lei eseguiva. Era una specie di rito e lei era bravissima nel tradurre ogni mia fantasia in clip super eccitanti. Duravano al massimo 30 secondi ma erano benzina. L'archivio della nostra chat blindata si era arricchito molto negli ultimi tempi perché c'erano finite dentro anche altre ragazze, tutte ovviamente inconsapevoli che quelle immagini appartenevano di diritto al nostro ristrettissimo gruppo. Diciamo che tra noi era nata quasi una specie di sfida su chi

riusciva a produrre il materiale più hard. Tanta roba amici. So benissimo che quello che facevamo era sbagliato, anzi, lo sapevamo tutti, ma non è che stavamo lì a dircelo perché certe cose le fai e basta. La cosa strana è che non reputavo di venire meno in qualche maniera alla promessa fatta con Emma.

La sera in cui lei decise di andare in discoteca con le amiche, io ero impegnato con il calcetto, se non sbaglio dovevano festeggiare anche la festa di una loro compagna che io non conoscevo.

La mia vita è cambiata all'una e quaranta di notte, mi ero addormentato da poco, ma vengo svegliato dal suono di una notifica. Ho subito pensato che fosse Emma anche se mi sembrava piuttosto strano, infatti era Kumbo. Nel vocale mi dice che è successa una cosa bruttissima, perché avevano beccato Emma che si stava baciando con un tipo all'interno della discoteca.

Kumbo e Nik si erano trovati lì perché avevano rimediato degli ingressi omaggio, ma quel genere di discoteca da figli di papà non fa parte dei nostri giri. Mi ritrovo seduto sul letto e chiamo immediatamente Kumbo. È in auto con Moro: «Fratello, quella è una troia e secondo me faceva finta di essere ubriaca, perché se sei fuori come un melone non stai avvinghiata con un testa di cazzo su un divanetto. Comunque le abbiamo fatto anche una foto, te la sto girando. Tanto, cosa diciamo sempre? Alla fine sono tutte troie!» Non lo ascolto, sto già guardando la foto che nel frattempo mi ha inoltrato. Tutto vero, incredibile ma tutto vero. Il sonno ha lasciato il posto allo stupore che ha lasciato il posto alla rabbia. Cazzo! Mi incollo al telefono e chiamo quella puttana ma è staccato. Magari sarà ancora infrattata con quel demente in qualche angolo buio della città, magari l'ha portato in uno dei nostri posti. Dentro la mia testa esplode di tutto e naturalmente non chiudo occhio. Il telefono di Emma continua ad essere muto.

Per fortuna mamma è di turno e alle sette esce di casa, mi faccio un caffè e siccome lei non risponde chiamo Baby che stava dormendo, provo a chiedere spiegazioni e quando comprendo che non sa cosa rispondermi la maledico, anzi, le maledico tutte. Schifose ricche e viziate, delle merde, ecco

cosa sono. Finalmente, quasi all'ora di pranzo, il telefono di Emma squilla, il cuore mi schizza fuori dalla testa e lei decide di rispondermi dopo un tempo infinito. Le urlo di tutto mentre piange in silenzio e quando prova ad aprire bocca io urlo anche di più. Mi attacca il telefono in faccia, riprovo subito a chiamare ma non risponde. Tempo cinque minuti e parlo con il mio gruppo di amici. Nessun dubbio: «Ragazzi fate girare la foto di ieri sera, tutti devono sapere chi cazzo è questa qui». Sono tutti d'accordo, una così non si merita nulla di meglio. I giorni seguenti sto come un cane. Vado persino a cercare il tipo con cui si era baciata e lui conferma tutto, aggiungendo che era stata lei a prendere l'iniziativa. Fantastico, no? Non ho avuto neanche la forza di prenderlo a calci in culo. Una regola che mi ha insegnato la strada dice che chi sbaglia paga, ed essere così sputtanato brucia che neanche riuscite a immaginarlo. Non poteva finire così la storia e allora metto a fuoco che io un'arma la possiedo ed è potentissima. Voglio vendicarmi e farle male. Le foto e i video che possiedo raccontano tutto di lei, tra l'altro mica li ho girati contro la sua volontà! Anzi, gli scatti e le immagini più interessanti arrivano direttamente dalla sua stanza. L'idea si rafforza e prende corpo, gli amici gettano benzina sul fuoco e arriviamo alla conclusione che dobbiamo infliggerle questa punizione. Kumbo vorrebbe addirittura buttarla in musica e scriverci un pezzo su questa storiaccia.

La decisione finale spettava comunque a me, il nove gennaio mi si chiude la vena e agisco. Ero certo che lei non si sarebbe mai aspettata una cosa del genere e questo mi faceva sentire estremamente bene. Convoco gli amici, ci vediamo in piazzetta e scegliamo dieci foto che la ritraggono nuda, poi iniziamo a condividerle online nelle varie chat. Emma sempre riconoscibile, impossibile avere dubbi su chi fosse la protagonista degli scatti. Non mi vergogno nell'ammettere che provai un gran senso di rivincita. Minchia, la sensazione era la stessa di quando in certi film sganciano i siluri dai sommergibili nucleari. E l'esplosione ci fu! Emma non trovò il coraggio di rispondere ma le sue amiche, Baby in testa, mi scrissero che ero un pazzo, una merda e che stavo rovinando una vita e la reputazione di una ragazza. Su di noi, quei messaggi sortirono l'effetto oppo-



sto: avevamo fatto centro! La vendetta funzionava molto bene e così decidemmo di sparare il colpo finale prima di lasciarla al suo destino del cazzo.

Fu così che tre giorni dopo condividemmo in chat anche un video di 26 secondi. Non fatemi usare termini volgari, diciamo che si tratta di autoerotismo. Il filmato divenne virale nel giro di neppure tre ore.

Due giorni dopo, quando Baby mi scrisse in maniera asettica che Emma era sorvegliata a vista nella sua stanza perché temevano che potesse uccidersi, provai il primo vero brivido di paura. Baby in quel messaggio non mi accusava di nulla e non mi implorava neppure di farla finita, erano solo poche righe scritte per mettermi al corrente delle conseguenze prodotte dalle mie azioni. Fui tentato di contattarla ma preferii restarmene in silenzio.

La notte cominciai a dormire malissimo, angosciato dal pensiero che Emma potesse farsi veramente male, le notizie che iniziarono a circolare qualche giorno dopo la pubblicazione del video erano pesanti. Qualcuno parlava di Polizia, altri dicevano di aver visto un paio di troupe televisive fare immagini nella via.

Un pomeriggio vedo dalla finestra un'auto della Polizia sotto casa, va pianissimo, spero che prosegua ma invece accosta e si ferma. Scendono due agenti e mentre prego affinché siano in zona per altri motivi, sento il campanello suonare. Mamma è lì. Viene a conoscenza del tutto mentre siamo seduti in cucina di fronte agli agenti e a una pila di fogli. Mi sequestrano telefono, PC e tablet. Comincio ad avere paura di tutto. Avevo compiuto 18 anni da poco e quindi dopo la denuncia per la diffusione illecita di immagini e foto, mi trovai a dover fare i conti con avvocati, giudici, questure e interrogatori. Fui costretto immediatamente a chiudere tutti i miei profili social perché migliaia di *haters* cominciarono a tempestarmi di minacce e offese. Altra cosa, non avevo preso in considerazione che Emma era minorenne e quindi ai vari capi di imputazione si aggiunse anche quello di diffusione di materiale pedopornografico, ed io che pensavo che quel reato fosse collegato solo alle foto che ritraggono bambini. Ho cominciato a girare su internet



cercando informazioni in merito al codice penale e solo per quanto concerne la pedopornografia scopro che potevo essere punito con la reclusione da sei a dodici anni e con una multa da 24.000 euro fino ad un massimo di 240.000.

La Polizia Postale scoprì subito anche la nostra chat, quella che consideravamo una cassaforte inviolabile, ed è così che si sono trovati coinvolti in questo inferno anche Kumbo, Nik e Moro.

Quando tutta la vicenda è uscita sui giornali ed in televisione, ci hanno dipinto come una gang che collezionava materiale pedopornografico all'insaputa delle minori che venivano riprese o fotografate. Altre due ragazze hanno sporto denuncia; capite che cosa si è scatenato? Se volete vi spiego anche cosa significhi trovarsi di fronte a un giudice o ai giornalisti sotto il portone di casa. Tutte queste cose messe assieme non raggiungono però il livello di terrore provocato dal fatto che Emma potesse compiere gesti estremi. Paura per lei, perché non si può morire per la vergogna e forse io mi sarei ritrovato a dover affrontare persino un processo per induzione al suicidio.

A casa, mia madre e mia sorella hanno trascorso giornate intere a piangere e poi devi trovarti un avvocato e sono soldi su soldi, perché commettere cazzate comporta anche un enorme costo economico. Per la mia vicenda abbiamo dovuto mettere in vendita la casetta che si trovava nel centro del paese, sulle colline fuori città, dove era nata nonna. Era un nostro modesto punto di riferimento, ma è lì che avevo trascorso estati intere, mille ricordi anche assieme al papà, ora c'è appeso un cartello con scritto «Vendesi».

Sapete, l'immagine dell'attimo in cui premo invio sul tablet e quel materiale pornografico finisce in rete, oramai è impressa nella mia mente in maniera indelebile. Una volta che regali qualcosa di sbagliato al web, hai finito. 🍷

**Ascolta  
l'audiostoria**



# Storia di Isa

**D**icembre 2020. Sono Isa ed ho diciassette anni, forse dovrei dire sedici visto che quasi un anno l'ho trascorso in stand by. Poi ho scoperto che esiste sempre un'altra possibilità. Anche quando non vediamo una via d'uscita, anche quando siamo convinti che tutto sia già stato scritto. Nella vita si cambia e a volte per fare luce, basta accenderla. Banale, non è vero? Resta il fatto che per accenderla devi avere voglia di farlo, alzarti e trovare l'interruttore. Fatemi compagnia e leggete insieme a me queste pagine che sono dominate dalla convinzione che rifugiarsi nel mondo del web possa rappresentare una soluzione intelligente per sottrarsi alla realtà. Quella che pensavo fosse una strada era un vicolo cieco, perché purtroppo è facile confondersi e seguire l'ago di una bussola impazzita. Ritrovare lo sguardo delle persone è stato come ridare acqua a una pianta rinsecchita ed io quello sguardo l'ho incrociato durante il lockdown, potenza della rete che a volte toglie e a volte dà.

Avevo scritto un post provocatorio, tipico di chi è contro tutto e tutti: «Distanziamento sociale a vita. In questo mondo nessuno ha bisogno di nessuno». Alla mia provocazione un ragazzo di un istituto d'arte, un mio coetaneo, rispose con una foto legata ad un concerto dei Pink Floyd.

Si vede un muro gigantesco sul quale campeggia una scritta enorme: «Fear builds walls», la paura costruisce muri. Beh, io mi sono incazzata non poco, perché con una semplice foto era riuscito a ferire il mio orgoglio. Online ci siamo beccati abbastanza ma era comunque nato un rapporto. Mi trovai

spesso a commentare alcuni suoi stati e lui fece altrettanto. Un giorno Giacomo (questo è il suo nome) mi ha inviato un messaggio privato chiedendomi se volessi entrare in una chat all'interno della quale si parlava un po' di tutto. Gran parte degli iscritti erano suoi amici. Accendere la luce vuol dire superare pregiudizi e diffidenze ed io, pur con qualche riserva, entrai a far parte di quel gruppo virtuale. Non so come spiegarlo, ma fu come ritrovare dei vecchi amici. Abbiamo iniziato anche a utilizzare FaceTime, insomma, sono comparsi dei volti a cui corrispondevano delle voci ed è stato come se si fosse spalancato il sipario.

Terminato il *lockdown* mi hanno invitato ad uscire con loro e alla fine ho accettato, cosa che per chi non conosce il mio passato potrebbe sembrare del tutto normale.

Posso solo dirvi che oggi sto abbastanza bene, ho dei nuovi amici e sono tornata ad affrontare la vita vera, quella che ti fa piangere o ridere, quella dove ti bagna la pioggia o devi proteggerti dal sole cocente e dove, soprattutto, devi imparare a difenderti evitando di scappare. Un tempo vedevo nella mia stanza un rifugio sicuro. Oggi comprendo che ero stata molto abile nel costruirmi una cella. Detto questo, vi lascio al mio diario. Buona lettura.

*Marzo 2020.*

Sono le 04:30 della mattina ed è dalle 22 che sguazzo dentro il web: questo è il mio universo, il mio mondo, la mia dimensione, la mia realtà. Sono poco interessata alla porta della mia stanza e quando mamma viene a bussare provo quasi un senso di fastidio, tutti i rumori mi fanno male, rimbalzano da una tempia all'altra, rappresentano un alert e allora io li evito. Per questo preferisco starmene con le cuffie. Il *lockdown* non è che abbia stravolto il mio recente stile di vita, questo ci tengo a precisarlo.

Le domande che provengono dal mondo esterno si spengono prima di colpirmi il cervello. Sono blindata dentro un castello come certi personaggi che amo, avete idea della potenza narrativa del Trono di Spade? Ecco, io lì in mezzo mi trovo bene. Di cosa dovrei parlarvi, del fatto che preferisco

la notte al giorno e che non ho interesse verso ciò che accade fuori dalla mia stanza? Volete anche voi accodarvi alle suppli- che di mia madre? «Esci fuori, prendi aria, stai sprecando la tua vita, trovati degli amici veri.» Se è questo che volete dirmi, il discorso può finire qui. I miei confini non vanno oltre questa stanza perché qui ho tutto ciò che mi occorre, ma gli altri non lo vogliono proprio capire. Non è questione di giusto o sbagliato, io sto bene così.

Questa è la realtà, amici miei. Non inventatevi storie. A scuola pensavano che fossi malata perché ero pallida e con le occhiaie. I professori dicevano che non ero quella dell'anno prima. Che geni, questi professori! Io penso che nessuno sia identico all'anno prima semplicemente perché tutto cambia, anche la prof di matematica non è più la stessa dopo che ha divorziato, però non voglio andare fuori tema. Mamma mi ha fatto sottoporre a tutte le analisi possibili, è molto preoccupata per il mio stato di salute mentale e la mia assenza di rapporti con il resto del mondo.

Per farle capire come stavano le cose, le è stato sufficiente entrare di nascosto in camera mia nel cuore della notte e scoprire che ero online più o meno a qualsiasi ora. La prima volta le ho mentito dicendole che era un caso, ma alla terza o quarta volta ha perfettamente compreso quale fosse il mio stile di vita. Si è terribilmente spaventata, quasi tutti i giorni la tv parla di questi problemi e infatti ha subito pensato che fossi dipendente da Internet.

Bella cavolata, perché il PC mi serve per trascorrere del tempo: guardo film, navigo, corro veloce sulla tastiera, molto veloce amici miei, ma quando io ho iniziato a preferire la mia stanza al resto del mondo, non lo facevo per questo motivo. Proprio no.

Sapete di cosa avevo bisogno? Di un rifugio sicuro. Esatto. Un posto dove nessuno venisse a dirmi cosa avrei dovuto fare e quale obiettivo raggiungere. Un posto dove nessun ragazzo venisse a prendermi in giro per la mia quinta di seno; a scuola questo era un tormento. Quasi tutti i giorni circolavano battute del cavolo ed io quel seno lo avrei voluto far scomparire. Non ho mai parlato di questo fatto, sembra una cosa da

niente, ma in realtà quei commenti in chat mi hanno sempre ferita. Non l'ho mai dato a vedere, anzi ci ridevo fingendo di stare al gioco, ma dentro ero a pezzi. Fino ai quattordici anni andavo tre volte a settimana al campo di atletica, sono alta e longilinea, per questo il salto in alto era la cosa che mi riusciva meglio. Ero angosciata dal mio seno e dalla paura di sbagliare. Beh, quell'asticella dopo un po' di tempo avevo iniziato a odiarla. Cavolo, ma lo sapete che la notte mi svegliavo pensando agli allenamenti del giorno dopo? Per non parlare delle domeniche in cui si gareggiava.

Saltare sempre più in alto, sempre più in alto, proprio in quel periodo ho scoperto che "alzare l'asticella" è anche un modo di dire. Bella schifezza questa storia del "sempre più in alto".

In camera mia non esistono asticelle e nessuno mi viene a giudicare o a commentare le mie tette troppo grandi. A me le gare non piacciono, preferisco rimanere all'interno del mio cerchio magico. Molti di voi si domanderanno quante ore passo di fronte al PC. Beh, siete sempre in tempo a farvi gli affari vostri, comunque molte, e se proprio devo accompagnare mamma a fare la spesa, ho bisogno di avere lo smartphone carico al 100%. Esatto. Se già è all'80% comincio a infastidirmi. Questione di precisione e di voler vivere senza ansie. Ognuno ha le sue paranoie ed io ho questa. Certo, spesso ho mal di testa e gli occhi mi bruciano terribilmente, ma io faccio finta di niente.

Con mamma il rapporto è difficilissimo, io non ho risposte da darle e per un certo verso mi fa anche pena. Non c'è stato un giorno preciso in cui ho iniziato a preferire la mia stanza al mondo esterno. Ci sono scivolata dentro senza accorgermene. Sulla porta della mia stanza c'è un cartello: «Isa's room - don't disturb. Please».

Lo so che sembra la solita scritta appesa sulla porta di un'adolescente, ma nel mio caso è una regola vera. È sempre una guerra con mamma, lo vedo che spesso è disperata perché pensa che io non sia tutta a posto. Questo fatto che non voglia uscire di casa la terrorizza, ma è più forte di me. Lei fa la commessa in un supermercato e a casa non c'è quasi mai. Naturalmente ne approfitto, perché così mangio quando

mi pare e anche questo è motivo di continue discussioni. La storia è sempre la stessa, con mamma che urla e dice che mi nutro di sole schifezze, che non rispetto un orario e che a pranzo e cena bisognerebbe starsene seduti a tavola come tutti. Il problema è che io non sono tutti. Molte volte ho provato a parlarle del mio disagio, mi riferisco alla storia del seno, ma le parole non sono mai riuscite a trasformarsi in un suono, proprio come a scuola. Pochi si rendono conto che una frase scritta in una chat, anche se apparentemente innocua o spiritosa, può assomigliare a una pugnalata, tutti pensano che il cyberbullismo sia collegato a chissà quali episodi, ma io sono la testimonianza che nel tempo le famose piccole cose finiscono con il consumarti come una candela. Poi ti spegni. Mangio quando ho fame e poi questa storia che all'ora dei pasti dovrei chiudere lo smartphone io non la capisco. Abbiamo raggiunto una specie di compromesso. Lo smartphone rimane acceso ma io evito di navigare, faccio finta di non vederlo anche se è sul tavolo accanto a me. Ci sono state giornate in cui non ho neppure alzato le serrande e non mi sono cambiata la T-shirt con cui avevo dormito. Non era pigrizia e non sono neppure un vampiro, ma tutta quella gente sui marciapiedi, le macchine, i ragazzi con lo scooter che si muovono a zig-zag in mezzo al traffico mi creano ansia.

La solita storia dell'asticella, lì fuori come ti muovi c'è un'asticella da superare, mani da stringere, voci e sguardi da incrociare. A volte penso che l'angoscia assomigli alla nebbia. Arriva dal nulla, non fa rumore, avvolge tutto e toglie ogni riferimento. Quando mi arriva addosso quel tipo di nebbia resto immobile sdraiata sul letto. Occhi chiusi. Sto malissimo in mezzo alla nebbia, per farla diradare penso a qualche serie tv, a qualche personaggio che mi è entrato nel cuore e appena mi riprendo un pochino torno a navigare, tanto per distrarmi. Quando navigo non ho mai una meta precisa, spesso una parola tira l'altra e allora mi muovo seguendo la curiosità e l'istinto. A volte trascorro online sei o sette ore di fila, ma il bello della rete è che è inesauribile e nessuno viene a commentare il tuo numero di reggiseno. Non esiste un limite e neppure una fine. Chi naviga per mare arriva sempre da qual-

che parte, intravede la costa, approda in un porto, invece la navigazione online può procedere all'infinito. Cedo quando la testa mi scoppia e tante volte mi addormento con il telefono tra le mani. Mamma dice che questa non è vita, ma allora cosa sarebbe questa famosa vita?

Naturalmente non ho un bel rapporto con i compagni di scuola, io non sono certamente una che viene presa in considerazione a parte le battutacce sul mio aspetto fisico. Pensate che appena posso trovo sempre una scusa per evitare educazione fisica; ho usato anche delle fasce elastiche per contenere il seno ma è un casino. A volte avrei voluto dire a tutti di smetterla ma non è facile fare uscire le parole di bocca. Occorre una forza che io non possiedo. Non sono neppure una grande frequentatrice dei social, almeno non lo sono in maniera attiva. Proprio come accadeva a scuola, preferisco sbirciare le vite degli altri, muovermi tra i loro profili e vedere quello che fanno. Comunque trovo più semplice avviare un dialogo con qualcuno attraverso una chat piuttosto che di persona. Non sono costretta a guardarlo negli occhi e più che altro a sentirmi addosso i suoi; bastano la connessione e la tastiera.

Il web alla fine è formato da un mondo di colori, di suoni, di voci e di personaggi che valgono molto più della semplice realtà e nessuno, dico nessuno, può venire a romperti le palle.

Ammetto che a volte lo stress raggiunge livelli molto alti, allora vado in cucina e mi preparo un toast, cerco di recuperare lucidità e poi si torna in pista. A volte mamma in quegli attimi mi domanda delle cose, ma le sue parole sono dei semplici suoni e non ho neppure voglia di spiegarle cosa sto pensando. Il mondo online è diventato il mio universo. Mamma usa spesso la parola "apatica" e mi grida in faccia che sto gettando la mia vita alle ortiche, ma onestamente non riesco a reagire, non ne sento il bisogno anche se immagino di rappresentare per lei il fallimento completo. Sì, questo a tratti mi fa sentire male, perché la parola "fallimento" è brutta e poi il pensiero di deludere mia madre mi rende ancora più inerme. Osservo, ascolto, ma non faccio nulla per cambiare. Nulla.

Domani devo uscire con mamma perché abbiamo appuntamento con uno psicoterapeuta. Dicono sia molto bravo, ma



questo per me conta poco, l'importante è che quando usciremo di casa abbia lo smartphone con il massimo della carica. A volte anche il fratello di mamma cerca di spiegarmi che nella vita esistono i sogni e bisogna programinarsi un futuro. Futuro? Questa parola proprio non riesco a immaginarla, l'ho rimossa. La ignoro e vado avanti così. A proposito, ho appena scritto una storia su Instagram in merito a questo benedetto *lockdown*: «Distanziamento sociale a vita. In questo mondo nessuno ha bisogno di nessuno».

Rileggo quel post così stupido e infantile e comprendo quanto tutti abbiamo invece bisogno degli altri. Non è trascorso neppure un anno da quel periodo e adesso voglio essere di aiuto, con questa mia piccola storia, a chi ha deciso di voltare le spalle alla realtà. A chi finge di essere forte tentando così di nascondere tutte le sue fragilità, che è come infilare l'immondizia sotto il tappeto. Il web è un ponte, non un'isola. Bella questa! Mi sa che me la rivendo nella prossima verifica di italiano, ma credo che sia proprio così che stanno le cose. Per paura non ho fatto molte cose, ad esempio sono stata zitta quando qualcuno rideva del mio corpo, per paura mi sono chiusa in casa, brutta bestia la paura, ma se riesci a riconoscerla puoi sempre affrontarla. In fin dei conti io penso che i coraggiosi siano solo dei paurosi che hanno trovato la forza di lottare, perché tutti abbiamo delle paure, ne sono convinta.

La famosa foto del muro dei Pink Floyd adesso è un poster appeso dietro al letto della mia camera: «Fear builds walls». La leggo spesso, sapete? Trovo che sia la frase più centrata che abbia mai letto nella mia vita. 🍷

**Ascolta  
l'audiostoria**



# Storia di Due

**H**o un occhio grigio e un occhio blu, per questo tutti mi chiamano Due. La natura mi ha tatuato gratis l'iride e devo dire che il lavoro è venuto benissimo. Sapete come si chiama questa diversità di cui vado fiero? Eterocromia. Negli uomini è molto rara, mentre il 5% di cani, gatti o cavalli nasce con questa particolarità. Non penso sia importate dirvi il mio nome di battesimo, io lo utilizzo solo per la carta d'identità, preferisco continuare ad essere Due e non ho neppure la necessità di descrivervi, occhi a parte, quanto sia alto, la lunghezza dei miei capelli e via dicendo. Immaginatemi come un paio di occhi senza niente attorno. Su quale vi state concentrando? Il grigio o il blu? O nel dubbio preferite saltare dall'uno all'altro? Potete scegliere liberamente, nessun problema. A proposito di sguardi, ho notato che le persone fanno sempre fatica a guardarsi negli occhi, ad esempio se prendete un ascensore la gente tiene la testa bassa, fissa le scarpe e il pavimento o al massimo guarda l'orologio sapendo benissimo che ore sono. Del resto si dice "sostenere uno sguardo" proprio perché non è facile.

Sono stato io a soprannominarmi Due quando facevo la prima media. Lo scrivevo sul diario e poi è diventato il mio nickname sui social, anche i testi che compongo li firmo come Due. A me piace questo numero perché il due ci offre sempre una possibilità di scelta. Occhio grigio oppure occhio blu. "Uno", invece no. Nessuna alternativa. Uno è figlio di un pensiero unico. Il mondo è affollato di Uno. Esseri umani che non sanno essere umani, gli Uno sono monocolori, sono

sicuri di possedere la verità, sempre pronti a dividere e a ridere degli altri, conoscono la tesi ma non l'antitesi, il monologo e non il dialogo, usano monete che non hanno l'altra faccia e soprattutto detestano le differenze. Spesso gli Uno rispettano gli altri in base alla posizione sociale e al conto in banca, più sei ricco e potente e più ti leccano, ma se per sfortuna sei un gradino sotto non ti cagano neppure di striscio. Combatto gli Uno da quando frequentavo le scuole medie e pretendevo che mia madre mi facesse indossare la felpa fucsia bordata d'oro di mia sorella, mi diceva che non si poteva, che non stava bene e che non era adatta a un maschio, ma io continuavo a non capire e a protestare sostenendo che un colore non è un'idea ma un semplice colore. Ricordo benissimo quella discussione e il momento in cui le urlai in faccia: «Allora visto che la felpa fucsia non posso metterla, dimmi qual è il mio occhio da femmina e quello da maschio!» Mamma rimase in silenzio. Colpita e affondata. Avevo vinto la prima battaglia, ma la guerra è lunga, amici miei. Ho sempre avuto carattere, ho sempre lottato per difendere il mio diritto ad essere Due e se mi trovo a far parte di questo libro è proprio perché voglio aiutare tutti i Due che lo leggeranno a non cedere, perché in molti cercheranno di convincervi che Due non esiste oppure che è sbagliato. Non credeteci, non sentitevi colpevoli, siete voi quelli giusti, siatene convinti. Voglio però anche far sapere agli Uno che con un po' di coraggio è possibile vedere il mondo a colori, infatti la cosa più bella che mi sia capitata nella vita è stato vedere degli Uno che hanno finalmente trovato la forza di alzare lo sguardo trasformandosi in Due, compresa mia madre. Che figata! Oggi lei mi osserva con occhi diversi, ha compreso, mi rispetta e quando si volta per osservare la mamma che è stata fino a qualche anno fa, scopre che quella persona non esiste più, si è fatta farfalla dopo una vita da crisalide. Ama leggere i testi delle mie canzoni ed è convinta che abbia talento, crede in me.

Torniamo alla felpa sgargiante di mia sorella. Una mattina di primavera quando frequentavo la prima superiore la nascosi nello zaino e la indossai prima di entrare in classe. Fu la fine di tutto e l'inizio di tutto, fu la mia condanna e la

mia liberazione. Quella mattina mentre attraversavo il corridoio mi sentii addosso uno sciame di sorrisini ironici ed ero consapevole che il mondo oscuro delle chat era già entrato in azione come un'agenzia di stampa. Io non mi sentivo fuori luogo e la mia non era neppure una provocazione, stavo semplicemente indossando un qualcosa che mi piaceva. Non avevo la minima intenzione di mostrarmi seguendo delle stupide regole imposte da altri. È stato il passaggio più complicato di questi miei primi diciannove anni di vita, ma una volta scavalcato quel muro, anche se su quel filo spinato ho personalmente lasciato qualche brandello di carne, finalmente ho iniziato a sentirmi libero di correre.

Se ho conosciuto l'odio? Certo che l'ho incontrato, mi è venuto a trovare nelle chat, nei social e persino sotto casa, ed io l'ho attraversato come fosse una palude melmosa, con i miei vestiti da donna, le scarpe con gli strass, lo smalto sulle unghie e i capelli colorati di verde o di rosso, perché i colori del mondo sono veramente tanti. L'universo mi ha regalato le sfumature e chi è Due può ambire anche a diventare cento. Un occhio grigio e un occhio blu versano lacrime identiche, gocce salate intrise di rabbia e comunque mai di resa e alla fine anche di gioia.

Dopo aver indossato la felpa fucsia (aveva anche un cuoricino dorato sulla sinistra), mi sentii più leggero, ma fu come infilare una mano dentro un nido di vespe.

In classe un gruppetto cominciò a massacrarmi ricorrendo inizialmente a metodi "old style," usavano il muro del gabinetto come fosse un tablet. Ricordo una scritta a pennarello che diceva: «Due volte frocio. Cento volte morto». Forse vorreste conoscere il nome della scuola e della città dove vivo ma sarebbero energie sprecate perché i Due e gli Uno esistono in ogni angolo del pianeta, quindi non identificatemi con un luogo ma piuttosto con un'idea. La mia non è una storia di città o di periferia, è una storia di persone. Io potrei anche non esistere ed essere un personaggio virtuale, ma ciò che conta sono le idee che vi porgo e la possibilità di alzare lo sguardo, perché è di questo che si tratta. Cosa significa alzare lo sguardo? Rispetto per gli altri, rispetto per la vita, amore da donare e amore da ricevere, amore per questo pianeta e tutte le forme

di diversità. Roba tosta vero? Questo si chiama progresso, amici miei. Spesso confondiamo lo sviluppo tecnologico con il progresso, ma non è così che stanno le cose. La tecnologia è una grande opportunità, ma si trasforma in progresso nell'attimo in cui è utile a creare una società più equa e solidale, altrimenti serve a nulla o è addirittura controproducente. In fin dei conti anche la bomba atomica rappresentò un qualcosa di rivoluzionario rispetto ai vecchi ordigni, ma non possiamo considerarla una tecnologia al servizio del progresso. Pensate al web, di base è una grande opportunità, poi spetta a noi decidere da che parte stare.

A proposito, le chat della terza media e dei primi due anni delle superiori le conservo tutte. Un fiume sotterraneo di parole velenose che scorre veloce. Gli Uno quando vomitano offese non hanno un'idea precisa del motivo per cui lo stanno facendo, proprio perché non sono in possesso di un'idea precisa. Tabula rasa, vuoto pneumatico. Il nulla. Qualche tempo fa ho letto un capitolo di un libro veramente interessante, si intitola "La banalità del male" e lo ha scritto una filosofa tedesca che si chiama Hannah Arendt. Mi ha molto colpito. È la storia di un processo che si svolse a Gerusalemme nel 1961. L'imputato era un nazista che si chiamava Adolf Eichmann. Di quel capitolo mi sono rimaste nella mente un paio di righe: «Le azioni erano mostruose, ma chi le fece era pressoché normale, né demoniaco né mostruoso. Eichmann non era stupido, era semplicemente senza idee. Quella lontananza dalla realtà e quella mancanza di idee possono essere molto più pericolose di tutti gli istinti innati nell'uomo. Il male è banale perché non richiede pensieri».

Cavolo, quando ho letto quelle righe ho scoperto tutto ciò che c'è da sapere quando si parla di bullismo e cyberbullismo. «Il male è banale perché non richiede pensieri». Non avevo mai preso in considerazione questo aspetto che invece è terribilmente reale. Tutti quelli che hanno tentato di rovinarmi la vita tra la scuola media e i primi anni delle superiori, non erano in grado di mettere in fila un solo pensiero coerente. Erano contro qualcosa a prescindere, poteva essere un nero, un omosessuale, un disabile, un ebreo, un cattolico o un islamico. Essere contro qualcosa, tutto sommato è una figata. Non

devi porti domande, non devi perdere tempo a confrontarti, non devi mai aprire un dialogo, non hai bisogno di studiare e neppure di guardarti allo specchio, insomma, odiare una qualsiasi categoria di umani è veramente facile. Vuoi mettere quanto è più complicato sforzarsi di capire, essere curiosi, voler crescere, avere dei dubbi e a volte cambiare idea? Per questi motivi chi mi ha perseguitato, specialmente attraverso i social, mi ha sempre fatto più pena che altro. Gli Uno sono esseri non pensanti e fatico a immaginarli proiettati nel futuro. Io amo scrivere, uso la rete per conoscere nuovi artisti e far girare le mie canzoni ed i miei testi, loro la rete non la usano ma ci finiscono dentro, si sentono pescatori e invece finiscono pescati.

Io non conosco l'odio, ho camminato sopra schegge di dolore appuntite come vetri, ma ho sempre camminato. Non avevo tempo per fermarmi a odiare gli altri, al massimo cercavo di rimanerne distante.

Se oggi penso alle facce di quelli che mi scrivevano di tutto, non erano poi facce neppure così cattive, normali direi. Io ho sempre amato scrivere, le parole giuste le vado a cercare, le accarezzo, le convinco a seguirmi e le metto in fila, ci spalmo melodie, abbino note e parole, costruisco qualcosa che mi fa bene all'anima. Ma loro? Dico, loro, che se ne fanno delle parole?

Frociosucchiapisellibastardomorissifemminiellloschifosouciditiscomparipersemprebruttoricchionedimerda. Quel treno di parole legate l'una all'altra era sempre in marcia. Mani conosciute e sconosciute hanno composto ovunque quegli inni alla morte. Non la mia, la loro. Scrivendomi «Frocio di merda morirai» ammettevano tutta la loro debolezza, alzavano bandiera bianca, mostravano all'universo la loro incapacità di sentirsi utili ad un qualcosa, e questo è desolante. Lo hanno fatto in classe digitando messaggi di nascosto sotto il banco, dalle camere di casa mentre i genitori pensavano che la loro creatura stesse innocentemente chattando con i bravi amichetti. Lo hanno fatto in metro mentre stavano rientrando a casa dalla scuola. In gruppo dentro una sala giochi o nello spogliatoio dopo l'allenamento.



Non ho mai versato una lacrima, però la solitudine mi teneva sempre sottobraccio, mamma si preoccupava ma io non mollavo e continuavo a combattere difendendo la mia libertà di mostrarmi senza farmi condizionare e intimidire. Devo dire che nessun professore si è mai permesso di commentare le mie unghie smaltate o il neo alla Marilyn Monroe. Ero affascinato da quella donna, avevo letto che il suo neo a volte c'era e altre no. Era assolutamente finto. Un dettaglio di pochi millimetri destinato ad entrare nella storia. Incuriosito da questo aneddoto, volli tentare l'esperimento e così una mattina mi presentai in classe con un piccolo neo sulla guancia sinistra. Incredibile come un semplice puntino possa far parlare la gente e scatenare forme di rancore. Ero più che altro incuriosito da tutto ciò. Quel giorno alcuni postarono nel loro profilo Instagram una serie di meme pesanti legati a quel neo. Figuratevi cosa riuscirono a scrivere nelle chat! La più cattiva? «Che quel neo possa trasformarsi in cancro!»

Abbastanza pesante, non trovate? Evidentemente gli Uno, o cyberbulli decidete voi come definirli, non erano in grado di affrontare in maniera corretta neppure un semplice finto neo.

Talmente coglioni che non si erano neppure resi conto che se avessi deciso di portare gli screenshot dei loro deliri alla Polizia, avrebbero passato un casino di guai.

Che male può provocare un neo finto? Chi può sentirsi offeso da un neo fatto con una matita? Secondo me nessuno, ma un neo finto sulla faccia di un ragazzo mette più paura di un lupo affamato perché rappresenta la pagina non codificata, il sentiero non tracciato e soprattutto la libertà di espressione. Quel piccolo neo li aveva disorientati e allora la sola strategia riconosciuta dagli Uno è quella di attaccare a testa bassa. Sarebbe stato loro sufficiente domandarmi il perché di quel piccolo e innocente trucco, oppure ignorarmi lasciandomi libero di fare, invece preferirono mordere. I famosi *haters* agivano in simultanea sia attraverso le chat che i social, poi un giorno li ho spiazzati, cosa piuttosto semplice, perché gli Uno non hanno punti di vista ma “il” punto di vista, non conoscono le verità ma “la” verità. La loro mente assomiglia a uno schedario, funziona a compartimenti stagni e quindi se fai saltare loro lo schema vanno in tilt.



Il massimo disorientamento lo raggiunsero quando mi sono messo con Irina, madre russa e padre torinese, bella come il sole e di un anno più grande di me. La più sognata e desiderata da tutta la scuola. Molti Uno erano persi di Irina ma lei scelse me, le piacevano la mia mente originale e il mio corpo e la cosa era reciproca. Irina aveva gli occhi grandi e il cuore potente, pelle candida e una piuma tatuata sopra l'inguine. Irina mi ha baciato per la prima volta all'esterno di un negozio di ferramenta dove mi aveva accompagnato. Dovevo comprare un lucchetto per chiudere la bici e invece trovai la sua bocca. Irina dal cuore potente era una Due come me. Interessata ai colori del mondo, all'universo del fashion e alla musica Indie.

Per gli Uno fu un casino. Come può la più bella ragazza della scuola mettersi con un frocio? Forse bisognerà toglierlo dallo schedario dei gay, ma uno con la felpa fucsia e le scarpe con gli strass in quale casella andava inserito? Non è arrivato con un barcone, non ha un orientamento religioso conclamato e poi a complicare le cose ci sono anche quei fottuti occhi bicolore! Improvvisamente non fui più collocabile nel loro schedario e per questo motivo gli Uno decisero di distruggermi lo scooter. Agirono di sera nel parcheggio sotto casa mia. Uno di loro riprese la scena con lo smartphone, insomma tutto organizzato alla perfezione.

Mi accorsi la mattina alle 7:30 di quell'atto vandalico. Del mio Scarabeo restava poco o nulla, tra l'altro il meccanico scoprì che avevano anche gettato dello zucchero nel serbatoio. L'opera era stata completata con delle feci umane spalmate un po' ovunque.

La cosa strana è che come al solito non provai senso di vendetta, ma soprattutto pena nei confronti di quel gruppetto. Sapevo benissimo chi fossero. Io esistevo e loro no. Io iniziavo a scrivere testi di canzoni, poesie e racconti mentre loro si accontentavano di riempire incolmabili vuoti spalmando merda sulla carcassa di uno scooter. La cosa incredibile è che gli Uno, o cyberbulli, vivono nella costante necessità di mostrare al mondo le cazzate che combinano. Hanno il disperato bisogno di un palcoscenico sul quale esibirsi. Purtroppo le loro performance rappresentano il nulla, ma un codazzo di

follower lo rimediano sempre. Sono quelli che hanno paura di finire nel libro nero dei bulli, quelli che non prendono mai posizione, quelli che ti salutano e poi come ti volti ti accoltellano in silenzio. Torno a parlare di loro, i bulli o cyberbulli o Uno. Vedete, loro oramai hanno intrapreso un percorso, si sono ritagliati un ruolo e quindi per “essere” devono continuare a muoversi lungo quel sentiero. Un po’ come un artista che deve essere coerente con i suoi testi e il personaggio che si è creato. Un cantante cerca consensi attraverso le note musicali, un Uno li cerca attraverso il nulla. Mamma era intenzionata a denunciare quell’atto vandalico sia alla dirigente scolastica che alla Polizia, ma non ce ne fu bisogno.

La mattina successiva venni subito convocato in presidenza. Mamma aveva già chiamato la dirigente per metterla al corrente di quanto fosse accaduto, spiegandole che probabilmente i responsabili facevano parte della scuola. Non ci fu neppure la necessità di approfondire il tema perché il coglione che aveva ripreso la scena pensò bene di farla girare in chat e nel giro di tre ore il video atterrò sul tavolo della preside. Incredibile, ma fui io a convincerla che non avevo intenzione di sporgere denuncia. Lei però chiese un confronto con il gruppetto all’interno della presidenza. Ovviamente accettai. Quel giorno a scuola si respirava un’aria strana e con sorpresa qualcuno venne a regalarmi la sua solidarietà. Tutti parlavano comunque dell’accaduto.

Quel pomeriggio su Instagram postai una serie di foto scattate dal mio amico Jep (un talento). In qualcuna abbiamo abbinato una parte sfasciata del mio scooter a un indumento non convenzionale che mi appartiene, ad esempio la pedivella schiantata ad una canottiera rosa aggiungendo la scritta: «Canottiera rosa. Prezzo da pagare per poterla indossare: una pedivella dello scooter». In un’altra abbiamo postato le feci sparse sulla sella, scrivendo: «Se il fiore del loto spunta dalla merda, anche voi che l’avete spalmata siete ancora in tempo per diventare persone migliori». Non ne feci una questione personale ma di principio e quei post ottennero una valanga di consensi. Ne venne fuori quasi una campagna di sensibilizzazione contro la violenza e le discriminazioni di ogni genere.

Pensate che la mattina dopo mi presentai in presidenza con quattro foto di fiori di loto che consegnai nelle mani dei quattro, spiegando il motivo di quel gesto. Loro erano in grande imbarazzo, probabilmente li avevo spiazzati ancora una volta ma tutto sommato l'incontro fu molto produttivo. Di mese in mese la situazione cominciò a migliorare e rimasi veramente stupito quando uno di loro venne a trovarmi a casa, dicendo che alla sua famiglia avrebbe fatto piacere potermi regalare uno scooter nuovo. Compresi che non era un atto ruffiano, non accettai l'offerta ma accadde una cosa ancora più importante, perché con quel ragazzo (Tommy) è nato un rapporto di amicizia. Scoprii che era un bravo tecnico del suono e così iniziammo a collaborare. Quando si dialoga accadono sempre delle cose interessanti, nessun dubbio. E fu così che Tommy si trasformò in un Due.

Sono passati alcuni anni da quel periodo, ancora ho degli *haters* che ogni tanto mi attaccano, ma li considero un effetto collaterale del mio modo di essere e di mostrarmi in rete. Ho anche un casino di follower a cui piace ciò che posto e anche la mia musica.

Ultimamente ho postato una serie di foto (scattate dal solito Jep) in cui mostro gli aspetti che meno mi piacciono del mio corpo. Sono tutti dettagli tipo un brufolo, un'unghia spezzata, una cicatrice, il profilo del mio naso e via dicendo. L'idea è di profanare il tempio della perfezione e cioè Instagram. Vorrei far capire che siamo qualcosa che va oltre photoshop, dobbiamo imparare a non essere schiavi della nostra immagine esteriore e che non può essere un semplice foruncolo a farci sentire inadeguati o non accettati. Ancora, io e Irina, stiamo assieme; lei sta frequentando un master legato al fashion design ed io ho mille progetti. Assieme ad altri tre ragazzi abbiamo affittato uno spazio lavorando in coworking. Tra noi c'è un videomaker, uno smanettone che con il 3D è un fenomeno e un altro musicista. Contaminazioni importanti. Quando metteremo via le mascherine e questo virus mollerà la presa, ho intenzione di fare una lunga esperienza all'estero, ancora non ho deciso dove ma penso sia fondamentale respirare aria nuova. Il Natale 2019 l'ho trascorso a Londra. Ecco, io asso-

miglio a Camden Town dove si mischiano i colori, i sapori, le razze, i suoni e gli odori. Incontri turisti e gente locale, vecchi punk mummificati e ragazzi con la giacca del college. Può essere un luogo molto turistico, ma anche molto alternativo, è possibile scegliere e nessuno giudica nessuno; direi che Camden Town è un posto pieno di Due.

E adesso siamo arrivati alla fine della storia o meglio all'inizio, perché tocca a voi trasformare queste parole in qualcosa di pratico. Indossate la mia esperienza senza vergogna, abbiamo tutti cose importanti da fare, non sprechiamo tempo offendendo qualcuno online o spalmandogli la merda sullo scooter. Riempiamoci di musica, di sguardi e di colori e prendiamoci il meglio della vita. Il cyberbullo nella maggior parte dei casi non è neppure cattivo. Semplicemente non è.

A proposito, mia sorella la felpa fucsia alla fine me l'ha regalata ed io l'ho voluta incorniciare mettendola sopra il letto. Avete presente i cimeli dell'Hard Rock Cafè? Stessa cosa. Quando qualche amico o amica ha accesso alla mia stanza e mi chiede la storia di quella felpa un po' sbiadita, la mia risposta è sempre la stessa: «Quella felpa significa coraggio e continua a regalarmene ogni volta che la guardo». 🍷

IG: @duesworld

**Ascolta  
l'audiostoria**



## Storia di Aalim

**L**a mia storia è complicata, assomiglia a una commedia in tre atti. Intanto lascio che a parlare sia la mia pelle. Аалим. Questo tatuaggio è sopra il cuore. In cirillico vuol dire “Aalim”. Sulla parte destra del petto invece ho tatuato Арина. Significa “Arina” che è il nome di mia sorella. Detto questo possiamo iniziare.

*Atto primo: Il lupo solitario.*

Aprile 2015.

Non avevo mai visto un aeroporto di persona, ma solo nei film. Seguiamo diligentemente quei due signori camminando in mezzo alla gente, sono loro che mostrano i nostri documenti a dei poliziotti; fosse per me scapperei via come ho sempre fatto quando vedevo gente in divisa, ma questa volta mi trattengo e aspetto, anche se il cuore batte forte. Alla fine saliamo sull'aereo. Di quel viaggio dalla Siberia all'Italia ricordo la mano di Arina stretta tra le mie, una moneta portafortuna nella tasca del piumino e il sorriso dei nostri nuovi genitori. Si sforzavano di sorridere in continuazione, ma io lo capivo che erano molto nervosi. Immaginavo che stessero usando parole rassicuranti, ma non conoscevo la loro lingua e il nostro silenzio non era poi di grande aiuto. Io dodici anni e mia sorella sette. Non avevo la minima idea di cosa fosse l'Italia, sapevo solo che non era freddo ed era circondata dal mare.

I primi giorni nella nuova casa furono di studio: annusavo tutto, osservavo gli oggetti evitando di toccarli e tutte le mattine, nonostante quella donna che dovevo imparare a chiama-

re «mamma» mi dicesse di stare fermo, spazzavo il pavimento della camera e rifacevo il letto verificando che la coperta non facesse neppure una grinza. Ci volle anche del tempo per comprendere che ogni notte non dovevo nascondere le scarpe da qualche parte e tenere i soldi dentro gli slip.

L'estate ebbi modo di vedere il mare e di farci anche il bagno, intanto il vocabolario iniziava ad arricchirsi di parole nuove, però ancora la parola “mamma” non riuscivo a pronunciarla, più facile dire «papà» in quanto non ne avevo mai avuto uno. Arrivò il momento di cominciare la scuola. Mi iscrissero alla prima media, anche se avrei dovuto frequentare la seconda. Non avevo troppi discorsi da fare, preferivo guardare le cose che accadevano rimanendo a debita distanza dagli altri e spesso risultavo scontroso e poco disponibile; ero considerato un freddo, distante e sconosciuto, come la Siberia da cui provenivo. Non provavo simpatia per i compagni di scuola, ridevano per niente e avevano tutti uno smartphone nuovo nello zaino. Notai che quasi sempre indossavano vestiti diversi e le scarpe non avevano neppure un buco. La donna (mamma) a Natale decise di regalare anche a me uno smartphone e la prima cosa che feci fu andare a controllare che tempo facesse nella mia città. La webcam appannata mostrava in diretta la piazza grande. Solo ghiaccio, un albero di Natale sul lato destro e la statua di Lenin al centro. Il termometro segnava 24 gradi sotto lo zero. Che ne sapevano gli altri di quella città? Nessuno, professori compresi, aveva la minima idea di cosa significasse per me quell'immagine. A scuola la lingua che parlavo meglio era quella del silenzio. La mia diffidenza molti la interpretarono come un segno di altezzosità, quasi volessi sempre rimarcare la mia diversità nei loro confronti. Quando nei vari gruppi WhatsApp iniziarono a chiamarmi «mozzarella» a causa della mia carnagione chiara ne fui quasi contento. Mi avevano regalato il pretesto per rimanere distante. Da una parte, questo mi faceva soffrire e soffrire era la cosa che mi riusciva meglio nella vita sin da quando ero nato. Con il passare del tempo anche io iniziai ad usare lo smartphone come fosse un coltello, soprattutto per sfottere quelli che ritenevo più deboli. Qualcuno rideva di quelle mie “sparate”, ma io non avevo bisogno di seguaci, continuavo a rimanere il solito

lupo solitario. Mi piaceva molto l'idea del lupo solitario perché io li avevo visti veramente i lupi scorrazzare a due passi dal vecchio quartiere dove avevo trascorso la mia infanzia. Non avvertivo il bisogno del branco, preferivo muovermi in autonomia.

Se pensate che alla fine di questa storia riuscirete a comprendere chi è la vittima e chi il carnefice, potete già smettere di leggere; comunque andiamo avanti. Con i compagni di classe il rapporto rimase molto complicato per tutto il periodo delle medie. Cosa non andava? Ancora non potevo saperlo, semplicemente non andava. Intanto avevo iniziato a chiamare la donna per nome, Gabriella. Aveva capito che non era il caso di insistere troppo sulla parola "mamma" e tutto sommato averle già dato un nome di battesimo era già qualcosa.

Per Arina, il centro della mia vita, le cose invece andavano molto meglio. A scuola si era fatta molte amiche e poi tutti dicevano che nella ginnastica artistica avrebbe potuto fare molta strada. Gabriella e papà erano fieri di quella bambina arrivata dal gelo della Siberia che sapeva riscaldarti sempre il cuore distribuendo sorrisi come caramelle a Carnevale. Era dura la sua vita. Scuola e allenamenti, ma tutto ciò la rendeva felice. Io avevo occhi celesti e capelli biondi e sottili, lei era l'opposto, occhi grandi e neri, due fanali che illuminavano qualsiasi cosa guardasse. Una sera mentre ero in camera, sentii Gabriella e papà che parlavano di noi due; certe parole quando le ascolti non puoi più dimenticarle: «Magari il padre di Arina è italiano – disse mamma – anche se mi sembra impossibile che in quel posto possa esserci arrivato uno di noi». Papà le rispose così: «Che ne sai? Gli italiani arrivano da tutte le parti, di certo il padre di Arina e quello di Aalim non hanno niente in comune, a parte la madre».

Ascoltai tutta la conversazione e smisi quasi di respirare. A volte è tutto così chiaro e semplice, la verità ce l'hai sotto gli occhi ma non riesci a vederla. Non avevo mai preso in ipotesi l'idea che io e Arina fossimo figli di padri diversi, ora avevo scoperto anche questo.

Nella mia immaginazione era sempre esistito un solo e unico padre invisibile, quasi una specie di misteriosa leggenda.



A casa erano molto preoccupati dei miei silenzi e della mia incapacità di integrarmi in un gruppo. Spesso mi rifugiavo in camera e trascorrevi molto tempo girovagando online. Le cose sono peggiorate quando ho iniziato le scuole superiori: ho scelto un istituto tecnico senza un motivo preciso. Lo so che è sbagliato scegliere a caso e so anche che tutti pensano che chi frequenta un professionale sia uno sfigato. È una cazzata, perché nel mio istituto se hai voglia di studiare puoi andare avanti nella vita.

Avevamo una chat di classe ed è in quel mondo virtuale che io iniziai a mostrarmi in maniera sempre più strafottente, pronto a contestare le cose, a giudicare, a criticare qualsiasi situazione. Lentamente gli altri iniziarono a isolarmi, ma in fin dei conti ero io stesso l'artefice di tutto ciò e di questo quasi me ne compiacevo. Volete sapere come vivevo? Male. Non riuscivo a tollerare la superficialità dei miei compagni, la loro allegria e soprattutto la loro spensieratezza. Mi sentivo inadeguato, diverso e molto incazzato. La rabbia dai dodici ai sedici anni è stata la mia grande compagna. Mica la vedi la rabbia, la senti dentro, ti esplode nel petto all'improvviso e allora la scarichi sugli altri come fosse un fulmine. Fu così che in chat venni completamente lasciato al di fuori di tutto. Scoprii poi che era stata creata una chat parallela che utilizzavano per organizzare partite di calcio a mia insaputa e all'interno della quale potevano liberamente parlare male di me. Questo non fece altro che amplificare la mia rabbia. Sui social mi trovavo spesso a postare immagini dure e a scrivere commenti estremi su qualsiasi argomento. Un giorno papà e mamma mi proposero di iniziare una psicoterapia, ma rifiutai con decisione. Io non avevo bisogno di nessuno e se gli altri avevano pensato di isolarmi sia online che in classe, meglio così. Avevo anche smesso di giocare a pallone senza un motivo preciso; ricordo che l'allenatore ci rimase male e mi chiese di motivare quella scelta. Gli avrei voluto rispondere che era stata una provocazione, una maniera per verificare quanto fossi ritenuto importante da lui e dalla squadra, ma le parole decisero di non uscirmi di bocca, quindi rimasi in silenzio. Lui attese con pazienza che pronunciassi almeno una mezza parola, ma io non ci riuscii. Alla fine si alzò dalla panca dello

spogliatoio e mi disse semplicemente: «Se dovessi ripensarci, noi siamo qui». Apprezzai tantissimo quelle parole, ma ovviamente non lo diedi a vedere. Quella sera scrissi un post che raccontava tutta un'altra storia: «Il calcio mi ha rotto le pal-  
le. Da oggi, libero!». La mattina successiva buttai nel bidone dell'indifferenziata le scarpette e poi con un pugno sfondai l'anta dell'armadio in garage.

Attorno, con pazienza, mi ero costruito un muro e la sola fonte di luce era rappresentata da mia sorella Arina. Nei suoi confronti abbassavo sempre le difese e mi sforzavo di sorridere, ero forse fin troppo protettivo. Fu in quelle giornate che alcuni ex compagni della squadra di calcio scrissero sui social che finalmente nello spogliatoio si stava più larghi. Senza pensarci neppure un secondo commentai il loro post, aggiungendo che stare alla larga da loro la consideravo una liberazione.

In tutto questo c'era una prof che sembrava essere un po' diversa dagli altri, mi sorrideva sempre. Io non contraccambiavo, ma quella cosa mi faceva molto piacere. Era come se lei mi sapesse leggere dentro, avvertivo una sorta di complicità. Con lei non c'era bisogno di parlare e quasi senza rendermene conto iniziai ad attendere con ansia che entrasse in classe. Insegnava italiano.

La situazione era divenuta abbastanza chiara. Non potevo considerarmi un cyberbullo, ma neppure un bullizzato. Ero un diverso. Da quando avevo cominciato a fare palestra il mio fisico si era progressivamente trasformato. Quasi tutti i giorni postavo foto dei miei addominali che sembravano scolpiti. Spesso era Arina a scattarmi le foto in camera e una delle poche volte che nevicò, mi feci fare una serie di scatti a torso nudo sulla neve. Fu così che scoprii che la prof mi seguiva su Instagram, perché il giorno successivo mi chiese se non avessi paura di prendermi una polmonite. Risposi semplicemente che il freddo rafforza. Lei ascoltò e poi aggiunse: «Lo so che arrivi dal grande freddo siberiano, sono posti per gente coraggiosa!». Quella frase mi arrivò dritta al cuore, era come se lei fosse riuscita a sbirciare oltre il muro che mi ero costruito attorno. Nel dicembre del 2019, assieme a tutta la classe, ci ritrovammo dentro a un cinema-teatro. Pensavo fosse una

delle solite mattine dedicate al nulla e mi sistemai rigorosamente nelle ultime file. Si parlava di bullismo e cyberbullismo. Lentamente compresi che quell'incontro era altro, nessuno veniva giudicato, sembrava stessero parlando di me e del mio autoisolamento. Quando poi venne utilizzata l'espressione "lupo solitario" mi sentii quasi direttamente coinvolto da quella strana manifestazione. Nessuno si era permesso di dare consigli, avevo ascoltato storie di altri "lupi solitari", storie pesanti di solitudine e di cattiverie in rete, perché quello è il terreno dove oggi si combattono le battaglie più feroci. Uscii dal cinema abbastanza frastornato e la prof mi affiancò fino alla scuola. Parlò senza guardarmi, mi disse che forse, visto che ognuno avrebbe dovuto sviluppare un lavoro basato su quanto visto e sentito, quella sarebbe potuta essere l'occasione giusta per tirare fuori tutto. Non specificò cosa, disse semplicemente «tutto». I primi di febbraio 2020, al cinema-teatro ci sarebbe stato un altro incontro dedicato alla visione dei nostri lavori.

Qualche giorno prima delle vacanze di Natale, la prof mi chiese di rimanere in aula dopo il suono della campanella, era l'ultima ora. Accettai senza problemi. «Sai Aalim –disse la prof– tu scrivi molto bene, il tuo problema è che non riesci mai a uscire dalla gabbia che ti sei costruito attorno; ricordati che i lupi solitari hanno bisogno di spazio. Vorrei vederti fuori da quella maledetta gabbia. Perché non sfrutti la possibilità di salire sul palco e raccontare a tutti la tua storia? Non conosco il tuo passato e quindi scusami se mi permetto di entrare così diretta nella tua vita, ma io vorrei conoscere fino in fondo il tuo coraggio, ho la sensazione che tu ne debba aver tirato fuori parecchio».

Se questo fosse un film, nella scena successiva mi si vedrebbe di fronte alla tastiera tutto preso a scrivere la mia storia, la realtà invece è diversa. Inizialmente scartai quell'ipotesi, ma poi l'idea di raccontare divenne quasi un'esigenza. Le idee prendono forma, crescono, si modellano e poi esplodono. Durante le vacanze di Natale, una mattina, senza averlo previsto, aprii il PC e cominciai a scrivere. Nessun punto di arrivo. Avrei scritto fino a quando ne avessi avuto voglia, ci

sarebbe stato tempo per capire cosa fare di tutte quelle parole.

Finalmente arrivò febbraio ed esattamente come prima delle feste, ci ritrovammo tutti nel cinema-teatro. Avevo il cuore che batteva fortissimo, la prof lo aveva capito e mi aveva incoraggiato con uno sguardo. La mattinata ebbe inizio, alcune classi avevano realizzato dei video, altre dei disegni e poi alla fine toccò a me. Mentre salivo sul palco mi resi conto che oramai, giusto o sbagliato che fosse, non avevo più alternative. Mi avvicinai al microfono, respirai profondamente un paio di volte e iniziai a leggere.

*Atto secondo: La prima vita.*

Kemerovo si trova nella Siberia sud-occidentale ed è lontana da tutto; Mosca è a oltre tremila chilometri. La sola cosa che a Kemerovo non ti abbandona mai è il gelo. L'inverno è lunghissimo e l'ago del termometro oscilla sempre tra i meno venti e i meno quaranta gradi. Io ho otto anni e mia sorella Arina ne ha tre, viviamo al settimo piano di un palazzo di periferia. C'è un fornello a gas, un divano sfondato con mille buchi provocati da mozziconi di sigarette e una dispensa sempre vuota. Dormiamo su un vecchio materasso, mamma invece ha un letto vero. Raramente usciamo fuori, troppo freddo e poi non ci sono giochi. Certi giorni il riscaldamento non funziona e allora io e Arina rimaniamo abbracciati sotto la coperta per scaldarci a vicenda. Se mi lamento, mamma risponde che il freddo rafforza e la storia finisce lì.

Una mattina mamma dice che andremo a giocare a nascondino. Perché giocare a nascondino mentre nevica? Lo penso ma non domando nulla perché non ho voglia di prendermi un pugno o un calcio. Ho imparato che se sto zitto riesco a sopravvivere meglio. Quella mattina, mamma si era scordata di prepararci la colazione, avevo protestato, ma la sua unica urgenza fu di vestirci e portarci in un parco dove non eravamo mai stati. Infilo due paia di calzini nei piedi e uno nelle mani al posto dei guanti, ma si gela lo stesso. Arina piange anche se dal freddo non escono lacrime, invece il muco le si è congelato tra il naso e la bocca. Arina ha un piumino troppo

grande che un tempo era stato bianco. Io un giaccone che invece è troppo piccolo, ma è l'unico che possiedo.

Ci fermiamo vicino a un boschetto. Terra gelata, rami ghiacciati e nevischio che continua a cadere. Neve e ghiaccio ricoprono le uniche due panchine. Io ho fame, intanto mamma spiega che dobbiamo nasconderci bene: «Conto fino a cinquanta e vi vengo a cercare».

Lei inizia a contare rimanendo in piedi a occhi aperti ma senza guardarci. Prendo Arina per mano e comincio a correre alle spalle di mamma senza sapere bene dove nascondermi. Ci accovacciamo dietro a due alberi giganteschi, ci appoggiamo sulle radici e cominciamo ad aspettare. Non mi piace questo parco vuoto e non ho voglia di giocare a nascondino. Le ginocchia mi fanno male e Arina ricomincia a piangere. Le dico di stare zitta sennò mamma ci trova e allora lei smette, però mamma non viene a cercarci dalla nostra parte. Aspetto ancora, ci sono abituato perché lei ci lascia spesso a casa da soli per giornate intere, a volte la notte neppure rientra. Infine, non resisto e mi sporgo piano piano oltre il tronco. Mamma non la vedo, non c'è nessuno. Forse ci sta cercando dall'altra parte del parco, meglio aspettare. Mi accuccio ancora sulla radice, ma se stai troppo fermo il freddo ti entra dentro e non ti abbandona più. Prendo Arina per mano e adesso siamo noi che iniziamo a cercare mamma. Forse abbiamo capito male, dovevamo essere noi a contare fino a cinquanta e lei si è nascosta, così comincio a chiamarla, ma non risponde nessuno. Ho paura, iniziamo a camminare e alla fine troviamo l'uscita dal parco. Tutto è in bianco e nero, i palazzi, il colore del cielo, il fumo che esce dai camini, il piumino di Arina. Giriamo per molto tempo, ma la mamma non sappiamo che fine abbia fatto. Abbiamo fame, entriamo dentro un forno e chiediamo se possono regalarci una pagnotta perché siamo senza colazione e non sappiamo dove sia finita nostra madre. La donna è gentile, taglia a metà uno sfilatino e ce lo incarta. Mi regala anche una moneta e dice che bisogna chiamare la Polizia. Rispondo che va bene ma quando entra nel retrobottega per telefonare, prendo Arina per mano e ce ne andiamo di corsa. Ho già visto tante volte la Polizia a casa e sono sicuro che mamma passerebbe altri guai. Ci spostiamo per la

città senza un'idea precisa. La notte arriva all'improvviso e dopo esserci procurati ancora del pane in un altro forno, ci infiliamo dentro alla stazione ferroviaria. Ci addormentiamo su una panca di legno e per fortuna fa caldo. La gente non ha tempo per accorgersi di due bambini e così trascorriamo tutta la notte lì dentro. Per una settimana continuiamo a vagare per la città e poi la sera torniamo alla stazione dove ci sono anche i gabinetti e i lavandini. Ogni volta cambiamo panchina per dare meno nell'occhio, poi abbiamo imparato un altro sistema per procurarci da mangiare: entriamo in un negozio e io dico subito che mamma sta per arrivare, intanto, Arina comincia a piangere e chiede di essere accompagnata a fare la pipì, io nel frattempo nascondo sotto il giaccone qualcosa che ci riempia lo stomaco. Siamo diventati bravi a raccontare bugie e a scappare di corsa. Iniziamo a conoscere meglio la città, il nostro riferimento è la piazza grande, poi da lì sappiamo come muoverci.

Una mattina, in mezzo a un mercato della verdura, ci fermano due poliziotti, provo a inventarmi la scusa che stiamo aspettando mamma, loro però non ci credono e ci trasportano al commissariato. Mamma la conoscono bene perché si droga ed è schedata. Ero abituato a vedere gente dentro casa, spesso si addormentavano anche per terra e allora io me ne stavo nella mia stanzetta piccolissima. A volte erano solo uomini che si chiudevano con mamma nella sua camera da letto; noi avevamo l'obbligo di non bussare e di rimanere sul materasso. Avevamo una vecchia tv ma si vedeva solo un canale. Quando nacque Arina passavo il tempo raccontandole favole, meglio che niente. Vivevamo così, senza una regola e ogni tanto saltavamo il pranzo o la cena.

Stavamo bene perché non avevamo idea che potesse esistere altro. Più o meno la nostra vita è andata avanti così fino al giorno del nascondino.

Al commissariato ci tengono per molte ore dentro una stanza calda, ci danno anche il tè e dei biscotti e alla fine una macchina ci porta in un posto che si chiama orfanotrofio.

Un uomo ci obbliga a fare la doccia e poi ci separano. Arina piange, ma qui dentro i maschi non possono stare con le fem-

mine anche se sono fratelli. Ci dicono che è possibile vedersi solo durante il giorno, ma la mattina scopro che è una bugia perché Arina è finita in un altro orfanotrofio e io mi sento come se mi avessero tolto il cuore nascondendolo da qualche parte. Mi comunicano senza troppi giri di parole che mamma è in carcere e siccome non abbiamo nessun altro al mondo dobbiamo rimanere separati nei due istituti.

La vita in orfanotrofio è brutta. Hai poca libertà. Devi rifarti il letto in maniera perfetta e poi se possiedi qualcosa lo devi sempre nascondere, perché quelli più grandi la notte rubano tutto.

Dobbiamo anche fare dei lavoretti; ci sono i turni per pulire i gabinetti e passare lo straccio sul pavimento. In certi orari possiamo andare nella sala giochi e per qualsiasi cosa devi sempre chiamare il responsabile perché lui ha le chiavi degli armadietti. Si mangiano zuppe in continuazione ed è vietato lasciare qualcosa nel piatto. Il sabato mattina possiamo fare la doccia e a pranzo ci servono il dolce.

Quando ci fanno pettinare per bene e ci dicono di indossare i vestiti migliori è perché ci scattano le foto. Ci teniamo tantissimo ad essere belli e sorridenti perché dicono che quelle foto finiranno nelle mani di chi vorrà adottarci. Sappiamo tutto sulla trafila ed è molto lunga. Da quando vieni scelto, passano ancora mesi e mesi prima di abbandonare la struttura. La cosa importante è essere adottati entro i diciotto anni, altrimenti ti ritrovi in mezzo alla strada senza neppure un soldo in tasca. All'orfanotrofio non esiste una vera scuola, ci sono degli istituti che ci fanno lezione, ma non abbiamo mai nessun contatto con dei bambini che vivono fuori dalla struttura.

È così che ho trascorso dodici anni della mia vita; prima sopravvivendo in una casa degli orrori e poi rinchiuso dentro un orfanotrofio sognando tutti i giorni di poter riabbracciare mia sorella e continuando a sperare che qualcuno mi portasse fuori da lì dentro.

Avevo undici anni quando mi comunicarono che una famiglia italiana era disponibile all'adozione, mia e di mia sorella. Provai molta felicità, perché spesso i fratelli rimangono separati per sempre e a volte non si rivedono più. Incontrai i due

signori varie volte, sapevo solo che avevano fatto un viaggio lunghissimo per venirmi a vedere e raccogliere gli oltre cento documenti necessari per completare la richiesta di adozione.

Quando è arrivata la mia giornata, mi hanno fatto spogliare; ero completamente nudo e ho indossato i vestiti che mi avevano portato i nuovi genitori. Erano dentro una borsa da palestra blu. Due giorni dopo andammo a prendere Arina. Non la vedevo da più di tre anni. Quello resta il giorno più bello della mia vita. Non è stato un abbraccio, ma un corpo che ritrovava l'altra sua metà tornando ad essere una cosa sola.

Poi quell'aeroporto e il soldo conservato in tasca. Quello che anni prima mi aveva regalato la donna del panificio. Ed ora eccomi qui.

### *Atto terzo: La liberazione.*

Finalmente arrivai alla fine della lettura. Il teatro rimase prigioniero di un silenzio quasi insopportabile e poi dal nulla prese vita un lunghissimo applauso. Non piansi neppure per un istante, ma compresi che il lupo era finalmente uscito dalla gabbia. Mi sentii molto leggero e stanco, riuscii a respirare e ad alzare lo sguardo verso quella platea di studenti.

Nei giorni successivi molti compagni mi chiesero scusa e io feci altrettanto. Purtroppo, la pandemia ha rallentato tutto, ma ho deciso di tornare a giocare al calcio. Quando ho inviato con WhatsApp il mio racconto all'allenatore, lui mi ha chiamato subito dicendomi che il mio vecchio posto da difensore centrale mi stava aspettando. Ho trovato la forza di guardare in faccia il mio passato e da quando ho deciso di dividerlo la rabbia è svanita. Durante la didattica a distanza, attraverso Internet ho fatto vedere ai compagni di classe, in diretta con le webcam, la mia città. Quel giorno la temperatura era di diciassette gradi sotto lo zero.

Ho smesso di usare la rete per sfogarmi, conosco meglio l'uso delle parole e soprattutto conservo la frase che mi ha scritto sui social un compagno di classe, uno di quelli con cui proprio non mi prendevo: «Ciao Aalim, mi hai insegnato che nessuno può giudicare nessuno. Grazie!»



È così che stanno le cose. Spesso odiamo, condanniamo, deridiamo e ci dimentichiamo di conoscere chi abbiamo di fronte, eppure basterebbe semplicemente alzare lo sguardo e parlare. Ecco, io dopo quella mattina in teatro ho imparato ad alzare lo sguardo. Tutti abbiamo una storia alle spalle che bella o brutta che sia ci dovremo portare dietro per sempre. Ora siamo bloccati dal virus, ma è l'assenza d'amore il male peggiore. Bullismo e cyberbullismo, secondo me, nascono proprio da quella mancanza d'amore e di comprensione per l'altro. In futuro vorrei viaggiare molto, perché qualcosa degli spazi sconfinati della mia terra mi scorre nelle vene.

L'altra sera ho guardato in tv "Into the Wild", la storia vera di un ragazzo statunitense che voleva andarsene in Alaska, un ribelle, un altro lupo solitario. L'Alaska ricorda molto alcune zone selvagge della Siberia. Si chiamava Chris McCandless e morì da solo all'interno di un bus abbandonato dopo aver ingerito per sbaglio delle bacche selvatiche. Nella scena che precede la sua morte, con una calligrafia incerta e leggermente sgrammaticata, Chris trova la forza di scrivere sul suo taccuino: «Happiness only real when shared».

La felicità è reale solo quando condivisa. 🍌

**Ascolta  
l'audiostoria**



# Storia di Dex

**S**tavo casualmente gettando uno sguardo fuori dalla finestra, quando vidi sotto il palazzo un'auto della Polizia a caccia di un parcheggio; nessuna preoccupazione, però mi domandai che minchia fosse accaduto. Forse qualcuno del condominio era andato fuori di melone. Suonò il campanello e pensai a una coincidenza, magari era la zia che era venuta a farci un saluto o uno dei tanti corrieri. Sentii i passi di mamma che andava verso il citofono, dalla cucina sono quattro, li ho contati migliaia di volte. Udii distintamente anche il rumore della cornetta alzata. Silenzio per circa venti secondi e poi le parole inespressive di mamma: «Terzo piano, scala B». Le stavo per domandare chi fosse, ma lei mi anticipò e con un tono che non avevo mai sentito disse: «Dex, infilati la tuta e datti una sistemata. È la Polizia, sono qui per te».

Da quella scena surreale sono passati diciotto mesi e sette giorni, certe date assomigliano a un tatuaggio permanente perché nessuno può più strapparcele di dosso.

Quando entrarono in casa con modi gentili ma decisi, sequestrarono tutto ciò che era possibile portare via dalla mia camera: smartphone, tablet, PC e due hard disk. Sapevo benissimo cosa avrebbero trovato e per questo sarei voluto scomparire per sempre nel nulla, dileguarmi, anche essere sciolto nell'acido sarebbe stato meglio che affrontare la mamma e il nonno.

Ricordo le loro domande disperate agli agenti, con l'obiettivo di comprendere cosa stesse accadendo e le risposte precise ma brevi degli uomini in divisa. In casa mia la parola "pedopornografia" l'avevamo ascoltata solo al telegiornale, imma-

ginatevi l'espressione di mamma quando si sentì elencare la serie dei presunti reati che mi venivano imputati. Uno degli agenti aggiunse che l'indagine era iniziata mesi prima e che, da papà di un adolescente, comprendeva il dramma che si era abbattuto sulla nostra famiglia. Altro non aggiunsero e dopo aver sigillato in buste di plastica il materiale se ne andarono lasciandoci soli e distrutti. Nessuno escluso.

Poi da parte di mamma, la domanda che più temevo: «Dex, dimmi che è tutto un errore. Ti prego». La sua era quasi una supplica. Non riuscii a pronunciare neppure una parola. Stavo piangendo in silenzio fissando il pavimento. Ero terrorizzato, non pentito, e sono due cose molto diverse, ma ancora non potevo saperlo.

Come avrete capito tutti mi chiamano Dex, diciassette anni, quasi diciotto ed ho almeno due vite alle spalle. Penso che tutti debbano fare i conti con un prima e un dopo, non faccio il filosofo ma siamo tutti immersi dentro questa faccenda del prima e del dopo, solo che nel mio caso c'è da rimanere fulminati, perché se oggi provo a guardare il prima, faccio molta fatica a riconoscermi.

Il mio prima è un mix di incoscienza, presunzione, superficialità e inconsapevolezza. Un bel frullato misto di cazzate, e le cazzate vi garantisco che si pagano sempre.

Avessi letto queste righe un paio di anni fa, probabilmente non sarei arrivato neppure alla fine della prima pagina. Avrei pensato: “ecco il solito coglione che viene a raccontarmi quattro cagate su quello che è giusto e quello che è sbagliato, probabilmente si è fatto beccare perché è un pivellino del web”; quindi non me la prendo con quelli che si comporteranno così, loro sono semplicemente immersi dentro il prima e quando ci stai in mezzo non riesci a vedere altro.

Chi invece continuerà a leggere, probabilmente comprenderà che queste righe non hanno niente a che fare con la teoria e le solite raccomandazioni inutili. Comunque arriviamo al sodo, sapete come si finisce nella merda? Risposta facile: con un click.

Naturalmente la prima volta che lo fai non ne hai la percezione, anzi, ti senti anche un po' figo perché stai entrando

dentro un mondo nuovo e per certi versi misterioso. Ancora non hai la minima idea di quanta merda, passo dopo passo, ti si appiccicherà sotto le scarpe. Merda destinata a rimanere lì per sempre e alla Polizia basterà seguire le tue orme per venirti a suonare il campanello, allora vedrai tua madre piangere e leggerai la tua storia sui giornali. Io solo quando ho terminato di attraversare questo inferno ho compreso il senso delle cose. Inizialmente, quando la Polizia venne a casa pensai che stessero esagerando, non riuscivo ancora a scorgere la linea che separa la finzione dalla realtà.

Il mio primo contatto con il dark web è avvenuto quando avevo quattordici anni. Non ne sapevo nulla. Fu un compagno di classe a inviarmi due video che arrivavano da una qualche parte del mondo, tanto non è il luogo che interessa, ma il tipo di azione che si compie e in quella circostanza erano delle decapitazioni con tanto di teste rotolanti. Quella prima volta ci rimasi secco! Roba tosta, perché certe scene non le avevo mai viste.

È così che a volte le nostre vite cambiano, giorno dopo giorno, video dopo video, click dopo click.

In poche settimane mi trovai dentro una rete di ragazzi che avevano più o meno la mia età, tutti tra i tredici e i diciassette, e la forza del gruppo si concentrava sulla condivisione di una serie infinita di video e di foto che in una qualche maniera dovevano essere in grado di mostrare qualcosa di orribile. Non era importante conoscersi, l'unica necessità consisteva nell'accumulare il maggior numero di materiale, tutto il resto passava in secondo piano. Qualsiasi cosa voi proviate a immaginare, vi garantisco che ciò che circolava era sicuramente molto peggio. Parlo di pedopornografia, violenze, mutilazioni, uccisioni e anche filmati che risalivano ai campi di concentramento durante la Seconda Guerra Mondiale. Più erano crudi e più erano figli.

Anche io iniziai a ricercarli e a condividerli, quei video. Anche io ero entrato in un mondo parallelo dove la realtà viene completamente azzerata, ed ora che sono nel dopo mi sembra quasi impossibile non aver pensato che quelle ucci-

sioni, quelle violenze commesse su persone o animali, appartenessero a un mondo reale fatto di dolore vero. Certe scene per me rappresentavano solo materiale da far girare online. Più trovavo filmati in grado di colpire lo stomaco e più ero bravo, non esistevano regole o limiti, l'importante era che fossero autentiche. Telegram, WhatsApp, usavamo vari canali di messaggistica per far circolare i video all'interno del gruppo che ritenevamo super sicuro.

Per mia madre e mio nonno, io trascorrevo innocentemente i miei pomeriggi in camera studiando e chattando con gli amici, non avevano idea di quella che era divenuta la mia grande passione. Papà, che lavora sulle navi da crociera, era imbarcato da molti mesi, quindi tra me e l'abisso non esisteva alcuna barriera. Tutto facile, fin troppo facile.

Potrei parlarvi a lungo del deep web, ma soprattutto del dark web, pensate che nessuno è in grado di stabilire con certezza quanto siano vasti questi territori online. Non esistono motori di ricerca, si naviga seguendo rotte dettate da codici e da passaparola, ci si addentra in un mondo dominato da file "gore" (quelli che conducono alle scene peggiori) e in questo luna park dell'orrore cominciai a competere con gli altri. Tutto si era trasformato in gara. "Chi cerca trova" e allora iniziai a trascorrere interi pomeriggi navigando immerso in questo mare nero.

Non ritengo opportuno fornire ulteriori spiegazioni tecniche e neppure dettagli su quanto la Polizia scoprì all'interno della mia collezione degli orrori, tanto avete più o meno compreso. Mi limito a dirvi che online la merda non puzza, non la vedi e difficilmente scorgi le linee di confine. Non dovevo neppure fare un passo o mettermi il piumino per fare ingresso in quel mondo schifoso, era sufficiente rimanermene tranquillamente sdraiato sul letto o al massimo, seduto dietro la scrivania, la stessa dove sono esposte le foto di quando gioco a calcio, assieme a quelle con papà in divisa e mamma durante una crociera. Ci sono poi quelle con il nonno, mentre siamo seduti allo stadio e fuori da un rifugio in Val Gardena. L'orrore è bravissimo a mescolarsi in mezzo a tutto, si mimetizza, confonde le idee, azzera le differenze tra il bene e il male. Oggi per me è facile parlare, ma l'unica cosa che posso dirvi con

grande convinzione è di girare alla larga da quel tipo di palude schifosa. Ci sono dei cartelli con scritto: «Don't cross the line» attorno alla palude, fidatevi di quelle parole. Forse la cosa più interessante legata a queste righe è che non state leggendo un manuale informativo, ma la storia di uno che dentro quella palude c'è finito senza avere neppure il tempo di rendersene conto. Quei cartelli li avevo osservati distrattamente e commentanti con ironia, mi sentivo furbo, invisibile agli occhi della Polizia e capace di muovermi con l'astuzia di una volpe. Bel coglione, vero?

Per far crollare il castello è stata sufficiente una madre curiosa, che in una città lontana dalla mia è andata a ficcare il naso nello smartphone del figlio. «Welcome to hell!» Quel piccolo oggetto innocente lo ha direttamente consegnato nelle mani della Polizia che in meno di due giorni è risalita a tutti noi. La famosa rete iperprotetta, le nostre password, le astuzie che ci facevano sentire imprendibili. Tutte enormi cazzate. Ora non solo ho imparato a distinguere la fantasia dalla realtà, ma ho la consapevolezza che ogni volta che mi avventuro nel web sto lasciando delle tracce. Già solo questa certezza, credetemi, dovrebbe esservi sufficiente per agire con un minimo di intelligenza.

Non mi soffermo troppo nel raccontarvi cosa significhi trovarsi al centro di un'operazione di Polizia, neanche immaginavo la serie dei reati che avevo infranto. Un giornale scrisse: «Gli adolescenti sono accusati, in concorso tra loro, di detenzione, divulgazione e cessione di materiale pedopornografico, detenzione di materiale e istigazione a delinquere aggravata».

Roba pesante ragazzi. Come prima cosa mi ritrovai seduto nello studio di una psicoterapeuta, iniziai a fare i conti con le notti insonni e gli incubi, i sensi di colpa e solo dopo alcuni mesi cominciai a mettere a fuoco l'orrore vero e cioè quello legato alla mia incapacità di saper distinguere il bene dal male o la vita dalla morte. Oggi certe differenze le conosco molto bene.

Quando è esplosa la pandemia le ferite già si stavano rimarginando, grazie soprattutto all'amore della mia famiglia, ai prof che non mi hanno mai emarginato e a una brava psico-

loga.

Ancora non potevo immaginare che lo stesso web, che avevo utilizzato con l'indifferenza di un nazista, mi avrebbe regalato altre sorprese. Quando nel marzo 2020 iniziò il *lockdown*, assieme ad altri milioni di studenti, cominciai la didattica a distanza.

Cosa mi ha tolto quel periodo?

Tutto. Gli amici, il calcio, l'intervallo, il suono della campanella e i pomeriggi trascorsi sulla panchina del parco. Forse per voi grandi è più semplice accettare la condizione dell'isolamento, ma per un ragazzo è una vera tortura. Sono toste le videolezioni, fatichi a rimanere concentrato, hai la testa pesante e la tentazione di non ascoltare è sempre lì.

Con papà ci vedevamo in videochiamata due volte a settimana. Era a bordo di una nave ormeggiata in un porto del mediterraneo, equipaggio e passeggeri inchiodati dentro una gabbia galleggiante di acciaio in attesa di un qualcosa di indefinito.

“La vita non vita” procedeva con tutte le difficoltà del caso, quelle che avete toccato anche voi con mano. Mamma che è impiegata presso una grande azienda cominciò con lo smart working e spesso alle nove di sera era ancora di fronte al PC. Nonno passava la giornata di fronte alla tv e ci aggiornava sull'andamento della situazione; a dire il vero io e mamma eravamo molto preoccupati per lui, perché qualche anno prima era stato operato di tumore. Le famose patologie pregresse di cui parlavano all'infinito in tv. Attenzione: nonno Sergio, che è il nonno materno, non è un vecchio che gira per casa con il bastone, per me è sempre stato un secondo papà e con lui ogni anno andavo cinque, sei volte allo stadio. Nonno ha la testa giovane, tanto per capirci; quando è esplosa la storia del dark web mi è stato sempre vicino e mi ha fatto leggere delle cose sull'olocausto che non dimenticherò mai, diciamo che anche grazie a lui ho scoperto quanto sia devastante il dolore vero.

Con nonno ho sempre fatto lunghissime passeggiate in montagna, tenete conto che fino a qualche anno fa era capace di spararsi delle ferrate da capogiro.



Incredibile come un virus microscopico possa condizionare il mondo intero. Passavo molto tempo online, girovagando tra siti, social e videochiamate con gli amici veri, quelli con cui si parla di cose reali; la palude del dark web era già molto distante dalla mia mente.

«Non mi sento bene per niente, mi passi il termometro per favore?» Quando nonno in un dopocena di aprile pronunciò quelle parole, fingemmo tutti una finta allegria sdrammaticizzando la cosa. Aveva un po' di febbre, ma non bisognava fasciarsi la testa, mai farsi condizionare troppo dal catastrofismo televisivo. La mattina successiva assieme alla febbre comparve anche la tosse, e in attesa del tampone diventammo dei separati in casa. La nostra era una tra le migliaia di storie legate a questo maledetto virus. Al secondo giorno di malattia, visto che la Tachipirina non serviva più a nulla, chiamammo la guardia medica. Si presentarono come degli astronauti, gli misurarono immediatamente il livello di ossigenazione del sangue e, due ore dopo, un'ambulanza lo venne a prelevare. Lo abbiamo visto uscire così: malato, con la mascherina e il telefonino appoggiato sulla barella. Gli feci ciao con la mano, ma non rispose al mio gesto.

Neppure il tempo e la possibilità di abbracciarlo o tenergli la mano. Nei giorni successivi attendevamo con ansia la telefonata dal reparto, erano tutti gentili, ma siccome i medici cambiavano in base ai turni, notavamo che qualcuno era più positivo mentre altri rimanevano molto sulle loro.

Io e mamma vivevamo nell'angoscia che nonno potesse finire in terapia intensiva. Era un pensiero fisso, non riuscivamo neppure a parlarne, tanta era la paura che potesse avverarsi. Un pomeriggio al posto della solita telefonata del medico arrivò al numero di mamma una videochiamata. Una giovane infermiera era accanto al nonno e così dopo oltre dieci giorni tornammo a vederlo. Parlava a fatica, ma a suo modo tentava comunque di tranquillizzarci. Il momento della videochiamata divenne il più importante di quelle giornate. Attraverso WhatsApp l'infermiera ci inviava anche ulteriori messaggi durante l'arco della giornata, in modo di tenerci costantemente aggiornati. Senza rendermene conto, stavo scoprendo l'aspetto straordinario della rete, quella che ci aiuta a vivere meglio e che ci

consente di non rimanere soli, quella che i sentimenti li amplifica e non li appiattisce. Il momento più terribile fu quando l'infermiera, con cui oramai si era creato un rapporto di amicizia e soprattutto di gratitudine, ci mostrò il nonno che non era più in grado di parlare.

Ci disse che era comunque in grado di ascoltare le nostre voci e che questo gli avrebbero fatto meglio di qualsiasi medicina e così per tre giorni, quasi sempre a metà pomeriggio, io e mamma abbiamo parlato al nonno incoraggiandolo. Purtroppo molti di voi questa sensazione l'hanno vissuta sulla propria pelle, compreso il terrore che ogni videochiamata potesse essere l'ultima. Siamo stati fortunati: nonno Sergio ce l'ha fatta con grande fatica, ma è riuscito a sopravvivere. Quando verso metà maggio è tornato a casa, ci ha subito raccontato di quanto fossero state importanti le nostre voci: «Io non avevo la forza di parlare, ma le vostre parole mi hanno aiutato a sopravvivere».

Abbiamo avuto modo di conoscere di persona anche quella giovane infermiera che spesso, pur di non farci rinunciare a quelle videochiamate, era disposta a prolungare anche di alcune ore il proprio turno. Altre volte, aveva registrato dei brevi video con il nonno inoltrandoceli con WhatsApp. Più di una volta pensai a quello che in passato avevano rappresentato i video nella mia vita, per questo io posso affermare di aver conosciuto il meglio e il peggio della rete. Qualche settimana fa ho visto su Instagram una foto divenuta virale che ritrae due persone accanto al corpo senza vita di Maradona. Uno dei due sorride rivolgendo il pollice verso l'alto, come a dire "Tutto bene! Anche io adesso ho la mia foto con Diego e forse ho anche dei milioni di follower!"

Che tristezza, che essere squallido e privo di dignità. Anche io sono stato come lui, forse anche peggio, però adesso ho imparato a rispettarci perché chi non rispetta sé stesso non sarà mai capace di rispettare gli altri. Parola di Dex. 🍷

**Ascolta  
l'audiostoria**



## Storia di **Andrea Villa**

**A**ndrea è una goccia d'acqua che la finestra ha deciso di Arisalirla, essenza di chi si sposta contromano e non corrisponde a nulla di codificato. Quando era bambino, non riusciva ad ascoltare la musica perché gli procurava uno stato di forte eccitazione. Stessa cosa dicasi per i cartoni animati e poi niente videogiochi e poca tv; rumori e colori per lui erano dei moltiplicatori di ansie. Meglio andare per musei accompagnato dai suoi. Pochi gli amici che erano disposti a seguirlo, praticamente nessuno. I musei, quelli sì che gli regalavano frequenze potenti, opere sicure e immobili protette dal silenzio, arte amica che lo aspettava e che era sempre disponibile ad accoglierlo e a stupirlo, perché quel bambino prediligeva frequentare universi paralleli. All'interno di un museo era Andrea a comandare il tempo, a stabilirne la curva, plasmandolo come fosse pongo.

È cresciuto a Torino. A lui è sempre piaciuta questa città elegante e misteriosa dove tutto cambia senza che qualcuno se ne accorga. Andrea e il suo amore per l'arte continuavano a crescere assieme e, terminate le scuole medie, si trovò a dover individuare un nuovo percorso scolastico. Il profumo della creatività lo trascinò all'interno di un liceo artistico. I social ancora scarseggiavano, esisteva solo Facebook e il cyberbullismo era agli albori. Il liceo si rivelò insidioso come una lastra d'acciaio bagnata; Andrea stentava a camminarci sopra: assenza di equilibrio, incapacità di stringere rapporti, non era lì che l'empatia aveva messo radici. La solitudine cominciò a

tenerlo sottobraccio, perché gran parte dei suoi compagni con l'arte non aveva nulla a che fare. Per Andrea fu una grande delusione. Gli sarebbe piaciuto condividere visioni ed esperienze, invece si ritrovò maledettamente solo. La sindrome di Asperger, una delle tante derivazioni dell'autismo, porta il nome dello psichiatra austriaco che per primo la diagnosticò. Andrea ne è affetto.

Andrea non è più di qualcosa e neppure meno di qualcosa. È semplicemente altro. Il suo quoziente intellettivo è superiore alla media, Andrea ha una reattività mentale che segue una vibrazione particolare e non è semplice sintonizzarsi sulle sue lunghezze d'onda. A scuola non sopportava le battute da osteria, la rozzezza dei modi, il disordine, l'approssimazione di chi frequentava l'istituto perché "tanto una scuola vale l'altra". Alcuni professori furono straordinari nel continuare a stimolarlo in quanto avevano compreso quello che spesso è invisibile agli occhi. Il talento. Quello era il suo biglietto da visita, nelle materie scientifiche stentava, ma le sue intuizioni artistiche rappresentavano una certezza. Anche la famiglia continuò a rimanergli accanto passo dopo passo. Mani amiche che lo hanno sempre sorretto evitando che potesse sprofondare dentro le sue angosce. Facile attaccarlo. Andrea era vulnerabile, la sindrome gli negava la possibilità di leggere i sentimenti dei suoi compagni. Per lui era complicato distinguere una battuta spiritosa da un'offesa e allora innalzava barricate, istintivamente contrattaccava innescando una serie di perfide reazioni a catena. In questa fase della sua vita, il dolore fu una costante quotidiana e il bullismo più infido, quello che non si lega a gesti clamorosi ma a piccoli dettagli che contribuiscono ad amplificare nella vittima inadeguatezza e male di vivere, lo accompagnò senza mai mollare la presa.

Piccole schegge che si conficcavano sottopelle, lui era l'oggetto da colpire, il bersaglio preferito, e una volta individuata la preda, il giochino del dolore venne eletto a sistema. La perversione del bullismo e del cyberbullismo è legata alla quotidianità, alla goccia che scalfisce la roccia mirando a fiaccare la resistenza dell'altro. Una mattina gli venne sottratto di nascosto il telefonino e uno del gruppo decise di inviare una serie di messaggi alla ragazza di Andrea, spiegandole i motivi per

cui aveva deciso di lasciarla. Ci volle del tempo per chiarire il tutto e arrivare fino al colpevole, dispersione di energie, vita condizionata, ombre che lo inseguivano. In quel periodo, fioccavano anche le offese più basse nei confronti della sua ragazza, colpevole di avere qualche chilo di troppo. Offese sparate sia attraverso i messaggi che di persona: «Stai con una cicciona di merda; lei fa schifo; bella coppia della minchia!» Erano costanti nel colpire, perché la cattiveria riesce ad essere più puntuale di un treno giapponese. Spesso con qualche stratagemma lo convincevano ad uscire assieme, ma era solo un sistema per mortificarlo e sottoporlo a quelli che difficilmente potremmo considerare scherzi.

La linea che separa uno scherzo da una vessazione è netta: si chiama sofferenza e Andrea soffriva. Razzismo significa attaccarlo perché aveva incontrato una ragazza peruviana: «Una scimmia nana, ma tu puoi andare giusto con una così», gli urlavano dietro senza ritegno.

Lo invitarono a una festa convincendolo che tutti si sarebbero presentati travestiti da barboni e quando Andrea si presentò, scoprì che indossavano tutti la giacca e la cravatta. La violenza psicologica non lascia prove e può essere facilmente annacquata attraverso le più vomitevoli opere di sdrammatizzazione, basti pensare ai classici «Era solo una ragazzata; non pensavamo che se la prendesse così tanto; non lo abbiamo mica picchiato». Concetti logori che non dovrebbero più trovare spazio, ma che ancora vengono puntualmente rispolverati come una vecchia coperta.

Arrivò il momento dell'università e fu una liberazione, finalmente arrivarono le amicizie che contano e tante conoscenze stimolanti. Risonanze creative, possibilità di comprendere e mettere a fuoco il proseguo del viaggio. Nel mezzo di questo cammino, esisteva una sola certezza: Andrea avrebbe fatto l'artista.

Più complicato capire da che parte dirigersi. Fumetti, design, architettura, pennello, scultura? Mica facile scegliere e soprattutto riuscirci. Di fronte c'era un muro. E allora vai di graffiti, emozionante il periodo del *writing*, bomboletta spray, vernici e poi un tuffo dentro le notti gelide e silenziose di Torino.

Le sue opere vennero subito notate e trovarono spazio sulle riviste di settore. Il nome di Andrea cominciò a circolare in fretta e il tam-tam del passaparola si confermò per l'ennesima volta la forma di marketing più potente in assoluto. L'ambiente era quello hip hop, un circuito abbastanza chiuso perché i graffiti tendono a replicarsi, quasi un circolo vizioso, e per quella mente che non conosceva stand by l'esperienza dei graffiti rappresentò una semplice tappa del viaggio. Lui aveva bisogno di concept da seguire, di sostanza, di vita vera da trasformare in espressioni artistiche; l'esercizio estetico fine a sé stesso non gli era sufficiente. Arrivò la parentesi dell'arte contemporanea, sperimentava dipingendo, cercava ovunque ispirazione, ma l'arte contemporanea è roba da élite, vive all'interno di musei e resta a debita distanza da chi si alza la mattina per andare in ufficio o in fabbrica. Lui era a caccia di esperienze contaminanti. È così che i suoi pensieri *off road* lo trascinarono in mezzo al campo sconnesso della street art, l'atmosfera underground gli regalò ossigeno, ma risultò troppo incentrata sul disegno, la grafica e la ricerca iconografica. La parola "ricerca" era e rimane il suo vangelo ed è così che oggi le opere di Andrea sono una sintesi di quelle esperienze artistiche.

Non è possibile etichettarlo come un pacco postale, lui è fluido, un artista 2.0, perché il web è divenuto il suo museo allargato. La parte materiale dei lavori di Andrea ha vita breve, sono fiori d'inverno che nascono e muoiono nello spazio di un paio di giorni. Ci pensa poi il vento della rete a sollevare le sue opere come fossero aquiloni, trascinandole in giro per il mondo. I temi che affronta colpiscono i nervi scoperti della nostra società: dall'omofobia al cyberbullismo; dal *revenge porn* alla tutela dell'ambiente e poi il razzismo, la corruzione e molto altro.

*Dicembre 2020.*

Intervisto Andrea Villa, che non è Andrea Villa, specchian-domi dentro un volto, che non è un volto. La vera identità di questo artista a cui attribuiamo vent'anni, ma che non sono venti, è segreta come quella di Banksy, writer inglese ed espo-

nente massimo della street art nel mondo. Molti li accostano in quanto accomunati dal forte spirito critico e dall'anonimato, ma artisticamente hanno poco in comune. Osservo Andrea attraverso una videocchiamata e inevitabilmente mi specchio nella sua maschera in stile Daft Punk; mi spiega che la ricerca di quella copertura è stata laboriosa, ma il senso è chiaro: quella maschera riflette il mondo in cui viviamo, chiunque, osservandolo, può specchiarsi e osservare i riverberi di questa società.

«Molti affermano di essere a disagio e di non comprendere se io li stia guardando, e anche questa metafora ha molto a che fare con il nostro sistema mediatico, perché non riesci mai a capire su cosa stia puntando». Anche il suo abbigliamento composto da maschera e felpa con cappuccio alzato sulla testa è parte di una performance che non smette mai di essere tale, perché come dice lui stesso con il suo intercalare fresco e rapido: «L'arte è da sempre simbologia».

Ha una grande cultura, Andrea; mi sorprende la sua preparazione e soprattutto la forza dei suoi pensieri. Mi racconta che ai tempi del liceo artistico era infastidito dai quelli che in attesa dell'autobus si accampavano seduti sul marciapiede come una tribù di indiani. La precisione è per lui quasi una necessità insopprimibile. Conduce una vita più che regolare, rispetta orari, mangia sano, detesta la droga e continua a sviluppare idee. Non comprende gli artisti che si buttano via scivolando dentro vite dissolute, a lui piace essere calato direttamente nella realtà; nessun filtro, Andrea funziona così.

Complicato essere Andrea Villa e nello stesso tempo mantenere viva l'altra parte di lui, quella che ha un volto reale e una carta d'identità, un po' come il vecchio Zorro. La spada di Andrea si chiama concept e poi, una volta realizzata l'opera, con una stoccata, la mostra al mondo posizionandola nel cuore di qualche città. Sono manifesti mai volgari che graffiano le nostre coscienze. Nulla di violento, tutt'altro. Le sue battaglie mirano alla costruzione di un mondo più umano e le sue opere raccontano ingiustizie e soprusi. Il web rappresenta il suo habitat naturale, per questo lui continua a lottare affinché la rete possa ripulirsi, scrollandosi di dosso *haters* e forme di



violenza che vagano nell'aria come il più lercio dei virus.

Combattere il cyberbullismo per Andrea è pane quotidiano. Nel 2018 una giovane maestra torinese rimase stritolata da un caso di *revenge porn*. Il suo ex, come fossero noccioline, pensò di offrire agli amici del calcetto ventotto foto intime e due video hard che ritraevano la ragazza.

In pochissimo tempo, foto e video comparvero su migliaia e migliaia di display e non esiste alcuna forma di tutela che possa proteggerci da questo genere di attacco. La ragazza, disperata, si rivolse alla dirigente scolastica, ma non trovò traccia di solidarietà. Tutt'altro. Per l'ennesima volta, la vittima venne trasformata in colpevole perché tutto sommato "lei se l'era andata a cercare". Pochi valutarono il fatto che la ragazza non aveva commesso reati, che era stata tradita la sua fiducia e violata in maniera devastante la sua privacy. Naturalmente, come delle iene, gli *haters* iniziarono a massacrare la giovane maestra seppellendola sotto i loro giudizi. Gli odiatori seriali quando colpiscono lasciano nomi e cognomi, ignari di calpestare leggi ed esseri umani. Il loro, è quasi un odio compulsivo.

Trascorre del tempo, così, ai primi di dicembre, si torna a parlare della vicenda perché la docente, che venne praticamente obbligata a licenziarsi, si deve presentare in tribunale per deporre.

Andrea decide di agire: attraverso Instagram invita le docenti italiane a inviargli delle foto di nudo, ovviamente tutelandone la privacy. La solidarietà è tanta e Andrea riceve moltissime immagini. Il meccanismo della campagna è sempre lo stesso. Il due dicembre, Torino si sveglia con tre manifesti posizionati in luoghi strategici.

Sono immagini di nudo molto belle, nulla di offensivo. I poster sono accompagnati dalla frase «Teachers do sex» (le maestre fanno sesso).

Ancora una volta Andrea colpisce nel segno, i giornali pubblicano le foto che immediatamente rimbalzano sui social e fanno il giro del mondo, alimentano un dibattito, illuminano zone d'ombra. «Siamo circondati da immagini di nudo, non ci facciamo neppure più caso, eppure se invece che una modella compare un'insegnante, se ne parla in tutto il pianeta; piutto-

sto strano, non trovi?» Parla veloce Andrea e il desiderio di contribuire a trasformare la rete in un luogo libero e sicuro è un qualcosa che lo ossessiona.

Gli chiedo come mai abbia scelto lo pseudonimo di Andrea Villa e mi spiega che tutto è nato dall'errore di un quotidiano che attribuì una sua opera a tal Andrea Villa che invece si era semplicemente limitato a fotografarla. Un malinteso. «Sai, ho fatto mio quel nome, dicono che una menzogna se ripetuta mille volte finisca con il diventare una verità; anche questo vuol dire sperimentare le dinamiche della comunicazione». Rimango ad ascoltare Andrea per oltre un'ora, le sue storie sono coinvolgenti, calde, mescolano tra loro forme di arte e chiavi comunicative e cavalcano la rete con intelligenza.

Penso sia veramente un artista 2.0 esterno a qualsiasi schema o strategia commerciale.

Mi spiega che in futuro probabilmente non sarà più necessario esporre le foto in strada, basterà ricostruire la scena con photoshop e renderla virale. «Questa è la forza della rete, caro Luca; io grazie a Instagram vendo opere a collezionisti di tutto il mondo, il web è la nuova frontiera e siamo solo agli albori del percorso. Per questo è fondamentale educare i ragazzi all'uso corretto e consapevole della rete. Non esiste lavoro che non possa trarre benefici da questo rivoluzionario strumento». Ci salutiamo, ripenso alle sue parole, al bullismo, al dolore e al talento. Dovrebbe parlare più spesso con i ragazzi Andrea, lui è un perfetto interprete in maschera della nostra realtà. Proprio come nelle favole. 🍷

IG: @andrealvilla

**Ascolta  
l'audiostoria**



## Consigli

# Riconoscere i pericoli, evitare i rischi

È davvero un periodo particolare quello che stiamo vivendo: la pandemia ci ha costretto a stare molte ore davanti ai PC, collegati per la DAD con prof e compagni, leggendo e inviando documenti e compiti. È normale che a volte ci venga il desiderio di rinchiuderci nella nostra stanza, ci sentiamo al sicuro, nessun rischio e nessun problema e con un tablet o uno smartphone abbiamo il mondo a disposizione!

In realtà, anche in rete i rischi non mancano: intanto ricordiamo che troppe ore davanti a uno schermo, soprattutto se trascorse prima di dormire, possono incidere negativamente sul sonno, se non ti stanchi un po' sarà difficile che ti venga voglia di dormire!

Se possibile, fai una passeggiata all'aperto di una mezz'ora, tutti i giorni, o un po' di movimento in casa per mantenere attivo il tuo corpo.

Se sei un appassionato di videogiochi, metti un temporizzatore alla consolle in modo da tenere d'occhio quanto tempo trascorri collegato: quando ci si concentra su un obiettivo di gaming, il tempo vola e rischi di trascorrere tutta la giornata a cercare di fare il punteggio migliore. Il nostro cervello ha bisogno di pause fra i vari tipi di attività mentali a cui lo sottoponiamo: se trascorri troppe ore impegnato con un gioco online potresti avere difficoltà a concentrarti su altro e rilassarti potrebbe risultarti molto difficile.

Quando sei collegato con i prof, durante la DAD, ricordati che, seppur in modo virtuale, stai comunque partecipando

all'attività scolastica, un'attività che merita il tuo rispetto e che i prof cercano di garantire con il massimo impegno.

Sii educato, evita di disturbare facendo lo spiritoso e ricorridati che comunque tutte le persone collegate osservano il tuo comportamento: potrebbero esserci conseguenze disciplinari negative molto reali!

Rispetta sempre gli altri nel linguaggio con cui ti esprimi in rete, sui social e nei tuoi messaggi, non diffondere immagini personali anche se pensi sia solo uno scherzo su cui ridere con i compagni: ognuna di queste azioni può ferire gli altri e può farti agire illegalmente causandoti grossi guai.

Se vedi che estranei si intrufolano nei collegamenti della DAD, avverti subito un genitore o il professore in modo che possa escluderlo dal collegamento. Ci sono persone che si divertono a disturbare le lezioni, meglio evitare di dare loro spazio.

Fai attenzione alle persone con cui comunichi in rete: quando la noia ci assale, è più facile essere incuriositi da persone che non conosciamo. La curiosità è normale, ma in questo periodo adulti interessati a contatti, anche sessuali, con i bambini e i ragazzi hanno intensificato i loro tentativi di "aggancio" in rete. Non lasciarti tentare e rimani riservato con persone che ti contattano sui social e che non conosci nella vita reale. Non c'è nulla di male a scambiare qualche post, ma mantieniti a distanza virtuale. Non rivelare dettagli della tua vita, quali l'indirizzo di casa, la scuola che frequenti e, soprattutto, non dire quando sei solo in casa.

In rete ci sono siti su ogni genere di argomento, ma assicurati di avere l'antivirus e il firewall aggiornati e in funzione, per evitare che "gironzolando" in rete il tuo PC o il tuo smartphone siano esposti a furto di dati, virus ed altri malware. Limita la navigazione a siti accreditati: non rischiare di trovarti di fronte a immagini violente o illegali.

Se trovi contenuti di questo tipo segnalali subito a:  
**[www.commissariatodips.it](http://www.commissariatodips.it)**





## Se la vittima sei tu

- Non vergognarti di chiedere aiuto a un adulto: molte delle prepotenze che stai subendo, oltre che ingiustizie, sono reati, e occorre darci un taglio!
- Parla con un adulto di cui ti fidi: trova il momento giusto, a volte gli adulti sono presi o stanchi. Fatti coraggio e ricorda che i tuoi genitori farebbero qualsiasi cosa per tenerti al sicuro. Se la situazione non si è risolta da sola, forse la tua forza non basta a farti uscire dal tunnel. Cerca alleati e parla con qualcuno che possa aiutarti!
- Per le azioni più gravi, sarà forse necessario sporgere una querela per riuscire a scoprire chi agisce contro di te: non temere di cercare giustizia, chi sbaglia va fermato anche per evitare che faccia danno ad altri compagni, magari più fragili e soli.
- Tieni le tracce informatiche degli insulti: non cancellare le chat, i post, le foto che circolano sui social e che ti danneggiano, perché possono essere utili alla Polizia Postale per rintracciare chi ha dato il via alle prepotenze.
- Non avere paura di essere uno spione: non hai meritato quello che sta accadendo, ma chi lo fa merita di sicuro di capire la gravità di quello che ha scelto di fare contro gli altri.
- Se hai commesso un'imprudenza e hai condiviso foto private con qualcuno, se le hai postate sui social ma ne sei pentito, non aspettare e parlane subito con un adulto: il tempo è fondamentale in questi casi, prima chiedi che siano rimosse, minore sarà il rischio che diventino virali! Tutti i social hanno il Centro Assistenza a cui puoi chiedere facilmente di rimuovere la tua immagine.
- Se non riesci, puoi cercare info su:  
**[www.garanteprivacy.it/temi/cyberbullismo](http://www.garanteprivacy.it/temi/cyberbullismo)**  
oppure: **[www.commissariatodips.it](http://www.commissariatodips.it)**

## Se il cyberbullo sei tu

- Quando si gioca bisogna divertirsi in due: se qualcuno ti dice che quello che stai postando, condividendo sui social, scrivendo nei post non è gradito, smettila!
- Insulti, minacce, prese in giro messe sui gruppi e sui social possono configurare reati: se vuoi evitare di finire in guai seri, evita di accanirti contro qualcuno.
- L'anonimato in rete non esiste: ogni connessione lascia tracce utilizzabili dalla Polizia Postale per risalire al vero utilizzatore di un profilo social, al responsabile di una condivisione non autorizzata di immagini private, ecc.
- La rabbia, il risentimento, l'invidia, l'antipatia sono sentimenti che non possono giustificare attacchi personali anche virtuali: parla con chi ti dà fastidio, cerca di superare le barriere che vi separano e se proprio non ti sembra possibile, prova a lasciar correre. La vendetta non porta mai a buoni risultati.
- Se hai sbagliato e ferito qualcuno con post, insulti o condivisioni non autorizzate di immagini, puoi rimediare: segnala al social network che vuoi rimuovere un post; rivolgiti a un adulto per farti aiutare a fermare qualcosa che potrebbe avere effetti troppo dolorosi per la vittima.
- Essere minorenni non significa non avere responsabilità: anche chi ha meno di 18 anni può essere incriminato se compie azioni che feriscono o minacciano altri, indipendentemente dalla volontà di fare del male e dal fatto che sono solo azioni virtuali.
- Non fare lo struzzo: se vedi qualcuno che viene trattato come un bersaglio, non girarti dall'altra parte per paura di diventare bersaglio anche tu; fatti coraggio e fai la cosa giusta, dagli una mano.
- Se hai timore di esporti, fai una segnalazione a **commissariatodips.it** e contribuisce a mettere al sicuro chi non riesce a difendersi.





## Approfondimenti

# Taccuino di un viaggio speciale

**Luca Pagliari**

A volte è bello e forse doveroso ricordarsi di come nascono i progetti. Tornare indietro nel tempo e risalire dalla pianta al seme. Eravamo nel 2015, io sul palco che racconto storie di cyberbullismo all'interno di un auditorium stracolmo di studenti, in prima fila alcuni responsabili di Unieuro, curiosi di comprendere cosa sarebbe accaduto.

Terminato quel primo evento ci ritrovammo seduti attorno a un tavolo, ci vollero pochi minuti per decidere: avremmo proseguito assieme il cammino. Ora bisognava tracciare il sentiero.

Non interessava un piano commerciale da condividere e neppure una strategia di marketing. L'obiettivo non era vendere uno smartphone in più. C'era dell'altro. "Altro" vuol dire che certe cose vanno al di là di un'analisi di mercato o di una statistica, "altro" significa sentimenti che si posano dove non si è più uomini d'azienda, ma semplicemente uomini, padri o madri. Esseri umani che in qualche maniera avvertono il semplice desiderio di restituire qualcosa di buono alla comunità. Questione di egoismo amici miei, perché fare del bene agli altri significa innanzitutto farlo a noi stessi. E non esiste sensazione più gratificante.

Con la Polizia di Stato collaboravo già da anni, ed è difficile spiegare con quanta passione e quanta tenacia queste persone si battono quotidianamente per costruire una società più consapevole e rispettosa delle regole. Potrà sembrare retorico, ma la passione per un lavoro l'ho sempre colta in uno sguardo o nei piccoli gesti. Ci sono le leggi da far rispettare, esiste la repressione, ma è nello sconfinato campo della prevenzione che ho scoperto quanto cuore c'è dietro a una divisa. I ragazzi in platea percepiscono anche questo, comprendono che quel famoso "altro" li può aiutare in qualsiasi momento a sentirsi meno soli, perché la condivisione del dolore è la sola cosa che a volte ci impedisce di affondare. In ogni teatro, ad ogni latitudine, quelle persone in divisa erano sempre pronte



a intercettare il dolore di qualche ragazzo. Quante volte ho visto quelle divise avvicinarsi in punta di piedi a chi, terminato l'evento, non era riuscito ad alzarsi dalla sedia, inchiodato dalle proprie angosce.

Se penso a questi anni di “#cuoricnessi”, alle decine di palcoscenici calpestati e alle migliaia di giovani incontrati, la prima parola che mi viene alla mente è “dolore”, quello che non produce effetti eclatanti e agisce in silenzio senza ambire ad un titolo di giornale. Si tratta di qualcosa di più intimo e

profondo. Questo genere di dolore non ama uscire allo scoperto, preferisce nascondersi nello stomaco e allora per chi lo vive è facile scivolare nell'accettazione passiva di una "non vita".

La tecnologia ci ha messo di fronte a moderne tastiere, siamo tutti come Chopin quando sedeva al pianoforte. A noi e solo a noi spetta il compito di mettere in fila le parole cercando di comporre qualcosa di armonioso. Le parole, al pari delle note musicali, emanano vibrazioni e stati d'animo, separano o uniscono, deprimono o incoraggiano. Tutto sommato, in vita mia, come autore e giornalista ho fatto solo questo; racimolare parole e restituirle agli altri, sperando che potessero suonare nel migliore dei modi.



È di ciò che essenzialmente si occupa "#cuoriconnessi", aiutare i ragazzi (e non solo) a far vibrare le parole in modo corretto e a comprendere che, di fronte a quella tastiera, possiamo tutti regalare un sorriso all'umanità.

Polizia di Stato

# #cuoriconnessi

Milano, 10 Ottobre 2017



*Io non sento i giudizi, li vivo, divento io stessa quello che gli altri dicono.*

Conservo ancora questo messaggio che mi lasciò tra le mani una studentessa piemontese. Scrittura decisa, neppure una cancellatura. Foglio bianco strappato da un block notes.

Spesso le parole degli altri ci conducono dove vogliono e questa violenza silenziosa è presente quasi in ogni classe scolastica. La meravigliosa opportunità della rete si trasforma improvvisamente in ragnatela, la vittima viene isolata e cucinata a fuoco lento, «day by day». Le parole cattive sono il peggiore dei virus ed ogni giorno finiscono con il muoversi leggere e spietate nell'impalpabile universo online. A differenza del polline sanno però benissimo dove andarsi a depositare. C'è sempre un ciccone da colpire, una secchiona da affondare, un balbuziente da deridere, un sospetto gay da insultare.

Che io ricordi, non c'è stata tappa del tour in cui non siano emerse schegge di dolore e nella maggior parte dei casi le vittime sono ragazze. Questo, per dei precisi motivi: in primis perché rappresentano il bersaglio più semplice da colpire, l'elenco delle futili motivazioni che sono in grado di sollevare nell'aria un perfido sciame di parole è infinito. I chili di troppo, le illazioni a sfondo sessuale, la diffusione di foto hard o un seno troppo prosperoso. Inoltre, ho la sensazione che per loro, a differenza dei ragazzi, sia più semplice trovare la forza di parlare.

A Camilla, una delle protagoniste di questo libro, è stato sufficiente dover indossare su prescrizione medica un busto ortopedico per essere trasformata nella "gobba" della classe. Con Alessia invece preferirono giocare su una rima legata al suo cognome: "Alessia Piga porta sfiga". Un perverso scioglilingua che per quasi due anni riuscì a frantumare la vita fino ad allora spensierata di questa adolescente. Poche parole messe in fila e Alessia si trovò improvvisamente a essere considerata una specie di strega da evitare con cura meticolosa. Una storia ambientata in un Medioevo 2.0: Flavia, la prima testimonial di "#cuoriconnessi", venne massacrata per i suoi chili di troppo, ma soprattutto per la tenacia con cui difese la



#CUORICONNES  
storie di vite on-line e di cyber

IL NOSTRO IMPEGNO  
CONTRO IL CYBERBULLISMO.  
UN CAMMINO SU BIANCO.

SENTIERI  
CON SANREMO GIOVANI

LOCA PUBLIS

OFFICIAL

SENTIERI  
CON SANREMO GIOVANI

propria libertà e i propri diritti.

Le parole, assieme ai pensieri, sono tutto ciò che possiamo, dovremmo usarle con parsimonia e immaginare che quando affrontiamo la tastiera, ciò che ci apprestiamo a scrivere è destinato a cambiare il mondo. Il nostro e quello degli altri.

*La vita è fuori da una cella 3x2. Rinchiusa nella mia prigione mentale, gli occhi sono le finestre da cui guardo il mondo bruciare.*

Per fortuna riuscii a parlare con la ragazza che mi consegnò questo drammatico messaggio. In un secondo momento ebbi modo di conoscere anche suo papà. Si aprì un varco e ne approfittammo per accedere in quell'angolo buio di sofferenza. Ora la sua vita è migliorata. Non sono uno psicoterapeuta e neppure un guru, non possiedo ricette miracolose, mi nutro di dubbi e certe situazioni mi provocano un senso di inadeguatezza.

Sono un giornalista che ha ben chiari i confini legati alla sua professione, ma spesso queste linee di demarcazione divengono vaghe come l'orizzonte in certi giorni di foschia. Le tante volte in cui un minore ha deciso di farmi partecipe delle sue angosce sono dovuto uscire dalla mia comfort zone, dove il livello di rischio è impercettibile.

Non sono stato io ad essere andato oltre, ma è stato l'oltre ad invadere il mio campo d'azione. Quando è accaduto ho cercato di utilizzare il buon senso calandomi nei panni del traghettatore. Ho sempre tentato di cogliere l'attimo provando a stabilire un contatto tra il ragazzo e qualche figura di riferimento adulta a lui vicina. In platea, è accaduto spesso che gli psicologi della Polizia di Stato abbiano fornito il loro supporto a studenti in crisi. Questo significa aver toccato corde profonde e lo considero un grande risultato. Scrive Ryszard Kapuściński, uno tra i più noti giornalisti e reporter contemporanei al mondo: "Il vero giornalismo è quello intenzionale,





vale a dire quello che si dà uno scopo e che mira a produrre una qualche forma di cambiamento”. In questa ottica è possibile affermare che il giornalismo che accompagna il progetto “#cuoriconnessi” non si discosta da questo principio.

*Giornate come quella di oggi servono, perché una volta tanto gli adulti non ci hanno detto le solite cose. Non abbiamo bisogno delle solite cose, noi vogliamo essere ascoltati.*

Per quale motivo uno studente, nel corso di una mattina trascorsa in teatro, ha trovato la forza di scavalcare il muro del silenzio? Quale deserto stava attraversando, per decidere di raccontarsi ad uno sconosciuto? Non ho una risposta precisa, posso azzardare delle ipotesi. Probabilmente perché nel corso dell’evento non si è sentito giudicato e soprattutto perché ha ascoltato storie di ragazzi che vivevano la sua stessa situazione. Coetanei pronti a testimoniare e a giurare che solo dopo aver condiviso il loro dolore sono riusciti a superare il problema. Non esiste parola di esperto che possa competere con l’efficacia della testimonianza di un coetaneo. L’importante è che sia credibile e priva di filtri, perché è l’intelligenza emotiva quella che deve essere colpita.

L’altra parola chiave che possiamo affiancare al progetto “#cuoriconnessi” è “silenzio”. In nessuna tappa è stato necessario alzare la voce, invitando gli studenti a non disturbare. Il silenzio sano, quello prodotto dall’attenzione profonda, come d’incanto è sempre calato in maniera naturale su ogni platea, al di là di ogni latitudine e della tipologia di istituto scolastico. Gli studenti non sono abituati alla sospensione del giudizio, all’umiltà degli adulti nei loro confronti, all’assenza dei soliti sentieri verbali che conoscono a memoria. Tutto ciò li spiazza e li stupisce, ed ecco allora che si verifica il fenomeno del passaggio dal grigio al nero. Dal palco, appena inizia un incontro, noto decine di volti grigi, si tratta del riverbero prodotto dai display degli smartphone appoggiati sulle gambe o sopra gli zaini dei ragazzi. Lentamente, minuto dopo minuto,

quasi come per miracolo, prende il sopravvento il nero. Segno inequivocabile che lo studente ha alzato lo sguardo verso la platea abbandonando momentaneamente il mondo virtuale. Ogni volta che accade lo considero un miracolo.

*Noi abbiamo bisogno di storie, sono quelle che ci insegnano a vivere. Le regole già le conosciamo.*

“#cuoriconnessi” intende regalare profondità alle parole, spingendosi oltre la somministrazione didascalica di norme e codici comportamentali che puntualmente piovono addosso agli studenti sempre per caduta. Dall’alto verso il basso. Questo non funziona, è un percorso sterile, ed ecco allora la necessità di muoversi sullo stesso piano dei ragazzi utilizzando identiche frequenze.

*Oggi è la prima volta che non mi sono sentito dire durante un incontro sul cyberbullismo «è meglio un abbraccio che un messaggio» come se noi non fossimo capaci di fare entrambe le cose. Grazie!*

Dire cose senza dire nulla. Noi adulti siamo specializzati in questo. Troppe volte, nonostante fossi tra i relatori, mi sono annoiato terribilmente nell’ascoltare sempre le stesse raccomandazioni con l’identico tono di voce. Un plotone di esperti che dispensa consigli sparandoli verso la platea, ma nella maggior parte dei casi la forza di quelle parole si esaurisce ancor prima di raggiungere la prima fila.

Il gioco delle parti è incentrato su uno schema che si replica all’infinito. A centro palco il lungo tavolo che comunque rappresenta già una barriera, le bottiglie di acqua minerale, un moderatore e poi una nutrita serie di monologhi. Bisognerebbe avere l’umiltà di comprendere che certi schemi non riescono più a fare presa, la comunicazione è cambiata, i ragazzi sono cambiati, hanno bisogno di approcci veloci,





diretti e poco paternalistici. Storie, filmati, musiche, parole, interazioni spontanee. Ora ripartiamo con “#cuoriconnessi”, in realtà non ci siamo mai fermati, ma è stato necessario prendere le necessarie contromisure. Con la pandemia in corso, ci attendono enormi incognite sulle possibili reazioni di chi ha dovuto congelare la propria adolescenza in attesa che un qualcosa di invisibile venisse sconfitto, con modalità ancora poco chiare persino alla scienza.

Durante il *lockdown* della primavera 2020 e in questo lungo inverno, ho incontrato online migliaia di studenti parlando loro di “cuoriconnessi” delle insidie della rete. Assieme abbiamo commentato il primo volume uscito lo scorso febbraio, abbiamo analizzato alcune storie cercando di comprenderne le principali dinamiche. Da quel libro sono nati dei booktrailers, dei cortometraggi e persino dei fumetti. Negli incontri online sono ricorso ai vecchi ferri del mestiere, ho sfruttato la mia esperienza radiofonica e televisiva, trasformando quelle parentesi in una specie di programma televisivo interattivo. Il web, a differenza della tv, prevede l'interazione tra le due



parti. Siamo tutti trasmettenti e riceventi. Ho utilizzato e utilizzo filmati brevi e potenti, pongo domande, uso le chat, giro continuamente pagina e rilancio, evitando cadute di ritmo. Online tutto è accelerato e la soglia d'attenzione è più sottile di un velo di cipolla. Gli incontri funzionano, ma è un palliativo. Senza campanelle che suonano, senza l'intervallo, il casino nei corridoi e gli zaini troppo pesanti da trasportare in spalla, la vita non è più vita. Manca il prof che ti cazzia perché stai guardando fuori dalla finestra, manca l'odore della classe o il ragazzo che ti piace, ma si trova nell'aula a fianco.

Manca tutto. E quando finiscono le lezioni online, a questi ragazzi l'unica cosa che resta da fare è restarsene a pascolare in rete. Niente partite di pallone, magliette sporche di fango o allenamenti di volley, niente vento freddo in faccia mentre guidi lo scooter ed è scomparso anche il casino del sabato sera, ammuccinati dentro una pizzeria dove fa sempre troppo caldo. È irriverente e sbagliato pensare che tutto sommato, anche se reclusi tra quattro mura, i nostri figli abbiano comunque tutto. È un pensiero figlio del materialismo che



silenziosamente ha modificato le nostre esistenze, anno dopo anno. Avere tutto equivale spesso ad avere niente, il problema è molto serio. Aumentano gli episodi di depressione, la dispersione scolastica non è più un'ipotesi ma un numero in ascesa, il cyberbullismo è più vivo che mai ed è quindi necessario agire in fretta, continuando a promuovere un uso corretto e sempre più consapevole del web.

Per essere informati basta Wikipedia, per essere formati bisogna invece saper riconoscere una fake news, comprendere il peso delle parole o l'impatto di una foto postata. Esiste una grande differenza tra l'essere umano e l'essere umani. Abbiamo tutti la grande responsabilità di promuovere l'uso corretto della rete. È nostro compito spiegare che è possibile e figo postare foto che ci mostrano imperfetti ma veri, raccontare che non può essere un foruncolo a compromettere il nostro successo sui social. Torniamo quindi all'importanza delle testimonianze di altri adolescenti e alla necessità di utilizzare il coraggio di pochi affinché possa trasformarsi in quello di molti.

*«Per una volta». Ricorderò questa frase. Non avevo mai pensato che ogni cazzata che commettiamo nasce da quella finta giustificazione e poi come diceva Luca «Per una volta non è mai solo per una volta».*

Aggiungo un altro pensiero di Ryszard Kapuściński: «Agli adulti consiglio di ascoltare i giovani e prestare loro attenzione, rinunciare a ogni posizione di potere, ammettere di trovarsi già dalla parte dei perdenti. Se ci troviamo di fronte a una nuova coscienza e a nuovi atteggiamenti che negano valore e autorità all'esperienza dei più anziani, bisogna che capiamo che ciò ha un senso e delle ragioni. E che queste ragioni vinceranno comunque. Bisogna comprendere che i più giovani ci ascolteranno solo a condizione che noi ascoltiamo loro e che siano loro a invitarci a parlare. La chiave di tutto è l'interesse reciproco. I cambiamenti vanno riconosciuti e accettati, se si vuole a propria volta essere accettati».

*Ci salverà la poesia.*

La ragazzina mi lasciò sotto il palcoscenico un bigliettino piegato a metà, era un foglio a quadretti. Quando lessi quel «Ci salverà la poesia», inizialmente rimasi interdetto. Non riuscii a cogliere il senso pieno di quel pensiero, ma le parole spesso sedimentano e maturano nel tempo. A distanza di anni ritengo che quella riflessione, apparentemente così semplice, racchiuda la più grande delle verità. Poesia significa colorare le proprie esistenze, addentrarsi nei meccanismi dell'amore, riuscire a cogliere la bellezza delle cose e trasformarle in un dono per le nostre anime. La poesia è l'antitesi di ogni discriminazione, è la parola giusta al posto giusto. Peccato non aver avuto modo di conoscere quella ragazza. Peccato non averla potuta ringraziare. Il suo insegnamento è stato prezioso. E quando un giovane insegna qualcosa ad un adulto, abbiamo tutti un motivo in più per sorridere al futuro.



**#cuoriconnessi** è un'iniziativa di sensibilizzazione sui temi del bullismo e del cyberbullismo, nata nel 2016 e realizzata da Unieuro in collaborazione con Polizia di Stato.

Le attività di **#cuoriconnessi** sono rivolte alle scuole italiane secondarie di primo e secondo grado e da sempre coinvolgono gli studenti con l'aiuto di insegnanti e genitori.

Il progetto è veicolato attraverso incontri con i ragazzi presso i teatri di tutta Italia, un canale YouTube dedicato, un sito web informativo, un libro in versione cartacea e digitale con racconti di storie vere vissute dai ragazzi e dalle loro famiglie.

Il progetto ha raggiunto oltre 30.000 ragazzi nei teatri e nel 2020 il primo libro **"#cuoriconnessi - Storie di vite online e di Cyberbullismo"** è stato distribuito gratuitamente in 200.000 copie cartacee e oltre 70.000 copie digitali.

Dopo la grande accoglienza torna un nuovo volume: **"#cuoriconnessi - Tu da che parte stai?"** con nuove storie e nuove testimonianze per comprendere sempre più in profondità le innumerevoli sfaccettature dell'universo online.

## Luca Pagliari

È giornalista professionista, storyteller e documentarista. Ha ideato e condotto numerosi programmi televisivi e radiofonici per le principali emittenti nazionali. Ha progettato campagne nazionali di sensibilizzazione su bullismo e cyberbullismo; droga; sicurezza stradale; tutela dell'ambiente e legalità. Ha realizzato numerosi documentari legati a temi di grande impatto sociale. È autore di alcuni spettacoli di teatro etico ed ha pubblicato vari libri, tra cui: Zona Cesarini (Bompiani, 2006); Una scelta di vita (Bevivino, 2007); Il silenzio dopo la neve (Giubilei Regnani, 2014); Cara Marta (Giubilei Regnani, 2015); Dodici due (Historica Edizioni, 2018); Cyberbullismo (La Spiga, 2018); #cuoriconnessi. Storie di vite online e di cyberbullismo (Nuova Cantelli Editore, 2020).

Buddista e membro della Soka Gakkai, continua la sua attività con l'intento di contribuire alla costruzione di un mondo migliore.

[www.lucapagliari.it](http://www.lucapagliari.it)  
[info@lucapagliari.it](mailto:info@lucapagliari.it)

# #CUORICONNESSI

Cyberbullismo, bullismo e storie di vite online

## Il coraggio di alzare lo sguardo



LUCA  
PAGLIARI



 **unieuro**  
Batte. Forte. Sempre.

Realizzato da Polizia di Stato e Unieuro

*La vita non è quella che si è vissuta,  
ma quella che si ricorda  
e come la si ricorda per raccontarla.*

Gabriel García Márquez

# **#CUORICONNESSI**

Cyberbullismo, bullismo e storie di vite online

**Il coraggio di alzare lo sguardo**

**Per saperne di più visita il sito**

[www.cuoriconnessi.it](http://www.cuoriconnessi.it)

Progetto di Responsabilità Sociale di

**Unieuro SpA**

[www.unieuro.it](http://www.unieuro.it)

In collaborazione con

**Polizia di Stato**

[www.poliziadistato.it](http://www.poliziadistato.it)

Autore

**Luca Pagliari**

[www.lucapagliari.it](http://www.lucapagliari.it)

Progetto ideato da

**PubliOne Srl**

[www.publione.it](http://www.publione.it)

Terza edizione

8 febbraio 2022 - Giornata nazionale contro il bullismo e cyberbullismo

Tiratura 250.000 copie

Distribuzione gratuita - Vietata la vendita

©2022 - Tutti i diritti riservati.

È vietata la riproduzione di testi e immagini

Per eventuali richieste: [info@cuoriconnessi.it](mailto:info@cuoriconnessi.it)

Edito e stampato da

Poligrafici Il Borgo Srl - Bologna - Italy

# INDICE

Prefazioni

Introduzione

## **Le Storie**

Storia di Stefy

Storia di Veronica

## **Il taccuino di viaggio**

Storia di Cherif

Storia di Giorgia Bellini

Storia di un padre

Storia di una mamma

## **Le Storie del Dopo**

Storia di Santiago

Storia di Alessia e Stefania

## **Consigli**

# #CUORICONNESSI

Cyberbullismo, bullismo e storie di vite online

**Il coraggio di alzare lo sguardo**

# Prefazione

## Perché è importante alzare lo sguardo

*Unieuro*

Alzare lo sguardo è importante perché ci consente di creare relazioni e non esiste nulla di più importante di questo. Nulla. Per questo la «tecnologia buona», quella che ci aiuta ad alzare quel famoso sguardo verso l'altro, rappresenta un'opportunità formidabile. Attraverso di essa si ampliano gli orizzonti e si abbattano barriere perché lei rappresenta il progresso che conta. In definitiva «la tecnologia buona» è conoscenza e consapevolezza.

Nel frattempo, viviamo la gioia di sapere e vedere che il progetto “#cuoriconnessi” in questi anni ha continuato a crescere sia nei numeri che nelle iniziative.

Viviamo l'orgoglio di proseguire questo cammino assieme alla Polizia di Stato alla luce di un rapporto che si è fatto sempre più solido e intenso.

Viviamo la consapevolezza di quanto “#cuoriconnessi” abbia rappresentato e rappresenti per migliaia di studenti, docenti ma anche genitori e semplici cittadini.

Poi c'è la perseveranza. Quella che ci porta a continuare il nostro cammino in maniera sempre più decisa e concreta. Senza perseveranza i progetti si spengono e muoiono perché sono solo un assieme di eventi scollegati tra loro. La perseveranza invece è altro.

Per un progetto che incentrava la sua filosofia sulla presenza fisica nelle scuole e nei teatri, la pandemia



avrebbe potuto rappresentare la fine di tutto, invece è accaduto l'opposto.

Superfluo aggiungerlo, ma non è neppure immaginabile cosa sarebbe potuto accadere se in questo periodo complicato non ci fosse stata la possibilità di una didattica da remoto.

Certo, abbiamo tutti un disperato bisogno di sentirci uomini tra gli uomini e di riassaporare il piacere di un abbraccio senza provare la fastidiosa sensazione di avere infranto delle regole, nel frattempo con una serie di click siamo però ugualmente riusciti a restare connessi. Ora l'equilibrio da ricercare è quello che ci aiuti a creare una tecnologia al servizio dell'uomo e non degli uomini al servizio della tecnologia. Tutti, nessuno escluso, siamo chiamati a confrontarci con questi nuovi paradigmi.

Non è elegante parlare di numeri e i toni trionfalistici non fanno parte del nostro modo di agire, tutt'altro, ma attraverso iniziative come quella del Safer Internet Day 2021 che ha coinvolto centinaia di migliaia di studenti e docenti, grazie ai libri, agli audiolibri, al sito, alla web tv e al tour virtuale, siamo riusciti a scovare la soluzione all'interno del problema. Ci siamo rivolti alla tecnologia più evoluta senza però mai rinunciare al rapporto umano, perché quello resta al centro di ogni nostra possibile azione. In questo ultimo anno la rete di “#cuoriconnessi” è cresciuta di settimana in settimana, sono germogliati rapporti stupendi con centinaia di scuole e quasi quotidianamente nascono progetti condivisi e iniziative.

L'uso consapevole della tecnologia oggi è indispensabile, non si tratta di acquisire una competenza in più, ma di imparare a muoversi correttamente all'interno di una nuova dimensione che non ha nulla a che fare con il futuro, in quanto tutto ciò sta accadendo adesso.

Accanto al cyberbullismo e a tutte le distorsioni del web

che continueremo a combattere con tutte le nostre forze, abbiamo iniziato da tempo a raccontare la parte buona ed entusiasmante della rete e dei social. Sono i percorsi di chi ha trovato nella tecnologia un'alleata per costruirsi un futuro, per aiutare gli altri, per ampliare in maniera corretta le proprie conoscenze.

In questo terzo libro scoprirete storie toccanti che ci aiuteranno ad avere una visione più ampia della tecnologia e della vita. Consideriamola pure una importante evoluzione del cammino di “#cuoriconnessi”.

Noi andiamo avanti e lo facciamo confortati dal vostro appoggio, supportati dai vostri consigli e soprattutto uniti in una battaglia etica di civiltà e di vero progresso. Quello attraverso il quale la tecnologia ci è di aiuto per diventare persone migliori. 🍷

# Prefazione

## **Sempre accanto ai ragazzi: l'impegno per un web sicuro**

*Polizia di Stato*

La Polizia di Stato in un momento così complesso e ricco di cambiamenti anche di carattere tecnologico, ha ritenuto importante continuare ad essere parte integrante del progetto “#cuoriconnessi”. Un percorso iniziato ben prima della pandemia e che si è ulteriormente rafforzato negli anni.

A causa delle restrizioni imposte dal diffondersi del virus e della necessaria attivazione della didattica a distanza, il tempo che gli adolescenti hanno trascorso in solitudine davanti ad uno smartphone è inevitabilmente aumentato. Abbiamo inoltre rilevato una crescita dei reati legati al Web come il cyberbullismo, che ha rappresentato il punto di partenza del progetto “#cuoriconnessi”.

Essere al fianco di studenti, docenti, ma anche delle famiglie mettendo a disposizione le proprie competenze, per la Polizia di Stato è qualcosa in più di un semplice dovere. È un obbligo morale che si avvicina al concetto di missione. Prima della repressione viene la prevenzione ed è in questa direzione che si muove il progetto “#cuoriconnessi”, un'importante iniziativa di educazione alla legalità, così come una efficace occasione formativa da rivolgere ai ragazzi. Esiste una scarsa percezione dei pericoli e delle trappole che si nascondono dietro uno schermo: spesso

online gli adolescenti, e non solo loro, commettono reati senza neppure averne la percezione e con altrettanta facilità condividono informazioni private, così come materiali fotografici e video.

Attraverso “#cuoriconnessi”, e le storie che ne fanno parte, è possibile far toccare con mano agli studenti quali possano essere le conseguenze di comportamenti sbagliati. La Polizia di Stato non intende solo fare luce sui confini tra lecito e illecito; l’obiettivo è far comprendere che le nostre divise sono una mano amica, una soluzione, un importante punto di riferimento per uscire dalla solitudine che spesso accompagna i ragazzi e le famiglie vittime di reati commessi online. Le vessazioni non vanno subite ma contrastate e solo generando un tessuto sociale forte e reattivo è possibile arginare certi fenomeni.

In quest’ultimo anno con il progetto “#cuoriconnessi” siamo virtualmente entrati in migliaia di scuole ed abbiamo incontrato centinaia di migliaia di studenti. Numeri importanti dietro i quali ci sono volti di ragazzi, di genitori e professori. La rete in tal senso è stata provvidenziale non solo per dare continuità al progetto, ma anche per accelerare nuove dinamiche comunicative favorite dalla tecnologia. Siamo certi che anche in futuro, quando sarà finalmente possibile tornare ad eventi in presenza, la tecnologia continuerà a regalarci preziose soluzioni tese ad amplificare il nostro messaggio. Un’enorme soddisfazione, che rappresenta il segno tangibile della validità del progetto continuano a regalarcela tutte quelle famiglie che, grazie a “#cuoriconnessi”, hanno trovato la forza di condividere il proprio dolore, superando paure e diffidenza.

Come sempre, dove esistono condivisione e consapevolezza, si trovano le giuste soluzioni per affrontare anche le situazioni più problematiche.

Con questo terzo libro si regala una preziosa continuità al lavoro svolto sino ad oggi ed è interessante notare che alcune storie sono nate da chi leggendo gli altri volumi ha deciso di uscire allo scoperto e parlare. Un libro che non racconta solo episodi negativi di uso distorto della rete ma anche storie di speranza e di corretto utilizzo dei social e dell'universo online. Abbiamo tutti bisogno di conoscere anche questi percorsi virtuosi perché rappresentano esempi importanti. E come tutti ben sappiamo, nulla come un esempio concreto e reale è in grado di trasferirci gli strumenti utili per costruire una società più giusta e consapevole. ”

# Introduzione

*Luca Pagliari*

Questa terza pubblicazione di “#cuoriconnessi” ci riempie di orgoglio perché mai avremmo immaginato che quelle storie lette o ascoltate attraverso gli audiolibri sarebbero state così apprezzate in ogni regione d’Italia. Negli ultimi due anni, migliaia di scuole hanno deciso di adottare “#cuoriconnessi” come libro di lettura ed è così che sono nati confronti e progetti.

In questo periodo così difficile e fluido stiamo cercando tutti nuove forme di equilibrio, faticiamo a distinguere la linea che separa l’uso dall’abuso di un qualsiasi device perché sono cambiate le gestioni del tempo e dei rapporti umani. La convivenza tra virtuale e reale corre lungo un fragile filo, nel frattempo andiamo avanti e ogni giorno cerchiamo qualche indizio che ci possa condurre verso una vita migliore, perché questo è l’unico obiettivo importante della nostra esistenza.

Ci sono novità importanti nell’impostazione di questo terzo volume che sicuramente risulterà meno romanzato in quanto ancora più strettamente connesso alla realtà. Assieme a Polizia di Stato e Unieuro, pilastri fondanti di “#cuoriconnessi” cui va il ringraziamento di tutta la nostra grande squadra, abbiamo ragionato per sottrazione; meno aggettivi e meno parole superflue perché questo libro deve risultare appassionante ma soprattutto utile. La nostra aspirazione è che rappresenti uno strumento capace di farci vivere correttamente l’universo tecnologico e le

nuove forme di comunicazione. Altro aspetto importante, abbiamo pensato di dividerlo in tre parti.

Nella prima parte siamo rimasti all'interno della narrazione pura e del racconto in prima persona. Abbiamo ascoltato varie storie cercando di vestirle nel migliore dei modi. Esercizio complesso quello di muoversi all'interno dei sentimenti altrui tentando di cogliere la gioia e il dolore e di sfiorare ciò che definiamo sentimento.

La seconda parte consideratela un taccuino di viaggio; siamo andati a conoscere persone che per vari motivi si sono legate a “#cuoriconnessi”. Per ragioni legate alle restrizioni dettate dalla pandemia, a volte ci siamo limitati a lunghe videochiamate. Certo, vedersi di persona avrebbe avuto un altro valore, ma nonostante tutto in alcuni casi siamo riusciti a conoscerci in profondità anche se divisi da centinaia di chilometri. In questo strano taccuino di viaggio abbiamo incontrato chi si è rivolto a “#cuoriconnessi” per condividere un'esperienza ed è stato straordinario raccontare la storia di chi aveva letto le nostre storie. È stato un po' come raccogliere ciò che avevamo seminato nel tempo.

Nella terza parte, che abbiamo voluto intitolare *Le Storie del Dopo* ci è sembrato importante raccontarvi che vita conducono attualmente alcuni protagonisti che in passato hanno fatto parte di questo grande progetto.

“#cuoriconnessi” è un guscio di noce che galleggia sopra l'oceano del web; tentiamo di mantenere le coordinate di una rotta che riteniamo corretta, quella che si muove distante dall'odio e dalle divisioni, dalla superficialità e dall'ignoranza. Non c'è presunzione in ciò che facciamo e non ci sentiamo portatori di verità, termine che andrebbe sempre declinato al plurale, perché non esiste la verità,

esistono le verità, quelle che possiamo inquadrare nel concetto dei “punti di vista”.

Poi ci sono le storie. Regalarvi storie sospendendo ogni giudizio e lasciando ad ognuno il compito di elaborare un pensiero rappresenta il cuore pulsante del nostro progetto.

Ascoltare storie ci aiuta a comprendere qualcosa in più sul senso della vita e soprattutto ci insegna a non avere fretta nell'esprimere un giudizio. La fretta è una malattia pericolosa che produce superficialità e assenza di pensiero. Il “tutto e subito” e il “multitasking” sono figli della fretta, ma noi per crescere abbiamo bisogno di altro. Spesso dobbiamo essere rapidi e la rapidità nasce dalla preparazione, dalle competenze e dalla capacità di agire con lucidità. Un campione di slalom per vincere una gara deve essere rapido, non deve andare di fretta. Questo è uno dei concetti cardine attorno a cui si aggrappa la nostra possibilità di essere dominanti e non dominati da un semplice smartphone.

Intanto l'universo di “#cuoriconnessi” continua costantemente ad ampliarsi e ad arricchirsi. Avete presente la bellezza di quando si conosce una nuova persona? Menti che si esplorano, sguardi che si alzano, pensieri che si intrecciano. Questa è la parte più nobile e preziosa di noi esseri umani. 🍷

Grazie a tutti

*Luca Pagliari*

**Ascolta l'introduzione**



# #CUORICONNESSI

## Le Storie

*Le storie ci accompagneranno  
finché esisterà l'uomo.*

Bernard Malamud

Usate il link qui sotto, e quelli che troverete in fondo ad ogni storia, per ascoltare le storie del libro.

Non si tratta di una semplice lettura del testo, troppo semplice.

Abbiamo avvertito la necessità di parlarvi, perché ogni storia che ha scritto Luca ha un «prima» e un «dopo» che non era possibile trasferire su carta e per questo davanti a un microfono, le ha raccontate.

Del resto, nulla come una storia è in grado di svelarci l'arte della vita.

[Ascolta tutte le audio storie](#)

## Storia di Stefy



# Storia di Stefy

***“Ho scelto la rete per ampliare il mio sapere.  
Ho scelto la rete per aiutare il prossimo.”***

**I**o a Internet devo moltissimo. Sono grata a chi usa la rete per diffondere parole che fanno bene al cuore e che amplificano il nostro sapere. Nel Web ho imparato a muovermi in sicurezza esattamente come quando mi avventuro in qualche ferrata sulle Alpi o mi sono ritrovata a fare trekking in Perù. È stato un percorso complicato il mio e troppe volte in questi anni mi sono sentita dire «Sei forte. Io al posto tuo non ce l'avrei mai fatta.» Non sminuitevi mai, cancellate dalla vostra mente questo pensiero: “Io al posto tuo non ce l'avrei mai fatta”. La verità è che nessuno di noi è al posto di un altro, l'unico confronto possibile è quello con noi stessi, ma vi garantisco che di fronte alle difficoltà, tutti, nessuno escluso, possiamo attingere a risorse che non immaginavamo neppure lontanamente di possedere. Comunque di questo ne parleremo più avanti, adesso è il momento di spostarci altrove, perché ogni storia da qualche parte deve pur sempre iniziare.

L'aria rarefatta e frizzante dell'alta quota mi penetrava nelle narici per poi espandersi nei polmoni. Sotto di noi, laggiù, potevamo scorgere l'Alpe del Devero con il suo tappeto di boschi e di prati. Nonostante avessi solo sette anni conoscevo già a memoria il percorso dei sentieri e i luoghi dove mi avrebbero condotta. Malghe, sorgenti e piccoli specchi di acqua gelata e cristallina.

Nascosta da due rocce rimasi sdraiata e immobile sul ripido

costone della montagna, avevo persino paura di respirare. Il mio sguardo s'infilava nella spaccatura che separava quei massi e dall'altra parte, in fondo ad una pietraia scoscesa, che in tempi remoti doveva essere stata un ghiacciaio, il branco di stambecchi si godeva il tepore del sole primaverile. C'era anche un piccolo che si limitava ad osservare la mamma, pronto a replicarne ogni movimento. Rimasero ancora per qualche minuto e poi risalirono una parete quasi verticale di roccia uscendo dal nostro campo visivo. A quel punto papà mi fece segno che potevamo alzarci in piedi. Lo spettacolo si era compiuto.

Iniziammo a scendere, il papà davanti e io dietro. Dopo una buona mezz'ora di cammino, la pendenza si addolcì fino a quando il bosco prese il posto delle rocce. Ero ancora eccitata, mangiai qualche mirtillo cogliendolo direttamente dalla pianta e poi riprendemmo il camino verso valle.

L'emozione per l'incontro con quel branco di stambecchi racchiude un po' il senso della mia vita che ruota attorno alla natura, ai profumi e alla gioia di osservare degli animali allo stato brado. Insomma, sono cresciuta libera e forse anche un po' selvaggia.

Avendo un papà che lavorava per il Parco naturale dell'Alpe Veglia e dell'Alpe Devero e abitando a Baceno, un paesino di circa ottocento anime circondato dai boschi, immagino che le cose non sarebbero potute andare diversamente.

Durante l'estate seguirlo nei suoi giri lavorativi era la cosa più entusiasmante che mi potesse accadere. Papà sapeva fare tutto, guidava il trattore, costruiva muri e muretti, segava alberi malati e rimuoveva dai sentieri i rami e i sassi che si accumulavano dopo i temporali.

Camminavamo per ore lungo ogni tipo di viottolo o mulattiera... già, camminare! Non esiste nulla di più bello. Ogni passo un profumo da memorizzare, una pianta diversa, il verso sconosciuto di qualche uccello nascosto tra i rami. Per me la libertà non ha mai significato fare ciò che mi

restava comodo, ma avere occhi e cuore per comprendere quanto sia bello e colorato il mondo.

Mio fratello Roberto, di un paio di anni più grande, era invece un patito della montagna d'inverno. Lo sci e la neve rappresentavano il suo ambiente naturale. Mi avevano chiamato Stefania, probabilmente il mio nome sarà stato scelto dalla mamma. Lei si è sempre dedicata alla famiglia e come tutti sappiamo non è certo un lavoro semplice.

Poi arrivò quel giorno, apparentemente uno dei tanti. Dissi alla mamma che da qualche settimana ogni tanto inciampavo, era come se il mio piede sinistro a volte si rifiutasse di andare avanti. Inizialmente non avevo dato peso alla cosa, ma ora si stava ripetendo con una certa frequenza. Non ero preoccupata, però era un fastidio. Andammo dal nostro medico, lui sorridendo ci spiegò che la crescita a volte gioca strani scherzi. Avevo compiuto da poco nove anni e mi ricordo ancora le sue parole: «Non penso sia nulla di serio, a questa età i ragazzi sono erba che cresce.» E comunque per scrupolo mi fece indossare una scarpa ortopedica, secondo lui tutto sarebbe passato nel giro di poche settimane, era solo questione di correggere una postura sbagliata.

Mamma tornò a casa sollevata, io invece per dirla tutta ero tranquilla anche prima. Per qualche giorno effettivamente le cose sembrarono seguire le previsioni del dottore, poi un pomeriggio mi ritrovai improvvisamente distesa sul marciapiede che si trova all'esterno della scuola. Sentii il sapore ferroso del sangue che dal naso mi colava in bocca. Tutti pensarono che fossi inciampata, ma in cuor mio per la prima volta mi spaventai. Sapevo benissimo di non essere inciampata in un gradino, ero finita a terra perché qualcosa non aveva funzionato nelle mie gambe. Un brutto presentimento mi attraversò la mente, ma i pensieri, belli o brutti che siano, sono come nuvole in un giorno di vento, passano e vanno.

Papà mi venne a prendere con la nostra amata Panda 4x4 e a casa mi disinfettarono le ginocchia; il naso intanto si era gonfiato e assomigliava a una bella patata matura.

Fu la mamma ad affrontare sul serio l'argomento nascondendosi dietro a una finta tranquillità, era un dopo cena e mentre stava sparecchiando la tavola gettò lì il discorso come se fosse una chiacchiera qualsiasi: «sicuramente non è niente di grave, però forse bisognerà fare una visita specialistica; domani chiamo il medico e sentiamo cosa ci consiglia.» Il dottore questa volta prese più sul serio la storia e parlò di possibili cause neurologiche: «naturalmente sono ipotesi remote, ci mancherebbe e quindi non allarmatevi, però è meglio escludere subito questa possibilità.»

In maniera concreta ci indirizzò verso un ospedale di Milano, disse che si trattava di un centro neurologico molto importante e che alla prenotazione della visita ci avrebbe pensato lui.

Papà era bravo a guidare lungo ogni tipo di mulattiera, ma trovarsi in coda tra i semafori di Milano circondato da altre mille auto, per lui fu terribile. Mentre dal finestrino osservavo quel caos, pensai che la città non aveva veramente nulla a che fare con la mia famiglia.

Alla fine dopo aver sbagliato strada una serie infinita di volte arrivammo al parcheggio dell'ospedale. Per fortuna eravamo partiti molto presto e quindi riuscimmo addirittura ad arrivare in anticipo. Visto dall'esterno l'ospedale metteva quasi paura, era grandissimo. Dopo aver girovagato tra corridoi pieni di gente che si muoveva di fretta, finalmente arrivammo di fronte alla porta giusta. Nella sala d'aspetto c'erano altre persone, facce pensierose avvolte da un silenzio quasi imbarazzante. Nell'aria c'era uno strano odore che non avevo mai sentito, ancora non potevo sapere che con quell'odore avrei dovuto convivere per molto tempo.

Finalmente arrivò il nostro turno. Il medico aveva i capelli bianchi tutti arruffati e ci fece una serie infinita di domande.

Prendeva appunti senza cambiare mai espressione. Poi mi visitò e mi fece camminare avanti e indietro per la stanza decine di volte. Dopo oltre un'ora ci spiegò la situazione e rivolgendosi ai miei disse: «Preferirei trattenere la bambina direttamente in ospedale. Dobbiamo fare una serie di accertamenti e arrivare alla radice del problema.» Dunque, immaginai, poteva essere una cosa seria, lo capivo anche dalle facce di mamma e papà, non li avevo mai visti così fragili e impauriti. A dire il vero nessuno di noi aveva preso in ipotesi un ricovero immediato, ma a volte bisogna accettare la realtà senza farsi troppe domande. Quella sera dopo avermi comprato un pigiama e tutte le altre cose utili al ricovero, papà e mamma se ne tornarono in montagna senza di me. Ero confusa ma non impaurita e, forse anche a causa della stanchezza accumulata durante il giorno, mi addormentai prestissimo scivolando dentro un sonno profondo e privo di sogni.

Inizialmente si era parlato di un ricovero di qualche giorno, invece rimasi dentro quell'ospedale per un mese esatto. Un'eternità. Ogni mattina un esame, un prelievo, una tac, una risonanza magnetica e molto altro. Venivo studiata come fossi una piccola cavia. Cercavo di mantenere vivo il ricordo delle mie montagne sfogliando i libri fotografici che papà e mamma mi portavano il sabato quando venivano a farmi visita. Per fortuna le infermiere mi trattavano come fossi una figlia e le rare volte in cui mi ritrovavo a piangere per lo sconforto, loro avevano sempre le parole giuste per consolarmi.

Finalmente arrivò il tanto atteso giorno delle dimissioni, sarei tornata a casa! Già dalla sera prima avevo riempito il borsone con tutte le mie cose; l'emozione era indescrivibile. Erano le nove di mattina quando i miei, finalmente sorridenti, si presentarono in camera. Prima di andarcene li aspettava il primario per consegnare loro la diagnosi e spiegare finalmente le cause del mio male.

Attesi diligentemente fuori dallo studio per oltre un'ora e

quando si aprì la porta, in una frazione di secondo, compresi che doveva essere accaduto qualcosa di molto brutto. Probabilmente quel “qualcosa” era scritto nella grande busta bianca che la mamma teneva tra le mani. Durante il viaggio ogni tentativo di avviare un discorso si spegneva dopo pochi secondi, chiesi ripetutamente ai miei cosa gli avesse detto il medico, ma i loro deboli tentativi di tranquillizzarmi mi confermarono che nulla era andato come si immaginavano.

Quella busta a distanza di anni ancora la conservo, le parole che combinate tra loro suonano come una condanna sono quattro: sospetta atassia spastica familiare.

Il primario con i miei genitori era stato chiaro. Negli anni il peggioramento sarebbe stato costante e irreversibile. Movimenti sempre meno coordinati, andatura sempre più barcollante, dolori muscolari e altri effetti collaterali di vario genere. La malattia avrebbe poi conquistato le altre parti del corpo esattamente come un’invincibile armata. Non esisteva una medicina in grado di bloccare questo percorso, solo dei palliativi in grado di rallentarlo e renderlo meno doloroso. Sarebbero dunque state delle cellule invisibili a scrivere la mia storia, a decidere quello che avrei potuto o non potuto fare. A ridimensionare i miei sogni plasmandoli in base alla loro volontà. Cosa mi avrebbe riservato il futuro? Una sedia a rotelle in tempi neppure troppo lunghi e infine un letto dove attendere qualcosa di indefinito.

Tutto questo, mentre con la nostra Panda 4x4 risalivamo i tornanti che ci stavano riportando a casa, io ancora non lo sapevo.

Il rientro tra le mie montagne non fu quello che mi aspettavo e poi sempre più spesso provavo una strana sensazione di sbandamento. Erano dei flash. Non mi ero mai ubriacata, ma probabilmente doveva essere un qualcosa di molto simile. Altrimenti capitava che mi sentissi cadere all’indietro, insomma, non si trattava di un malessere passeggero.



Essendo una che non si arrende decisi di non dare peso a quegli episodi, di viverli e poi lasciarli andare senza dargliela vinta. Continuavo a sorridere e ad essere la capobanda dei ragazzini del paese, sempre pronta a inventare giochi ed a godermi la bellezza delle mie montagne.

Forse a casa la meno preoccupata ero io. A distanza di qualche mese dal ricovero, mamma tentò di modificare il percorso del mio destino facendomi visitare da un famoso pranoterapeuta piemontese. Dicevano che lui potesse curare tutto e in particolare le patologie simili alla mia.

Forse ciò che mi era precluso dalla medicina ufficiale lo avremmo potuto ottenere attraverso delle cure alternative.

Il pranoterapeuta era simpatico e non ebbi la sensazione di essere finita tra le mani di un ciarlatano. Ancora non sapevo nulla della diagnosi che mi accompagnava ed ero fermamente convinta che la malattia prima o poi sarebbe stata vinta. Terminata la visita, quel simpatico signore mi chiese gentilmente di uscire dalla stanza perché aveva desiderio di parlare da solo con la mamma. Mi alzai trasferendomi nella sala d'attesa, ma la porta dello studio rimase socchiusa. A volte la percezione della propria vita può dipendere anche da un piccolo dettaglio, ad esempio dallo spiraglio di una porta che non riesce a trattenere le parole.

Il pranoterapeuta fu esplicito con la mamma: «Signora, quel referto che mi ha fatto leggere non ci lascia speranze. Se provassi a illuderla sarei un ciarlatano. Preparate vostra figlia ad un futuro difficile. Prima o poi dovrà fare i conti con la sedia a rotelle, i dolori e molto altro. Mi dispiace. Io non posso fare nulla».

Iniziai a piangere in silenzio, anche la mamma quando uscì da quella stanza stava piangendo. Comprese subito che avevo ascoltato quella sentenza dura e definitiva. Ci abbracciammo tenendoci strette strette. Almeno adesso senza troppe finzioni sapevamo tutti a cosa saremmo andati incontro.

Durante le scuole medie le mie condizioni continuarono progressivamente a peggiorare. Dal punto di vista psicologico io però avevo recuperato tutta la mia grinta. Ovvio che ogni tanto prendesse il sopravvento la tristezza. Quando i miei amici si avventuravano verso qualche lago alpino e io ero costretta a rinunciare, mi ritrovavo da sola in camera a piangere arrabbiata contro l'universo e le ingiustizie. Perché proprio a me? Beh, a questa domanda così crudele io trovai una mia personalissima risposta: Proprio a me, perché sono forte e ho il coraggio di affrontare questa sfida. Le mie gambe certi giorni non ne volevano sapere? Benissimo! Mi facevo caricare su una carriola dalle mie amiche facendomi scorrazzare per i vicoli del paese. Ecco che allora la malattia veniva trasformata in gioco! Nel frattempo i miei continuavano a far girare le cartelle cliniche in tutti i centri specializzati immaginabili, ma la risposta era sempre racchiusa in quelle quattro lettere: sospetta atassia spastica familiare. Ricordo un ospedale milanese dove il medico non volle neppure vedermi. Ci liquidò in cinque minuti limitandosi a leggere il referto per poi aggiungere: «Non posso fare nulla per voi.»

Papà quando si rendeva conto che i miei muscoli erano poco reattivi, come se niente fosse mi caricava sulle spalle e andavamo a passeggio. Era bello e rassicurante il mondo visto da lassù, mi sentivo una principessa, poi dovevo però tornare a fare i conti con quella realtà così frustrante.

Che fatica alla festa degli alberi riuscire a piantare il mio alberello. Tra i due ero io quella a non avere radici, eppure anche quel giorno non mollai. Ci misi il doppio del tempo degli altri, ma alla fine riuscii a fare tutto. Mentre ci arrampicavamo sul sentiero che conduceva ai prati dove si sarebbe svolta la festa, la mia più grande fatica fu evitare che qualcuno mi aiutasse. La mamma, il fratello, gli amici, tutti mi camminavano a fianco con apprensione, ma io più testarda di una capra arrivai fino ai prati in assoluta autonomia. In

quei rari momenti tornavo ad avvertire l'incontenibile gioia di chi è totalmente padrone della propria libertà. Io e il vento ci assomigliamo molto.

Mi iscrissi a ragioneria. Nulla di straordinario per una qualsiasi quattordicenne, ma se fatichi a camminare e dal lunedì al sabato devi prendere una corriera che ti porta a fondo valle, tutto si complica. Dalla stazione degli autobus dovevo poi raggiungere la scuola e una volta entrata era necessario salire le scale per entrare in classe. Ordinaria amministrazione per chi è normodotato, ma per una ragazza che era rimasta imprigionata dentro quattro lettere, «sospetta atassia spastica familiare», ogni giorno di scuola equivaleva alla conquista dell'Everest.

Per il trasporto avrei potuto usufruire del pulmino dei servizi sociali, ma io non volevo sentirmi diversa, istintivamente cercavo di fare tutte le cose che facevano i miei coetanei, il pensiero di essere risucchiata dall'isolamento assomigliava a un'ombra che mi inseguiva giorno e notte.

A farmi veramente male non erano i muscoli delle gambe, piuttosto gli sguardi interminabili dei tanti studenti che non conoscevo. Adesso non dovevo più confrontarmi con gli amici del paese ma con tante altre realtà. La mia piccola barchetta scricchiolante stava affrontando il mare aperto. Un mare fatto anche di risatine sarcastiche e di battute sussurrate a mezza bocca. La mia fortuna? Essermi salvata dalle chat che ancora non esistevano, aver evitato di essere colpita online da parole affilate come coltelli, ma in compenso, anche se offline, c'era sempre qualcuno disposto a umiliarmi e a farmi sentire una specie di rifiuto umano. Ero sempre l'ultima ad uscire dalla classe, preferivo attendere che l'aula si svuotasse perché detestavo sentire tutti gli occhi puntati su di me mentre in maniera goffa e patetica provavo ad alzarmi dal banco. Mi sentivo umiliata e diversa, anello debole di una società che non ha tempo da perdere con chi fatica a reggersi in piedi. Di frequente piangevo di rabbia chiusa nella mia camera, era lì dentro che potevo liberare

paure e fragilità. Erano tempeste di lacrime e poi, esausta, dopo aver recuperato le forze e un accenno di sorriso, tornavo ad affrontare il mondo.

Ho imparato una cosa fondamentale nella vita: non esistono persone coraggiose e supereroi, esistono persone fragili che trovano la forza di farsi coraggio, perché nessuno, proprio nessuno è esente dal dolore e dalle proprie debolezze. Io quel coraggio l'avevo trovato e trasformato nel mio più fedele alleato.

La sedia a rotelle. Sapevo che prima o poi sarebbe arrivato quel momento e allora, costi che quel costi, iniziai a spingere quella tappa della malattia sempre più distante nel tempo. Preferivo camminare appoggiandomi al muro dei palazzi piuttosto che cedere alla carrozzina. Una sera con le amiche ci recammo in una pizzeria, io mi trascinavo appoggiandomi al muro esterno del locale e ricordo come fosse adesso la voce del proprietario che disse: «Quella lì è ubriaca e non entra.» Poi compreso il mio problema mi chiese scusa ma peggiorò la situazione esclamando: «Io agli handicappati la pizza gliela offro.» Mi sentii cadere addosso tutta la pesantezza di una vita che a tratti risultava insopportabile e cominciai a piangere. Nessun singhiozzo, le lacrime erano quelle di una pioggerella autunnale, quelle pioggerelle sottili che non finiscono mai e che arrivano da un cielo che sembra destinato a rimanere grigio per sempre. Non fu bello il periodo delle scuole superiori. Le amiche del paese vivevano i loro primi amori, organizzavano serate, si godevano gite e soprattutto l'universo non le aveva private della straordinaria possibilità di essere autonome, di alzarsi da una sedia senza starci a pensare, di salire le scale di un locale senza essere assalite dal pensiero di non farcela. Spesso ero io che mi inventavo le scuse più banali per non uscire, in quanto mi sentivo un peso, allora ero costretta a fingere degli improbabili mal di testa o a improvvisare una finta stanchezza. La mia adolescenza l'ho attraversata così, un po' in piedi, un po' seduta e quasi sempre barcollante. terminate

le scuole superiori recuperai un briciolo di fiducia, tanto per cominciare presi la patente e iniziai a frequentare la palestra per due volte alla settimana. Appena potevo, amando l'aria aperta e l'odore dell'erba, mi fiondavo al campo di atletica, le gambe non andavano ma le braccia sì e, allora, ancorata alla mia sedia iniziai a praticare il lancio del peso, del disco e del giavellotto. Non ero disposta ad arrendermi e quel poco o tanto che la vita mi avrebbe regalato, avrei cercato di farlo mio. Da sola, due o tre volte a stagione andavo allo Stadio Comunale di Torino a vedere la Juve. Sono sempre stata un'accanita tifosa! Caricare la carrozzina sui sedili posteriori era diventata un'abitudine consolidata. Poi è subentrato il periodo dei viaggi, non esiste nulla di più bello che viaggiare e spostare la propria conoscenza sempre un poco più avanti. Incontrare persone, imparare lingue, vedere nuovi tramonti e cercare di capire un po' meglio come funziona il mondo.

La famiglia mi assecondava, sapevo che quando partii da sola per il Kenia e poi per gli Stati Uniti, in cuor loro erano terrorizzati dal fatto che potesse succedermi qualcosa, ma in fin dei conti cosa mi sarebbe potuto ancora accadere di peggio? E poi il mio spirito combattivo e la mia positività tornavano puntualmente a rassurarli.

Iniziai a lavorare come bibliotecaria in un paesino vicino al mio, amavo consigliare libri e tuffarmi tra le pagine di quei volumi che spesso non venivano aperti da anni. I libri sono fantastici perché non disturbano e al momento giusto sono disponibili a trascinarti dentro universi paralleli.

Nel frattempo le mie condizioni fisiche continuavano a vivere momenti alterni, in certi periodi miglioravo e poi improvvisamente mi ritrovavo al punto di partenza, era come viaggiare tra dei banchi di nebbia. Le luci e le ombre si alternavano continuamente, nel frattempo la carrozzina era comunque diventata una presenza costante nella mia vita, oramai avevo finito con l'accettare anche questo.

Un pomeriggio per caso, sempre che il caso esista, in

biblioteca mi ritrovai tra le mani un testo di medicina che parlava di disturbi neurologici. Mi ritrovai a leggere con avidità tutto ciò che riguardava l'atassia spastica familiare, pagina dopo pagina. Molte cose coincidevano, ma una cosa era certa: si parlava di una malattia che esclusa la fase iniziale non prevedeva dei temporanei miglioramenti.

La sera ne parlai a casa ma venni ascoltata forse con più pena che interesse reale. Con enorme fatica papà disse che ciò che avevo letto era interessante, però crearsi delle illusioni sarebbe stato terribile. Evitare certe letture mi avrebbe aiutato ad affrontare meglio il presente. Dopo il papà, anche la mamma prese la parola rincarando la dose: «Concentriamoci su quello di bello che la vita può riservarti. Non sprechiamo energie inseguendo false speranze.» E lì si chiuse l'argomento.

Il giorno successivo feci lo stesso discorso al nostro medico di famiglia. Anche in questa circostanza mi trovai di fronte a un muro di comprensibile scetticismo. Alla fine gli chiesi un'altra cosa: «Dottore, ha nulla in contrario se io comunque proseguissi su Internet le ricerche sulla malattia? Non sono una pazza che si affida a ciò che è scritto online, ma una ragazza che vuole studiare e approfondire un argomento che le sta a cuore.»

Mi voleva bene quell'uomo, che ormai era parte della nostra famiglia, e le sue parole mi sembrarono intrise di saggezza: «Certo che puoi farlo, ma ricordati che non esiste cosa peggiore che affidarsi a Internet per cercare cure o rimedi strampalati per guarire da qualsiasi patologia. Il "fai da te" non esiste, la medicina è una cosa seria. Promettimi che non ti affiderai a quell'universo virtuale, perché potrebbe essere devastante. Non prendere nessuna iniziativa di tua spontanea volontà e io voglio essere messo sempre al corrente di tutto.» Ero conscia della moltitudine dei pericoli connessi alla rete e avrei sempre verificato ogni cosa con l'animo della ricercatrice. Non mi sarei mai sognata di prendere decisioni autonome o addirittura di assumere farmaci senza aver

consultato il medico. Queste erano regole tassative! Il mio intento non era però quello di sostituirmi ai medici, quanto piuttosto di cercare il maggior numero di informazioni possibili sull'atassia. Forte di questa consapevolezza iniziai a trascorrere ore spostandomi tra i siti di tutto il mondo che trattavano l'argomento. Ancora i social non esistevano ma il Web stava diventando un punto fermo nello sviluppo della società, una vera e propria rivoluzione del sapere e delle relazioni a patto di usarlo in maniera corretta e responsabile.

Ogni settimana la mia conoscenza in materia cresceva esponenzialmente, spesso erano anche alcuni miei amici che studiavano medicina a indicarmi delle interessanti pubblicazioni.

Avevo imparato a incrociare le notizie, a verificare i curriculum dei luminari che scrivevano pagine e pagine sul tema. Contemporaneamente, sempre seguendo il Web, acquistai importanti libri che parlavano di patologie neurologiche. Imparai parole nuove, ero assetata di informazioni su quella malattia che mi stava inchiodando su una carrozzina. Leggevo, leggevo, eppure qualcosa non tornava, la sintomatologia che veniva descritta in qualsiasi sito e in ogni testo non corrispondeva mai pienamente alla mia reale situazione.

Trascorsero dei mesi, la mia famiglia iniziò a preoccuparsi per il mio equilibrio mentale. Non che io facessi nulla di strano, tutto sommato stavo studiando da autodidatta, loro avevano però la sensazione che stessi perdendo tempo ed energie inseguendo una semplice chimera.

Una sera, rientrata dal lavoro, mi posizionai nella mia camera di fronte al PC. Avevo intenzione di scrivere un'email ad un'altra ragazza affetta da atassia per verificare se il suo decorso fosse simile al mio, poi improvvisamente mi si accese una lampadina. Fu una specie di folgorazione. Come avevo fatto a non pensarci prima?

Da anni io convivevo con quel marchio composto da quattro parole: «sospetta atassia spastica familiare» ma le mie ricerche si erano sempre soffermate solo sulle ultime tre parole. Non avevo mai inserito nei motori di ricerca anche la parola «sospetta».

Da quel momento le mie ricerche si ampliarono e mi trovai proiettata dentro un nuovo universo del sapere. Nei giorni seguenti scartai una lunga serie di ipotesi surreali, di fake news e altre fandonie. Non ero alla ricerca di ricette magiche o stregoni e alla fine trovai ciò che forse avevo sempre cercato senza saperlo: «Per ottenere una diagnosi certa di atassia spastica familiare, è necessario sottoporsi all'esame del DNA.»

Incrociai quell'informazione con un'altra serie di notizie e tutte confermavano quel percorso. Il DNA, quella specie di scatola nera da cui pescare informazioni genetiche, forse mi avrebbe condotto alla definitiva verità. Quello sarebbe stato il mio ultimo tentativo e se avesse confermato la diagnosi, beh, almeno non avrei dovuto convivere con dubbi e rimpianti.

Internet mi aveva regalato un nuovo sentiero da percorrere e io lo avrei seguito.

Quando ventilai alla mia famiglia l'ipotesi di sottopormi all'esame del DNA notai nei loro sguardi un profondo dolore. Io rappresentavo la cosa più preziosa della loro esistenza e quella mia incapacità di accettare una triste diagnosi, per loro, era forse ancora più terribile della stessa atassia.

Naturalmente ne parlai anche al dottore; dopo una lunga attesa finalmente entrai nel suo ambulatorio con quella pagina di Internet tra le mani. Innanzitutto mi ringraziò per averlo tenuto informato, poi spese grandi parole per la mia tenacia e la competenza che avevo acquisito: «Oramai potrei quasi chiamarti collega – mi disse sorridendo». Terminati i complimenti, senza ricorrere a metafore, mi invitò a lasciar perdere certe informazioni e a concentrarmi su tutto ciò che



avrei potuto fare per rallentare il decorso della malattia: «Questa, cara Stefy, mi sembra la cosa più saggia che possiamo fare. Sono al tuo fianco; con le giuste terapie e il tuo coraggio possiamo andare molto avanti. Combattiamo assieme l'ataxia ma non facciamoci sviare da altre cose campate per aria.»

Gli dissi che avrei seguito il suo consiglio sensato. Due giorni dopo con quel pezzo di carta ben riposto nella borsa mi ritrovai alla guida in direzione di Milano, la solita carrozzina infilata tra i sedili posteriori. L'obiettivo era raggiungere quel famoso ospedale specializzato in neurologia dove tutto aveva avuto inizio. Paura? Emozione? Speranza? Illusione? Io non so di preciso cosa mi stesse attraversando la mente e neppure cosa avrei fatto arrivando in quell'ospedale che era grande il doppio del mio paese e dove non conoscevo nessuno. In mano avevo una mezza pagina stampata da un sito e in teoria nessun medico di buon senso mi avrebbe mai dato ascolto, ma a volte certe cose vanno fatte perché una vocina interiore ci sussurra «vai avanti e non ti fermare». Fu con questo spirito che mi ritrovai dentro quella città piena di corridoi bianchi impregnati dal solito odore.

Cominciai a tempestare di domande ogni persona in camice bianco che incontravo lungo i corridoi, fu una specie di caccia al tesoro e alla fine mi ritrovai di fronte a un medico disposto ad ascoltarmi. Fui molto persuasiva, ci misi tutta me stessa e fu così che il mio entusiasmo e la mia carica positiva lo convinsero.

Mi sarei potuta sottoporre all'esame del DNA, ma il risultato lo avrei avuto solo dopo due anni. Il mio caso non rappresentava una priorità, nessuna alternativa. Rientrai a casa stanca e smarrita, è vero che ero riuscita nel mio intento, ma i due anni di attesa mi sembravano un qualcosa di insopportabile. Ripresi il lavoro che adesso si era spostato negli uffici del Comune di Baceno e smisi di navigare alla ricerca di altre notizie. La cosa più importante

l'avevo ottenuta. Due anni sono lunghi e nello stesso tempo equivalgono a un battito di ciglia, e fu così che mi ritrovai nuovamente all'interno dell'ospedale per ritirare il referto. Quel giorno non fu semplice mantenere la calma e controllare un senso crescente di speranza che sembrava esplodermi dentro. Inizialmente non trovarono neppure la mia pratica che sembrava essere svanita nel nulla. Un'impiegata senza alzare lo sguardo dal PC mi chiese se fossi certa di essermi sottoposta all'esame, perché la cosa non risultava. La mia prima tentazione fu quella di investirla con la carrozzina, poi finalmente la cartella contenente l'esito dell'esame si materializzò.

Un medico che non avevo mai visto l'aprì come fosse una banale busta contenente un opuscolo pubblicitario. L'esame non evidenziava nulla di particolare, non emergevano altre possibili patologie, ho poi scoperto che ero stata sottoposta a un esame molto complesso basato sull'individuazione di una sequenza corretta di combinazioni genetiche. Forse non si erano neppure sbattuti troppo per individuare eventuali anomalie e comunque i miei sogni erano arrivati al capolinea, però tutto sommato ero preparata anche a questo. Avrei continuato a combattere la malattia con tutte le mie forze, nessun dubbio in merito. Se non altro non avrei dovuto fare i conti con il rimpianto di aver lasciato qualcosa di intentato.

L'estate successiva, su consiglio di un ragazzo che avevo conosciuto in vacanza, mi ritrovai ancora in quell'ospedale neurologico per iniziare una terapia a base di botulino. L'obiettivo era allentare la tensione dei miei poveri muscoli perché sempre più spesso mi ero trovata in balia di spasmi incontrollabili e, credetemi, non è assolutamente una bella sensazione.

Mi trovai di fronte a una dottoressa estremamente gentile. Per l'ennesima volta ripercorsi con dovizia di particolari tutta la mia storia, evidenziai le mie perplessità in merito alle diagnosi che si erano susseguite negli anni e lei ascoltò

con attenzione ogni mia riflessione. Finalmente un medico era disposto ad ascoltarmi con vero interesse! Quando finii il racconto, rimase in silenzio per qualche attimo, però si vedeva che il suo cervello stava elaborando un'idea: «I tuoi sintomi effettivamente sono atipici, nei prossimi giorni vado in laboratorio a controllare il tuo referto, vorrei capirci qualcosa in più.» Non chiesi altro, ma il fatto stesso che una persona sconosciuta avesse realmente preso a cuore il mio caso mi riempì di gioia. La sua telefonata arrivò del tutto inattesa dopo circa un mese: «Stefy, il tuo DNA mi racconta un'altra storia, niente atassia, tu sei affetta da una malattia rarissima che si chiama distonia responsiva alla levodopa. Questo non significa che abbiamo risolto il problema, però finalmente abbiamo una diagnosi precisa, conosciamo il nome del nemico da affrontare.» La dottoressa mi osservò in silenzio, si prese qualche secondo di tempo probabilmente per trovare le parole giuste e poi riprese a parlare: «Beh, ecco Stefy, non posso prometterti nulla, ma in merito a questa patologia rara potremmo tentare una cura sperimentale. La medicina questa volta non è in grado di prevedere ciò che potrebbe accadere. Cosa ne pensi?»

La settimana successiva per l'ennesima volta mi trovai a bordo della mia auto, destinazione solito ospedale, per iniziare la famosa cura. Si trattava di una semplice pasticca da prendere la sera, essendo però un trattamento sperimentale, il tutto si sarebbe dovuto svolgere sotto un rigido controllo medico. Quel viaggio resta indimenticabile: io, il borsone con dentro il pigiama, lo spazzolino da denti e tutto il resto, l'inseparabile sedia a rotelle ripiegata tra i sedili posteriori e poi accanto a me l'orsetto portafortuna che mia cugina mi aveva regalato molti anni prima. Ero pronta anche per questa ennesima sfida, la più importante.

Venni accolta dalla stessa dottoressa e la sera arrivò il faticoso momento della somministrazione della prima dose di farmaco, si chiamava *Madopar*.

Stranamente mi addormentai senza troppe ansie o paure,

tutto quello che era possibile fare era stato fatto. Amen.

La mattina mi venne a svegliare la stessa dottoressa in compagnia di altri medici e alcuni infermieri. Prima di qualsiasi esperimento o test sarei dovuta andare in gabinetto, per cui come sempre avvicinai al letto la carrozzina. Quando appoggiai i piedi a terra, istintivamente provai a fare forza sulle gambe e le gambe a distanza di anni decisero di ascoltarmi. Con il cuore in gola mi ritrovai in piedi. Io ero in posizione eretta di fronte alla mia carrozzina, ma forse stavo ancora sognando, probabilmente tutto questo stava accadendo solo nella mia mente.

Attorno a me era sceso un silenzio denso di stupore e incredulità. Tutti, io per prima, cercammo di tenere sottochiave i facili entusiasmi. Eravamo di fronte a un protocollo sperimentale e di illusioni ne avevo vissute sin troppe. La mattina successiva, passo dopo passo, attraversai il lungo corridoio del reparto senza necessità di appoggiarmi a qualcuno o a qualcosa. Non avevo più nulla a che fare con le pareti dei muri e neppure con una semplice stampella. Era come essere finita dentro un miracolo e ogni giorno di quel mio benedetto ricovero, scendendo dal letto, ero pervasa dal terrore che fosse tutto troppo bello per essere vero. Il sogno si era veramente trasformato in realtà, ma crederci inizialmente non fu semplice.

In un paio di settimane mi ritrovai a camminare come una qualsiasi altra persona, io però avevo accumulato un vantaggio enorme, nella mia esistenza non avrei mai più dato nulla per scontato. Tutti i giorni avrei espresso gratitudine all'universo, per godere della possibilità di scendere da un letto e muovere dei passi. La stessa gratitudine che ancora oggi accompagna l'inizio di ogni giornata. Che piova o ci sia il sole poco importa. Io cammino. Molti lo chiamano il valore delle cose, altri consapevolezza della vita, per me è felicità allo stato puro.

Potrei raccontarvi gli infiniti pianti di gioia della mia

famiglia, le lacrime di Simona e di tutte le mie amicizie più care, quelle che non finiranno mai. Gli sguardi ammirati di chi mi aveva sempre visto spingere le ruote della mia carrozzina immaginando che sarebbe stato così per sempre. Ora potevo riprendermi tutto, comprese le passeggiate più dure lungo i sentieri di montagna e le ferrate appese alle rocce. Per festeggiare degnamente la mia guarigione feci trekking in Perù arrampicandomi su un ghiacciaio che sembrava essere ai confini dello spazio. Lassù non c'erano nuvole, ero tornata libera come il vento. Ad agosto partecipai alla *Baceno-Devero-Crampio*, una camminata "tagliagambe" di quasi quindici chilometri che parte dai 623 metri del paese e si conclude a quota 1.831. Un dislivello pazzesco di 1.618 metri. Sì, io l'ho fatta e sono arrivata in cima.

Sarò sempre grata alla tecnologia e ad Internet, perché senza questo strumento non avrei potuto svolgere tutte quelle ricerche. Quando penso al Web e ai social, io ho nella mente un mondo migliore dove ci si aiuta l'un l'altro e dove si condividono conoscenze. L'essere umano deve essere moralmente ed eticamente all'altezza di ciò che ha saputo creare, altrimenti siamo costantemente destinati a fallire, come uomini e come società.

In questi anni non mi sono dimenticata degli altri e continuo ad usare la rete con l'obiettivo di rendermi utile. Voglio contraccambiare e restituire ciò che mi è stato donato. Se qualcuno non avesse avuto l'intuizione di scrivere che solo attraverso l'esame del DNA sarebbe stato possibile avere una diagnosi corretta della mia malattia, nella migliore delle ipotesi oggi mi muoverei ancora su una carrozzina; allora ho creato un sito che si chiama *camminaconstefy*. L'intento principale è sviluppare una rete tra persone, in particolare malati, in modo di poter offrire un ponte di scambio di informazioni utili e di esperienze.

È solo aiutandoci a vicenda che possiamo risollevarci, è solo scambiandoci parole di conforto che possiamo

trovare nuove energie per affrontare la vita e queste regole riguardano tutti, non solo chi è vittima di una malattia. Pensate, quando io nei periodi più terribili della malattia ricevevo delle parole d'incoraggiamento, chissà per quale motivo riuscivo a spostarmi con meno fatica, eppure questo non è giustificabile dal punto di vista scientifico. Non sono un medico, ma forse a volte le parole sono più efficaci di una medicina. Anzi, direi che ne sono certa.

Grazie al mio sito e alla mia storia, molte persone a cui era stata diagnosticata una sospetta atassia sono venute a conoscenza della terapia a cui ero stata sottoposta e sono tornate a camminare! Può esistere gioia più grande? Quello è il momento in cui la tecnologia diviene progresso, perché contribuisce a rendere la gente più felice.

Nella mia intensa vita sono accadute altre cose meravigliose, ad esempio è arrivato Alessandro assieme alla sua ironia e alla sua bontà. Ale, mio marito da dieci anni, è la persona migliore che potessi desiderare al mio fianco, anche se quando ci arrampichiamo in montagna fatica a tenere il mio passo. La dottoressa, una volta che ero tornata stabilmente in posizione eretta, mi aveva comunicato con delicatezza che purtroppo a causa della malattia non sarei potuta diventare mamma.

Fu difficile accettare questa verità, ma a volte la vita è in grado di riservarci regali che ci tolgono il respiro perché del tutto inaspettati. Nel nostro caso, il mio e di Alessandro, questo dono ha un volto e un sorriso e si chiama Nadietta, nostra figlia. Ora il nostro tesoro prezioso ha quasi undici anni e quando ne aveva solamente otto volle partecipare alla *Baceno-Devero-Crampiolo* esattamente come feci io dopo aver sconfitto la malattia. Non era minimamente allenata, ma nessuno fu in grado di farle cambiare idea. Evidentemente i cromosomi qualcosa trasferiscono, tenacia inclusa. Lo scricciolo si è aggiudicata il primo posto per distacco nella

categoria under quattordici. Nel corso di questa estate io e Nadia ci siamo avventurate in escursioni di sei, sette ore. Siamo arrivate lassù, sulle cime, dove ci sono i nostri stambecchi e i camosci. Dove c'è un silenzio che riempie l'anima. Le sue emozioni si sovrappongono perfettamente alle mie. Nadietta per il momento non sogna di possedere uno smartphone, ma un cavallo. Certo, arriverà il tempo in cui avrà voglia e necessità di utilizzare anche uno smartphone e allora le racconterò per l'ennesima volta la mia storia. Le spiegherò che le parole belle combattono la pesantezza dell'esistenza, le spiegherò che il Web è conoscenza e che le parole giuste lette al momento opportuno, come accadde a una ragazza che ora è sua mamma, possono anche salvare una vita. 🍷

*"Non esistono montagne impossibili.*

*Esistono solo uomini che non sono capaci di salirle."*

Cesare Maestri

[Ascolta l'audio storia](#)



## Storia di Veronica





# Storia di **Veronica**

**«Chi agisce li chiama scherzi online.  
Chi li subisce le chiama tragedie.»**

**U**na premessa. A distanza di tempo, in merito al mio essere vittima di cyberbullismo, mi rendo conto di aver commesso solo un grande errore ed è per questo che ho deciso di raccontare la mia storia. Non ho chiesto subito aiuto, non ho denunciato chi aveva architettato cose perfide nei miei confronti. Ricordatevi che esiste sempre qualcuno disposto ad aiutarvi. Lo so ragazzi, la paura paralizza, ma è necessario vincerla perché da soli è impossibile pensare di superare certi ostacoli. La mia storia voglio che vi sia d'aiuto nel momento del bisogno. Se accadrà tutto questo, vi garantisco che avrete ripagato l'enorme sforzo che ho dovuto compiere per raccontarmi! A proposito, vorrei regalarvi un pensiero di Martin Luther King che ho fatto mio e racconta una verità assoluta: «Un giorno la paura bussò alla porta. Il coraggio andò ad aprire e non trovò nessuno.»

Addormentarsi innamorato e svegliarsi innamorato. Prima dei miei quindici anni non avevo mai vissuto un qualcosa del genere e devo ammettere (con poca originalità) che non esistono parole per descrivere questa sensazione.

«Quando ami qualcuno, lo ami così com'è e non come vorresti che fosse.» Lo scriveva Tolstòj che è stato uno scrittore russo importante. Mi è sempre piaciuto tuffarmi tra i classici della letteratura. Nei personaggi descritti da questi grandi autori c'è un qualcosa di eterno che mi aiuta a comprendere

meglio tanti aspetti della vita. Spesso dai compagni di scuola venivo presa in giro per questa mia passione, mi dicevano che era una cosa da vecchio oppure, cosa ancora più frequente, venivo totalmente ignorata, mi consideravano un semplice ornamento della classe al pari di un banco o un attaccapanni. Ogni tanto ho provato a spiegare che certi testi classici erano più moderni di molte cose che loro consideravano moderne, ma era tempo sprecato. Stefano, questo è il suo nome, invece aveva compreso perfettamente la mia sensibilità, era andato oltre alle apparenze. Non era un gran lettore, ma almeno non si permetteva di giudicare. L'amore tra me e Stefano per dirla con un linguaggio di oggi era basato sull'universo online, quindi sulle parole, sui messaggi più o meno lunghi che ci siamo scambiati per un paio di mesi scarsi. Un amore platonico ma intenso. Vivevo nella costante attesa di quel beep che anticipava una sua parola o anche una semplice emoticon. Avevo sete delle sue frasi e quando trascorreva più di un giorno senza nulla, subentrava la paura che tutto fosse finito. Scusatemi se ricorro ancora alla letteratura, ma in fin dei conti stavamo vivendo un romanzo epistolare, penso a *I dolori del giovane Werther* di Goethe o a *Storia di una capinera* di Giovanni Verga. Anche attraverso una chat personale due ragazzi possono scriversi cose profonde, e io le chiamerei lettere d'amore. Non credo ci sia nulla di male! Penso a John Keats, il poeta dell'anima. Se vi capita, leggete qualcosa di lui, anzi, fatelo accadere e non ve ne pentirete. Keats scrisse una lettera alla sua fidanzata Fanny e quel testo resta per me un qualcosa di unico. Il poeta dice: «potrei essere un martire per la mia religione, la mia religione è l'amore, potrei morire per questo. Potrei morire per te. Il mio credo è l'amore e tu sei mio unico dogma.» Quelle parole mi hanno sempre trasferito il senso della potenza dei sentimenti.

Vi sembra già una sfigata? Una che vive in un mondo lontano dalla quotidianità? Beh, per Stefano non lo ero e questo per me significava tutto. In quel periodo, ciò che

non riguardava me e Stefano mi appariva come un qualcosa di sfocato e privo d'importanza. Eravamo noi al centro di tutto. L'aspetto positivo di un amore virtuale è che puoi viaggiare liberamente con la fantasia e questo amplificava le mie emozioni. A scuola nessuno sospettava nulla, era il nostro segreto.

Mi chiamo Veronica, ancora non lo avevo scritto. Provengo da una famiglia dove i soldi non abbondano, in compenso siamo ricchi d'amore e di passione per la cultura. Mamma si è sempre occupata di casa mentre papà è professore di italiano alle scuole medie, quelle che adesso chiamiamo secondarie di primo grado. La letteratura per lui è un punto fermo, pensate che a casa nostra la televisione non ha mai preso il sopravvento su nulla. Ricordo una serie lunghissima di serate in cui papà si accomodava sul divano e mi leggeva pagine e pagine. Io lo ascoltavo e mi trovavo a viaggiare seguendo le sue parole. Le pagine di un libro sono ali di carta. Anche mamma è una grande lettrice, anche se predilige la musica classica. Sono figlia unica e forse anche per questo ho assorbito maggiormente il loro modo di interpretare la vita. Le loro attenzioni si sono sempre concentrate su di me. Nulla di maniacale, ci mancherebbe, però certi valori hanno iniziato a inculcarmi sin da bambina. Il mio primo telefonino l'ho avuto al termine delle scuole medie, mentre nella mia classe c'era chi aveva iniziato a usarlo sin dalle elementari.

Non ero presente sui social e spesso i professori esasperati da quel movimento sotterraneo di smartphone che avveniva sotto i banchi, mi citavano come esempio. Quelle lodi contribuivano a non farmi amare dal resto della classe e mi rendevo conto che per la maggior parte dei compagni quella sfigata ero io.

Alle medie faticavo a entrare nelle conversazioni con le altre ragazze; mi sarebbe piaciuto, ma non ero padrona degli argomenti che animavano quelle chiacchierate. Non avevo

lo smartphone, zero Instagram, non avevo idea di cosa fosse un reality televisivo, non conoscevo le storie dei vip e non vestivo alla moda. O meglio, ho sempre trovato assurda l'idea di spendere il doppio dei soldi in cambio di una firma appiccicata su un vestito. Eppure per molte mie compagne tutto questo sembrava rappresentare una questione di vita o di morte. Io ero distante dai loro discorsi e loro mi consideravano un'invisibile. Già, l'invisibilità.

Alla fine mi ero abituata e sentirmi trasparente, eppure non mi sono mai sentita quella sbagliata, non ho mai pensato di documentarmi su come usare i filtri dello smartphone e ritoccare le foto pur di avere un argomento in comune. Io diventavo utile e preziosa solo per far copiare i compiti e svolgere i lavori di gruppo. Quello era il mio ruolo, una specie di salvavita della classe, la famosa secchiona sempre disposta ad aiutare tutti e a volte senza neppure ricevere un grazie. Per questi motivi la comparsa di Stefano nella mia vita è stata così importante. Quando abbiamo iniziato a scambiarci dei messaggi era appena iniziato il secondo quadrimestre della prima Liceo. Stessi anni, ma sezioni diverse e comunque, essendo il Liceo Classico di una cittadina, ci conoscevamo praticamente tutti.

Quando iniziai le superiori sperai in un cambiamento: mi ero fatta delle aspettative e sognavo di uscire da quello stato di invisibilità che sembrava accompagnarmi come un'ombra. Le cose invece addirittura peggiorarono. Nella mia classe ritrovai alcune compagne delle medie che mi avevano sempre riservato sorrisini ironici e battute velenose. Loro a volte pensavano che io non mi accorgessi di nulla, invece io capivo al volo quando nella loro chat stavano scrivendo qualcosa di perfido su di me. Non mi sfuggiva niente. Scrivevano e poi mi osservavano con un'aria di scherno. Il terzetto della perfidia era composto da Emy, Isa e Gloria, poi c'era il resto della classe. Alcuni erano apertamente schierati

con loro, mentre per gli altri continuavo a non esistere.

Per fortuna avevo la musica. Io ho iniziato a suonare pianoforte all'età di sei anni; nessuna imposizione, fui io a chiederlo a mamma, e anche qui devo ammettere che essere cresciuta ascoltando Chopin mi aveva influenzato molto. Mamma quando ero piccola mi diceva sempre che «l'educazione alla musica ci aiuta a diventare persone migliori.» Al pari delle sue composizioni era la storia di Chopin a rapirmi, quella di un bambino prodigio che si è poi trasformato in una delle icone più rappresentative del romanticismo.

Magari vi sembrerà strano, ma oggi sono io a sentirmi una vera rivoluzionaria: parlare di Chopin tra coetanei è molto più trasgressivo che ascoltare Sfera Ebbasta o Salmo. Un giorno con papà parlavamo di Achille Lauro e lui mi ha mostrato delle vecchie immagini di Renato Zero. Provocazioni identiche, solo arrivate quarant'anni prima e in un contesto molto più bigotto di quello attuale. Mi ha spiegato che l'arte in fin dei conti è una continua replica di sé stessa. Penso che abbia ragione. A me studiare è sempre piaciuto, per questo l'etichetta di secchiona non l'ho mai digerita. Sono curiosa e attratta dalla conoscenza delle cose e credo che non sia un delitto. Nei miei confronti continuavo ad avvertire quasi un clima di ostilità, forse la mia timidezza veniva scambiata per supponenza, ma io non sono mai stata altezzosa, tutt'altro.

Poi un giorno comparve dal nulla il primo messaggio di Stefano. Mi prese alla sprovvista: «Suoni ancora il pianoforte? Io senza musica non potrei vivere.» Rimasi abbastanza interdetta, perché era interessato a questa cosa? Lui possedeva il mio numero di telefono in quanto avevamo condiviso un lavoro tra classi, ma quelle parole non avevano nulla a che fare con l'attività scolastica. Risposi nella maniera più semplice e diretta: «Sì, oramai suono da quasi dieci anni, perché me lo domandi?» Nonostante avesse visualizzato il

messaggio mi rispose solo il giorno successivo.

«Niente. Ero curioso. A me piacerebbe molto saper suonare uno strumento, invece sono rimasto al flauto delle scuole medie!» Da quel momento la nostra corrispondenza cominciò lentamente a intensificarsi e ben presto per me divenne quasi una necessità. Di quell'amico virtuale, giorno dopo giorno, inizia a fidarmi sempre più. Non avevo mai avuto un ragazzo e, cosa che vi stupirà, non lo avevo mai neppure baciato. Vorrei evitare di propinarvi la mia descrizione fisica, personalmente non ho mai avuto problemi nel guardarmi allo specchio e mi sono sempre andata bene così come sono. Certo, non vestivo alla moda, zero piercing e tattoo, i jeans strappati non mi piacevano e solo di rado usavo un filo di trucco, ma non penso che fosse così grave.

Gli scambi di messaggi tra me e Stefano non erano compulsivi, nessuna raffica frenetica di parole e questo li rendeva ancora più preziosi.

Una sera Stefano mi scrisse poche parole ma molto significative: «Veronica, un giorno suonerai il piano per me?» Risposi quasi di getto: «sarà bellissimo condividere un'emozione del genere. Anzi, sarà fantastico!» Prima di premere il tasto invio, ci pensai un attimo e alla fine aggiunsi un cuoricino. Chissà, forse avevo esagerato, magari lui intendeva semplicemente ascoltare un po' di musica classica! Dopo pochi secondi mi rispose con un altro cuoricino e forse fu quello il momento in cui iniziai a pensarlo con una intensità del tutto nuova.

Conservavo gelosamente le frasi che mi scriveva in chat, quelle più romantiche le leggevo e rileggevo mille volte: «Temere l'amore è temere la vita e chi ha paura della vita è già morto per tre quarti»; «Il vero amore è come una finestra illuminata in una notte buia», oppure «L'amore è il nostro vero destino. Non troviamo il significato della vita da soli.» Erano aforismi che trovava su Internet, frasi scritte da personaggi famosi in cui lui diceva di identificarsi. Stefano era dotato di una sensibilità speciale.

Mi capitava di vederlo durante l'intervallo, mentre si mangiava il solito panino assieme ai suoi compagni e in quelle circostanze, del tutto nuove, mi sentivo come paralizzata!

Sapevo che Stefano giocava bene a pallone ed era considerato un ragazzo tra i più belli della scuola; molte mie compagne di classe, comprese le tre perfide, lo guardavano con ammirazione e dentro me sorridevo al pensiero che nessuna di loro fosse a conoscenza della sua anima sensibile e del nostro rapporto. Forse un giorno ci avrebbero visti parlare assieme o addirittura tenerci per mano, quella sarebbe stata la mia grande rivincita!

Glielo scrissi in un messaggio che non trovavo la forza di avvicinarmi e lui mi rispose che prima o poi sarebbe accaduto. Spesso gli inviavo degli aforismi legati alla lontananza, al desiderio e all'amore. Cercavo frasi e pensieri che potessero trasferirgli in maniera piena ciò che io stavo provando per lui. Un giorno, cominciai a sfogliare il romanzo *Anna Karenina* di Tolstòj alla ricerca di una frase che mi aveva molto colpito e alla fine, con grande gioia la ritrovai: «Per l'amore platonico non può esservi dramma perché in un amore simile tutto è chiaro, puro.» Era proprio così che stavano le cose, quelle parole sembravano scritte per noi.

La risposta di Stefano mi colse del tutto impreparata, anche se da tempo speravo che potesse accadere qualcosa di simile: «Domani all'intervallo vediamoci sul terrazzo al terzo piano.»

Un messaggio semplice e diretto, la mattina dopo finalmente ci saremmo parlati e attorno non ci sarebbe stato nessuno. Il terrazzo al terzo piano era sempre chiuso e si trovava in fondo a un breve corridoio di servizio dove non c'erano aule ma, solo un paio di ripostigli.

Per essere precisi erano passati cinquantuno giorni dal suo primo WhatsApp.

Il giorno successivo le prime tre ore di lezione mi

sembrarono infinite. A volte controllare la propria mente è quasi impossibile. La prof di matematica spiegava, ma io non riuscivo a seguirla per più di dieci secondi. Con la fantasia ero già proiettata su quel terrazzo. Componevo e scomponevo la scena cercando di immaginarmi delle possibili sequenze. E se mi avesse baciata? Beh, sicuramente non mi sarei tirata indietro e comunque non avrei certo preso io l'iniziativa. Sarebbe rimasto deluso per la mia inesperienza? Forse no, perché lui sapeva che quella sarebbe stata la mia prima volta.

Finalmente la campanella. Intervallo. Mi sentivo gli occhi di tutta la classe puntati addosso, uscii dall'aula per ultima in modo di non destare sospetti e mi diressi verso le scale. Come sempre nessuno era interessato ai miei movimenti e una volta tanto la mia invisibilità mi venne in aiuto. Arrivai al terzo piano, potevo benissimo sentire il rumore del cuore che batteva con forza in mezzo al petto e quando imboccai il corridoio deserto intravidi Stefano. Era già lì. Aveva un'espressione seria, molto seria e senza pronunciare una parola aprì la porta finestra. Fummo investiti da una folata d'aria primaverile, non avevo mai visto il nostro paese da lassù, era una giornata limpida e sullo sfondo si stagliava netto il profilo delle cime appenniniche. «Veronica, io devo parlarti.» Rimasi in silenzio, ma in una frazione di secondo compresi che nulla sarebbe andato come avevo immaginato. Tra i mille scenari che mi ero prefigurata, quello che stava per accadere non era contemplato. Con un filo di voce aggiunsi: «Parla pure. Ti ascolto.» Stefano teneva la testa bassa fissando un punto imprecisato del pavimento, deglutì rimanendo in silenzio per qualche attimo e poi finalmente trovò la voce: «Veronica, sono stato un cretino e mi vergogno. Prima di tutto voglio chiederti scusa perché doveva essere solo un gioco. Un gioco del cavolo, ma senza l'intenzione di fare male a nessuno. Io sono un cretino, lo ripeto, perché ho dato retta a Emy, Gloria e Isa che hanno voluto fare questa cazzata. Mi sono prestato come un imbecille. Veronica, è stato uno scherzo, a volte i messaggi li scrivevo io e a volte



loro perché mi prendevano lo smartphone, ma adesso io non me la sento più di portare avanti questa roba. Tu l'hai presa sul serio e allora...» Mentre lui continuava a parlare io ero già rientrata nel corridoio, ho il ricordo confuso della sua voce che da dietro mi urla: «Veronica, aspetta!» Mi chiusi nel bagno e mi accucciai seduta accanto al water. Non riuscivo neppure a piangere, avvertivo solo un peso enorme sullo stomaco, poi il suono della campanella e come un automa che si sposta all'interno di un incubo rientrai in classe. Il mio sguardo per una frazione di secondo incrociò quello di Gloria, lei stava sorridendo. Sentii chiaramente le risate più o meno soffocate della classe fino a quando il prof, impegnato a osservare il registro, non urlò distrattamente: «Fate silenzio!»

Trovai a malapena la forza di mettermi seduta ma dopo un paio di minuti vomitai senza avere neppure il tempo di correre in gabinetto. Ero piegata su me stessa, concentrata su un dolore che mi stava spaccando a metà e poi svenni. Mi ritrovai in segreteria stesa su un divano con una coperta che mi avvolgeva fino alle spalle.

Dopo un quarto d'ora arrivò la mamma, mi misurarono la temperatura, assieme alla Preside e a una segretaria parlarono di influenza, di malessere passeggero e di analisi del sangue, poi rientrammo a casa. Mentre la mamma stava guidando giurai a me stessa che non avrei mai raccontato nulla a nessuno e che quel segreto orribile mi avrebbe accompagnato fino alla tomba. Promisi a me stessa che non mi sarei mai più fidata degli esseri umani, uomini o donne poco avrebbe contato. Nei giorni successivi mi sottoposero a tutte le analisi possibili e naturalmente non emerse nulla.

Mi imposi di imparare a fingere, del resto ero già abituata a mascherare i miei sentimenti con il resto della classe. Rientrai a scuola dopo quattro giorni. Avevo già perso un paio di chili, ma soprattutto la voglia di vivere; dentro di me

si era spento qualcosa. Ascoltavo le spiegazioni dei docenti, facevo i compiti in classe, rispondevo correttamente quando venivo interrogata, ma sempre evitando di mescolarmi con gli altri. Emy, Gloria e Isa per me non esistevano più. Ero sempre pronta a posizionarmi il più possibile distante da loro. Comunque, avevo la certezza che tutta la classe sapesse e questo mi provocava uno stato di angoscia che si mescolava a rabbia e dolore. Chiudermi in me stessa, questa inizialmente fu la mia strategia, trasformarmi in un silenzioso castello con il ponte levatoio alzato. Purtroppo però certi incubi non sembrano avere fine e la mia mancata reazione per certi versi indispettì le piccole streghe, forse per questo cominciarono a lasciarmi i disegni di un topo sotto il banco. Accadeva quasi tutti i giorni e qualche volta, senza scrivere il mio nome naturalmente, li trovavo disegnati con il gesso sulla lavagna. Immagino che secondo loro assomigliassi a un ratto. Quando trovavo quei foglietti spiegazzati non facevo altro che infilarli nel mio zaino per poi cestarli a casa. Dentro mi sentivo morire, ma non lasciavo trapelare una sola smorfia di dolore o di rabbia. I miei genitori iniziarono a preoccuparsi seriamente perché nel frattempo non trovavo più la forza neppure per suonare. I silenzi avevano sostituito le parole, i sorrisi erano un lontano ricordo e trascorrevo i miei pomeriggi chiusa nella mia stanza. Quando mamma tentava di avvicinarmi e di farmi parlare, iniziai persino a risponderle male, cosa che non era mai accaduta.

Questa oscurità interiore nel giro di pochi mesi divenne visibile anche ad occhio nudo, perché praticamente avevo quasi smesso di nutrirmi. Stavo lentamente affondando e non ero in grado di contrastare questa deriva.

Dopo circa sei mesi di nulla, i miei riuscirono a portarmi da uno specialista in disturbi alimentari, le mie costole erano visibili a occhio nudo e le gambe assomigliavano a due ramoscelli. Già conoscevo la diagnosi ancor prima che il

medico pronunciasse la faticosa parola: «anoressia.» Fu nel novembre successivo che venni ricoverata per dieci giorni, perché il disturbo rischiava seriamente di compromettere qualche organo interno. Proprio in ospedale, un medico simpatico e dotato di pazienza infinita riuscì a convincermi che in psicoterapia non ci andavano i pazzi, ma le persone che volevano vivere meglio, mi giurò che nel mio caso avrebbe significato tornare a vedere la luce.

Ancora ricordo la prima seduta. Ero smarrita ma dopo pochi minuti mi sentii a mio agio; quel giorno evitai di entrare nello specifico, in maniera molto sfumata accennai a dei problemi interni alla classe e al fatto che più o meno tutti mi considerassero una sfidata.

La psicologa ascoltò con attenzione senza esprimere giudizi e apprezzai molto questo suo atteggiamento; il macigno continuava comunque a rimanersene adagiato sopra il mio stomaco, forse per questo non riuscivo a inghiottire neppure uno spillo.

A volte i pensieri più profondi si trasformano in parole quando meno ce lo aspettiamo e un pomeriggio, dopo un paio di mesi di sedute, trovai improvvisamente il coraggio di abbassare il ponte levatoio. Fu una frazione di secondo e mi ritrovai a raccontare tutto. Il muro del silenzio era crollato e le parole finalmente uscirono allo scoperto. Parlavo e piangevo disperata, descrissi ogni dettaglio, le recitai a memoria alcuni messaggi che Stefano (o chi per lui) mi aveva inviato. Le difese finalmente si erano abbassate e frase dopo frase cominciai a sentirmi più leggera, per la prima volta dopo mesi riuscii a respirare profondamente e fu una sensazione liberatoria. Al termine di quel lunghissimo sfogo mi sentii svuotata e priva di energie, ma più serena. Quello fu il mio primo piccolo grande passo verso il ritorno alla vita. Sono trascorsi oltre due anni da quella giornata, in questo lungo periodo, reso ancora più complicato dalla pandemia, sono riuscita a raccontare tutto anche alla mia

famiglia. Il macigno lentamente ha iniziato a sbriciolarsi, ma la strada è ancora lunga.

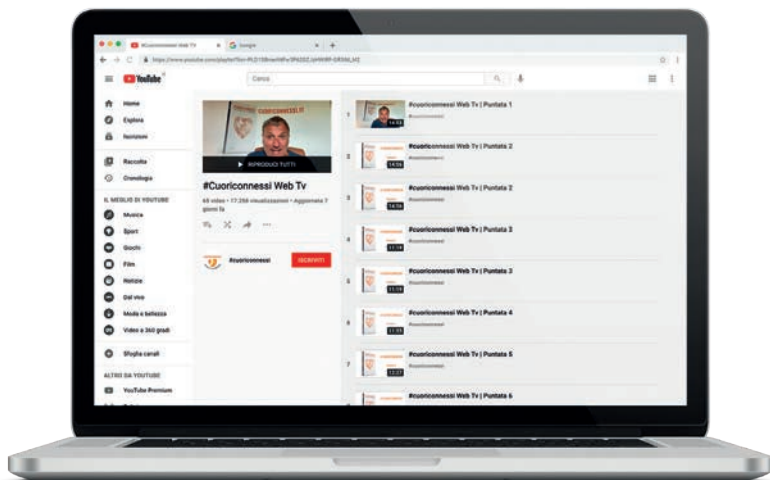
Ho ripreso a suonare il pianoforte, ho cambiato classe e finalmente ho incontrato degli amici che hanno una visione della vita simile alla mia. A volte non la pensiamo in maniera identica, però esiste la possibilità di scambiarsi opinioni, di confrontarsi e quindi di crescere.

La scorsa estate la mia compagna di banco mi ha prestato il libro *#cuoriconnessi*. *Tu da che parte stai?* Leggere quelle pagine mi ha provocato dolore, molto dolore. Mi sono ritrovata dentro la solitudine che accompagna tante storie e dentro i pensieri disperati di molti protagonisti. Ho apprezzato la forza di alcuni e sofferto per la debolezza di altri e poi alla fine mi è venuta l'idea folle di mettermi in contatto con Luca, l'autore del libro. Gli dissi che ero disposta a raccontargli il mio percorso, ci avrebbe pensato poi lui a scovare le parole giuste. Sapete una cosa? Il mio grande errore si chiama silenzio. Per troppo tempo ho immaginato che da sola sarei riuscita a sconfiggere quel dolore. A causa di questo atteggiamento ho rischiato di perdere la vita. Mica poco. Se doveste incappare in gente perfida denunciate il fatto, non rimanete in silenzio, perché uscirne da soli è quasi impossibile. Io sono stata aiutata da una psicoterapeuta, ma se potessi riavvolgere il nastro racconterei subito tutto ai miei genitori.

Dividere con altri il peso di quel macigno è fondamentale, che sia un professore amico, un genitore o il vostro allenatore di volley, poco conta. Vorrei inoltre dire a chi isola, deride e bullizza un altro essere umano che dovrebbe trovare il coraggio di osservarsi allo specchio e domandarsi il perché di questo comportamento. Per essere al centro dell'attenzione? Per sentirsi qualcuno? Per nascondere la propria fragilità? Sicuramente qualche domanda dovrebbe porsi, perché nella vita si può sempre migliorare, basta volerlo. Quella che vi ho raccontato non è una favola e purtroppo manca il

lieto fine. La mia anima era andata in pezzi e adesso, day-by-day, con l'aiuto della famiglia, dei miei nuovi amici e della psicologa stiamo cercando di ricostruirla. Se vi dicessi che è cosa semplice sarebbe una bugia, ancora sono molto fragile, fatico a fidarmi del prossimo e tendo a isolarmi. Spesso mi capita di svegliarmi la notte madida di sudore e di rivivere alcuni momenti di quelle giornate da incubo. Sicuramente le mie condizioni miglioreranno, ma quella ferita non potrà mai rimarginarsi del tutto ed io stringendo i denti sto imparando a conviverci. Intanto, voi fate vostre queste parole. Sapere che migliaia di ragazzi leggeranno la mia storia mi regala forza, mi aiuta a pensare che raccontare quanto ho vissuto può contribuire alla costruzione di un mondo migliore, e nulla, dico nulla, è più importante di questo. 🗨️

[Ascolta l'audio storia](#)



# STORIE DI TECNOLOGIA E CYBERBULLISMO. OGNI SETTIMANA SU YOUTUBE.

Un appuntamento settimanale per parlare insieme di cyberbullismo, social e web; sul canale YouTube di **#cuoriconnessi** Luca Pagliari intervista tanti ospiti diversi e approfondisce le loro storie.



Iscrivetevi al nostro canale YouTube  
**#cuoriconnessi**.

[Vai al canale](#)

# #CUORICONNESSI

## **Il taccuino di viaggio**

*Le nostre valigie erano di nuovo ammucchiate sul marciapiede;  
avevamo molta strada da fare.*

*Ma non importava, la strada è la vita.*

Jack Kerouac

## Storia di Cherif





# Storia di Cherif

**«Ho attraversato un continente grazie a uno smartphone. La tecnologia può salvarci la vita.»**

**Q**uesto è un mondo complicato, amici. Ho ventuno anni e ho attraversato mezzo mondo per scappare dalla guerra e inseguire il mio sogno di diventare calciatore. Ero un bambino quando nelle strade polverose del mio paese africano inseguivo a piedi nudi un vecchio pallone. Da noi la tecnologia non esisteva. Il primo telefonino che ho posseduto mi ha salvato la vita, senza quello non sarei riuscito a rimanere in contatto con mio fratello né a fare molte altre cose. Oggi ho un nuovo smartphone e uso i social come tutti voi. Lo faccio in maniera attenta e grata, perché la tecnologia giusta è una forma di civiltà avanzata.

Mi trascino senza un'intenzione precisa dalla cucina alla sala. In sottofondo la tv e mia mamma che dorme sulla poltrona. Se non ci fosse la televisione a tener loro compagnia, i vecchi sarebbero ancora più soli, soffocati da solitudine e da pensieri che nessuno ha più tempo e forse voglia di ascoltare. Ogni cultura evoluta ha sempre fatto tesoro di chi ha già camminato a lungo, la nostra invece è più concentrata sulla memoria di un hard disk che su quella di un vecchio. Non mi piace la parola *anziani* e allora preferisco chiamarli vecchi. La parola *vecchio* trasuda storia e dignità, mentre la parola *anziano* è senza rughe e ricorda le targhette di acciaio accanto ai sedili degli autobus dove c'è scritto: «posto riservato agli anziani». Gli anziani sono una categoria. I vecchi sono la storia.

Sono le ore centrali di un sabato pomeriggio di fine febbraio che sembra non finire mai. Vuoi per le restrizioni da Covid, vuoi per la mia pigrizia, non penso che metterò piede fuori casa. La tv continua a vomitare parole, musiche e colori, alla fine i contenuti scompaiono e rimane solo un brusio indefinito e privo di senso, un po' come quando scrolliamo lo smartphone senza un motivo, eppure continuiamo a farlo, perché alzare lo sguardo sulla realtà ci richiederebbe uno sforzo di gran lunga superiore. Quando si scivola dentro quella passività abbiamo probabilmente superato la linea che separa l'uso dall'abuso, giovani o meno giovani, conta poco. La consultazione costante e compulsiva di uno smartphone è una dipendenza, c'è poco da aggiungere. Non bisognerebbe mai dimenticare che le relazioni sono l'unica strada che può condurci a una qualche forma di vera felicità. Sono annoiato, potrei salire al piano di sopra e continuare a leggere *La fine è il mio inizio* di Tiziano Terzani, un libro che tutti dovrebbero attraversare pagina dopo pagina, esattamente come fosse un viaggio. Leggere è fantastico: i libri sono nostri amici e poi sono discreti, silenziosi, allineati in libreria, ma sempre pronti ad aprirsi tra le nostre mani. Come scrissi una volta: «I libri hanno pazienza perché sanno aspettare.»

Rieducarsi alla lettura sarebbe molto importante per le nostre vite e mentre penso queste cose in ordine sparso qualcosa attira la mia attenzione: in tv c'è un ragazzo di colore che sta raccontando la sua storia, a colpirmi però non sono le sue parole, ma le lacrime che scendono silenziosamente lungo il viso della conduttrice. Comincio ad ascoltare con più interesse la sua odissea, scopro che si chiama Cherif, seguo il filo del suo vissuto, mancano i pezzi iniziali della narrazione, ma non importa, io memorizzo tutto. Parola dopo parola, Cherif ricompone la sua storia, che è qualcosa in più di romanzo perché a scriverla è stata la vita. Ha solo vent'anni, ma per quante ne ha viste potrebbe averne cento.

Nella sua voce non c'è traccia di autocommiserazione, ha lo sguardo profondo e una saggezza senza tempo. L'intervista termina e la conduttrice passa ad altro. Io invece no. La storia di Cherif è potente e già so che dovrò contattarlo, questa è la parte più bella del mio lavoro di "raccolgitore di storie." Consulto Wikipedia e scopro che quel ragazzo è nato in Guinea, si chiama Cherif Karamoko e su di lui è stato pubblicato anche un libro intitolato *Salvati tu che hai un sogno*. Lo ha scritto Giulio De Feo, un bravo giornalista de La Gazzetta dello Sport in collaborazione con lo stesso Cherif. È incredibile quante informazioni ci possa regalare la rete nel giro di pochi istanti, forse persino troppe, perché il rischio di questo "tutto e subito" si chiama superficialità. Ordino il libro e nei giorni seguenti, di pagina in pagina, il percorso di Cherif diventa anche il mio.

Mi immedesimo, comprendo molte cose che non sapevo e nel frattempo mi procuro il suo numero di telefono. La prima volta che gli parlo ritrovo subito quella sua innata gentilezza che avevo notato in tv. Con il trascorrere delle settimane, le chiacchierate si moltiplicano, entriamo in confidenza, sento che il mondo intero è in debito verso quel ragazzo educato e finalmente troviamo un giorno per vederci. C'è il sole il cinque novembre 2021 e non è neppure freddo, in tre ore sono a Padova, perché adesso è lì che vive Cherif. Condivide con altri giovani immigrati un appartamento messo a disposizione dal Comune. Ha una tuta verde con sopra un giubbotto di jeans, si capisce al volo che il suo fisico è quello di un'atleta e non è neppure difficile intuire dai suoi occhi quanto sia determinato, perché Cherif ha un sogno da raggiungere: diventare un calciatore professionista. La palla è stata la sua migliore amica fin da quando la inseguiva a piedi nudi tra la polvere rossa di Nzérékoré, la città della Guinea del sud dove è nato.

Anche se sono le due e mezzo del pomeriggio, con un

pizzico di fortuna riusciamo a trovare un ristorante aperto. Il locale è piccolino e curato, ha pochi coperti e le pareti color pastello lo rendono intimo e accogliente. Cucina vegetariana, quindi niente carne e va benissimo così. Mentre ci rimpinziamo di verdure di ogni tipo descrivo a Cherif il progetto “#cuoriconnessi”, annuisce in silenzio e poi mi spiega quanto sia importante per lui potersi raccontare, e non per egocentrismo, ma per far comprendere al mondo che prima di emettere dei giudizi bisogna sempre informarsi. «Luca, la mia storia può aiutare tante persone a capire meglio cosa significhi attraversare un continente a piedi e un mare gelido ammassati dentro una bagnarola. La televisione elenca il numero dei morti annegati. Sono cifre senza un prima e un dopo, statistiche, io invece voglio raccontare perché mi sono trovato lì, voglio raccontare cosa sono la paura, la disperazione e la speranza. Lo sento come un dovere, per me è importantissimo.» Cherif quando parla arriva dritto, non sbaglia una parola, ma è la sua umanità che mi cattura.

Chiedo a Cherif quanto sia stata importante la tecnologia nella sua vita, sorride e mi risponde di getto: «è stata fondamentale Luca! Senza uno smartphone, senza le giuste coordinate da seguire e senza tante informazioni ricavate dal Web, io oggi non sarei qui con te. Grazie ai social ho ritrovato amici ed ho conosciuto brave persone che mi hanno aiutato, però bisogna saperla usare bene la tecnologia, altrimenti rischia di trasformarsi in un nemico.» La saggezza di questo ventenne continua a stupirmi, intanto il tempo scorre veloce e la proprietaria gentilmente ci fa notare che il ristorante deve chiudere, allora con una tazzina di caffè in mano ci trasferiamo nei tavoli esterni sistemandoci sotto un dehor. Domando a Cherif come sia stata la sua infanzia, lui fa un lungo sospiro perché a raccontare sé stessi non ci si abitua mai.

Mi spiega che la sua casa era alla periferia della città,

quasi in campagna. Niente televisore, niente computer, niente telefonino, niente frigorifero e niente lampadari per un semplice motivo; in quel luogo non esistevano energia elettrica e neppure le fogne o qualsiasi altro servizio che per noi rappresenta la normalità. «Noi, Luca eravamo poveri, ma veramente poveri. A volte saltavamo il pranzo e a cena io, mia sorella Sitan, che è la più grande, e mio fratello Imorana, che ho sempre chiamato Mory, dovevamo accontentarci di dividere una banana in tre. Vedi, quando si è poveri tra poveri neppure te ne accorgi, perché il solo obiettivo è la sopravvivenza e cercare tutti i giorni di mettere qualcosa nello stomaco. Ti sembra tutto normale come è normale che un bambino cominci a cercarsi un lavoro fin da quando inizia a spostarsi con le sue gambe.» Cherif mi parla di suo papà Mamadi: «Era severo mio padre e soprattutto ci aveva insegnato a essere onesti e il senso della famiglia. Papà era un uomo giusto e soprattutto coraggioso perché non lo spaventava nulla. La famiglia era il cuore della sua vita e al centro di quel cuore c'era mia mamma Saran.»

Scopro che per guadagnarsi da vivere il papà vendeva pezzi usati di auto, mentre la madre ogni giorno vendeva frutta al mercato. Parla con grande rispetto della sua famiglia Cherif. Suo papà era un uomo di buon senso. Spesso quando c'erano discussioni tra famiglie lo chiamavano in veste di mediatore, perché lui sapeva sempre trovare un giusto compromesso.

Quando a Cherif chiedo del calcio gli si illuminano gli occhi, mi racconta di interminabili pomeriggi trascorsi a inseguire vecchi palloni in mezzo a uno sciame di altri ragazzini. Si giocava a piedi nudi o al massimo con gli unici sandali di plastica che possedeva e che giornalmente doveva aggiustare alla meglio. Nel mezzo di quelle urla il piccolo Cherif riuscì a guadagnarsi il rispetto di tutti, specialmente di quelli più grandi che decidevano le formazioni e organizzavano le sfide. Cherif aveva qualcosa in più, non

si fermava mai, quando sradicava la palla dai piedi di un avversario alzava subito la testa e istintivamente intuiva da che parte andare. E non riuscivano a fermarlo perché era veloce e agile come una lepre. Lui e il pallone erano nati per vivere affianco, amici per sempre.

Questa cosa preoccupava molto il papà, perché di calcio in Guinea non si è mai vissuto, e anche Mory, che era grande il doppio di Cherif, ogni tanto provava a spiegargli che la vita era altro. Poi dal nulla spuntò quella famosa sera. In Guinea ci sono bande che si scontrano quasi giornalmente, etnie diverse che si odiano dalla notte dei tempi e la guerra civile imperversa da sempre. Cherif faticava e fatica anche oggi a capire il perché di tanta violenza, ma a volte le risposte sembra che qualcuno le abbia rubate e gettate nel fiume. La notte del 16 giugno 2013 il silenzio della notte si trasformò in altro. Urla, lanci di bombe incendiarie, gente inferocita che agitava machete e bastoni.

Il papà di Cherif uscì in strada per capire cosa stesse accadendo, ma la risposta fu un colpo di pistola che lo centrò al petto. Poi ancora urla, sangue, disperazione e la vita che improvvisamente si trasforma in morte. È così che Cherif ha vissuto la perdita del papà, dal giorno successivo scomparve anche Mory perché la violenza aveva preso il sopravvento su tutto. Per il piccolo Cherif in quel periodo non c'era tempo per il calcio, bisognava pensare a sopravvivere e tutto il resto non contava. Pochi mesi e alle pallottole si aggiunse anche un altro nemico che vagava nell'aria, si chiama Ebola. Un virus maledetto che finì con l'annidarsi nel corpo di sua mamma. Un giorno degli infermieri con le mascherine la vennero a prendere. Quella fu l'ultima volta che Cherif vide sua mamma.

Il caffè è finito da tempo, continuo ad ascoltare Cherif che parla senza scomporsi. Come posso immaginare cosa significhi ritrovarsi orfano in un paese dove la gente si ammazza per strada e l'unico punto vero di riferimento,

un fratello maggiore, è scomparso nel nulla? Rimango in silenzio, mi accendo mezzo sigaro, cerco di mettere a fuoco la storia ma non ci riesco.

«Vedi, Luca, dalla Guinea non si scappa perché si ha fame, ma perché uno ha paura di morire. Ogni giorno quando sei in strada c'è qualcuno che spara e allora impari a nasconderti velocemente, ma la vita è altro. Io iniziai a vivere a casa di mia sorella e per mettere qualcosa sotto i denti provavo a vendere della frutta al mercato.»

Nonostante la violenza, il pallone era tornato comunque a fare compagnia a Cherif, nessuno avrebbe mai potuto rubargli quel sogno. Nessuno. Appena aveva un attimo libero raggiungeva gli altri e si metteva a inseguire palloni. Tutti volevano in squadra quel ragazzino, perché faceva la differenza, ma questo a Cherif non bastava. Confuso tra la gente, ogni tanto nei bar si metteva in punta di piedi per riuscire a sbirciare le partite che trasmettevano in televisione. I campi erano di un verde splendente e le tribune stracolme. Quello deve essere il paradiso – immaginava Cherif mentre vedeva giocare le star del pianeta.

Correva veloce il tempo e un giorno aprendo la porta di casa gli fu sufficiente vedere gli occhi di sua sorella per capire che c'era una novità. A due anni dalla sua fuga si era fatto sentire al telefono suo fratello Mory. Si trovava in Libia dove aveva un lavoro e soprattutto coltivava un solo desiderio: fare in modo che il suo piccolo fratello potesse abbandonare quell'inferno e raggiungerlo a el-Gatrun.

«Mia sorella era terrorizzata e non voleva che partissi. Ero poco più che un bambino. Sapeva bene che si trattava di un viaggio rischiosissimo e complicato, ma nello stesso tempo quella in Guinea non era vita. E poi, Luca, c'era sempre il mio sogno da inseguire ed io sapevo che il calcio vero in Guinea non lo avrei mai vissuto. Anche Mory, il mio fratellone adorato, oramai si era convinto che il mio

sogno doveva essere inseguito.»

Si ferma un attimo, Cherif, deve trovare le parole giuste per proseguire il racconto ed io attendo senza fretta che riprenda a guidarmi lungo la sua storia.

«Quando Mory mi richiamò al telefono, scoprii che da tempo aveva messo da parte dei soldi per farmi affrontare il viaggio verso la Libia. Mi spiegò il piano in ogni dettaglio, mi disse che ci sarebbero stati momenti difficilissimi, attimi di sconforto, situazioni in cui avrei rischiato di essere ucciso o di morire di fame e di sete abbandonato in mezzo al deserto, ma io non avrei mai, dico mai, dovuto mollare. Mi spiegò che non esistevano alternative e che comunque quando lo avrei raggiunto avremmo poi pensato a come costruire il resto della nostra vita. Mi disse che era alla ricerca di una persona di fiducia che mi avrebbe dovuto accompagnare, perché da solo non ci sarei mai riuscito. Mory era tornato ad essere il mio punto di riferimento, la luce della mia vita.»

Altra pausa, questa volta più lunga. Lasciamo le tazzine sul tavolo e ci avviamo a piedi verso un parco che non è troppo distante. Mentre camminiamo spiego a Cherif che non avevo mai preso in considerazione quale fosse stata la vita di un immigrato prima di salire su una barca e quanto fosse difficile arrivare fino alla costa del Mediterraneo.

Pensai alle tartarughine appena nate, che prima di prendere il mare devono attraversare centinaia di metri di spiaggia e la maggior parte di loro quel mare non lo raggiungerà mai. Molte vengono divorate dagli uccelli, altre sbagliano direzione, altre ancora non hanno le forze sufficienti per affrontare quel primo viaggio e poi, tra le fortunate che riescono a raggiungere l'onda giusta che le trascina verso il largo, molte finiscono tra le fauci di qualche predatore marino. Sì, è così che stanno le cose, la vita degli immigrati è fragile come quella delle tartarughine di mare.



«Qualche giorno dopo» mi dice Cherif «ha bussato alla nostra porta Sitan, il ragazzo con il quale avrei dovuto affrontare il viaggio verso la Libia. Dopo mesi, Mory aveva finalmente identificato in lui la persona giusta. Sitan non aveva bagaglio, perché meno cose hai e meno cose i predoni possono rubarti durante il tragitto; io decisi di portami dietro solo la mia maglietta da calcio portafortuna. La cosa più importante era il vecchio telefonino che Sitan aveva acquistato con i soldi di Mory. Con quel telefonino, quando possibile, avremmo contattato Mory per chiedergli consigli e aggiornarlo sulla nostra posizione. Capisci, Luca, perché la tecnologia è stata così importante nella mia vita? Io essendo minorenne non avevo passaporto e nessun documento, eppure avrei dovuto attraversare varie frontiere e chissà che altro. Avevo molta paura. Pensai al pallone, pensai a quei campi verdi che avevo intravisto in tv, pensai a Mory che mi stava aspettando e così cercai di mettere assieme qualche briciola di coraggio.»

Arriviamo al parco e ci sediamo su una panchina. Alle nostre spalle, il campo di calcio dove Cherif si allena tutti i giorni con la squadra locale e il custode seduto sopra un tagliaerba sta sistemando il manto erboso.

Sette mesi. A Cherif per raggiungere la Libia c'è voluto tutto questo tempo. Mai avrei immaginato una cosa del genere. Cherif racconta, ma adesso ogni sua parola pesa come una pietra e quello che dice non è tollerabile, forse perché tutti ci stiamo illudendo che la crudeltà sia un retaggio del passato. Faticiamo a distinguere il dolore reale da quello di una serie tv sparata da Netflix. Avevo già letto il libro, ma certe cose, quando le ascolti da chi le ha vissute e le porta ancora impresse negli occhi, hanno uno spessore diverso. Diventano vere, quasi tangibili. La disperazione, i soprusi e le violenze, le pistole puntate alla tempia, i deserti attraversati all'interno di un bagagliaio, il senso di soffocamento e la netta sensazione che la morte ti sia finalmente venuta in

aiuto per mettere fine a tanta sofferenza. Intere settimane senza potersi lavare neppure la faccia, il caldo asfissiante, il perenne senso di angoscia, lo stomaco sempre vuoto, la debolezza e soprattutto la sete. Prima che la fame riesca ad ucciderti occorre del tempo, il fisico lotta fino allo stremo, ma la sete ammazza senza pietà nel giro di poco. «In quei mesi infiniti l'unica fonte di conforto era la voce di Mory che ogni tanto riuscivamo a sentire al telefono. Tutto quello che ci aveva predetto si avverava di giorno in giorno e allora mi aggrappavo alle sue parole. Sai, Luca, Sitan era appena più grande di me, dovevamo farci coraggio a vicenda perché quello che abbiamo passato va oltre l'immaginabile.»

Scopro da Cherif che il metodo più sicuro per nascondere i soldi era quello di inserirli ben arrotolati in una busta di plastica e inghiottirli. La busta tramite un filo veniva legata a un dente. Di notte, quando i predoni dormivano, bisognava tirare il filo e ripescare dallo stomaco la busta. «L'ho visto fare a molti» vmi dice Cherif «inizialmente sembra impossibile, la gente vomita, il fisico si ribella, ma poi con la forza della disperazione ci si abitua anche a quello.»

Seduti sulla panchina del parco, Cherif mi elenca tutte le volte che sono stati rapiti dalle bande di predoni. Uomini spietati, pronti ad uccidere in meno di un secondo chi non avesse tirato fuori due soldi. Neppure un briciolo di umanità.

«Importante era conservare lo smartphone, quell'oggetto era la nostra speranza di salvezza. I predoni non te lo rubano, perché quando non hai più soldi ti obbligano a telefonare a un parente o una persona cara implorandola di inviarti un po' di denaro. Quando eravamo oramai vicini alla Libia, toccò anche a me fare una cosa del genere: mi obbligarono a chiamare Mory, gli fecero ascoltare in sottofondo le mie urla mentre ero costretto a strisciare con le ginocchia sulla sabbia rovente, naturalmente gli chiesero soldi per mettere fine a quella tortura. Ricordo le ustioni e

Mory disperato che li implorava di non farmi più soffrire. Sai, Luca, per farmi arrivare in Libia, Mory si è spaccato la schiena lavorando giorno e notte. Aveva creato una specie di piccola fonderia e ogni soldo risparmiato era destinato al mio viaggio.»

Sono meravigliosi i colori delle foglie che ricoprono i prati del parco, mille sfumature diverse che oscillano dal rosso vivo a infinite tonalità di giallo. Qualche mamma spinge un passeggino, mentre dei bambini stanno giocando nella zona degli scivoli e delle altalene. Sembra tutto così normale e scontato, mi domando come possa ancora esistere un mondo come quello che mi sta descrivendo questo ragazzo della Guinea. Quante poche cose sapevo, quanto è importante non giudicare e saper ascoltare prima di emettere opinioni basate sul nulla. Penso alla rete dove gli haters colpiscono con una violenza sorda e primitiva. Cattiveria allo stato puro e penso anche a quanto sia importante fermarsi un attimo a riflettere su ciò che siamo e su quanto sia semplice ferire e umiliare.

Finalmente il custode ha spento il tagliaerba e il parco ritrova il suo silenzio naturale.

«Vedi, Luca, in Italia arrivano anche tante cattive persone dall’Africa e devono essere arrestate o rispediti nei loro paesi, ma bisogna sempre saper distinguere il male dal bene, il giusto dall’ingiusto. E comunque, tornando alla mia storia, spesso per farmi coraggio sognavo il pallone, provavo a immaginarmi all’interno di una squadra vera. Le bande di predoni potevano portarmi via tutto tranne il mio sogno e nelle nostre telefonate, per incoraggiarmi, Mory me lo diceva sempre: Cherif non mollare, tu hai un sogno, pensa a quello e tieni duro!»

Sole e temperatura si abbassano contemporaneamente, allora ci alziamo dalla panchina e riprendiamo a camminare per gli stradelli del parco, incrociamo degli amici di Cherif

che con un gran sorriso lo salutano: «Ciao Ronaldino!» Perché scopro che è così che lo chiamano e lui di questo ne è felice.

«Poi finalmente è arrivato uno dei giorni più belli della mia vita e cioè quando dopo tutti quei mesi ho abbracciato Mory. Ce l'avevo fatta! Zoppicavo, ero arrivato al limite della sopportazione umana, ma finalmente ero di nuovo con mio fratello. Ci vollero parecchi giorni prima che riuscissi a ristabilirmi del tutto. A casa di Mory avevo persino una bottiglia d'acqua fresca sempre a disposizione. Lo so che può sembrare strano quello che dico, ma quando la sete ti perseguita per mesi, basta osservarla una bottiglia piena d'acqua per sentirsi fortunato.»

Gli rivolgo la domanda più difficile, o almeno immagino che lo sia: «Quando avete deciso di attraversare il Mediterraneo e venire in Italia?»

Cherif risponde con tranquillità: «Erano trascorsi un paio di mesi da quando avevo raggiunto mio fratello. Ancora ricordo quando Mory guardandomi negli occhi mi disse che si stava avvicinando il grande momento: saremmo andati in Italia! Il paese del calcio, il paese dove non avremmo più avuto paura di essere ammazzati dalle bande criminali e ci saremmo potuti onestamente guadagnare da vivere. Mory sapeva fare un po' di tutto, era un grande lavoratore, ma la sua fissazione era che io potessi giocare a pallone. Il mio sogno era diventato anche il suo. Anche in Libia la situazione era comunque terribile, criminali ovunque e totale assenza di una qualsiasi prospettiva di vita. L'idea di salire su un barcone non è dettata dalla voglia di avventura, ma dallo spirito di sopravvivenza e dalla disperazione.»

Costeggiamo il muro di cinta di una parrocchia, ci sono ragazzi che nel cortile dell'oratorio inseguono un pallone, si stanno divertendo completamente rapiti dal quel momento che non assomiglia al prima e neppure al dopo. Vivono il

presente, quanto di più bello l'essere umano riesca a fare per godersi il senso della realtà.

«Quella notte non potrò mai dimenticarla, dopo aver passato settimane segregati in un capannone e controllati da una banda armata fino ai denti, finalmente arrivò il momento. Ci chiusero dentro il baule di un'auto, pensai più volte di morire soffocato, ma poi finalmente ci ritrovammo su una spiaggia. Eravamo centoquarantatrè e quando vedemmo la barca fu semplice comprendere che non ci saremmo mai potuti stare tutti, quella carretta al massimo avrebbe potuto ospitare sessanta persone e noi eravamo più del doppio. Poi la partenza, le urla di paura, il mare nero e il freddo dell'inverno. Quando la barca iniziò ad affondare, mi resi conto che era finito tutto, poi la voce di Mory, sempre lui, il mio fratellone buono che ancora una volta aveva trovato la soluzione giusta. Siamo in acqua e ingoio benzina, lui riesce a infilarmi il suo salvagente, uno dei pochi in dotazione alla barca che oramai è stata risucchiata dal mare. Parole confuse, Mory che continua a dirmi di non mollare e poi il nulla. Più nulla, Luca. Solo il buio.»

Lo so che Mory non ce l'ha fatta e non c'è bisogno di aggiungere altro. La perdita di Mory sarà dolore e vuoto per sempre. Camminiamo in silenzio, ora è quasi freddo. Il resto della storia la conosco molto bene, l'ospedale di Reggio Calabria, il centro di accoglienza di Villa e Cherif che inizia subito a studiare l'Italiano, la sua educazione, il senso di giustizia e di riconoscenza e tanti volontari che si affezionano a lui. Il pallone, già, il pallone! Una volta rimessosi in forze, Cherif riprese a giocare con i ragazzi di Villa e poi il trasferimento in Veneto, vicino Padova. Anche lì c'era un pallone ad aspettarlo e soprattutto c'è stata Arianna, una volontaria che ha avuto la folle idea di andare direttamente al Padova Calcio per parlare di Cherif. Nella nazione delle scuole calcio, dei procuratori,

delle società sportive trasformate in aziende senz'anima, accadde che grazie all'insistenza di quella ragazza, a Cherif venne concessa l'opportunità di un provino. Un miracolo, perché oggi nessuna squadra professionistica ha il tempo di occuparsi di un diciottenne che sino a quel momento ha giocato solo a piedi nudi in mezzo alla polvere di un paesino africano. Cherif superò l'esame alla grande e venne aggregato alle giovanili del Padova. Compagni e allenatori non riuscivano a capacitarsi di come quel ragazzo potesse assorbire così in fretta i segreti del calcio vero, quello che si gioca in undici e dalle tattiche esasperate. In Guinea le partite non avevano un numero predefinito di calciatori, tutto dipendeva da quanti fossero i ragazzi presenti e non esistevano ruoli; bravo era quello che arrivava prima a prendere la palla e fare gol. Tutto lì.

Sono passati tre anni da quel momento e sono accadute tante altre cose. Mi spiega che a lui non interessa giocare per soldi. È solo una questione d'amore sconfinato per questo sport. E dire che l'allenatore del Padova quando lo vide all'opera con le giovanili lo aggregò alla prima squadra. Campionato di serie B. E fu così che dei calciatori professionisti con una vita di pallone alle spalle diventarono i suoi mentori. Per mesi Cherif ha potuto allenarsi con loro ed ogni secondo risultò utile per imparare qualcosa di nuovo. Umile, potente nel fisico e soprattutto nella mente, Cherif nella stagione 2019-2020 ha persino esordito in serie B contro il Livorno. A lui non lo dico, ma un Direttore Sportivo che lo ha seguito con attenzione mi ha riferito di non aver mai visto un calciatore così determinato. Purtroppo il Covid ha rallentato il suo percorso e il mondo del calcio è molto complicato; intanto Cherif ha finalmente ottenuto il permesso di soggiorno e a dicembre è volato in Guinea per ottenere il passaporto.

Oramai è scesa la sera e ne ho ascoltate di cose da questo

ventenne. Prima di salutarci parliamo ancora del futuro, a quanto sembra forse c'è l'interesse concreto di una squadra spagnola di serie C. Anche in Italia si sono aperte delle trattative interessanti. Siamo in tanti a tifare per Cherif, a tentare di convincere dirigenti e allenatori che Cherif Karamoko, nato a Nzérékoré e calcisticamente cresciuto senza scarpe e senza ruolo nel campetto di fronte alla scuola, sia un calciatore vero. Perché giocare è la cosa che meglio gli riesce nella vita. 🍌

[Ascolta l'audio storia](#)

## Storia di Giorgia Bellini





# Storia di **Giorgia Bellini**

***«Le relazioni giuste sono la chiave di tutto  
Usiamo bene i social e vivremo meglio.»***

**M**i chiamo Giorgia e sono felice di poter far parte del progetto “#cuoriconnessi”. Non sono mai stata vittima di cyberbullismo e non ho mai offeso nessuno attraverso la rete. Tutt'altro. Quello che mi preme raccontarvi è la mia storia e soprattutto condividere con voi la consapevolezza che quando ci mettiamo di fronte a una tastiera possiamo costruire un mondo nuovo. I social sono a nostra disposizione, a noi il compito di utilizzarli nella maniera giusta sviluppando contatti ed a volte anche amicizie. Se guardo in avanti mi rendo conto che la rete sarà per noi fonte di lavoro, di conoscenza e di reciproco aiuto. Io ho scelto da che parte stare e ne sono orgogliosa.

Quando ho trovato la sua richiesta di contatto su LinkedIn sono andato subito a visionarne il profilo. È così che oggi funziona. I biglietti da visita da anni rimangono sepolti in qualche cassetto, nessuno li usa più e un adolescente non sa neppure cosa siano. Oggi è più semplice, è sufficiente scambiarsi nome e cognome, poi ci pensa la rete a svelare chi siamo, cosa facciamo, se preferiamo il mare o la montagna, se siamo vegetariani o divoriamo bistecche. Agli occhi del mondo noi siamo esattamente quello che racconta il Web. E se ci sono inesattezze, cattiverie o informazioni volutamente distorte, non è semplice scrollarsi di dosso quei marchi che assomigliano sempre più a tatuaggi indelebili. La tanto decantata web reputation vale molto più di un semplice

biglietto da visita, di fronte a lei siamo impotenti, avvolti da quel mantello di parole che ci hanno cucito addosso. Che sia vero o falso poco conta, sono pochi quelli che ancora si pongono la questione della verità. Quando diventai giornalista fu la prima cosa che mi insegnarono: «Dubita sempre di ciò che leggi, di ciò che ti viene detto e persino di ciò che vedi. Verifica più fonti. Incrocia le informazioni, non lasciarti sopraffare dal pregiudizio.» Le ricordo bene quelle parole perché certi insegnamenti sono per sempre. Nelle nostre attività di “#cuoriconnessi” una delle tante cose che cerchiamo di trasmettere a migliaia di studenti è proprio questa: siate curiosi, non usate i filtri solo per scattarvi le foto, ma utilizzateli per selezionare le parole che scorrono senza regole nell’oceano del Web.

Si chiama Giorgia Bellini la ragazza che mi ha contattato e l’immagine del profilo è molto bella, ha i capelli lunghi, lisci e castani, uno sguardo profondo ed è difficile comprendere se stia abbozzando un sorriso o se invece sia pensierosa. Indossa una maglia di cotone semplice e scollata, tiene le braccia conserte quasi come fosse in attesa di ascoltare una parola.

Sul grande monitor del mio Mac cerco altre notizie su Giorgia.

Leggo da LinkedIn: «Giorgia Bellini: lavoro presso Giorgia Bellini DCA, autrice del libro *Nata due volte*. Informazioni: autrice della mia autobiografia che racconta il problema dei disturbi alimentari. Il libro *Nata due volte* è diventato best seller su Amazon ed è un punto di riferimento per tutte le persone che vogliono conoscere il tema dei DCA.»

Confesso la mia ignoranza, questo acronimo non mi dice nulla, tre secondi e sono su Wikipedia: «DCA, disturbo del comportamento alimentare caratterizzato da episodi ricorrenti di ingestione rapida e compulsiva di eccessive quantità di cibo» e via dicendo. Quanto basta per capire che mi trovo di fronte a un inferno crudele e silenzioso che

ogni anno fa il suo ingresso in migliaia di case. Me ne ero occupato molti anni fa quando lavoravo in radio. Il demone dei disturbi alimentari entra nella mente e nell'anima strisciando e senza bussare. Non esiste un giorno preciso in cui si appropria delle vite altrui, all'inizio si presenta come un amico rispettoso e devoto ai concetti di libertà e forma fisica. Ama farti sentire quello che comanda il gioco, ma day-by-day è lui a prendere le redini del comando e solo allora capisci che non si trattava neppure di un gioco.

Beh, mi domando cosa io possa fare per questa ragazza che ha trovato la forza di combattere il demone e poi di scriverci addirittura un libro, non trovo grandi agganci con l'universo di "#cuoriconnessi", comunque la storia è interessante e dal suo profilo LinkedIn scivola a quello Instagram. Solo allora comprendo in pieno il nesso tra la sua storia e il nostro progetto. *giorgiabellini\_dca*, questo è il suo indirizzo. DCA: queste tre lettere apparentemente inoffensive sono parte integrante del suo bagaglio di vita, la foto è la stessa di LinkedIn e proprio sotto a quella immagine è scritto: «Guarire dai Disturbi Alimentari è possibile.» Le parole sono precedute dal disegno di una farfallina azzurra. Una frase semplice e potente, non si tratta di un'ipotesi e neppure di un pensiero buttato lì tanto per fare. «Guarire dai Disturbi Alimentari è possibile.» Rileggo più volte e mi rendo conto di quanto pesi quel concetto espresso con la massima chiarezza. A parole vere come quelle ci si può aggrappare, sono solide, io le osservo sul display e loro, immobili, continuano ad emanare energia.

Inevitabilmente lo sguardo mi scivola sul numero dei follower, c'è scritto «24,2MILA». Non vado a caccia di influencer e molto spesso sui social ai grandi numeri corrispondono dei grandi vuoti. Il Web è ricco di successi effimeri, di Cenerentole che allo scoccare della mezzanotte si sono improvvisamente ritrovate con un pugno di follower. Il vento del facile successo quando è privo di contenuti è un vento traditore che può girare da un momento all'altro, ma

il caso di Giorgia è diverso. La maggior parte di chi la segue lo fa per un motivo preciso, su questo non ho dubbi e non ho neppure dubbi sul fatto che io la debba conoscere. Quella ragazza dallo sguardo intenso rappresenta un perfetto esempio di utilizzo corretto della rete. Osservo i suoi post. Sono tutti interessanti, equilibrati, mai una parola fuori posto e soprattutto traspare una voglia enorme di essere di aiuto.

Le invio un messaggio privato: «Ciao Giorgia, mi piacerebbe realizzare con te un servizio da destinare alle scuole, magari a voce ti spiego meglio, sentiamoci! Grazie.» Mi risponde dopo pochi minuti e alla fine ci sentiamo al telefono. È simpatica Giorgia, molto educata, ci vuole poco per scavalcare ogni formalismo ed è così che stabiliamo che sarebbe opportuno conoscerci di persona. Lei vive in una piccola frazione di Perugia ed io a Senigallia, un'ora e mezzo di strada e ci si può incontrare senza problemi.

Raccogliere storie, mentre guido in direzione dell'Umbria penso a quanto sia anomalo il mio lavoro. Fare il "raccolgitore di storie" non è proprio come fare il giornalista. Il "raccolgitore di storie" è più interessato a comprendere l'animo umano che a descrivere la cronaca. Uno dei miei miti del giornalismo si chiama Ryszard Kapuściński, lui scrive questo: «La fonte principale della nostra conoscenza giornalistica sono gli altri. Gli altri sono coloro che ci dirigono, ci danno le loro opinioni, interpretano per noi il mondo che tentiamo di capire e descrivere. Non c'è giornalismo possibile fuori dalla relazione con gli altri esseri umani.»

Sì. Penso che questo grande giornalista polacco nato nel 1932 sia diventato un grande punto di riferimento nella mia vita, che inevitabilmente si intreccia con la professione. Kapuściński dice che il vero giornalismo è quello intenzionale, vale a dire quello che si dà uno scopo e che mira a produrre una qualche forma di cambiamento.

Penso alla piccola grande Giorgia che conoscerò a breve, probabilmente non conosce questo reporter polacco, ma il suo modo di vivere i social e di comunicare è proprio improntato verso il cambiamento.

Bello attraversare l'Appennino umbro-marchigiano in autunno. I boschi sanno raccontarsi attraverso i colori, questione di sfumature che si intrecciano e si sovrappongono, di tonalità infinite che riempiono gli occhi. Mi ritrovo a Perugia senza quasi essermene reso conto, rimango al di fuori del centro e alla fine, dopo aver combattuto contro il navigatore impazzito, trovo l'imbocco del parco dove ci siamo dati appuntamento. Giorgia è arrivata da neppure un minuto. Giacca di pelle nera, capelli lisci che le scivolano sulle spalle e un sorriso che le riempie il volto. Giorgia emana dolcezza e sono soprattutto i suoi occhi verde scuro a dirlo. Nessuna formalità, è stato sufficiente un minuto per saltare a piè pari il muro della diffidenza e ritrovarci a chiacchierare di tutto. Il parco è molto curato, panchine, alberi e vialetti che si intrecciano attraversando prati all'inglese. Alla fine snobbiamo le panchine e ci ritroviamo seduti sull'erba. Scopro subito che a Giorgia piace parlare dicendo delle cose. Nell'universo delle parole sprecate e delle chiacchiere inutili, trovarsi di fronte ad una ragazza che riesce a vestire ogni parola di un contenuto non è affatto banale. Dalla sua borsa estrae il libro che ha scritto, si intitola *Nata due volte* e non occorre troppa fantasia per comprendere il senso di quel concetto, perché molto spesso dentro una vita ci sono tante altre vite. Diversi atti di un'unica e irripetibile commedia.

«Sai, Luca» mi dice che con quel suo lieve accento perugino «non l'ho scritto per guadagnare soldi, ma per aiutare chi ha questo genere di problemi. Il ricavato lo devolvo ad un'associazione.»

Mentre Giorgia che ha la stessa età di mia figlia mi parla del suo presente e dei suoi sogni, penso all'inferno che ha

attraversato. Lei, così piccolina e ricercata, era diventata maestra nell'espellere dal suo corpo ogni caloria che riteneva superflua. In tanti tanti anni ha vomitato di tutto, Giorgia, l'unica cosa che non riusciva ad espellere era, però, il dolore. Quello se ne rimaneva accucciato tra stomaco e cuore. Al buio, implacabile custode della sua sopravvivenza.

Poi questa ragazza coraggiosa mi racconta la sua avventura sui social ed in particolare su Instagram: «Durante il Covid mi sono resa conto che i disturbi alimentari sono sempre stati un po' troppo ignorati. Mentre ce ne stavamo a casa per colpa di quel maledetto virus, la televisione parlava spesso di abbuffate, sensi di colpa, dei chili di troppo che avremo accumulato a causa dell'eccesso di cibo e dell'assenza di attività fisica. Se per otto anni sono vissuta dentro quelle angosce, ho pensato che forse era necessario farsi sentire, andare oltre quel messaggio che assomigliava quasi a una minaccia. Se ancora fossi stata dentro al problema, quel bombardamento mediatico mirato mi avrebbe dato il colpo di grazia e, allora, il mio pensiero è andato a chi era bloccato dentro quell'inferno. Una mattina ho deciso che avrei detto la mia e lo avrei fatto attraverso i social. Mi sarei messa a disposizione, nessuna vergogna, nessuna remora. Quando parti con l'idea di utilizzare la tecnologia per aiutare qualcuno, non esiste muro che possa ingabbiarti ed è così che ho reso pubblica la mia storia.»

Ascolto con attenzione. Nonostante sia quasi inverno, l'aria è dolce, il freddo vero deve ancora arrivare e quindi rimanere su quel prato ad ascoltarla è proprio piacevole. Le sue parole adesso si soffermano su quanto accaduto attraverso Instagram, perché è proprio lì che accade quello che Giorgia non avrebbe mai immaginato. Un giorno dopo l'altro, i follower iniziarono ad aumentare esponenzialmente, ma più che altro cominciarono a scriverle in privato chiedendole consigli e ringraziandola, perché le sue parole erano anche le loro.

Solamente che fino a quel momento non avevano mai trovato la forza di pronunciarle. Le sensazioni di vuoto che stavano provando erano identiche a quelle che avevano tenuto prigioniera Giorgia per otto interminabili anni. Giorgia non riesce quasi a credere che tutto ciò stia accadendo realmente e le sue giornate trascorrono tra gli impegni universitari e l'obbligo di rispondere a chi le ha affidato le proprie pene. C'è una sconfinata gratitudine nei suoi confronti, le dicono di non provare più vergogna e soprattutto di non sentirsi più imprigionati nella solitudine. Sembra un paradosso: i social che apparentemente emarginano, giudicano e isolano, se vissuti con umanità e intelligenza, possono trasformarsi esattamente in un qualcosa di opposto. Divengono un faro, una luce in grado di illuminare il buio e rendere le persone più vicine. Ha tanti sogni, Giorgia, su quel prato molto british trascorriamo più di un'ora. Mi racconta dei suoi studi, frequenta la Facoltà di Scienze dell'Alimentazione a Roma e finalmente la strada che dovrà percorrere le è apparsa all'improvviso, esattamente come quando si esce da un banco di nebbia. «Sai, Luca, il mio sogno è far crescere questa community virtuale e aiutare gli altri. Ciò che ho passato non potrò mai dimenticarlo, ma alla fine il dolore è più quello che mi ha regalato rispetto a ciò che mi ha tolto.»

“Il dolore è più quello che mi ha regalato rispetto a ciò che mi ha tolto.” Ripenso più volte a questa frase, al concetto profondo che si nasconde dietro a quelle parole. Come dicono i Buddisti, Giorgia è stata capace di «trasformare il veleno in medicina», di trovare un senso alla sua sofferenza e quindi di utilizzarla come uno strumento di crescita personale e collettiva.

Su quel prato, immagino a quanto sarà importante, all'interno del libro, poter dare spazio anche a questa storia di oscurità che si è trasformata in luce.

Giorgia mi parla della sua meravigliosa nonna, quella a cui basta osservarla un istante per saperla leggere dentro.

Una nonna speciale che quando ancora lei era adolescente la portò in Malawi per farle conoscere quella grande porzione di mondo che ogni mattina si sveglia per affrontare un solo grande problema: mangiare qualcosa per non morire di fame.

Anche io sono stato in Malawi con mia figlia Marta e assieme a Giorgia conveniamo che la felicità non si può acquistare durante un black friday, la felicità vera non è strettamente connessa al possesso delle cose, è una conquista personale che nasce da dentro, è la nostra preziosa luce interiore. Proprio in luoghi come il Malawi, in mezzo ad una povertà quasi inconcepibile per noi occidentali, io come Giorgia e mia figlia Marta ci siamo trovati di fronte a questo miracolo; camminare in mezzo a gente che non possiede nulla, ma che ha sempre il coraggio di guardarti negli occhi e sorriderti.

Giorgia scrive nel libro: «La vita è complessa. Non è un oggetto. Non puoi comprarla. E il tempo che perdi dietro al dolore non lo recuperi. Non si torna indietro. E io ne ero diventata consapevole.»

La profondità delle sue riflessioni è preziosa, per questo la sua storia dovrà viaggiare anche assieme a “#cuoriconnessi” e faremo in modo che raggiunga il maggior numero possibile di ragazzi e non solo, perché forse il vero problema è legato a noi adulti, alla nostra fretta, al poco tempo trascorso con i figli, all’idea che i loro vuoti affettivi possano essere compensati con qualche paio di sneakers griffate o un nuovo smartphone. Noi grandi siamo quelli che quando domandiamo ad un figlio «Come va?» ci accontentiamo di un generico «tutto bene» senza trovare neppure il tempo di alzare gli occhi dallo smartphone. E così non va.

Li noto sempre i bambini che con un tablet di fronte trascorrono ore all’interno di un ristorante, confinati in una



porzione periferica del tavolo, mentre i grandi ridono e scherzano tra loro. Anche sui passeggini ho visto bambini anestetizzati da uno smartphone o un qualsiasi device, immersi dentro un mondo parallelo che non possiede nulla di vero.

E allora continuo ad ascoltare Giorgia e comprendo una cosa fondamentale: tanti anni di sofferenza e di male di vivere che l'hanno portata anche a tentare il suicidio. Sì, avete letto bene, tentare il suicidio! E questi anni sono il risultato di un viaggio in solitaria nel mezzo di un deserto alla ricerca disperata di una sola parola: amore.

Purtroppo, Giorgia ha avuto rapporti complessi con i propri genitori. Quel famoso amore che non si può materializzare in un regalo, lei lo ha ricercato disperatamente per anni. Non aveva necessità di pacchi da scartare, ma forse di carezze, di attenzioni, di piccoli gesti che alla fine divengono la parte più importante delle nostre vite.

«Non ho nulla contro i miei genitori. Non provo rabbia anche se ho vissuto situazioni pesanti. Tra loro due le tensioni erano quasi un filo conduttore e così le litigate si moltiplicavano all'infinito. Il vero problema è che non si rendevano conto che io, invisibile all'universo, mi trovavo nel mezzo di quel campo di battaglia. Certo che mi volevano e mi vogliono bene e la cosa è reciproca. Però, non riuscivano a comprendere il mio profondo bisogno d'affetto. In fin dei conti i disturbi alimentari assomigliano a quei razzi di segnalazione che sparano in aria le barche in difficoltà ed io stavo affondando.»

Ascolto in silenzio. Capisco che siamo arrivati al cuore del problema, alla ferita profonda, a quel tipo di dolore che può essere nominato e analizzato, ma che continuerà a fare male per sempre.

«La felicità, Luca, dipende esclusivamente dalle relazioni.»  
Altra frase, altro pensiero che mi si conficca nel cuore con la potenza di una rasoia.

Chi avrebbe mai immaginato di poter ricevere, sdraiato su di un prato, da una ragazza che ha la stessa età di mia figlia, una lezione così profonda e vera?! Spesso i giovani mi insegnano cose, mia figlia in primis. Ritengo fondamentali questi insegnamenti. Acqua nel deserto. Essere sempre disposti ad imparare. Questa è la regola numero uno del mio essere "raccoltitore di storie." Ascoltare e rubare nuove verità, allargare i miei orizzonti, spaziare e rendere fluida e incerta ogni convinzione. Si tratta di uno stratagemma per continuare a crescere, per mantenere integro il senso di umiltà, per non finire prigioniero del preconconcetto che in quanto adulto ho il diritto di reputarmi il depositario della verità assoluta. Non è così che stanno le cose, tutt'altro. Quando un giovane insegna qualcosa a un grande significa che possiamo osservare il futuro con la speranza nel cuore. E il ritorno della primavera dopo il lungo inverno è un inno all'ottimismo.

Ripenso ad un'altra frase che Giorgia mi ha buttato lì mentre eravamo seduti sul prato: «Sai, Luca, mi sento così orgogliosa e felice per quello che sto facendo. Spesso i pensieri scivolano indietro nel tempo, ripenso a quando stavo male e mi sento quasi in dovere di ringraziarla quella malattia, perché attraverso di lei io sono riuscita a diventare una persona migliore.»

Sì, lo penso anche io. Giorgia oggi è una persona migliore e soprattutto coraggiosa. Non ha più paura di raccontarsi, il dolore ancora taglia, ma lei riesce a maneggiarlo, la vergogna appartiene al passato.

Quando riparto per Senigallia, il sole sta scendendo in fretta dietro le colline che separano il parco dal lago Trasimeno. L'aria è ancora tiepida. Giorgia, prima che io salga in auto, mi richiede indietro il libro, lo appoggia sul cofano e mi scrive una dedica: «Al grande Luca e ai tanti progetti insieme, con tanta stima. Giorgia.»

Arrivo a casa che è buio, il tempo di cenare e comincio a sfogliare il libro, stranamente inizio dalla fine e dai ringraziamenti: «Credo fortemente che siamo la somma delle quattro/cinque persone che abbiamo intorno. E, ad oggi, so riconoscere quali sono le persone che portano un valore aggiunto alla mia vita e quali no. Grazie ai miei nonni. Grazie per esservi accorti della mia esistenza. Vi voglio bene. Grazie ai miei genitori e a mia sorella Giulia.»

Il testo prosegue con altri ringraziamenti ed altre considerazioni, ma io mi soffermo sulle ultime due righe: «La vita è una e anche se a volte sembrano non esserci più motivi per vivere, voi cercateli. Sono sicura che li troverete. Ciao, mi chiamo Giorgia e sono nata due volte. Abbiate la forza di cambiare, smettendo di subire.» 🍷

[Ascolta l'audio storia](#)

## Storia di un padre



# Storia di un padre

**«Bullismo e cyberbullismo sono piaghe.  
Poi ci sono progetti come “#cuoriconnessi”.»**

**S**ono un padre e mi chiamo Alessandro. Ho raccontato a Luca la mia storia, che poi è anche quella di mio figlio e della nostra famiglia, per trasferirvi un concetto importante. Recarsi dalla Polizia di Stato quando si è vittime di bullismo o di reati online, non è un ripiego. È la soluzione.

Io e mia moglie abbiamo intrapreso questa strada appena siamo venuti a conoscenza dei fatti che riguardavano nostro figlio e le cose hanno iniziato a cambiare. E non esiste solo l'aspetto legislativo e giuridico ad alleggerirti l'anima, ma anche quello psicologico. Finisci di sentirti solo, comprendi che lo Stato è dalla tua parte e che dietro a ogni divisa si nasconde una persona pronta ad ascoltarti. In molti casi, sono anche delle mamme e dei papà. Noi abbiamo trovato nella Polizia di Stato e in “#cuoriconnessi” la via d'uscita ed è stato sufficiente per tornare a guardare il futuro come una promessa e non più come una minaccia.

L'uscita di un libro assomiglia all'apertura di una voliera. Parole libere di seguire il vento come meglio credono e di depositarsi sopra comodini o dentro librerie. Mani che sfogliano, occhi che leggono, voci che commentano. È così che questa storia ha preso forma. Un giorno di fine inverno una mamma si trova tra le mani il libro “#cuoriconnessi” e di pagina in pagina avverte che quell'insieme di fogli può indicargli una strada. Ne parla con suo marito Alessandro

che, senza starci troppo a pensare, mi contatta attraverso il sito. Ogni volta che accade qualcosa di simile, provo un certo stupore. Sembra quasi impossibile che quelle storie scritte di fronte a un display possano planare sulla realtà di tante persone e a volte incidere sulle loro vite. La considero la prova tangibile che aiutarsi a vicenda è possibile, è un dovere, un debito di gratitudine nei confronti della vita.

Con Alessandro, e questa volta non è un nome di fantasia, c'intendiamo subito perché siamo innanzitutto padri. Al diavolo il giornalista che scopre un caso, al diavolo la notizia che produce ascolto, siamo due padri e come tali sappiamo che nulla è più insopportabile del dolore provocato dalla sofferenza di un figlio. Il sollievo supremo sarebbe potersi fare carico di quell'inferno, ma ciò non è possibile. E questa è la vera condanna, perché il dolore è cosa intima e personale.

Ha la voce profonda e buona, Alessandro. Lavora nel campo sanitario e ben conosce quanto siano ramificate le strade della sofferenza. Quello che la sua famiglia sta vivendo da quasi due anni rappresenta la parte malata del Web e, come sempre, i mandanti siamo noi, strani esseri capaci di sabotare qualsiasi cosa e di trasformare le opportunità in trappole.

Alessandro è provato, tutta la famiglia è logorata da una vicenda dai contorni che con il tempo si sono fatti sempre più nitidi e non è semplice raccontarla.

La cosa straordinaria di questo papà e di questa mamma è che non hanno risposto al dolore chiudendosi; di comune accordo, hanno scelto di condividere il loro drammatico percorso affinché possa essere di aiuto ad altri: docenti, genitori e ragazzi, in definitiva a tutti. Una scelta d'amore verso il prossimo, un gesto di civiltà e giustizia. Per questo motivo, Alessandro ha accettato di prendere parte anche al tour virtuale di “#cuoriconnessi”. Era il 13 febbraio 2021. La mattina in cui ha raccontato l'intera vicenda, migliaia di studenti e docenti erano collegati da ogni angolo d'Italia

ed è stata una delle puntate più intense tra le undici che abbiamo realizzato in questo complicato 2021. Io in uno studio virtuale, un rappresentante della Polizia Postale collegato dalla sua sede e poi le scuole, tante. Sul display i volti degli studenti seduti in classe, distanziati e con quelle mascherine destinate a diventare l'icona di una pandemia che rimarrà per sempre impressa nei futuri libri di storia.

È doloroso e tenero osservarli prigionieri di quella specie di bavaglio che copre naso e bocca e che tutti odiamo, ma che assieme ai vaccini rappresenta il primo dei nostri alleati.

Parla a lungo, Alessandro. Senza giri di parole, si spinge oltre la soglia del dolore e di quello che potrebbe e forse vorrebbe evitare, ma è bene che tutti sappiano. Lo ammiro, tra noi è nato un rapporto intenso e di grande affetto, appena sarà possibile farò una scappata in Emilia per conoscere e abbracciare questa famiglia scivolata dentro un buco nero.

«Mi sono accorto che le cose non andavano» racconta Alessandro «osservando il lento e inesorabile cambiamento del carattere di Matteo (nome di fantasia) che al tempo aveva tredici anni. Inizialmente ogni genitore si preoccupa in maniera ragionevole quando intuisce che in un figlio qualcosa non sta andando nella giusta direzione. Vengono in mente tante motivazioni che possono causare questo genere di tensioni, in primis le burrasche adolescenziali che tutti, nessuno escluso, abbiamo dovuto attraversare.»

Mi viene spontaneo chiedere ad Alessandro come fosse Matteo prima del cambiamento e lui risponde senza esitazione: «Era un adolescente normale o forse qualcosa in più. Bravo a scuola, solare e sicuramente generoso e disponibile. Matteo non aveva alcun tipo di problema, il suo essere estroverso lo portava a stringere rapporti con grande facilità, coetanei o adulti cambiava poco.» Ci pensa un attimo, Alessandro, prima di andare avanti, ma ci tiene a sottolineare che Matteo era stato segnalato dai docenti per il suo potenziale intellettuale.

Conosco bene la storia di Matteo, è come se il sole fosse improvvisamente tramontato a mezzogiorno lasciando il posto a un'oscurità impenetrabile. Matteo che parla sempre meno e inizia a trascorrere intere giornate all'interno della sua stanza, l'unica luce che riesce a illuminarlo è quella del display. Le giornate procedono tutte uguali ed i genitori cominciano ad essere seriamente preoccupati. Che cosa sta accadendo? Papà e mamma si domandano come sia possibile che il loro figlio sia finito dentro questa ragnatela basata sul silenzio e la chiusura.

Il muro che lo circonda ogni giorno diventa sempre più robusto e ben presto si trasforma in una prigione. L'unico suo contatto con l'universo avviene attraverso la rete e qualche videogioco. Sono intelligenti i suoi genitori e con pazienza, ma soprattutto amore, tentano di trovare una chiave di accesso che consenta loro di entrare in quell'universo parallelo, ma trovano solo porte sbarrate. La comunicazione è interrotta e quel silenzio si trasforma in angoscia. «La situazione era drammatica» racconta Alessandro «non esisteva un passaggio, Matteo ormai era irraggiungibile. Impotenza, rabbia, dolore. Quando Matteo ha iniziato a escluderci dalla sua vita ci siamo anche arrabbiati, lo abbiamo rimproverato più volte, poi abbiamo intuito che quel Matteo lì aveva poco a che fare con il Matteo che conoscevamo noi, evidentemente c'era dell'altro. È stato come se qualcuno avesse tolto le fondamenta alla casa in cui vivevamo e dove ci sentivamo sicuri e protetti. Noi avevamo il sospetto che forse qualche coetaneo gli avesse fatto qualcosa, ma non riuscivamo ad uscire dal campo delle ipotesi.»

Quando la mamma, per l'ennesima volta, tenta di aprire una finestra di dialogo, Matteo reagisce addirittura con una violenza che non gli appartiene. Fino a qualche mese prima, la sola idea che Matteo potesse ribellarsi alla mamma reagendo in quel modo avrebbe fatto sorridere tutti, nessuno l'avrebbe ritenuta una cosa possibile.



Ho parlato molte volte con Alessandro e qualche volta anche con sua moglie, del dolore che li aveva presi in ostaggio, spesso ci siamo visti in video. Purtroppo, il Covid ha modificato il nostro modo di conoscere tante persone. Si viaggia da fermi attraverso link, videochiamate e connessioni incerte. Nonostante questi limiti, è ugualmente possibile stringere rapporti e far sentire la propria vicinanza a chi vive un periodo difficile. In certi momenti, capita a tutti di sentirsi vulnerabili e una parola di conforto, anche se arriva attraverso uno schermo, mantiene intatto il suo potere di riscaldare l'anima. Per un tempo infinito, si muovono senza una direzione precisa. Solo nebbia e angoscia, quella che non ti molla mai, quella che ti accompagna dalla mattina alla sera sottraendoti al resto del mondo. Tentano anche la strada del sostegno psicologico, intanto passano le settimane e la solitudine diviene la loro inseparabile compagna di viaggio.

Matteo, nel frattempo, ha anche deciso di chiudere con la scuola e non esiste modo di convincerlo a varcare quel portone. Si tratta di una scelta incredibile, visto che a lui la vita di classe e lo studio sono sempre piaciuti. I suoi insistono, lo stimolano e a tratti lo implorano. Non è accettabile che un figlio tredicenne decida improvvisamente di abbandonare gli studi. Cercano disperatamente di capire cosa si nasconda dietro a quella scelta ferrea e ostinata, ma ogni verità rimane imprigionata nel silenzio che continuava a riempire l'aria di casa. Ma ad un certo punto, anche per Matteo quel peso e quella pressione diventano insopportabili. Troppo difficile sopravvivere schiacciato da tanto dolore e così sono iniziate le prime timide ammissioni. Le parole si nascondono nel suo stomaco, pesano come macigni. A questo si aggiunge la vergogna, la paura di deludere le persone a cui si vuole più bene al mondo, la frustrazione di non essere stato in grado di gestire da solo una situazione complicata.

«È stato difficile trovare uno spiraglio, ma io e la mamma non abbiamo mai mollato. Sapevamo che prima o poi

avrebbe finito con il fidarsi di noi. Non è stato un cammino, è stato un calvario.»

Con fatica Matteo regala ai suoi genitori i primi tasselli di verità; ci sono dei compagni dietro a quel malessere, anche se la parola *compagni* suona del tutto inappropriata. Con due di loro aveva condiviso le scuole elementari, stessa classe. Il terzo si era aggregato da poco al gruppetto. Inizialmente il racconto è frammentato, piccoli pezzi di verità scollegati tra loro. Matteo parla di qualche sigaretta fumata assieme, di petardi fatti esplodere sotto i portici in mezzo alla gente e come se non bastasse di qualche piccolo furto nei supermercati ed in qualche negozio. Quello che manca ad Alessandro e a sua moglie è però il filo conduttore. Perché Matteo è rimasto agganciato a questo gruppetto? Quelle azioni non fanno parte della sua indole. Matteo che commette un furto! Un'azione che non sta né in cielo né in terra. Quale molla è scattata nella sua mente? Le sue confessioni sono parziali, deve esserci qualche altra cosa che gli tormenta l'anima e nel mezzo dell'oscurità, questa è la sola certezza che possiedono. Un giorno Alessandro mi dice al telefono: «Ci sono voluti sei mesi, Luca, prima che Matteo trovasse il coraggio di confessare tutto. Sei mesi infiniti che ci hanno corrosi, quasi annientati. Poi, finalmente, con l'arrivo dell'estate, ha trovato le risorse necessarie per affrontare la realtà.»

Questa volta la sua confessione è totale e incondizionata. Piange, Matteo, e con lui tutta la famiglia, ma ora è arrivato il momento di comprendere e reagire. Nessuno aveva mai sentito parlare di catfishing, un genere di attività subdola che prevede attraverso i social di raggirare qualcuno creando una falsa identità. La vittima viene adescata dal "catfish" e cioè pescegatto.

L'esca aveva le sembianze di una ragazza; è così che Matteo ha iniziato a chattare con questa falsa identità dietro

la quale si muoveva il gruppo. Giocando sulla sua ingenuità, non è stato complicato costruire una finta relazione tra i due. La trappola più diabolica è scattata quando i tre, fingendosi la ragazza, hanno chiesto a Matteo di inviare qualche immagine che lo ritraesse nudo. Matteo avendo già ricevuto alcune foto hard della finta ragazza, si è lasciato coinvolgere ed è così che il catfisghing è andato a buon fine. Quando si è reso conto di essere caduto in un tranello perfido era oramai troppo tardi.

A quel punto sono iniziati i ricatti, le vessazioni e le torture psicologiche. Il suo incubo era che quelle foto potessero venire diffuse e per lui sarebbe stato troppo. Per evitare che ciò accadesse veniva costretto a compiere azioni contro la sua volontà e, nello stesso tempo, non perdevano occasione anche per bullizzarlo sfasciandogli bicicletta, smartphone e altri oggetti personali. In alternativa, si divertivano nel lasciarlo chiuso all'interno del gabinetto. Chiedere aiuto non rientrava tra i suoi diritti, perché altrimenti il gruppo avrebbe diffuso all'istante le foto.

«Hanno annullato tutte le sue certezze e la sua autostima, hanno condotto una famiglia sull'orlo della disperazione. Siamo passati dall'essere una tranquilla famiglia di onesti lavoratori con dei figli sani e felici, ad avere paura di quello che Matteo avrebbe potuto fare durante la notte» prima di proseguire con il discorso Alessandro deve fare una breve pausa «lo controllavamo a vista, evitavamo di lasciarlo solo e quella non era più vita.»

Matteo era diventato il gioco preferito dalla piccola gang, la cavia da torturare a piacimento, il centro nevralgico di ogni possibile cattiveria. All'orizzonte nessuna via d'uscita. Spesso, per aumentare l'angoscia della vittima, il gruppetto gli comunicava che le foto erano state appena diffuse e che per lui era giunta la fine. Forse il gruppetto neppure lo sapeva, ma questa tecnica di tortura è in grado di annientare anche la mente più solida. Spesso, durante la guerra i prigionieri venivano sottoposti a finte fucilazioni e

solo un attimo prima che il plotone sparasse veniva bloccata l'esecuzione. Procedure perfide e raffinate. Tutto ciò, Matteo, l'ha subito per mesi.

«È stato fatto un lavoro di coscienziosa demolizione. Se la giustizia confermerà tutto» prosegue Alessandro «bisognerà ammettere che sono stati bravi, hanno svolto un lavoro professionale riuscendo a minare nel profondo gli equilibri di un coetaneo.»

«Sai, Luca, sarebbe molto bello poterti dire che nel momento in cui Matteo ha parlato siamo arrivati alla soluzione del problema, ma purtroppo le cose sono andate diversamente. Io e mia moglie abbiamo sporto denuncia presso la Polizia Postale e con grande sollievo abbiamo incontrato persone disposte ad ascoltarci; quello è stato un passo importante, perché chi commette reati del genere è giusto che paghi. Le indagini si dovrebbero essere concluse da poco e quindi la giustizia sta facendo il suo corso. Il vero problema, caro Luca, a quel punto, era rappresentato dallo stato mentale di nostro figlio.»

Il discorso adesso diventa difficile, certi traumi lasciano solchi profondi e probabilmente occorrerà ancora del tempo per ritrovare il Matteo di una volta, quello allegro e spensierato che non stava mai zitto. La famiglia ha dovuto affrontare anche la dura prova di vedere il proprio figlio ricoverato in un reparto di psichiatria, ha dovuto fare i conti con atti di autolesionismo e soprattutto con il terrore che dei propositi suicidi potessero indurre Matteo a compiere gesti che non vogliamo neppure immaginare.

Siamo tutti fragili. Questo è l'unico pensiero che mi galleggia in mente, mentre continuo a scrivere questo taccuino di viaggio che a tratti è più tagliente di una scheggia di vetro.

Poi c'è la solitudine, lei in questi frangenti si deposita sulle famiglie come polvere silenziosa e soffocante: «Non sapevamo più dove sbattere la testa» racconta Alessandro con la sua voce profonda e un tono che la dice lunga sui

patimenti vissuti. Eppure il suo parlare trasferisce anche coraggio e saggezza, ci pone di fronte a un papà provato, ma sempre in prima linea, concentrato e disposto a qualsiasi cosa pur di vedere tornare a splendere la luce negli occhi di Matteo.

Penso al momento in cui questa famiglia ha sporto denuncia e a quanto sia stato corretto compiere quell'azione. Non si tratta di vendetta, ma di giustizia, e anche per Matteo sarà importante comprendere che non è stato lui a sbagliare. Non ha commesso alcun reato, lui è la vittima di una situazione perversa e non ha nulla di cui doversi vergognare. Facile a dirsi, più difficile assimilarlo.

Matteo in questi ultimi tempi sta facendo progressi, è meno aggressivo e a volte è possibile persino strappargli un sorriso. Il percorso di recupero si preannuncia ancora lungo, nel frattempo ha ricominciato ad uscire per qualche minuto facendo due passi attorno a casa. Accompagna il papà a fare qualche commissione, piccoli segnali, tracce ancora labili, ma significative.

«“#cuoriconnessi” è stato un grande appiglio e qui devo fare i complimenti a mia moglie che mi ha fatto leggere il libro. Da lì si è aperto un mondo, abbiamo capito che non eravamo soli e che molte altre famiglie avevano vissuto o stanno vivendo situazioni simili alla nostra. Ci avete indicato e consigliato le strade da percorrere e questo per noi ha un valore inestimabile. Tu, Luca, sei genuinamente dalla parte giusta, aggiungerei che “#cuoriconnessi” è dalla parte giusta ed io e mia moglie non vi molliamo più.»

Quando Alessandro pronuncia queste parole con la sua piacevole cadenza emiliana, mi emozionano, nessuna vergogna. Con quelle frasi regala un senso di compiutezza al mio e al nostro impegno sul fronte della prevenzione e della sensibilizzazione nei confronti di temi potenti come il bullismo e il cyberbullismo. Spesso noi che lavoriamo al progetto ci domandiamo se realmente sia in grado di incidere

sulle vite altrui e se il nostro contributo alla costruzione di un mondo migliore sia concreto. Quanti dubbi, ma forse fino a quando ci porteremo dietro queste perplessità, “#cuoriconnessi” continuerà a funzionare. Non sentirsi depositari di alcuna verità crea empatia; ci muoviamo su un piano orizzontale perché una comunità degna di tal nome non conosce pareti verticali. Tutti viviamo condizioni simili, nessuno è esente dal dolore e quindi non resta che aiutarci a vicenda.

Ogni volta che saluto Alessandro mi sento fortunato per quello che mi ha insegnato come padre e come cittadino. Sì, appena questo virus mollerà un minimo la presa, bisognerà conoscersi di persona e spero che Matteo mi conceda l'onore di poterlo abbracciare, lui non è solo, può definirsi “solo” esclusivamente chi non ha mai conosciuto l'amore e lui “solo” non lo è mai stato. Mai. Forse ci vorrà del tempo prima che lo capisca pienamente. Quel giorno comunque arriverà. 🍷

[Ascolta l'audio storia](#)

## Storia di una mamma



# Storia di una mamma

**«Le offese hanno un peso specifico superiore rispetto ai complimenti.  
Ti rimangono dentro per sempre.»**

**S**ono varie le cose che mi hanno spinto a raccontare la mia storia. Il primo aspetto riguarda l'importanza dei progetti di sensibilizzazione come “#cuoriconnessi”, in quanto niente come le storie e i consigli che ci regalano degli esperti sono in grado di renderci consapevoli delle insidie che si nascondono nella rete. Nella classe di mio figlio hanno ascoltato l'audiolibro di “#cuoriconnessi”, hanno riflettuto, ne hanno parlato e sicuramente tutto ciò li aiutati a crescere. Il secondo aspetto riguarda noi genitori, che dobbiamo essere attenti ai comportamenti dei nostri figli, a volte li vediamo chiusi e allora bisogna cercare di capire, di aiutarli a parlare. E voi ragazzi lasciatevi andare, nessun freno, ricordatevi sempre che un genitore è e sarà sempre al vostro fianco. Infine un'ultima cosa. Utilizzate le parole con cura, perché ferire è abbastanza semplice, molto più complicato è guarire da certe offese. Non usatele mai con leggerezza. Winston Churchill diceva che siamo padroni delle parole non dette, ma schiavi di quelle che ci siamo lasciati sfuggire.

Mi cade l'occhio sull'icona di Messenger e noto che è presente una notifica. Non è semplice ricordarsi e soprattutto trovare il tempo di leggere tutto ciò che la tecnologia ogni giorno ci rovescia addosso. E-mail, chat, social, un flusso inarrestabile di parole con cui quotidianamente dobbiamo fare i conti. Effetti collaterali di una comunicazione che scorre più velocemente di un fiume in piena. Apro Messenger. Si



chiama Vera la persona che mi ha scritto, non la conosco, leggo subito tutto ciò che ha deciso di raccontarmi.

*«Buongiorno Luca, sono Vera, una donna e mamma.*

*Arrivo a te per un giro strano. Ieri mio figlio Andrea, dodici anni, mi chiede un aiuto per un compito di educazione civica: «mamma devo rispondere a delle domande dopo aver ascoltato un audio, mi aiuti? Così se mi sfugge qualcosa abbiamo sentito in due.»*

*Non molto convinta acconsento «ok sentiamoci questo audio!»*

*Inizi tu a raccontare la storia di Camilla, la ragazza che ti ha contattato per raccontarti la sua vicenda di cyberbullismo. Arrivo alla fine dell'audio e piango.*

*No, non solo perché il racconto è coinvolgente e chi è sensibile come me si fa prendere dentro.*

*E non solo perché immagino quel dolore.*

*Ma perché è lo stesso dolore che ho provato io per lo stesso motivo.*

*La stessa identica offesa, le stesse cattiverie.*

*Ho pianto perché ascoltando lei ho rivisto me e rivissuto quel tempo.*

*Non era cyberbullismo, perché allora non esistevano smartphone e chat (e questo è stato un vantaggio seppur minimo per me), ma bullismo e basta.*

*Quelli che mi hanno fatto tanto male erano ragazzi di un anno più grandi di me, alle superiori. Erano grandi, grossi e sportivi; hai presente i "bellocchi" dei college americani? Quelli che grazie alla loro forza si sentono i padroni del mondo e possono fare qualsiasi cosa? Ecco, erano tipi del genere ad avermi preso di mira. Ho cinquant'anni e se ci penso, quella parte fragile di me soffre ancora. Sono cresciuta con insicurezze presenti anche oggi. Quando mi hanno detto o mi dicono che sono bella non ci ho mai creduto fino in fondo. Le offese hanno un peso specifico superiore rispetto ai complimenti. Una legge della fisica inspiegabile.*

*Ti prego di abbracciare anche solo virtualmente Camilla da parte mia. Dille che ha avuto tanto coraggio e che aver affrontato questa*

*cosa con la sua famiglia l'aiuterà a circoscrivere ciò che ragazzini senza sensibilità, empatia ed educazione del cuore l'hanno costretta a subire.*

*Un abbraccio, Vera.»*

Rileggo per due volte questa lettera così sincera e profonda e in particolare mi resta impressa nella mente una frase: “Le offese hanno un peso specifico superiore rispetto ai complimenti. Una legge della fisica inspiegabile.”

Non avevo mai riflettuto su questo aspetto, ma è proprio così che stanno le cose; un complimento con il trascorrere degli anni si trasforma in un piacevole ricordo, ma il dolore per un'offesa è destinato a rimanere piantato lì nel petto come un chiodo arrugginito, del tutto indifferente all'incedere del tempo. Non lo so per quale motivo accada tutto ciò, forse come scrive Vera «siamo di fronte a una legge della fisica inspiegabile.»

Rispondo subito e la ringrazio per quelle parole, per la sua sensibilità e per aver trovato la forza di condividere quella pagina della sua vita che forse è destinata a non chiudersi mai del tutto. Il dolore trova sempre uno spiraglio dove infilarsi. In questo, è un vero e proprio maestro.

Nei giorni successivi Vera mi scrive ancora, aggiunge particolari, quel passato improvvisamente non sembra essere così passato e affiorano tanti ricordi. È una donna intelligente e profonda, Vera, elegante nei modi, ha un ottimo lavoro e soprattutto è una mamma attenta, una di quelle che non si accontenta del frettoloso «tutto bene» con cui i nostri figli generalmente rispondono alla domanda «come va?» Alla fine, ci sentiamo al telefono perché la realtà ha bisogno di voci, sfumature e pause, ed è così che riesco a comprendere fino in fondo quanto male le abbiano fatto durante l'adolescenza. Non so di preciso perché stiamo continuando a muoverci nel mezzo di quel passato, ma a

volte bisogna semplicemente lasciarsi andare e fregarsene delle strategie.

Le relazioni tra esseri umani conducono sempre da qualche parte, i muri vanno abbattuti a colpi di parole utili, perché ascoltare ed essere ascoltati resta l'unico sistema valido per rimanere dentro la vita in maniera decente. Nessuno vince da solo. Sembra una frase fatta, un dogma, ma questa è una delle poche verità assolute che mi accompagna da sempre. Ed è proprio così, tra una chiacchierata e l'altra, che Vera mi spiega quanto sia stata utile nella classe di suo figlio, una seconda media, la lettura e l'approfondimento della storia di Camilla. «Sai, Luca» mi dice Vera «quando ero adolescente io non ero quella che vedevo riflessa nello specchio della mia camera, io ero ciò che gli altri avevano deciso dovessi essere. Una sfigata timida e paurosa, una specie di essere inutile che era però in grado di soddisfare il loro bisogno di accanirsi contro qualcuno. Fiutavano le mie insicurezze e allora mordevano, mi isolavano dal resto del gruppo e agivano con una precisione chirurgica.» Scopro che come Camilla anche Vera per un certo periodo aveva dovuto sopportare il peso di un busto ortopedico. Il peso non era quello valutabile in pochi etti di materiale leggero e poco invasivo appoggiato sulle spalle, il peso intollerabile era quello che le schiacciava l'anima, la comprimeva mozzandole il respiro e che aveva il potere di svegliarla nel cuore della notte lasciandola da sola, circondata da pensieri più neri di una notte senza luna. Per il gruppo dei carnefici, quel busto rappresentava un argomento in più per ferirla.

Ripenso alla storia di Camilla, ai messaggi nella chat di classe dove l'avevano soprannominata «la gobba» a causa di quel busto. Ripenso a Camilla, rea di aver raccontato tutto a casa e questo le era valso il doppio soprannome di «spia con la gobba». Poi i ricoveri in ospedale e una diagnosi che non forniva spiegazioni scientifiche alla sua patologia, un dottore saggio si era limitato a parlare di «male di vivere».

Anche Vera, pur senza aver subito la perfida aggressione tecnologica che amplifica gli attacchi, è stata per anni avvolta da quel male soffocante e invisibile che trasforma in inferno ogni cosa.

Un giorno, mentre stiamo conversando al telefono, Vera torna a parlarmi del libro “#cuoriconnessi” e di quanto sia importante affrontare in maniera così diretta certi temi all’interno delle scuole ed è proprio in quel momento che mi viene in mente l’idea: «Senti, Vera, ma cosa ne pensi se incontrassi la classe di Andrea, almeno così approfondiamo ancora di più il tema?» Vera è una “donna del fare” e si mette subito in moto. Contatta la Dirigente che accoglie con entusiasmo l’iniziativa; unico punto fermo: suo figlio non dovrà sapere che alle spalle di questo evento c’è lo zampino di sua mamma. Probabilmente lo metterebbe in imbarazzo e forse lei si troverebbe costretta a dover spiegare le strade che l’hanno portata a conoscermi. Io sono d’accordo con lei, facciamo in modo che Andrea viva questa esperienza senza nessuna forma di condizionamento. Passano pochi giorni e mi chiama l’insegnante di riferimento, mi sorprende sempre l’entusiasmo con cui le scuole mi accolgono, ma in realtà il primo ad essere gratificato da questi incontri sono proprio io. Loro, docenti, dirigenti e studenti, nel momento in cui mi contattano, danno un senso al mio lavoro e al progetto “#cuoriconnessi”. Sono un portatore di dubbi e non di certezze, cerco sempre di trovare nuove chiavi comunicative in grado di spalancarmi le porte che conducono alle stanze dei pensieri, anche quelle più nascoste e prive di finestre dove non sembra filtrare neppure un raggio di luce.

Ogni scuola che mi contatta o entra in collegamento con l’universo di “#cuoriconnessi” lascia una piccola traccia positiva. Evidentemente, le storie che raccontiamo a volte lasciano un segno, creano uno spazio all’interno del quale è possibile ipotizzare un cambiamento. Quando arriva il giorno del collegamento online, mi trovo di fronte a docenti

preparati e a ragazzi reattivi pronti a fare domande e soprattutto disposti ad ascoltare. Non accade sempre, perché la didattica a distanza ha complicato le cose. L'universo di queste generazioni si è improvvisamente ridotto a una stanza e un display. Niente ricreazione, niente allenamenti, niente passeggiata per le vie del centro. Scarsa condivisione delle emozioni, pensieri che si muovono imprigionati tra cuore e cervello senza trovare uno straccio di sentiero che li possa condurre verso l'altro.

Non sono uno psicoterapeuta, ma la fragilità e la solitudine sono difficili da nascondere. Sono contento che l'incontro abbia prodotto effetti positivi. La sera mi telefona Vera: «Luca, oggi Andrea è tornato a casa tutto contento e mi ha raccontato che l'autore del libro “#cuoriconnessi” ha dialogato con lui e i suoi compagni per un'ora. Mi ha detto che è stata un'esperienza utile per capire meglio tante cose.» Bella cosa, ma niente potrà mai risarcire Vera per quello che ha subito durante il periodo delle scuole superiori. Il bullismo lascia segni indelebili. Certe cose, probabilmente le più dolorose, Vera fatica a raccontarle ed io non insisto. Non appartengo a quella categoria di giornalisti che pur di arrivare al fatto calpestano le persone, mi sono sempre dato delle priorità, perché quando ci si muove nel mezzo dei sentimenti altrui è molto facile ferire.

Vera ha conosciuto la solitudine più corrosiva e cioè quella che non contempla nessuna forma di solidarietà. Per paura del branco? Probabilmente sì, perché è così che funzionano le cose. “Fino a quando se la prenderanno con altri non avranno tempo e modo di concentrarsi su di me.” Questo è il pensiero dominante degli invisibili, della maggioranza silenziosa che non prende posizione e si eclissa dietro il silenzio. Non è poi così complicato fingere di non vedere, è sufficiente rimanere a debita distanza sia dalla vittima che dai carnefici e lasciare che le cose vadano avanti per inerzia. «È quella solidarietà negata che ti colpisce a morte» mi

racconta Vera. «Nessuno è disposto a regalarti un briciolo della sua umanità, perché richiederebbe l'enorme sforzo di alzare lo sguardo verso l'ingiustizia e quindi prendere una posizione. Nessuno vuole esporsi, meglio restarsene mimetizzati nel mezzo del gregge. Sono lunghi cinque anni di scuole superiori vissuti all'interno di questa gabbia e, nel frattempo, ti immagini che anche il resto della vita sarà composto da un insieme di umiliazioni e di mortificazioni. L'autostima ti abbandona, scompare nel nulla e quello spazio vuoto si riempie di ombre.» Torno a Camilla e a quella diagnosi che parlava di «male di vivere.» Nessuno merita di non sopportare la vita per colpa di altri, nessuno.

*Riders on the Storm* cantava Jim Morrison e a Vera, per attraversare quella tempesta, sono stati necessari cinque lunghi anni. Cosa le hanno rubato? L'adolescenza, i sorrisi, le feste e soprattutto la spensieratezza. Violenze fisiche? Forse, non ne abbiamo parlato, ma in più di un'occasione ho compreso che esisteva un perimetro di ricordi all'interno del quale non mi sarebbe stato possibile accedere. Avete idea del nastro che delimita l'area di un crimine? Nei polizieschi è sempre presente, c'è scritto «Don't cross the line.» Io in quell'area non sono mai voluto entrare, perché il rispetto delle persone viene prima della cronaca, nella mia vita di giornalista ho visto all'opera gente senza scrupoli (non li definisco colleghi) che pur di pubblicare un qualcosa di potente ha annientato persone e famiglie. Benedetto il re dei reporter contemporanei, Ryszard Kapuściński, che scrive: «Credo che per fare del giornalismo si debba essere innanzitutto degli uomini buoni, o delle donne buone: dei buoni esseri umani. Se si è una buona persona si può tentare di capire gli altri, le loro intenzioni, la loro fede, i loro interessi, le loro difficoltà, le loro tragedie. E diventare immediatamente, fin dal primo momento, parte del loro destino. È una qualità che in psicologia viene chiamata empatia.» Già, l'empatia. Quella che tutti hanno negato a

Vera, ma non solo a lei. L'empatia è merce rara e in tempo di Covid addirittura rarissima, eppure tutti ne abbiamo un bisogno disperato. L'empatia scalda e ci aiuta a comprendere l'altro, rappresenta il fulcro di tutto, ma troppo spesso viene annientata dalla pochezza di noi esseri umani.

Pochi giorni fa, mi compare dal nulla un'e-mail di Vera. A introdurre le sue parole neppure un «Ciao Luca», va dritta al sodo come se avesse preso il coraggio e colto l'attimo giusto per sfilarsi dalla pelle una scheggia di vetro: «Terza superiore. Dopo l'ora di ginnastica andiamo a cambiarcì nello spogliatoio. Io sono veloce e in tre minuti mi vesto. Mentre sono sola, due di quei primati irrompono nella stanza, cercavano me. Sono arrivati tardi, ma non desistono, vorrebbero che mi spogliassi nuovamente, ma non per usarmi violenza, semplicemente per umiliarmi, per deridere il mio corpo ancora acerbo. Un incubo che dura qualche minuto, io tengo duro, spero che tutto passi in fretta, poi per fortuna ci sono dei rumori e loro abbandonano la preda. Avrei dovuto denunciare, sarei dovuta andare dai professori, ma la paura ha un effetto paralizzante che inibisce ogni possibile azione. Paura del branco, ma soprattutto paura di non essere creduta, la loro parola contro la mia, chissà come sarebbe andata a finire. Di certo ero arrivata ad una convinzione: quella battaglia l'avrei condotta da sola perché non avevo alleati. Quello che loro volevano sottrarmi non erano i vestiti, ma la dignità. Osservarmi nuda e quindi ridere del seno che non avevo e del mio corpo che assomigliava a un ramo secco. Questo volevano. In palestra mi andò bene, ma tante volte, troppe volte, le cose andarono diversamente. Ancora, caro Luca, non sapevo che nessuno può toglierci la dignità, quella noi ce la portiamo dietro dalla nascita. Nessuno, dico nessuno può farlo, ma quando hai tredici anni e il cuore spezzato, ancora molte cose della vita devi andartele a conquistare.» Quello che lei mi scrive rappresenta una verità senza tempo. Accadeva anche nei lager nazisti; lasciare le

persone nude come vermi, immobili e semicongelate di fronte ai loro corpi scheletrici e vulnerabili. L'umiliazione spegne le anime, accade questo. Sono torture che nascono dalla perversione, marcia di pensieri immondi. Nulla di nuovo, e allora mi domando come si possano dimenticare certe violenze psicologiche, non ho idea di come certe ferite possano cicatrizzarsi. Forse raccontandole e condividendole. Forse. Perché di certezze non ne possiedo neppure l'ombra.

Proseguo a leggere l'e-mail: «Molti anni dopo, uno di quel gruppetto, sicuramente non riconoscendo in me il bruco che ero stata, ha fatto il "simpatico", un mezzo approccio che io ho subito ignorato e respinto. Nonostante il tempo trascorso, ancora mi vergognavo di essere stata ai loro occhi un povero e miserabile bruco. Mi sarei messa a piangere e forse per questo motivo non trovai il coraggio di dirgli ciò che avrei voluto. Lo rivedessi ora non avrei più problemi, troverei le parole giuste per trasferirgli quello che ho passato e quella che nonostante le loro torture sono diventata oggi. Nessuna vendetta, piuttosto la chiamerei giustizia, quella che mi è stata negata per troppo tempo. Forse, ora caro, Luca ti è più chiaro per quale motivo leggendo la storia di Camilla sono scoppiata a piangere. L'ho fatto di nascosto, il tempo di finire la lettura assieme a mio figlio e poi quel passato troppo ingombrante mi è nuovamente esploso dentro come dinamite.»

Tramite WhatsApp, Vera mi racconta un altro episodio, questo è recente, metafora perfetta delle strade e dei percorsi contorti delle nostre esistenze: «Qualche tempo fa la mamma di una ragazza che è stata bullizzata per l'intero ciclo delle secondarie di primo grado mi ha confidato il suo profondo dolore. Sua figlia era costantemente al centro delle attenzioni di un gruppetto di bulli, le sue uniche colpe erano quelle di essere timida e molto brava a scuola. Le parole di quella mamma avevano il sapore della disperazione, cercava risposte che apparentemente erano inafferrabili. Io



l'ho ascoltata con tanta attenzione, perché la sofferenza di un genitore per un figlio è al vertice dei possibili patimenti umani. Avrei voluto dirle anche un'altra cosa, e cioè che suo fratello, al tempo del liceo, era stato il primo degli aguzzini a prendersela con me. Non ho avuto cuore di confidarle che a causa di suo fratello avevo vissuto lo stesso inferno che stava attraversando sua figlia. Aggiungere dolore al dolore non sarebbe servito a nulla. Lei non aveva colpe, povera mamma, però ho riflettuto su come la vita ci metta costantemente alla prova creando situazioni impensabili.»

Vera oggi trasmette sicurezza, negli anni ha saputo riparare crepe e fragilità con pazienza certosina così come insegna l'arte giapponese del Kintsugi, la cui traduzione è *riparare con l'oro*. Una tecnica che consente di aggiustare un oggetto in ceramica andato in frantumi, usando una mistura di lacca e oro in polvere. L'obiettivo non è quello di nascondere il danno, ma di rendere l'oggetto addirittura più bello e prezioso. Quelle splendide venature dorate che lo rendono unico sono il segno di una fragilità che si è trasformata in bellezza. Anche Vera affrontando la vita ed evitando di rimanersene raggomito, lata nell'ombra, ha compiuto la sua grande opera d'arte. Oggi è una donna che lavora in mezzo a tanti uomini e che viene rispettata ed ascoltata, prende decisioni, impone le sue idee, ma quanta fatica, quanta salita, quante lacrime. Tutto questo bagaglio di dolore che ancora l'accompagna si sarebbe potuto evitare; sarebbe stato sufficiente l'abbraccio di un compagno, uno sguardo di solidarietà, una qualsiasi forma di vicinanza in grado di annullare l'azione del branco. Sì, sarebbe bastato veramente poco, ma quel poco non c'è stato. Però l'antica arte del Kintsugi l'ha trasformata in qualcosa di ancora più bello. Oggi lei è il punto fermo di suo figlio, la sua forza è figlia della fragilità, è Vera che ogni giorno cerca con fatica di indicargli la rotta giusta. Adesso è tempo di cose belle e allora qualche giorno fa le ho proposto un'idea: condividere

la lettura di questa storia nella classe di suo figlio. I nomi sono di fantasia e non esistono indicazioni geografiche, quindi Andrea continuerà a non sapere. Per il momento. Forse arriverà il giorno giusto per raccontargli tutto, chissà! Di certo, sarà Vera e solo Vera a deciderlo, a spiegargli che «le offese hanno un peso specifico superiore rispetto ai complimenti» e che senza “l'altro” la vita si trasforma in un'occasione sprecata. ”

[Ascolta l'audio storia](#)

# SEI UN PROFESSORE?

**VAI AL SITO  
CUORICONNESSI.IT  
E POTRAI ACCEDERE  
AD UNA SERIE DI CONTENUTI  
EXTRA TOTALMENTE GRATUITI:**



scarica i libri di [#cuoriconnessi](#) disponibili integralmente nei formati PDF, MOBI o EPUB



ascolta le audiodorie degli episodi presenti nei libri, raccontate direttamente dalla voce dell'autore Luca Pagliari



partecipa agli appuntamenti in live streaming di [#cuoriconnessi](#) con i tuoi studenti, iscrivendo la tua classe tramite il form di richiesta



richiedi il link per visualizzare i docufilm di approfondimento sulle storie dei ragazzi per visionarli in classe



carica nell'area «laboratorio» le relazioni, le ricerche e i lavori realizzati con la tua classe, per poterli condividere, far visionare e scaricare dalle scuole di tutta Italia

[Vai all'area insegnanti](#)

# #CUORICONNESSI

## **Le Storie del Dopo**

*“Ogni storia è una storia infinita.*

Michael Ende

## Storia di Santiago



# Storia di Santiago

***«La diversità è la vita stessa. Senza diversità il mondo non potrebbe esistere e il Web può aiutarci a diffondere questa verità assoluta.»***

Cercare la persona giusta e confidarle i miei problemi è stato fondamentale per risolvere la questione. Io ho subito sia il bullismo che il cyberbullismo, ma sono tuttora convinto che i veri deboli fossero coloro che mi discriminavano perché amavo la danza e non le cose “da maschio” che piacevano a loro. Chi combatte le diversità ha paura di sé stesso.

Santiago lo avevo lasciato con i suoi sogni e le sue cicatrici, ci eravamo conosciuti al termine di un evento sul cyberbullismo. Il teatro si era lentamente svuotato, ma lui con pazienza aveva atteso che io potessi dedicargli cinque minuti. Esile, sguardo dolce e profondo, la prima sensazione fu quella di trovarmi di fronte a un ragazzo estremamente sensibile. Ricordo la nostra chiacchierata all'interno del teatro deserto, seduti sul palcoscenico con le gambe che penzolavano verso la platea. Non furono cinque minuti, passammo assieme oltre un'ora e ci lasciammo con la promessa di risentirci, perché la sua storia l'avrei inserita all'interno della prima pubblicazione di “#cuoriconnessi”. Era il settembre del 2019.

Santiago, dopo quel nostro primo incontro, continuò a raccontarmi la sua storia arricchendola di mille particolari. Erano in quattro a perseguitarlo. Il fatto che Santiago amasse la danza e fosse con ogni probabilità omosessuale costituiva un valido motivo per odiarlo e accanirsi quasi

quotidianamente contro di lui. Per sfregio lo avevano soprannominato Billy Elliot, come il giovane protagonista di un film che era nato per danzare. Ricordo benissimo i racconti lucidi e precisi di Santiago, dietro alle sue parole si nascondeva tanto dolore, ma a colpirmi furono altri aspetti: il coraggio, la dignità e soprattutto una determinazione straordinaria. Mi disse che non potevano essere quattro adolescenti problematici a intralciare i suoi sogni e il suo percorso verso la danza. In quel periodo, Santiago fu aiutato tantissimo dalla sua amica Martina e dalla professoressa Trentini, docente di educazione fisica. Fu lei a stimolarlo, a illuminare il suo percorso nei momenti in cui l'oscurità rischiò di prendere il sopravvento. Santiago viveva in un paese del sud assieme alla nonna, mentre l'Istituto Tecnico che frequentava si trovava a cinquanta minuti di corriera. Era proprio durante quel tragitto che i suoi aguzzini si divertivano a massacrarlo. Ma non solo in corriera. Spesso si divertivano a dargli la caccia per le vie del paese: insomma, una vera persecuzione.

La prima settimana del dicembre 2021 chiamo Santiago al telefono. È da parecchio che non ci sentiamo, ma percepisco subito dal suo tono di voce che molte cose sono cambiate e che il suo coraggio lo sta premiando. Ci diamo appuntamento nella città dove si trova la sua scuola e lo raggiungo in una giornata dall'aria tiepida e soleggiata. Sono passati oltre due anni dal nostro primo incontro. Santiago è un altro, ha perso l'aria da bambino cresciuto troppo in fretta e il suo fisico asciutto adesso è quello di un'atleta. Anche lui è emozionato nel vedermi e mi racconta che in molti, dopo aver letto la sua storia all'interno del libro “#cuoriconecessi”, gli hanno fatto i complimenti. Altri ragazzi lo hanno invece contattato per chiedergli dei consigli. La sua “storia del dopo” è un raggio di sole e mentre Santiago parla vorrei abbracciarlo. Vorrei farlo per dimostrargli il mio affetto, per fargli comprendere quanto sia stato bravo e soprattutto vorrei farlo a nome di

tutti voi che state leggendo questa storia, perché Santiago ha veramente tanto da insegnarci. In questi due ultimi anni, nonostante tutte le complicazioni dovute alla pandemia, Santiago ha abbandonato il paese e si è trasferito in città a casa di una coppia di zii a cui è legato da sempre. «Pensa, Luca, è stata mia nonna a consigliarmi di farlo. Nonna Sandra resta il punto fermo della mia vita! I miei zii hanno due figli grandi che vivono all'estero e mi hanno accolto come se fossi un dono piovuto dal cielo.»

Scopro che Santiago, accompagnato dalla professoressa Trentini, poco prima del lockdown della primavera 2020, decise di raccontare al Dirigente della scuola ciò che stava subendo da mesi. Il comportamento del Preside fu esemplare: per prima cosa tranquillizzò Santiago dicendogli che da quel momento in poi nessuno si sarebbe più permesso di ferirlo e, quindi, convocò i suoi quattro persecutori accompagnati dai genitori.

Di fronte alla minaccia di una denuncia e di una sospensione che sarebbe potuta culminare anche in una bocciatura, tutto cambiò nel giro di un giorno. «Quando uno dei quattro è venuto a casa di nonna per chiedermi scusa, ho capito fino in fondo quanto sia importante parlare e denunciare le cose che non vanno e che ci fanno star male. Penso che quella dura lezione non sia stata utile solo per me, ma anche per loro. Sono sicuro che se non avessero cambiato strada si sarebbero trovati presto in guai anche più seri.»

Parla con sicurezza, Santiago, mentre si gusta un bel piatto di spaghetti con le vongole. Indossa un paio di sneakers gialle e rosse, jeans consumati e una felpa blu con cappuccio.

Inevitabilmente gli domando della danza e allora lui appoggia la forchetta e si perde dentro un sorriso che non gli consente neppure di parlare: quindi racconta: «Grazie alla prof Trentini e nonostante i periodi di chiusura dovuti al virus, sono riuscito ad iscrivermi alla scuola di danza più



importante della città. Quella è la mia vita, Luca! Ma c'è dell'altro!» E quindi le parole lasciano nuovamente spazio ad un sorriso illuminante: «a scuola abbiamo provato a lungo un balletto sulle note di *Chandelier*, di Sia, che è una cantante australiana. Lo avevo scelto io quel brano, perché contiene un'energia straripante. Con un minimo di scenografia, assieme ad un paio di amici che realizzano video, abbiamo girato una clip. Non solo ci siamo divertiti, ma alla fine è venuto fuori proprio un bel lavoro!» Mi racconta che quel video lo ha inviato alle scuole di danza più prestigiose, non solo in Italia, anche all'estero: «Luca, una scuola di Londra mi ha risposto e nonostante l'accesso sia a numero chiuso, sembra che io possa rientrare tra quelli selezionati. Ovviamente c'è questo cavolo di Covid a complicare le cose, ma il rapporto è stato avviato. Sono comunque nati contatti importanti anche con una scuola di Milano e una di Roma.»

Ascolto con attenzione e soprattutto ammirazione. La perseveranza. Al di là del talento è proprio la perseveranza quella che sta aiutando Santiago a percorrere la sua strada.

Santiago continua a raccontare e le sue parole scorrono veloci, sono un fiume d'entusiasmo. Io, nel frattempo, ripenso a quel ragazzo che due anni fa, senza vergogna, mi rendeva partecipe delle sue fragilità, del dolore che provava, ma soprattutto delle ambizioni e dei sogni che coloravano la sua anima. Mi viene in mente la frase che un giorno mi disse un amico: «le persone forti sono delle persone fragili che hanno però deciso di lottare.» Penso che questa sia una grande verità perché non esistono i super eroi, non esistono esseri umani che non debbano fare i conti con la vulnerabilità, la cattiveria degli altri e la paura. È il nostro modo di reagire di fronte alle avversità a fare la differenza. Ancora Santiago non ha conquistato nulla e il periodo è difficile per tutti, ma lui ha deciso di non mollare neppure di un centimetro. Una volta sul muro di un vecchio palazzo lessi una scritta e la fotografai. Non era il pensiero

di un filosofo illustre, era anonima ma esprimeva una forza esplosiva: «Volevo dire al treno che passa una sola volta nella vita che se ci tengo davvero me la faccio anche a piedi!» Credo proprio che Santiago nella sua vita abbia deciso di raggiungere il suo obiettivo, in treno o a piedi poco importa.»

Siamo arrivati al caffè che lui prende d'orzo in tazza grande. Gli domando delle sue nuove amicizie e di cosa ricordi di quel periodo terribile quando i quattro gli davano la caccia per le vie del paese come se fosse un cerbiatto braccato dai lupi.

Non risponde di getto. Santiago preferisce prima riordinare i pensieri: «Sai, Luca, oggi ho molti amici che hanno la mia stessa passione, una mente aperta e che soprattutto usano i social in maniera intelligente. Li utilizzano per rimanere contaminati positivamente da ogni forma di diversità. Anche io colgo nelle diversità tante fonti di ispirazione, ma non solo per la danza, ma anche per la mia crescita come individuo. Se ripenso a ciò che scrivevano di me oggi mi viene da vergognarmi per loro. Uno dei quattro ha, compreso gli errori che aveva commesso e mi ha chiesto scusa. Mi auguro che non sia l'unico ad essere cambiato. Sicuramente devo ringraziare la prof Trentini perché lei c'è sempre stata, esattamente come mia nonna e Martina.» Ci salutiamo ripromettendoci di rimanere in contatto. Quando raggiungiamo il parcheggio, Santiago mi ringrazia ancora una volta: «Perché» mi dice «ho ritenuto che raccontare la mia "storia del dopo" possa incoraggiare molti ragazzi in difficoltà ad aprirsi ed anche a credere in ciò che sognano.»

Risalgo in auto e quando finalmente rientro a casa apro il primo volume di «#cuoriconnessi». Voglio rileggere con attenzione la storia di Santiago e scopro con sorpresa che il racconto si concludeva con queste parole: «La fortuna vera la posseggono le persone che si vogliono bene e che fanno

cogliere la bellezza della vita. Per questo mi considero un ragazzo fortunato. Poi ci sono i miei sogni: Londra, New York e un lavoro da ballerino o coreografo in mezzo a gente che ti considera per quello che sei, fregandosene delle apparenze e delle tendenze sessuali. Prima o poi farò parte di quel mondo, è solo una questione di tempo. Io se guardo avanti vedo sempre qualcosa e non può esistere fortuna più grande di questa. Proprio così.» 🍷

[Ascolta l'audio storia](#)

## Storia di Alessia e Stefania



# Storia di **Alessia e Stefania**

***“Saper chiedere scusa e saper perdonare sono le facce della stessa medaglia.”***

**F**arvi entrare nelle nostre vite di compagne di banco e amiche, quasi sorelle, è per noi bellissimo. La nostra storia è veramente particolare, ricca di significati e di risvolti. Per questo, riteniamo che l'esperienza che abbiamo vissuto possa aiutarvi ad approfondire tanti aspetti della vita ed anche della rete. Non aggiungiamo altro, perché non vogliamo minimamente condizionare i vostri giudizi e gli spoiler non ci piacciono! **Alessia e Stefania.**

Come posso dimenticare quel primo viaggio a Nuoro per andare a conoscere Alessia? Tempo infame e pioggia, mancava poco al Natale, venti dicembre 2017. Terra complicata la Barbagia. Un'isola nell'isola dove spesso il dialetto più diffuso si chiama silenzio. Come posso dimenticare l'amico prima ancora che professore Gianfranco Oppo? Era stato lui a mediare, a preparare il terreno affinché quella famiglia ferita trovasse il coraggio e il desiderio di raccontarsi a uno sconosciuto. In Barbagia la parola *fiducia* ha un peso specifico diverso che altrove, è avvolta da un alone di sacralità. Difficile ottenerla, molto più semplice perderla e quando accade è per sempre. Erano queste le premesse, prendere o lasciare. Naturalmente ho accettato la sfida, la storia di Alessia doveva essere raccontata, non era un'ipotesi, ma una certezza.

Ricordo l'accoglienza calorosa di Antonio e Rosanna, i

suoi genitori e soprattutto ricordo il sorriso di Alessia che sembrava non finire mai. Un sole che buca le nuvole e scioglie la neve. Aveva quattordici anni e la voglia di vivere stava lentamente riconquistandola, giorno dopo giorno.

Gianfranco era stato bravissimo nel convincerli che forse quel giornalista avrebbe potuto aiutarli e che non era un mercante di lacrime da vendere al miglior offerente. Il professor Oppo già rappresentava il loro punto di riferimento, perché quando una famiglia entra nel mezzo di certe burrasche non esiste una bussola in grado di indicare la rotta. Si naviga a vista tra caos e dolore. Scricchiola tutto, ci si ritrova ad essere foglie trascinate dal vento nel mezzo di una tempesta infinita. Era durato più di un anno e mezzo quell'incubo, tutto si era concluso da poco e ancora non era semplice ritrovare il giusto equilibrio.

Cenai a casa loro e già questo significava fiducia. Fu una serata bellissima e, mentre ci gustavamo prodotti locali dal sapore unico, spiegai ciò che avevo in mente. Nessun problema, idea accolta con entusiasmo. Fu il pomeriggio successivo, quando assieme ad Alessia ci chiudemmo nella sua cameretta assieme al mio smartphone, che compresi pienamente il senso del dolore. Ricordo le lacrime e il coraggio perché le sue parole non si fermarono mai, neppure quando si trovò costretta a ripercorrere i momenti più oscuri della sua storia. Ripercorrere a piedi nudi il sentiero del dolore è terribile, si cammina a piedi nudi sopra sassi appuntiti e taglienti. Si ha la sensazione di ridare respiro al passato trasformandolo in presente. I mostri della mente hanno memoria, si fingono addormentati, ma è una menzogna, sanno benissimo come tornare a mordere.

In quell'ora infinita, Alessia decise di non arrestarsi. Dal buio riemersero fantasmi e paure. Il famoso scioglilingua «Alessia Piga porta sfiga», i ragazzi che al suo passaggio si toccavano, le ragazze che la evitavano, il telefono che le

vomitava addosso messaggi anonimi e parole crudeli. La paura e la convinzione che quel periodo non sarebbe mai finito, le amicizie che prima diminuiscono e poi si azzerano. Il portone della scuola vissuto come l'ingresso per l'inferno e il desiderio di scivolare nell'autolesionismo o addirittura di mettere fine a tutta questa sofferenza in maniera definitiva. Sì, Alessia ha anche pensato alla morte come soluzione estrema al problema.

Io registro e Alessia mi descrive gli incubi che puntualmente andavano a trovarla nel cuore della notte, le urla nel buio e la necessità di tornare a dormire tra mamma e papà, l'unica barriera capace di proteggerla da tutto quel male. «Io non avevo colpe» mi raccontò con un filo di voce «ma alla fine iniziai anche a pensare che probabilmente per qualche motivo sconosciuto ero una diversa. Forse meritavo quel trattamento ignobile.»

Oggi ripenso a quella lunga confessione che aveva poco a che fare con un'intervista, era altro, era un viaggio in luoghi che non dovrebbero esistere e neppure essere immaginati da nessun essere umano. Quando racconto questa storia agli studenti, cerco di far comprendere che la storia di Alessia è una storia antica e folle che ci riporta al Medioevo, alla caccia alle streghe. Non è accettabile che in pieni anni 2000 si possa condividere l'idea che una ragazza possa portare sfortuna. La svolta arrivò grazie alla decisione che di comune accordo presero Rosanna e Antonio: denunciare. Si recarono con il cuore gonfio di angoscia e speranza dalla Polizia Postale e raccontarono quella storia maledetta tutta d'un fiato. Fu da quel momento che la solitudine iniziò a mordere meno, lasciando spazio alla condivisione e a un senso di giustizia che poteva e doveva essere fatta.

Quando io ho incontrato Alessia si era già concluso il processo. Nella sentenza emessa dal Tribunale dei Minori di Sassari, il Giudice ha pienamente riconosciuto tutte le sofferenze patite da Alessia e infatti testualmente scrive:



«Non si ravvisano i presupposti per pronunciare sentenza di assoluzione. Si deve prendere atto che tutti questi ragazzi, all'epoca dei fatti, erano minori di quattordici anni e quindi non imputabili.»

Era il ventotto novembre 2017 quando, con queste parole, il giudice mise la parola fine alla vicenda giudiziaria. Il mese successivo io mi recai a Nuoro.

Quante cose sono accadute da allora. Abbiamo girato un docufilm, la storia di Alessia è entrata a far parte del primo volume di “#cuoriconnessi”, ci siamo incontrati molte volte ed è sempre stato un motivo di festa e di gioia. Alessia ora ha compiuto diciotto anni, frequenta l'ultimo anno delle scuole superiori e, come dice suo papà, nessuno è più in grado di spegnere quel sorriso.

Proprio mentre sul finire del 2021 sto terminando di scrivere questa “storia del dopo”, accade la cosa più bella e imprevista. Parlo prima con Gianfranco Oppo e poi con Alessia ed emerge un nome: Stefania. Sono compagne di banco e amiche inseparabili e fino a questo punto tutto potrebbe rientrare nella normalità. La cosa straordinaria si lega al fatto che Stefania, seppur in minima parte, al tempo delle vessazioni e delle cattiverie fu tra coloro che contribuirono a ferire Alessia, ritrovandosi persino coinvolta nel processo.

Chiedo ad Alessia se sia possibile organizzare una videochiamata per poterle vedere assieme e il ventotto dicembre 2021 mi compaiono sul display sorridenti, complici e sedute una accanto all'altra. Stupendo vederle vicine. Possiedono la bellezza universale della giovane età. Erba che cresce.

Senza troppi giri di parole, domando a Stefania se al tempo dei fatti conoscesse già Alessia.

«No, Luca, non la conoscevo, ma il suo nome girava tra noi adolescenti perché dicevano che portasse sfiga, vedevo che tutti i ragazzi quando lei veniva nominata si toccavano



le parti intime e le ragazze si mettevano a ridere. Offese su offese, cose brutte. Ricordo benissimo che molti dicevano di non nominarla mai e questo accadeva quasi tutti i giorni. Per me, Alessia non esisteva come persona, era una delle sue foto che circolavano online tra i gruppi e basta.»

Apprezzo tantissimo il coraggio di Stefania, racconta senza tirarsi indietro né nascondendo dei particolari e tutto questo accade mentre Alessia è seduta al suo fianco.

«Poi arrivò l'estate» continua Stefania «e un giorno qualcuno disse che aveva recuperato il numero di Alessia. Ridendo e senza starci troppo a pensare, usando il mio telefono l'abbiamo chiamata riversandole addosso una pioggia di cattiverie. Fu un fatto isolato.»

La cosa che mi colpisce mentre ascolto il racconto di Stefania è che quando fece quella telefonata, sapeva a malapena chi fosse Alessia. Riemerge la frase di Hannah Arendt che nel libro *La banalità del male* afferma che «Il male è banale perché non richiede pensieri, non si pensa alle conseguenze.» È proprio così che stanno le cose, quando si compiono certe azioni è assente ogni forma di pensiero. Sarebbe stato sufficiente pensare che quelle parole avrebbero ferito un altro essere umano, oppure riflettere sul fatto che la superstizione è un qualcosa di stupido e irrazionale. Ultimo aspetto, sarebbe bastato essere consapevoli che una telefonata del genere avrebbe potuto creare dei guai seri con la giustizia. Purtroppo, quel giorno nessuno di questi pensieri ha attraversato la mente di Stefania.

«Qualche mese dopo» prosegue Stefania «alla pista di pattinaggio ci siamo conosciute ed abbiamo subito legato. L'episodio della telefonata lo avevo dimenticato e comunque iniziai a comprendere quanto fosse stato stupido il mio comportamento nei suoi confronti, spesso intervenivo in sua difesa e questo perché mi ero resa conto che Alessia esisteva, offenderla non era un gioco e neppure un passatempo. Nel frattempo, il nostro legame diventava sempre più forte.»

Mentre Stefania parla, Alessia al suo fianco ascolta, ci tiene a precisare che dal famoso incontro alla pista di pattinaggio Stefania le è sempre stata accanto, divenendo un suo punto di riferimento.

«Io e Stefania ci siamo chiarite poco dopo esserci conosciute. Lei ha trovato la forza di chiedermi scusa e perdonarla per me è stata una cosa spontanea.» Alessia si ferma un istante e poi prosegue «non ha senso coltivare l'odio, non ti aiuta a vivere meglio e non cambia il passato, ritengo che il perdono sia un qualcosa di molto importante.»

Nel frattempo le indagini della Polizia Postale erano risalite al numero di telefono di Stefania ed è così che in maniera del tutto inaspettata lei si è trovata dentro un vortice fatto di avvocati, testimonianze e aule di tribunale. Domando a Stefania che cosa significhi affrontare una situazione del genere. Per la prima volta cambia espressione, diventa seria e poi racconta: «Mi è caduto il mondo addosso. Sei una quattordicenne distrutta, eppure è giusto che chi ha sbagliato debba pagare. È terribile, Luca, bruttissimo e ti fa capire tante cose. Ho seguito anche un percorso riabilitativo e ricordo la psicologa che mi domandava perché avessi fatto quella telefonata. In verità non esisteva alcun motivo, sembra incredibile ma è così. Lo facevano tutti, altro non mi veniva da aggiungere. Ripensandoci mi vergogno anche adesso. Quando sono finita di fronte al Giudice era il giorno del mio compleanno e ricordo una frase che mi martellava il cervello: che cosa ho fatto della mia vita?»

«Quando Stefania è finita in tribunale» aggiunge Alessia «noi eravamo già amiche e ci trovavamo a vivere una situazione surreale. In un certo senso mi sentivo in colpa, era tutto strano.»

Prima di salutarle chiedo a Stefania se ha qualcosa da dire a chi offende e bullizza altre persone.

Stefania prende fiato e riordina le idee prima di rispondere: «Non fatelo mai! Ponetevi sempre questa domanda: e se

fosse successo a me? Chi si pone questa domanda trova la risposta giusta in un secondo. Io spesso guardo Alessia e mi domando se al posto suo sarei stata capace di perdonare tutta quella gente che le ha rovinato la vita. Me compresa. Non lo so. Poi, Luca, Alessia è stata forte, ha avuto il supporto della famiglia, ma non è detto che tutti riescano a superare situazioni così drammatiche. Mi sento molto fortunata ad averla qui al mio fianco mentre parlo con te. Non ferite nessuno, ragazzi. Ve lo dice una che l'errore lo ha commesso sulla sua pelle. Fidatevi.»

Quando terminiamo la nostra chiacchierata, scopro con sorpresa che è passata quasi un'ora. È stato bello incontrarle e soprattutto utile. Da quando ho conosciuto Alessia e la sua famiglia sono passati oltre quattro anni. Ci sentiamo spesso, è nato un bel rapporto di amicizia. Gianfranco Oppò, Gianfri, come lo chiama Alessia, continua a rappresentare un punto di riferimento per me, per chi si occupa di bullismo e cyberbullismo e soprattutto per Alessia e i suoi cari. Sì, questa "storia del dopo" è meravigliosa e sono felice di poterla raccontare, perché quando il bene vince dovremmo scendere tutti per strada a festeggiare. Abbiamo tutti fame di cose giuste, ci danno energia, alzano il nostro stato vitale e insegnano agli esseri umani ad essere umani. Basta cambiare una vocale per trovare la soluzione a mille problemi. Ho davanti agli occhi il sorriso di Alessia e Stefania che durante l'intervista si guardavano, si abbracciavano, erano complici e depositarie di qualcosa di molto alto.

Probabilmente, questo è il messaggio più potente e completo che siamo riusciti a cogliere con "#cuoriconnessi". Saper chiedere scusa e saper perdonare sono le facce della stessa medaglia e forse neppure Alessia e Stefania hanno ancora compreso fino in fondo quanto la loro storia possa aiutarci a crescere. Non è solo una questione di bullismo e cyberbullismo, non è un discorso

riservato esclusivamente agli adolescenti, siamo oltre. “Io ti chiedo scusa e io ti perdono”.

Questa è la soluzione che annienta il conflitto, è la base da cui tutto dovrebbe iniziare. Le raggiungerò presto in Sardegna, perché questa storia, noi di “#cuoriconnessi” la vogliamo raccontare come si deve. Alessia e Stefania dovranno incontrare studenti e docenti, partecipare agli incontri online e a quelli in teatro, raccontare e poi raccontare di nuovo, senza stancarsi mai, questa storia che conduce verso una sola meta: l’amore per l’altro e quindi per sé stessi. 🗨️

[Ascolta l'audio storia](#)

## Se la vittima sei tu

- Non vergognarti di chiedere aiuto a un adulto: molte delle prepotenze che stai subendo, oltre che ingiustizie, sono reati, e occorre darci un taglio!
- Parla con un adulto di cui ti fidi: trova il momento giusto, a volte gli adulti sono presi o stanchi. Fatti coraggio e ricorda che i tuoi genitori farebbero qualsiasi cosa per tenerti al sicuro. Se la situazione non si è risolta da sola, forse la tua forza non basta a farti uscire dal tunnel. Cerca alleati e parla con qualcuno che possa aiutarti!
- Per le azioni più gravi, sarà forse necessario sporgere una querela per riuscire a scoprire chi agisce contro di te: non temere di cercare giustizia, chi sbaglia va fermato anche per evitare che faccia danno ad altri compagni, magari più fragili e soli.
- Tieni le tracce informatiche degli insulti: non cancellare le chat, i post, le foto che circolano sui social e che ti danneggiano, perché possono essere utili alla Polizia Postale per rintracciare chi ha dato il via alle prepotenze.
- Non avere paura di essere uno spione: non hai meritato quello che sta accadendo, ma chi lo fa merita di sicuro di capire la gravità di quello che ha scelto di fare contro gli altri.
- Se hai commesso un'imprudenza e hai condiviso foto private con qualcuno, se le hai postate sui social, ma ne sei pentito, non aspettare e parlane subito con un adulto: il tempo è fondamentale in questi casi, prima chiedi che siano rimosse, minore sarà il rischio che diventino virali! Tutti i social hanno il Centro Assistenza a cui puoi chiedere facilmente di rimuovere la tua immagine.
- Se non riesci, puoi cercare info su:
- **[www.garanteprivacy.it/temi/cyberbullismo](http://www.garanteprivacy.it/temi/cyberbullismo)**  
oppure: **[www.commissariatodips.it](http://www.commissariatodips.it)**

## Se il cyberbullo sei tu

- Quando si gioca bisogna divertirsi in due: se qualcuno ti dice che quello che stai postando, condividendo sui social, scrivendo nei post non è gradito, smettila!
- Insulti, minacce, prese in giro messe sui gruppi e sui social possono configurare reati: se vuoi evitare di finire in guai seri, evita di accanirti contro qualcuno.
- L'anonimato in rete non esiste: ogni connessione lascia tracce utilizzabili dalla Polizia Postale per risalire al vero utilizzatore di un profilo social, al responsabile di una condivisione non autorizzata di immagini private, ecc.
- La rabbia, il risentimento, l'invidia, l'antipatia sono sentimenti che non possono giustificare attacchi personali anche virtuali: parla con chi ti dà fastidio, cerca di superare le barriere che vi separano e se proprio non ti sembra possibile, prova a lasciar correre. La vendetta non porta mai a buoni risultati.
- Se hai sbagliato e ferito qualcuno con post, insulti o condivisioni non autorizzate di immagini, puoi rimediare: segnala al social network che vuoi rimuovere un post; rivolgiti a un adulto per farti aiutare a fermare qualcosa che potrebbe avere effetti troppo dolorosi per la vittima.
- Essere minorenni non significa non avere responsabilità: anche chi ha meno di 18 anni può essere incriminato se compie azioni che feriscono o minacciano altri, indipendentemente dalla volontà di fare del male e dal fatto che sono solo azioni virtuali.
- Non fare lo struzzo: se vedi qualcuno che viene trattato come un bersaglio, non girarti dall'altra parte per paura di diventare bersaglio anche tu; fatti coraggio e fai la cosa giusta, dagli una mano.
- Se hai timore di esporti, fai una segnalazione a: **[commissariatodips.it](https://www.commissariatodips.it)** e contribuisce a mettere al sicuro chi non riesce a difendersi.

**"#cuoriconnessi"** è un'iniziativa di sensibilizzazione contro il bullismo, il cyberbullismo e a favore di un utilizzo consapevole della rete e della tecnologia nata nel 2016 e realizzata da Unieuro in collaborazione con Polizia di Stato.

Le attività di **"#cuoriconnessi"** sono rivolte alle scuole italiane secondarie di 1° e 2° grado e da sempre coinvolgono gli studenti con l'aiuto di insegnanti e genitori.

**"#cuoriconnessi"** è oggi una vera e propria piattaforma di comunicazione in grado di veicolare contenuti informativi e educativi di grande valore e di interagire in modo nuovo con i ragazzi, consentendo di conoscere più da vicino le loro storie e le loro esperienze con una chiave comunicativa diretta e senza retorica.

**"#cuoriconnessi"** ha raggiunto nel 2021 oltre 1 milione di contatti grazie al sito **cuoriconnessi.it** e al **canale YouTube #cuoriconnessi**, dove trovano spazio tantissime storie e percorsi di vita complessi, mai scontati ma soprattutto in grado di indurre riflessioni profonde sul corretto utilizzo della tecnologia.

**In occasione del Safer Internet Day 2021, l'evento in live streaming "#cuoriconnessi" è stato seguito da oltre 265.000 studenti e professori** collegati da tutte le scuole d'Italia.

I primi due libri del progetto sono stati stampati e **distribuiti gratuitamente in oltre 400.000 copie** nei punti vendita Unieuro di tutta Italia e sono sempre disponibili per il download gratuito digitale e in audiolibro su **cuoriconnessi.it**

Dopo la grande accoglienza delle prime pubblicazioni arriva un nuovissimo **terzo volume**, con nuove storie e nuove testimonianze per comprendere sempre più in profondità le innumerevoli sfaccettature dell'universo online.



## Luca Pagliari

*È giornalista professionista, storyteller e documentarista.*

*Ha ideato e condotto numerosi programmi televisivi e radiofonici per le principali emittenti nazionali. Ha progettato campagne nazionali di sensibilizzazione su bullismo e cyberbullismo; droga; sicurezza stradale; tutela dell'ambiente e legalità. Ha realizzato numerosi documentari legati a temi di grande impatto sociale.*

*È autore di alcuni spettacoli di teatro etico ed ha pubblicato vari libri, tra cui: Zona Cesarini (Bompiani, 2006); Una scelta di vita (Bevivino, 2007); Il silenzio dopo la neve (Giubilei Regnani, 2014); Cara Marta (Giubilei Regnani, 2015); Dodicidue (Historica Edizioni, 2018); Cyberbullismo (La Spiga, 2018); #cuoriconnessi. Storie di vite online e di cyberbullismo (Nuova Cantelli Editore, 2020); #cuoriconnessi. Cyberbullismo, bullismo e storie di vite online. Tu da che parte stai? (Poligrafici Il Borgo, 2021).*

*Buddista e membro della Soka Gakkai, continua la sua attività con l'intento di contribuire alla costruzione di un mondo migliore.*

[www.lucapagliari.it](http://www.lucapagliari.it)

*info@lucapagliari.it*