



“Attacchi” di panico

Ho paura della paura; paura degli spasmi del mio spirito che delira, paura di questa orribile sensazione di incomprensibile terrore. Ho paura delle pareti, dei mobili, degli oggetti familiari che si animano di una specie di vita animale, Ho paura soprattutto del disordine del mio pensiero, della ragione che mi sfugge annebbiata, dispersa da un'angoscia misteriosa

Guy de Maupassant

Durante gli anni della mia infanzia ho passato molto tempo con mio nonno materno e nel corso di quelle ore amavo particolarmente ascoltare il racconto delle sue esperienze passate. Ricordo lo stupore che provavo nell'udire le storie di quando, nel 1936, recalcitrante all'iscrizione al Partito Fascista, era stato costretto ad arruolarsi come volontario nell'esercito e a partire per l'Abissinia (l'odierna Etiopia) e ancor più mi stupivo quando la sua voce calma mi narrava le peripezie degli anni della seconda guerra mondiale. In quegli tempi, mio nonno e la sua famiglia vivevano alla periferia di Firenze, proprio accanto alla Nuovo Pignone (fabbrica ai tempi riconvertita alla produzione bellica) e, come tanti altri, dovettero subire il razionamento del cibo, l'occupazione nazista, nonché i bombardamenti alleati che li costrinsero ad allontanarsi dalla loro casa, troppo esposta al rischio di essere colpita, chiedendo ospitalità ad amici e colleghi. Erano tempi in cui i bambini, finiti i bombardamenti, appena possibile correvano in strada per alimentare la loro collezione di schegge dei terribili ordigni piovuti dal cielo.

Quelle vicende, per me così eccezionali, sembravano ormai integrate nella memoria di mio nonno, certo non come esperienze piacevoli, comunque come difficoltà contro cui aveva dovuto lottare e



pure un bambino o qualcuno che, caduto a terra, si trovi in posizione di estrema debolezza.

Le persone coinvolte, loro malgrado, nei fatti di Torino, hanno tutta la mia solidarietà e la mia comprensione - anche io mi sarei comportato allo stesso modo nelle medesime circostanze - eppure non riesco a fare a meno di pensare al confronto tra chi alcuni decenni fa riusciva a sostenere una vita scandita dagli allarmi antiaereo e noi che oggi, fuggendo da una minaccia solo immaginata, o meglio immaginando una minaccia dietro ogni imprevisto, riusciamo a mettere in pericolo la nostra vita a causa di reazioni esagerate quanto repentine. Evidentemente nella nostra società sono avvenuti dei cambiamenti in grado di renderci ancora più sensibili alla paura, incapaci di reggere lo stress e di affrontare il pericolo con sangue freddo, almeno quel tanto che basta per evitare che un falso allarme scateni una tragedia.

Il mondo in cui viviamo, per lo meno quello occidentale fondato sull'opulenza, ha abituato gli esseri umani a cullarsi nella speranza, o meglio nell'illusione, che l'incertezza possa essere eliminata grazie alle meraviglie del progresso tecnico scientifico. Tutto diviene possibile: si può viaggiare a velocità supersoniche o partorire in età avanzata, rimanere giovani ed efficienti sempre più a lungo, così come ridurre ogni sofferenza, anche psichica, al solo bisogno della giusta medicina. Se ci pensiamo bene sappiamo che non è così - il dolore e la morte continuano imperterriti a esistere - eppure nella vita quotidiana tutti, chi più chi meno, ci culliamo nell'illusione di essere al sicuro, protetti e certi che la nostra inestimabile esistenza non potrà essere minacciata.

Ebbene, da quando il terrorismo internazionale ha portato la guerra in casa nostra (dopo che, ad essere sinceri, per parecchio tempo noi l'abbiamo portata in casa altrui) questo bel sogno è stato infranto. Oggigiorno, e i fatti che si verificano con puntuale cadenza lo confermano, nessuno è al sicuro, perché in ogni istante potremmo incappare nella furia omicida di qualcuno che vede in noi solo un nemico da abbattere. L'incertezza che, percepita o meno, era sempre stata il fondamento della nostra vita, non può più essere nascosta dalla fiducia dell'onnipotenza tecnologica, ed è tornata l'assoluta protagonista. Il problema sta nel fatto che non siamo preparati a tutto ciò, e che anzi finiamo rapidamente in balia del nostro terrore quando anche solo sospettiamo che stavolta potrebbe toccare a noi.

A quel punto non possiamo che regredire e comportarci come ci suggerisce quella quota animalesca che tuttora risiede in noi, proprio al di sotto dello strato più incivile, e correre via sempre più lontano, sudati e tremanti, pronti a scannarsi l'un l'altro, fino a schiacciare sotto i nostri piedi chi rimane indietro e, forse, anche un po' della nostra dignità. ■

***Psicologo-psicoterapeuta, Firenze
davide.stroscio@libero.it**

che lo avevano, in qualche modo, temprato.

Le generazioni successive, e ancor più quelle recenti, sono cresciute in un ambiente ben più sicuro di quello sperimentato da mio nonno o da mia madre, sua figlia, quando era solo una bambina. Questa realtà, purtroppo, va a tutto vantaggio di chi ormai da anni, nelle forme del terrorismo internazionale, ha messo sotto attacco quella parte del mondo che viene definito "occidentale".

Lo scorso sabato 3 giugno, alcune migliaia di appassionati si sono riuniti in piazza San Carlo a Torino per seguire la finale di Champions League tra Juventus e Real Madrid. Come tutti sanno, nel bel mezzo della partita una serie di eventi accidentali, quali la caduta di una ringhiera, forse un petardo esploso tra le gambe della gente, e chissà cos'altro, ha scatenato il panico tra la folla e generato un fuggifuggi generale che ha causato più di mille feriti, di cui anche alcuni ridotti in gravi condizioni e, almeno al momento in cui si scrive, un morto. Si è trattato di una manifestazione del cosiddetto "effetto mandria", uno dei più noti fenomeni che coinvolgono il singolo quando viene a trovarsi all'interno di una folla. In sostanza, in certe circostanze, tendiamo a regolare il nostro comportamento su quello degli altri, per cui vedere alcuni che fuggono induce alla fuga anche chi si trova nelle vicinanze, scatenando un'onda contagiosa di persone che scappano impaurite dalla paura altrui, fino a causare una fuga umana travolgente.

Tutti sono presi dal panico e temono per la loro vita. In quei momenti le consuete regole del vivere civile vengono abolite e, pur di salvarsi, si è disposti a calpestare chi ci sta davanti, sia