

DOPPIOZERO

La paura

Nicole Janigro

23 Dicembre 2013

Noi italiani oggi non contiamo pi¹ nulla, esclama la signora in coda mentre entrano due occhi che definisce a mandorla. Mi fanno paura, sussurra. Lo sa che gli zingari hanno segnato le porte che vogliono svaligiare, mi dice la vicina di pianerottolo: non dormo pi¹ dalla paura. Le rapine alle prostitute che lavorano in casa hanno subito un incremento, mi confida il taxista che fa il turno di notte, ma non denunciano. Hanno troppa paura.

E camminando di notte nel centro di Milano semideserto e buio e vedendomi venire incontro lâ??incauto avventore, ebbi un sobbalzo nella regione epigastro-duodenale che a buon diritto chiamai paura, o vigliaccheria emotiva. Sono i momenti in cui amo la polizia, [cantava Giorgio Gaber in La paura](#).

Se mi potessi mettere al suo posto avrei meno paura, mi dice la persona che nella stanza dâ??analisi Ã?? seduta di fronte a me. Ha ventâ??anni ma ha paura di morire e cosÃ?? sogna la data della sua fine, mentre di giorno effettua i controlli sui suoi organi. Che sente vivi, dunque pericolosi. Ã?? la posizione del figlio unico, [sdraiato](#) tra i genitori anche da adulto, che trasforma la casa in tana perchÃ?? il mondo ha troppe porte aperte. Che fanno paura. Io so che cosa Ã?? la paura che ti fa vomitare, correre in bagno, la testa stretta allo stomaco, come se avessi davanti un leone feroce, racconta una giovane donna. Ma qui non câ??Ã?? un leone feroce, eppure la paura mi impedisce di rispondere al telefono.

La paura Ã?? unâ??emozione filogeneticamente condizionata, unâ??emozione primaria di difesa, provocata da una situazione di pericolo: reale, anticipata dalla previsione, evocata dal ricordo, o prodotta dalla fantasia. Spesso Ã?? accompagnata da una reazione organica â?? si suda, si sente il bisogno di andare in bagno -, del sistema nervoso autonomo che prepara lâ??organismo a difendersi. Attaccando e lottando, oppure fuggendo, e quando ciÃ?? non Ã?? possibile, ci si protegge con lâ??immobilitÃ??, la scissione, il congelamento, lâ??anestesia.

Per un aspetto Ã?? paura (*Furcht*) di un oggetto determinato, per un altro invece Ã?? angoscia (*Angst*) dove lâ??oggetto non Ã?? conosciuto ed Ã?? imprevedibile. Freud distingue tra la paura che â??richiede un oggetto di cui si ha timoreâ??• e lâ??angoscia, che â??indica una certa situazione che puÃ?? essere definita di attesa del pericolo e di preparazione allo stesso, che puÃ?? anche essere sconosciutoâ??•, dallo spavento, che â??designa invece lo stato di chi si trova di fronte a un pericolo senza esservi preparatoâ??• e viene colto di sorpresa. Lâ??*Angst* Ã?? anche lâ??angusto, lâ??angustia, il senso di oppressione che appare nei sogni quando lâ??Io del sognatore cammina stretto tra le due ali del conflitto.

Nelle nostre società forti, dove si tende a controllare l'imprevisto, la paura gira a vuoto in cerca di un oggetto. La paura diventa malattia della paura: l'ansia che diventa la corrente continua che esprime la fatica quotidiana di essere se stessi, la fobia che tiene a bada l'angoscia, ma produce evitamento e isolamento, sono gli attacchi di panico che irrompono senza un perché, scollegati dal resto della giornata. Le performance sociali e lavorative non prevedono il fallimento, la paura si avverte negli intervalli il prima e il dopo di una prova, nei passaggi di soglia, di ruolo e di stato, in quel fuori tempo che sono i viaggi. Perché ammettere che avere paura sia indispensabile per vivere produce vergogna.

Se continuiamo a tenere vivo questo spazio grazie a te. Anche un solo euro per noi significa molto. Torna presto a leggerci e [SOSTIENI DOPPIOZERO](#)

