Ci sono delle cose dentro di noi che non riusciamo ad esprimere…
Ci sono delle cose che vorremmo tirare fuori, le vorremmo raccontare,
per toglierci un peso o per condividerle con qualcuno…
Ci sono delle cose che abbiamo dentro e che ci pesano come un sasso sul cuore…
Ma anche se ci fa tanto soffrire, questo sasso non riusciamo proprio a toglierlo…
Ci manca la forza per sollevarlo, ci manca la voce per urlare…

Per urlare la nostra paura,
la nostra disperazione,
per chiedere aiuto a chi abbiamo vicino…

E spesso chi abbiamo vicino non è in grado di capire quello che abbiamo dentro,
quello che ci sta succedendo,
quello che ci angoscia…

Il coraggio di essere uomini allora deve essere questo.

Avere il coraggio di dire quello che abbiamo dentro,
quello che pensiamo,
quello che ci fa stare male.

Avere il coraggio di dire ai nostri amici,
“ho bisogno di aiuto, ho un sasso sul cuore e non riesco a toglierlo… pensaci tu per me…”

Quale amico, se è un amico per davvero, non ci aiuterà in questo?

Un amico non serve solo nei momenti belli,
nelle giornate di sole,
per ridere e scherzare…
Un amico è un altro me stesso…
E’ una persona che sa cosa penso,
che sa di cosa ho bisogno,
che è disposto a condividere con me i momenti belli ma anche quelli brutti…

Il coraggio di essere uomini è anche quello di essere un buon amico.

Dolores