

Nuova
edizione

IL DIZIONARIO DELLE EMOZIONI

Scrivi **espressioni realistiche**
per il tuo **personaggio**



Luca Panzarella

Il dizionario delle emozioni

Il dizionario delle emozioni

Crea espressioni realistiche per il tuo personaggio

Luca Panzarella

Copyright © by Luca Panzarella

Prima edizione Marzo 2019

Seconda edizione Maggio 2020

Editing di Valentina Alfarano

Prima di cominciare iscriviti al corso gratuito!

Va bene, vuoi scrivere un romanzo, ma adesso?

Quali sono i passaggi da compiere affinché il tuo sogno diventi realtà?

In questo corso online scoprirai le basi

— personaggi, trama, punti di vista, ritmo — per capire ciò che ti serve
per cominciare a scrivere il tuo primo romanzo.



[Iscriviti al corso online gratis!](#)

Sommario

[Introduzione](#)

[Ansia](#)

[Attrazione](#)

[Commozione](#)

[Conflitto interno](#)

[Curiosità](#)

[Depressione](#)

[Desiderio](#)

[Disgusto](#)

[Dolore](#)

[Esitazione](#)

[Euforia](#)

[Felicità](#)

[Gelosia](#)

[Imbarazzo](#)

[Impazienza](#)

[Indifferenza](#)

[Invidia](#)

[Noia](#)

[Odio](#)

[Orgoglio](#)

[Ostinazione](#)

[Panico](#)

[Paranoia](#)

[Paura](#)

[Preoccupazione](#)

[Rabbia](#)

[Rimorso](#)

[Rilassamento](#)

[Risentimento](#)

[Sospetto](#)

[Solitudine](#)

[Stanchezza](#)

[Sorpresa/stupore](#)

[Tristezza](#)

[Vergogna](#)

[Conclusioni](#)

[Bibliografia](#)

Introduzione

Caro scrittore, sono ormai più di 15 anni che scrivo, e nonostante i tanti corsi di scrittura alle spalle, adoro imparare quei dettagli che possono fare la differenza.

E immagino sia per questo motivo che stai leggendo questo libro.

Ti voglio dire una cosa: tutti i romanzi di successo, non importa di quale genere, hanno una cosa in comune: ci emozionano. Ci ispirano. Ci fanno andare a dormire la notte sognando ancora i personaggi di cui abbiamo letto.

Pensa, infatti, ai tuoi libri preferiti: quali sono le scene che ti vengono in mente? Forse un bacio d'amore o magari una morte improvvisa: qualunque sia questa scena è molto, molto probabile che ti abbia lasciato una forte emozione. Ecco perché la ricordi!

Ma come si fa a trasmettere un'emozione? La risposta a questa domanda è una sfida molto complicata per noi scrittori, forse la più alta: per questo motivo non possiamo prenderla sottogamba.

Certo, potremmo scrivere: «E fu così che il personaggio principale della nostra storia... morì».

Siamo stati chiari? Senza dubbio.

Abbiamo scatenato nel lettore angoscia? Paura? Stupore? Preoccupazione? Naaah, non proprio.

La verità è che non è facile, non è facile trasmettere un'emozione al lettore allo stesso modo in cui non è facile parlarne nella vita reale.

Molti di noi preferiscono dimostrarlo con le azioni, o comprando un re-

galo, per esempio un mazzo di fiori: ma come si fa a far sentire al nostro lettore l'amore che i due personaggi stanno provando senza cadere in dei cliché? Come si fa a renderlo triste quando il nostro personaggio ha perso qualcuno a cui teneva? Come si fa a spaventarlo quando il nostro personaggio sta indagando su un crimine? La risposta semplice è: tramite lo "show, don't tell".

Ma la verità è che questa risposta, da sola, non basta.

Abbiamo bisogno di diventare degli eccellenti sociologi o psicologi, o studiosi delle relazioni sociali e amorose; oppure, in alternativa, analizzare una per una le principali emozioni che noi essere umani proviamo, e scoprire come i grandi autori le hanno messe in scena.

Come si fa a mostrare e a far provare l'ansia, la depressione, la rabbia, il desiderio, la noia e tantissime altre emozioni che descriveremo in questo libro? Come si fa a rendere realistica la scena in cui il personaggio prova questa sensazione e come si fa a farla percepire – quasi sulla propria pelle – al nostro lettore?

Metteremo a confronto frasi che raccontano, descrivono un'emozione con quelle che la mostrano e che fanno attivare in noi che leggiamo le stesse sensazioni.

Faremo un elenco dettagliato delle reazioni corporee che ogni emozione provoca in noi.

Perché solo in questo modo puoi imparare a far emozionare davvero il tuo lettore.

Sei pronto per cominciare questo percorso? Io non vedo l'ora.

Si comincia.

Come funziona lo “show don't tell”

Prima di cominciare a entrare nel dettaglio su come si mostra ogni singola emozione, vorrei fare un breve ripasso sulla tecnica dello “show don't tell”. Se sei già ferrato su questo argomento o se lo hai studiato in uno dei nostri corsi, allora puoi tranquillamente passare alla lezione successiva: altrimenti ti consiglio di continuare.

Abbiamo detto che scrivere che un personaggio prova un'emozione non basta. Abbiamo bisogno di mostrare quella scena. Ma come si fa a “mostrare” una scena? E cosa vuol dire esattamente? Facciamo un esempio.

«Maria è arrabbiata», questo è “raccontare”.

Stiamo spiegando al lettore cosa sta accadendo, in modo preciso, breve, “efficiente”. Vogliamo dire che Maria è arrabbiata e beh, stiamo scrivendo esattamente così.

Ma se analizziamo meglio questa frase, scopriamo quanto, in realtà, sia incompleta. Quanto è arrabbiata Maria? E cosa fa quando lo è? Forse piange? Si strappa i capelli? Si morde le labbra? Fa finta di niente? Fa battutine minacciose? E perché è arrabbiata? Che cosa le è successo? Con chi è arrabbiata? Insomma, la frase «Maria è arrabbiata» di sicuro è di facile comprensione, ma non fornisce alcun dettaglio sulle caratteristiche del personaggio e non manda in nessun modo avanti la trama.

Se invece scriviamo: «Maria entrò in casa sbattendo la porta e urlando “Dove diavolo sei stato ieri notte?!”, questa frase presenta tre grandi diffe-

renze con quella precedente.

1) Non stiamo affatto dicendo che Maria è arrabbiata. La parola “arrabbiata” non è nemmeno presente. Eppure il lettore lo ha intuito lo stesso.

2) Non stiamo solo comunicando uno stato d'animo; stiamo anche dicendo perché Maria è arrabbiata. Cosa fa quando prova questa emozione. Contro chi sta scatenando la sua rabbia. Insomma forniamo molti più dettagli utili al proseguimento della storia.

3) Non ci arroghiamo il diritto di definire ciò che il lettore deve capire. Al contrario, lasciamo a lui il potere di trarre le sue conclusioni. Sarà lui, e non noi, a pensare: “Diavolo com'è arrabbiata Maria”. Oppure “Ehi, Maria è gelosa, chi se lo aspettava da una come lei.” Gli lasciamo la libertà di interpretare la storia e lo facciamo fornendogli quanti più dettagli possibili per ricreare l'immagine della scena nella sua testa.

Tutto questo è “mostrare”.

Facciamo un altro esempio.

«Marco è vecchio». Anche qui stiamo raccontando ma, a differenza di «Maria è arrabbiata», siamo ancora più imprecisi. Che vuol dire “essere vecchio”? Se sarà un ragazzino a leggere, potrebbe pensare ad un uomo di quarant'anni. Se sarà un quarantenne a leggere la stessa frase, magari immaginerà una persona del doppio dei suoi anni. E poi, perché dovrebbe interessarci sapere che «Marco è vecchio». Perché ci serve saperlo? È vecchio o si sente vecchio? Si vede invecchiato o sono gli altri a dire che si comporta come un vecchio? Insomma questa frase non solo non evoca immagini, ma è del tutto inutile ai fini della storia.

Se invece scriviamo: «Marco vide il ladro infiltrarsi nel vicolo, lo inseguì ma dovette fermarsi a riprendere fiato. Dopo vent'anni di onorato servizio, quella vita non faceva più per lui.».

Ancora una volta:

non stiamo esplicitamente dicendo che il personaggio sia vecchio. Stiamo descrivendo un'azione in cui “l'essere vecchio” influenza la scena che stiamo leggendo.

Lasciamo il potere al lettore di pensare: “Certo che Marco è proprio vecchio”. Potrebbe farlo, oppure no, poco importa. Quello che conta è lasciarlo libero di decidere.

Mostrare contro raccontare

Raccontare significa che stai fornendo le tue conclusioni o interpretazioni sui fatti, obbligando il lettore a uniformarsi al tuo pensiero. Mostrare vuol dire fornirgli dettagli concreti e vividi, così da farlo giungere da solo a una conclusione.

Raccontare è come leggere sul giornale che ieri è accaduto un incidente d'auto; mostrare è mettere il lettore su una panchina in centro città, un attimo prima che l'incidente accada.

Raccontare ha il vantaggio di riassumere degli eventi, di solito accaduti in passato; mostrare ha il vantaggio di far vivere in tempo reale ciò che sta accadendo in quell'esatto momento.

Raccontare può essere astratto; mostrare è per forza concreto.

Raccontare dà al lettore un fatto; mostrare evoca un'emozione.

Raccontare fornisce informazioni precise ma non evoca immagini nella mente del lettore. Mostrare tiene il lettore incollato alle pagine perché è costretto a interpretare attivamente ciò che sta leggendo.

Tutto ciò per dire che: quando usiamo questa tecnica, mettiamo il lettore al centro dell'azione, lo costringiamo a interpretare ciò che legge, a farsi

una propria opinione e a scatenare in lui nuove domande man mano che prosegue nella lettura: in una sola parola, lo coinvolgiamo.

E ora mettiamoci al lavoro

Ed ecco un primo esercizio. Prendi carta e penna e scrivi due frasi: “Maria è arrabbiata” e “Marco è vecchio”. Ora prova a usare la tecnica del “mostrare”: come puoi esprimere lo stesso concetto, usando azioni, linguaggio corporeo e dialogo?