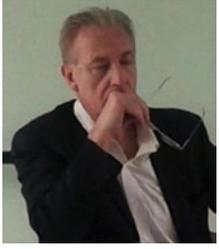


Cinema e psicanalisi

La paura



Massimo Esposito

lenni è stata trasportata fino ai nostri giorni da miti, leggende, fiabe (e film) accompa-

Ci sono luoghi della mente dove il tempo sembra sospeso, fermo come i punti che attraversano una linea. La paura rappresenta uno di questi punti e forse è una delle emozioni più antiche e radicate nell'animo umano. Da mil-

mi desse/ La vista, che mi apparve, d'un leone. Questa (la lupa) mi porse tanto di gravezza/ Con la paura che uscia di sua vista! Ch'io perdei la speranza dell'altezza. Le persone che soffrono di attacchi di panico o d'ansia, vivono in costante ascolto dei loro sintomi ed entrano velocemente in allarme al primo "segnale". Questo meccanismo genera un automatismo psicologico che blocca la persona in una spirale di ossessione e paura. In senso figurato si viene colpiti dallo sguardo di medusa che rende immobili. L'emozione della paura può anche essere richiamata da un semplice ricordo alte-

O è il male ciò di cui abbiamo paura,
o il male è che abbiamo paura.

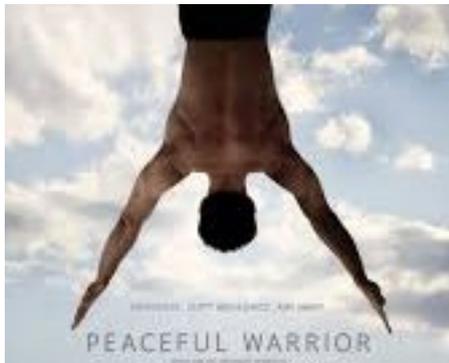
(Agostino d'Ippona)

attenzione non giudicante vivere il "sentire emozionale" non come limite ma come risorsa di mutamento. In una recente intervista al sociologo Z. Baumann, D. Casati scrive: [...] *Attenzione: quello di società dominate dalla paura non è affatto un destino predeterminato, né inevitabile. Le promesse dei demagoghi fanno presa, ma hanno anche, per fortuna, vita breve. [...] A quel punto potremmo risvegliarci, e sviluppare gli anticorpi contro le sirene di arrangatori e arruffapopolo che tentano di conquistarsi capitale politico con la paura, portandoci fuori strada. Il timore è che, prima che questi anticorpi vengano sviluppati, saranno in mol-*



gnando la vita: paura del futuro, delle guerre, delle malattie, di decidere e paura di cambiare. Paure personali e paure collettive; la paura ha sempre un oggetto reale o immaginario, ed è comunque una reazione di difesa molto veloce che non richiede riflessioni. L'angoscia, in aggiunta, (sensazione soggettiva, quasi mai collettiva) si ha: "quando l'essere si sente minacciato nella sua esistenza senza saperne bene le cause e senza poter provvedere ai rimedi". La paura è comunque una risorsa preziosa, ti mantiene in vita! L'angoscia, tuttavia, è un limite dell'esistenza umana. Nel film *L'ultimo lupo* di Jean-Jacques Annaud, c'è una scena dove è mostrato il fenomeno della paura attraverso gli sguardi: del giovane studente, gli occhi del cavallo e quello dei lupi. C'è l'emozione del giovane Chen, lo sguardo atterrito dalla paura che si riflette nelle pupille del lupo (bellissimi primi piani) che spiegano in una breve scena di tensione emotiva, "la paura che guarda la paura". Il rapporto arcaico tra uomo e natura – uomo e animale. La paura è un elemento psicologico molto importante anche nella nostra letteratura. Nel primo Canto dell'*Inferno*, la paura è definita turbamento, una momentanea perdita di coscienza provocata dalla visione di qualcosa di minaccioso come alcuni animali feroci: *Ahi quanto a dir qual era è cosa dura/ Questa selva selvaggia ed aspra e forte/ Che nel pensier rinnova la paura! Ma non si che paura non*

rando senza controllo e nel presente: respiro, battito cardiaco e molte altre funzioni biologiche. Alle origini della cultura occidentale, Epicuro, spese buona parte della sua filosofia proprio sul tentativo di educare la paura; far superare all'uomo le paure più profonde (Paura del divino e della morte) affinché potesse vivere libero. E nei secoli a seguire molti altri



filosofi (Kierkegaard, Jasper, Heidegger) hanno indagato su queste emozioni lasciando numerose riflessioni poi riprese anche in ambito psichiatrico. Paura di vivere, paura di cambiare. Si può dire che è lo stato naturale di una vita comune. Si rimane bloccati per mancanza di coraggio o per non mettere a rischio le poche certezze ottenute. Staccarsi dalla paura, allontanarsi, mettere in luce la fragilità con

ti a vedere sprecate le proprie vite. (Corriere della sera 25/07/16)

Testimonianze da film: *Un sogno per domani*, il bambino Trevor "[...] *Ma credo che sia difficile, per certa gente, che è abituata alle cose così come sono, anche se sono brutte, cambiare e le persone si arrendono e, quando lo fanno poi tutti, tutti ci perdonano!*"

La forza del campione, Socrate "*Le persone non sono chi pensano di essere. Lo credono solamente - Non sarai mai migliore degli altri, ma neanche peggio di loro.*"

La paura ha bisogno di una educazione. Tornando al film *L'ultimo lupo*, il giovane Chen utilizza la risorsa della calma e della memoria: un vecchio pastore gli aveva raccontato che i lupi se colti di sorpresa si spaventano con rumori metallici. Si salva! Per chiudere da dove sono partito, cinque risorse contro la paura: *Curiosità, Speranza, Azione, Coraggio, Sorriso.* La sesta? Ciascuno di noi può creare la sesta risorsa.

Massimo Esposito

www.youtu.be/MbM7LbzkORa

Filmografia di riferimento: *L'ultimo lupo*, di Jean-Jacques Annaud – *Un sogno per domani*, di Mimi Leder – *La forza del campione*, di Victor Salva.

Bibliografia di riferimento: Jean-Paul Sartre, *La nausea* – Bruno Segre, *Il concetto dell'angoscia* – Martin Heidegger, *Essere e Tempo* – Zygmunt Bauman, *Paura liquida*.