



PAURA O CORAGGIO? LOTTA O FUGA?

Eccomi! Eccomi! Eccomi qua! Io adesso ero di là, dietro le quinte e ovviamente per un attore, per un comico, l'attimo prima di entrare è la fine, cioè partono le paranoie. Dico: "Ma se esco e non ridono? Se esco e ridono troppo?" "La solita buffona... fa le cose..." È brutto, no? Meglio se non ridono, pensi... meglio se sorridono... meglio. Sì: più di testa che di pancia! [...] Meglio che torno a casa... io torno a casa! E se non trovo le chiavi? Se non trovo parcheggio? E se un cinghiale mi aggredisce sulla Cassia?

PAURE!

Io mi identifico in tutte le paure, da sempre: è più forte di me! Ve lo giuro! La paura del buio, la paura dei ladri, dei parenti e dei traslochi; la paura che la conserva di nonna abbia il botulino: "Ma l'abbiamo fatta ieri!" "Mmmh!" La paura che una ruota scoppi all'improvviso sul motorino, la paura che non solo l'ascensore si fermi ma che addirittura precipiti, e precipiti giù, fino al centro della Terra. La paura di finire in un errore giudiziario, e urlare: "Sono innocente!" E loro: "Dicono tutti così!" La paura che una mattina mi svegli e sono qualunquista o peggio vegana! La paura quando sono in fila alla cassa di un supermercato e di essermi dimenticata qualcosa di importantissimo. E sempre alla cassa, la paura che la carta non funzioni: io do la carta al cassiere, il cassiere la mette nel POS, intorno a noi tutto si ferma, [...], attimi lunghissimi, la carta passa molto lentamente nell'apparecchio e poi feroce, secco, inesorabile... "transazione negata"! No! Ma credo che sia la linea... Dicono tutti così! La paura delle pubblicità che ti danno del "tu", dei call-center che se devi comprare una cosa ti rispondono subito ma poi se tu con quella cosa hai dei problemi, devi mori! La paura delle telefonate senza numero, la paura di non dormire o di non svegliarmi in tempo, la paura della polizia: quando non c'è "Perché non c'è?" e quando c'è: "Perché c'è?" La paura di aver mangiato troppo o di non aver mangiato abbastanza; la paura di non essere all'altezza, di non rendere [...] La paura che esci con uno e lui ci prova oppure che non ci prova: "E che ci devo provare io?" La paura di un vuoto di memoria... La paura

di non aver letto abbastanza [...] La paura dei vicini quando litigano fortissimo oppure peggio, subito dopo quando c'è silenzio... La paura di quelli che dicono: "Oh, Virginia, poi mi ricordi che te devo di' una cosa?" "Che? Che me devi di'?" Dimmela, no? Perchè me fai aspetta'? Dimmela, quella cosa!" La paura che mi fermano a 100 metri da un negozio e non trovo più lo scontrino: "No, ma io giuro che ce l'avevo!" "Dicono tutti così!" La paura che poi se ne accorgono... ma di cosa? Non lo so... ma tanto se ne accorgono! Sempre! La paura di avere paura! La paura di recitare senza maschera...

La paura è un'emozione primaria, che hanno sia gli uomini che gli animali. È un'emozione che ci prepara a una situazione di emergenza, che si può tradurre nella lotta o nella fuga. La paura andrebbe vissuta di fronte a pericoli reali, perchè ci logora e ci divora. E invece noi abbiamo 200 mila paure! Il punto è proprio questo: che ci sono paure piccole e paure grandi. Paure reali e paure immaginarie.

Virginia Raffaele

QUALI SONO LE NOSTRE PAURE?

01

"HO PAURA"

MOSE

Caro diario, ti scrivo perché ho paura
E non me ne vergogno
Ho paura di me stesso, di non essere accettato
Paura dei ricordi, di ciò che ho passato
E ho paura dell'ansia perché non mi lascia
Ho paura di non essere abbastanza
E' strano che a vent'anni abbia paura del tempo
Paura di buttarmi nel vuoto che ho dentro
Ho paura come quando papà è scappato di casa
Ed io solo ad aspettarlo all'angolo della strada
Che stupido, al mondo siamo un numero
Ma forse ciò che ho passato mi ha reso unico
E ho paura di restare ancora solo, di nuovo

In una stanza con il male in sottofondo
E ho paura di parlare, paura di amare
Paura di non essere capito a questo mondo

Caro diario, ti scrivo perché ho paura
E non me ne vergogno
Perché in fondo sai che dalla paura nasce il coraggio
E dal coraggio che ho portato avanti un sogno
Caro diario, ti scrivo sull'ultimo foglio
Perché ho paura e non me ne vergogno
Dalla paura nasce poi il coraggio
E ce l'ho messo in tutto quello che ho fatto
Ho paura sai di perdere treni, perdere persone
Ho paura di perdermi tra gli sbalzi di umore
Mamma dice che sono il suo eroe e temo di deluderla
Come l'ultima volta, come fosse stata l'unica
Ho paura della morte perché amo la vita
Credo che chiamarla in fondo sia l'unica via d'uscita
E come posso fidarmi di qualcuno
Se ho paura e non l'ho detto mai a nessuno
E ho paura come quando papà è scappato di casa
E sono ancora quel bimbo all'angolo della strada
Ma che stupido, forse non sono l'unico
Ad urlare al mondo che ho paura
E ora che passa
Il coraggio ha cancellato l'ansia
Sono uscito ora dalla mia stanza
Ogni tanto io ancora ho paura

Caro diario, 

Caro diario, ti scrivo perché ho paura
E non me ne vergogno
Perché in fondo sai che dalla paura nasce il coraggio
E dal coraggio che ho portato avanti un sogno
Caro diario, ti scrivo sull'ultimo foglio
Perché ho paura e non me ne vergogno
Dalla paura nasce poi il coraggio
E ce l'ho messo in tutto quello che ho fatto!

01

“SEDUTO A GUARDARE”

FABRIZIO MORO

Tu non hai, tu non hai
qualcosa da dire,
tu non trovi le parole
ma col silenzio sai ferire.
Tu rimani, tu rimani
seduto a guardare,
non importa quanto è grande la tua penna
ma come scrivi il tuo nome.
E poi le paure confondono
se i sogni che fai non si avverano
e tutti i pensieri rimangono dentro, dentro.
Tu non hai, tu non hai
qualcosa da fare,
scappi sempre, scappi sempre
e dopo vuoi ritornare.
Tu rimani, tu rimani
seduto a guardare
ma chi non scrive la sua storia
non può decidere il finale.
E poi le paure confondono
se i sogni che fai non si avverano
e tutti i pensieri rimangono dentro, dentro.
E se le ragioni non cambiano,
i passi che fai si cancellano
e tutti i pensieri rimangono dentro, dentro.
E se le ragioni non cambiano,
i passi che fai si cancellano
e tutti i pensieri rimangono dentro, dentro.

02

“LA LINEA D’OMBRA”

JOVANOTTI

La linea d'ombra, la nebbia che io vedo a me davanti,
per la prima volta nella vita mia mi trovo
a saper quello che lascio e a non saper immaginar quello che trovo.

Mi offrono un incarico di responsabilità:
portare questa nave verso una rotta che nessuno sa.

È la mia età a mezz'aria
in questa condizione di stabilità precaria,
ipnotizzato dalle pale del ventilatore sul soffitto,
mi giro e mi rigiro sul mio letto,
mi muovo col passo pesante in questa stanza umida
di un porto che non ricordo il nome.

Il fondo del caffè confonde il dove e il come
e per la prima volta so cos'è la nostalgia, la commozione.

Nel mio bagaglio panni sporchi di navigazione
per ogni strappo un porto, per ogni porto in testa una canzone.

È dolce stare in mare quando son gli altri a far la direzione,
senza preoccupazione, soltanto fare ciò che c'è da fare
e cullati dall'onda notturna,
sognare la mamma, il mare.

Mi offrono un incarico di responsabilità:
mi hanno detto che una nave c'ha bisogno di un comandante!

Mi hanno detto che la paga è interessante
e che il carico è segreto ed importante.

Il pensiero della responsabilità si è fatto grosso:
è come dover saltare al di là di un fosso

che mi ivide dai tempi spensierati di un passato che è passato,
saltare verso il tempo indefinito dell'essere adulto.

Di fronte a me la nebbia mi nasconde la risposta alla mia paura:
cosa sarò, dove mi condurrà la mia natura?

La faccia di mio padre prende forma sullo specchio, lui giovane, io vecchio;
le sue parole che rimbombano dentro al mio orecchio:

“La vita non è facile, ci vuole sacrificio,
un giorno te ne accorgerai e mi dirai se ho ragione!”

Arriva il giorno in cui bisogna prendere una decisione
e adesso è questo giorno di monzone
col vento che non ha una direzione.

Guardando il cielo, un senso di oppressione.

Ma è la mia età, dove si sa come si era e non si sa dove si va, cosa si sarà,
che responsabilità si hanno nei confronti degli esseri umani
che ci vivono accanto.

E attraverso questo vetro vedo il mondo come una scacchiera,
dove ogni mossa che io faccio può cambiare la partita intera
ed ho paura di essere mangiato ed ho paura anche di mangiare.

Mi perdo nelle letture, i libri dello zen ed il vangelo,
l'astrologia che mi racconta il cielo.

Galleggio alla ricerca di un me stesso con il quale poter dialogare
ma questa linea d'ombra non me lo fa incontrare.

Mi offrono un incarico di responsabilità!

Non so cos'è il coraggio,
se prendere e mollare tutto
se scegliere la fuga

o affrontare questa realtà difficile da interpretare
ma bella da esplorare;

provare a immaginare dove sarò
quando avrò attraversato il mare,
portato questo carico importante a destinazione,
dove sarò al riparo dal prossimo monzone.

Mi offrono un incarico di responsabilità:

domani andrò giù al porto

e gli dirò che sono pronto per partire.

Getterò i bagagli in mare, studierò le carte

e aspetterò di sapere per dove si parte, quando si parte,

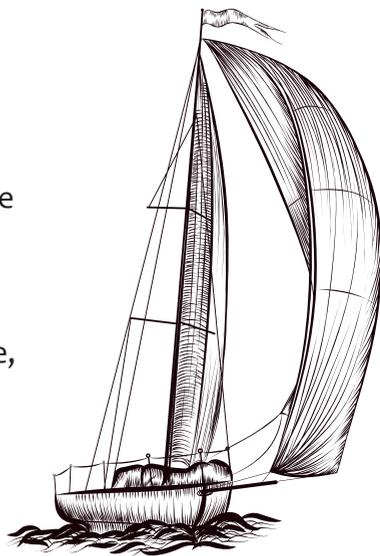
e quando passerà il monzone dirò:

“Levate l'ancora, diritta, avanti tutta

questa è la rotta

questa è la direzione

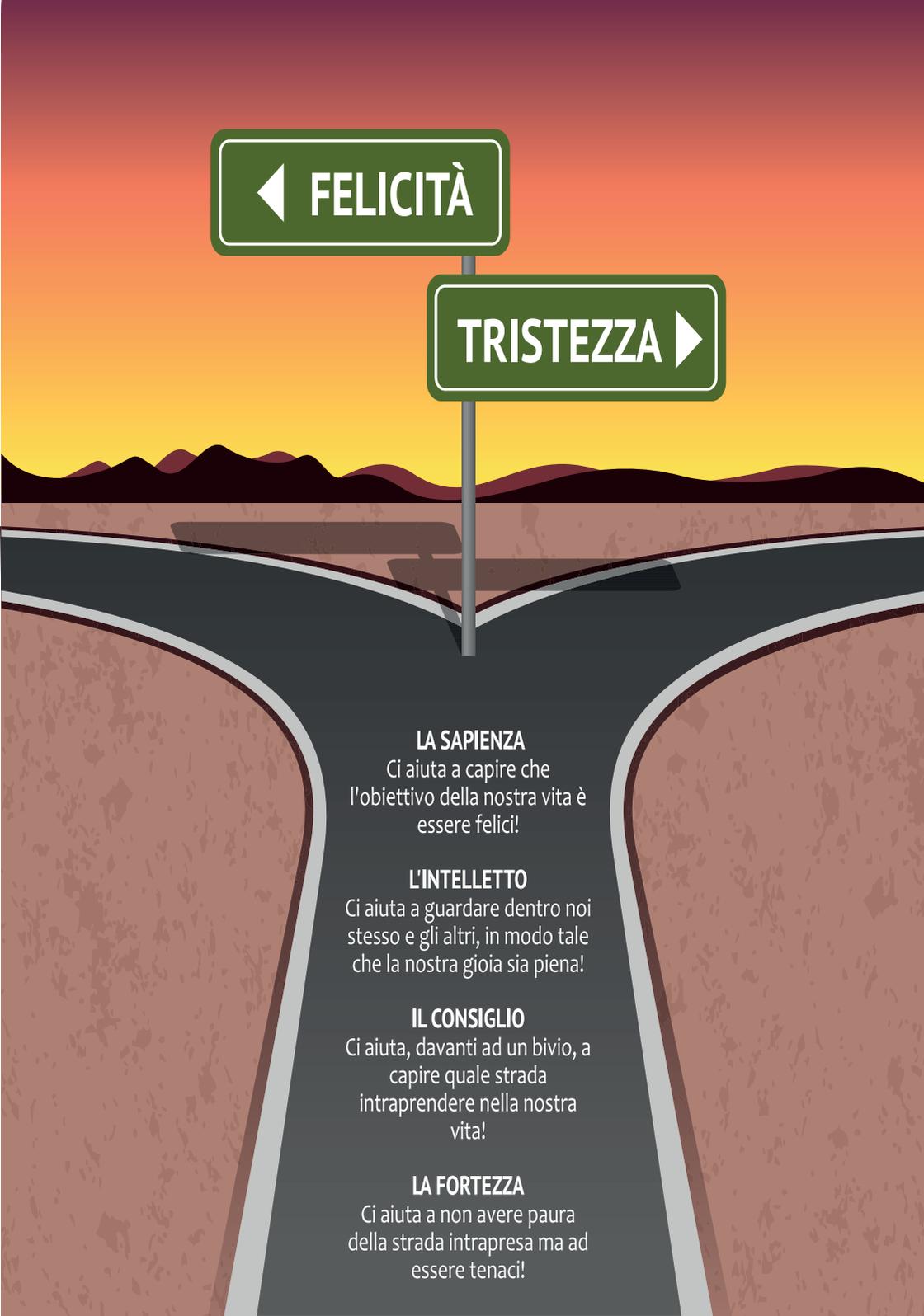
questa è la decisione!”





Il dono della fortezza

Papa Francesco ci dice che il dono della Fortezza “libera il terreno del nostro cuore, lo libera dal torpore, dalle incertezze e da tutti i timori che possono frenarlo, in modo che la Parola del Signore venga messa in pratica, in modo autentico e gioioso. È un vero aiuto questo dono della fortezza, ci dà forza, ci libera anche da tanti impedimenti. [...] Ci sono anche dei momenti difficili e delle situazioni estreme in cui il dono della fortezza si manifesta in modo straordinario, esemplare. È il caso di coloro che si trovano ad affrontare esperienze particolarmente dure e dolorose, che sconvolgono la loro vita e quella dei loro cari. [...] Anche noi, tutti noi, conosciamo gente che ha vissuto situazioni difficili, tanti dolori. Ma, pensiamo a quegli uomini, a quelle donne, che conducono una vita difficile, lottano per portare avanti la famiglia, educare i figli: fanno tutto questo perché c'è lo Spirito di Fortezza che li aiuta. Quanti uomini e donne - noi non sappiamo i loro nomi - che onorano il nostro popolo, onorano la nostra Chiesa, perché sono forti: forti nel portare avanti la loro vita, la loro famiglia, il loro lavoro, la loro fede. Questi nostri fratelli e sorelle sono santi, santi nel quotidiano, santi nascosti in mezzo a noi: hanno proprio il dono della Fortezza per portare avanti il loro dovere di persone, di padri, di madri, di fratelli, di sorelle, di cittadini. Ne abbiamo tanti! Ringraziamo il Signore per questi cristiani che sono di una santità nascosta: è lo Spirito Santo che hanno dentro che li porta avanti! E ci farà bene pensare a questa gente: se loro fanno tutto questo, se loro possono farlo, perché non io? E ci farà bene anche chiedere al Signore che ci dia il dono della Fortezza!”



◀ **FELICITÀ**

TRISTEZZA ▶

LA SAPIENZA

Ci aiuta a capire che
l'obiettivo della nostra vita è
essere felici!

L'INTELLETTO

Ci aiuta a guardare dentro noi
stesso e gli altri, in modo tale
che la nostra gioia sia piena!

IL CONSIGLIO

Ci aiuta, davanti ad un bivio, a
capire quale strada
intraprendere nella nostra
vita!

LA FORTEZZA

Ci aiuta a non avere paura
della strada intrapresa ma ad
essere tenaci!