

Un poster può urlare senza dire una parola. Armando Milani ne ha raccolti duecento di oltre cento designer da tutto il mondo nel libro *No Words Posters. One image is enough* (Rit Press), che sarà presentato a BookCity, la festa del libro e della lettura in scena a Milano da giovedì a domenica. **Bruno Delfino** ne scrive sul numero de «la Lettura» in edicola, mentre una gallery di esempi è online su



L'indirizzo

I lettori possono scrivervi all'indirizzo email [lalettura@corriere.it](mailto:lalettura@corriere.it)

[www.corriere.it/lalettura](http://www.corriere.it/lalettura). Disponibile sul canale web anche una scelta di opere di Gillo Dorfles, del quale scrive **Vincenzo Trione** nell'inserto cartaceo. Il decano della critica sarà in libreria a fine ottobre con il volume *Gli artisti che ho incontrato* (Skira), in scaletta sabato a BookCity. Alla rassegna, «la Lettura» web dedica uno speciale, che sarà aggiornato in tempo reale nei giorni della manifestazione.

## L'indagine voluta da Gems e condotta dal centro Cesmer (Università di Roma Tre)

di Annachiara Sacchi

### La ricerca

● Per il suo decennale il gruppo Gems ha commissionato un'indagine dedicata al rapporto tra la lettura di libri e il benessere degli individui

● Per portare a termine la ricerca, affidata al Centro di Studi su mercati e relazioni industriali dell'Università di Roma Tre, è stato intervistato un campione di 1.100 persone di età almeno pari a 14 anni, suddiviso tra lettori e non lettori. Le chiamate si sono tenute tra il 12 maggio e il 14 giugno 2015

● Il dato più importante emerso dall'indagine: i lettori sono complessivamente più felici dei non lettori. In media, i lettori affrontano la vita in maniera più positiva e sanno godere del tempo libero in modo più ricco

Francesco Petrarca, nel XIV secolo, lo sperimentava su se stesso ogni giorno. Parlando dei libri diceva: «Per me cantano e parlano; e chi mi svela i segreti della natura, chi mi dà ottimi consigli per la vita e per la morte. E v'è chi con festose parole allontana da me la tristezza». Non è stato il solo — e nemmeno il primo — a cantare i poteri terapeutici della lettura. Hanno usato espressioni simili Cicerone, Kafka, Salinger, Virginia Woolf («Talvolta penso che il paradiso sia leggere continuamente, senza fine»). Ma questa volta il tema è scientifico e un'indagine lo dimostra con numeri, dati e tabelle: leggere rende felici. E aiuta ad affrontare meglio la vita.

Più ottimisti di chi non legge. Meno aggressivi, più predisposti alla positività. Ecco i lettori secondo la ricerca *La felicità di leggere* voluta da Gems (gruppo editoriale Mauri Spagnol) in occasione del suo decimo compleanno e affidata a Cesmer, Centro di studi su mercati e relazioni industriali dell'Università di Roma Tre. Obiettivo del committente: capire come e quanto i libri, cartacei o digitali, incidano sul benessere generale dell'individuo. Il metodo usato: interviste su un campione di 1.100 persone (tra il 12 maggio e il 14 giugno scorsi) suddivise in lettori e non lettori (da ricordare il dato Istat 2014: il 58,6% degli italiani non ha letto un solo libro nei precedenti 12 mesi). La novità: non era mai stato affrontato prima il valore della lettura in ambito emotivo e cognitivo.

Ecco allora i risultati. Il più evidente: i lettori italiani sono complessivamente più felici dei non lettori. Lo dice un numero, l'indice di felicità complessiva (misurato con la scala Veenhoven, da 1 a 10): chi legge arriva a quota 7,44, chi non legge scende a 7,21, «una differenza statisticamente molto significativa», spiegano gli studiosi che hanno realizzato la ricerca (la media italiana è di 7,30). Altro elemento, altri sistemi di



ALBERT ANKER, LA LETTRICE (1882-1883). DALLA MOSTRA LEGGERE, LEGGERE ALLA PINACOTECA ZUST DI RANCAÏE, MENDRISIO

# Anche la scienza conferma Chi legge libri è più felice

misurazione: secondo la scala di Diener e Biswas-Diener che misura la frequenza (da 6 a 30) di sei emozioni positive, i lettori hanno un indice superiore ai non lettori: rispettivamente 21,69 contro 20,93. Risultato: chi ama saggi e romanzi sperimenta emozioni positive più spesso di chi non si dedica ai libri. Allo stesso modo, e secondo la stessa scala, i lettori provano emozioni negative con minore frequenza rispetto a chi non legge: 16,84 contro 17,47. E qui, a confortare i numeri, Montesquieu potrebbe aggiungere la sua: «Mai avuto un dolore che un'ora di lettura non abbia dissipato». In particolare, i lettori si sentono arrabbiati meno frequentemente rispetto ai non lettori.

Spiegazione: «La lettura offre preziosi strumenti cognitivi

7,44

indice di felicità di chi legge secondo la scala Veenhoven, contro il 7,21 di chi non legge: una differenza «molto significativa»

per affrontare le difficoltà».

Il dato generale è confermato, leggere fa stare meglio. Ma la ricerca evidenzia altri aspetti. E soprattutto, fa notare Stefano Mauri, presidente e amministratore delegato di Gems, «fa emergere un profilo del lettore lontano dagli stereotipi». Non curvo sui testi, solitario, asociale, ma attento a godere ogni momento della giornata, soprattutto quando non è al lavoro. E infatti il lettore è più soddisfatto di come trascorre il tempo libero (7,59) rispetto ai suoi «opposti» (7,35); ritiene che leggere sia l'attività più importante quando non ha da fare (al secondo posto la musica, al terzo l'informazione attraverso giornali o siti); ma soprattutto considera che il maggior «generatore di felicità» — sempre durante il tempo libero

— sia l'esercizio fisico (7,80), seguito dall'ascolto della musica (7,74), da mostre e concerti (7,52) e, solo al quarto posto, dalla lettura (7,24).

Mauri sorride: «Come si deduce dai numeri, chi legge impiega in modo più ricco e articolato i suoi momenti di libertà dal lavoro, è curioso, sa assaporare e scegliere le attività che gli danno gioia. Inoltre leggere amplifica le emozioni positive, consente di affrontare gli eventi negativi senza perdersi. Fa bene sul serio». Missione com-

**Buone abitudini**  
Valutazioni identiche con due diversi indici. Il luogo dei libri? Il letto, non i mezzi pubblici

piuta: «La ricerca — continua Mauri — ha risposto alle nostre domande: l'impegno e la passione che mettiamo nel nostro lavoro di editori si riflettono sulla vita dei lettori».

L'identikit è tracciato, ora si scende nei dettagli: la maggior parte degli amanti dei libri legge dal lunedì al venerdì dalle 19 all'una di notte. Oppure durante il fine settimana, anche nel primo pomeriggio. Curiosità: su cento lettori, 69,63 non leggono sui mezzi pubblici o privati, meglio il letto, l'autobus non aiuta. Aiutano invece la famiglia e la scuola: il 68,7% del campione sottolinea l'importanza dei genitori e degli insegnanti nell'incoraggiamento alla lettura. Per diventare «lettori felici» bisogna cominciare da piccoli.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

## I dieci anni del gruppo Mauri Spagnol

# Festa al Castello Sforzesco. E i vincitori del torneo letterario

### L'evento

● L'indagine *La felicità di leggere* sarà presentata sabato 24 a Milano al Castello Sforzesco alle 14.30 nell'ambito della rassegna BookCity. A seguire la premiazione del torneo «IoScrittore»

Una festa di compleanno e una festa dei libri. Sabato 24 al Castello Sforzesco di Milano, nella cornice di BookCity. Per celebrare il potere benefico della lettura — dimostrato da dati scientifici — parlare dei nuovi orizzonti dell'editoria, premiare i nuovi talenti della letteratura.

Appuntamento alle 14.30 nella Sala Viscontea: il Gruppo editoriale Mauri Spagnol (Gems), giunto al suo decimo anno di vita, presenterà i dati della ricerca *La felicità di leggere*, affidata al Centro di studi su mercati e relazioni industriali (Cesmer) dell'Università di Roma Tre.

Lo farà durante una tavola rotonda, a partire dalle 14.30, cui parteciperanno Stefano Mauri (presidente e amministratore delegato di Gems), Luigi Spagnol (amministratore delegato di Gems), Ferruccio de Bortoli, pre-

sidente di Longanesi, e Michela Addis, docente di Roma Tre e Sda Bocconi. «Ogni giorno, insieme ai nostri autori, lavoriamo con entusiasmo e serietà ai libri che pubblichiamo. Non ci siamo limitati a considerare la soddisfazione del consumatore, ma ci siamo chiesti se i libri migliorano la vita dei lettori in quanto persone», sottolineano con soddisfazione Stefano Mauri e Luigi Spagnol.

### Appuntamento

All'iniziativa di Milano si affianca una campagna social caratterizzata dall'hashtag #FeliciDiLeggere

Buone notizie, l'umore migliora pagina dopo pagina. All'iniziativa di sabato sarà affiancata anche una campagna «social» che con l'hashtag #FeliciDiLeggere, attivo da questa mattina, metterà in circolo l'entusiasmo di chi crede nella parola scritta, nella creatività, nell'inventiva (e nei nuovi strumenti di comunicazione).

E non è un caso che, al termine del dibattito, il pomeriggio «sforzesco» di libri e pa-

### Sfida

I concorrenti sono contemporaneamente candidati e giurati: dieci verranno pubblicati in digitale o su carta

role proceda con la proclamazione di «IoScrittore», il torneo letterario gratuito e online promosso da Gems, in cui gli autori sono contemporaneamente candidati e giurati. Nel corso dell'appuntamento (al quale parteciperanno Matteo Gamba, Stefano Mauri, Claudio Semenza, Luigi Spagnol, Eugenio Trombetta Panigadi), il giornalista e web content manager Antonio Prudenzeno proclamerà i titoli delle dieci opere vincitrici che saranno pubblicate in ebook o in cartaceo da una delle tredici case editrici del gruppo editoriale Mauri Spagnol.

Nell'arco di sei anni, da quando è nato il torneo (che può contare sul patrocinio del ministero dei Beni culturali), sono state 12.244 le storie sottoposte al vaglio della giuria (a.sac.).

© RIPRODUZIONE RISERVATA