

Raccogliere Piume

Alberto Muti, 2018

Raccogliere piume è un rituale di comunità, e quasi un gioco, per 3-5 persone. Insieme, parlerete di ritrovare la propria storia quando sembra perduta.

Trovatevi intorno a un tavolo, in un luogo dove vi sentite a vostro agio e potete parlare delle vostre emozioni ed esperienze, anche di quelle difficili. Avrete bisogno di fogli di carta o Index Cards, penne o pennarelli, e di un po' di sassi, o qualcosa di simile, circa due per giocatore. Dovrebbe essere qualcosa di pesante.

Insieme, racconterete la storia di una persona. Non è la storia di nessuno di voi nello specifico, ma appartiene a tutti. Siatene partecipi.

Prima di iniziare, parlate un po', rilassatevi, scorrete le regole insieme e pensate a quello che il gioco vi chiede. Prendetevi un attimo per discutere di temi o tipi di evento che vorreste vengano esclusi dal gioco. Questa discussione è importante, e può essere ripresa in ogni momento. Se nel mezzo del gioco qualcuno sente che la pressione è troppa, o che sono stati toccati tasti che si preferivano tenere al sicuro, interrompete il gioco. Lasciate lo spazio che serve al giocatore, ma offrite il vostro supporto. Cercate di trovare la soluzione di cui il vostro compagno ha bisogno: potrebbe essere cancellare gli ultimi 5 minuti di gioco, o un dettaglio specifico; potrebbe essere affrontare quell'elemento nella narrazione e arrivare a un finale di cui il giocatore ha bisogno; potrebbe essere semplicemente fare una pausa e respirare per qualche minuto prima di tornare al gioco. Potrebbe essere chiudere il gioco immediatamente. Giocando, vi impegnate a mettere al primo posto i bisogni dei vostri giocatori attorno al tavolo; questi vengono prima, e sono più importanti, del gioco e della giocata.

Quando siete pronti, prendetevi le mani, formando un cerchio intorno al tavolo, e ripetete insieme questa frase:

Questa è la nostra storia, questa è la mia storia. Colpi e difficoltà l'hanno smussata, ma non è perduta.

La Marcia

Ripetete insieme:

Il tempo scorre rapido e indistinto. Così scorre la marcia dei miei giorni.

In questa fase, darete una struttura di base alla vostra storia, e alla vita della persona che state raccontando. Procedendo a turni, in senso antiorario, ogni giocatore prende una index card e scrive un evento o un momento della vita quotidiana. Individuate momenti circoscritti, ma restate vaghi nel descriverli. Cercate di fare in fretta, e non mettetevi ad organizzare o concordare dettagli specifici della vita della persona che state rappresentando. Ascoltate gli input del tavolo, e costruite su quello che gli altri giocatori hanno già stabilito. Metteteci un pezzo della vostra vita quotidiana, se potete.

Esempio:

- Gita fuori porta, amici lontani.
- Un mattino, in ritardo sui mezzi.
- Al lavoro, una riunione.
- A casa, preparando la cena.
- Una sera, al pub
- Al lavoro, giornata di scadenze
- Fine settimana, lavori di casa.

Cercate di creare un vago ordine cronologico. Non dovete rimanere attaccati a una struttura come mattino-giornata-sera, o contare i giorni della settimana. Cercate di creare un buon mix di elementi diversi. Dopo 4 o 5 giri di tavolo, quando vi sembra di avere di fronte un pezzetto della vita quotidiana di una persona, chiudete la fase.

Ripetete insieme:

Questa è la mia storia, la storia di un momento della mia vita.

I Pesi

Prendetevi un momento per leggere la sequenza di momenti che avete stabilito nella Marcia. Prendete i sassi, e disponeteli su alcuni dei momenti della vostra vita, mettendoli sopra la Index Card. Ogni giocatore può disporre 1 o 2 sassi in totale, non di meno o di più. Ogni sasso rappresenta un momento di difficoltà, un'esperienza o uno stato emotivo negativi.

Quando avete disposto tutti i sassi, prendetevi un momento per leggere a quali momenti sono stati associati.

Ogni giocatore può prendere l'iniziativa, prendendo in mano uno dei sassi, sentendone il peso, e dicendo:

Questo è il peso che porto. Si posa sulla mia vita, e la tiene ferma in quel punto.

Sempre tenendo il sasso in una mano, quel giocatore descrive un momento difficile, un'esperienza uno stato emotivo negativi, e come si associano a quel momento della vita. Descrivete qualcosa di specifico, ma le cui conseguenze si riversano anche sui giorni circostanti. Potete inventare qualcosa di nuovo, o se volete, attingere alle vostre esperienze personali.

Ad esempio:

- Un ragazzo con cui siete usciti, che vi piaceva un sacco, e non vi ha più richiamati.
- Una scadenza che incombe, con tanto lavoro e poco tempo, e ogni volta che ci pensate vi sudano le mani e vi trema il respiro.
- Una sera fuori, apparentemente normale, in cui avete l'impressione che ogni cosa che dite è sbagliata e che non siete i benvenuti nella stanza.
- Il conto in banca, troppo basso, troppo vicino al giorno dell'affitto.
- Una notte passata con la faccia nel cuscino e i denti stretti, tormentati da tutte le cose che, nel buio ne siete sicuri, stanno per andare storte e rovinarvi la vita.

Quando avete finito di raccontare la natura del peso, annotatela rapidamente sulla Index Card. Poi ripetete:

Questo è il peso che porto. Questo giorno è un angolo ora smussato, uno spazio chiuso che si restringe. Si posa sulla mia vita, la soffoca e la tiene ferma.

Poi, riponete il sasso sulla index card.

Le Piume

Quando un altro giocatore ha finito di raccontare di un peso, ma non ha ancora posato il sasso, o in qualsiasi momento successivo dopo che ha aggiunto un peso alla storia, potete tendere la mano verso quel giocatore e dire:

Ho un'altra storia da raccontarti

Quel giocatore terra' il sasso in una mano (o, se e' relativo a un peso che aveva descritto in precedenza, raccoglierà il sasso e lo terra' in mano), sentendone il peso per un istante, poi con l'altra mano stringerà la vostra mano tesa. Guardandolo negli occhi, indicate un evento vicino a quello su cui si e' posato il peso di cui state parlando. Legandovi a quell'evento, raccontate una memoria positiva, un'occasione di gioia, di speranza, di soddisfazione. Descrivete un evento che riapre lo spazio intorno a voi, che vi fa sentire padroni della vostra vita, che porta aria e luce. Per questo tipo di storia, cercate quanto possibile di usare ricordi ed esperienze dalla vostra vita vera, vissuta; ancora meglio se e' qualcosa che avete davvero condiviso con chi e' al tavolo con voi.

Esempio:

- Un amico lontano che vi e' venuto a trovare a sorpresa, regalandovi due giorni senza pensieri.
- Un momento, fra tutte le carte da completare e la burocrazia, in cui vedete fra le vostre mani un lavoro ben fatto, e sapete che potete farlo ancora.
- Una persona che vi tiene stretti e non vi abbandona, senza giudicarvi, senza condizioni.
- Una piccola lista di cose da fare, che spezza un problema che sembrava una montagna in una serie di piccoli passi che potete affrontare.
- Una sera fuori dopo una giornata tormentata, in cui il vento fresco e il casino riescono a disperdere per un po' le nuvole che vi avvolgono.
- Una lettera che vi accetta per qualcosa di bello e importante.

Prima di lasciare la mano dell'altro giocatore, dite loro:

Anche questa e' la tua vita, e' la mia vita. Anche questa e' la nostra storia, e non e' perduta.

Prendete la index card dell'evento su cui avete costruito la memoria positiva, e disegnatevi sopra una piuma. Sul retro, descrivete l'esperienza in un paio di frasi, in un modo che qualcuno che non e' al tavolo con voi potrebbe capire. Raccontate che tipo di emozione o esperienza positiva vi ha fatto sentire.

Il Finale - non c'e' Pesatura

Quando sono finiti i sassi, o nessuno vuole aggiungere dettagli ad uno di essi, e nessuno vuole aggiungere storie ritrovate, procedete al finale del gioco.

Scartate gli eventi senza pesi o piume. Raccogliete i pesi da un lato, le piume dall'altro. Potete tenere i pesi, o buttarli via, come preferite. Tenete le piume, spartendovele fra i giocatori. Dovrete dividerle dopo la fine del gioco.

Prendetevi di nuovo per mano, intorno al tavolo. Facendo a turno, leggete queste frasi.

Non c'è una pesatura del cuore, una conta dei pesi o della leggerezza, un bilancio finale.

Questa è solo una piccola parte di una storia più grande che ancora continua.

la storia di una vita è grande, è libera, e sfugge alle misure.

Porto con me i frammenti che desidero, lascio gli altri al vento, condivido ciò che posso.

La mia storia è perduta, ritrovata, dimenticata, affidata ad altri.

Insieme, ripetete.

Ora torniamo alle nostre vite, alle nostre storie, ricordando quelle che abbiamo condiviso.

Alzatevi dal tavolo, sgranchitevi le gambe, andate da un'altra parte se potete, o cercate di cambiare l'atmosfera in altri modi (potete mettere della musica, scambiarsi i posti in cui eravate seduti, portare qualcosa da mangiare o da bere). Parlate del gioco se volete. Se qualcuno ha bisogno di discuterne, ascoltatelo. Altrimenti, se preferite, lasciate l'argomento per un altro momento, o semplicemente abbandonatelo.

A gioco finito, condividete le vostre Piume. In fondo alle index cards, scrivete l'indirizzo <https://tinyurl.com/Raccogliere-piume>

Andate avanti con la vostra vita. Quando vi capita, date una delle carte delle Piume a qualcuno, o lasciatela in un luogo pubblico dove verrà trovata da altri.

Questo gioco è dedicato agli amici che negli ultimi mesi hanno avuto bisogno di cercare le loro Piume, dimenticate fra tanti pesi, e agli amici che mi hanno aiutato a ritrovare le mie.

Un ringraziamento speciale a Fabio e Antonio, che hanno offerto consigli preziosi.