

GIOIA!

GIOIA!

Ijirashi

*I sentimenti sono universali?
Non sempre. Un atlante mappa
le differenze affettive tra i popoli. E spiega
perché è importante, anche a costo
di "prenderle a prestito" da un'altra lingua,
trovare le parole per dirlo*

di Paola Marcone
disegni Sara Not



Giro del mondo in 156 emozioni

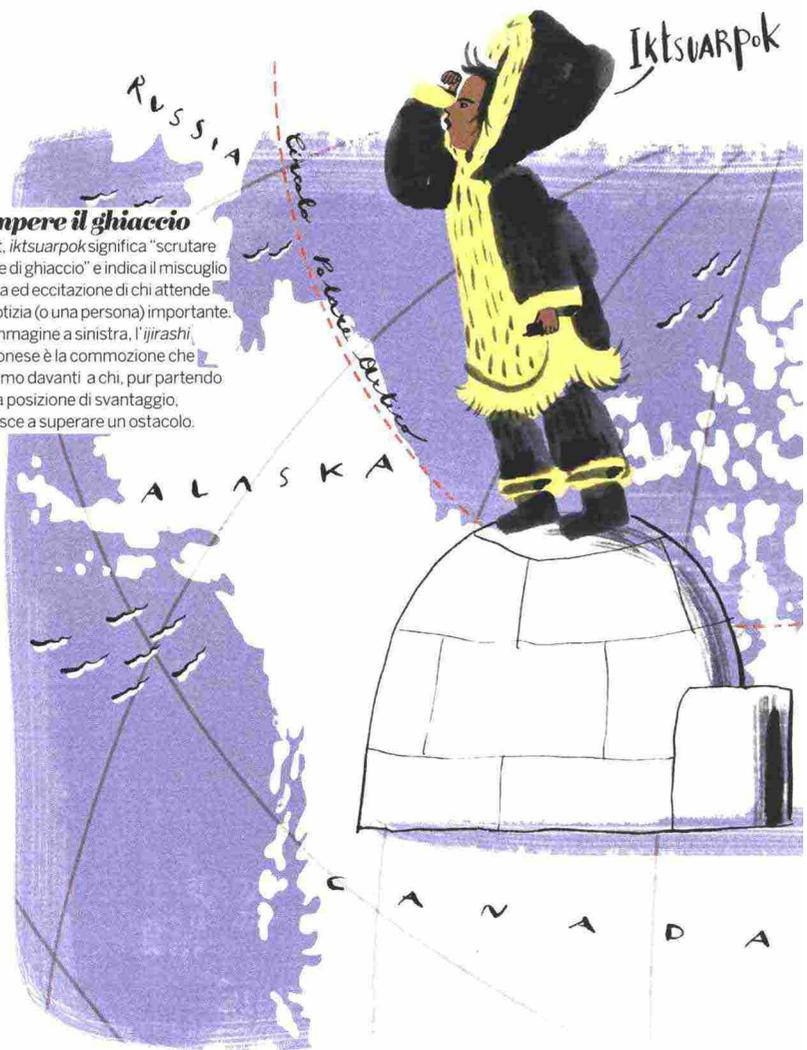
Forse l'avete provato anche voi, ma non sapevate come chiamarlo. In Nuova Guinea invece conoscono la parola esatta: *awumbuk*, quel senso di vuoto misto a un vago sollievo che rimane dopo la partenza di un ospite, «quando i rumori echeggiano tra le mura di casa» e lo spazio, che sembrava ridotto, all'improvviso è diventato grandissimo. Vi è mai capitato, invece, di sentire nostalgia per un posto dove non siete mai stati? Di desiderare di trovarvi ovunque, tranne dove siete ora? Sembra che in Finlandia sia un'esperienza comune, e infatti hanno una parola per fotografarla: *kaukokaipuu*. E che dire del dolore, o la rabbia, quando a farvi del male è proprio la persona che amate? Un patchwork di incredulità, vergogna e delusione che conosciamo bene e ci imporpora le guance; ma che in Italia, se non con un giro di parole, non sappiamo definire. E pensare che in India bastano tre sillabe, secche e imperiose – *abhiman* – per catturarlo.

Natura e cultura

Chi credeva il contrario si arrenda: nemmeno quelle “di base” (gioia, paura, rabbia, tristezza, sorpresa, disgusto) sono universali. **Lo racconta con garbo l'adorabile Atlante delle emozioni umane di Tiffany Watt Smith** (Utet), giro del mondo in 156 sfumature di sentimento, diverse a seconda dei popoli che le provano: «Per esempio, molto di ciò che provoca disgusto si apre a interventi di natura culturale. Gli embrioni bolliti di anatra, mangiati freschi freschi dalle uova nelle Filippine, sono rivoltanti per parecchi turisti occidentali». Quando gli psicologi evolutivi parlano di “emozioni fondamentali universali” vogliono dire che i nostri corpi si sono evoluti tutti nello stesso modo «per aiutarci a sopravvivere in situazioni comuni, come dover scappare da un predatore (paura) o spaventare un rivale (rabbia)». In altre parole, ognuno attraversa la vita con uno zainetto di emozioni-base (un po' come i colori primari) che servono a capire se stessi, e anche gli altri: ma poi esistono infinite sfumature di “timori e tremori”, diversi a seconda delle culture, e delle latitudini. **Prendete per esempio l'ijirashi, in Giappone: significa «restare colpiti o commossi nel vedere chi parte in svantaggio, ma poi riesce a superare un ostacolo».** Per noi la lacrimuccia potrebbe essere un eccesso di sentimentalismo; per i nipponici è la reazione giusta, anzi l'unica possibile, davanti a chi a un primo sguardo sembrava fragile e vulnerabile.

Rompere il ghiaccio

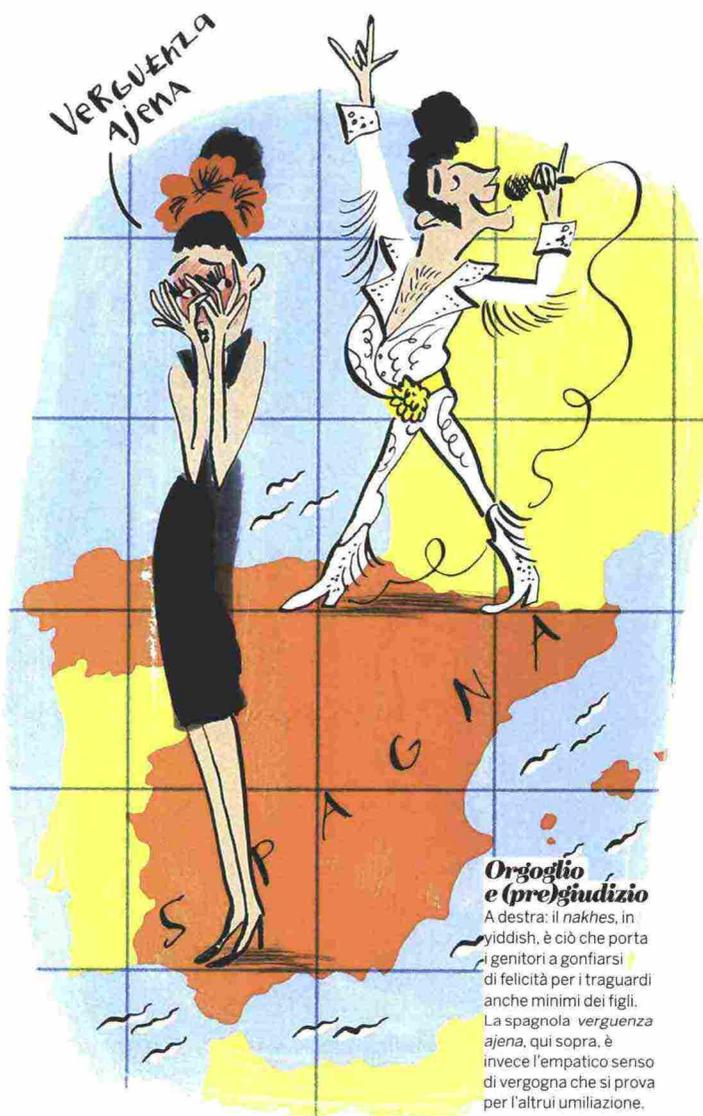
In inuit, *iktsuarpok* significa “scrutare distese di ghiaccio” e indica il miscuglio di ansia ed eccitazione di chi attende una notizia (o una persona) importante. Nell'immagine a sinistra, l'*ijirashi*, giapponese è la commozione che proviamo davanti a chi, pur partendo da una posizione di svantaggio, poi riesce a superare un ostacolo.



Adotta un'emozione

In tagalog, prima lingua nelle Filippine, il *kilig* è quella specie di fremito nervoso che ci sorprende quando parliamo con una persona che ci piace (mai successo?). La *vergüenza ajena* è una splendida espressione spagnola che indica la vergogna che proviamo per l'altrui umiliazione, per esempio quando guardiamo un programma tv i cui concorrenti si espongono al ridicolo (una specie di «Sto male per te!»). L'irresistibile e per noi quasi impronunciabile *iktsuarpok* è il senso di attesa trepidante che porta gli inuit a scrutare per ore immense distese di ghiaccio, in attesa di una persona importante: difficile che un greco abbia mai sperimentato un'emozione simile. A volte le parole migrano, proprio come le persone: per esempio *hogra*, «umiliazione e disprezzo quando ci si sente vittima di abuso di potere», è nata nei Paesi nordafricani ed è poi diventata una richiesta d'aiuto comune a molti emarginati di tutto il mondo. Alcuni termini stranieri sono già stati adottati in lingue diverse da quella d'origine: per esempio la *saudade* portoghese (nostalgia e struggimento malinconico) o la danese *hygge*, mix di intimità, accoglienza e capacità di godersi i piaceri della vita.

GIOIA! psicologia

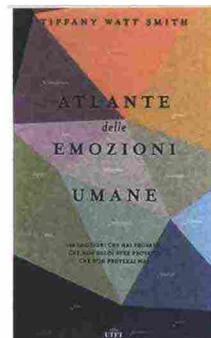


Quello che un atlante può fare

Il modo in cui chiamiamo le emozioni influisce sulla nostra capacità di viverle, ma anche di dare loro una direzione: capire con precisione se quella che stiamo provando è disperazione, ansia o tristezza, o un mix delle tre cose assieme, ci aiuta sicuramente a decidere come uscirne.

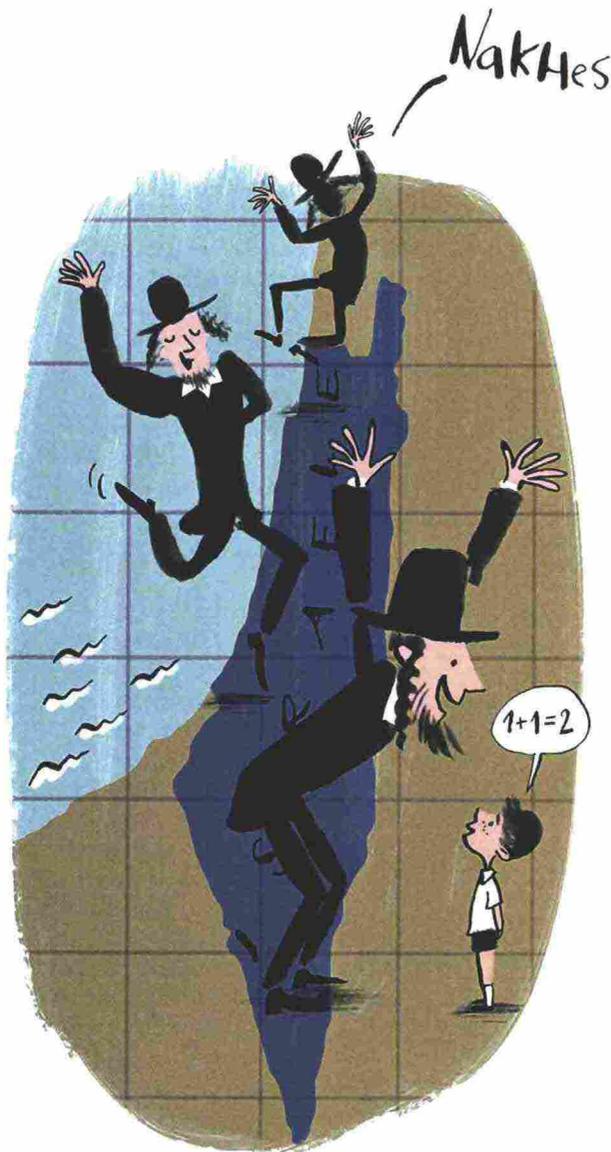
E poiché, ricorda Tiffany Watt Smith, «al giorno d'oggi la salute emotiva è uno degli obbiettivi dichiarati della politica di molti Paesi», per decifrare quel che accade a noi e agli altri consultare ogni tanto un atlante delle emozioni potrebbe non essere affatto una cattiva idea. E nemmeno prendere a prestito dagli altri Paesi, tutte le volte che serve, le parole per dirle. □

126



VOCABOLARI

A sinistra, l'*Atlante delle emozioni umane* (Utet, pp. 374, € 22) di Tiffany Watt Smith, storica culturale che ha steso una vera "mappa affettiva", avvincente, ironica e colta, per raccontare le differenze tra popoli.



**Capire con precisione
quel che stiamo provando,
e sapere come chiamarlo,
è sicuramente utile**