

**Attestazioni popolari della noia
suscitata dal rito della messa**
Romolo Giovanni Capuano (ottobre 2025)

Nella tradizione cattolica, molti riti, tra cui quello della messa, offrono al fedele ripetizioni continue di formule, preghiere, liturgie che inevitabilmente finiscono con l'averne conseguenze psicofisiche sui fedeli come monotonia, distrazione, sonnolenza.

Ripetere incessantemente le stesse formule, infatti, predispone l'individuo a una condizione di labilità psichica che favorisce effetti interessanti da un punto di vista psicologico come la "saturazione semantica" (il fenomeno per cui la ripetizione continua di una parola o di un'espressione verbale ne provoca la riduzione o perdita di significato) o il cosiddetto "effetto della verità illusoria" (il fenomeno in base al quale la ripetizione di una proposizione aumenta la probabilità che essa sia percepita come vera). Ma anche effetti negativi come la noia, il torpore, la narcosi dell'intelletto.

Gli effetti nocivi o, comunque, non positivi, della ripetizione formulaica sono riconosciuti anche dal sapere popolare. Diversi modi di dire attestano questa consapevolezza.

Eccone due.

Un tempo era diffusa una locuzione di origine proverbiale, che pochi oggi conoscono perché anche i modi di dire invecchiano e muoiono: "Il troppo 'ammenne' guasta la messa".

Il significato è abbastanza evidente: i troppi "amen" ripetuti, soprattutto nelle messe cantate, "rovinano" la messa stessa. Ripetere continuamente "amen" fino all'exasperazione guasta la liturgia della messa e distrae il fedele dalle sue meditazioni. L'espressione ha anche un senso figurato: alcune persone, ripetendo sempre gli stessi concetti nei loro discorsi, li "rovinano" e appaiono stucchevoli e noiose.

Un altro modo di dire di eguale tenore, ma sicuramente più noto, è "rompere gli zebedei".

Zebedeo è un nome che compare varie volte nei Vangeli. Ad esempio in *Matteo* 4, 21-22 (“Andando oltre, vide altri due fratelli, Giacomo di Zebedeo e Giovanni suo fratello, che nella barca insieme con Zebedeo, loro padre, riassettavano le reti; e li chiamò. Ed essi subito, lasciata la barca e il padre, lo seguirono”), *Marco* 1, 19-20 (“Andando un poco oltre, vide sulla barca anche Giacomo di Zebedeo e Giovanni suo fratello mentre riassettavano le reti. Li chiamò. Ed essi, lasciato il loro padre Zebedeo sulla barca con i garzoni, lo seguirono”), *Luca* 5, 10 (“così pure Giacomo e Giovanni, figli di Zebedeo, che erano soci di Simone. Gesù disse a Simone: «Non temere; d’ora in poi sarai pescatore di uomini”), *Giovanni* 21, 2 (“Simon Pietro, Tommaso detto Didimo, Natanaele da Cana di Galilea, i figli di Zebedeo e due altri dei suoi discepoli erano insieme”).

Giustapponendo le quattro citazioni, è facile ricavare l’identità di questo personaggio. Egli non è altro che il padre dei due apostoli Giacomo e Giovanni, quelli che Gesù soprannominerà *Boanerges*, ovvero “figli del tuono”, per la loro impetuosità. Dal testo biblico, è evidente, inoltre, che fosse un pescatore. Non un umile pescatore, però. Il riferimento ai “garzoni” fa pensare che fosse quello che oggi definiremmo un imprenditore, con tanto di dipendenti: una persona di una certa agiatezza, dunque.

L’importanza di questo nome è evidente dal fatto che, nei Vangeli, Giacomo e Giovanni sono più volte chiamati “figli di Zebedeo”, in latino *fili Zebedaei*. Come è successo allora che, nell’uso quotidiano, “zebedei” sia passato, col tempo, a indicare – cito dal vocabolario Treccani – “Testicoli; [...] quasi esclusivamente nella frase fig. eufemistica rompere gli zebedei, rompere le scatole, seccare, infastidire”?

La spiegazione sta probabilmente nel fatto che la reiterazione continua dell’espressione *fili Zebedaei*, in un contesto caratterizzato da monotonia e ripetitività quale quello della messa detta in latino, abbia reso quest’ultima l’epitome della noia e della seccatura. Il resto lo ha fatto la circostanza che gli zebedei fossero due – e quindi “due zebedei” – e che, di conseguenza, la coppia di fratelli offrisse, per così dire, un facile pretesto eufemistico alla loro conversione in una coppia di

testicoli, conversione attestata già dalla seconda metà dell'Ottocento.

L'esistenza di un detto come "Il troppo 'ammenne' guasta la messa" e la trasformazione linguistica dei due zebedei in testicoli, a significare fastidio e seccatura, sono solo alcune delle tante attestazioni popolari di come le masse abbiano vissuto (e continuano a vivere) il rito della messa come fatto essenzialmente noioso. Già in passato, quindi, il popolo sapeva che la ripetizione eccessiva delle medesime formule poteva avere effetti deleteri sul modo in cui viene vissuto il rito della messa.

La tematica è ancora attuale e, in molti, si domandano perché alcune religioni prevedano la reiterazione di un numero elevato di formule prefissate. C'è forse nella ripetizione qualcosa di importante, anzi vitale, per il devoto? O la ripetizione è necessaria all'autorità religiosa per preservare sé stessa? Domande inquietanti a cui pochi finora hanno tentato di rispondere.

Fonti

Trovato, Saro, 2020, *Perché diciamo così*, Newton Compton, Roma, p. 42, Edizione del Kindle.

"Zebedeo", consultabile sul sito:
<https://unaparolaalgiorno.it/significato/zebedeo>.