

Andare oltre la paura

La paura è l'emozione negativa che sorge d'istinto dentro di noi a seguito delle informazioni di pericolo captate dalla mente. Essa genera in chi la prova tre possibili reazioni: 1) la difesa e la conseguente aggressività; 2) la fuga; 3) l'immobilizzarsi come pietrificati. Questo è quello che pensiamo noi della paura, ma per gli antichi essa era molto di più: era un dio o era mandata da Dio, e per questo occorreva averne rispetto, riverenza, «timore e tremore» ammoniva Paolo di Tarso. Si legge nell'Iliade: «Ares massacratore marcia alla guerra, e lo segue suo figlio, Phobos intrepido e forte, che incute paura persino al guerriero più impavido» (XIII, 298-300). Phobos, da cui fobia, è la personificazione della nostra paura, del nostro terrore. In un'iscrizione votiva di Selinunte del V secolo a.C. egli è posto subito dopo Zeus e prima di tutti gli altri dèi, mentre nella bellicosa Sparta vi era persino un tempio per il dio della paura.

Se poi consideriamo l'altra sorgente della cultura occidentale e apriamo la Bibbia ebraica, quasi in ogni pagina ci imbattiamo in un'atmosfera segnata dalla paura, termine che ricorre spesso nella Bibbia e che unito ai sinonimi come timore, terrore, spavento, angoscia, ansia, sbigottimento, preoccupazione, inquietudine, orrore, arriva a rappresentare una costante incombente. Non solo: nella Bibbia la paura è tanto maggiore, quanto più prossima è la presenza di Dio.

Così per esempio il libro della Genesi fa dire a Giacobbe: «Certo, il Signore è in questo luogo e io non lo sapevo», annotando che poi Giacobbe «ebbe paura e disse: Quanto è terribile questo luogo!» (Genesi 28,16-17). La paura è un ingrediente indispensabile di ogni teofania, non a caso le prime parole rivolte agli umani sono il più delle volte "non temere", come disse l'arcangelo Gabriele a Maria, parole che hanno senso solo se prima c'è appunto, istintiva, la paura.

Ma cosa vuol dire che la paura è un dio, come afferma il politeismo greco, o che è strettamente associata alla presenza divina, come afferma il monoteismo ebraico? Vuol dire che essa è più potente di noi umani, e che però al contempo ci attrae. Se fosse solo più potente senza esercitare attrazione sarebbe un mostro, un titano, un demonio, non un dio. Invece no, essa ci spaventa e insieme ci attrae, secondo la dialettica del divino individuata un secolo fa da Rudolf Otto: *mysterium tremendum* e *mysterium fascinans*, cioè qualcosa di più grande di fronte a cui tremiamo e di cui al contempo subiamo il fascino. Quando si parla di “divino”, ben prima di tutte le discussioni teoriche sull’esistenza o non esistenza di Dio, è esattamente questa esperienza contraddittoria che si porta al pensiero. Perché una cosa è sicura: Dio può anche non esistere, ma che esista il divino (l’immenso mistero dell’essere di cui siamo fatti che ci fa vivere e morire) è fuori discussione. Lo manifesta la paura (Phobos), così come l’amore (Afrodite), la guerra (Ares), la natura selvaggia (Artemide), il potere (Zeus), l’arte (Apollo), la medicina (Asclepio) e tutte le più vive esperienze vitali. Noi dalla paura siamo spaventati, ma al contempo ne siamo affascinati: non si spiegherebbero altrimenti le produzioni culturali e di intrattenimento che fanno leva su questa emozione, a partire dai thriller e dall’horror, e prima ancora dalle antiche favole che tanto spavento volevano suscitare nei bambini con la strega, la regina cattiva, il lupo, l’orco e tanta violenza. Forse anche questi giorni così difficili all’ombra cupa del coronavirus contengono una lama di fascino ambiguo, per cui abbiamo sì tutti paura ma al contempo proviamo una specie di tensione emotiva, per non dire eccitazione.

Siamo al cospetto della carica rivelativa contenuta in quelle esperienze di confine che Jaspers denominava “situazioni limite”. Ma se la paura è un dio, come ci si comporta al cospetto di un dio? Il dio, anzitutto, lo si teme. E in questo timore, che non è terrore ma senso delle dimensioni, si acquisisce sapienza. Sta scritto infatti: “Principio della sapienza è il timore del Signore” (Proverbi 9,10). Sull’architrave del tempio di Delfi era incisa la massima che tanto impressionò Socrate: “Conosci te stesso”. Sembra che in origine si trattasse di un ammonimento a ogni fedele perché non avesse mai a dimenticare la

sua condizione mortale: conosci te stesso, cioè la tua fragilità, il tuo essere destinato a finire. A partire da Socrate la massima venne però intesa come un'esortazione ad approfondire la nostra natura, questo mistero di un pezzo di materia che si scopre radicalmente diverso da ogni altro pezzo di materia e da ogni altro vivente in quanto abitato da vita interiore, emozioni, sentimenti, sapere, ideali. Così l'ammovimento delfico *Conosci te stesso* prese a trasformarsi in una domanda: Io, chi sono? In quanto essere umano, cosa sono? La risposta che diede Socrate e con lui l'Occidente fu: tu sei la tua anima. Il termine "anima" dice la nostra interiorità, quella stessa dimensione che ci fa provare paura, ma anche passione, fremito, amore. Si potrebbe anche dire che noi siamo il nostro cuore. Ed è proprio dal termine latino per cuore, *cor*, che viene "coraggio", l'antidoto della paura.

Coraggio significa azione del cuore. Esso non è il contrario della paura, perché la suppone; esso è il superamento della paura, perché la vince. Senza paura non si può avere coraggio, si ha temerarietà, ovvero sconsideratezza e ignoranza perché si ignorano le preziose informazioni che provengono dall'emozione della paura. È solo avendo paura che si può generare l'azione del cuore detta coraggio.

Il contatto con il pericolo ci può far comprendere chi siamo: siamo una mente impaurita, è vero, ma possiamo essere anche una mente che discerne tale paura e legge le sue informazioni, e giungere a essere un cuore che supera la paura mediante il coraggio, cioè l'azione disciplinata e intelligente che non ignora i pericoli della realtà ma proprio per questo li sa riconoscere e sconfiggere.

Vito Mancuso, Repubblica 26 febbraio 2020