

Società Tra genetica e temperamento il saggio di Massimo Ammaniti edito da Raffaello Cortina

Viva la timidezza, forza gentile che può illuminare l'esistenza

di **Giorgio Montefoschi**



«Nel mondo moderno, i timidi e i paurosi non trovano facilmente il proprio posto, anzi incontrano diffidenze e incomprensioni prima di essere accettati dagli altri», scrive Massimo Ammaniti nelle prime pagine del suo bellissimo e intrigante nuovo libro intitolato *Il coraggio di essere timidi* (Raffaello Cortina Editore). «Oggi — prosegue — è diventato ancora più difficile per loro dal momento che la società dello spettacolo sembra aver sostituito la tradizione del cogito cartesiano, legato al pensiero e alla riflessione, con l'idolo eccitante dell'apparens, che spinge a ricercare di continuo l'esposizione, la visibilità e la conferma degli altri».

E questo è il punto. Fondamentale. Perché la timidezza, dalla quale si generano l'ansia e la paura, esiste da sempre, dal principio della storia umana (tanto è vero che nelle pareti delle caverne i primi genitori premurosi disegnavano quello che i figli avrebbero incontrato al di fuori e non venissero colti da spavento). Ma è indubbio che nell'epoca in cui viviamo, sciaguratamente dominata dal mondo dello spettacolo, della comunicazione tanto eclatante quanto superficiale, e passeggera infine, l'esistenza della persona timida, bloccata «dalla paura degli altri che diventano i suoi carcerieri» è davvero enormemente difficile, sembra superare ogni altra epoca della Storia.

Il timido soffre. Ha paura del mondo, fin dai primi mesi dopo la nascita, quando è si-

mile a «un vaso vuoto» che gli altri riempiranno (ma come?). «La luce del sole e lo sguardo degli altri lo preoccupano, per cui tende a ripiegarsi su se stesso, preferendo una penombra in cui riesce a sentirsi maggiormente padrone di sé». Si fa riconoscere, incontrando gli «altri», perché distoglie o abbassa lo sguardo, arrossisce, gli sudano le mani. E teme che gli altri se ne approfittino, pensino che sia scostante o altero, addirittura antipatico, e lo escludano trattandolo male. Quindi si ritira ancor più in una nicchia; usa l'ansia — questa, nel libro, è una folgo-

rante intuizione — come un «detective mentale che ci indica quando stare all'erta per evitare che si verifichi qualcosa nella nostra vita».

Possiamo nascere timidi ereditando dai nostri genitori, o magari da qualche antenato, i geni scoperti della timidezza; o timidi possiamo diventare per il nostro temperamento; per le influenze familiari.

Con la sua lunga esperienza scientifica e professionale, ma soprattutto, direi, con una sorta di equilibrio e di saggezza paterni, Massimo Ammaniti descrive i vari ambiti in cui si costituisce e non si riesce a vincere la timidezza. Certo, gli

estroversi, che sono il contrario dei timidi, queste cose non le sanno, e beati loro nessuno può considerarli colpevoli della straripante vitalità che li pone in primo piano. Ma quanti, quanti ragazzini e ragazzine hanno pianto il primo giorno di scuola; quanti hanno pensato che il proprio aspetto esteriore potesse incontrare le critiche dei compagni e delle compagne; quante festuciole pomeridiane, del sabato o do-

menicale, sono state precedute da giorni di terrore; quanti sentimenti amorosi sono rimasti nascosti nel cuore.

E quanti genitori hanno fatto, e tuttora fanno sentire ai propri figli la diffidenza se non il timore sociale. Quanti figli soffrono per le separazioni dei genitori e per il timore dell'abbandono. È stolto far finta di niente.

I timidi «sono persone con una pelle mentale sottile», che in queste circostanze più delle altre si sentono ferite. Ma non è detto — è l'altro tema fondamentale del *Coraggio di essere timidi* — che siano destinati a essere perdenti. Anzi, assai spesso, se l'ansia e la paura non si cronicizzano, succede il contrario.

Gli estroversi impazzano, sono dominatori. Loro, i timidi, non si espongono; tacciono; preferiscono riflettere. Vivono una vita interiore. E questa interiorità a poco a poco diventa una forma di certezza, una forza che li illumina, che posseggono soltanto loro.

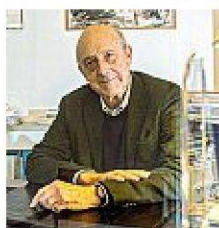
Tale, pur con ogni cautela, è la confortante conclusione di Massimo Ammaniti. Poi il suo libro si chiude e, come accade per i libri che fanno pensare e ci toccano da vicino, si continua a rileggerlo mentalmente. Non soltanto per l'inevitabile confronto personale con se stesso, aiutato dalla memoria. Ma per la curiosità, stavolta giocosa, con la quale vien voglia di scoprire chi sono i timidi del grande passato (lo sapevamo che Charles Darwin era un timido e Gandhi pure?) e quelli incontrati nelle nostre piccole avventure quotidiane.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

L'autore

● Massimo Ammaniti, *Il coraggio di essere timidi*, Raffaello Cortina Editore (pp. 192, € 16)

● Massimo Ammaniti (foto sotto, ritratto nel suo studio da Claudio Guaitoli) è nato a Roma il 22 luglio 1941



● Psicoanalista, è professore onorario di Psicopatologia dello sviluppo alla facoltà di Medicina e Psicologia della Sapienza di Roma e membro della International Psychoanalytical Association

La proprietà intellettuale è riconducibile alla fonte specificata in testa alla pagina. Il ritaglio stampa è da intendersi per uso privato