



I Linguaggi Della Paura

Eugenio
Borgna

I confini semantici fra paura e angoscia sono instabili e l'una sconfinata nell'altra: nel corso di queste mie riflessioni non vorrei in ogni caso distinguerle. Angoscia e paura sono esperienze emozionali che fanno parte della condizione umana ed è impossibile sfuggire ad esse nel corso della propria vita. Molte sono le figure, le modalità espressive, della paura, e molte sono le cause psicologiche e psicopatologiche che ad essa stanno a fondamento. Ci sono paure normali e ci sono paure patologiche, ci sono paure che si accompagnano costantemente alla vita di ciascuno di noi e ci sono paure che sorgono nel corso di alcune svolte radicali della vita: quella che dall'infanzia sconfinata nell'adolescenza, quella che dalla giovinezza sconfinata nell'età adulta e infine quella che dall'età adulta sconfinata nell'età anziana. Si può dire che esista la *paura* come matrice originaria delle molte forme di paura che la vita propone a ciascuno di noi: al di là, e al di fuori, di ogni rigida delimitazione psicopatologica e clinica.

L'adolescenza è la stagione della vita nella quale le emozioni assumono ovviamente la loro più alta intensità e la loro più incandescente conflittualità; e fra queste emozioni, certo, la paura e l'angoscia si costituiscono come strutture portanti dei modi di essere e di comportarsi adolescenziali. La paura e l'angoscia si accompagnano fatalmente ad insicurezze e ad aggressività che si accentuano, o si smorzano, nella misura in cui, negli ambienti familiari e scolastici, non ci siano, o ci siano, atteggiamenti di accoglienza e di dialogo, di ascolto e di partecipazione. Se l'angoscia e la paura si lasciano crescere nelle adolescenze inquiete dei nostri giorni senza che intorno ad esse ci siano queste modalità di accoglienza e di comprensione, allora esse si fanno davvero impetuose, inafferrabili e a volte anche inarrestabili. Insomma, ogni esperienza emozionale, e non solo in adolescenza, deve essere decifrata non nei suoi aspetti di comportamentalità esteriore ma nei suoi contenuti interiori, nelle intenzioni nascoste che le animano, negli orizzonti di senso e di non senso che in esse si formano e si stratificano.

Al di là della loro ragione di essere psicopatologica, o semplicemente psicologica, angosce e paura sono emozioni che hanno una radicale importanza nel condizionare modi di essere adolescenziali armonici o disarmonici: aperti alla comunicazione o sprofondati nella competizione e nella conflittualità. Il rischio di ogni atteggiamento da parte degli adulti che non si confrontino in un atteggiamento terapeutico verso le paure e le angosce adolescenziali, è quello che paura e angoscia si trasformino in aggressività che può essere, a sua volta, autoaggressività o anche eteroaggressività.

Non è possibile dimenticare come la aggressività, e la conseguente distruttività, adolescenziali possano essere la conseguenza di una condizione di insicurezza e di fragilità, di debolezza e di inquietudine, che almeno inizialmente sono alimentate da pensieri e da sentimenti di natura difensiva. Si aggredisce, cioè, non per una autonoma scelta individuale ma come risposta talora automatica a modalità comportamentali altrui che siano rivissute come intollerabili e come incomprendibili.

Il tema delle paure, e delle angosce, adolescenziali non è solo un tema di natura psicopatologica e psicologica ma anche di natura drasticamente sociale. Nelle paure e nelle angosce possono rinascere in una vertiginosa *escalation* esperienze di vita che si sottraggano ad ogni equilibrio sociale e ad ogni maturazio-

ne personale. Anche nelle forme di vita contrassegnate dalla violenza si possono nascondere nostalgie di altra natura e risposte emozionali che nascano non da disposizioni caratterologiche individuali ma da comportamenti di adulti incapaci di raccogliere i segni di una richiesta di aiuto che talora, se fosse riconosciuta nei suoi valori e nei suoi orizzonti di senso, salverebbe molte vite, sia dal punto di vista della crescita psicologica sia dal punto di vista della autonomia del comportamento.

Ogni nostra azione, e ogni nostra iniziativa, anche quelle sottratte ad ogni criterio di normalità sociale, sono comunque la espressione di una sequenza infinita di azioni e di reazioni: di attese e di illusioni che talora diventano occasioni di sofferenza, di paura e di angoscia, e poi di aggressività e di controaggressività. In una archeologia della aggressività adolescenziale, anche di quella che trascina alla realizzazione di reati, non può non riemergere questa drammatica constatazione che ciascuno di noi modifica e trasforma i suoi propri comportamenti e i suoi propri vissuti non solo sulla base di originarie strutture personologiche ma sulla base anche di atmosfere segnate, e avvelenate, dalla indifferenza e dalla incapacità di ascolto. Senza ovviamente negare la responsabilità di chiunque realizzi reati, non si può, in ogni caso, sottrarsi alla precisa sensazione psicologica che l'influenza degli ambienti e delle relazioni interpersonali sulla genesi e sullo sviluppo di abnormi comportamenti sia radicalmente significativa.

Nella metamorfosi senza fine di emozioni radicali, come queste della angoscia e della paura, si nascondono non solo esperienze umane ma anche possibili fatali devianze comportamentali: che potrebbero essere controllate ed evitate se il dialogo e l'ascolto si costituissero davvero come la struttura portante di ogni relazione umana. Famiglie e scuole sono ugualmente implicate in questo complesso discorso, che a volte viene considerato come astratto e dereistico, e che invece è di una fondamentale importanza: quello di analizzare la genesi e gli sviluppi delle emozioni che vivono in noi nella loro fenomenologia e nella loro fisionomia psicologica. Sono cose, queste, che non riguardano, ovviamente, solo la psichiatria e la medicina ma che riguardano invece drasticamente i modi di essere e gli atteggiamenti interiori con cui, nelle scuole e nelle famiglie, gli adolescenti e le adolescenti sono ascoltati e sono decifrati nelle loro speranze, nelle loro illusioni, nelle loro angosce e nelle loro paure.

Dalle psicologie ferite delle adolescenze di oggi, dalle paure e dalle angosce che le flagellano, ai comportamenti segnati dalla aggressività e dalla distruttività tali da determinare a volte le figure della violenza. Cosa può contribuire a scompensare queste psicologie ferite e a renderle portatrici di violenza? Quali passaggi psicologici e umani sono necessari nel creare modi di essere che oscillano, e si trasformano vertiginosamente, da insicurezze e da paure interiori a comportamenti esteriori che si fanno così estranei ad ogni partecipazione emozionale al destino ed alla diversità degli altri? Non tutto può essere attribuito alla esistenza di paradigmi individuali inclini alla immediata e pulsionale risposta agli eventi della vita. Non si può negare la radicale importanza che nella scompenzazione illecita di comportamenti adolescenziali intervengano modelli di vita di una società divorata dalla immagine e dalla ricerca senza fine del successo, dalla cultura di ideali falsificati e inautentici.

Siamo immersi in una società alla quale si fa sempre più estranea ogni cultura della solidarietà e della riconciliazione, dell'ascolto e della comprensione: una cultura nella quale il benessere si costituisce come criterio decisivo per valutare il senso e il prestigio della persona: una cultura che non valorizza le qualità intellettuali ed etiche di una persona: una cultura nella quale domina la

ricerca frenetica di disponibilità economiche che consentano di realizzare istantaneamente ogni desiderio e ogni pulsione.

Questi aspetti del discorso sono necessari per cogliere fino in fondo le contraddizioni e le conflittualità che esistono in ogni forma di vita adolescenziale ma è un discorso che non intende ovviamente togliere alle adolescenze colpevoli la loro parte di responsabilità. La comprensione psicologica, in ogni caso, come questa che sto definendo nei suoi aspetti, non intende essere in antitesi al discorso sulla responsabilità degli adolescenti e nemmeno al discorso sulla radicale importanza dei modelli sociali di vita, oggi dominanti, nel determinare comportamenti illeciti: segnati a volte anche nella adolescenza da una inaudita violenza. Dilatare l'area della comprensione psicologica dei significati che l'angoscia e la paura assumono nell'avviare comportamenti problematici e a volte illeciti delle adolescenti e degli adolescenti, non significa ovviamente escluderli (lo ripeto) dalle loro responsabilità quando queste esistano.

Come si trasformano le paure di un adolescente che entri in un carcere: nella solitudine disperata e ghiacciata di un carcere? Si smorzano, ovviamente, le paure che hanno trascinato con sé comportamenti illeciti, e dalla matrice originaria della paura rinascono figure diverse. La paura dell'isolamento, la paura di una comunità carceraria fatalmente e immediatamente vissuta come estranea e distruttiva, la esperienza di un futuro che non è solo, come accadeva prima della carcerazione, immaginato come sconosciuto e come doloroso ma che diviene e si fa istantaneamente e inesorabilmente ostile e inconfondibile. Nel groviglio di emozioni, che si agitano nel cuore di chiunque viva una esperienza così insostenibile umanamente come quella del carcere, paura e angoscia diventano ancora una volta protagoniste di un destino umano a cui viene a mancare ogni speranza e viene a mancare ogni attesa che non sia quella della desolazione e della radicale emarginazione.

Solo dalla analisi psicologica di ciascuna di queste coscienze adolescenziali si possono constatare quali aspetti concreti le paure e le angosce assumano e quali concrete circostanze abbiano ad accrescere vertiginosamente queste paure e queste angosce. Solo se, con un disperato tentativo di immedesimazione, ciascuno di noi riesce a calarsi nei pensieri e nelle emozioni, nelle pulsioni e nelle fantasie, di una adolescenza incarcerata, è possibile conoscere cosa stia accadendo psicologicamente e cosa sia possibile articolare al fine di rendere meno lacerante e meno disperata la condizione carceraria. Le illusioni sono molte: la spietata, e anche legittima del resto, condizione di isolamento e di frattura di ogni relazione sociale e umana non può non radicalizzare le insicurezze e le fragilità, le angosce e le paure, le ferite dell'anima che non sempre sono riconosciute prima che un'azione illecita si realizzi e prima che il destino segni questa radicale e talora definitiva sconfitta: quale è quella che si esprime nella privazione della libertà e nella conseguente carcerazione.

Certo, la comprensione di una realtà psicologica e umana non può essere estesa sino al punto di cancellare, o di diminuire automaticamente, la responsabilità di chi un'azione illecita abbia commesso, ma senza una continua e indefesa ricerca del mondo interiore, nascosto e talora irrinconoscibile, delle adolescenti e degli adolescenti non è possibile cogliere sino in fondo le radici di una azione illecita e nemmeno le reali strategie a volte terapeutiche che almeno evitino ricadute e condanne ulteriori. Una angolazione di discorso, come questa, è in collisione febbrile e insanabile (temo) con quelle che sono le atmosfere carcerarie che, sia pure talora, mi è stato possibile conoscere nelle loro gelide e insostenibili articolazioni. Separare, e disinnescare, questo groviglio di vipere, che sono le emozioni impazzite, esige una rigorosa formazione psicologica, una

attitudine umana che sia portata a comprendere le ragioni psicologiche prima ancora che non a condannarle, una riflessione critica che consenta di cogliere una azione illecita adolescenziale nella sua infinita complessità: la attitudine infine, quasi irreali, a considerare ogni azione umana nella sua dimensione stratificata e nella sua condizione di umana possibilità. Sono cose, queste, che hanno un senso elettivamente quando la riflessione psicologica e psicopatologica riguarda eventi che si svolgano nel cuore di una adolescenza: in una forma di vita, in ogni caso, ancora informe e ancora indefinita nei suoi orizzonti di senso. Se ritrasferite nel mondo chiuso della vita adulta, certo, queste considerazioni si farebbero immediatamente precarie e quasi completamente insostenibili.

Non è possibile, in ogni caso, confrontarsi col tema della paura e delle paure senza ripercorrere ogni volta il cammino misterioso della conoscenza che, come ha scritto una volta Novalis, porta verso l'interno. Non è, cioè, possibile cogliere fino in fondo i confini e le dimensioni tematiche della paura se non muovendo dalla nostra interiorità, dalla nostra soggettività, come sorgente inesauribile di quella conoscenza che non può essere solo conoscenza razionale ma anche, e contestualmente, conoscenza emozionale. Come Leopardi diceva, solo se la ragione diviene passione consente di cogliere, o almeno di intravedere, alcune delle realtà umane più profonde e più nascoste. Dalla interiorità, dunque, non può non nascere questa riflessione continua sui significati della paura, sulla sua presenza nel mondo di oggi, sulle sue nascoste dimensioni, sulle maschere che ciascuno di noi a volte sovrappone alle realtà limpide anche se inquietanti della paura: della paura che diviene anche paura della morte e che assume allora la sua dimensione più dolorosa e più incandescente. Su queste diverse figure della paura vorrei articolare il mio discorso.

Fra psicopatologia e filosofia, ma anche fra psicopatologia e letteratura, fra sociologia e politica, il tema della paura e della angoscia si costituisce oggi nella sua dilagante e radicale significazione storica. Come ha scritto una volta V. E. von Gebattel in uno dei suoi testi psicopatologici e antropologici ancora oggi attualissimi: "L'angoscia ha cessato dall'essere la questione privata della singola persona. L'umanità occidentale in generale è immersa nell'angoscia e nella paura: il presentimento di una minaccia, che incombe nella sua terrificante ragione di essere, sconvolge la certezza ontologica della persona umana. Il dilatarsi della angoscia, che da cento anni è vertiginosamente cresciuta, si è accompagnato ad una intensità non mai così temuta e sperimentata come ai giorni nostri". Come queste parole crudeli e decisive mettono in evidenza, non solo cresce la sfera della paura, non solo dilagano le diverse figure della paura, ma gli eventi storici catastrofici, ai quali oggi assistiamo, non fanno se non rendere ancora più inquietante e ancora più insostenibile il volto gorgonico della paura nelle sue molteplici figure espressive e nelle sue angoscianti risonanze interiori.

Cosa costituisce nella sua essenza fenomenologica la paura e l'angoscia che con essa si confonde? Come in ogni esperienza emozionale, del resto, non è possibile accostarsi a questi enigmi, agli enigmi psicopatologici e umani delle emozioni in cui siamo immersi, se non riflettendo sul tempo, sul tempo interiore e soggettivo, sul tempo vissuto, che fa parte della vita e che non può, certo, essere confuso con il tempo dell'orologio e con il tempo della clessidra, con il tempo mondano, che nulla ha a che fare con il tempo interiore. Il tempo agostiniano, il tempo bergsonian e scheleriano, si svolge nella interscambiabilità permanente fra presente, passato e futuro: in questa osmotica fluidità che nelle CONFESIONI ha trovato la prima e più sconvolgente sua definizione. Quando la paura, quando l'angoscia, discendono in noi, il tempo interiore subisce modificazioni che possono essere anche profonde ma non così radicali come quelle

che si manifestano in ogni condizione depressiva, in ogni condizione ossessiva, e anche emblematicamente in ogni condizione psicotica. Ma anche in una condizione umana così frequente e così diffusa, così inarrestabile e così fuggitiva, come è l'esperienza della paura, il tempo interiore si modifica: non perché si sia risucchiati negli abissi senza fondo del passato come avviene in ogni depressione ma perché cambia dolorosamente il modo di vivere il futuro: l'avvenire. Noi non viviamo ma speriamo di vivere: queste parole di Blaise Pascal ci dicono come senza speranza, e cioè senza che il futuro si apra dinanzi a noi nelle sue penombre e anche nelle sue luci, non ci è possibile vivere in una sequenza continua di progetti, di attese e di realizzazioni. Nella paura, e anche nell'angoscia, l'esperienza soggettiva del futuro cambia, nel senso che noi viviamo il futuro come se stesse già realizzandosi nei suoi aspetti dolorosi e a volte riempiti solo di timori e di disperazione. Il futuro, l'avvenire, quando la esperienza della paura e della angoscia nasce in noi, è allora vissuto come espressione e come portatore di una continua possibile conflittualità: di una possibile, più o meno radicale e inquietante, catastroficità.

Come rivive ciascuno di noi la paura e come la manifesta, e come può essere riconosciuta la nostra paura dagli altri? Sono anche, questi, aspetti psicologici e umani del problema della paura che rimettono in discussione il tema senza fine della conoscenza degli altri e soprattutto della conoscenza degli stati d'animo degli altri. Se è facile sovrapporre categorie interpretative ai comportamenti, che ciascuno di noi ha nella sua vita, ben più complessa e difficile è l'interpretazione delle emozioni e dei sentimenti che ciascuno di noi ha, e che tendiamo a nascondere, o semmai a rivelare non tanto, o almeno non sempre, con le parole ma invece con i gesti: con il linguaggio del corpo. Linguaggio delle parole e linguaggio del corpo non possono essere separati nella interpretazione e nella comprensione degli atteggiamenti autentici e degli autentici sentimenti che ciascuno di noi ha: nelle frontiere chiuse della propria coscienza e del proprio io.

Non sempre abbiamo il coraggio di rivelare le nostre paure, le nostre angosce, perché sopravviene il timore di smascherare le nostre più profonde emozioni che intendiamo rendere insondabili e indecifrabili. Nella comprensione e nella decifrazione delle emozioni, nostre e altrui, diventa decisiva l'importanza del linguaggio del corpo e cioè dei modi con cui il nostro corpo parla, si esprime, comunica qualcosa di sé agli altri. Il linguaggio del corpo è quello che nasce e rinasce senza fine dagli sguardi, dai volti, dal sorriso e dalle lacrime, dai gesti che nella nostra vita realizziamo e manifestiamo, nei volti degli altri, se siamo capaci di attenzione come quella splendidamente definita una volta per tutte da Simone Weil, ci è possibile cogliere le stigmate della paura e della angoscia: della inquietudine e degli smarrimenti, della gioia e delle speranze.

Cogliere le tracce emozionali del nostro cuore, nascoste e mascherate nei nostri volti, è una delle esperienze che dovremmo essere continuamente capaci di realizzare non solo quando si faccia psichiatria o psicologia, ma ogni volta che ci si incontri con un'altra persona: con un altro destino umano: soprattutto quando questo abbia bisogno di aiuto e non sappia esprimere questa richiesta se non mediante il linguaggio fragile e friabile degli occhi, degli sguardi, e del volto.

Come dicevo, anche nelle lacrime, che possono essere lacrime di paura e di angoscia, ma anche di gioia, come in Teresa d'Avila, nella sua splendida autobiografia che raggiunge vertici di introspezione e di espressività davvero sconvolgenti. La paura come emozione fondamentale della vita, dunque, non deve apparirci come qualcosa di estraneo alla vita ma deve ogni volta indur-

ci a riflettere sulle sue origini, sulle sue cause, sulle sue diverse espressioni psicologiche e umane, sui diversi orizzonti di senso che in essa si possano cogliere e si possano decifrare.

Avviandomi alla conclusione di questo mio discorso sulla paura vorrei richiamarmi a due testi che sgorgano da regioni tematiche radicalmente diverse: dalle parole di una paziente. Ellen West, falciata nella sua giovane esistenza dal dilagare di una angoscia, di una paura senza fine, confluite in una morte volontaria scelta con una determinazione inesorabile; e dalle parole luminose di Georges Bernanos che egli ha posto come epigrafe ai suoi dialoghi delle Carmelitane.

Le parole di Ellen West, che rinascono da uno splendido saggio di Ludwig Binswanger, sono queste: "Sono prigioniera: prigioniera in una rete dalla quale non posso liberarmi. Sono prigioniera in me stessa; mi invischio sempre di più, e ogni giorno è una inutile lotta; le maglie si chiudono sempre più strettamente. Sono in Siberia, e il mio cuore è imprigionato dai ghiacciai. Intorno a me ci sono solitudine e gelo". Ma a queste vorrei aggiungere altre sue parole che rivelano gli abissi senza fondo a cui si giunge, in cui si precipita, quando le fiamme inarrestabili della paura e della angoscia discendono nel cuore di ciascuno di noi: quando le ombre della malattia oscurino il nostro orizzonte di vita: "Mi dibatto nella mia angoscia mortale, e devo passare mille ore spaventose. Ogni giorno mi sembra che abbia mille ore, e io sono spesso così stanca di tutto questo pensare spasmodico che nulla più mi auguro se non la morte"; e infine: "Questo è l'orribile della mia vita: essa è riempita da angoscia. Angoscia dinanzi al mangiare, angoscia dinanzi alla fame, angoscia dinanzi alla angoscia. Solo la morte può redimermi dalla angoscia. Ogni giorno è come un camminare su di una cresta che dia le vertigini: come un eterno bilanciarsi sugli scogli".

Dalle parole scarnificate e agghiaccianti di Ellen West, le parole luminose di Bernanos che ci conducono dinanzi al mistero della paura: non solo alle sue ombre, alle sue tenebre, come quelle che si sono venute delineando in questo mio discorso, ma anche alle sue luci inattese e misteriose. Queste le sue parole: "Sotto un certo aspetto, vedete, la Paura è comunque la figlia di Dio, riscattata la notte del Venerdì Santo. Non è bella a vedersi - no - talora derisa, talora maledetta: rinnegata da tutti. E nondimeno non illudetevi: essa è al capezzale di ogni agonia: essa intercede per la creatura umana".

La paura, dunque, come emozione che fa parte della vita e come emozione che ha in sé esperienze e figure dilemmatiche: aperte alla sofferenza senza fine ma aperte talora alla speranza: quando questa sia una speranza contro ogni speranza: quando essa si accompagni alla categoria non solo psicologica e umana, ma esistenziale, della fiducia, e cioè della relazione, che unisca in una comunità di destino chiunque abbia a vivere una vita soffocata dalla paura e chiunque questa paura intenda, e non solo in medicina, comprendere nei suoi significati e aiutare.