



## I 7 killer della passione, Vittoria Nervi, [Piuchepuoi.it](http://Piuchepuoi.it)

E' possibile pensare a una carriera e passare dai pii desideri alla pratica? Occorre avere il coraggio e anche il fegato di rischiare cum granu salis di voler cambiare. Questo è il primo passo. Per mettere in moto il cambiamento, occorre riaccendere il fuoco della passione.

La tua passione è solo tua. Ti accompagna sempre come la tua ombra, la tua carta d'identità, la tessera sanitaria e il codice fiscale. Magari può sparire per anni sepolta sotto il tran tran, la noia, quell'atmosfera di apatia e rassegnazione che fa crescere le rughe agli angoli della bocca... ma stai sicuro che un bel giorno magari risorge dalle cenere bucando strati di stallo, di silenzi e di rospi deglutiti.

La tua passione può essere bloccata da vari stati emotivi negativi. Ti senti in stallo. Prima di affrontare il killer e rimuovere il blocco è necessario capire con quale hai a che fare e preparare la strategia di battaglia.

*Solo valutando tutto esattamente si può vincere, con cattive valutazioni si perde (Sun Tzu-L'arte della guerra)*

### I 7 Killer

**La paura.** Uno degli ostacoli più grandi al tuo miglioramento è proprio la paura e soprattutto la paura dell'ignoto. Cosa succederà dopo? La passione è un mistero. Non sai dove può portarti, come sarebbe la tua vita se accettassi le sue sfide. Ti immagini degli scenari futuri e la paura può dipingerli di scuro, del buio del fallimento.

**L'incertezza.** È la compagna della paura. Questo stato d'animo si concentra sulle debolezze, ti fa dubitare delle tue capacità e delle tue risorse. Se per esempio la tua passione è imparare a fare qualcosa di nuovo... cosa accade? Continui a pensarci, a pesare i pro e i contro, a cercare motivi e scuse per non agire. Dentro di te risuonano queste frasi: *tanto a cosa serve? e se poi non riesco? ormai non è più l'età...*

**La paralisi.** Quando la confusione e l'incertezza arrivano al top c'è la paralisi e questa blocca ogni tentativo di cambiamento. Quanto più avresti bisogno dell'energia, dell'entusiasmo, della spinta per uscire da una situazione e cambiare tanto più hai la sensazione di essere congelato, inchiodato con le spalle al muro.

**L'apatia.** Puoi abituarti così bene a rimanere fermo o a sopportare rassegnato che dalla paralisi puoi passare all'apatia, a quella sorta di tran tran ipnotico con un senso di stordimento come quando viene fatta l'anestesia prima di una operazione chirurgica. Arrivato a questo punto non riesci più a sapere ciò che ti porta piacere o dolore. E' come se tutte le esperienze si mescolassero, come quando spegni il compu-

ter... sei disconnesso. In questo caso sei disconnesso dalla tua fonte di energia. Puoi sentirti giù, stanco, annoiato ma non riesci a riattaccare la spina alla fonte di quella energia che ti dà entusiasmo.

**La limitazione.** In questa epoca globale forse tendi a definirti per categorie: *uomo o donna, impiegato o artigiano; o sono un..., vecchio o giovane, single o sposato...* Può darsi che questo ti aiuti a identificarti con gli altri nelle varie situazioni ma questo è una limitazione che ti impedisce di capire quale è il tuo scopo, la tua unicità. Quando inizi a metterti le etichette è come se accettassi di essere la somma dei ruoli che hai e non quello che sei veramente o che vorresti essere

**La procrastinazione.** Quante volte hai sentito frasi come ' lo farò quando... (avrò tempo, andrò in pensione, avrò risparmiato qualcosa...) Questa è l'arte di rimandare e non è strano che queste persone poi non trovino mai tempo, energia, soldi... per cambiare!

**L'iperprudenza.** anche se nella tua vita fai spesso dei cambiamenti può darsi che li faccia in maniera così calcolata e controllata per rischiare il meno possibile che lasci poco o zero spazio per permettere alla tua passione di entrare e stare al tuo fianco. E' come attraversare un fiume volandoci sopra anziché provare cosa significhi entrare in acqua. Può essere rischioso ma può anche essere un'esperienza che ti arricchisce e fa sentire vivi, un successo, una sfida con se stessi da vincere.

**Quando manca la passione** è difficile essere soddisfatti non solo di ciò che si è ottenuto ma soprattutto di se stessi. Manca il propellente. Può darsi che la tua vita di tutti i giorni tutto sommato vada bene anche se manca la passione o forse ti sei convinto che non puoi fare altro? Sei sicuro di non poter cambiare e migliorare? Puoi fare il primo passo da solo o farti aiutare. La tua passione può dare una svolta alla tua vita. Vale la pena di riscoprirla.

### Ma cosa s'intende oggi per passione? *Riflessioni.it*

Oggi prevalgono le **passioni tristi**, altro fortunato saggio nell'attuale tendenza dei moti dell'anima, e sui diffusi disagi della psiche delle generazioni più giovani. Si cerca di contrastare il male di vivere con palliativi materiali e apparenze, quali succedanei di sentimenti genuini. Sono ormai le chiacchiere a dominare incontrastate ma senza veri dialoghi: Si controbatte forzatamente o si divaga con a ruota libera su ciò che non si conosce bene.

Con la tastiera si possono digitare anche tante futilità non pertinenti o confuse e banali, magari con pretese culturali, eludendo l'essenza di temi esistenziali per un proficuo dialogo. La parola può veicolare emozioni positive ma anche negative e frustranti.

A me sembra che stia scomparendo pure l'ironia, l'autoironia, l'humour, il gioco delle parole che non siano improvvisazioni arbitrarie. E la poesia sta diventando vuoto esercitarsi per miscugli di parole preziose o per trite retoriche buonistiche.

I maschi che hanno fruito di un precoce ambiente educativo che ha loro elargito una

ricchezza di affetti, a loro volta da restituire, sono rari. Si dovrebbe imparare a riconoscerli, discernendoli da quelli che celano una sostanziale e sovente occultata aridità. Per non farsi coinvolgere in legami fallimentari sotto ogni aspetto.

Mi è stato chiesto cosa s'intenda per *passione*. La filosofia s'interessò più all'amore in senso astratto e universale. Vide la passione in senso piuttosto negativo e irrazionale. Fu il Romanticismo che la rivalutò come moti dell'animo pur difficili da gestire. Spesso travolgono le facoltà volontaristiche e razionali. Le principali sono il desiderio, la gioia, la tristezza, l'amore, l'odio. Un amore può rendere schiavi e ciechi anche verso lo stesso proprio oggetto che lo suscita, può tramutarsi in stati nevrotici e forme di follia. Infatti l'innamoramento per le continue stimolazioni a cui sottopone, può condurre ai citati disturbi della psiche. Eppure è un bisogno fondamentale dell'uomo, che comporta emozioni sia positive sia negative, spesso compresenti. Si possono provare interesse, dolore, rabbia, gioia, noia; si alternano stati di tensione a stati di una serenità rilassata.

L'amore-passione romantico è di tradizione cortese occidentale. Prevalse la spiritualità che addirittura prescindeva dalla presenza concreta dell'amato. Era l'assenza tormentosa che lo contraddistingueva. Era lontano sia dalla nostra concezione dell'eros che dalla dedizione altruistica. Se non nel permanere di una tragicità nelle nostre storie d'amore letterario, che non susciterebbero interesse se vi prevalesse un amore che fila liscio fino al lieto fine. Il desiderio sessuale veniva spiritualizzato, come esemplifica il mito di Tristano e Isotta. L'oggetto dell'amore fatale era l'amore stesso che si nutriva dell'ostacolo per poter tendere a qualcosa impossibile da raggiungere, se non con la morte, quale dissoluzione per una idealizzata unione di anime e corpi. Passione cerebrale più che corporea; ostacolata più che trasgressiva nel senso che diamo oggi alla concupiscenza erotica accesa dal senso di proibizione.

Tutti ambiremo a un amore assoluto che sfidi il tempo. Oggi incompatibile con la libertà sessuale nega esplicitamente un possesso assoluto e duraturo nel tempo. Le donne sognano un grande amore, ma poi capita loro di andare a letto con il primo che capita. Comunque sono sempre loro che scandagliano le passioni contrastate e problematiche, proprio così irrequiete se vogliamo definirle *passioni*. Anche attraverso letture di romanzi, visioni di film, ecc. ignorati dai maschi, per tradizione orientati ad altri interessi.

Finora la psicologia, la sociologia, ecc. si sono disinteressate allo studio dei sentimenti. Al contrario di romanzieri e poeti o eventualmente qualche analista interessato alle pulsioni di varia origine e alla conflittualità tra spiritualità e concupiscenza. Secondo Freud è proprio il desiderio passionale che conduce all'amore stabile di tipo affettivo e non viceversa.

Oggi si parla d'amore, più raramente delle situazioni d'innamoramento. Passione e amore coniugale sono antitetici. A un certo punto ci si accorge che il rapporto non è più quello di prima. Se il desiderio porta al sentimento di tipo più altruistico, il percorso reversibile in senso contrario è molto più difficile. Riaccendere il desiderio,

una volta spento, anche se permane impegno e amicizia.

La passione erotica in tale moderno contesto del rapporto di coppia, s'intende non tanto nel senso romantico di tradizione occidentale, quanto come attrazione, eccitamento, e ancora, nostalgia, angoscia, irrequietezza, bramosia. Che possono essere placate dalla vicinanza dell'oggetto. La lontananza, l'assenza non è più il fine stesso, ma eventuale mezzo per rinfocolare l'incontro che non dovrebbe scadere nell'abitudine.

La passione richiede inoltre di essere dimostrata concretamente attraverso un linguaggio espressivo. Ma non basta dichiararsi romantici e passionali; bisogna esserlo dimostrandolo con i fatti.

### **Le passioni virtuali**

Se nascono amori da suggestioni virtuali, assomigliano a infatuazioni di tipo astratto-letterario. Sorte dall'assenza, dalla fantasia, dal sogno. Non intendo tanto gli incontri progettati a priori, in quei siti specifici dove si chatta in vista di fugaci incontri dal vivo.

Certe amicizie amorose non dovrebbero uscire dalla dimensione virtuale, alimentandosi di un amore incompiuto che vive di proiezioni immaginarie. Tuttavia se l'incontro è indovinato possiamo arricchire le nostre capacità relazionali, e di riflesso ravvivare pure amicizie ed amori esplicitati fuori Rete.

Si amano sempre, comunque e ovunque, nostre creazioni e non chi ci sta davanti. Immagini e passioni nate dentro noi stessi, che la realtà spesso smentisce bruscamente, ridimensionandole in nostalgici desideri. E l'incorporeità della parola non distratta da una presenza reale, può ancor più rafforzare tali fantasticherie.

Anche quando termina un amore della vita concreta si può insegnare a elaborare il lutto per la fine del sogno che ha rappresentato, e non per la perdita della persona in se stessa che lo ha evocato.

Le cyber storie non consentono di guardarsi negli occhi. Devono sostenersi su qualche affinità condivisa oppure su reciproche e gradite complementarità, come nella vita. Possono suscitare qualche emozione, difficilmente un autentico sentimento.

Spesso si è consapevoli che l'incontro fisico potrebbe rompere l'incantesimo dell'immaginario. Anche perché il contesto induce a barare? Perché qualsiasi relazione nata da uno scambio testuale è per sua natura conflittuale con un riscontro faccia a faccia? Perché s'idealizzano sconosciuti e il vis-a vis delude? Molti nel dubbio non si avventurano oltre un accettato e tacito accordo di non uscire dal limbo illusorio dell'immaginario.