



La voce: identità “sonora” della persona di Raffaella Isoardi¹

Ma se tu prendi la mia voce – disse la piccola sirena – che cosa mi rimane!

La Sirenetta, Hans Christian Andersen

Prologo

Una voce vibrante, una voce ispirata e cantilenante, profumata di incenso, un tono gioviale e disinvolto, a tratti sfrontato, una voce bonaria, una vocalità paternalistica e autoritaria, una voce di potere con tonalità anonima, accenti marziali e toni suadenti.

Una voce metallica, robusta, fioca, argentina, limpida, squillante, roca, stridula, gutturale, nasale, artificiosa, forzata, irosa, allegra, lamentosa, stentorea, solenne.

Una voce che manca di tono e di forza, quasi spettrale. Una voce che accarezza la pelle e crea uno spazio di sicurezza e fiducia. Una voce monocorde, senza spessore, che non trasmette alcuna emozione. Una voce che seduce, a cui non si può resistere e si dice di sì.

Una voce che schiaccia le parole, le comprime, le scaraventa, le libera.

Una voce calda, sicura e ricca di armonici che arriva all'interlocutore come elemento positivo e trasmette un senso di tranquillità e affidabilità.

Una voce adattabile a tutte le circostanze tragiche o festose, mutevole come Zelig.

Perché una persona, per altro amabile, ha una voce gracchiante e disarmonica?

Abbassiamo la voce quando mentiamo?

Perché una voce non è modulata, plasmata?

C'è chi ama quello che dice e chi non lo ama. Chi ama o non ama il suono della propria voce.

Per la medicina cinese la voce modulata indica l'essere in contatto con il cuore, mentre la voce piatta indica una chiusura, una carenza.

La voce è il contatto più importante, più plasmabile, più diretto, che tocca l'altro: la persona che non vuole essere toccata ha una voce sgradevole, senza modulazioni? Non sempre si è disponibili a farsi toccare.

La voce può dire una cosa e pensarne un'altra. Cosa si vuol passare, comunicare con la voce, cosa si finge di essere. Si maschera la voce? Qual è il suo messaggio segreto?

La persona che parla con una “brutta voce” ha un concetto di sé e della realtà esterna scadente?

Se la componente amorosa cambia, cambia la voce?

Molti sono gli interrogativi posti dalla voce, dalla sua emissione, dalla sua qualità e dal suo ascolto. E mi ha sempre incuriosito capire questa modalità espressiva diretta e inconsapevole che tutti noi abbiamo e che spesso contrasta con altri aspetti della nostra personalità.

Con questo breve e incompleto scritto mi propongo di avvicinarmi al “problema voce”, al suo significato cercando soprattutto di suscitare curiosità e attenzione per questa modalità di esprimere noi stessi. Più che rispondere a domande e dare certezze, vorrei offrire suggestioni, stimoli, scorci, assaggi, indurre riflessioni sul valore, il significato, la manifestazione della voce e di ciò che rivela, del mondo che nasconde o che comunque si cela dietro la sua espressione. Un indizio della segreta vita emotiva di ciascuno di noi. La voce di un sé sconosciuto che comunica

¹ Il testo è la tesina redatta dall'autrice per il conseguimento del diploma in counseling somatorelazionale presso IPSO.

a volte un desiderio negato o ripudiato, una voglia e una pulsione che non ci piace ammettere di fronte a noi stessi... (Theodor Reik).

Un tentativo quindi di portare la nostra attenzione all'aspetto sonoro della nostra personalità che ci conferisce una identità e una unicità: il nostro biglietto da visita.

La fisiologia del suono

Il nostro corpo produce suoni, fra cui la voce, ed emana onde di aria che si irradiano in tutte le direzioni. Quando segmenti di queste onde colpiscono l'orecchio, causano vibrazioni nella membrana timpanica e queste a loro volta vengono trasmesse al liquido dell'orecchio interno. Ogni vibrazione causa un impulso nervoso che viene trasmesso al cervello e dà origine al tono che viene udito. E l'esperienza non è quella di un'onda, ma di un tono con un'altezza, un'intensità, una durata e un timbro.

L'onda sonora ha quattro caratteristiche: la frequenza, l'ampiezza, la durata e la forma. La pressione o energia dell'onda sonora che determina l'intensità del tono fisico e la sonorità del tono percepito è espressa in termini di ampiezza o altezza dell'onda dalla cresta al ventre. La durata è espressa in termini di lunghezza temporale del tono. La forma dell'onda determina la sua costituzione armonica, che ci dà l'esperienza del timbro.

Ma “le cose non sono come sembrano”.

Infatti l'ascolto del tono raramente è una copia esatta di queste caratteristiche fisiche del suono poiché nell'ascolto entrano in gioco molti principi di distorsione, una grande varietà di errori – chiamati “normali illusioni” – dovuti principalmente al limite fisico dell'organo di senso, a una percezione inaccurata o inadeguata, a principi di economia nell'ascolto. In realtà non si tratta di veri e propri errori, ma della percezione sperimentata da tutte le persone che tiene conto dell'economia, dell'efficienza e del senso della bellezza. Una buona parte della psicologia dell'ascolto consiste di principi di deviazione dal vero e proprio tono fisico.

Le caratteristiche del suono

Altezza

L'altezza, ovvero l'acutezza del suono, è determinata principalmente dalla frequenza delle onde sonore. Ed è l'esperienza psicologica di una qualità del suono udito, vale a dire come una persona percepisce emozionalmente una frequenza. L'altezza infatti è non solo quello che sentiamo, ma anche quello che ricordiamo, immaginiamo e pensiamo e, ancora più importante, determina in larga parte la reazione emotiva che abbiamo rispetto al tono, conferendo alla voce un effetto drammatico.

Nell'orecchio c'è un meccanismo di differenziazione dell'altezza, che fa da base fisica per i fenomeni sensoriali con cui abbiamo a che fare nella psicologia dell'ascolto e cioè altezza, intensità, timbro, volume, qualità del suono. L'orecchio infatti è selettivo in quanto risponde a quella regione di suoni che ha maggior significato e utilizzo.

A volte i problemi di voce piatta o debole controllo del timbro della voce di una persona possono essere dovuti a un orecchio “sciatto”, un orecchio non critico o non addestrato e non a problemi motori o muscolari. In questo caso il problema non è nella voce, ma nella fedeltà dell'orecchio e nella sensibilità uditiva.

Intensità

L'intensità di un tono generalmente viene espressa in decibel ed esprime un parametro della

sensazione percepita.

La sonorità di un suono varia secondo diversi fattori implicati nella frequenza, durata, timbro e livello di intensità. Varia anche secondo le condizioni nella stanza e la relazione fra la sorgente sonora e l'orecchio. Altri fattori implicati possono essere la fatica, l'attenzione e la vigilanza da parte dell'ascoltatore. Di conseguenza per determinare la sonorità prodotta è necessario definire l'intensità del suono, la sua composizione fisica, il tipo di orecchio che riceve il suono e le condizioni fisiologiche dell'ascoltatore.

Timbro

Il timbro è di natura molto complessa e riguarda la qualità di un tono in un singolo momento.

E' la caratteristica più importante della voce, indipendentemente dalla sua altezza o volume, ed è l'esatta e obiettiva descrizione di qualsiasi voce.

Si dice che il timbro vocale sia "il modo in cui la voce sta nel corpo - o in cui il corpo sta nella voce".

Il timbro dipende dalla forma dell'onda sonora e va dal tono puro, che è quello sonorizzato dal diapason, fino alla massa sonora caotica che chiamiamo rumore.

Esso è determinato principalmente dal numero, dall'ordine e dalla relativa intensità del tono fondamentale e dei suoi armonici, dalla loro presenza simultanea o fusione. È influenzato anche dalle modalità di attacco e di estinzione del suono.

Il linguaggio del colore viene spesso applicato al timbro che, a volte, è indicato come il "colore del suono".

Volume

Il volume in quanto caratteristica del tono è un'esperienza complessa che dipende dalla frequenza, dall'intensità, dalla durata, e dalla struttura armonica dello stimolo fisico, ed è largamente influenzato da fattori associativi, affettivi e motori nella percezione.

Un tono basso è più massiccio di un tono alto e proviene da uno spazio più grande. Perciò per assicurarsi il volume si utilizzano toni relativamente bassi.

Il volume è aumentato dall'intensità, ma anche dalla riverbero della stanza e dei corpi intorno che hanno l'effetto di moltiplicare lo stimolo. Anche la durata di un tono modifica il suo volume. Ma hanno importanza anche fattori soggettivi: l'aspettativa, la conoscenza della sorgente del suono, lo sforzo o il pensiero richiesto nella produzione del suono, l'emozione quale la paura o il desiderio, la vivacità dell'immaginazione. Ci sono grandi differenze individuali nell'ascolto del volume.

Non è sufficiente che l'oratore abbia un grande volume di voce. Il volume deve avere certi ingredienti in certe proporzioni per poter essere udito, capito, assaporato e apprezzato.

Sound

Il *sound* risulta dalle fluttuazioni nell'altezza, intensità, tempo e timbro all'interno di un suono. Se i cambiamenti sono forti e irregolari, abbiamo una qualità di asprezza. Se sono dolci e moderati, abbiamo flessibilità, tenerezza e ricchezza.

Il *sound* è pertanto, nel processo evolutivo, il risultato del principio di economia nella percezione e l'adattamento di questa economia alle richieste di bellezza ed efficienza nel parlato.

Oltre che per la qualità del tono, la bellezza nel parlare consiste in larga parte in una bella inflessione e in una espressione dinamica e ritmica con pause efficaci. Ed è la vocale che dà corpo alla qualità del suono. Il carattere della vocale è determinato principalmente dal numero, posizione, ampiezza e relative intensità dei suoi formanti.

In generale quando una persona passa dalla conversazione al discorso di fronte ad un pubblico si producono tre cambiamenti nell'onda sonora prodotti dalla sua voce e cioè un'altezza maggiore, un'aumentata intensità e un cambio di energia dai parziali più bassi a quelli più alti.

Tempo

Un importante aspetto del tempo in musica e nel parlato è il ritmo. Il ritmo oggettivo che troviamo normalmente nella prosa e nella poesia si distingue per l'enfasi sul tempo o l'intensità o entrambi ed è probabile che venga recepito da altri sensi a parte l'udito.

Anche il ritmo soggettivo gioca un ruolo importante, poiché qualsiasi ritmo è innanzi tutto una proiezione della personalità: è quello che sono.

Sebbene la percezione del ritmo coinvolga l'intero organismo, esso richiede cinque capacità fondamentali: il senso del tempo e il senso dell'intensità, l'immaginario uditivo e motorio, cioè, la capacità di rappresentare l'esperienza uditiva e gli atteggiamenti motori e, infine, l'impulso motorio per il ritmo, una tendenza istintiva, prevalentemente inconscia e ampiamente organica. Le cosiddette risposte al ritmo in realtà precedono il battito esterno. Noi le anticipiamo: cogliamo gli schemi ritmici non appena li sentiamo e ce ne costruiamo dei modelli interiori di grande precisione e stabilità.

Il ritmo:

-favorisce la percezione attraverso il raggruppamento. I suoni individuali sono raggruppati in misure e frasi, frasi e periodi, periodi e movimenti.

-regola la tensione dell'attenzione. La nostra attenzione è periodica. Tutta la nostra vita mentale lavora ritmicamente, cioè con pulsioni periodiche di sforzo o raggiungimento con una inavvertita intermittenza di vuoti.

-ci dà un senso di equilibrio poiché è costruito sulla simmetria.

-ci dà un senso di libertà, piacere ed espansione.

-ci dà un senso di potere: è come sognare di volare, che deriva da una proiezione del proprio sé in azione.

-stimola e calma, è una specie di estasi, una perdita di coscienza dell'ambiente come nella danza. Un'azione che non ha altro oggetto che il piacere dell'azione in se stessa.

-trova risonanza nell'intero organismo. E di conseguenza indirettamente ha effetto sulla circolazione, la respirazione e tutte le secrezioni del corpo in modo tale da far sorgere una sensazione gradevole.

-trasforma gli ascoltatori in partecipanti: fa dell'ascolto un processo attivo e motorio e sincronizza menti e cervelli, ma anche i cuori. Il suo potere quasi irresistibile è evidente nella marcia militare, eccitante, o funebre, lenta e solenne, nei canti di lavoro, che sincronizzano gli sforzi e i movimenti e le emozioni, spesso, di un gruppo di persone. Pertanto può avere avuto una funzione economica e culturale essenziale nell'evoluzione umana, riunendo gli individui, stabilendo un legame fra i loro sistemi nervosi, e producendo in essi il senso della collettività e della comunità.

-ci fa giocare, giovani e vecchi. Il gioco è "un esercizio del corpo e della mente, fatto per far piacere a se stessi e senza uno scopo determinato". (Ruskin).

Il ritmo è una delle strutture fondative in tutte le abilità motorie.

Tenere il ritmo, fisicamente e mentalmente, dipende dalle interazioni fra la corteccia uditiva e la corteccia premotoria dorsale, ed è solo nel cervello umano che esiste una connessione funzionale fra queste due aree corticali. In questo senso il ritmo, ovvero l'integrazione del suono e del movimento, può avere un ruolo importantissimo nel coordinare e rafforzare i movimenti locomotori fondamentali.

Cosmogonie

La voce e il respiro, ambedue emessi dalla bocca e indizi inequivocabili – nel primo vagito – di una vita che nasce, rappresentano l'inizio di molte culture. La voce rivela la presenza del divino nelle cosmogonie sumero-babilonesi, in quelle egizie, nella tradizione indiana dell'Upanishad, in cui “la sillaba OM, lasciata a lungo vibrare nei canali d'immissione e d'emissione del soffio vitale, è espressione in forma di inarticolata 'parola' di quella sonorità originale” (Corrado Bologna).

La troviamo anche nella religione greca, secondo la quale il dio è soffio e vapore che escono dalle profondità della terra per farsi, mediante la voce roca della Pizia, parola.

Secondo la Bibbia, la potenza di Dio e la creazione si manifestano nel respiro, *ruah*, e nella voce, *qol*. *Ruah* indica l'alito vivificante di Dio soffiato nella bocca di Adamo, il respiro divino che nomina tutti gli elementi che sorgono dal caos. *Qol*, oltre a indicare la voce, indica anche l'effetto acustico del vento e della bufera e soprattutto del tuono e si riferisce a tutto ciò che è percepibile dall'orecchio. Per la fase più antica della religione ebraica la creazione non viene dalla parola di Dio, bensì dal suo respiro e dalla sua voce. Dio è voce o anche soffio, non parola. Diventa parola in seguito attraverso la bocca dei profeti. L'elemento essenziale è dunque “il suono che è alla base di ogni lingua, la voce che le dà forma, che la forgia elaborandone il materiale sonoro” (Scholem), “qualcosa di inespresso che vibra in fondo ad ogni espressione”. Dio crea esseri unici ed è la loro voce che li rivela come unici. “La voce è la voce di Giacobbe”, riconosce il vecchio e cieco Isacco: il figlio si è travestito, ma la voce non è camuffabile.

Giovanni l'Evangelista propone come cosmogonia un fatto di natura vibratoria, un evento sonoro (quello che oggi viene definito *big bang*) e così inizia il Vangelo: “In principio era il Verbo. E il Verbo era presso Dio. E il Verbo era Dio.”.

L'unicità e la relazionalità della voce

Nella voce si ritrovano due aspetti fondamentali dell'esistenza umana: l'unicità e la relazionalità. La parola può dire tutto e il suo contrario. La voce, qualsiasi cosa dica, comunica invece, prima di tutto e sempre, l'unicità di chi la emette. È inconfondibile come una vera e propria impronta digitale acustica, oggi anche tecnologicamente misurabile dalle macchine che ne rintracciano lo spettro.

Ogni voce umana è ovviamente suono, vibrazione acustica fra le altre e come le altre misurabile; ma solo in quanto umana l'orecchio, suo destinatario naturale, la percepisce senza alcuno sforzo e al di là della parola. Qualsiasi cosa tu dica, io so che la voce è tua.

La voce è protagonista del racconto “Un re in ascolto” di Italo Calvino, in cui viene privilegiata la sfera acustica, la sostanza fonica della parola e non il suo valore semantico. Il re-orecchio, alienato e solo nel suo palazzo immobile e immutabile, scopre la voce vera e inconfondibile della vita, ossia la voce che “mette in gioco l'ugola, la saliva, l'infanzia, la patina della vita vissuta, le intenzioni della mente, il piacere di dare una propria forma alle onde sonore”. Ed è “il piacere che questa voce mette nell'esistere: nell'esistere come voce” che lo attira, “il modo in cui la persona potrebbe essere diversa da ogni altra quanto diversa è la voce”.

Il re scopre l'unicità di ogni essere umano, così come si manifesta nell'unicità della voce. E ancora di più, perché “la voce potrebbe essere l'equivalente di quanto la persona ha di più nascosto e di più vero”.

La voce di chi parla è sempre diversa da tutte le altre voci, anche se le parole pronunciate sono le stesse. E questa diversità ha a che fare con il corpo. “Una voce significa questo: c'è una persona viva, gola, torace, sentimenti, che spinge nell'aria questa voce diversa da tutte le altre voci”. Quando vibra la voce umana c'è qualcuno in carne e ossa che la emette.

La voce, impalpabile e incolore come l'aria, viene dalle labbra, dalla bocca, dalla volta palatale, dalla gola, coinvolge lingua e denti, è collegata alla laringe, fosse nasali, polmoni, diaframma e cassa toracica, al rosso vivo della carne. È la vitalità profonda dell'essere umano che si rivela attraverso l'emissione della voce, che procede da dentro a fuori, spingendosi nell'aria, con cerchi concentrici, verso l'orecchio altrui.

Come dice Hannah Arendt, prima ancora di comunicare qualcosa, “sete o fame, affetto, ostilità o timore”, la voce umana comunica se stessa, ossia la sua unicità.

Nulla infatti comunica l'unicità più della voce, collegamento tra la mente, luogo del “significato”, del conscio, e il corpo, luogo dell'inconscio.

Per Roland Barthes la parola rivela un “linguaggio tappezzato di pelle”, in cui si fa sentire “la grana della gola, la patina delle consonanti, la voluttà delle vocali, tutta una stereofonia della carne profonda: l'articolazione del corpo, della lingua, non quella del senso, del linguaggio”.

L'unicità vocalica viene sapientemente e magistralmente messa in primo piano da Shakespeare nella scena del balcone di Romeo e Giulietta. Protagoniste indiscusse della scena sono le voci. Giulietta, riconoscendo la voce di Romeo, riconosce l'unicità dell'amato, separabile dal nome proprio (“Tu sei sempre lo stesso, anche senza chiamarti Montecchi”) e dice: “Ancora le mie orecchie non hanno bevuto cento parole della tua voce, e già ne riconoscono il suono”. L'unicità della voce è il fattore di identificazione. Il riconoscimento è vocalico. La voce di Romeo, non visto, al buio, e quindi non identificabile dallo sguardo, rivela la sua unicità al di là della parola e soprattutto, in questo caso, del nome. Giulietta ama infatti non uno dei Montecchi, ma colui che parla con la sua propria voce singolare: “Chiamami amore e sarà il mio nuovo battesimo”.

In questa scena c'è il dialogo di due voci che “si invocano e si convocano”, uno scambio di emissioni sonore che comunicano e si relazionano.

All'unicità si aggiunge così il tema della relazione, anche dal punto di vista fisiologico. È un gioco fra emissione vocalica e percezione acustica. La voce comunica la propria unicità ed è, al tempo stesso, una relazione con un'altra unicità. Emessa dalla bocca di qualcuno e indirizzata all'orecchio di qualcun altro. La voce chiama, contagia l'altro e gode della propria manifestazione.

Il parlare è relazionale e ciò che sempre e prima di tutto si comunica, al di là dello specifico contenuto, è la relazionalità acustica di esseri unici che si rivolgono l'uno all'altro. È una relazione espressa non dal volto, ma dalla voce, tanto è vero che si può parlare al buio o a chi non ci sta di fronte. È una comunicazione che avviene attraverso il respiro: il respirare, involontario e passivo, è un comunicarsi profondo, uno scambio, nel quale l'uno ispira l'aria espirata dall'altro e lo scambio dell'aria respirata si insinua nel corpo profondo sino al polmone. Tanto il pensiero è solitario quanto la parola è relazionale. Il parlare “vive soprattutto della vita di altri, siano essi l'uditore della narrazione, l'interlocutore del dialogo o il membro del coro” (Franz Rosenzweig). C'è una dipendenza dagli altri: parlare significa infatti parlare a qualcuno, “e questo qualcuno è sempre ben preciso, e non ha soltanto orecchie, ma ha anche una bocca”. Detto altrimenti, il parlare è un inter-loquere con gli altri - esseri umani in carne e ossa, con bocche e orecchie - e richiede una reciprocità di parola e di ascolto.

L'ascolto, per dirla con Koestenbaum, riguarda la dimensione della reciprocità: “Grata per ciò che riceve l'orecchio, la gola risponde aprendosi”.

La voce emessa esce sempre nel mondo e l'orecchio — canale aperto e delicato — gode delle vibrazioni e delle risonanze, così come il palato gode del dolce e del salato, trasmettendo poi tale godimento al corpo intero.

Inoltre, “Noi parliamo agli altri perché parliamo prima di tutto a noi stessi. E per così dire, le prime orecchie che ci ascoltano non sono le orecchie altrui, ma le nostre. Anche parlando dentro noi stessi, senza rompere il silenzio con la voce, non ci è dato nulla pensare senza pronunciare parole” (Giovanni Gentile).

L'ascolto

Secondo il medico francese Alfred Tomatis l'“ascolto” è una facoltà attiva in quanto il cervello estrae e decodifica ciò che è entrato attraverso l'orecchio.

Nello sviluppo fetale parecchie funzioni sensoriali sono già pronte per affrontare la realtà esterna due settimane prima della data prevista per il parto. L'orecchio tuttavia è un'eccezione: gli elementi che lo compongono hanno le dimensioni giuste e sono pienamente funzionanti già in gestazione.

Tomatis incominciò a sospettare che la teoria secondo cui l'organo fondamentale della voce è la laringe fosse errata: l'organo fondamentale è l'orecchio. Si parla male perché si sente male.

Infatti la voce può contenere solo le frequenze che l'orecchio è in grado di percepire.

Ad esempio chi parla con un registro da basso non ha necessariamente laringi più ampie di chi parla in registri più acuti, ma può raggiungere note più gravi perché può udire note più gravi.

“Se si dà all'orecchio lesa la possibilità di udire correttamente le frequenze perse o compromesse, queste vengono istantaneamente e inconsciamente ristabilite nell'emissione vocale”, poiché “l'apparato sensoriale che chiamiamo orecchio è semplicemente un'appendice esterna della corteccia cerebrale”.

Perciò “riparando” l'udito si guarisce la voce.

L'orecchio, per Tomatis, non è dunque un organo passivo, ma possiede una sorta di zoom che gli permette di focalizzarsi su certi rumori e scartarne altri: zoom uditivo. Nell'orecchio interno ci sono due muscoli che gli permettono di focalizzare l'attenzione su delle particolari frequenze e lo proteggono dai suoni forti e improvvisi. In caso di rumori forti, i muscoli si contraggono di riflesso per chiudere l'orecchio.

Il primo dei due muscoli è lo strapedio o muscolo della staffa: contraendosi aumenta la percezione e la distinzione dei suoni linguistici di frequenza medio-alta, mentre agisce da attenuatore per i toni più bassi che sovrastano le frequenze più alte, permettendo all'ascoltatore di isolare i fonemi dall'ambiente. L'altro muscolo è il tensore del timpano (o muscolo del martello), il quale agisce sulla tensione della membrana timpanica. Quando si contrae affievolisce la percezione dei suoni di bassa frequenza nel rumore di sottofondo. Quando parliamo entrambi i muscoli si contraggono, in modo che il suono della nostra voce non lesioni le nostre orecchie (lo strillo di un bambino equivale più o meno al rumore di un treno in corsa). Se questi due muscoli non funzionano bene, essi filtrano troppi suoni di bassa frequenza (e quindi troppi rumori di sottofondo) mentre le frequenze più alte della lingua parlata vengono recepite in misura non sufficiente.

Lo strapedio e il tensore del timpano che si sintonizzano sui suoni della lingua parlata, sono regolati dal cervello.

Quando determinate frequenze trasmettono informazioni importanti (es: un tono che allarma) nella corteccia uditiva le aree occupate dalle mappe cerebrali connesse a quelle frequenze si accrescono in pochi minuti, per meglio cogliere quelle informazioni. Quando le frequenze si interrompono, le aree delle mappe cerebrali possono tornare alle loro dimensioni originali o, certe volte, permanere. Dunque lo zoom uditivo ha una componente neuroplastica.

Il medico francese scoprì inoltre che la grande maggioranza degli esseri umani parla principalmente con un lato della bocca, utilizzando prevalentemente il lato destro della bocca,

e i suoni prodotti parlando sono recepiti soprattutto attraverso l'orecchio destro.

Ognuno dei due emisferi riceve la maggior parte degli input sonori dall'orecchio opposto. Ciò fa sì che le fibre nervose che sono collegate con l'emisfero sinistro derivino prevalentemente dall'orecchio destro. Di conseguenza la via nervosa più diretta e più rapida verso l'area del linguaggio posta nell'emisfero sinistro passa, nella maggior parte delle persone, per l'orecchio destro. Parlare con il lato sinistro della bocca e ascoltare con l'orecchio sinistro può generare una disorganizzazione in un cervello in via di sviluppo, contribuendo a disturbi dell'apprendimento che sembrano non avere relazione con l'udito e condurre all'insorgenza di balbuzie e deficit verbali.

Alcuni individui mancini che sono buoni oratori, come per esempio Bill Clinton, parlano con entrambi i lati della bocca, il che indica che in loro l'orecchio destro e l'orecchio sinistro hanno pari capacità di ascolto.

Uno dei motivi per cui il percorso uditivo dell'orecchio destro è più breve ha a che fare con il nervo che innerva la laringe (la quale viene regolata dall'orecchio destro), il cosiddetto nervo laringeo ricorrente. Il nervo laringeo ricorrente sinistro è più lungo del destro perché, essendo il cuore spostato verso il lato sinistro del corpo, deve fare una deviazione per passare intorno ai principali vasi sanguigni che si dipartono dal cuore.

“Ci sono suoni che fanno bene come due tazze di caffè”.

Tomatis definisce l'orecchio come “una dinamo per il cervello”, sottolineando come le frequenze più elevate trasmettano energia al cervello ed evidenziando il potere “energizzante” dell'orecchio sulla corteccia cerebrale.

Così come alcune voci trasmettono energia sia a chi parla sia a chi ascolta, “ricaricandoli entrambi”, ci sono voci che “scaricano” o infiacchiscono chiunque le produca (o le ascolti). (Alcuni insegnanti, ad esempio, hanno voci monotone che fanno addormentare i loro studenti poiché, a causa dei loro problemi di ascolto, producono suoni che hanno un effetto snervante). Con il blocco delle alte frequenze le persone parlano con voce inespressiva e spenta e hanno una postura cadente, le loro voci sono quasi incomprensibili, monotone, persino logoranti per l'ascoltatore.

La pienezza del suono è determinata dalla quantità di sovratoni, o armonici, prodotti dalla voce e composti da frequenze acute. Sono le frequenze alte che danno vita al suono, ma una voce bassa può essere comunque piena di energia se è ricca di armonici, mentre una voce acuta, ma sottile e povera di armonici non risulterà piacevole e avrà un suono piatto.

La “lingualatte” - la voce della madre

Nell'ambito etimologico della vox latina, il primo significato di vocare è chiamare, invocare. Prima ancora di essere parola, la voce è un'invocazione rivolta all'altro e fiduciosa in un orecchio che la accoglie. Il bambino alla nascita, con il suo respiro iniziale, invoca una voce in risposta, chiama un orecchio ad accoglierne il grido. Il legame intrauterino – che è anche un cordone ombelicale di suoni – è spezzato. Il primo vagito invoca così un nuovo legame sonoro: vitale come il respiro. La voce è sempre per l'orecchio, è sempre relazionale; ma non lo è mai in modo così perentorio come nel vagito infantile. Perché all'inizio, nel venire alla luce, abbandonando le acque tiepide e oscure – nell'uscire all'aperto del nuovo nato “per avere quello che là non aveva: aria e respiro, indispensabili alla fonazione” (Luisa Muraro) – non c'è che il legame sonoro da voce a voce. È la comunicazione primaria. Non c'è ancora niente da comunicare se non la comunicazione stessa nella sua pura vocalità e il dialogo vocalico incomincia subito.

La lingua materna è anzi tutto la lingua senza parola dei vocalizzi e gorgheggi che sono una prosecuzione della sonorità intrauterina, una musica che continua. Non c'è ancora significato in questa voce, ma c'è presenza, l'atto della relazione. Lo scambio delle voci — modulato sulla struttura elementare dell'eco — precede, nello sviluppo, di qualche tempo, lo scambio dei sorrisi.

È la “lingualatte” della madre (così definita da Kristeva e Cixous): voce e latte, un dono per l'orecchio e un dono per la bocca.

La voce infatti si mescola col latte secondo il ritmo delle suzioni. Corporea e calda come il seno della madre che nutre il bambino la voce fluisce e inonda e dà godimento, il godimento legato alla bocca come centro del piacere orale. La “lingualatte”: “sono stata allevata a latte e parole” (Cixous). Qui la madre è intesa come fonte di cose buone piuttosto che come ruolo nell'ordine sociale.

E, sin dall'infanzia, si ha “sete” di parole in cui vibra il suono piuttosto che il concetto.

L'acquisizione della parola ridurrà e regolerà poi la vocalità variegata, ad ampio spettro timbrico, dei bambini, poiché la lingua impone una “austerità fonematica” che si oppone ai “suoni selvaggi” dei bambini, al libero gioco dell'articolazione e della differenziazione dei suoni, dei toni e dei ritmi, tipici della sfera preverbale e inconscia dove regna l'impulso ritmico e vocale.

“È come se i suoni filtrati delle voci materne invogliassero i bambini a entrare a far parte di un mondo i cui mezzi di comunicazione sono il suono e le parole”.

La voce della madre ha un ruolo speciale nella terapia dei bambini nati prematuri. Oggi si sa con certezza che il feto è in grado di riconoscere la voce materna, distinguendola dalle altre.

André Thomas ha dimostrato che un neonato circondato da adulti che conversano si volge solo in direzione della voce della madre, “la sola che lui ha percepito quando ancora si trovava allo stato fetale.”

Infatti nei quattro mesi e mezzo in cui i loro orecchi sono già funzionanti all'interno dell'utero, tutti i feti sviluppano una forma di “attaccamento” all'unica voce che sentono - che irrompe con suoni anche di alta frequenza nel mare di suoni di bassa frequenza - mentre mormora parole che non capiscono, ma di cui sentono la carica emozionale. Subito dopo la nascita i neonati sono così in grado di distinguere la “lingua madre”, la lingua che la madre era solita parlare mentre loro erano nella pancia, dalle altre lingue.

Oggi il ruolo fondamentale della voce nel processo di attaccamento fra bambino e genitore è ampiamente riconosciuto e l'indifferenza alla voce comporta delle conseguenze di questo legame. Uno studio del 2010 dimostra che se a un bambino non autistico stressato si fa sentire la voce della madre o del padre, il suo cervello si mette a produrre ossitocina, che è un neurotrasmettitore che induce alla calma e alla vicinanza affettiva, che rafforza sentimenti di tenerezza e fiducia consentendo ai genitori e al bambino di creare un legame reciproco.

Anche gli adulti, sottoposti al trattamento con la voce della madre, possono registrare un allentamento del nervosismo, dormono meglio, esprimono meglio le emozioni e riacquistano energia.

Suono e neurocezione

La teoria polivagale del neuroscienziato Stephen Porges ci ha fornito una più sofisticata comprensione della biologia della sicurezza e del pericolo, basata sulla sottile influenza reciproca tra le esperienze viscerali del nostro corpo e le voci e i visi delle persone attorno a noi; ci ha spiegato che un tipo di volto o un tono di voce rassicurante possono modificare considerevolmente il modo in cui ci sentiamo; ci ha chiarito perché essere visti e sentiti dalle persone importanti della nostra vita può farci sentire calmi e al sicuro e perché essere ignorati o

rifiutati può indurre reazioni di rabbia o collasso mentale.

Stephen Porges ha scoperto infatti che certe bande di frequenze sonore — in genere i suoni di bassa frequenza — hanno una relazione con il nostro senso di sicurezza o di pericolo, rammentandoci gli antichi predatori. I suoni prodotti dai predatori, infatti, fanno scattare nella preda il meccanismo di lotta o fuga. Esiste un legame diretto tra la corteccia uditiva e il sistema cerebrale di protezione dalla minaccia, il quale spiega, fra l'altro, perché un rumore forte e improvviso ci fa sobbalzare e scatena una reazione immediata di intensa ansia. L'evoluzione ha fatto sì che gli individui di una stessa specie comunichino fra di loro utilizzando frequenze sonore che i predatori non sono in grado di udire (i rettili che per milioni di anni hanno predato mammiferi di media taglia, come gli umani, non sono in grado di percepire le frequenze della voce umana).

Quando ci sentiamo tranquilli e al sicuro, il sistema nervoso parasimpatico mielinizzato disattiva la reazione “combatti e fuggi”. Come Porges ha dimostrato il sistema parasimpatico infatti attiva un sistema di “coinvolgimento sociale” (caratterizzato da espressioni facciali, vocalizzazioni, ascolto, gesti), nonché i muscoli dell'orecchio medio e cioè permette all'individuo di ascoltare gli altri, di comunicare e di entrare in sintonia con il prossimo. Il sistema parasimpatico ci aiuta a creare un legame con gli altri individui proprio perché regola le aree cerebrali che controllano i muscoli dell'orecchio medio, i quali sono utilizzati per sintonizzarsi sulle frequenze acute del linguaggio umano e per attivare i muscoli che servono alle espressioni vocali e facciali. Essere in “modalità parasimpatica mielinizzata” significa essere tranquilli, controllati e connessi.

Il sistema di coinvolgimento sociale evidenziato da Porges dipende dai nervi, che originano nei centri regolatori del tronco encefalico, primariamente il nervo vago – noto anche come decimo nervo craniale – insieme ai nervi contigui, che attivano i muscoli del viso, della gola, del medio orecchio, dell'apparato vocale o della laringe. Quando domina il vagale ventrale sorridiamo quando gli altri ci sorridono, annuiamo quando siamo d'accordo, siamo in relazione con gli altri. Qualsiasi minaccia alla nostra sicurezza e alle nostre connessioni sociali sollecita cambiamenti nelle aree innervate dal vagale ventrale. Quando una persona è agitata, la gola diventa secca, la voce si fa tesa, il cuore batte forte e la respirazione diviene rapida e superficiale. Segnaliamo automaticamente la nostra agitazione con le espressioni facciali e il tono della voce, modifiche volte a invitare gli altri a venire in nostro soccorso. Se nessuno risponde, la minaccia aumenta, si attiva il sistema limbico più antico, subentra il sistema nervoso simpatico, mobilitando muscoli, cuore e polmoni per l'attacco o la fuga: la nostra voce si fa concitata e stridente e il cuore comincia a pompare più velocemente.

Il pericolo spegne il nostro sistema di coinvolgimento sociale, riduce la responsività alla voce umana e aumenta la sensibilità ai segnali di minaccia.

La preghiera, la meditazione e il canto, attraverso il respiro, la vocalizzazione e la postura sono strategie efficaci nell'attivazione di uno stato di sicurezza e nell'attenuazione dei meccanismi di difesa del Sistema Nervoso Autonomo. Il ritmo cardiorespiratorio viene regolato, la respirazione diviene diaframmatica, collegando il parte superiore del corpo, sede della funzione razionale e cognitiva, con la parte inferiore, sede del mondo emozionale.

Le caratteristiche acustiche della voce, della musica o del rumore di fondo possono favorire l'accesso ai circuiti neurali che promuovono il comportamento sociale, la regolazione emotiva e il benessere, influenzando la nostra capacità di sentirci al sicuro.

Nelle prime fasi della loro vita i bambini non sono esseri molto sociali, ma sono alla mercé del loro sistema nervoso simpatico e parasimpatico e il loro sistema rettiliano predomina. Ma, giorno dopo giorno, attraverso i balbettii, i sorrisi e i versi che rivolgiamo loro, stimoliamo lo

sviluppo del vagale ventrale, che controlla la funzione del poppare, la deglutizione, le espressioni facciali e i suoni prodotti dalla laringe. Questa stimolazione si accompagna nel bambino a un senso di piacere e di sicurezza, che è alla base del comportamento sociale futuro. Secondo John Bowlby, i bambini sono attratti da volti e voci, sono molto sensibili alle espressioni facciali, alla postura, al tono di voce, ai cambiamenti fisiologici, al ritmo del movimento e all'inizio dell'azione. Considerava questa capacità innata un prodotto dell'evoluzione, necessario alla sopravvivenza di queste creature inermi, che notano i sottili cambiamenti della voce e delle espressioni facciali e adattano il loro comportamento a tali modificazioni.

Gridare contro qualcuno che è già fuori controllo può solo provocare un'ulteriore disregolazione. Così come i cani indietreggiano per paura quando gridiamo e scodinzolano quando parliamo loro in modo cantilenante, gli esseri umani rispondono a una voce severa con paura, rabbia o spegnimento, e a toni allegri aprendosi e rilassandosi. In parole povere, non si può fare a meno di rispondere a queste indicatori di sicurezza e di pericolo.

Tra tutta la miriade di piccoli segni che registriamo in modo istintivo nel corso di una conversazione, l'ascolto del tono e della velocità della voce — così come le fluttuazioni nel nostro mondo interiore — la salivazione, l'inghiottire, il respiro e il battito cardiaco — può rappresentare una via d'accesso per il trattamento.

Ad esempio dagli studi di James Pennebaker (Università del Texas, Austin) la voce evidenziava i cambiamenti negli stati emotivi. Quando i suoi soggetti parlavano di questioni intime o difficili, cambiavano, spesso, il tono di voce e lo stile linguistico. Per esempio, una donna descrisse i suoi programmi per la giornata con una voce infantile e stridula, ma pochi minuti dopo, quando parlò di un furto di un centinaio di dollari da un registratore di cassa aperto, sia il volume sia il tono della voce si fecero molto più bassi, tanto da farla sembrare una persona completamente diversa.

Tali cambiamenti vengono chiamati “passaggi di stato” nella pratica clinica e si osservano spesso in individui con storie di traumi. I pazienti, muovendosi da un argomento all'altro, attivano stati emotivi e fisiologici nettamente diversi. E il passaggio di stato, oltre che nelle espressioni facciali e nei movimenti del corpo, si palesa in un pattern vocale completamente diverso, rivelando, in alcuni casi, una chiara trasformazione dell'identità personale: da timida a forte e aggressiva o da ansiosamente compiacente a decisamente seduttiva.

La voce delle emozioni

Se siamo allegri cantiamo, se siamo tristi parliamo a voce bassa, quasi bisbigliando, se siamo arrabbiati alziamo il tono e il volume della voce. Alle emozioni provate corrisponde un tipo di voce.

La voce è uno strumento potente per esprimere il nostro mondo interiore e cogliere una infinita gamma di sfumature emotive, complessità di stati d'animo e di pensiero di cui facciamo esperienza.

Le ricerche sulla decodifica vocale delle emozioni hanno avuto inizio tra gli anni '50 e gli anni '80 allo scopo di comprendere quali variazioni dei parametri acustici ci permettono di cogliere la presenza delle emozioni nella voce dell'altro e di discriminarle.

In generale si può affermare che la voce comunica le emozioni soprattutto attraverso i parametri dell'intonazione, dell'intensità e del ritmo che costituiscono il sistema prosodico. (La prosodia descrive la percezione delle emozioni espressa nel parlato e Darwin ha riconosciuto nell'Evoluzione della Specie che essa è precedente allo sviluppo del linguaggio umano: “Anche

le scimmie esprimono emozioni forti con toni diversi: rabbia e impazienza con note basse, paura e dolore con note alte”).

Ciò che percepiamo come tonalità è dato dalla frequenza fondamentale, che è determinata dalla tensione e dalla vibrazione delle corde vocali e dell'intera laringe. Più esse sono tese, più la frequenza è alta e più la tonalità è acuta; viene invece percepito un tono grave quando esse sono allentate.

Rispetto ai parametri temporali, vengono distinti la durata, la velocità di emissione e il ritmo. La durata consiste nella lunghezza dell'enunciato misurata in secondi. La velocità di emissione è invece data dal numero di sillabe pronunciate in un secondo. Infine il ritmo consiste nella combinazione tra durata e accento ed è dato dall'alternarsi di sillabe accentate e sillabe non accentate.

Da ultimo, ciò che noi soggettivamente percepiamo come volume è l'intensità dovuta alla pressione della laringe e alla forza fonoespiatoria.

Dal punto di vista uditivo la qualità della voce, anche patologica, viene invece tradizionalmente classificata sulla base di termini descrittivi molto vari presi a prestito dall'esperienza visiva (voce chiara, scura, brillante) o fisica (voce leggera, pesante) o estetica (voce gradevole, bella, brutta). È comunque difficile isolare le qualità della voce dipendenti esclusivamente dalle caratteristiche anatomo-fisiologiche dei parlanti da quelle relative alla loro personalità, che derivano invece da caratteristiche psicologiche e sociali.

Secondo Douglas-Cowie e colleghi bisogna innanzi tutto tenere in considerazione il fatto che il modo di esprimere vocalmente un'emozione varia considerevolmente da parlante a parlante, da cultura a cultura, tra i generi e tra le condizioni socio-ambientali.

“Le emozioni, spiega Luigi Anolli, docente di Psicologia della comunicazione presso l'Università degli Studi di Milano, pur avendo una base biologica universale, si manifestano con stili comunicativi differenti, fatti spesso di sfumature e di indizi non verbali, in funzione delle credenze, delle aspettative, dei valori, delle relazioni sociali e delle pratiche emotive di ogni cultura di appartenenza.”

Da una recente ricerca risulta, ad esempio, che l'espressione delle emozioni da parte degli studenti cinesi è caratterizzata da uno stile più controllato e da minori variazioni di tono, volume e velocità di eloquio rispetto a quelli italiani, in linea con gli standard culturali orientali, che pongono un forte accento sui valori della moderazione, dell'armonia relazionale e del rispetto dello spazio personale altrui.

Tali differenze risultano più consistenti nell'espressione di emozioni quali la gioia, la collera e il disprezzo. Inoltre mentre gli italiani impiegano maggiormente le variazioni di tono e intensità della voce per caratterizzare i propri stati emotivi, i cinesi variano principalmente ritmo e velocità nel parlare.

Non c'è una sonorità universale uguale per tutte le lingue, per tutte le bocche e per tutte le orecchie. La voce di una persona vibra in sintonia con i suoni naturali e artificiali del mondo in cui vive, che trasmette al parlante i suoi toni, le sue cadenze e i suoi ritmi. E noi riconosciamo una lingua in base al suono, alla sua musicalità, anche senza comprenderla. Ad esempio, la poesia caraibica in cui vibra la voce africana rappresenta un vocalico che è insieme esperienza diretta dell'ambiente e memoria del mondo perduto.

Il fatto che una persona sia nata in una foresta, oppure in aperta pianura, o in montagna, o in riva al mare condiziona in maniera molto forte i suoni che percepisce, perché in ambienti diversi certe frequenze possono risultare smorzate o amplificate.

Tramite tra respiro e suono, la voce rappresenta dunque l'elemento vitale della comunità.

Le ricerche sulla codifica vocale delle emozioni intendono stabilire quali cambiamenti nella

voce e nella produzione del parlato – e quali corrispondenti pattern di parametri acustici - si manifestano come conseguenza dell'insorgere di un'emozione.

Gli studi evidenziano l'esistenza di due pattern: uno caratterizzato da alta frequenza fondamentale, ampia gamma e variabilità della frequenza fondamentale, elevata intensità e alta velocità ed è tipico delle emozioni ad alto livello di attivazione fisiologica; l'altro, identificato da bassa frequenza fondamentale, gamma e variabilità di intonazione ristrette, debole intensità e velocità ridotta, è invece tipico delle emozioni a bassa attivazione (Banse & Scherer).

In effetti i parametri vocali sono un importante indicatore del livello di attivazione fisiologica, ma in realtà l'espressione vocale delle emozioni è determinata anche da altre componenti quali:

- la valenza edonica, ovvero dal carattere di piacevolezza/spiacevolezza dello stimolo;
- la novità (gli stimoli poco familiari suscitano reazioni di sorpresa, curiosità e avvicinamento, ma anche di paura e diffidenza; mentre le emozioni positive sono suscitate dalla coincidenza tra le aspettative e i desideri dell'individuo);
- la rilevanza rispetto ai bisogni e agli scopi del soggetto (se lo stimolo risponde ad uno scopo, desiderio, bisogno, suscita una reazione di gioia, in caso contrario di rabbia);
- la capacità di far fronte allo stimolo: la consapevolezza dell'efficacia delle proprie risorse suscita un senso di padronanza, mentre la consapevolezza della propria impotenza genera depressione e ansia;
- la compatibilità con l'immagine di sé e le norme sociali (l'adesione o la trasgressione delle regole sociali e dei valori personali suscitano differenti reazioni emozionali – le cosiddette emozioni sociali come la vergogna, l'imbarazzo, la colpa e l'orgoglio) (Modello Scherer).

Queste componenti di valutazione producono effetti a livello del sistema nervoso centrale che si traducono a loro volta in modificazioni della tensione della muscolatura dell'apparato fonatorio. In particolare gli *effetti tonici* – più durevoli – non sarebbero controllati volontariamente, a differenza degli *effetti fasici* di rilassamento – a carattere transitorio – che sarebbero invece il prodotto dei tentativi dell'organismo di controllare l'espressione vocale emotiva. Anche i cambiamenti che avvengono nel sistema nervoso autonomo, quali la modificazione del ritmo respiratorio e della secrezione della saliva, hanno degli effetti sull'emissione vocale.

Scherer infine distingue tra voce piena e voce sottile, la voce piena, caratterizzata da una modesta tensione e una respirazione piena, si manifesta quando l'individuo ha fiducia nelle proprie risorse e si prepara all'attacco. La voce sottile invece, che risulta da una respirazione poco profonda e un aumento della frequenza fondamentale, contraddistingue quelle situazioni in cui l'individuo, valutando la propria impotenza a contrattaccare, si prepara alla fuga.

Anolli e Cicero hanno delineato la “voce” di alcune emozioni. Ad esempio la gioia è caratterizzata da una voce acuta con variazioni nell'intonazione, ma sempre graduali e lente, e quindi arrotondate. Il profilo dell'intonazione scende gradualmente nella parte finale dell'enunciato per poi assestarsi su una tonalità intermedia o per risalire lievemente. Anche l'intensità è elevata e ha un profilo ascendente nella parte conclusiva dell'enunciato. La velocità di eloquio e di articolazione è media, la durata è standard e le pause presentano valori medi.

La tristezza ha un profilo di intonazione caratterizzato da una frequenza fondamentale bassa, con variazioni quasi inesistenti e arrotondate. Il finale è discendente. Anche il volume e la velocità sono bassi. La tristezza si connota soprattutto per le sue lunghe pause.

Nel caso della paura, il tono è molto acuto con numerose variazioni piuttosto brusche, che conferiscono al profilo un andamento spigoloso. L'intensità è elevata e progressivamente crescente e si può arrivare al grido. La velocità di articolazione è alta. Le pause costituiscono

frequenti e rapide rotture del parlato, dovute alla respirazione superficiale.

La rabbia è caratterizzata da una frequenza fondamentale media, con numerose e a volte repentine, spigolose e ampie variazioni di tono. Il profilo ha carattere ascendente. I livelli di intensità sono costantemente alti. Il ritmo è serrato, con una durata della frase contenuta. Si manifesta la tendenza ad “espellere” la frase in un'unica emissione di respiro e senza pause.

Il disprezzo si caratterizza per l'articolazione molto lenta delle sillabe e per la durata molto lunga dell'enunciato. Il tono è grave, con variazioni minime e di forma arrotondata. Il finale è discendente. L'intensità è bassa e costante.

Infine la tenerezza presenta un ritmo regolare e costante. Tratto distintivo di questa emozione è la tonalità molto grave, con scarse variazioni e un volume basso e decrescente.

Uno studio (Gobl & Chasaide 2003) ha indagato il ruolo delle *qualità vocali* – ad esempio la voce piena, la voce sottile, la voce ruvida – nel veicolare informazioni circa le emozioni, indicando che effettivamente le qualità vocali contribuiscono alla comunicazione vocale delle emozioni in virtù di un'associazione tra una certa qualità vocale e diversi stati affettivi. Inoltre, la qualità vocale risulta più efficace nel comunicare la valenza edonica rispetto all'attivazione, che viene invece meglio espressa da intensità, tonalità e durata.

Le qualità vocali hanno un ruolo di primo piano nel comunicare gli stati affettivi, più sfumati, meno intensi, quali stati d'animo, umori, soprattutto se privi di un correlato fisiologico, mentre le variazioni di intonazione sono fondamentali per l'espressione delle emozioni più intense, accompagnate da una componente a livello fisiologico.

In generale dalle ricerche emerge che a livello vocale le emozioni negative sono riconosciute più facilmente e con una maggiore accuratezza rispetto alle emozioni positive.

Le emozioni meglio riconosciute a livello vocale sono la tristezza e la rabbia, ma anche la paura. Johnstone e Scherer (2000) hanno attribuito a queste differenze un'origine di tipo evolutivo: è utile che un segnale di rabbia o di paura possa essere comunicato anche a grande distanza per la sopravvivenza della persona.

Mentre l'espressione facciale delle emozioni trasmette informazioni “a breve distanza” ed è “direzionale” e viene quindi usata per comunicare con i membri della stessa specie presenti nello stesso luogo, l'espressione vocale è invece “omnidirezionale” o “non direzionale” ed è quindi utilizzabile per trasmettere anche a distanza segnali di pericolo, di allarme o paura per la difesa del territorio o la competizione con contendenti, o altro.

Scherer introduce inoltre il concetto degli *affective bursts* e cioè espressioni non verbali molto brevi di un'emozione, che si manifestano a livello del volto e della voce e comprendono sia le vocalizzazioni grezze tendenzialmente universali con differenze individuali, come la risata, sia i simboli convenzionali, legati alla cultura e con scarse differenze individuali, come “Oh!”. Essi sono in grado, se presentati nella sola modalità uditiva e in assenza di un contesto, di comunicare un significato emotivo chiaramente identificabile.

Tutte le dieci emozioni espresse (ammirazione, paura, disgusto, contentezza, noia, calma, sorpresa, preoccupazione, disprezzo, rabbia) presentano alti indici di riconoscimento (81%). Questo indica che gli *affective bursts* sono degli efficaci strumenti per l'espressione delle emozioni, più della decodifica basata sulle caratteristiche prosodiche o sulle qualità vocali del parlato.

Si può ipotizzare che alcune emozioni siano più efficacemente espresse dagli *affective bursts* e altre invece dalla prosodia e dalla qualità della voce. Il disgusto è un esempio di emozione che viene tipicamente espressa da un *affective bursts* (beeh!), al contrario, ad esempio, della rabbia,

più legata al parlato.

Epilogo

“La parola è per metà di colui che parla, per metà di colui che ascolta. Costui deve prepararsi a riceverla secondo l'andamento che essa prende. Così fra coloro che giocano a palla, quello che la prende si sposta e si prepara secondo che la vede muovere quello che gli getta il colpo e secondo la maniera del colpo”.

Montaigne, *Saggi*, Libro III, Capitolo XIII

La voce ha un'esistenza effimera, volatile, transitoria, non concretamente visibile. Il suono è caratterizzato non dall'essere, ma dal divenire: “Il suono esiste in sequenza, ogni suo adesso svanisce nel passato mentre accade”. Per molti “il reale” è qualcosa di fisico, di concretamente visibile, e non ci si fida di ciò che si ode, di ciò che si sa per “sentito dire” e si dice che “parlare non costa niente”.

Eppure, in qualsiasi cultura nasciamo, la vita di tutti noi inizia e si sviluppa al buio. Il nostro primo contatto con l'esistenza è sonoro: le vibrazioni del battito cardiaco di nostra madre, il moto dei suoi respiri, la musica della sua voce, con i suoi ritmi e la sua melodia, anche se non conosciamo il significato delle parole.

Non appena si viene al mondo, si strilla per annunciare la nostra presenza. E immediatamente qualcuno interagisce con noi, così che la nostra vita possa trovare posto all'interno della comunità degli esseri umani.

Il grido dell'angoscia, il grido dell'amore sono segni dell'esistenza. È un irreprimibile bisogno, l'impossibilità di tacere.

E vorrei concludere con le suggestive parole di Vittorio Sgarbi: “Se dovessimo infatti dare una rappresentazione fisica dell'anima non potremmo indicarne l'equivalente altro che nella voce. Non c'è modo di esprimere l'esistenza dell'anima se non attraverso una astratta dimensione vocale. Si esala l'anima. Che in tutte le rappresentazioni medievali esce appunto dalla bocca. L'anima non si esprime con gli occhi, non con l'odore, non con il sapore. Si esprime in parte con la parola, logos, ma soprattutto con la voce come puro suono, nella funzione di strumento. [...] E pensiamo soltanto a come ci risuona dentro: «Che farò senza Euridice». È un'aria più che religiosa, oltre l'amore e oltre la vita: l'anima viene a dirci tutto quello che ha visto. È stata nell'altro mondo e ne è ritornata in forma di canto. Ecco come la voce dà la rappresentazione più perfetta e assoluta dell'anima”.

Bibliografia

- Italo Calvino – *Un re in ascolto – Sotto il sole giaguaro*, Mondadori Editore, Milano 2001
- A. Carrera - *La comunicazione delle emozioni attraverso il canale vocale non verbale*, Università Cattolica di Milano, 2006
- Adriana Cavarero – *A più voci*, Feltrinelli Editore, Milano, 2010
- Norman Doidge – *Le guarigioni del cervello*, Ponte alle Grazie, Milano, 2015
- Stephen W. Porges – *Applicazioni Cliniche della Teoria polivagale*, Seminario Ipso, Milano, 25-26 ottobre 2014
- Oliver Sacks – *Musicofilia*, Adelphi Edizioni, Milano, 2013
- Carl E. Seashore – *Psychology of Music*, Dover Publications, Inc. New York, 1967
- Bessel Van Der Kolk – *Il corpo accusa il colpo*, Raffaello Cortina Editore, Milano, 2015
- Università degli Studi Milano-Bicocca- Ricerca del *Journal of Cross-Cultural Psychology*