DOPPIOZERO

Sentimenti, emozioni, umori. Una piccola storia

Marco Belpoliti

25 Dicembre 2025

Fino al XVI la parola “emozione”, oggi così consueta in ogni discorso quotidiano, non esisteva. C’era il francese *esmouvoir*, che significava: “mettere in movimento”, da cui viene la parola. Un altro termine affine, *esmeute*, significava “sommossa”, un altro *esmoy* o *esmay* indicava invece “turbamento, dispiacere”, mentre il verbo *esmayer* stava per “turbare, spaventare o stupire”. Solo un secolo dopo, nel Seicento, entra in uso *émotion*, anche se il suo significato non coincide ancora con quello attuale. Si riferiva piuttosto alle manifestazioni collettive: “movimento, tumulto popolare, disordine, moto sedizioso”, e il suo significato è simile a quello che oggi attribuiamo alla parola “sommossa”.

Emozione, per come la intendiamo ora, è termine recente e si è imposto spostando il suo significato principale da un evento collettivo ad uno individuale, come nota Bernard Rimé. Questo psicologo mette in luce come si tratti d’una questione d’ordine *morale* – inquietudine, malcontento – che ha un correlativo nel movimento di tipo *fisico* – come l’agitazione di piazza. Solo nel 1645 la parola *émotion* si collega a un turbamento provocato dall’amore.

La troviamo così nella letteratura dell’epoca, ed è stato Cartesio nel suo trattato *Le passioni dell’anima* (1649) a utilizzarla con questo significato, probabilmente il primo. La lingua inglese prende il termine dal francese, ma ancora nel significato di “agitazione politica e sociale”. Così lo usa nel 1690 John Locke, che conserva il senso fisico della “perturbazione”.

È una lunga strada, che ci porta indietro alla Grecia classica: in greco *pathos* (“passione”) viene dal verbo *pascho*, “soffrire”; sono termini che indicano una condizione di passività e di dolore e hanno vari significati: “affezione, afflizione, disgrazia, malattia”, fino a “malattia dell’anima, turbamento, viva emozione”. Le parole hanno una coscienza, come ha scritto una volta Elias Canetti, e certamente questo gruppo di termini con origini linguistiche diverse convergono verso un

unico ambito.

C’è da dire che Aristotele è stato il primo studioso delle emozioni; lo faceva per indicare all’oratore i vari modi adatti a colpire il suo uditorio. Ne tratta nella *Retorica* dove svolge un esame dettagliato di quelle “condizioni di spirito” che i suoi contemporanei definivano “passioni”: collera, paura, vergogna, ecc. Sono trascorsi oltre 2300 anni e, nonostante i cambiamenti avvenuti, le passioni che connotavano gli uomini e le donne delle città greche sono assai simili a quelli che proviamo oggi.

Ma oggi cosa significa esattamente la parola *emozione*? Rimé cita una ricerca compiuta negli anni Novanta interrogando persone appartenenti a diverse culture tra Occidente e Oriente. I risultati sembrano convergenti, in particolare quelli riferiti a stati d’animo come tristezza, rabbia, paura e amore. Gli psicologi, scrive lo studioso francese, hanno deliberato di definire emozioni quell’insieme di manifestazioni che vengono indicate come “stati affettivi” e che possiedono due caratteristiche principali: sorgono in modo automatico e quando questo avviene s’impongono nei singoli soggetti, creando due aspetti diversi e alternativi: piacere o dolore. E quando s’instaurano risulta difficile modificarle. Altri stati affettivi risultano meno intensi, tra questi ci sono ad esempio l’umore e il temperamento. Per *umore* si intende uno stato affettivo che può durare pochi minuti ma anche qualche settimana. Il *temperamento* invece riguarda stati affettivi stabili, che accompagnano le persone nel corso della loro intera esistenza. Così gli *affetti* possono avere due opposte tendenze: speranza, gioiosa eccitazione, esaltazione, o al contrario: scoramento, angoscia, umore cupo.

Questo vocabolario minimo, desunto dagli studi di Rimé, lo utilizzo qui come premessa alla raccolta di questi articoli provenienti dalle pagine on-line di *doppiozero*. Non vuole essere esaustivo, anche perché è viene solo da una parte di un libro complesso, *La dimensione sociale delle emozioni* (il Mulino). Ci sarebbero molte cose da aggiungere, a partire ad esempio da Charles Darwin, uno dei primi a cercare di dare forma visiva a questo stesso vocabolario nel suo studio *L’espressione delle emozioni nell’uomo e negli animali* (1872), un libro ancora attualissimo per sensibilità e genialità pratica.

Bisogna aggiungere che il termine *sentimento* proviene da *sentire*, verbo che conosciamo meglio e che connota l’epoca in cui viviamo. Come segnala Silvia Vegetti Finzi nella prefazione a un volume di autori vari dedicato alle *passioni* (*Storia delle passioni*, pubblicato da Laterza a metà degli anni Novanta), i moti passionali sono ora tradotti con questa parola già usata da Aristotele. I sentimenti, secondo la psicoanalista, costituiscono una normalizzazione delle

emozioni o passioni: “Al loro posto sono subentrati i sentimenti, anch’essi composti di impasto di pensieri e di affetti, ma più addomesticati, più idonei a convogliare le energie pulsionali nei fragili rapporti privati, depotenziando le cariche eversive e le espressioni eccessive. Mentre le passioni sono sempre gridate, anche quando la repressione le imbavaglia, ai sentimenti si addice il sussurro. Le une perseguono il mutamento, i secondi la comprensione”.

Molta acqua è passata sotto i ponti, a partire in particolare dalle neuroscienze degli ultimi decenni, per cui anche solo confrontando due dizionari usciti in tempi diversi, *Psicologia*, la Garzantina curata da Umberto Galimberti, di taglio psicoanalitico e filosofico, e l’*Atlante delle emozioni umane* di Tiffany Watt Smith (Utet), più divulgativo, si scopre quale ginepraio di definizioni e d’analisi esista intorno alle tre parole che titolano questa raccolta di articoli che abbiamo pensato di raccogliere per donarla ai lettori di *doppiozero*.

Si tratta perlopiù di recensioni a libri apparsi nell’arco di quindici anni, interventi legati al tentativo di leggere la nostra contemporaneità usando vari strumenti, dalla psicologia alla psicoanalisi, dalla filosofia all’antropologia, e a volte partendo da fatti di cronaca, da eventi che hanno avuto un rilievo nell’opinione pubblica, un’attenzione momentanea ma che ci è parsa significativa, a cui i vari autori hanno tentato in più occasioni di dare una propria lettura. Sono voci diverse, per tono e per riferimenti personali e culturali, le quali rendono ragione di un pluralismo di scelte e preferenze assai vario, che contraddistingue la nostra rivista.

Come i lettori si renderanno conto ci sono anche elementi corali, riferimenti comuni, nonostante le diversità espresse dai vari autori, un comune sentire e una comune ricerca di senso e di orientamento, in un mondo in cui in tanti hanno perso il bandolo della matassa “perché non riusciamo più a intravedere i percorsi del destino, le traiettorie del desiderio che orientano i moti passionali lungo l’asse del tempo” (Silvia Vegetti Finzi). Viviamo in un’epoca di grande incertezza, attraversata da pericolosi venti di guerra, da conflitti e ostilità reciproche, che non sembrano trovare una ricomposizione o una sintesi condivisa o condivisibile.

Questa raccolta eteroclita è un contributo alla ricerca di quel bandolo in una condizione di grande confusione individuale e collettiva; risponde a una esigenza che molti di noi sentono di riaprire un cammino di riflessione e di studio, o anche solamente di indispensabile informazione e formazione in questo momento così complesso. *doppiozero* con il suo lavoro quotidiano vuole dare un contributo a questa ricerca, senza tuttavia pretese di assolutezza. Ciascuno degli autori raccolti in questo e-book è parte di un movimento di pensiero e di studio che non

abolisce le differenze, ma le accetta e le promuove quale contributo comune alla comprensione del nostro tempo.

Indice

Introduzione, Marco Belpoliti

Abbandono. 1, Giorgio Fontana
Abbandono. 2, Nicole Janigro

Amicizia, Roberto Gilodi

Amore. 1, Annalisa Ambrosio
Amore. 2, Anita Romanello

Angoscia. 1, Moreno Montanari
Angoscia. 2. Rocco Ronchi

Ansia. 1, Nicole Janigro
Ansia. 2, Elena Dal Pra

Apatia, Francesco Bellusci

Clemenza. 1, Francesca Rigotti
Clemenza. 2, Benedetta Silj

Compassione. 1, Nicole Janigro
Compassione, 2, Gianluca Solla
Compassione. 3, Anna Stefi

Conforto, Michela Dall'Aglio

Coraggio, Laura Pigozzi

Cura, Moreno Montanari

Curiosità. 1, Elena Granata
Curiosità. 2, Carla Weber

Depressione. 1, Luigi Grazioli
Depressione.2, Paolo Migone

Desiderio. 1, Gabriella Caramore
Desiderio. 2, Laura Pigozzi

Disperazione, Michela Dall’Aglio

Eccitazione, Nicole Janigro

Empatia. 1, Felice Cimatti
Empatia.2, Ugo Morelli
Empatia. 3, Andrea Pinotti

Entusiasmo, Daniela Gross

Esitazione, Maurizio Ciampa

Estasi, Alessandro Banda

Felicità. 1, Barbara Frandino
Felicità. 2, Mauro Portello
Felicità. 3, Francesca Rigotti

Ferocia, Maurizio Ciampa

Fiducia, Michela Dall’Aglio

Gentilezza, Marco Ercolani e Lucetta Frisa

Gioia, Antonio Prete

Gratitudine. 1, Pietro Barbetta
Gratitudine. 2, Anna Stefi

Incertezza, Francesco Guala

Indifferenza. 1, Pietro Barbetta
Indifferenza. 2, Ugo Morelli

Inquietudine, Francesca Rigotti

Intimità. 1, Romano Màdera
Intimità. 2, Gianluca Solla

Invidia, Umberto Fiori

Ira, Ugo Morelli**,**

Lutto. 1, Massimo Recalcati**,**
Lutto. 2, Davide Sisto

Malinconia. 1, Roberto Gilodi
Malinconia. 2, Alfonso Maurizio Iacono
Malinconia. 3, Roberta Locatelli

Meraviglia, Pino Donghi

Noia.1, Cristiana Cimino
Noia. 2, Gianfranco Marrone
Noia. 3, Giovanna Zoboli

Nostalgia. 1, Mauro Portello
Nostalgia. 2, Maurizio Sentieri

Odio. 1, Pietro Barbetta
Odio. 2, Massimo Giuseppe Eusebio
Odio. 3, Silvia Vizzardelli

Onestà, Adriana Cavarero

Orgoglio, Olga Campofreda

Orrore, Marco Belpoliti

Panico, Alfonso Maurizio Iacono

Paranoia. 1, Rossana Lista
Paranoia. 2, Luigi Zoja

Paura, Francesca Rigotti

Pazienza. 1, Michela Dall'Aglio
Pazienza. 2, Antonio Prete

Pessimismo, Antonio Prete

Pigrizia. 1, Gianfranco Marrone
Pigrizia.2, Anna Stefi

Rabbia. 1, Marco Belpoliti
Rabbia. 2, Ugo Morelli

Rimorso, Claudio Piersanti

Risentimento, Marco Belpoliti

Solitudine 1, Andrea Pomella
Solitudine. 2, Massimo Recalcati

Sospetto, Mariano Croce

Spaesamento, Nello Barile

Speranza. 1, Elena Dal Pra
Speranza. 2, Ivan Paterlini
Speranza. 3, Francesca Rigotti

Stanchezza, Riccardo Panattoni

Stupidità. 1, Gianfranco Marrone
Stupidità. 2, Oliviero Ponte Di Pino

Tenerezza, Anna Stefi

Terrore, Luisa Bertolini

Trauma.1, Pietro Barbetta
Trauma. 2, Moreno Montanari
Trauma. 3, Silvia Presciuttini

Umorismo, Gabriele Gimmelli

Vergogna, Marco Belpoliti

Se continuiamo a tenere vivo questo spazio è grazie a te. Anche un solo euro per noi significa molto.
Torna presto a leggerci e SOSTIENI DOPPIOZERO

ALMANACCO 2025

SENTIMENTI EMOZIONI UMORI



DOPPIOZERO