

Il disgusto mette alla prova la nostra capacità di razionalizzare.



FOTO NESSUN DOGMA

BLEAH!

La psicologia del disgusto, tra istinto e razionalità.

di Paolo Ferrarini

A Taipei c'è un ristorante tematico chiamato Modern Toilet, dove si può gustare un *sundae* al cioccolato con tanto di ciuffetto servito in una tazza di ceramica a forma di... tazza (del wc) e bere limonata da un pappagallo di plastica, il tutto in un ambiente simpaticamente decorato con i dettagli tipici di un bagno pubblico. Il sottile piacere provato nell'evocare cose che ci ripugnano in contesti sicuri e la capacità di sfidare il nostro senso di disagio per

trasformarlo in gioiose situazioni di ilarità o comicità sono aspetti che testimoniano quanto il disgusto sia una componente profonda e pervasiva della nostra vita mentale.

Che cos'è esattamente il disgusto e che cosa lo può provocare?

Ma che cos'è esattamente il disgusto e che cosa lo può provocare? Questo aspetto della psicologia, su cui si è cominciato a ragionare in ambito scientifico solo in tempi relativamente recenti, è più complesso e articolato di quanto si immagini.

La lingua inglese fa un'utile distinzione terminologica che

Ciò che è simile nella forma è simile anche nella sostanza.



FOTO NESSUN DOGMA

in italiano non è disponibile, tra “*distaste*”, sensazione legata al gusto vero e proprio di ciò che viene messo in bocca, e “*disgust*”, applicabile a qualsiasi cosa ci faccia sentire in un certo modo. Se il *distaste* è una sensazione relativamente semplice, primordiale, presente un po’ in tutto il regno animale in quanto prima linea di difesa contro agenti contaminanti che non dovrebbero superare i cancelli dell’organismo, il *disgust*, o lo “schifo”, è un’emozione vera e propria, esclusivamente umana, psicologicamente molto complessa, regolata da meccanismi culturali e dinamiche sociali, che va quindi ben al di là della funzione di difesa fisica da cui si è inizialmente evoluta.

Per quanto riguarda il cibo, anche limitandosi all’ambito ristretto di ciò che è considerato commestibile oppure contaminante, non c’è nella specie umana accordo universale su quali siano esattamente le cose da non ingerire in quanto ripugnanti. L’approccio generale, in realtà piuttosto conservativo, sembra essere «di ciò che esiste di organico sul pianeta, tutto è disgustoso, fatta eccezione per una piccola selezione di piante e animali». All’interno di questa regola generale, il disgusto è fortemente governato da abitudini culturali, tabù religiosi, o da idiosincrasie legate alle biografie dei singoli che per alcuni rendono lumache, trippe, cuy¹ o il casu marzu² una leccornia, per altri un film dell’orrore.

Il senso di disgusto può essere instillato o rimosso

Ma oltre al cibo, moltissime cose del mondo, di qualunque forma e sostanza, possono provocare disgusto, se esperite nel contesto sbagliato. Il tepore stesso può mettere a disagio, quando ci si siede su un water dove è recentemente passato qualcun altro. L’acqua può essere ripugnante, ad esempio se inzuppa del pane tostato. Dipende tutto in ultima analisi dal “significato” che si associa a questi elementi. Fra i domini particolarmente in grado di provocare disgusto, lo psicologo Paul Rozin ha identificato: prodotti corporei, animali, comportamenti sessuali, il contatto con i cadaveri, le violazioni dell’aspetto esteriore del corpo (deformità, ferite, malattie visibili), la scarsa igiene, la contaminazione interpersonale (contatto con persone sgradevoli) e le offese morali.

Il senso di disgusto può essere instillato o rimosso: ai bambini piccoli l’avversione agli escrementi va insegnata. Ma si è anche visto per esempio come decenni di campagne antifumo abbiano sortito l’effetto di aumentare mediamente la ripugnanza per questa pratica, laddove in passato era fortemente idealizzata e quindi desiderabile. Al contrario, il consumo degli insetti nelle nostre società richiederà un superamento collettivo del ribrezzo per queste specie animali.

Un aspetto interessante dal punto di vista dell’approccio razionalista è che l’emozione del disgusto è guidata, e persino definita, da una serie di regole implicite che ruotano attorno

al pensiero magico. Non è sufficiente che una cosa non ci piaccia per sentircene disgustati: quella cosa deve avere l'effetto di farci sentire in qualche modo minacciati, contaminati, inquinati. Darwin stesso descrive la ripugnanza provata nel momento in cui un "selvaggio nudo" incontrato nella Terra del Fuoco gli tocca con un dito, anche se pulito, la carne che stava mangiando. La contaminazione del cibo in questo caso è soltanto percepita, e ha più a che fare con il ribrezzo provato nei confronti dell'indigeno, quasi che la sua natura selvatica si possa trasferire magicamente a Darwin secondo la sottesa logica del "si è ciò che si mangia". Una sorta di essenzialismo che è stato comprovato in più moderni studi sul disgusto. Alcuni esperimenti hanno dimostrato la riluttanza delle persone a consumare zuppe mescolate con una paletta per le mosche mai usata, o a bere un succo dopo che è stato brevemente a contatto con uno scarafaggio sterilizzato. Invece, secondo la logica del "una volta contaminato, per sempre contaminato", negozi che trattano indumenti di seconda mano non accettano l'intimo: per quanto lavate e sterilizzate, i clienti non compreranno mai mutandine appartenute ad altri.

Un ulteriore meccanismo che regola il disgusto è l'idea che una sostanza si trovi in un luogo che non le pertiene originariamente. La saliva, che abbiamo tutti sempre in bocca, diventa magicamente orripilante nel preciso istante in cui fuoriesce. Il cibo più invitante diventa magicamente qualcosa di immondo non appena vi entra. Essendo poi normale che esca attraverso l'ano, è particolarmente raccapricciante quando ritorna invece dalla bocca sotto forma di vomito. I capelli, belli da guardare e toccare sulla testa di una persona, diventano nauseabondi quando estratti dallo scarico della doccia. Nella cultura giapponese il muco del naso soffiato in un fazzoletto e messo in tasca è qualcosa di orripilante, come l'espettorato sputato nel lavandino per gli inglesi, o il pene in un ano per gli omofobi (i quali poi, sempre per essenzialismo magico, trovano disturbante l'idea che un omosessuale possa fare l'insegnante a scuola).

Si attivano psicologicamente anche leggi di somiglianza: «ciò che somiglia nella forma somiglia anche nella sostanza». Di qui la riluttanza di molti a mangiare gelato al cioccolato a forma di feci al Modern Toilet di Taipei.

Paradossalmente, l'irrazionalità alla base del disgusto implica che in certi contesti, come quello sessuale, le regole vengano sospese persino quando la minaccia alla salute è potenzialmente reale. Una lingua in bocca, vera e propria aggressione al sistema di difesa dell'organismo quando il soggetto che offende è indesiderato (vedi il Dalai Lama), diventa una pratica piacevole e speciale insieme alla persona giusta. Un individuo che rifiuta schizzinosamente l'offerta di dare un

morso a un panino solo perché toccato subito dopo essere uscito dal bagno dei maschi, in una situazione sessuale non avrebbe alcun problema ad andare con la bocca direttamente alla fonte degli stessi germi che albergherebbero sulle mani che sospetta non perfettamente lavate. Anche la religione, che molte cose ha in comune con il sesso (come il fatto che andrebbe tenuta nei pantaloni in mancanza di consenso informato), ha la capacità di sospendere il senso di disgusto nei fedeli. Senza arrivare alle immersioni nello sterco di mucca sacra dei devoti indù, basti pensare alle persone in fila per posare tutti le labbra su una reliquia o un crocifisso.

Dato lo stretto legame tra disgusto e pensiero magico, non stupisce appunto che le religioni, ossessionate dalla categoria morale di purezza – metaforicamente distillata e simbolicamente rigurgitata a partire dall'idea di pulizia – abbiano nei secoli cooptato e manipolato questa emozione, prescrivendo via via l'oggetto: il sesso, le donne, certi alimenti, certi animali... La misoginia,

correlata alla ripugnanza per la sessualità, può essere a sua volta ricondotta al disprezzo generalizzato per la corporeità umana, e in ultima analisi per la vita terrena stessa. Abbondano gli esempi storici di personaggi religiosi che si sono prestati alle pratiche più morbide e rivoltanti per mortificare il proprio corpo, in modo da condividere visivamente col resto del mondo il vivido schifo provato nei confronti della propria incarnazione fisica. Essendo però il sesso la valuta principale nell'economia del disgusto, la donna purtroppo è sempre stata il target più colpito dalle religioni. Vilificata, offesa,

Le religioni hanno cooptato e manipolato questa emozione

La religione attiva e disattiva il disgusto per i propri fini ideologici.

Non ciò che entra nella bocca rende impuro l'uomo...

FOTO: NESSUN DOGMA

ripugnata, odiata, il suo sangue mestruale diventa il simbolo stesso di quanto di più orrido possa esistere, in questa velenosa concezione del mondo.

Ma il disgusto precede la religione, e per sua natura rappresenta una forma viscerale, fortissima di giudizio, cosa necessaria per metterci in preallarme riguardo a sostanze che, introdotte nell'organismo, risulterebbero tossiche. Nella mente concettualizzante della nostra specie, questo giudizio di natura puramente biologica viene esteso pure in senso morale, dandoci forti stimoli anche per stabilire quali oggetti del mondo, e purtroppo anche quali persone, includere o escludere dalla nostra zona di comfort. E quando non c'è nulla da sputare e non basta dell'acqua con cui lavarci la bocca, mantenere la propria purezza psicologica può avere risvolti inquietanti a livello politico-sociale.

Visivamente, la pelle è la discriminante più potente. Non soltanto per questioni di colore, ma anche come qualità e salute. Concettualizzata come involucro che separa le contaminazioni esterne dagli altrettanto repellenti contenuti interni del corpo umano, i difetti della pelle, come le condizioni di acne o psoriasi, hanno il fortissimo effetto psicologico di farci tenere alla larga da, e quindi emarginare ingiustamente chi ne soffre. Non solo, sempre a causa di un certo pensiero magico-essenzialista, esiste la tendenza a considerare l'aspetto esteriore come allegoria della condizione interiore. Basti pensare storicamente alla persecuzione dei lebbrosi, o alla condanna implicita che i malati di Aids portano marchiata sulla pelle affetta da sarcoma di Kaposi.

Ci sono poi, ovviamente, gli odori. Nulla stigmatizza e deumanizza quanto l'attribuzione di un cattivo odore a qualcuno. La cosa interessante, in questo caso, è che il modo in cui attribuiamo valenze positive o negative agli odori è spesso relativo, e pure culturalmente determinato. Lo stesso identico odore può far venire l'acquolina in bocca o provocare ribrezzo a seconda dell'origine nota della fragranza: un pezzo di formaggio, o un piede. Allo stesso modo, il pregiudizio che si

prova nei confronti di diverse categorie di persone contribuisce a connotare anche la percezione che possiamo avere del loro odore personale. Se ti aspetti che un determinato colore di pelle puzzi, è probabile che troverai conferma di questo fatto anche nel caso quella persona indossi un profumo, perché nella tua percezione quel profumo sarà soltanto un tentativo di nascondere ben altri olezzi. Troverai quindi anche la conferma di essere un po' razzista.

Il disgusto e le sue logiche irrazionali fanno quindi a pugni con un'etica egalitaria, umiliando ed escludendo persone di ogni tipo per caratteristiche che ci mettono irreflessivamente a disagio, per il fatto di essere obese, disabili, transessuali... O vecchie. Non solo il disgusto diventa una barriera che nega empatia, solidarietà, rispetto e amore per l'altro, ma

generando una primordiale sensazione di pericolo può dare adito a reazioni sproporzionate, espressioni di una volontà di rimozione fisica della fonte della repulsione, e quindi della minaccia. E quando questa sensazione viscerale, più o meno mascherata da razionalizzazioni ad hoc, viene portata nel dibattito pubblico e quindi diventa agenda politica, si apre la porta a qualsiasi tipo di ingiustizia sociale, discriminazione,

fino alla violazione dei più fondamentali diritti umani. Fino alla gratificazione che alcuni provano nel vedere persone annegare in mezzo al mare. Motivo per cui le emozioni, in particolare la cosiddetta triade dell'ostilità (sdegno, rabbia, disgusto), andrebbero rigorosamente tenute fuori da ogni discorso politico in una democrazia matura.

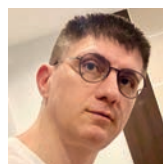
Idealmente, un'aspirazione umanista potrebbe essere quella di alzare sempre di più, attraverso l'uso della ragione, l'asticella di ciò che ci disgusta, fisicamente e moralmente, imparando anche a distinguere ciò che magari non ci piace personalmente da ciò che fa oggettivamente schifo, in modo da saper affrontare con lucidità qualsiasi questione emotivamente connotata, dal consumo alimentare degli insetti all'assistenza sessuale per i disabili. Far questo ci può aiutare sia a vivere più liberi e con maggiore capacità di apprezzamento per le cose del mondo, sia a contribuire a renderlo un po' meno disgustosamente ingiusto, questo mondo. ■

#disgusto #istinto #religioni #razzismo

Nulla stigmatizza e deumanizza quanto l'attribuzione di un cattivo odore a qualcuno

APPROFONDIMENTI

- ¹Porcellino d'India o cavia, specialità della cucina andina.
- ²Letteralmente "formaggio marcio", colonizzato dalle larve della mosca casearia. Prodotto agroalimentare tradizionale italiano (sardo).
- Libri:
William Ian Miller, *Anatomia del disgusto*, McGraw-Hill, 1998
Susan Miller, *Disgust: The Gatekeeper Emotion*, The Analytic Press, 2004
Paul Rozin, Jonathan Haidt, Clark R. McCauley: *Disgust*, In M. Lewis & J. M. Haviland (Eds.), *Handbook of emotions* (pp. 575-594), The Guilford Press, 1993
Paul Bloom, *Il bambino di Cartesio*, Il Saggiatore, 2005



Paolo Ferrarini

Digital Nomad e Global Humanist.
Un volto dell'Uaar dal 2007.