

L'educazione dei sensi

di Gaia Castellani



Il vino viene comunemente consumato a tavola, durante i pasti, ma, a differenza di quello che normalmente si pensa, non è una bevanda ordinaria. Il vino è in grado di stimolare attraverso il suo **corpo**, i suoi **colori**, i suoi **aromi** e **sentori**, tutti i nostri **sensi**. Quando il vino viene bevuto per questo tipo di "piacere estetico" diventa parte di un'esperienza. Un'esperienza che può cambiare il nostro modo di approcciarci con la gastronomia, ed in particolare con l'eno-gastronomia, rendendoci più consapevoli di quello che stiamo degustando (non bevendo) e di quello che stiamo mangiando.

Il presupposto di questa esperienza è rappresentato dalle conoscenze di base della **degustazione**. Per godersi veramente il piacere del vino è necessario saper gestire i propri sensi. In realtà nessuno ci insegna come fare: pensiamo che sia naturale che una persona veda, annusi, assaggi e abbia un giudizio, personale e affettivo, di quello che ha ingerito. Purtroppo è così solo in parte. Ce lo dimostra il fatto che non diamo ascolto alle sensazioni, o meglio, pur sentendole non riusciamo ad interpretarle. Tutti i sistemi scolastici danno da sempre grande peso alle discipline "utili" come la matematica, la lingua italiana e la storia. L'uomo civilizzato da sempre aspira al meglio per sé; questo lo differenzia dall'animale, e ancor di più aspira al successo e alla ricchezza. Sono istinti innati. A musica, lettura, pittura, poesia ci si dedica solo secondariamente come attività per il tempo libero piacevoli e rilassanti. Per quando riguarda l'educazione di **naso** e **palato** – **olfatto** e **gusto** – le cose non stanno meglio.

Pur avendo sottolineato la differenza tra degustazione tecnica ed edonistica, e pur essendoci soffermati sull'olfatto e i profumi nel vino, finora non abbiamo prestato attenzione all'educazione dei sensi, che dovrebbe iniziare già nei primi anni. Gli studiosi del comportamento dei neonati hanno scoperto che il bambino piccolo non solo ha formidabili abilità istintive, ma che vive intensamente anche tutte le sfumature del mondo legato alle percezioni **visive**, **uditive**, **tattili**, **olfattive** e del **gusto** legate al suo rapporto con il mondo esterno. Il **gusto** è già sviluppato al momento della nascita: il bambino è

capace di distinguere i vari gusti e anche di reagire a piccole reazioni chimiche dei cibi che assaggia. Prova piacere quanto più il cibo è dolce (il latte materno è più dolce di tutti i tipi di latte artificiale!) e disagio quanto più questo è salato, acido o amaro. Inoltre i neonati distinguono e riconoscono svariati **odori**: reagiscono a quelli nuovi, ma si adattano rapidamente e non presentano più alcuna reazione quando questi diventano familiari. In presenza di un nuovo odore, mostrano interesse muovendo la testa, modificando la loro attività e la frequenza cardiaca. Riconoscono anche l'odore della madre.

Nella fase della crescita però le cose cambiano: sciroppi e caramelle aromatizzati, bevande "al gusto di" possono alterare, senza modificarle, le soglie percettive ed identificative. Significa che l'adolescente saprà immediatamente riconoscere un' **essenza**, fragola o banana ad esempio, poiché ne percepisce il sentore sia per conoscenza che per ricordo affettivo (bello o brutto che sia), ma spesso non riesce ad identificarne esattamente il nome: la riconosce senza interpretarla. Negli adulti, purtroppo, le cose non vanno meglio: l'adulto, avendo consolidato una **memoria sensoriale** ed **olfattiva** non educata, dovrebbe avere una **soglia percettiva** alta (è la soglia di percezione al di sotto della quale uno stimolo sensoriale non viene avvertito), ma la sua **soglia identificativa** (cioè la quantità minima che consente l'identificazione del sentore), non essendo educata, potrebbe essere bassissima. Un esempio: il sentore/gusto di banana ha una soglia percettiva alta, cioè tutti lo percepiscono, ed ha una soglia identificativa altrettanto alta, perché ad alte quantità tutti lo sanno identificare. La banana ha un sentore molto forte e viene spesso usato come aromatizzante per cibi, caramelle e pappe per neonati. Ma se la banana fosse presente in piccole quantità, come ad esempio un sentore nel vino bianco, si percepirebbe ma si farebbe fatica a riconoscerla. Con una corretta educazione sensoriale ed alimentare, proprio come si fa per l'italiano o la matematica, si potrebbero evitare alcuni "errori" gustativi e olfattivi: correggendo e gestendo in maniera più consapevole la memoria, potremmo avere la possibilità di "gustarci" pienamente i sapori che ci circondano. ●