

## Módulo 2



### Lectura de Profundización

## **LAS EMOCIONES Y EL LENGUAJE**

**Pasión** y **emoción** son palabras que a menudo se utilizan indistintamente, aunque de acuerdo a la etimología las emociones son, en cierto modo, **pasiones que se han puesto en movimiento**. En efecto, el término pasión, cuyo sentido primitivo deriva del griego antiguo *pathein* (sufrir, padecer), indica un carácter pasivo, opuesto al movimiento. De este verbo y del sustantivo *pathos* derivan a su vez, por ejemplo, los términos *patético*, *simpatía*, *apatía*, *telepatía*, *empatía*, etcétera, todos ellos connotados - con las diferencias y matices correspondientes - por la idea de padecer.

Si la etimología de pasión lleva al griego, la de emoción conduce al latín y con ella aparece el movimiento. Hace aproximadamente dos mil años, mientras erraba de un bando político a otro y llevaba a su apogeo la elocuencia latina, **Cicerón** hablaba en sus escritos filosóficos de las *motiones animi*, los "movimientos del alma". Cuando en el **siglo XVI** aparece la palabra **emoción**, la misma se refiere a **un movimiento que hace salir algo de su estado**. En síntesis, si las emociones son *motiones animi*, se trata de **movimientos que hacen salir al alma de su estado normal**.

En cada instante experimentamos algún tipo de emoción o sentimiento. Nuestro estado emocional **varía a lo largo del día en función de lo que nos ocurre y de los estímulos que percibimos**. Otra cosa es que tengamos siempre conciencia de ello, es decir, que sepamos y podamos expresar con claridad que emoción experimentamos en un momento dado.

Las emociones son experiencias muy complejas y para expresarlas utilizamos una gran variedad de términos, además de gestos y actitudes.

En el lenguaje cotidiano, expresamos nuestras emociones **dentro de una escala positivo-negativo y en magnitudes variables**, como "me siento bien", "me siento muy bien", "me siento extraordinariamente bien" (intensidades o grados del polo positivo) o "me siento mal", "me siento muy mal", "me siento extraordinariamente mal" (intensidades o grados del polo negativo).

Según sea la situación que provoca la emoción, elegimos unas palabras u otras como 'amor', 'amistad', 'temor', 'incertidumbre', 'respeto', etc., que, además, señala su signo (positivo o negativo). Y según sea la intensidad de la emoción escogemos palabras como 'nada', 'poco', 'bastante', 'muy', etc. y así, componemos la descripción de una emoción. Decimos, por ejemplo, "me siento muy comprendido" (positiva) o "me siento un poco defraudado" (negativa).

En consecuencia, podemos reconocer en toda emoción **dos componentes bien diferenciados**. Por un lado, un **componente cualitativo** que se expresa mediante la palabra que utilizamos para describir la emoción (amor, amistad, temor, inseguridad, etc.) y que determina su signo positivo o negativo. Por otro lado, toda emoción posee un **componente cuantitativo** que se expresa mediante palabras de magnitud (poco, bastante, mucho, gran, algo, etc.), tanto para las emociones positivas como negativas. El cuadro siguiente trata de reflejar estos dos componentes de toda emoción.

Emociones positivas		Emociones negativas	
Me siento ...	Siento ...	Me siento ...	Siento ...
<i>Bien</i>	<i>Bienestar</i>	<i>Mal</i>	<i>Malestar</i>
<i>Feliz</i>	<i>Felicidad</i>	<i>Desgraciado</i>	<i>Desgracia</i>
<i>Sano</i>	<i>Salud</i>	<i>Enfermo</i>	<i>Enfermedad</i>
<i>Alegre</i>	<i>Alegría</i>	<i>Triste</i>	<i>Tristeza</i>
<i>Fuerte</i>	<i>Fortaleza</i>	<i>Débil</i>	<i>Debilidad</i>
<i>Acompañado</i>	<i>Compañía</i>	<i>Solo</i>	<i>Soledad</i>
<i>etc.</i>	<i>etc.</i>	<i>etc.</i>	<i>etc.</i>

Otro ángulo desde el cual nuestro idioma trata a las emociones: hay, más o menos, una docena que se expresan con **verbos**, y que se presentan **a pares**:

confío, temo; amo, odio; me alegro, me apeno; espero, desespero; admiro, desprecio; compadezco, aborrezco. Son cosas que **hacemos**.

Pero hay gran número de estados de ánimo que se denotan con **adjetivos**: confiado, ansioso, feliz, triste, curioso, orgulloso, humilde, agradecido, nostálgico, tenso, etc.

Por último, hay **participios pasivos** que sugieren que se ha hecho algo a alguien: espantado, deprimido, frustrado, encolerizado, exaltado, avergonzado, disgustado, excitado, etc. Al segundo grupo pudiera llamarse talantes más que emociones, y al tercero, reacciones. Por lo visto, hay varias clases de emociones, pero todas brotan de algún género de discrepancia entre los deseos (entendidos ampliamente e incluyendo las necesidades corporales) y la situación tal como existe.

