

Cap 2

CHIAVI E DESIDERI

I **bisogni fondamentali** sono stati classificati dallo psicologo americano Abraham Maslow e raggruppati in **cinque categorie**, secondo una gerarchia biologica ed esistenziale (la famosa Piramide di Maslow, 1954): i bisogni non sono isolati e a sé stanti, ma tendono a disporsi in una gerarchia di dominanza e di importanza. Il punto di partenza di Maslow, iniziatore della psicologia umanistica, è che in ognuno di noi è presente un “seme”, un potenziale, un principio di autorealizzazione che dev'essere espresso in quanto è la nostra essenza personale autentica, unica e irripetibile.

Questo principio di autorealizzazione dà origine alle motivazioni interiori, ai desideri profondi, ma si scontra con la realtà nel momento in cui **prima di poter soddisfare i bisogni “superiori” (dell'anima), bisogna soddisfare i bisogni “inferiori” (del corpo, ma non solo)**: la critica mossa a Maslow e alla sua piramide gerarchica è proprio quella di considerare più importanti e fondamentali i bisogni materiali, ma va specificato che non si tratta di una gerarchizzazione di tipo morale, bensì della presa di coscienza di un dato di fatto.

Non ci sarà energia sufficiente per conseguire gli obiettivi superiori se si è preoccupati per il cibo o il vestito o la casa; anzi, da questa classificazione si può ricavare l'urgenza di soddisfare i propri bisogni materiali il prima possibile, per avere più tempo ed energie per dedicarsi a quelli spirituali.

In particolare, accogliere i propri bisogni di natura spirituale significa lasciare che sia la nostra Anima, con le sue visioni e intuizioni a guidare la nostra vita e non qualcos'altro o qualcun altro.

Una vecchia storia racconta di un sarto, che per eliminare i difetti di un abito che aveva confezionato per un cliente, chiedeva al cliente di adattare la sua postura in modo tale da eliminare i difetti: i pantaloni sono troppi lunghi? Basta stare in punta di piedi. Sono troppo stretti? Basta ritirare la pancia e trattenere il respiro... La manica del braccio destro della giacca è troppo corta? Basta ritirare un pochino il braccio e chiudere la mano... Alla fine i difetti dell'abito erano spariti, ma la persona che lo indossava era costretta a restare ferma e immobile, come pietrificata, in una posizione innaturale e malsana.

Ognuno di noi è stato trattato, almeno qualche volta, in questo modo, soprattutto da bambini, quando la sensibilità e la permeabilità della psiche sono massime, così come la dipendenza e il desiderio di compiacere chi si occupava di noi.

Da adulti ai condizionamenti provenienti dall'esterno si aggiungono quelli interiorizzati e fatti propri. Immaginiamo che oggi la storia del sarto possa descrivere non solo un possibile modo infelice di vivere la relazione con l'ambiente e con gli altri, ma racconti soprattutto delle nostre dinamiche interiori. Immaginiamo che il cliente sia la nostra anima, che l'abito sia la nostra personalità e che il sarto rappresenti la nostra capacità di produrre cambiamento. (SC)

Ogni uomo è un pianeta complesso, unico e irripetibile.

Siamo tutti diversi, ma siamo indotti a sforzarci di apparire uguali: sin da bambini combattiamo per uniformarci! Vedi il conformismo.

Le personali relazioni del bambino con lo spazio, con il tempo, con gli altri e con l'ambiente evolvono e cambiano fin dalla nascita confrontandosi di continuo con nuove esperienze ed emozioni, con gli accadimenti del mondo esterno, con le varie “stagioni” della vita. Siamo perciò chiamati ad un incessante adattamento, esteriore ed interiore, rispetto alle diverse variabili dell'esistenza terrena. L'adattamento richiede consapevolezza e una chiara visione anche prospettica della realtà, capacità di giudizio e di scelta, ma soprattutto è indispensabile il fattore “tempo”. Le trasformazioni epocali, planetarie della nostra era sono sempre più rapide e mettono di conseguenza in crisi la capacità di adattamento dell'uomo e del pianeta vivente stesso proprio perché riducono il fattore “tempo”. A fronte di una crescita esponenziale di conoscenze, di scoperte e di applicazioni sembra non corrispondere un aumento di benessere

e un miglioramento qualitativo nelle relazioni con se stessi, con gli altri, con le istituzioni e con l'ambiente. Ovunque nascono problemi di ogni natura. Le emergenze planetarie incalzano e stanno assumendo una dimensione e una pressione superiore a quelle esercitate dalle normali difficoltà della vita di tutti i giorni. Nonostante le infinite e accattivanti proposte dei mass-media, l'individuo si sente spesso svuotato e povero di valori fortemente motivanti e capaci di dare un senso alla sua vita. Quando chiediamo a qualcuno "come va?" riceviamo risposte esaurienti su condizioni di salute, lavoro, tempo libero, ecc...; ma se la domanda è "come ti senti?", intendendo lo stato interiore di chi ci sta davanti, capita spesso di riscontrare un po' di disagio, se non un vero e proprio malessere. Definire le esigenze del corpo materiale è facile: ci aiuta la conoscenza a livello anatomico e fisiologico del corpo stesso. Più arduo è definire i bisogni a livello affettivo - relazionale che costituiscono l'ANIMA dell'essere umano. Vorrei qui definire il significato che attribuisco al termine ANIMA in questo contesto. È "l'ambiente" interno dell'uomo, l'habitat nel quale operano pensieri, sentimenti, percezioni, emozioni, intuizioni, creatività, tutte quelle facoltà che si manifestano e che operano per spazi e tempi diversi da quelli ordinari. Ciò nonostante l'unità dell'essere è indiscutibile: il "dentro" e il "fuori" sono due aspetti della stessa realtà da mettere in sintonia. Evidenziare le esigenze dell'anima, stilare una "carta" dei suoi diritti, individuare una "bussola" per l'orientamento, disegnare una "mappa" con percorsi di sviluppo nella conoscenza di sé, mi sembra un progetto pratico e operativo per rispondere alle sfide e alle esigenze che dovremo affrontare in questo Terzo Millennio. La drammaticità degli eventi a cui stiamo assistendo in questo segmento di storia umana fa vacillare tutte le false sicurezze costruite su un mondo considerato esclusivamente dal punto di vista materiale; nello stesso tempo ci spinge verso la ricerca di nuove sicurezze, modelli e valori da condividere. Tale necessità di ricerca e applicazione è sempre più pressante. La società che costruiamo è in fondo un riflesso della visione mentale e delle aspirazioni dei singoli, in quanto ogni cosa prodotta dall'uomo è stata prima concepita nel cuore e nella mente. La relazione fra i due piani, interno ed esterno, è biunivoca, si influenzano e si compenetrano a vicenda.

Un'analisi sui comportamenti e sui fenomeni storici passa attraverso uno studio dell'essere, delle sue qualità, risorse e potenzialità. Indicatori supportati dalla ricerca scientifica nei vari campi del sapere (sociologico, psicologico, biologico, della fisica, ecc...), una volta riconosciuti, aprono la strada al conseguimento di mete e obiettivi verso una realizzazione personale e collettiva.

La ricerca della verità è sempre suscettibile di una visione più ampia ed acuta. Ma credo che solo attraverso la condivisione dei diversi punti di vista e degli obiettivi si riesca ad avere una percezione più completa e una capacità operativa più determinante.

(Gabriella Delmonte)

LA CHIAVE DEL CUORE

Sarebbe la password per entrare nei recessi del cuore, nei suoi segreti, nei suoi affetti.

*Ho affidato a te, che amo,
la chiave del mio cuore.
Custodiscila, gelosamente,
tienila sempre con te,
appoggiata sul tuo cuore,
sentirà i suoi battiti.
Quando sarai triste,
quando avrai giorni bui
usala... apri il mio cuore.
Troverai tutto me stesso
tutta la mia gioia, i miei pensieri
e soprattutto tutto il mio amore
solo per te che amo. (sc)*

Questa poesia parla in modo sentimentale ed emozionale, ma –appunto- parla della chiave del cuore!

Certo, il cuore è uno scrigno che spesso viene chiuso o si chiude: quale chiave lo aprirà?

Tutto il discorso, dunque, è metaforico: un po' come dire che io permetto a qualcuno di entrare nel mio cuore, che io apro il mio cuore a qualcuno.

In tal senso, nessuno possiede questa chiave se non il proprietario!

Bisogna fare molta attenzione ad aprire il cuore perché spesso chi ci entra è un ladro e lo ferisce barbaramente.

Io lo aprii al Signore e ne sono felice, ma tanti lo aprono indebitamente e impropriamente ad altro e altri di cui si pentiranno amaramente presto!

Le grandi ferite del cuore sono sempre causate da chi ci era entrato, magari con la chiave che gli avevamo dato!

LA CHIAVE DELL'AMORE

“L'amore è la chiave fondamentale della vita... la chiave che apre tutte le porte dell'impossibile”: così si dice, ma perché dell'amore si parla soltanto e non si pratica?

Semplicemente perché quello chiamato amore non lo è davvero: chiamano amore un sentimento emozionale che ha molto poco a che fare con il vero Amore, quello con la iniziale maiuscola.

Ecco cosa si dice sentimentalmente parlando:

“Per ogni chiave c'è una porta, per ogni porta c'è una chiave, ma tu pur avendo la chiave non hai voluto aprire la mia porta!”

Chissà se tu ce l'hai la chiave dell'Amore.

Per aprire una porta occorre solo la chiave giusta.

L'Amore è la chiave che apre i cancelli della felicità.

Spesso, anche la chiave che apre il cancello dell'infelicità.

Ma io non mi riferisco all'amore umano!

Mi riferisco all'Amore, quello con la iniziale maiuscola. Quello che si trova solo in Dio.

Quello sì che è la chiave per eccellenza, la chiave che apre lo scrigno della Grazia, della salvezza.

Quando ho conosciuto l'Amore di Dio ho imparato anche ad amare, ma è tutt'altro che l'amore passionale, sentimentale ed emozionale.

Nell'Amore vi sono le emozioni e i sentimenti, ma sono tutt'altro che quelli umani e terreni: non sono quelli che partono dalle pulsioni della carne, ma quelli dello spirito.

L'Amore apre davvero le porte, anche quelli inimmaginabili: esso apre il cuore, la porta del cuore.

Esso apre anche la porta del cielo: dio venne per Amore e agì per Amore: il Suo Amore ha conquistato il mio cuore che si è aperto per Lui.

LA CHIAVE DEL SOGNO: specifiche.

Abbiamo un'anima e questa lavora molto nel sogno, si fa molto “sentire”, perché intimamente legata alla psiche, ma non mi riferisco ai sogni onirici.

Chissà quante volte abbiamo sentito l'espressione “ho un sogno”.

Oppure, “ho un sogno in un cassetto di cui ho perso la chiave”.

Chissà quante volte hai detto di avere dei sogni nel cassetto, ma poi ti sei accorto che vi restava sempre chiuso dentro.

C'è sempre qualcosa o qualcuno ve lo tiene prigioniero.

In qualche modo abbiamo tutti dei sogni nel cassetto, coltiviamo tutti delle ambizioni che talvolta si risolvono solo in tante chimere.

Fin da piccola sono sempre stata una grande sognatrice: una bambina piena di speranze che, col passare del tempo e malgrado le difficoltà da affrontare durante la crescita, non ha mai smesso di sognare.

Penso che se qualcosa si vuole veramente sia molto difficile mollare o semplicemente smettere di crederci, di sperarci. Di sogni ne ho fatti davvero tanti, alcuni li ho tralasciati perché è vero che crescendo si cambia, in vari aspetti, da come vediamo le persone, a come parliamo e ci comportiamo, al nostro modo di pensare e sentire.

Uno dei miei più grandi sogni nel cassetto, che mi ritrovo ancora a coltivare, è quello di viaggiare per tutto il mondo. ...

C'è chi ha sogni di questo genere e c'è chi ne custodisce di altro genere, ma si tratta sempre di ambizioni, di desideri spesso velleitari.

Ognuno di noi possiede poche o moltissime risorse che hanno a che vedere con le proprie innate aspirazioni, obiettivi o inclinazioni o attitudini soddisfatte o represses e che sono diversissimi da soggetto a soggetto e che qui definiamo "sogni".

Il nostro cassetto mentale li conserva tacitamente e segretamente a vita, li archivia o meglio ancora attende il momento opportuno per realizzarli o a volte mai soccombendo con essi.

La nostra vitalità è nella direzione della loro potenziale realizzazione e rappresenta l'abbattimento dei sintomi, dei malesseri con la conseguente esplosione della pulsione di vita. Spesso il cassetto è perfino troppo piccolo per contenerli...

E c'è anche da dire che se un sogno lo tieni rinchiuso non saprai mai se può diventare realtà.

Spesso i sogni restano "chiusi" perché non si trova qualcuno che creda nella loro possibile realizzazione, talvolta non ci crede nemmeno il proprietario!

Spesso proprio le persone più vicine spingono a lasciar perdere..., e uno impara a lanciarteli, ad andare oltre il punto di non ritorno.

Direi che dipende da noi, far volare i sogni: dobbiamo lasciarli uscire aprendo con la giusta chiave... che, spesso, consiste solo in una semplice dichiarazione con fede!

Tenerli celati è il peggior sistema per realizzarli.

Dunque, spesso basta parlarne, dividerli credendo che si possano realizzare con impegno. Ma i sogni sono spesso utopistici: allora, quali sogni potranno realizzarsi?

Ovviamente, non tutti, ma solo quelli "razionali": è inutile sognare castelli incantati e principi azzurri che ti portino a vivere in un mondo fiabesco interstellare!

Un tale sogno è chimerico e serve solo come alienazione dalla realtà

Dunque, i sogni possono realizzarsi a patto che siano realizzabili, nel senso di razionalità e non di eclatanti chimere.

Sognare una casa è razionale, dunque realizzabile.

Sognare una moglie, anche.

Sognare dei figli, sognare un'auto: anche.

Sognare una vita felice, ecc. ... anche.

Cosa sogna la gente?

Ecco di seguito alcuni sogni nel cassetto...

- *Antonio: innamorarmi e vivere una bella storia d'amore; con questa persona fare quel viaggio che da tempo progetto ossia di attraversare l'Africa col mio fuoristrada dal Cairo fino a Città del Capo (Non sarebbe una fuga come avrei fatto 5 mesi fa ma solo per il piacere del viaggio); ritrovare un rapporto con i miei genitori; fare l'amore con Belen (m'ero dimenticato la cosa più importante!!!).*
- *Valeria: diventare una scrittrice famosa, comprare un'isola, diventare un'imprenditrice, fare un lavoro creativo, lasciare un'impronta, avere un cavallo, essere serena, sicura e forte, fare volontariato in Africa, fare il giro del mondo, lavorare per l'EU, avere un rapporto sereno con mio padre e stare bene ovunque.*
- *Ginevra: avere un'autonomia economica; andare a vivere da sola; prendere una laurea; dimagrire di altri 10 kg; realizzarmi professionalmente; avere una famiglia; andare via dall'Italia; avere saldi rapporti di amicizia; viaggiare; comprare una moto; scrivere per un giornale; vorrei spegnere qualche volta il mio lato eccessivamente razionale; vorrei farmi meno domande e agire senza paura delle conseguenze; vorrei essere soddisfatta di me stessa e diventare una maestra di sci.*
- *Pietro: sposare Isa e vivere con tranquillità anche dal punto di vista economico; avere 3 figli; un'auto bellissima; avere uno chalet in montagna in Trentino e una villa al mare in Sardegna per portare i bambini; avere un cane e una barca di almeno 6 metri.*
- *Alessio: realizzarmi dal punto di vista economico e personale, lavorare a Bari, suonare la chitarra, fare un corso di inglese, vincere al super enalotto e passare un'intera estate a Bora Bora.*

- *Cristina: avere una relazione affettiva stabile con un uomo e avere 3 figli; avere una casa mia acquistata con i miei risparmi futuri; scrivere un libro; avere un lavoro stabile che mi garantisca entrate sicure; vedere i miei genitori felici e soprattutto avere il giusto tornaconto con mio padre che non mi sostiene ma mi opprime; avere un'auto; imparare a cucinare come mia madre; avere un orgasmo attraverso la penetrazione.*
- *Simona: avere una barca a vela, avere una casa in campagna, fare un viaggio in India durante Holi, lavorare con i cani, avere una pasticceria, girare il mondo e vivere di questo, realizzare da me i miei vestiti, imparare a suonare uno strumento e saper educare i miei figli.*
- *Luigi: ritrovare la spontaneità del sorriso, l'autostima ed essere un po' più egoista.*
- *Altri, poi dicono che vorrebbero essere:*
 - *conduttore radiofonico per programmi parlati tematiche sociali / saggistica.*
 - *Essere titolare di una radio locale tutta mia.*
 - *Autore ideatore radio televisivo.*
 - *Imparare la lingua inglese.*
 - *Viaggiare in posti caldi. Imparare a fare l'investigatore privato ed aprire un'agenzia tutta mia. Diventare giornalista pubblicista. Avere un posto nel mondo (dare un senso alla mia esistenza). Conoscere persone ed avere nuovi amici. Essere più sicuro di me stesso. Avere un buon rapporto con mia sorella.*
 - *Mi piacerebbe risolvere il mio problema, trovare e vedere serenità, una famiglia con un figlio, una villa con piscina e incontrare Vasco Rossi.*
 - *occuparmi di sicurezza nel primo cantiere di colonizzazione costruito su Marte; prendere il brevetto di pilota civile di aerei ed elicotteri; comprare un terreno e costruirmi da solo una casa; ripercorrere con un cabinato a vela la rotta di Ulisse; aprire un'autofficina; imparare a suonare il violino; stringere la mano ad un essere di un altro pianeta per dimostrare che tutte le religioni sono una bufala colossale e infine trovare una compagna che non sbuffi sentendo tutto questo.*
 - *progettare un sistema SW che cambi il modo di vivere della gente comune; avere un'azienda propria e seguirla da un paradiso tropicale; una bella casa con giardino in pieno centro; avere la libertà di dire tutto quello che penso senza offendere nessuno; mangiare senza ingrassare; essere sereno e riuscire ad aiutare gli amici in difficoltà; bere senza ubriacarsi e fumare senza morire.*
 - *vorrei poter uscire sola usando le mie gambe. Vorrei poter andare a Milano e camminare entrando e uscendo da tutte le metropolitane senza sentirmi soffocare. Vorrei poter prendere un aereo e andare a Parigi, New York, Tokyo. Vorrei poter lavorare con i cani per potergli dare tutto l'amore che ho. Vorrei poter eliminare l'invidia e la cattiveria della gente che ogni giorno ci assale. Vorrei riuscire a farmi apprezzare da un uomo per ciò che sono. Vorrei sopra ogni cosa essere riconosciuta a tutti i miei compagni di gruppo che dal primo giorno, chi prima, chi dopo, hanno cambiato la mia vita migliorandomi. Vorrei riuscire a superare quel blocco che ancora non mi fa esprimere il mio amore per loro anche se ai loro occhi sono un ghiaccio!*
 - *fare danza classica a livello amatoriale; essere indipendente; aprire un negozio di scarpe; diventare la titolare dello studio senza il supporto di mio padre; diventare una mamma affettuosa e comprensiva diversa da mia madre; essere più serena e allegra.*
 - *Cambiare lavoro e farne uno part time che mi tenga impegnata la mattina e libero il pomeriggio per dedicarmi con calma a me stessa, a N. e R. . Laurearmi in psicologia. Vorrei trovare il coraggio di farlo. 18 anni fa significava andare a Roma, e comunque non mi ritenevo all'altezza di studiare all'università, dopo aver visto ogni giorno studiare come in una prigione ne ero terrorizzata. Studiare non è mai stato un piacere per me. e non nascondo di averne ancora paura. Volevo studiare psicologia perché volevo capire la mente. non riesco ancora a capire tante cose e mi sento a disagio in questo mondo. Tante volte ho la sensazione di appartenere ad un altro mondo. tutto quello che mi accade mi tocca troppo, mentre ho l'impressione che gli altri vivano meglio di me perché si fanno meno problemi. Vorrei imparare a farmi scivolare le cose addosso. Vorrei imparare a vivere senza farmi troppi problemi, senza pensare*

- agli altri e senza avere bisogno dell'approvazione degli altri per le mie scelte, anche quelle più banali imparare a essere sicura di me stessa. Vorrei smettere di piangere. Saper gestire i conflitti. Vorrei essere meno sensibile e più forte.
- Vorrei non essere timida. Imparare l'inglese. Trasferirmi con la mia famiglia a Londra: un progetto, una sfida, un'avventura! Vivere in una casa grande dove ospitare tutti i nostri amici e parenti. Vorrei riprendere ad ospitare gli amici a casa, mi piace molto stare in compagnia e ospitare. Organizzare. Scrivere un libro sulla mia vita, vorrei narrare come ho vissuto l'infanzia, le amicizie, l'amore e la famiglia. Di come ho dato troppo, ho sempre amato gli altri più di me stessa e ho sempre stata esigente con loro, perché avrei voluto essere amata allo stesso modo, ma in realtà ero io ad amare in modo estremo. Voglio imparare ad amare in modo equilibrato e ad amare me stessa. Vorrei non soffrire più di emicrania. Vorrei vincere la paura di guidare sulle superstrade o autostrade. Vorrei essere libera e indipendente. Viaggiare spesso. Ballare balli di coppia. Vorrei essere corteggiata e desiderata da un altro uomo. Abbracciare e rasserenare i miei genitori che sono molto preoccupati per il mio malessere e soffrono con me. Riuscire ad accettare quello che è accaduto alla nostra coppia, in particolare riuscire a superare il dolore, la delusione, il fallimento personale. Annullare il confronto con l'altra, distruggerla dalla mia mente, anche se sono sulla buona strada. Ricostruire e rendere più forte il rapporto con R. e vivere serenamente insieme. Ci sono poi dei desideri non più realizzabili perché appartengono alla mia infanzia e adolescenza: - studiare con i miei compagni fino a 15 anni - avere amici con cui giocare da 5 a 13 anni - fare danza ritmica - non avere paura di camminare per strada da sola (correvo anche x brevi tratti) - non avere paura di parlare - andare in discoteca - studiare a casa mia con mia madre - uscire con loro senza portare sempre insieme la nonna - vivere senza doversi preoccupare di quello che le zie e la nonna si aspettavano o volevano. - vivere senza "doveri" - aver voluto amare la scuola - non essere chiusa e timida
 - diventare qualcuno uscendo dall'anonimato; vorrei laurearmi e essere una persona preparata; vorrei dialogare senza provare ansia; vorrei entrare in politica; avere una famiglia; non dipendere dai pensieri degli altri.
 - avere un rapporto stabile con una ragazza; costruire una famiglia; vivere per un periodo all'estero; avere un lavoro gratificante; migliorare il rapporto con la mia famiglia; Zeman rimane a Foggia.
 - I miei sogni sono: trovare l'amore vero che dura per sempre; avere una famiglia felice con dei bambini; comperare una casa in campagna; comprare un cavallo; trovare un equilibrio interiore; imparare a ridere; avere tanti amici che mi vogliono bene; non provare imbarazzo nel sentirmelo dire.
 - i miei sogni nel cassetto sono: essere indipendente, riprendere a nuotare, viaggiare, guidare, vivere in una grande città, andare in Australia, essere serena, imparare a fare surf, fare la giornalista su SKY, vedere uno squalo da vicino e riuscire a vivere la mia vita senza condizionamenti.
 - quando ero piccola ero una bambina emotiva, idealista e sognatrice. La mia eccessiva sensibilità mi portava a soffrire per gli altri, mi facevo paladina dei più deboli ed ero sempre pronta ad aiutare il prossimo e a contestare le ingiustizie. Ho sempre amato la natura e tutti gli esseri viventi, mi incantavo a guardare le stelle e sognavo un mondo fantastico..., parlavo a Dio e agli angeli, e chiedevo loro di aiutarmi. Crescendo la mia sensibilità mi ha creato problemi, non ho saputo impormi e spiegare le ali come avrei voluto, non ho saputo essere pragmatica quanto basta per non farmi soffocare dalla volontà di chi mi circondava (non mi sono amata), ho cercato di accontentare gli altri dimenticando me stessa. Così piano piano ho smesso di desiderare, mi sono chiusa nel mio mondo perché ero stanca di cercare inutilmente a far valere le mie ragioni, circondata da sordi ho smesso di parlare e sono precipitata nel buio. Il mio mondo era sempre popolato di sogni e ho continuato a essere intuitiva, e anche nel buio chiedevo aiuto alla che mi ha portato dritta nel tuo studio.

Ora sono nella luce e ho ricominciato a sognare e desiderare, il passato è perso e ho comunque realizzato anche cose belle, ma la mia vita riparte con un grande desiderio, lavorare a contatto con le persone, mettere a frutto la mia sensibilità e intuitività, la mia dote di entrare facilmente in empatia con gli altri.

Ora vedo nuovamente tutti i colori e tutte le sfumature che ogni essere vivente emana. Sono determinata e per nessun motivo mi metterò da parte come facevo un tempo, volere è potere e io semplicemente voglio vivere e realizzare questo sogno con tutta me stessa.

La tua guida mi è stata preziosa e non finirò mai di ringraziarti. (Francesca, nome "fittizio").

Quali sono oggi i desideri più diffusi?

Ricercatori americani ne hanno identificati sedici e hanno rivelato che il sesso non è più in cima alla lista!

Ma gli italiani cosa vorrebbero di più' dalla vita?

C'è chi pensa soltanto a stare bene di salute, chi aspira a un mondo più giusto e chi vorrebbe dare più spazio ai giovani.

Sono questi i desideri che alcuni personaggi famosi italiani ci hanno "confessato" di avere.

E i vostri desideri quali sono?

Secondo gli Americani, la lista che segue potrebbe rendere felici:

- 1) *Curiosità: desiderio di imparare*
- 2) *Cibo: desiderio di mangiare*
- 3) *Onore (moralità): desiderio di comportarsi in accordo con il codice di condotta*
- 4) *Accettazione da parte degli altri: timore del rifiuto sociale*
- 5) *Sesso: fantasie e desideri a sfondo sessuale*
- 6) *Esercizio: desiderio di fare più attività fisica*
- 7) *Ordine: desiderio di organizzare la vita quotidiana*
- 8) *Indipendenza: desiderio di poter decidere da soli*
- 9) *Vendetta: desiderio di vendicarsi*
- 10) *Contatti sociali: desiderio di essere in compagnia*
- 11) *Famiglia: desiderio di passare tempo con i propri cari*
- 12) *Prestigio sociale: desiderio di attenzioni positive*
- 13) *Star bene: avversione per il dolore e desiderio di evitare l'ansia*
- 14) *Solidarietà: desiderio di servire gli altri e di maggior giustizia sociale*
- 15) *Potere: desiderio di influenzare*
- 16) *Possesso: desiderio di accumulare, non solo denaro, Di Diodoro Danilo (Corriere della sera, 1998)*

Ecco quelli degli Italiani... che fa emergere la profonda differenza con gli Americani.

1. *sposarsi*
2. *crescere*
3. *rendersi utili alla società*
4. *avere figli*
5. *realizzarsi nel lavoro*
6. *fare l'università*
7. *lavorare*
8. *fare felici i genitori*
9. *avere una vita tranquilla*
10. *essere felici*
11. *avere salute*

Alcuni di questi sono connessi al "mantenimento della specie", come il cibo e il sesso, mentre altri sembrerebbero non altrettanto essenziali, come il desiderio di contatti sociali e la curiosità. A stilare l'elenco dei desideri fondamentali dell'Uomo sono stati il dottor Steven Reiss e i suoi collaboratori. Per farlo, hanno sottoposto oltre 2500 persone a questionari composti da una serie di 300 affermazioni del tipo "Mi piace imparare cose nuove" o "Devo assolutamente

evitare il dolore", invitando i partecipanti allo studio a scegliere quali erano, tra tanti, i loro reali desideri.

Inoltre, sempre dalla ricerca, risulta che non esiste una gerarchia unica e definita di tali desideri: per una persona può risultare prioritario il sesso, per un'altra il potere, per un'altra la famiglia, e così via: il che sembra corrispondere molto di più alla varietà che si osserva tra gli esseri umani in genere.

Oggi, dunque, è evidente che c'è una differenziazione sempre più marcata dei desideri e dei bisogni delle persone, probabilmente anche in conseguenza del fatto che maggiore è la condizione di benessere di una popolazione, più articolata è la sua gamma di desideri.

Nella lista messa a punto da Reiss e dai suoi collaboratori compaiono voci come l'esercizio fisico o il desiderio per l'ordine, che di sicuro non fanno parte dei bisogni essenziali che la gente può desiderare di soddisfare.

Ma ci sono cose che la gente non desidera oppure non le desidera come prioritarie: **la stragrande maggioranza delle persone ha una falsa priorità nelle sue aspirazioni.**

Ad esempio, nessuno degli intervistati ha manifestato il desiderio per il destino dell'al di là... , oppure per la relazione con Dio.

In linea di massima sono tutti attratti da cose materiali e/o soprattutto terrene: la questione dell'al di là appare come qualcosa a cui pensare "quando arriva il momento", cioè mai o troppo tardi!

Questo è il profondo condizionamento del materialismo e del relativismo che impera nella società di oggi.

Ho un sogno in un cassetto di cui ho perso la chiave.

Chissà quante volte hai detto di avere dei sogni nel cassetto, ma poi ti sei accorto che vi restava sempre chiuso dentro.

C'è sempre qualcosa o qualcuno ve lo tiene prigioniero.

In qualche modo abbiamo tutti dei sogni nel cassetto, coltiviamo tutti delle ambizioni che talvolta si risolvono solo in tante chimere.

Fin da piccola sono sempre stata una grande sognatrice: una bambina piena di speranze che, col passare del tempo e malgrado le difficoltà da affrontare durante la crescita, non ha mai smesso di sognare.

Penso che se qualcosa si vuole veramente sia molto difficile mollare o semplicemente smettere di crederci, di sperarci. Di sogni ne ho fatti davvero tanti, alcuni li ho tralasciati perché è vero che crescendo si cambia, in vari aspetti, da come vediamo le persone, a come parliamo e ci comportiamo, al nostro modo di pensare e sentire.

Uno dei miei più grandi sogni nel cassetto, che mi ritrovo ancora a coltivare, è quello di viaggiare per tutto il mondo. ... (SC)

C'è chi ha sogni di questo genere e c'è chi ne custodisce di altro genere, ma si tratta sempre di ambizioni, di desideri spesso velleitari.

Ognuno di noi possiede poche o moltissime risorse che hanno a che vedere con le proprie innate aspirazioni, obiettivi o inclinazioni o attitudini soddisfatte o represses e che sono diversissimi da soggetto a soggetto e che qui definiamo "sogni".

Il nostro cassetto mentale li conserva tacitamente e segretamente a vita, li archivia o meglio ancora attende il momento opportuno per realizzarli o a volte mai soccombendo con essi.

La nostra vitalità è nella direzione della loro potenziale realizzazione e rappresenta l'abbattimento dei sintomi, dei malesseri con la conseguente esplosione della pulsione di vita. Spesso il cassetto è perfino troppo piccolo per contenerli...

E c'è anche da dire che se un sogno lo tieni rinchiuso non saprai mai se può diventare realtà.

Spesso i sogni restano "chiusi" perché non si trova qualcuno che creda nella loro possibile realizzazione, talvolta non ci crede nemmeno il proprietario!

Spesso proprio le persone più vicine spingono a lasciar perdere..., e uno impara a lascarli, ad andare oltre il punto di non ritorno.

Direi che dipende da noi far volare i sogni: dobbiamo lasciarli uscire aprendo con la giusta chiave... che, spesso, consiste solo in una semplice dichiarazione con fede!

Tenerli celati è il peggior sistema per realizzarli.

Dunque, spesso basta parlarne, dividerli credendo che si possano realizzare con impegno. Ma i sogni sono spesso utopistici: allora, quali sogni potranno realizzarsi? Ovviamente, non tutti, ma solo quelli "razionali": è inutile sognare castelli incantati e principi azzurri che ti portino a vivere in un mondo fiabesco interstellare! Un tale sogno è chimerico e serve solo come alienazione dalla realtà

Dunque, i sogni possono realizzarsi a patto che siano realizzabili, nel senso di razionalità e non di eclatanti chimere.

Sognare una casa è razionale, dunque realizzabile.

Sognare una moglie, anche.

Sognare dei figli, sognare un'auto: anche.

Sognare una vita felice, ecc. ... anche.