

Starrylink Editrice

Collana *Tesi e Ricerca*

Spiritualità

Giovanni Brichetti

Bibliodrama

Starrylink Editrice

Autore Giovanni Brichetti

Titolo Biblidrama

Proprietà letteraria riservata

© 2009 Giovanni Brichetti

© 2003 **Starrylink Editrice** Brescia

Contrada S. Urbano, 14 - 25121 Brescia

Collana Tesi e Ricerca

www.starrylink.it

I diritti di riproduzione e traduzione sono riservati.

Nessuna parte di questo libro può essere utilizzata,

riprodotta o diffusa con un mezzo qualsiasi

senza autorizzazione scritta dell'autore.

Copertina: Starrylink, Brescia

In copertina:

Stampa: Laser Copy Center, (Mi)

ISBN 978-88-96225-19-6

*A padre Roberto Gazzaniga s.i.
che 25 anni fa mi fece innamorare della Parola del Signore,
attraverso modalità di confronto espressive ed esperienziali*

*“Ciò che noi abbiamo udito, ciò che noi abbiamo veduto con i nostri occhi, ciò che noi
abbiamo contemplato e ciò che le nostre mani hanno toccato... (1Gv.1)”.*

Indice generale

Parte prima: Aprire le strade all'incontro con la Parola biblica

1- Introduzione	13
Il cuore dell' esperienza formativa proposta	14

Parte seconda: Alcune esperienze esemplificative

1 - Esempi di incontri relativi alle tre fasi della metodologia	17
2 - L'esperienza a Fiera di Primero	18
• Prima fase: esplorazione del mondo interno,rispetto al tema in oggetto	19
• Seconda fase: confronto espressivo ed esperienziale sul testo biblico	23
3 - L'esperienza di San Polo	
• Seconda fase: un'altra possibilità, partendo dall'identificazione con i personaggi	28
• Alcune osservazioni generali	33
4 - L'esperienza di Luino	
• Terza fase: confronto a partire dalle immagini personali stimolate dall'incontro tra la propria vita e la Parola biblica	34
• Osservazioni sul processo svolto	35

Parte terza: Una metodologia espressiva ed esperienziale

1 - Introduzione agli aspetti metodologici	
• La trasmissione del messaggio biblico	36
• La possibilità di conoscere la bibbia attraverso l'esperienza e il confronto	36
• La finalità dell'esperienza	38
• I destinatari dell'esperienza	39
2 - Prima fase: auto-esplorazione, rispetto al tema in oggetto	
• Presentazioni	40
• Contratto	40
• Incontro tra i partecipanti e riscaldamento	40
• Racconto sulla tematica in oggetto	41
• Un esempio di immaginazione guidata	41
• Gioco di ruolo a partire da una scena scelta dal gruppo	42
• Identificazione nei personaggi	42
• Intervista al personaggio	43
• Gioco di ruolo a partire dall'identificazione con i personaggi	43
• La preparazione della scena	43
• Posizionamento sulla scena ed intervista	44

- Azione scenica 44
- Approfondimento delle relazioni 44
- Condivisione di gruppo 45

3 - Seconda fase: confronto espressivo - esperienziale sul testo biblico

- Significato di questa fase 46
- Sequenza orientativa dei vari passaggi 46
- Introduzione 46
- Lettura del testo biblico 46
- Breve rilettura-meditazione personale e brainstorming 47
- Esegesei 47
- Riscaldamento dei ruoli 47
- Drammatizzazione inedita del testo 48
- Azione scenica 49
- Approfondimento scenico 49
- Partecipazione 50
- Confronto con una "ben precisa Parola" 50

4 - Terza fase: Incontro tra la Parola e i propri bisogni

- Riscaldamento e incontro 51
- Rilettura del brano biblico 51
- Concretizzazione di ciò che è stato suscitato interiormente 51
- Inversione con la rappresentazione grafica 52
- Alternativa per soli psicodrammatisti: drammatizzazione delle immagini 52
- Condivisione 53

Parte quarta: ulteriori strumenti espressivi - esperienziali

1 - Le maschere relazionali

- Un unico volto con più maschere 55
- La maschera nel rapporto con chi la indossa 55
- Alcune altre caratteristiche e funzioni della maschera 56
- Le fasi principali dell'esperienza con la maschera di gruppo 56
- Intervista del conduttore ai singoli partecipanti con la maschera 58
- La maschera come burattino 59
- Role-playing, rappresentazioni e giochi di ruolo con le maschere 59
- Indossare una maschera non propria 60
- La maschera come strumento di rappresentazione di un personaggio 60
- L'utilizzo della maschera indefinita 60
- L'utilizzo della maschera neutra 61
- Congedare la maschera 61
- Tematiche da esplorare con le maschere 62
- La maschera e la dimensione spirituale 62
- Alcuni filoni esperienziali di indagine con le maschere 63
- Limiti dello strumento 63
- Un esempio di incontro formativo con la maschera 64

2 – Singoli strumenti espressivi ed esperienziali

- La concretizzazione della relazione con Dio 65
- Inversione con i singoli personaggi del testo 66
- “La copertina” 66
- Brainstorming sul tema di fondo 67
- Confronto anonimo sui vissuti personali 67
- Concretizzazioni semplici delle immagini personali 67
- Confronto tra i significati del gruppo e quelli della Parola rispetto ad un tema 67
- Metodologie narrative 68
- L’uso delle metafore nella formazione e nella pastorale 69
- Altre tecniche espressive 70

3 - Contributo dello psicodramma formativo alla metodologia

- Premessa 72
- Spontaneità/creatività 72
- L’approccio sociodrammatico al gruppo 73
- Ruoli sociali 74
- Il contratto 75
- I legami di tele nel gruppo 75
- La cura del setting e del clima di gruppo 75
- La dimensione dell’incontro tra i partecipanti 76

Parte quinta: altri campi d’applicazione

1 - La cura del Sé

- Percorsi di sostegno personale, con la Parola biblica 77
- Quadro di riferimento teorico e senso dell’esperienza 77
- I mali che assediano la nostra mente 77
- La psicologia alla riscoperta dell’anima 78
- Il guaritore interno 79
- Il Sé al centro 80
- L’immaginazione attiva 81
- Cristo come l’immagine più profonda del Sé 83
- Collocazione metodologica 83
- Laboratori di sostegno personale con il bibliodramma 84
- In sintesi 85
- Esperienza: tre incontri sull’“L’Amicizia desiderata” 86
- Possibile approfondimento 88

2 - Laboratori di dialogo interreligioso

- La mission del dialogo interreligioso 89
- Metodologia proposta 89
- Racconto della realizzazione di un Laboratorio 90
- Proposta di un laboratorio interreligioso nelle scuole 91

3 - L'apprendimento esperienziale della preghiera contemplativa	
Alcuni esempi di indicazioni in tal senso	95

4 - Considerazioni complessive sulla metodologia

• In estrema sintesi le fasi dell'esperienza proposta	96
• Possibili futuri campi d'applicazioni della metodologia	99

Parte sesta: altre esperienze bibliodrammatiche

1 – Apprendere dalle esperienze

• Amati nei nostri limiti. Gesù incontra Levi	100
• La parabola dei talenti	104
• Per i genitori: “La madre dei figli di Zebedeo”	113
• La trasmissione della fede ai propri figli	115
• La Samaritana e l'acqua di Gesù	118
• Laboratorio sul Natale con bambini	120
• La peccatrice nella casa del fariseo	121
• La “vera vite” incontrata da giovani tossicodipendenti	123
• Giovani, “annunciano” ad altri giovani, sulla strada	131
• Il mio vero volto-nome. Genesi 32,23-33	133
• Percorso pasquale (Matteo 20,29-34)	139
• Quello a cui si perdona poco, ama poco	141
• Gioia nello Spirito	145
• Lo Spirito Santo nella cura del proprio sé	149
• Per adolescenti: “La mia relazione con Dio”	152
• “Chi vorrà salvare la propria vita la perderà”	153

Appendice

Dizionario sullo psicodramma	156
------------------------------	-----

<i>Bibliografia</i>	165
----------------------------	-----

<i>Ringraziamenti</i>	166
------------------------------	-----

<i>Nota dell'Autore</i>	167
--------------------------------	-----

“...La rividi volentieri, erano sei anni che non ci sentivamo, ma l'intensità dell'amicizia reciproca non era cambiata. Per ben tre ore, passeggiando sul lungo lago di Salò, ci raccontammo con fervore, le molteplici vicende che avevano attraversato la nostra vita in quegli anni. Sul calar della sera, poco prima di congedarci, ebbi la sensazione chiara che in fondo, nonostante tutto quel tempo non condiviso, nulla era sostanzialmente cambiato... Pur avendo riprovato, per l'ennesima volta, a cercare “l'uomo della sua vita”, sperimentando mesi di relazione di coppia con persone diverse, nonostante che da anni cercasse, con costanza, di “con-vertire” il proprio cuore attraverso un impegnativo cammino all'interno di un movimento religioso, mi ripeteva, ancora come allora la solita frase: “Adesso basta, voglio vivere secondo Verità...”, è questo che vale la pena di fare...”. Di fatto era ancora ferma alla stessa buona intenzione, quasi non trovasse una modalità sufficientemente opportuna per far incontrare nella propria vita la Parola e la sua forza interiore trasformatrice”.

G.B.

Parte prima: Aprire le strade all'incontro con la Parola.

1 - Introduzione

*“Se io potessi, se ne avessi la possibilità,
darei una Bibbia a tutti i bambini.
Ah, se io sapessi...
raccontare quelle storie
come cambierebbero
come cambierebbero
tutte le cose!”*

Un contadino afro-americano di una comunità di base

Condividendo il sogno di coloro che desiderano essere dei piccoli ma concreti facilitatori dell'incontro tra la parola biblica e la vita delle persone, mi sono spesso interrogato su “come...” poter contribuire ad attuarne la possibilità; come poter dare il mio piccolo contributo, nell' aiutare ad avvicinare la parola biblica alle persone che incontro e che desiderano confrontarsi con essa.

Lo Spirito Santo, fortunatamente, ci suggerisce ed ispira innumerevoli modalità per aiutarlo, come direbbe don Luigi Ciotti, “a fissare i suoi appuntamenti con le persone”. Utilizza le nostre caratteristiche, la nostra sensibilità, le nostre attitudini, i nostri desideri, i nostri approcci alla vita, particolari o limitati che siano, per suggerirci nuove strade d'incontro con Lui. Così, con questo desiderio nel cuore e con la passione derivatami dall'incontro con tanti gruppi, vari per genere ed età, negli ultimi 25 anni della mia vita, desidero condividere questo libro, frutto di esperienze e di incontri spirituali in gruppo, vissuti utilizzando modalità bibliodrammatiche (n.1), espressive ed esperienziali.

Parlando di modalità al plurale, intendo sottolineare l'apertura alla ricerca continua da parte di chi ha una sensibilità particolare in questa direzione e la non intenzione ad imbrigliare le varie esperienze in un metodo unico. Tale apertura, d'altra parte, non mi ha impedito la possibilità di effettuare una sperimentazione metodologica discretamente rigorosa, fornendo strumenti operativi utilizzabili anche per facilitare nuove esperienze in campi ancora inesplorati.

Il bibliodrama (drama in latino sta per azione, dare forma, fare, esprimere...), come radice fondamentale, è una metodologia comune ad alcuni formatori - ricercatori sparsi per il mondo; si è lentamente sviluppata e divulgata, negli ultimi venti anni, a partire dalle esperienze statunitensi e tedesche. Gli stessi, a loro volta, hanno avuto una certa influenza dai percorsi latino americani, legati alla “lettura popolare della Bibbia”, specie quella di Paulo Freire. Dalla matrice bibliodrammatica, dipartono metodologie, molto simili, arricchite ed integrate dalle esperienze e dagli ulteriori contributi teorici incontrati e sperimentati dai singoli esperti di bibliodrama.

(n.1) La metodologia bibliodrammatica, (Bibliodrama è il termine internazionale), è una metodologia che permette di incontrare il testo biblico a partire dalla propria esperienza e trova espressione attraverso vari linguaggi, compresa l'espressione con il corpo. Un laboratorio di bibliodrama è, in altri termini, un modo per meditare i contenuti biblici, ricrearli quali immagini interiori personalizzate e coniugarli con la propria realtà quotidiana.

Il presente testo, in gran parte basato sull'esperienza, intende rivolgersi a tutti coloro che desiderano ricercare, sperimentare, offrire o arricchire la varietà delle strade e la pluralità dei linguaggi, che favoriscono l'incontro tra la dimensione Spirituale e la vita concreta delle persone, nei numerosi ambiti dell'esistenza umana.

Il cuore di questa metodologia, consiste nella possibilità di sperimentare concretamente *incontri relazionali autentici*, sia interpersonali, sia con gli aspetti del sé e della propria esistenza. Favorendo insieme la crescita della propria dimensione spirituale nel confronto con la Parola di Dio.

Un' esperienza che consente anche di vivere da dentro un brano biblico (o altro testo spirituale), facilitandone l'osservazione, *fuori dallo schema*, favorendo la possibilità di coglierne tutti i suoi aspetti, compresi quelli emozionali.

E' una possibilità per offrire canali espressivi, concreti e plurimi, per condividere ciò che la Parola dice, fa immaginare ed opera nella singola persona, incontrando la sua specifica esistenza. Un approccio metodologico creativo, che può facilitare nelle persone l'approfondimento spirituale; consente un sostegno psico-spirituale alla propria esistenza e favorisce l'incontro autentico con gli altri nella loro diversità.

Una metodologia diversa da quella apparentemente simile, più classica, che propone di "fare la rappresentazione scenica", testuale, di un brano biblico.

Interpretando la sensazione di pienezza dell'*incontro* con sé stesso, con il gruppo e con la Parola nella maggior parte delle persone che hanno sperimentato questa metodologia, è mio proposito condividerla e metterla a disposizione con chi e per chi lo desidera.

D'altra parte, questa proposta rimane tale, non ha alcuna pretesa di voler essere né indispensabile né prioritaria, per chi voglia incontrare la parola del Signore.

Questo approccio ha ricevuto un notevole contributo metodologico dallo psicodramma (in seguito delineato), ma va oltre esso, ed è stato, d'altra parte, opportunamente semplificato in modo da permettere a qualsiasi "animatore" di poterlo proporre, con modalità adeguate, a persone di qualsiasi età.

Il libro presenta, dopo una breve parte introduttiva, la rilettura di alcune esperienze, così come si sono svolte. Questo per permettere di poter visualizzare, in concreto, il tipo di proposta, lasciando alla parte successiva del testo l'analisi teorica dettagliata della metodologia.

Gli strumenti e le esperienze proposte sono numerose e permettono al lettore di cogliere e di poter sperimentare anche soltanto quegli aspetti vicini alla propria sensibilità, o ciò che desidera aggiungere al proprio percorso formativo.

I lettori interessati ad un confronto ulteriore o che desiderano scambiare esperienze relative alle tematiche trattate, possono scrivere ad associazione.riflessi@tele2.it oppure consultare il nascente sito www.bibliodrama.it

Un ringraziamento di cuore, ai tanti gruppi di laici e di religiosi, italiani ed albanesi, con i quali la stessa metodologia, in questi anni, ha gradualmente preso forma.

Il cuore dell' esperienza formativa proposta

Le esperienze di seguito riportate, si riferiscono a tre fasi di un *intero processo formativo* e ad un completo itinerario esperienziale su alcuni brani della Parola biblica. Tali fasi rispondono all'esigenza:

a) di predisporre ad accogliere la Parola, partendo dall'interrogarsi su aspetti di sé e della propria esistenza;

b) di sperimentare *da dentro* un racconto, un brano biblico, attraverso una

drammatizzazione inedita e tendenzialmente attualizzata, o di osservarlo, visivamente, da fuori, percependone tutti i suoi aspetti, anche emozionali;

c) di poter far incontrare il messaggio biblico con aspetti della propria vita e dei propri bisogni, cogliendo ciò che dice alla singola persona rispetto alla sua esistenza.

La scelta di utilizzare questa metodologia, per tutto il percorso oppure solo per una delle diverse fasi, è soggettiva, cioè spetta a chi conduce il gruppo, sulla base dei bisogni e delle esigenze che emergono, e a seconda dei tempi a disposizione. E' quindi possibile sviluppare alcune fasi del confronto con questa modalità ed altre in maniera più classica, ovvero, ad esempio, attraverso riflessioni ed un confronto verbale di gruppo.

La metodologia bibliodrammatica, espressiva - esperienziale è quindi utile allo sviluppo di ogni fase del confronto, ma non ha la pretesa di essere né indispensabile né prioritaria per alcuna di esse.

Vorrei inoltre sottolineare che, la scelta dell'esposizione della metodologia divisa in fasi, è funzionale ad una schematizzazione che rende più chiari i passaggi, i diversi obiettivi e gli strumenti proponibili. In ultima analisi è un espediente per facilitare l'apprendimento della metodologia, per avere dei "cardini", rispetto ai quali orientarsi. In realtà, nell'applicazione della stessa è possibile la massima libertà di utilizzo, anche superando lo stesso schema proposto, in particolare quando si riesce ad entrare nello spirito della metodologia generale, divenendo maggiormente in grado di muoversi con tutta la propria creatività di conduttore - facilitatore di gruppo.

La prima delle esperienze registrate nelle loro parti essenziali e riportate nel testo, si riferisce alla fase dell' esplorazione del *mondo interno* di ogni partecipante, rispetto alla tematica proposta. Tale fase precede la seconda, nella quale lo stesso contenuto sarà oggetto del confronto di gruppo a partire dal punto di vista della Parola di Dio.

Nella prima fase, ogni partecipante ha la possibilità di far emergere la propria esperienza, rispetto ad una specifica tematica, ascoltandosi...e condividendo, specie rispetto alle proprie emozioni, ripercorrendo la propria esperienza esistenziale, prendendo coscienza di sé e delle proprie dinamiche interne relazionali e dei propri bisogno - desideri. Il conduttore dell'incontro può scegliere, ad esempio, di stimolare i partecipanti, attraverso un racconto appositamente costruito, o attraverso *una immaginazione guidata* (una sorte di visualizzazione guidata, mentre i partecipanti sono rilassati ad occhi chiusi) relativa al contenuto essenziale del tema proposto, offrendo così un valido spunto d'identificazione per l'esplorazione personale.

Attraverso questa esperienza, i partecipanti avranno la possibilità di essere maggiormente consapevoli di quella parte del proprio *mondo interno* che, questa prima esperienza attiva fa emergere, come un'immagine riflessa in uno specchio.... Il non fare subito una lettura testuale del brano biblico permette di sottolineare la distinzione tra la propria esperienza personale e ciò che la Parola afferma, evitando così inopportune proiezioni.

La seconda fase riportata è quella centrale, fondamentale, rispetto all'esperienza complessiva. E' il momento del confronto a partire dal testo biblico. Questa fase dell'esperienza di gruppo ha lo scopo di riportare, all'attenzione dello stesso, il testo biblico specifico sul quale si desidera attivare un confronto espressivo ed esperienziale.

In questa fase centrale, si ha la possibilità di cogliere, in profondità, i significati del testo. In particolare, oltre alla lettura, sottolineatura ed esegesi biblica, questa fase si caratterizza per la proposta di dare vita a *drammatizzazioni inedite*, cioè per la possibilità di entrare nel cuore del testo attraverso la sperimentazione attiva degli elementi del brano. Utilizzando tutte le facoltà percettive del nostro corpo, facendo uso dell'*azione rappresentativa*, antitetica al solo raccontare, si ha un'ulteriore possibilità di cogliere a pieno i significati del testo attualizzati e l'interazione tra i diversi elementi del brano. Questo modo di procedere,

oltre a contribuire significativamente alla conoscenza della Parola, permette ai partecipanti di cogliere, specie attraverso un processo di *risonanze interne* e di *rispecchiamento*, il messaggio particolare e ciò che la Parola ha da dire, direi meglio, da “far vivere”.

Nella terza fase, si ha la possibilità di vivere un confronto a partire dalle immagini personali dei partecipanti, stimolate dall'incontro tra l'esperienza quotidiana personale e ciò che la Parola suggerisce al proposito. Tale fase conclusiva, è quella che rende maggiormente possibile l'incontro tra il messaggio biblico ed i particolari bisogni ed aspetti della vita di ogni partecipante. Permette di far emergere immagini, spesso legate alla prospettiva esistenziale di ognuno, cogliendo gli effetti dell'incontro della Parola nella propria vita.

Dopo un primo momento di riscaldamento e di immaginazione guidata, segue la *concretizzazione* di quanto colto attraverso le forme di rappresentazione, che possono essere approfondite attraverso modalità e strumenti specifici.

Nelle esperienze quotidiane di chi propone il confronto con la parola biblica, talvolta, la mancanza di tempo a disposizione o la mancanza di una consistente preparazione metodologica, da parte del conduttore di un determinato incontro di gruppo, può suggerire la scelta di strumenti espressivi ed esperienziali più semplici, adatti ad incontri brevi e ad obiettivi più limitati.

Non sempre è infatti possibile avere a disposizione più incontri ravvicinati o 2-3 ore di lavoro consecutive da utilizzare con il gruppo. La maggior parte degli incontri per la catechesi dei ragazzi, ad esempio, durano quarantacinque minuti. Per questa ragione si possono proporre alcune modalità attive ed esperienziali diverse (presentate di seguito), da utilizzare a partire dal “materiale metaforico” che la Bibbia offre.

Così s.e.r. mons. Arturo M. Bastes, s.v.d., vescovo di Sorsogon (Filippine) sul bibliodramma. (XII Assemblea generale ordinaria del sinodo dei vescovi 5-26 ottobre 2008)

1) I corsi biblici in seminario sono eccessivamente intellettuali, utilizzando il metodo occidentale dell'esegesi storico-critica che annoia la maggior parte dei seminaristi. L'approccio accademico dovrebbe essere integrato con metodi che tengano conto della cultura e della vita degli ascoltatori.

2) I membri della Federazione Biblica Cattolica (attualmente presente in 129 paesi) hanno sviluppato tecniche per svolgere il ministero pastorale biblico che si dimostrano efficaci nel trasmettere il messaggio di Dio agli uomini e alle donne d'oggi. Queste metodologie creative devono essere incluse tra le materie di studio ufficiali dei programmi di formazione nelle facoltà teologiche e nelle case di formazione. Un esempio di metodo che interessa, oggi, le persone è il **bibliodramma**.

3) L'urgenza di sviluppare un modo asiatico di leggere la Bibbia è molto sentita a causa della grande sfida che la Chiesa sta affrontando in questo continente immenso, dove milioni di persone hanno fame delle Parole di Dio. Attualmente si sta tentando con successo di sviluppare un'ermeneutica biblica che tenga conto della ricchezza della cultura e della storia dei popoli asiatici. Esiste un progetto per preparare un commento biblico asiatico che utilizzi il metodo storico-critico dell'occidente e un'ermeneutica culturale comparativa per rendere accessibile all'anima asiatica il profondo significato spirituale del testo biblico. I membri asiatici della FBC hanno inoltre deciso di creare un Istituto Biblico Asiatico che, si spera, possa preparare l'auspicato programma olistico di formazione biblica.

4) Questo è un modo per contribuire alla missio ad extra in Asia, dove la maggior parte della gente non ha ancora sentito parlare di Cristo. Attraverso un graduale processo di evangelizzazione che presenti il Gesù dei Vangeli come un maestro, un narratore di parabole, uno che guarisce, che opera di miracoli, un amico, un consolatore - immagini che piacciono agli asiatici - le persone in Asia potrebbero essere guidate dallo Spirito a credere in Cristo come Figlio di Dio.

Parte seconda: alcune esperienze esemplificative

1 - Esempi di incontri relativi alle tre fasi della metodologia

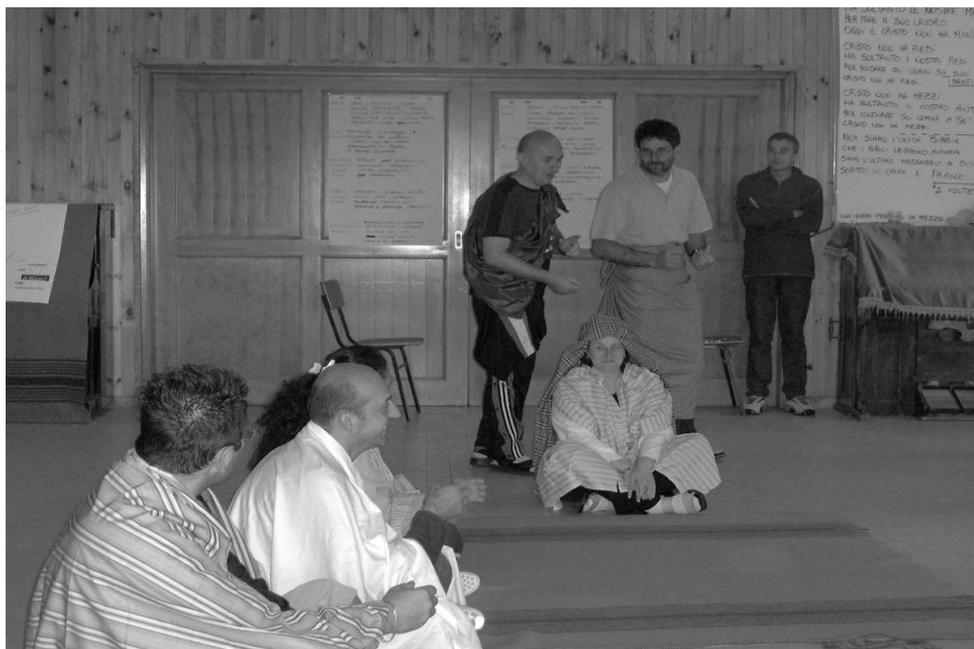
*“La Bibbia è la Verità, donataci da Dio per la nostra salvezza.
Collocandoci dentro,
ci permette di discernere la nostra salvezza”.*

Mons. Luciano Monari – Vescovo di Brescia
(C'è ancora posto per la Bibbia – Convegno C.e.m. 2008).

Di seguito desidero stimolare il lettore ad entrare nell'esperienza, a partire dalla lettura della descrizione e della parziale registrazione di alcuni incontri, che rappresentano esempi tipici relativi alle tre fasi metodologiche. I significati degli aspetti metodologici, verranno trattati nella successiva parte teorica. Il consiglio è quello di non sforzarsi nel tentativo di comprendere tutti gli aspetti metodologici, bensì di approcciarsi alla lettura, immaginandosi di essere un membro di un gruppo che desidera confrontarsi con la Parola. In altre parole, ritengo sia utile la possibilità di cogliere il “gusto dell'esperienza”, di osservare il tipo di profondità e qualità di *incontro relazionale* con la Parola, con se stessi e tra i partecipanti, nei limiti di quel che si può fare attraverso la sola lettura di un'esperienza.

Questo prima di volerla comprendere e tanto meno valutare e classificare.

Se nei seguenti paragrafi, il lettore incontrerà difficoltà a comprendere qualche termine tecnico, è possibile chiarirne i significati attraverso la consultazione del dizionarietto psicodrammatico in appendice.



2 - L'esperienza di Fiera di Primero

Itinerario spirituale per coppie sposate

Presentazione dell'esperienza

La finalità dei due incontri riportati è quella di dare la possibilità di conoscere e sperimentare la Parola espressa in un brano del vangelo di Giovanni, cogliendo ciò che la stessa suggerisce ad ogni partecipante, rispetto alla sua vita e a quella con il partner e la loro famiglia.

Tale obiettivo è stato favorito dalla possibilità di incontrarsi e confrontarsi, con il testo biblico, in gruppo, attraverso modalità espressive ed esperienziali.

Il gruppo aveva già lavorato insieme e, a grandi linee, aveva già potuto sperimentare la metodologia proposta.

Caratteristiche del gruppo

I partecipanti sono costituiti da sei coppie sposate, che si conoscono e che frequentano la parrocchia di Borgosatollo.

Tema e brano biblico

Il brano proposto è tratto dal vangelo di Giovanni, in particolare il capitolo 21.

Incontri

Gli incontri avvengono durante il primo e il secondo di otto giorni residenziali di formazione e vacanza in gruppo. La durata complessiva, effettiva di ogni incontro, è di due ore e mezzo.

Il gruppo si è già ritrovato la sera precedente, anche con i Conduttori, per un primo momento di reciproca accoglienza.

Conduttori

Giovanni Brichetti, formatore psicodrammatista e
Sr. Alessandra, Dorotea, esperta in esegesi biblica

Clima di gruppo

I conduttori intendono favorire lo strutturarsi di un clima raccolto e contemporaneamente aperto alla *teatralizzazione* (mostrare ciò che vivo dentro e mostrare aspetti della Parola attraverso linguaggi espressivi), ovvero capace di stimolare *l'io attore* e *l'io osservatore* di ogni partecipante.

Setting

Un grande salone, con luci e materiali scenici e con vetrate che si aprono sulle Dolomiti. Sedie a cerchio, coperte per ogni coppia.

Prima fase: esplorazione del mondo interno rispetto al tema in oggetto

Presentazione dell'incontro

Il Conduttore dell'incontro ricorda brevemente la metodologia, chiarisce i diversi ruoli dei conduttori, gli obiettivi, le fasi e i tempi dell'incontro e cita il titolo del brano evangelico scelto. Quindi accoglie le eventuali richieste ed aspettative del gruppo. Non emerge nulla in particolare; i partecipanti appaiono ben disposti ad iniziare l'esperienza.

Riscaldamento dei ruoli *psicosomatici* legati al tema del testo

Il Conduttore chiede ai partecipanti di camminare nella stanza, accompagnati da una musica per il *rilassamento*. Dopo brevi *consegne* volte a favorire il rilassamento e la concentrazione nel "*qui ed ora*", invita le coppie a *camminare* insieme esprimendo, non verbalmente ma con la loro gestualità, l'accoglienza dell'altro e la propria disponibilità a percorrere insieme il cammino di queste giornate.

Poi i partecipanti sono stimolati a riprendere la camminata da soli e, gradualmente a prendere contatto con tutti gli altri, cercando di veicolare non verbalmente ma con il corpo, il sentimento che provano nel ritrovare ogni singolo partecipante nel gruppo.

Il *tele* positivo (legame relazionale empatico) tra i partecipanti, è stato ravvivato e riscaldato; il gruppo è pronto per riscaldare i *ruoli sociali* sui quali lavoreranno insieme.

Il Conduttore propone al gruppo, seduto in cerchio, di costruire con carta e pennarelli, in cinque minuti, un "dono prezioso" da fare alla persona alla propria destra: "Ora hai la possibilità di fare un dono alla persona alla quale, più di qualsiasi altra, in questo momento, vorresti farlo"...

Il Conduttore invita i partecipanti a ritualizzare il momento del dono mettendo tutto il proprio cuore nel gesto. Il racconto, successivamente proposto, è infatti centrato sul ruolo del donarsi e dell'assumersi la responsabilità di condividere con gli altri.

Visualizzazione guidata di un racconto

Di seguito l'esperienza di un' *immaginazione guidata*, proposta al gruppo, a partire da un racconto che è stato opportunamente preparato dal conduttore dell'incontro. I contenuti essenziali, la tematica di fondo, sono simili a quelli del testo biblico al quale si ispira (Gv.21), onde permettere ad ogni partecipante di sperimentare la tematica in oggetto, da "dentro", attraverso un'immaginazione attiva.

I partecipanti sono invitati a distendersi per terra, sulle coperte, e a chiudere gli occhi in posizione rilassata.

Il Conduttore specifica che il racconto che ascolteranno è ispirato ai contenuti del vangelo di Giovanni (21), vuole essere uno stimolo per addentrarsi nel mondo delle proprie relazioni, per conoscersi di più e per evitare di confondere (attraverso proiezioni inconse) le esperienze relazionali personali, con quelle che il Signore propone attraverso il suo Evangelo.

Dopo un brevissimo esercizio di rilassamento e di consapevolezza di sé, ascoltano il racconto. Le luci sono basse e soffuse. Li accompagna, sottofondo, una musica soft.

Il Conduttore con voce suadente inizia a raccontare lentamente, favorendo la visualizzazione delle immagini del breve racconto.

Al termine del racconto, sempre ad occhi chiusi:

"Stimolato da questo raccontato, lascia che emergano, dentro di te altre immagini, varie scene vissute o immaginate, forse legate al racconto, forse di tutt'altro genere...; forse immagini metaforiche; lascia che emergano liberamente...

Infine, la tua attenzione cade su una scena in particolare: prenditi un po' di tempo per osservarla: che personaggi ci sono?; possono essere anche diversi da quelli del racconto..., Come sono vestiti?... Cosa stanno facendo?... Cosa provano?..."

Terminata l'*immaginazione guidata*, ciascuno a turno è invitato a raccontare brevemente la scena su cui si è soffermato: "che personaggi ci sono? Cosa fanno? Cosa dicono? Cosa sentono?"

Scelta e creazione di role playing in sottogruppi

A questo punto il Conduttore chiede ai partecipanti di dividersi in due sottogruppi e di impostare in ognuno una drammatizzazione, una rappresentazione. Dopo aver condiviso a giro nel sottogruppo, il racconto dell'immagine personale visualizzata da ognuno, il Conduttore chiede di esprimere una scelta, simultaneamente, toccando la persona il cui racconto ha colpito, ha determinato maggior risonanza in chi lo ha ascoltato. Il racconto maggiormente "votato", diviene quello scelto dal gruppo.

Il Conduttore chiarisce che il role playing, partirà dall'immagine scelta, solo come spunto di partenza. La rappresentazione che ne emergerà sarà quindi arricchita liberamente da ogni partecipante. Questo permetterà la trasformazione dell'immagine iniziale, personale, in una nuova immagine di gruppo, inedita e spersonalizzata.

La rappresentazione delle due scene elaborate dai due sottogruppi

Dopo venti minuti, a turno, i due gruppi vengono invitati sul *palco scenico*. (la parte della sala così definita spazialmente) Ogni membro del gruppo, posizionato sulla scena, assume pienamente i sentimenti e la postura fisica del ruolo del proprio personaggio, espressione del suo stato emozionale. Il Conduttore, in entrambe le scene, dà inizio ad una veloce *intervista* di ogni personaggio, per aiutarlo ad entrare nella parte.

Role playing del primo sottogruppo

Un gruppo di operai comunali, coordinati da un caposquadra, cercano di montare un palco, per il concerto musicale che sarà effettuato la sera stessa nei giardini pubblici del paese. La struttura del palco è complessa e poco funzionante, così la squadra si *arrovela*, non poco, nel tentativo di metterlo in piedi.

Un pensionato li osserva in silenzio da una panchina... Uno degli operai, guardando il pensionato, dice al collega a bassa voce: "Quello là ha la faccia di uno che non ha mai lavorato in vita sua...". L'altro "sogghigna"...

E' sera e gli operai sono sfiniti, il palco non sta in piedi... Temono una "lavata di capo" da parte del Sindaco... Anche il caposquadra è sfiduciato rispetto alle loro possibilità di "venircene fuori"...

Il pensionato: "Scusate, non vorrei disturbare il vostro lavoro..., ma perché non provate a montarlo facendo..." e suggerisce una modalità nuova per montare la struttura.

Uno degli operai dice agli altri: "Beh, proviamoci, tanto oramai..."

Con questa nuova modalità il palco sta in piedi...gli operai non credono ai loro occhi ed esprimono gioiosamente la loro soddisfazione. Il pensionato si avvicina...gli operai lo ringraziano *di cuore*...

Approfondimento dei significati della scena e delle relazioni

Terminata l'azione...

Conduttore: "Stop. Vi chiedo di rimanere in scena, ognuno nella posizione finale. ". Rivolto agli operai li intervista. Chiede: "Come avete fatto a fidarvi di questo pensionato?"

Operaio - F. "Non avevamo più nulla da perdere...allora, sai, dici...non si sa mai che..."

Il Conduttore sottolinea la parola ascolto...; chiede poi quali pensieri vengono alla mente, sempre agli operai, pensando a questa esperienza di "fiducia cieca"...

Operaio - E.: "E' stato come provare ad andare al di là dei nostri schemi, delle nostre sicurezze, delle nostre personali modalità..."

Operaio - C.: " L'insicurezza in noi stessi che avevamo accumulato nell'esperienza, ci ha aperti a fidarci...e quel pensionato che sembrava incapace d'ogni cosa ci ha risolto il problema..."

Conduttore: "Questo ti dice che...?"

Operaio - C.: "Questo mi dice che non bisogna dare per scontato che le persone siano in un certo modo...; talvolta chi non è del "tuo campo" può aiutarti molto più di quanto potresti immaginare".

Conduttore: "Non dare per scontato..." (sottolineatura)

Operaio - F. "Bisognerebbe partire prima da un confronto...solo dopo operare"

Caposquadra - M. "Per me è stata un po' dura...ero abbastanza sicuro di riuscire e invece...; per fortuna, con l'aiuto del pensionato, siamo riusciti ad utilizzare le nostre capacità".

Pensionato - F. "Io non sapevo che sarebbe uscito così...ho capito che voi avevate soltanto bisogno di una voce esterna che vi desse fiducia, che vi caricasse. Ho solo cercato di partecipare alla vostra difficoltà, cercando di non chiamarmi fuori...dando un'idea nuova che possa modificare...".

Il conduttore chiede sia agli *attori* che all'*uditorio* (spettatori attivi) di esprimere liberamente dei messaggi rivolgendosi ad uno dei personaggi.

Dall'*uditorio* P. rivolta al Caposquadra: "Talvolta se fossimo più umili, riusciremmo veramente ad attivare la collaborazione con gli altri...".

Operaio - C, rivolto al pensionato - F...: " Mi piacerebbe che tu potessi insegnarci le tecniche che conosci...".

Pensionato - F. rivolto a tutti: "Volentieri mi metto a disposizione ma senza rischiare l'ingerenza, lasciandovi liberi di recepire soltanto ciò che vi va. I consigli o le opinioni non devono comportare necessariamente che vengano accolte e messe in pratica!".

Role playing del secondo sottogruppo

La scena proposta è molto simile a quella dell'*immaginazione guidata*. Davanti all'invito del leader del racconto, a seguirlo, le reazioni dei diversi personaggi interpretati sono diverse; ognuno formula pensieri e decisioni proprie, sulla base delle proprie scelte, delle proprie idee e del proprio libero arbitrio.

Partecipazione (Il momento della condivisione finale)

Il conduttore invita ogni partecipante seduto in cerchio con gli altri, a condividere un proprio vissuto, le risonanze che l'esperienza gli ha suscitato.

Emergono riflessioni personali sul proprio modo di fidarsi o non, degli altri, sulle paure e i desideri di vivere con radicalità i valori di fondo della propria vita. Alcuni raccontano episodi della propria vita inerenti alle tematiche emerse.

Il conduttore, al termine, invita ogni coppia ad un momento di condivisione, sulla base dell'esperienza vissuta, da effettuarsi in uno spazio riservato.

Osservazioni

In questo caso il racconto utilizzato era molto simile al testo biblico. Altre volte è stato costruito con un canovaccio e personaggi maggiormente diversi, pur mantenendo la tematica di fondo che permette un confronto. In altri incontri non si utilizza un racconto ma, per esempio, il conduttore predispone una quarantina di immagini, abbastanza "ambigue" e di vario genere, che i partecipanti possono selezionare e scegliere, per esprimere come vivono la tematica oggetto del confronto. Altre volte ancora, a seguito della proposta di un'immaginazione guidata rispetto ad un aspetto specifico della propria vita, si fa un disegno simbolico sul tema e, successivamente, si approfondisce il significato dello stesso.

Seconda fase: incontro di confronto espressivo-esperienziale sul testo biblico

Introduzione

Il giorno successivo, il conduttore ha fatto cogliere la connessione tra il lavoro svolto dal gruppo nel giorno precedente e il significato di ciò che sarebbe stato oggetto del confronto a partire dall'analisi del testo biblico, il quale avrebbe affrontato la stessa tematica del primo incontro.

Lettura del testo biblico (Giovanni 21)

Viene proposta una lettura, che viene effettuata da uno dei partecipanti il quale legge con partecipazione emotiva, con attenzione alle pause e alle variazioni di tono. Poi, dopo qualche minuto di rilettura personale, ogni membro del gruppo, sottolinea le *parole chiave* e le espressioni che lo hanno colpito maggiormente, esprimendole ad alta voce.

Esegesi

Sr. Alessandra, che ha preparato l'esegesi biblica, comunica al gruppo le dinamiche letterarie e semantiche del testo, i punti di svolta della narrazione, il messaggio che ne proviene. Sottolinea i messaggi testuali principali, permettendo ad ogni partecipante di distinguerli da aspetti legati alle sue relazioni personali.

Desidero sottolineare che in altri incontri, il commento a questa fase dove viene presentato un testo biblico, è stato molto più sobrio e l'incontro comunque è risultato qualitativamente significativo.

Breve rilettura-meditazione personale e brainstorming

Dopo qualche minuto di silenzio, i membri del gruppo vengono invitati a scrivere su un cartellone le cose che più li hanno toccati. Ognuno sceglie il colore del pennarello, emotivamente più consono, per scrivere le parole che sente centrali e più significative nel testo.

Alcune tra le parole chiave evidenziate:

Allora Gesù si avvicinò...

"Chi sei?"

"Figlioli non avete nulla...?"

"Pasci le mie pecorelle"

«Venite a mangiare»

"Tu lo sai"

Stupore

"Seguimi"

Non si erano accorti che era Gesù.

Riscaldamento dei ruoli

Il Conduttore, dopo aver fatto camminare i membri del gruppo nella stanza, stimolandoli con brevi consegne volte a favorire la loro presenza spontanea e rilassata nel *qui ed ora del setting*, propone di interpretare alcuni *ruoli*, in forma metaforica, che sente strettamente legati al testo:

“Ora siete dei pescatori che tirano su le reti sulla barca...”.

“Ora siete pescatori tristi e depressi perché è notte e da ore le vostre reti sono vuote”... (per favorire il clima emozionale, le luci nella sala vengono spente).

“Ora siete pescatori stupefatti, radiosi, gioiosi, perché è l'alba e le vostre reti sono piene di grossi pesci”... (le luci vengono nuovamente accese).

La drammatizzazione del testo

Il Conduttore propone a questo punto, la drammatizzazione inedita del testo.

Assegna a due sottogruppi la prima e la seconda parte del cap. 21 del Vangelo di Giovanni.

Costruzione delle due scene nei sottogruppi

I membri di ogni sottogruppo si accordano su come rappresentare la parte della scena a loro assegnata. Il Conduttore chiede loro di porre attenzione ad essere sostanzialmente fedeli ai contenuti del testo, pur non dovendone ripetere le parole testuali, se non quelle di Gesù, qualora volessero citarle. A vicenda si assegnano le parti che possono essere rappresentate utilizzando del materiale scenico per caratterizzare i personaggi e le scene: drappi colorati, cordicelle, carta, coperte, sedie , ecc.

Essendo il testo piuttosto lungo, i partecipanti sono invitati a coglierne il cuore, evitando di rappresentare parti marginali dello stesso.

Il Conduttore invita sul *palco scenico* il sottogruppo che ha preparato la prima parte.

Primo sottogruppo

I personaggi sono tutti addobbati con teli colorati, Il “discepolo Giovanni” è vestito di rosso, per meglio esprimere il suo *slancio amoroso*. L'azione si concretizza nella rappresentazione, molto simile al testo, della prima metà del cap.21 di Giovanni.

Approfondimento scenico

Al termine dell'azione il Conduttore dà uno *stop* e chiede all'uditorio di andare liberamente a mettere una mano sul personaggio al quale ognuno si sente più vicino, interpretandone i pensieri in prima persona (fare il *doppio*).

Osservatore E., facendo il doppio ai pensieri del discepolo Giovanni : “In questo momento provo una forte gioia nel cuore...”.

Osservatore F., facendo il doppio ai pensieri di un discepolo: “Sono proprio felice..., Giovanni ha riconosciuto subito il Signore, Pietro che ci guida ancora..., si è ricostituito il nostro gruppo intorno al Signore...è proprio bello...”.

Conduttore, doppiando il discepolo Giovanni: “Ho sentito una forte vibrazione, un'emozione inspiegabile, nel momento in cui ho compreso che era Lui...una cosa

incredibile”.

Osservatore S., facendo il doppio ai pensieri del discepolo Giovanni: “Non posso tacere queste cose...devo scriverle perché altri le possano conoscere, perché le sappia l'intera umanità..”.

Osservatore C., facendo il doppio ai pensieri di un discepolo: “Non so fino in fondo perché sto così bene qui...ho bisogno di meditare nel mio cuore per qualche tempo...”.

Il Conduttore ringrazia, invita a disfare la scena e a tornare se stessi, togliendosi i panni e il ruolo di ogni personaggio. Quindi chiama il sottogruppo che ha preparato la seconda parte.

Secondo sottogruppo

I personaggi sono tutti addobbati con teli colorati e seduti sulla spiaggia con Gesù, intorno al pesce che cuoce. L'azione si concretizza nel riproporre in modo inedito, delle parti essenziali del testo, dalla seconda metà del cap.21 di Giovanni.

La scena parte con Gesù, (interpretato da F.) che dice “Mi vuoi bene tu...?”

I discepoli, a differenza del testo, ripetono insieme, in coro, le parole di Pietro, per sottolineare come nelle stesse, si identifichi ogni credente.

Approfondimento scenico

Al termine dell'azione il Conduttore dà uno *stop* e chiede ai personaggi di rimanere dove sono in quel momento finale.

Poi invita l'uditorio ad andare, liberamente, a mettere una mano sul personaggio al quale ognuno si sente più vicino, interpretandone i pensieri.

Osservatore P., facendo il doppio ai pensieri del discepolo Pietro: “Sono amareggiato, già una volta mi chiamasti...e ti tradii, ancora adesso faccio fatica a riconoscerti, se non c'è qualcuno che ti riconosce al mio posto... Faccio fatica a capire che sei ancora tu...; eppure hai scelto solo me, ti rivolgi solo a me...!”

Osservatore F., facendo il doppio ai pensieri di un discepolo: “...come prima, Gesù che ci dà da mangiare, che ci ammaestra, che fa miracoli, che ci dice ancora “Seguimi”. Forse adesso non abbiamo più vergogna di ciò che abbiamo conosciuto, possiamo dare ragione di ciò che abbiamo creduto. Ora potrà andarsene, ma rimarrà sempre in mezzo a noi, spiritualmente. Dandoci la forza di andare avanti”.

Conduttore, doppiando il discepolo Pietro: “So di essere molto intraprendente, sicuro, responsabile di questo gruppo, eppure in questo momento mi sento un bambino spaurito. Se non fosse che credo in Gesù, veramente, non mi sentirei di seguirlo, certamente è Lui che mi sta portando”.

Conduttore: “I personaggi, se lo desiderano, possono esprimere dei soliloqui”.

Discepolo E.: "...Quel seguirmi vale anche per me..., non mi devo sentire escluso".

Discepolo A.: "A volte, quando ci chiama, vorremmo..., ma restiamo seduti...!"

Il Conduttore, allontanandosi dal palcoscenico e sedendosi tra l'uditorio, si rivolge a chi sta osservando: "...vi chiedo di esprimere, come *specchi* che riflettono la scena, ciò che vedete da qui, ciò che osservate, tirandovi fuori dallo "schema"; ciò che, osservando questo incontro, vi fa pensare...

Osservatore F.: "Gesù adesso chiede loro di seguirli per la sua stessa strada, quella della croce. Sappiamo che la gran parte di loro farà la stessa fine. Loro sanno bene che seguirlo vuole dire...su quella via..., devono deciderlo adesso. Fare ancora i pescatori o scegliere, come Pietro, di seguirlo...".

Osservatore S.: "Vedo il grande amore di Giovanni, che Gesù ha scelto come prediletto. Vedo la semplicità degli altri discepoli, che arrivano fino ad un certo livello di relazione con Gesù; è il livello che a loro va bene....Pietro ha una grande forza ma ha bisogno della relazione di Giovanni, che forse invidia, per superare la sua indecisione".

Il Conduttore ringrazia, chiede di disfare la scena e di tornare ad essere se stessi. Quindi invita tutti alla condivisione finale.

Condivisione di gruppo

Nell'ultimo passaggio compiuto da tutto il gruppo, il Conduttore facilita, propone, con una modalità ritualizzata, alla presenza di una candela accesa in mezzo al gruppo, un momento di condivisione spirituale.

Prima di iniziare, il Conduttore ricorda che si tratta del momento nel quale ogni persona esprimerà, rivolgendosi in un clima spirituale al Signore e davanti ai fratelli, pensieri personali stimolati dall'esperienza condivisa insieme. Ricorda che, per evitare la possibilità di esprimere giudizi nel gruppo, ognuno parlerà soltanto per se stesso.

Di seguito i pensieri espressi dai membri del gruppo:

... "Ho compreso e sentito, perché me l'hai dimostrato, l'amore che hai per me...".

... "Il Signore chiama tutti, non soltanto Pietro".

... "Seguire Gesù vuole dire scegliere tutte le sue parti: quella più materna, che mi ama, mi accoglie, mi nutre, ma anche quella più paterna che mi chiede responsabilità, fatica, accoglienza della sua volontà, che comunque è per il mio bene profondo".

... "Mi chiedi di amarti nei fratelli (pecorelle), concretamente, non in teoria"....

... "Mi sento un agnello da pascere...".

... "Ho un senso di incompiutezza lasciandomi dalla rappresentazione...il bisogno di concretizzare quel *seguimi*...che resta incerto, ignoto...".

... "Tu Signore ci chiedi di sentire la tua presenza senza vederti e toccarti. Chiedi una fiducia totale nella tua parola e in chi ti ha conosciuto personalmente".

... "I martiri di Abitene hanno saputo seguirti concretamente. Non solo per la loro scelta, ma anche per la passionalità e centralità con la quale hanno direzionato il loro cuore verso di Te".

Il gruppo conclude il percorso con un Padre nostro, mano nella mano.

Successivamente, ogni coppia, ha avuto il mandato di riflettere, per proprio conto e in un proprio spazio, su ciò che l'esperienza suggerisce rispetto alla loro vita familiare.

Osservazioni del gruppo sul processo svolto

Il processo formativo si è centrato sull'identificazione dei partecipanti nei discepoli ai quali Gesù si rivela.

Dapprima, nella fase iniziale, molti partecipanti, con modalità diverse, hanno sondato i loro *ruoli sociali* quotidiani, legati al fidarsi o no, al collaborare o al fare da sé, al bastare a se stessi o al cercare un aiuto in qualcuno. Si sono chiesti se hanno coraggio o timore nel fare scelte radicali nella loro vita.

Nella seconda fase gli stessi ruoli sono stati sperimentati ed osservati in particolar modo rispetto al messaggio specifico di Gesù, soprattutto rispetto alle sue proposte, al suo invito a scelte radicali.

Questo ha permesso di sentire in profondità, il suo amore e la sua radicalità, restituendo ai partecipanti una maggior consapevolezza rispetto alle loro reazioni, davanti alla specifica Parola del Signore.

Nella verifica, al termine dell'intero percorso formativo (settimana residenziale), il gruppo, in generale, ha sottolineato l'utilità di un lavoro basato su una prima parte di confronto con il mondo delle proprie relazioni e una seconda parte di tipo esegetico.

Lo sperimentare, l'immedesimarsi nel testo è stato ritenuto dal gruppo qualcosa di più del solo ascoltare un brano.

Forse, afferma un partecipante, l'esegesi proposta da sr. Alessandra è stata persino sovrabbondante, con il rischio di andare oltre l'essenzialità del messaggio del testo.

Un marito afferma: "Il passaggio dalla prima alla seconda fase del processo formativo ci ha permesso di cogliere, gradualmente, i colori del testo, partendo da una visione in bianco e nero".

Una moglie sottolinea l'esigenza di maggior tempo per l'attualizzazione, per ricollegarsi alla propria quotidianità.

E' stato importante, afferma un marito, sottolineare le distinzioni tra i vissuti personali e la Parola testuale.

Sr. Alessandra: "Sant'Ignazio affermava: il brano ha bisogno di essere letto e guardato...quindi è stato molto importante poterlo visualizzare, con modalità differenti, nelle due fasi proposte. In particolare ho potuto ricondurre i miei sentimenti personali al brano, che poi, a sua volta, mi ha aiutato a trovare risposte e ridonato nuovi stimoli. E' certamente una modalità interessante per accostarci al Vangelo".

3 - L'esperienza di San Polo (seconda fase della metodologia) un'altra possibilità, partendo dall'identificazione con i personaggi .

Di seguito riporto l'esperienza, soltanto della seconda fase di un percorso con un gruppo di 25 adulti, particolarmente eterogeneo, desideroso di sostenere il proprio "cammino personale" anche attraverso un'esperienza di questo genere.

L'identificazione nei personaggi è un passaggio importante dell'esperienza complessiva. In particolare, nella seconda fase, è il processo che permette di vivere attraverso un personaggio, aspetti psicologici - relazionali del racconto.

La seguente modalità operativa, che nella maggior parte dei casi utilizziamo, si colloca al termine della "visualizzazione guidata di un racconto di un testo biblico, "Le nozze di Cana" (preceduta da una fase di riscaldamento dei ruoli psicosomatici dei partecipanti). Il Conduttore invita i partecipanti a concentrarsi sull'assunzione delle *sembianze* di un determinato personaggio.

Successivamente il Conduttore chiede loro di far attenzione ad essere sostanzialmente fedeli ai contenuti del testo, pur non dovendone ripetere le parole, se non quelle di Gesù, qualora volessero citarle.

Di seguito l'esperienza riportata nei suoi elementi essenziali:

Il gruppo ha appena vissuto la *visualizzazione guidata* del racconto, delle "Nozze di Cana", preceduta dalla fase di lettura, sottolineatura di gruppo e commento.

Il Conduttore invita a camminare, a passo meditativo nella sala, ripensando ai personaggi della scena.

"Vi invito ad ascoltarvi e a cogliere le risonanze che ogni personaggio vi suscita dentro; in particolare vi invito a soffermarvi su quello che vi ha colpito maggiormente; non necessariamente sarà uno dei personaggi. Può essere anche un oggetto presente nella scena o un'emozione che avete colto nel racconto.

Gradualmente vi invito, nel corso del cammino, a trasformarvi in quel personaggio o elemento scenico, pensando agendo, sentendovi in un contesto, come il suo. Chiedetevi ed immaginate chi avete intorno, cosa provate, vestitevi con un drappo del colore che vi suggerisce, emotivamente, quel personaggio o elemento della scena; camminate come quel personaggio...; fermatevi e assumete la postura che sentite lo caratterizza. Se qualcuno assumerà i panni di Gesù, sarà tenuto a esprimere le stesse parole e gesti, citati nel testo.

Sentite cosa desiderate esprimere come personaggio, in quale contesto e a chi".

Gradualmente i partecipanti, camminando lentamente, iniziano a vestirsi e a camminare in modo diverso.

Preparazione delle rappresentazioni sceniche

Conduttore: "Ora dividetevi in due sottogruppi, raccontatevi brevemente ciò che avete immaginato dentro di voi e ciò che desiderate esprimere, trovando un canovaccio che, vi permetta di inscenare una breve drammatizzazione, soddisfacendo le esigenze auto-esplorative che il vostro personaggio vi suggerisce". "Ciascun sottogruppo darà vita ad una breve rappresentazione di questa storia; vi invito ad improvvisare e a non ripetere in modo meccanico il racconto. Pur rimanendo fedeli ai contenuti centrali dello stesso, non dovrete concluderlo necessariamente allo stesso modo. Piuttosto sforzatevi di entrare nei sentimenti e nel modo di essere e di ragionare del vostro personaggio, così come lo avete sentito. Permettetevi di vivere, di esprimere ciò di cui avete bisogno e che desiderate vivere. E' più importante questo rispetto al *prodotto* rappresentato dal gruppo.

Il gruppo si suddivide nei due sottogruppi e ciascun sottogruppo prepara una rappresentazione spontanea del testo.

Emergono due scene nelle quali il Conduttore intervista i diversi personaggi girando per il *palco scenico* con curiosità e discrezione.

Trascrivo a titolo d'esempio una delle interviste:

Cond.: "Buon giorno chi è lei?"

Valeria: "Sono una sposa"

Cond.: "Oh...complimenti per il bell'abito..., oggi è il grande giorno è...?"

Val.: " E' si sono piena di gioia e desidero che il mio matrimonio sia particolare e ricordato con gioia da ogni invitato"...

Primo sottogruppo

Sulla scena vengono intervistati, per aiutarli ad entrare nel ruolo, i personaggi:

- uno sposo desideroso di vivere una celebrazione profonda, trinitaria, sentendo la presenza del Signore;
- una sposa, che spera nel sole..., che è gioiosa e desiderosa di condividere il suo sentimento;
- una grande anfora abituata a contenere vino che desidera stupirsi;
- un invitato a nozze che ha voglia di condividere con gli sposi una giornata gioiosa;
- la pioggia che sa che può essere fastidiosa, ma che ha voglia di servire trasformandosi in ciò che può servire;
- un cameriere che pure gioisce nel poter dar gioia con il suo servizio.

Azione

Gli invitati e gli sposi entrano in chiesa, purtroppo piove e gli sposi non sono del tutto contenti. Fuori dalla chiesa c'è una giara vuota, usata solo per adornare, all'interno della quale entra un poco di pioggia.

Un cameriere, in fondo alla chiesa, guarda fuori con preoccupazione, il banchetto è stato preparato all'aperto..., spera tanto che non piova, affinché non si rovini la festa degli sposi! Ma quando escono, a cerimonia conclusa, appare il sole e torna la gioia nella sua pienezza.

Nello *srotolarsi* della scena, il Conduttore dà degli *stop*, intervistando i personaggi, o chiedendo loro di esprimere un *soliloquio*, attraverso la tecnica *dell'a parte*. (Una sorta di intervista, tra parentesi, fermando per un istante la rappresentazione).

Di seguito alcuni pensieri emersi:

Il cameriere si rende conto che la sua gioia emerge quando è insieme agli altri, non solo mentre li serve ma anche in altri momenti.

L'invitato gioisce soprattutto nel momento in cui vede che i suoi amici sposi sono contenti.

La giara – C., è riuscita a stupirsi della bellezza del sole e pensa che è proprio la sua posizione di "essere che sta in basso" che gli permette di stupirsi e di vedere!

La pioggia – M., si è resa conto che non si può andare sempre bene a tutti...; occorre accettarlo...

Lo sposo esprime la sua soddisfazione per l'intensa cerimonia.

La sposa chiede che ne segua un allegro banchetto, con riso, allegria e richieste del tipo..."bacio, bacio..."

Secondo sottogruppo

Sulla scena vengono intervistati:

- Tre camerieri desiderosi di poter servire ed imparare a farlo.
- Uno Schef che desidera scoprire l'unicità del vino nuovo;
- La gioia che intende girare all'impazzata tra gli invitati;
- Il "vino versato", che desidera che tutti possano essere nella gioia;
- Un invitato triste e chiuso nel suo dolore, che non riesce a lasciarsi coinvolgere dal clima di gioia, ma che vorrebbe...;
- La "custodia", che intende custodire il vino prezioso del Signore.

Questo secondo sottogruppo ha chiesto di coinvolgere il primo nella loro scena, *utilizzando* i due sposi per le loro nozze e ponendo gli altri, come ulteriori invitati, in cerchio.

Azione

La scena inizia nel bel mezzo di un allegro banchetto di nozze, nel corso del quale la gioia e il vino scorrono tra gli invitati...

Interagiscono con loro i tre camerieri che servono il vino ed imparano a farlo. Lo Schef che, verso la fine, declama l'unicità del vino nuovo.

Al termine appare anche la custode, con l'intento di custodire il vino del Signore.

Il Conduttore chiede di ripetere la scena e la *stoppa* rivolgendosi al "Vino versato" – F., chiedendole: "Stai girando tra gli invitati"?

"Vino versato" – F. "hanno già bevuto, ma non sta *facendo effetto*..., non sono soddisfatto, desidero qualcosa per questa festa, insieme, ma... sento che manca...ma non so che cosa!"

Conduttore: "Che cosa...?"

"Vino versato" – F.: "Manca qualcosa di cui ho bisogno anch'io insieme a loro"

Conduttore: "Ho bisogno di..." (frase invito...)

"Vino versato" – F.: "Ho bisogno del senso, del nocciolo che serve per riempire, per dare valore..."

Conduttore: "C'è qualcuno o qualcosa, nella tua vita, che è capace di questo?"

"Vino versato" – F.: "...ho bisogno di essere ricercato...chiamato...per dare gioia agli altri; ma ho anche bisogno dei camerieri che mi portino..."

Vista la difficoltà del “Vino versato” – F., il “Maestro di tavola”-S. chiede di poterlo assaggiare. (la richiesta, posta di fatto al Conduttore, è quella di offrire uno specchio, che si preannuncia come valorizzante nei confronti del vino).

Il Conduttore acconsente e il “Maestro di tavola”-S. esprime una lunga ed articolata valorizzazione rispetto a quel “vino diverso, utile, buonissimo, unico...nel suo genere, oltretutto servito alla fine della festa, per renderla ancora più bella!. Invita anche i servi a berne.

“Vino versato” – F.: “ciò che sono l’ho ricevuto...non sono io da solo...”

Il Conduttore invita i camerieri e la gioia ad aiutare il vino a girare ed a rallegrare gli invitati, sperimentando le sue potenzialità.

Al termine di questa breve , allegra e vitale esperienza..., il Conduttore chiede al vino come va?

“Vino versato” – F.:sono contento!”

Conduttore: “sono contento perché...”

“Vino versato” – F.: sono contento perché...(non riesce ad esprimere un pensiero)

Il Conduttore gli propone di offrirgli un suo *doppio* (mettendosi dietro a F. e provando ad esprimere, dare voce, empaticamente, alle sue emozioni e pensieri). “Vino versato” – F. acconsente.

Conduttore: “Sono contento perché prima non credevo tanto nelle mie possibilità di vino, anche se avevo ricevuto questo mio spirito. Ora ho provato, con l’aiuto anche di altri, che credono in me, a buttarmi dentro...e sono riuscito! Forse potrei, adesso, riuscirci anche da solo...chissà!

“Vino versato” – F.: “Prima mi sentivo un vino versato, vuoto, ora invece mi sento bene...”

Conduttore: “ mi sento capace di...”

“Vino versato” – F.: “Sento di avere un senso per me”

Conduttore: “Hai dato senso anche agli altri?”

“Vino versato” – F.: “Sì..., ma più che altro ho ricevuto io nel dare...”

La scena prosegue e viene “stoppata” quando appare “l’invitato triste M., che non parla alla gioia degli invitati.

Conduttore, rivolgendosi sia agli attori che all’uditorio: “C’è qualcuno che vuole dare un messaggio a questo invitato”?

Un invitato: “ mi chiedo come mai lui che ha bevuto quel vino, non abbia la gioia degli altri”.

“l'invitato triste M., invitato dal Conduttore ad esprimere un soliloquio: “loro non sanno cosa ho veramente nel mio cuore, la tristezza che mi pervade, i pensieri che affollano la mia mente...; non ho nemmeno voglia di berlo io il vino!

Conduttore: “c'è qualcosa che vorresti che anche magicamente potrebbe accadere qui per ritrovare la gioia? Forse la presenza di qualcuno in particolare?”

“l'invitato triste M. :“forse dovrei sforzarmi a lasciarmi coinvolgere da questo vino e da questi invitati, lasciando da parte i miei pensieri, sforzandomi di entrare nel clima della festa, cogliendo ciò che il vino può darmi...”.

Conduttore: “chiedo al vino, aiutato dalla gioia di provare a coinvolgere questo invitato, che ha difficoltà a fare il primo passo..., può darsi che si lasci coinvolgere, può darsi di no, abbiate molto rispetto in tal senso! Agite soprattutto non verbalmente...”

Prima il vino, poi la gioia, poi, gradualmente, tutti gli invitati, aiutati da teli colorati e dal loro stretto contatto fisico, coinvolgono festosamente, a ritmo di musica, l'invitato triste. Gradualmente il suo volto si illumina, spalancando sempre più un radioso sorriso.

Conduttore rivolto all'invitato triste M. : “in questo momento sento...”

Invitato triste M., aiutato anche da un doppio, da lui particolarmente condiviso, del Conduttore, : “Sento alleggerire il mio dolore nel momento in cui mi sono sentito di dividerlo con altri, non tenendolo dentro e lasciandomi poi coinvolgere dalla loro gioia...; questo mi permette di poter aiutare anche la persona che mi sta a cuore, per la quale soffro, apportandogli la gioia e il senso che stanno dentro a questo vino”.

La scena volge al termine. Viene stoppata quando parla “la custode del vino prezioso” -F. che viene invitata dal Conduttore a dare un messaggio a tutti coloro che stanno al banchetto.

“La custode del vino prezioso” -F.: “Per custodire bene questo vino prezioso occorrono impegno e costanza. Occorre continuamente tenerlo tra le mani, se no si disperde...”.

Conduttore: “c'è qualcuno che vuole dare un messaggio a qualche personaggio?”.

“La custode del vino prezioso” -F.: “Godetevi l'umiltà dell'essere servi, poiché siete stati i primi ad assaggiare questo vino speciale”.

E. invitato, rivolto al vino: “magari ciò che cerchi è molto più vicino di ciò che pensi...”

Partecipazione

Il Conduttore, al termine, invita ogni coppia ad un momento di condivisione a due, rispetto al loro rapporto, sulla base dell'esperienza vissuta, da effettuarsi in differenti spazi riservati.

Al termine, il gruppo si ritrova per una condivisione generale.

Alcune osservazioni generali

Risulta significativa la possibilità data a tutti i partecipanti, di focalizzarsi su un personaggio o su un altro elemento nel quale poi identificarsi.

Il tipo di consegna richiede una discreta dose di *spontaneità e creatività*, perlomeno da parte dei partecipanti trainanti di ogni sottogruppo. Nel primo gruppo è stato necessario l'aiuto iniziale del Conduttore per aprire la strada verso un *canovaccio di rappresentazione possibile* Si erano "arenati"!

Sono emersi più nettamente i bisogni e le difficoltà di alcuni partecipanti, in modo particolare di quelli che, in quel momento e rispetto a quel brano, evidenziavano maggiori bisogni, legati alla tematica.

La loro maggior consapevolezza ha permesso, di vivere con più profondità il testo evangelico, potendo cogliere in esso ciò che "suggerisce ad ognuno, personalmente", specie rispetto ai propri bisogni.

In particolare, per esempio, la sposa del primo sottogruppo ha potuto distinguere la sua tendenza a cogliere la dimensione della gioia, in modo più terreno, materialistico, rispetto a quella proposta dal Vangelo.

Il dialogo tra il Conduttore e il "vino versato" non è stato del tutto chiaro, talvolta i ruoli risultavano ermetici o un poco confusi. E' stato comunque significativo che chi ha interpretato "Il vino" ha potuto comprendere che non basta sentirsi bottiglie con un "vuoto da riempire". Con il desiderio di donarsi, occorre anche credere e riscoprire le proprie potenzialità personali di "vino inebriante", sperimentando il coraggio di mettersi in gioco. Così la partecipante, è riuscita ad accogliere la Parola in modo più attivo, con la disponibilità a metterci la propria parte!

Chi ha interpretato il personaggio triste, chiuso nel proprio dolore per una persona gravemente malata, ha potuto ritrovare il coraggio di dividerlo con altri e di lasciarsi coinvolgere dallo spirito di gioia vitale del Signore, con la possibilità di trasmettere questa gioia al suo caro malato. Ha compreso che per accogliere la Parola di Dio, non basta ascoltarla (bevendo il Suo vino) occorre anche eliminare ciò che si frappone tra sé e Lui.

4 - L'esperienza di Luino. (Terza fase della metodologia)

Confronto a partire dalle immagini personali, dall'incontro tra la propria vita e la Parola

Presentazione dell'esperienza

L'esperienza si riferisce ad un consistente percorso formativo (di varie giornate), proposto ad un gruppo di diciotto religiosi e catechisti, impegnati nell'evangelizzazione. Il percorso è relativo all'acquisizione della specifica metodologia, descritta in questo testo. La finalità relativa all'incontro riportato è quella di dare la possibilità ai partecipanti di confrontarsi, a partire dalle immagini personali, stimolate dall'esperienza di approfondimento attivo di un brano biblico, vissuta nella fase precedente.

Il gruppo

Il gruppo è di tipo *reale*. Un gruppo che opera quotidianamente insieme, ben affiatato, non giudicante, e che opportunamente riscaldato dimostra un buon *tele* e un buon livello di *spontaneità-creatività*.

Svolgimento del confronto attivo ed esperienziale

Il gruppo ha appena prodotto disegni individuali relativi a ciò che il testo ha suscitato in loro.

Il Conduttore ha invitato ogni partecipante a dare un titolo alla propria rappresentazione grafica. Quindi chiede ad ognuno di *diventare*, al suo via, una parte o l'intero disegno, attraverso la tecnica *dell'inversione di ruolo*.

Nella preparazione di ogni inversione, offre la possibilità di utilizzare teli colorati per arricchire emotivamente la scena.

Ogni protagonista, in inversione, ovvero provando a mettersi nei panni di quel personaggio o elemento, viene intervistato dal Conduttore, potendo diventare e dare voce all'identità rappresentata; esprimendo anche l'emozione principale che l'accompagna. Per approfondire la *rappresentazione*, il Conduttore sceglie di offrire ad ogni protagonista la possibilità di dare dei messaggi all'*uditorio*, o più spesso di interloquire con altre parti (*contro ruoli*) che possono essere colti e concretizzati nella scena, a partire dalla lettura della rappresentazione grafica o dall'intervista appena espressa.

Si è spesso quindi dato vita a brevi drammatizzazioni che hanno consentito un emozionante approfondimento di ciò che ogni membro del gruppo aveva riportato.

A titolo di esempio riporto, per sommi capi, l'inversione di Rosa.

Rosa mostra a tutti il proprio disegno dal titolo Dio, "una stella che mi illumina"; una rappresentazione piuttosto classica di Dio, che come stella – sole luminoso, manda i suoi raggi su una vegetazione che appare abbastanza arida.

Rosa in inversione con la parte del disegno relativa alla "vegetazione che appare essere arida" è ricoperta da due teli; uno blu scuro ed uno nero, che dice essere la sua aridità - negatività, il suo bisogno di riprendere fiducia, sia in se stessa che in chi vive con lei...

Il Conduttore, cogliendolo soprattutto attraverso la comunicazione non verbale, sente essere forte nella protagonista, il bisogno di riprendere fiducia. Di conseguenza chiede alla Protagonista di scegliere due io ausiliari (persone che interpretano parti interne

o esterne del protagonista, secondo sue specifiche indicazioni): uno fa la “fiducia” e l’altro l’ *alterego* (una sorte di controfigura del protagonista).

Il Conduttore invita la Protagonista a fare inversione con la “fiducia”; la intervista e la invita a muoversi ed agire come lei sa fare.

La protagonista dice d’essere gioiosa, giallo caldo come la luce, allegra e piena di energia. Svolazza con scioltezza interagendo anche con l’ *uditorio*.

Il Conduttore mostra alla “fiducia”, da lontano, Rosa, coperta da drappi scuri (l’alterego, in inversione con Rosa coperta da drappi scuri). Le chiede come la vede da lì...(*tecnica a specchio*); Rosa, in inversione con la “fiducia” sottolinea come la vede richiusa su se stessa e nei suoi elementi negativi, sfiduciata.

Il Conduttore esprime un *doppio di amplificazione*, ponendosi alle spalle della protagonista ed amplificandone i sentimenti e pensieri, in prima persona, per sottolineare e per favorire un possibile approfondimento, se desiderato dalla Protagonista.

La stessa viene quindi invitata ad agire sul suo *alterego*. (persona che può rappresentare se stessa). Con energia e creatività si avvicina, la ricopre in più modi con il suo drappo giallo, la scuote, l’abbraccia e la sprona a fidarsi, a buttarsi con più fiducia in se stessa, in Dio e nei “fratelli”.

Segue l’inversione con se stessa. La scena viene rifatta per permettere alla Protagonista di incontrare la fiducia; di farne un pieno!

Il Conduttore propone la possibilità di sperimentare la fiducia anche per mano dei propri “fratelli”. Il gruppo, con sincera disponibilità, si avvicina alla protagonista l’abbraccia e l’accarezza con energia.

La scena si conclude con un *soliloquio* (pensiero espresso tra sé e sé, ad alta voce) della Protagonista che dice di sentirsi molto più serena, più speranzosa e fiduciosa. Contenta di sentire la vicinanza dei propri “fratelli”.

Osservazioni sul processo svolto

La scena proposta da Rosa, a seguito dell’inversione con il disegno che la meditazione del testo biblico le aveva suscitato, ha permesso di trasformare un messaggio per se stessa, come ciò che aveva disegnato, in un’esperienza emozionante, liberatoria, concretamente vissuta sulla scena. Qualcosa che molto evidentemente ha potuto “lasciare il segno”!

Ha permesso anche al resto del gruppo di rispecchiare alcune parti personali, arricchendo la loro meditazione attiva a partire dal testo letto.

Il Conduttore non ha dato un’interpretazione di tipo psicanalitico a quanto emerso dalla Protagonista, bensì ha favorito lo *srotolamento*, *l’evoluzione della scena*, a partire dai desideri colti nella Protagonista.

La stessa, di conseguenza, si è trovata non solo ad avere degli *insight* (una maggior consapevolezza, anche emozionale) su di sé ma a poterli sperimentare, seguendo i propri desideri.

Parte terza: Una metodologia espressiva ed esperienziale

1 - Introduzione agli aspetti metodologici

*La Bibbia è anche una storia ed esperienza umana.
E' come una metodologia esperienziale...
I racconti biblici possono divenire ambientazioni, sfondi integrativi,
per favorire esperienze di apprendimento*

Lorenzo Marzona (Conv. C'è ancora posto per la Bibbia)

La trasmissione del messaggio biblico

La trasmissione del messaggio biblico, da sempre, richiede lo sforzo di far *incontrare* un messaggio, trasmessoci fin dall'antichità, collocato in contesti socio – culturali differenti dal nostro, in un tempo ed in uno spazio lontano...dalla quotidiana esperienza di vita di ogni singola persona.

Trasmettere la *Buona novella*, richiede la possibilità di fare conoscere una *relazione speciale*, quella tra Dio, tra Gesù, tra lo Spirito Santo e l'uomo, difficilmente esprimibile e tanto meno sperimentabile con le sole parole.

Il Vangelo ci propone *l'incontro tra noi e la persona di Gesù*, che abbiamo bisogno di poter *sperimentare*, per quanto possibile, attraverso modalità che favoriscano un *incontro autentico ed in profondità*, con il Suo Spirito Santo, eliminando prima, possibilmente, tutto ciò che può ostacolare questo percorso.

La possibilità di conoscere la bibbia attraverso l'esperienza e il confronto attivo

La condivisione spirituale di gruppo, con modalità bibliodrammatiche, espressive ed esperienziali, offre la possibilità di far sperimentare concretamente *incontri relazionali autentici*, sia intrapersonali (nel dialogo con le diverse parti del proprio mondo interno) che interpersonali .

Cristo ha scelto modalità di trasmissione della Parola, che possiamo ritrovare anche, in alcune forme simili, nelle modalità relazionali proposte da questo genere di metodologie. Per esempio l'utilizzo di metafore (come le parabole o le storie) per facilitare la visualizzazione delle esperienze personali.

Nell'evangelico episodio della "Lavanda dei piedi", come in altri brani, Gesù attiva forme d'azione di "*incontro empatico*", di tipo *psicosomatico*, probabilmente contando maggiormente sul *far accadere*, sul far vivere un valore, sul *fare sperimentare*, anche attraverso il corpo, piuttosto che raccontarlo soltanto.

L'evangelista Giovanni, nella sua Prima lettera scrive: "ciò che noi abbiamo contemplato e ciò che le nostre mani hanno toccato, ossia il Verbo della vita (1;1-2), quello che abbiamo veduto e udito, noi lo annunziamo anche a voi.(1;3-4)". Non scrive ciò che io..., ma "ciò che noi..." nell'esperienza di relazione, di *incontro autentico* di un gruppo di persone che hanno conosciuto attraverso il vedere, udire e toccare concretamente.

Mi sembra di poter affermare che gli stessi miracolati sperimentavano un'esperienza di *salvezza corporea* che riconduceva al significato di un'altra reale esperienza: quella di colui che è *redento nell'anima*. Allo stesso modo il lavoro in *semi-realtà* (vedi il dizionario psd.) di un *partecipante, protagonista* di una rappresentazione, aiuta la persona a liberarsi, a crescere emotivamente e nella consapevolezza cognitiva, attraverso un'esperienza concretamente vissuta, nel *qui ed ora*, con il proprio corpo, che gli permette di rivisitare, di reimpostare altre dimensioni specifiche legate alla propria realtà esistenziale.

Ancora, vorrei sottolineare che uno dei principali obiettivi di questa metodologia è quello di far fiorire l'affettività. Questa è parte dell'amore, esperienza relazionale che è centrale nella finalità del messaggio biblico.

Rispetto alla trasmissione della *Parola*, questa modalità formativa, espressiva ed esperienziale, può essere strumento efficace per:

- a) Cogliere in profondità, la *Buona novella* e, in generale il messaggio biblico. In particolare attraverso il *gioco di ruolo*, ovvero attraverso una possibilità di apprendimento basato sulla sperimentazione creativa, sull'utilizzo di tutte le facoltà percettive del nostro corpo, facendo uso dell'*azione*, antitetica al solo raccontare, per cogliere l'interazione tra i diversi soggetti di un brano; permettendo ai partecipanti di agire *ruoli*, sperimentabili nel *qui ed ora*, che permettano di ripensare ai propri *ruoli personali e sociali*.
- b) Comprendere il legame tra la storia narrata nel testo e la propria vita: il testo fa da specchio e dà dignità alla vita di ciascuno, aprendole orizzonti nuovi di speranza e, viceversa, la vita di ciascuno diventa essa stesso strumento per la comprensione del testo.
La possibilità di mettere in scena un brano, coniuga le due dimensioni, testo ed esperienza di vita, potenziandone i singoli aspetti.

In particolare Padre Beppe Bertagna, gesuita che utilizza modalità formative psicodrammatiche, afferma: "Le caratteristiche essenziali del testo biblico, il suo linguaggio, la finalità per cui è nato costituiscono gli elementi essenziali che giustificano e rendono possibile un lavoro sulla Bibbia mediante l'approccio psicodrammatico.

Parola, in ebraico *davar*, indica sia la parola parlata che la parola agita, ossia l'azione. La parola di Dio fa quello che dice, ossia è una parola efficace; tale efficacia non riguarda solo il là ed allora, il momento storico cui si riferiscono gli eventi narrati, ma anche il qui ed ora di tutti coloro che in ogni epoca e latitudine si avvicinano al testo biblico.

Per essi la Bibbia assume un valore esemplare e sacramentale: infatti, essa è stata scritta per chi sarebbe venuto dopo allo scopo di invitarli ad entrare nell'esperienza fondante di quel nucleo originario che ha sperimentato su di sé la salvezza. Prima nasce la comunità poi nasce la Bibbia, ossia prima nasce l'esperienza di un gruppo di uomini e donne che si interroga e sperimenta Dio, poi nasce il testo che racconta questa esperienza in modo che anche altri ne possano attingere.

Per essere compresa appieno, la Bibbia richiede non solo che sia esistito questo gruppo originario ma anche la presenza del gruppo che qui ed ora sperimenta gesti, eventi e parole avvenuti in quel tempo come destinati a sé".

La Bibbia non si limita a raccontare eventi di guarigione e di salvezza avvenuti in quel tempo ma invita colui che legge e coloro che ascoltano a sperimentare l'efficacia di quegli eventi nel loro qui ed ora.

La metodologia incentrata sulle tecniche attive, trasformando la Parola in azione, emozione e movimento, le restituisce la sua funzione originaria; in tal modo, la parola parlata ritorna ad essere parola-evento ed incontro a tu per tu con l'altro.

Mediante le tecniche psicodrammatiche, il testo biblico si trasforma in simbolo il quale, grazie all'azione, raggiunge il mondo intimo della persona fino ad interagire con il territorio dell'inconscio, liberando energie spesso tenute incatenate o inerti e creando così le basi psichiche del cambiamento". (P.B.Bertagna da Applicazione dei principi e tecniche dello psicodramma alla lettura in gruppo della bibbia).

La finalità dell'esperienza

*La Bibbia è una casa con tante porte,
Ci sono tante testimonianze, racconti, musiche, relazioni, la nostra passione nell'incontrarla...,
che possono essere le chiavi per entrarci*

M. Eliana Zanoletti (Conv. C'è ancora posto per la Bibbia)

La finalità di un testo biblico è principalmente quella di aiutarci a comprendere noi stessi, la nostra vera, autentica essenza, attraverso la continua riscoperta di chi (ed in che relazione) è Dio per ognuno di noi.

L'obiettivo dell'esperienza con metodologie espressive bibliodrammatiche, in particolare in relazione alla parola biblica, è aprire dei canali, avvicinando i partecipanti alla possibilità di trovare risposte efficaci, capendo che il testo parla anche ad ognuno di loro.

E' un'esperienza che consente al partecipante, in una prima fase, di essere più consapevole dei propri specifici bisogni e delle risposte che solitamente mette in atto a fronte degli stessi.

Sempre in questa prima fase può dare la possibilità anche di capire come ognuno sente personalmente Gesù, il Gesù della sua esperienza di fede, non quello oggettivo, al fine di cogliere quest'ultimo, con consapevolezza rispetto a tali differenze. In tal modo il gruppo arriva quindi all'esegesi, più libero da tendenze transferali volte a proiettare i propri vissuti sui personaggi. Per esempio può succedere che, all'inizio di un percorso, la rabbia nei confronti del proprio padre porti a resistere a Dio, confondendolo con la esistenza al proprio passato. Come pure Dio può essere assimilato, per proiezione, alla paura della propria madre che ingloba, che chiede tutto! Questo permette quindi di essere più consapevoli rispetto ad una tematica proposta e dei propri bisogni e desideri connessi, con anche la possibilità di distinguere meglio il proprio *mondo interno* dal *Dio biblico*, potendo conoscerlo per quello che realmente è. Il credente che non si confronta con le proprie caratteristiche, la propria storia, i propri bisogni, rischia la dicotomia, la scissione, tra la spinta ad essere, ad agire, secondo le sollecitazioni del proprio mondo interno, spesso inconsce e per questo particolarmente pressanti, e il desiderio di vivere la relazione proposta dal Vangelo.

Tale prima fase motiva maggiormente il gruppo ad addentrarsi, nella fase seguente, nel testo, attraverso un'esegesi meditata e vissuta espressa con forme di drammatizzazione, inedite, basate sull'identificazione, da parte dei partecipanti, nei personaggi o comunque negli elementi del brano biblico considerato.

Un passaggio esperienziale, quello della seconda fase, che facilita la possibilità di entrare con tutto noi stessi, anche con il proprio corpo, nel testo, comprendendo anche i suoi risvolti emozionali. Questo sperimentare ciò che la Parola stimola dentro di noi ci permette anche, nella terza ed ultima fase, di comprendere ed integrare cosa essa fa poi emergere dal nostro *mondo interno*, quando incontra la nostra vita ed i nostri bisogni profondi.

I destinatari dell'esperienza

Il contesto esperienziale, il tipo di partecipanti con i quali può essere possibile effettuare un confronto su brani biblici, con modalità espressive - esperienziali, è, solitamente, quello di un gruppo che desidera riflettere sulla propria vita, alla luce della Parola, con il desiderio di vivere un'esperienza spirituale e formativa.

L'esperienza, effettuata con diversi linguaggi espressivi, utilizzando anche forme di rappresentazione, permette ai partecipanti di sperimentare le risposte della Parola rispetto ai propri bisogni, l'amore di Dio rispetto a sé. Questo costituisce un'importante risorsa, che ognuno potrà cogliere in forma personalizzata e potrà integrare in se stesso.

Tale obiettivo generale, va perseguito in un *contesto di formazione*, facendo molta attenzione rispetto:

- a) Al tipo di gruppo, alla conoscenza e al *tele* (legame relazionale) presente tra i partecipanti;
- b) Al *contratto* (accordo rispetto agli obiettivi e modalità degli incontri) stabilito con il gruppo;
- c) al *tempo* e al numero degli incontri a disposizione;

Come per ogni proposta espressiva - esperienziale, per facilitare la partecipazione di ogni membro del gruppo, viene sempre proposta la possibilità di vivere l'esperienza, seguendo le consegne del conduttore - facilitatore del gruppo (il conduttore dell'esperienza formativa), ma anche la possibilità di poter partecipare con modalità personali alternative.

Infatti è importante prospettare anche modalità alternative per vivere l'esperienza, maggiormente vicine ai propri bisogni particolari. Per esempio dando la possibilità di essere solo osservatore, quando non si sente il desiderio di effettuare una determinata consegna proposta dal conduttore.



2 - Prima fase:

auto-esplorazione del mondo interno personale, rispetto al tema in oggetto

*“La Parola non va usata per dire le nostre cose...,
deve essere libera di risuonare”*

p.Ferrari – Saveriano
(C'è ancora posto per la Bibbia – convegno).

Presentazioni

All'inizio del primo incontro avvengono le presentazioni tra conduttore del gruppo e partecipanti.

In particolare la presentazione ha lo scopo di far percepire che nel gruppo ciascuno ha un proprio *spazio* e, dunque, una sorta di diritto ad esprimersi e ad essere accolto ed ascoltato; questo aiuta a sentirsi fundamentalmente accettati e a stemperare i fantasmi sulla percezione di sé come diverso, *fuori posto* o addirittura inferiore rispetto al gruppo.

Alla presentazione, segue l'esposizione del *setting* e l'introduzione metodologica, che aiuta i partecipanti a ridurre l'ansia, dettata dalla nuova situazione che affronteranno a breve, favorendo così la possibilità di predisporre *all'incontro* con maggiore consapevolezza e disponibilità.

Il contratto

La definizione del contratto tra il conduttore e il gruppo, talvolta avviene (come già detto), antecedentemente al primo incontro. In questo caso, sarà soltanto rimarcato l'obiettivo dell'incontro.

Se invece il contratto non è stato stabilito, è indispensabile che il conduttore lo proponga e lo concordi a partire dalla raccolta delle aspettative del gruppo.

In ogni caso sarà cura del conduttore chiarire ogni elemento del *setting* che possa rassicurare e favorire una partecipazione libera, *spontanea e creativa* da parte dei membri del gruppo.

Incontro tra i partecipanti e riscaldamento

Il riscaldamento “ha lo scopo di attivare ciascun membro del gruppo sia dal punto di vista fisico che psichico (percezione del sé, emozioni); apre i canali della comunicazione interpersonale; offre esperienze legate a *ruoli sociali* inconsueti.” (P.B.Bertagna da Applicazione dei principi e tecniche dello psicodramma alla lettura in gruppo della bibbia). Normalmente si propongono esercizi, si danno consegne attive al gruppo, volte a riscaldare, a rendere più spontanee, le parti psico-somatiche dei partecipanti. Liberando, sciogliendo, attivando il corpo, si attiva contemporaneamente la nostra, collegata, dimensione psichica.

In particolare il riscaldamento permette: l'attivazione *psicosomatica* del gruppo, volta a facilitare l'espressione psico-corporea, la possibilità di favorire un graduale incontro tra i partecipanti, volto a stabilire un *tele* (relazione empatica reciproca, nel gruppo) positivo tra i partecipanti. Attraverso *giochi di ruolo*, possibilmente inerenti a quelli che saranno

incontrati nel testo biblico, si genera una dimensione di maggior *spontaneità-creatività*, nei partecipanti.

Tale attivazione, nell'insieme, consente di *riscaldare* la propensione all'*azione*, alla *rappresentazione*, alla possibilità di sperimentare in situazione di *semi-realtà*. (la rappresentazione di una realtà, realistica, che immagino e metto in scena)

Racconto di un brano legato al tema in oggetto.

“Il testo entra in questo lavoro come una sorta di *membro del gruppo*: anch'esso ha delle storie da raccontare e permette al gruppo di metterle in scena; il testo può dare e ricevere *doppi* (dare voce ai sentimenti e ai pensieri inespressi) e *specchi*, infine è in grado di dare dei messaggi”. (P.B.Bertagna S.I. da Applicazione dei principi e tecniche dello psicodramma alla lettura in gruppo della bibbia).

Il primo contatto col testo può avvenire in vari modi. Per esempio attraverso un racconto, fatto immaginare attraverso una *visualizzazione guidata*, il cui contenuto, sia molto simile al tema essenziale, che sarà successivamente colto in un determinato brano biblico. Questo per permettere ad ogni partecipante di sondare la tematica di fondo, rispetto alla propria vita, ancor prima di incontrare il brano biblico che, rispetto a quella specifica tematica, avrà un chiaro messaggio da offrire.

Il gruppo si distende per terra o chiude gli occhi in posizione rilassata sulle sedie a cerchio. Viene invitato a fare un brevissimo esercizio di rilassamento e di consapevolezza di sé, dopo di che il conduttore o un tutor di gruppo, interviene leggendo, lentamente, il racconto preparato.

Tale esperienza di immaginazione, permette ai partecipanti, di essere maggiormente consapevoli, rispetto a quella parte di sé, del proprio *mondo interno* che quello specifico racconto suscita. Il non fare subito una lettura testuale, permette anche di sottolineare, il chiaro distinguo con ciò che la Parola biblica *oggettivamente* afferma.

La predisposizione e lettura di un racconto, non è la sola scelta operativa possibile in questa fase. Per esempio, come già affermato, il conduttore ha la possibilità di predisporre immagini, abbastanza ambigue e di vario genere, che i partecipanti possono selezionare e scegliere, per esprimere come vivono la tematica oggetto del confronto. Altre volte ancora si può chiedere di fare un disegno simbolico sul tema e, successivamente, si può approfondire il significato dello stesso.

Un esempio di immaginazione guidata

Il conduttore esplicita al gruppo che il racconto che ascolteranno è soltanto *ispirato* a quello di un (determinato e prescelto) brano biblico; vuole essere uno stimolo per addentrarsi nel mondo delle *proprie relazioni*, per conoscersi di più, specie rispetto agli specifici *contenuti relazionali* in oggetto, anche per distinguere meglio le nostre esperienze relazionali da quelle che il Signore ci propone attraverso la Sua Parola.

Occhi chiusi, musica soft, da rilassamento, di sottofondo, ogni membro del gruppo è disteso sul tappeto.

Il conduttore: “Immagina di essere insieme a ..., che sta scendendo verso ...” ecc..

Al termine del racconto, sempre ad occhi chiusi:

“Stimolati da questo racconto, lasciate che emergano, dentro di voi altre immagini, varie scene vissute o, per associazione, immaginate..., forse legate al racconto..., forse di

tutt'altro genere..., forse immagini metaforiche...; lasciate che emergano liberamente... Infine, la vostra attenzione cade su una scena in particolare, prendetevi un po' di tempo per osservarla: che personaggi ci sono...? Come sono vestiti...? Cosa stanno facendo...?

Terminata la visualizzazione, ciascuno, a turno, è invitato a raccontare brevemente la scena, l'immagine interiore, sulla quale si è soffermato.

Gioco di ruolo a partire da una scena scelta dal gruppo.

A questo punto, si può impostare un gioco di ruolo a partire da una scena scelta dal gruppo, tra quelle raccontate. Questo è possibile nel momento in cui avviene una condivisione in gruppo, o a sottogruppi, delle proprie immagini personali, che stimoli reciprocamente i partecipanti e che porti gli stessi a scegliere quell'immagine che maggiormente risuona in loro.

Il role playing, in questo caso, partirà da quella immagine, solo come spunto di partenza. La rappresentazione che ne emergerà sarà infatti arricchita ed interpretata liberamente da ogni partecipante e questo permetterà la trasformazione *dell'immagine personale* in *un'immagine creata dal gruppo*.

In alternativa al far emergere immagini personali, può essere stimolante proporre, dopo aver fatto visualizzare il racconto (a occhi chiusi, immaginazione guidata), di alzarsi e, camminando nella sala, di ricercare la propria *identificazione con un personaggio* della scena o con uno nuovo, inedito, che ad essa vi si associa.

Identificazione nei personaggi

L'identificazione nei personaggi è il processo che permette ad ogni partecipante di identificarsi con il personaggio che provoca una particolare risonanza nel suo mondo interno.

Ecco un esempio concreto per descriverne la modalità. Il conduttore invita: "Camminate nella stanza percependo, visualizzando i personaggi del racconto, vi invito ad ascoltarvi e vi chiedo di cogliere le risonanze che ogni personaggio vi provoca interiormente; in particolare vi invito a soffermarvi su quello che vi ha colpito maggiormente o su un nuovo personaggio, stimolato da quelli incontrati, che vi sovrviene alla mente in questo momento. (Il conduttore può permettere ai partecipanti di interpretare anche personaggi diversi da quelli citati, stimolati, comunque, nel partecipante dal racconto. Per esempio *l'esattore delle tasse*, può stimolare l'idea di interpretare *lo speculatore*, il proprio datore di lavoro o *l'impresario imbroglione*).

Gradualmente vi chiedo di trasformarvi in quel personaggio, camminando, pensando agendo, sentendovi in un contesto, come il suo: chiedetevi chi avete intorno, cosa provate, vestitevi con un drappo del colore che vi suggerisce quel personaggio, fermatevi e assumete la postura di quel personaggio".

E' evidente che in tal modo ognuno, sarà motivato rispetto alla partecipazione e avrà la possibilità di *proiettare* sul proprio personaggio, in interazione con gli altri, alcuni aspetti del proprio mondo interno; potendoli esteriorizzare, *concretizzare* dandone una forma esplicita. Un'opportunità per osservare le proprie diverse *parti*, avendo la possibilità di *integrarle* in se stessi in modo maggiormente consapevole.

Intervista al personaggio

Il conduttore, girando per la stanza, intervista i diversi personaggi permettendo loro di esprimere le emozioni e i contenuti *transferali* insiti negli stessi. L'intervista favorisce anche la creazione del loro *ruolo* scelto e personalizzato liberamente.

Volendo, in questa fase, è possibile chiedere al personaggio, per esempio, di dire cosa ha di simile, o in cosa differisce, rispetto alla persona che lo *interpreta*. Ancora, sempre per esempio, è possibile chiedere di *dare un messaggio* alla stessa persona, usando la *tecnica della sedia vuota*.

E' evidente, che per questioni di tempo, si darà più spazio, si proporranno più strumenti alle persone nelle quali il conduttore percepisce, o almeno presume di percepire, per intuizione, elementi transferali che possono inficiare un efficace e libero, successivo, incontro con la Parola.

Gioco di ruolo a partire dall'identificazione con i personaggi

Il gioco di ruolo viene, in questo caso, introdotto con una consegna che il conduttore fa con parole simili a queste. Esempio: "Ora ci suddividiamo in due sottogruppi e ciascun sottogruppo darà vita ad una breve rappresentazione, soltanto ispirata da questa storia; vi invito ad improvvisare liberamente, accordandovi soltanto sul contesto e sulla situazione di partenza. Non è necessario che vi accordiate su come evolva la scena fino al suo termine. Piuttosto sforzatevi di entrare nei sentimenti e nel modo di essere e di ragionare del vostro personaggio, così come lo avete sentito. Rappresentatelo liberamente!". Dovrete intendervi sulla disposizione spaziale della scena: stabilite che cosa c'è in essa (strade, case, oggetti, ecc.) e dove sono collocate queste varie parti"

Questo tipo di consegna, di fatto, stimola la possibilità ad agire, identificandosi soggettivamente con un personaggio, dando voce al proprio *mondo interno*, rispetto a specifici ruoli.

Richiedendo una discreta capacità d'improvvisazione, questa esercitazione, è proponibile ad un gruppo sufficientemente spontaneo e creativo, nonché ben riscaldato.

Con gruppi alla prima esperienza, è lo stesso conduttore che dà una traccia sociometrica: pone nello spazio della sala oggetti simbolici, ad una specifica distanza tra loro, che rappresentino ed evidenzino la "mappa", lo "scheletro" della scena di partenza.

La preparazione della scena

A questo punto, il gruppo, ha alcuni minuti di tempo per dirsi quali saranno i personaggi in interazione e per abbozzare la scena, in particolare definendo il contesto e la situazione di partenza, collocando i personaggi sul palco scenico e utilizzando anche i materiali disponibili, quali stoffe, cuscini, coperte, ecc.

Se il gruppo è numeroso ci si suddivide in due o più sottogruppi e ciascun sottogruppo prepara una rappresentazione spontanea.

La scena che sarà proposta prenderà, soltanto spunto dal racconto e farà emergere, indirettamente, alcuni aspetti delle esperienze di vita, i vissuti e le emozioni dei diversi partecipanti, rispetto a quei determinati ruoli. Sarà evidenziata anche la loro *matrice socio culturale* e quella *valoriale*. Ovvero aspetti della cultura, dei valori, del modo di relazionarsi in specifiche situazioni, di quei partecipanti.

Posizionamento sulla scena ed intervista

Ogni membro del gruppo, posizionato sulla scena, assume pienamente i sentimenti e la postura fisica, il ruolo del proprio personaggio. Il conduttore dà inizio ad una veloce intervista di ogni personaggio, per facilitare l'immedesimazione nella parte..

Esempio: "Chi sei?", "Come sei vestito?", "Dove siamo qui?", "Che cosa stai provando in questo momento? Che aria tira?" Due aggettivi che ti caratterizzano.

Nel caso vi sia poco tempo, ci si può limitare a chiedere a ciascuno di esplicitare due o tre aggettivi che lo qualificano. Ad es.: "Sono una persona riflessiva ed introversa...".

Azione scenica

A questo punto il conduttore dà il via all'azione con parole tipo: "Al mio via potrete interagire tra voi in modo spontaneo con gesti e parole; vi chiedo solo di non sovrapporre discorsi nel caso dovessero sorgere contemporaneamente tra più *attori*. Via!".

Il conduttore non interrompe il gioco di ruolo e lascia che siano gli *attori* a giungere alla conclusione. Terminata l'azione può ritenere utile farla ripetere, dando degli *stop* e proponendo tecniche di amplificazione (si vedano alcuni esempi nel capitolo delle esperienze registrate) per lavorare su alcuni aspetti della relazione rappresentata.

Questo lavoro sulla drammatizzazione, può essere motivato dal fatto che il *role playing* è *povero*, stereotipato, poco espressivo, poco comprensibile o caratterizzato da interessanti cambi di vissuto emozionale da evidenziare. Può essere proposto anche per far emergere maggiormente la tematica in oggetto, e ancora per permettere ad alcuni partecipanti di poter essere più consapevoli degli *elementi transferali* che caratterizzano le relazioni che hanno messo in atto nella scena.

Una precisazione. Quando parlo di attori, non intendo che si è chiamati a "recitare", bensì ogni partecipante cerca di esprimere, con creatività e spontaneità, ciò che sente nei panni di quel personaggio, sulla base delle esperienze personali. Questo vuol anche dire che non serve essere portati al teatro per fare questa esperienza; può farla chiunque.

Approfondimento delle relazioni

Terminata l'azione, il conduttore invita gli attori a restare sulla scena mantenendo possibilmente la postura fisica del "fotogramma" finale (chi sta in terra resta a terra, chi ha le mani verso l'alto continua a tenerle così, ecc.). Poi, passa da ciascun partecipante e lo intervista chiedendogli, ad esempio,: "Cosa provi in questo momento? Una sola parola...: fai un *soliloquio*" ; quindi, invita ciascun personaggio a rivolgere un messaggio ad un altro attore presente nella scena: "C'è qualcosa che vorreste dire a qualche altro personaggio presente in scena?". Concluso lo scambio dei messaggi, il conduttore invita ora l'uditorio a mandare dei *messaggi a specchio* ai singoli partecipanti.

Si può dare la possibilità ai partecipanti di fare il *doppio* interpretando il vissuto di determinati personaggi.

E' importante evitare che i partecipanti del gruppo facciano domande agli *attori* (coloro che interpretano la scena) onde evitare possibili giudizi o anche confondere il pensiero dell'attore, che sta interpretando un personaggio.

Ancora, può essere chiesto all'uditorio di pronunciare un *titolo* da dare alla scena o di esprimere metafore simboliche che scaturiscano dall'osservazione della rappresentazione.

Si possono invitare i partecipanti a nominare, o ad avvicinarsi, al personaggio al quale maggiormente *si identificano* oppure chiedere ai due personaggi che sono stati tra loro più in conflitto di fare *inversione reciproca*, per provare a *mettersi nei panni dell'altro*.

Ogni *attore* può vedersi da fuori attraverso la *tecnica a specchio*, (osservazione e riflessione da fuori campo) mediante l'entrata in scena di un *alterego*. (partecipante che sostituisce la parte, il personaggio, di un altro). Tale strumento si utilizzerà soltanto per rendere più consapevoli le persone nelle quali si percepiscono, intuiscono, elementi transferali che possono inficiare le loro relazioni più autentiche. Naturalmente, sempre nei limiti del contratto formativo stabilito con il gruppo e del tempo a disposizione.

Il conduttore avrebbe anche la possibilità di cambiare a ciascuno il ruolo e, poi, può far ripetere l'azione. Ancora potrebbe far ripetere l'azione invitando un personaggio, che mostra una sorta di blocco o che si dimostra insoddisfatto, ad agire diversamente, seppur realisticamente, nel corso di una riproposizione della scena. Al termine dell'azione il conduttore ha anche la possibilità di chiedere al gruppo di dare vita a dei finali alternativi.

Perseguendo lo scopo di riflettere attivamente sul rapporto tra se stessi ed il tema in oggetto, in alternativa ai lavori sul racconto, appositamente preparato, si è detto che è possibile proporre altri strumenti che consentono di associare le esperienze personali al tema in analisi, utilizzando linguaggi espressivi di altro genere.

Naturalmente, è il caso di scegliere di proporre tecniche che il conduttore *sente* possano essere appropriate alla situazione.

Condivisione di gruppo

A conclusione dei precedenti passaggi, ogni partecipante, seduto in cerchio con gli altri, percependo le risonanze interne che l'esperienza gli ha suscitato, condivide con gli altri un proprio vissuto. In particolare racconta al gruppo cosa lo ha colpito di più e quali aspetti della sua vita reale sono stati richiamati alla luce dall'attività svolta.

La Condivisione di gruppo (denominata partecipazione nella cultura psicodrammatica) "assume una funzione integrativa sia perché aiuta a comprendere e a legare alla propria esperienza personale quanto è accaduto nello spazio scenico, nell'esperienza di gruppo, sia perché fa prendere coscienza di un sentire comune su tanti punti che prima si riteneva che riguardassero solo la propria esperienza". (P.B.Bertagna S.I. da Applicazione dei principi e tecniche dello psicodramma alla lettura in gruppo della bibbia).

3 - Seconda fase: confronto espressivo - esperienziale sul testo biblico

*“La Parola di Dio è una specie di fotografia di famiglia,
Anzi ci fa una vera e propria radiografia
Quando ci poniamo al suo ascolto
ed entriamo nel suo ambito d'azione”.*

Justino Martinez – La Parola che è in te.

Significato di questa fase

Questa fase nell'esperienza di gruppo, ha lo scopo di riportare all'attenzione dello stesso il brano biblico, scelto dal conduttore.

In questa fase si pongono le condizioni per cogliere in profondità i significati del testo. In particolare attraverso il *gioco di ruolo*, ovvero attraverso una possibilità di apprendimento basato sulla sperimentazione attiva, sull'utilizzo di tutte le facoltà percettive del nostro corpo, facendo uso dell'*azione*, antitetica al solo raccontare, che aiuta a cogliere l'interazione tra i diversi soggetti ed elementi del brano in oggetto e le emozioni ad essi connesse. Tale modalità, in particolare, oltre a contribuire significativamente alla conoscenza della Parola, permette ai partecipanti di ripensare ad aspetti della propria esistenza, specialmente attraverso un processo di rispecchiamento ed identificazione con elementi del testo.

La sequenza orientativa nei vari passaggi proponibili

*“I diversi metodi esistenti,
di lettura della Parola,
offrono una grande ricchezza...”*

Mauro Castagnaro, redattore di Missione Oggi

Introduzione

Il conduttore aiuta a cogliere la connessione tra il lavoro svolto dal gruppo precedentemente e quello che sarà effettuato attraverso l'analisi testuale dello stesso tema, raccontato nel testo biblico.

Questa seconda fase, potrebbe aprirsi anche con un momento di invocazione allo Spirito Santo, chiedendogli di accompagnare il gruppo nell'esperienza.

Letture del testo biblico

Alcune tipologie di lettura proponibili del testo biblico scelto:

La lettura pubblica: un partecipante fa una lettura davanti agli altri. Varianti: il conduttore può mettere un sottofondo di musica che accompagna la lettura,

inoltre, dove il testo lo permette può invitare ad una lettura dialogata (in questo caso si perde l'aspetto interpretativo proprio di una lettura personale ma si raggiunge un maggior coinvolgimento emotivo).

Una *lettura personale*: in essa si sottolineano le parole chiave e le espressioni che colpiscono maggiormente e, se ci si prepara ad una lettura pubblica, anche le pause e le variazioni di tono.

Breve rilettura-meditazione personale e brainstorming

*A camminare si impara camminando,
a nuotare nuotando,
a leggere la Bibbia? Leggendola semplicemente!
...ma esistono tante interpretazioni quanti sono i lettori!*

Xavi, durante un corso estivo

Dopo qualche minuto di silenzio, nei quali i membri del gruppo rileggono il testo, gli stessi sottolineano, ad alta voce, le parole o frasi, che in loro risuonano maggiormente. In alternativa possono venire invitati dal conduttore a scrivere su un cartellone ciò che più li ha toccati (con parole chiave).

Specialmente per i testi con vari personaggi e simboli, può essere utile poterli elencare su un cartellone, chiedendo al gruppo di individuare le caratteristiche e le emozioni associabili ad ognuno di essi.

Nel complesso, il confronto di gruppo può avvenire sia verbalmente che per iscritto, mediante una modalità creativa che va dalla semplice scelta del colore dei pennarelli, utilizzati per scrivere le parole, al disegno di simboli o ad altro che aiuti la persona ad esprimere meglio quanto sente.

Il brainstorming, in particolare, aiuta il gruppo a focalizzare gli aspetti più significativi del racconto, nonché quelli maggiormente condivisi e in tal senso facilita anche la focalizzazione della rappresentazione successiva.

Esegesi

Un formatore, possibilmente esperto in esegesi biblica (potrebbe anche essere lo stesso conduttore dell'esperienza), può comunicare al gruppo le dinamiche letterarie e semantiche del testo, i punti di svolta della narrazione, il messaggio che ne deriva alla luce del confronto con altri testi biblici.

E' il momento nel quale viene esplicitato, commentato e sottolineato il significato del messaggio biblico letto e la relazione proposta da Dio nello stesso. Questo permette di conoscerlo, per quanto è possibile, per quello che realmente è.

Riscaldamento dei ruoli

I ruoli, che in forma metaforica vengono fatti interpretare al gruppo, prima di lavorare su quelli contenuti nel brano biblico preso in considerazione, sono ad esso propedeutici, cioè scelti per permettere un graduale avvicinamento dei partecipanti alla specifica rappresentazione del testo biblico. Ad esempio, per riscaldare il gruppo alla

possibilità di lavorare sul testo di Gesù che chiama i suoi discepoli...il conduttore potrebbe chiedere: ...“Ora siete dei pescatori che tirano le reti sulla barca...”.

Drammatizzazione inedita del testo

La finalità della drammatizzazione del testo è quella di poter sperimentare le relazioni, le emozioni e i significati che il testo desidera trasmettere, anche attraverso il corpo e le sue sensazioni. Per poter cogliere il testo nei panni dei personaggi che ne fanno parte, facendo *inversione di ruolo* (provando a mettersi nei loro panni) o per vedere la scena da fuori, cogliendone, come in uno *specchio*, i molteplici riflessi, è opportuno proporre, la drammatizzazione del testo, in forma inedita.

Di seguito sono esposte due modalità possibili, con le relative fasi operative, per mettere in scena un brano biblico attraverso un role playing.

L'obiettivo è quello di riuscire a “far entrare” i membri di ogni gruppo nel brano appena letto, attraverso una drammatizzazione inedita, che permetta di salvaguardare l'originalità del *messaggio biblico*, potendolo cogliere per ciò che vuole dirci; ma che, nello stesso tempo, consenta ai partecipanti di rappresentare il testo, anche con il loro modo di sentire, portando il loro bisogno di risposte e la loro stessa esperienza e percezione della vita. Si tratta quindi di dar vita ad un'inedita drammatizzazione del testo, nella quale i membri del gruppo in scena, “metteranno del loro” proiettando e in parte consapevolmente utilizzando la loro esperienza, calata nel ruolo del personaggio interpretato.

In sintesi il loro compito, non è quello di ripetere le precise parole del testo. Ma è quello di cercare di interpretare un personaggio o un elemento della scena, con attenzione ad essere sostanzialmente fedeli al messaggio e al significato del testo, potendo anche integrarlo con la propria esperienza. E' bene, per garantire la trasmissione della Parola nella sua essenza e verità, che chi interpreta il personaggio di Gesù (o di Dio), se serve, ripeta solo testualmente ciò che Egli ha detto e compiuto in quel brano.

Ogni persona utilizza il materiale scenico a disposizione, per caratterizzare il proprio personaggio. Quindi, una volta partita *l'azione scenica*, tenendo presente l'interazione con gli altri personaggi ed elementi presenti, esprime *pensieri in soliloquio* o rivolti agli altri; compie gesti, riceve *messaggi e specchi* dall'*uditorio*. Questo consente di dare vita alla *rappresentazione*, potendo approfondire tutti i risvolti, anche emozionali, del brano e cogliendo come ogni personaggio vive e si relaziona in quella specifica situazione.

Naturalmente questo sperimentare, vedere, ascoltare, agire, provare emozioni, apre o approfondisce la possibilità di far incontrare la Parola con la propria vita.

Una modalità diversa, che consente facilmente di realizzare, concretizzare, quanto detto è quella di porre al centro del gruppo, seduto in cerchio, la *struttura sociometrica* essenziale della scena. In tal modo il conduttore chiarisce qual è il contesto relazionale del brano e mentre elenca i personaggi che compongono la scena, introduce la visualizzazione degli stessi, in maniera simbolica – schematica, collocando alcuni oggetti nello spazio scenico, in modo che l'*uditorio* (i partecipanti che osservano, guardando verso il palcoscenico) li possano vedere. In pratica, utilizzando fodere di molti colori (di circa due metri quadri ciascuno) il conduttore pone sul palcoscenico la posizione di partenza dei vari personaggi; scegliendo per essi il colore emozionale che meglio li caratterizza e ponendoli ad una determinata distanza, l'un dall'altro, in modo da richiamare il cuore del messaggio del brano scelto.

Successivamente, coloro che lo desiderano, entrano in scena, indossano uno dei drappi colorati raccogliendolo da terra e si pongono nei panni di un determinato personaggio. Il conduttore li aiuta a caratterizzare ogni ruolo chiedendo, con un'intervista veloce, di

esprimere aggettivi ed emozioni legati al proprio personaggio.

L'invito di fondo è quello a rimanere il più possibile fedeli alle caratteristiche principali di ogni personaggio, pur liberando la propria creatività interpretativa. Ne consegue, per esempio, che il personaggio esattore delle tasse, potrebbe anche diventare uno speculatore di borsa o un proprietario di un condominio dei giorni nostri.

Questa modalità può essere utile nella maggioranza delle situazioni. Essa è facilitante anche quando il gruppo è poco autonomo e ha scarsa o nessuna dimestichezza con la metodologia proposta. In situazioni diverse, si può dar maggior libertà e spazio creativo ai membri del gruppo o dei sottogruppi, chiedendo di accordarsi tra loro su come mettere in scena il testo, per rappresentarlo in forma inedita.

Azione scenica

L'azione e la sperimentazione dei *ruoli* espressi nel brano biblico, si realizza, come già detto, partendo dalla *riproposizione inedita*, del messaggio centrale del testo e di ogni suo personaggio, consentendo la possibilità di sperimentarlo e di renderlo visibile. Solitamente viene chiesto di esprimere un messaggio e, o di compiere un'azione possibilmente in forma abbastanza sintetica.

Durante l'azione, il conduttore, potrà anche dare degli *stop all'azione scenica*, per far emergere, attraverso *brevi interviste*, le emozioni o i pensieri dei vari personaggi.

Approfondimento scenico

Terminata *l'azione*, si può chiedere ad ogni personaggio (con un'intervista o attraverso l'espressione di un *soliloquio*) di esprimere cosa ogni *attore*, *in inversione* con il personaggio interpretato, ha provato.

Nello srotolamento della scena, o al termine della stessa, è possibile proporre ed effettuare *doppi e specchi* per cogliere tutte le emozioni o i pensieri inespressi dei personaggi, potendo meglio esprimere i significati insiti nel testo.

E' interessante notare come talvolta, i partecipanti, affermino di aver potuto comprendere un determinato significato proprio perché erano collocati dentro nella scena, nei panni di quel personaggio! Altre volte invece, affermano di aver potuto cogliere la profondità del messaggio guardando la scena da una prospettiva esterna, al di *fuori del suo schema*.

Se si doppia il personaggio di Gesù o di Dio (cosa non consigliabile, poiché si rischia l'interpretazione soggettiva e lo snaturamento della sua figura, portatrice della Verità) ritengo sia bene che il conduttore sottolinei, che ciò che si sta facendo è legato all' "interpretazione soggettiva"! Personalmente mi limito a chiedere agli spettatori, come vedono Gesù, in quella situazione, da una posizione di osservatori, "fuori campo".

Infine, può esser richiesto agli spettatori di dire qualcosa o di *avvicinarsi, entrando in scena, ai personaggi* con il quali maggiormente si identificano.

E' importante che il conduttore, attraverso *l'approfondimento scenico*, faccia emergere il più possibile i significati profondi del testo, permettendone l'ascolto, la sperimentazione e la possibilità di sostare nel brano.

Partecipazione

La condivisione di gruppo consiste nell'ultimo passaggio compiuto da tutto il gruppo ed ha lo scopo di facilitare un ulteriore *processo di integrazione* nei singoli partecipanti.

Questo momento, può essere proposto nella modalità di un rituale spirituale, in quanto il rito anticipa e rende possibile nel presente dell'esperienza interiore la trasformazione che potrà avvenire nel futuro. E' il momento nel quale ogni partecipante esprime pensieri personali stimolati dalla rappresentazione scenica.

La relazione *intersoggettiva* (ognuno parla per sé e per la propria esperienza e non dice nulla, non dibatte, rispetto all'esperienza degli altri) espressamente ed obbligatoriamente richiesta dal conduttore, evita la possibilità di esprimere giudizi tra i membri del gruppo; aspetto fondamentale dell'esperienza!

Tendenzialmente la condivisione di gruppo, detta anche *partecipazione*, sarà proposta in forma *spirituale*, visto che è stimolata dal testo letterale biblico. Per esempio, potrà avvenire con i partecipanti seduti a cerchio, con un'Icona di Cristo o con una candela al centro e chi parla si rivolgerà, insieme, al Signore ed al gruppo.

E' il momento nel quale ognuno esprime, in preghiera al Signore, ciò che la Parola gli suggerisce rispetto alla sua vita.

Se il gruppo è costituito da credenti, si può concludere il percorso con un Padre nostro o con un'altra preghiera o con un canto, magari dandosi la mano in cerchio.

Confronto con una "ben precisa Parola"

Nel momento del confronto attivo con il testo biblico, è importante precisare che chi desidera trasmettere i contenuti e l'esperienza insita nel brano preso in considerazione, lo deve fare in relazione ad una ben precisa Parola, quella di Dio, cioè non si tratta di un confronto tra sole esperienze umane. D'altro canto la parola della Bibbia, diventa significativa nel momento in cui si incontra con *l'esperienza soggettiva di ogni persona*.

Nel confrontarsi con il testo biblico, come quando si è stimolati da qualsiasi metafora, si sperimenta una sorta di coinvolgimento emotivo e si possono operare dei *transfert*. Ad esempio un partecipante può proiettare inconsciamente la percezione di un proprio familiare su uno dei personaggi. E' importante però che l'insieme del lavoro porti a cogliere il testo per ciò che è, consentendo il raggiungimento della consapevolezza delle differenze tra ciò che è l'esperienza personale e ciò che è affermato nel messaggio biblico. E' doveroso, di conseguenza, che chi conduce un'esperienza di confronto espressivo esperienziale con la Parola di Dio, impedisca qualsiasi forma di manipolazione del testo sacro.

Sperimentando il testo biblico con modalità espressive – esperienziali, sorge quindi l'esigenza, da un lato, di mantenere la *Fedeltà al testo biblico* e dall'altro di salvaguardare le potenzialità della metodologia, per favorire l'incontro con le *parti interne*, la soggettività di ognuno. Permettendo così ai partecipanti di divenire più consapevoli di sé, dei propri bisogni e delle proprie dinamiche personali proprio a fronte dell'incontro con la Parola biblica, che è un elemento sacro, non soggettivo e quindi da salvaguardare.

4 - Terza fase: Incontro tra la Parola e i propri bisogni

“Noi leggiamo la bibbia e al tempo stesso la bibbia ci legge. Non ci offre solamente “fotografie” della nostra realtà, ma ci fornisce anche una “radiografia” della nostra rotta. Essa è per noi criterio di discernimento: ci mostra la direzione da seguire, il modo di vivere e di sperare. Denuncia le paure e le ingiustizie e annuncia Buone Notizie per i poveri e per i piccoli. E’ la lampada per i nostri passi (salmo 119,105). La Bibbia tuttavia, deve essere legata alla Vita. La Bibbia sola, isolata dalla Vita e dai problemi del mondo, non dà risultati. La comunità si bilancia proprio in questa duplice tensione: Vita Bibbia”.

(Justino Martinez – La Parola che è in te. Leggere la Bibbia a partire dalla vita)

La fase conclusiva, è quella che dà la possibilità di amplificare la partecipazione precedente, permettendo l’attualizzazione del messaggio biblico, cogliendo ciò che dice, e suscita nella singola persona rispetto alla sua esistenza. Un processo per nulla scontato se consideriamo che, come ha rilevato in Italia il sociologo Enzo Pace, autore di “Raccontare Dio”, “E’ stata scientificamente rilevata in Italia, come elevatissima, la sconnessione tra la propria fede e gli ambiti della propria vita”.

Riscaldamento e incontro

Se questa fase non viene attivata immediatamente a seguito della precedente, sarà necessario proporre un momento di incontro, di riscaldamento della dimensione *psicosomatica* dei partecipanti, nonché della loro propensione ad agire con sufficiente *spontaneità e creatività*, attraverso proposte di attivazione corporea di gruppo. Per esempio, camminando e favorendo il contatto fisico i partecipanti oppure svolgendo qualche veloce gioco di ruolo, ecc.

Rilettura del brano biblico

Sempre se questa fase non viene attivata immediatamente di seguito alla precedente, sarà necessaria la rilettura del testo biblico, preferibilmente attraverso un’*immaginazione guidata* ad occhi chiusi, per permettere, in un clima raccolto, di immergersi ed immedesimarsi negli elementi del testo e cogliere e recuperare ciò che esso dice, fa immaginare, ad ogni singolo partecipante, rispetto a sé e alla propria vita.

Concretizzazione di ciò che è stato suscitato interiormente.

L’immaginazione guidata, spesso preceduta da un breve rilassamento con musica “soft”, a partire da una rilettura del testo (almeno delle frasi centrali) permette di far incontrare la Parola con la sfera intima di sé, con le esperienze relazionali quotidiane e con i desideri e bisogni di ciascuno. Da questo incontro emergono emozioni, immagini, pensieri relativi al rapporto tra sé, il proprio quotidiano e il messaggio biblico in oggetto. Per favorire la possibilità di fermare tali immagini, per poterle focalizzare, interiorizzare e condividere con il gruppo, segue, la *concretizzazione* di quanto colto, con l’espressione delle immagini di ogni partecipante, attraverso una forma di rappresentazione. Ritengo sia particolarmente valida e semplice da proporre, la possibilità di rappresentare il cuore dell’immagine interiore colta, attraverso la produzione di un semplice *disegno o macchia di colori*.

Inversione con la rappresentazione grafica.

Successivamente, il conduttore dà la consegna ad ogni membro del gruppo, di dare un titolo alla propria *rappresentazione grafica*. Può anche chiedere ai partecipanti, di *diventare*, al suo "via" (per segnare l'ingresso dalla *realtà alla semirealtà*), una parte o l'intero disegno, attraverso la tecnica *dell'inversione di ruolo*.

Per rendere più efficace l'*azione*, sia rispetto all'immedesimazione del *protagonista*, sia da un punto di vista *registico*, per una valida *teatralizzazione*, è consigliabile l'uso di teli colorati o di altri elementi scenici, che il *protagonista* può scegliere di utilizzare per caratterizzare la parte con la quale si è posto in *inversione*.

Il *protagonista* (la persona che sta esprimendo il suo vissuto nel gruppo, in un dato momento) in *inversione* con un elemento del disegno, viene *intervistato* dal conduttore, potendo così esprimere la propria identità e l'emozione principale che lo accompagna.

Per approfondire la *concretizzazione*, il conduttore può scegliere di offrire al *protagonista* la possibilità di inviare dei messaggi all'*uditorio* (il resto del gruppo), oppure può interloquire con le altre parti del disegno, i *contro ruoli*.

Questo genere di "piccola rappresentazione scenica", sarà più o meno *amplificata* ed approfondita secondo la valutazione del conduttore, sulla base dei tempi, degli obiettivi concordati e delle caratteristiche del gruppo e del *protagonista*. Essendo quest'ultimo strumento, molto delicato, in quanto mette in gioco dimensioni spesso molto personali, è vivamente consigliato che sia utilizzato in modo approfondito, solo se il conduttore ne ha un'esperienza consolidata, proprio per poterlo gestire nei limiti, difficilmente identificabili, del *contratto formativo* e non *terapeutico*, stabilito con il gruppo.

Per evitare errori, sarebbe opportuno iniziare chiedendo ai vari *protagonisti*, in *inversione* con un elemento della rappresentazione grafica, di dare un semplice *messaggio al gruppo* o di fare un *soliloquio*.

Alternativa per soli psicodrammatisti: drammatizzazione delle immagini

L'emersione di immagini personali, attraverso la fantasia guidata che, come detto, permette l'incontro tra la Parola e l'esperienza personale (o la rappresentazione grafica), può costituire la base per una *drammatizzazione scenica psicodrammatica*. Il limite di questa esperienza è quello della necessaria conduzione da parte di un formatore psicodrammatista.

Il conduttore psicodrammatista, in questo caso dà la consegna ai partecipanti di trovare un proprio spazio d'individuazione, dove ognuno, ad occhi chiusi, magari cullato da una musica "soft", lasci che la Parola meditata, susciti e suggerisca *immagini* personali. Può quindi chiedere di cogliere l'immagine che ha maggior risonanza in ciascun partecipante, con le emozioni che la accompagnano.

A questo primo momento fa seguito la condivisione, in gruppo o in sottogruppo e l'eventuale scelta *dell'immagine*, e del relativo *protagonista*, che provoca maggiori risonanze tra i diversi membri del gruppo. La stessa *immagine*, lo stesso racconto portato dal *protagonista* scelto, possono essere poi rappresentati attraverso la messa in scena di una *drammatizzazione*. L'*amplificazione* e l'*approfondimento* psicodrammatico della scena saranno facilitati dal conduttore.

Condivisione

A conclusione dei precedenti passaggi, ogni partecipante, seduto in cerchio con gli altri, attraverso una *relazione intersoggettiva*, percependo le risonanze che l'esperienza appena effettuata gli ha suscitato, condivide un proprio vissuto e in particolar modo: cosa lo ha colpito di più e quali aspetti della propria vita e della propria relazione con Dio sono stati richiamati e sono emersi. Specialmente potrà esprimere in cosa si è rispecchiato, attraverso l'attività appena svolta.



Parte quarta: ulteriori strumenti espressivi - esperienziali

1 - La maschera come strumento attivo esperienziale

Dedicato alla maschera della spontaneità e creatività di Nina, un'amica che sta dedicando tutta la sua passione alle esperienze con le maschere.



“Non si può concepire l'uomo se non con la maschera, ogni azione umana la implica. La maschera ha la duttilità di rivelare e occultare ciò per cui l'uomo si interroga: la sua storia personale, culturale e sociale”.

Mario Buchbinder

Un unico volto con più maschere

La maschera, nella tradizione del teatro greco, ha il significato di persona. Ogni persona ha un solo volto, i cui tratti cambiano lentamente nel tempo, ma rimangono sufficientemente radicati in una stessa identità originaria, costante nel tempo.

D'altra parte, nella nostra quotidianità, indossiamo più maschere. Tutte le nostre maschere sono vere, sono parti di noi stessi e anche le più rifiutate, quella della nostra falsità sono vere! Siamo sempre noi stessi. Erroneamente si dice: "non sei te stesso, non sei autentico, hai una maschera"; o ancora si dice che sarebbe bene togliere le maschere essere quello che si è veramente.

Forse è più corretto dire che, "sul palcoscenico" della nostra vita, indossiamo tante maschere, consapevolmente o meno. Talune rispondono più adeguatamente alle esigenze del nostro vivere, all'intimo desiderio di vivere le priorità dei nostri valori, delle nostre relazioni più belle. Altre le utilizziamo soprattutto come riparo, per velare, un poco, i nostri sentimenti più intimi, fragili, vulnerabili, quando siamo di fronte, per esempio, a chi non li rispetterebbe. Ma anche queste maschere mettono in luce qualcosa di vero, di noi stessi.

Altre ancora esprimono le nostre paure, i nostri limiti nel non saper sempre mettere in gioco le nostre parti più positive, quelle che fanno stare meglio noi e gli altri.

Definire le maschere e le loro diversità, vuole dire tentare di definire qualcosa di grande quanto lo è la complessità umana.

La ricerca sulle maschere è ancora lungi dall'essere terminata. Le maschere stesse conducono al dubbio e all'inaspettato. Sono di per sé generatrici più di questioni, che di risposte!

La maschera nel rapporto con chi le indossa

"La maschera ci protegge e ci permette di accedere alla nostra interiorità: chi c'è dietro alla maschera? La maschera esalta la dialettica tra ciò che è occulto e ciò che si svela, tra ciò che è nascosto e ciò che è mostrato attraverso un processo di mascheramento e di smascheramento".

Le maschere ci accompagnano dalle radici della nostra cultura, sono testimoni della storia dell'umanità, ci hanno accompagnato nei rituali, nei passaggi: da adolescente ad uomo, da uomo a guerriero, dalla fluidità della vita alla rigidità che la morte porta nel volto, ci hanno accompagnato nella caccia, nel passaggio delle stagioni, nel mistero del rapporto con il mondo animale. Oggi ci accompagnano nella fitta rete di relazioni interpersonali in cui ci immergiamo ogni giorno. Ogni giorno indossiamo maschere: personaggi, ruoli che srotolandosi¹ prendono la forma di maschere che assumiamo come espressioni, emozioni, simboli, tratti, rughe che si condensano nel nostro viso, nel nostro essere persona² e segnano il nostro essere in relazione con gli scenari cangianti della nostra vita.

(Tratto da Metodi)

Le maschere hanno, in particolare, tra le varie funzioni che le caratterizzano, quella di "smascheramento ristrutturante", quella di "metabolizzazione dell'immagine", cioè quella di dare forma, rendere presente, concretizzabile, l'immagine predominante di un soggetto o l'immagine emergente di un gruppo e, di facilitare una connessione dinamica e

¹ La parola "ruolo" deriva dal latino "rotula" che indicava il copione di solito consegnato arrotolato a ciascun attore dell'antica commedia plautina.

² Il termine latino "persona" deriva dal greco "pròsopon" termine che designa la maschera che copre il volto dell'attore nella rappresentazione di una tragedia.

trasformativa con altre immagini.

“Una maschera non è principalmente ciò che rappresenta, bensì ciò che trasforma, vale a dire ciò che essa sceglie di non rappresentare. Come un mito, una maschera tanto nega quanto afferma, non è fatta solo di quanto dice o crede di dire, ma anche di ciò che esclude” .

La maschera facilita la possibilità di ascoltarsi in profondo e quella di liberare l'espressione di parte di ciò che si vive dentro. E' una porta che va verso l'interno, pur rimanendo in superficie. Se c'è un buon clima di relazione di gruppo, permette una condivisione profonda tra i suoi membri.

La metabolizzazione delle maschere stereotipate ci offre la possibilità di giocare a giochi diversi da quelli abituali, di cambiare gioco, maschere, prospettiva.

Alcune altre caratteristiche e funzioni della maschera

- Secondo Buchbinder ciò che caratterizza l'utilizzo della maschera è la possibilità di creare uno spazio di destrutturazione che permetta ai contenuti ed ai ruoli del soggetto di ricombinarsi/ristrutturarsi in una nuova forma.
- La maschera ci impone il suo ruolo, che diventa un mezzo per scoprire aspetti inespressi o ignorati di sé.
- Assolve al compito di “spugna” che assorbe e attutisce le relazioni transferali;
- Diventa un oggetto transizionale tra conduttore e gruppo, capace di creare un'area intermedia tra realtà esterna e rappresentazioni interne del reale;
- Facilita lo scambio e allo stesso tempo crea una distanza e protegge;
- Favorisce la produzione simbolica e fantastica spostando immediatamente l'attività da un piano di realtà a un piano di semirealtà

Le fasi principali dell'esperienza con la maschera di gruppo

Premesso che si tratta di passaggi che, seppur utili e consequenziali, sono possibili e, in quanto tali, non tutti indispensabili, elenco schematicamente, alcune possibilità secondo una sequenza che ha la sua logica:

- Presentazione dello strumento

E' *assolutamente indispensabile* chiarire, in premessa, in apertura dell'incontro, il concetto di maschera, esposto precedentemente; viceversa è facile che alcuni membri del gruppo travisino le consegne, condizionati dai propri stereotipi sulla maschera.

- Riscaldamento all'uso della maschera.

Se negli incontri avviene prima un riscaldamento psico-motorio dei partecipanti, attraverso un attivazione corporea del gruppo, ad esempio con camminate espressive, giochi di ruolo, ecc., ogni soggetto si sentirà più spontaneo e creativo, nell'autopercezione e nella sperimentazione di questo strumento.

Esempio di un rilassamento preliminare:

- Rilassamento, anche in piedi, visualizzando una piccola luce, dai piedi in su;
- Lenti movimenti per sciogliere le parti più tese;
- Una persona, a turno, fa un movimento di scioglimento e gli altri lo ripetono.
- Guardo un punto nella sala e lo raggiungo con decisione; ne guardo un altro e proseguo...

- Contemporaneamente il conduttore riduce lo spazio...o chiede l'aumento della velocità della camminata.
- Identificazione della maschera, rispetto alla consegna data

Esempio:

- Camminata; graduale contatto tra i membri del gruppo; “Ora siete tutti bollicine di spumante che frizzano...”;
- “Assumi il passo, la postura che desideri avere in questo momento...; sentilo bene, accentualo...; senti che emozioni ti da...; assumi l'espressione di quel passo..., di quella postura, di quel modo d'essere...; prova ad esagerare...; ora fermati e con le dita senti la forma di quell'espressione facciale...; incontra, camminando gli altri visi, con il loro passo...”.

- Sondaggio tattile della profondità tridimensionale, delle caratteristiche e delle dimensioni del nostro viso: da soli e poi a coppie.

Esempio:

“Mettetevi a coppie scegliendo un viso che vi ispira.... “A” chiude gli occhi e “B” segue le pieghe del viso, con quell'espressione, le rughe, le sottolinee, sempre con le dita, l'espressione, come fosse creta (cinque minuti a testa, musica soft, luci rosse in sala). Ora senza parlare, aprite gli occhi e guardatevi con riconoscenza...e congelatevi”.

- Costruzione della maschera

Facendo, si sperimenta attivamente l'esperienza.

In un laboratorio sulle maschere, si può proporre, la costruzione di una maschera in più incontri, attraverso un lento, raffinato, artistico ed approfondito lavoro, con tanto di calco, strati di cartapesta e colori particolari. Oppure si può mirare maggiormente all'utilizzo della maschera, alla sua espressione, fornendo semplicemente una base in cartoncino da 2mm. (di dimensione poco più ampia di un A4, o anche mettendo a disposizione dei partecipanti formati diversi), con una pence, dal centro alla base del foglio, che permette di sottolineare la tridimensionalità del volto. Ai partecipanti si mettono a disposizione materiali vari, possibilmente riciclati, per caratterizzare la propria maschera. Esempio: elastici, nastri, colla, carta pesta, garze, tessuti, pennarelli, colori, viti, ecc.

Nella costruzione della maschera, è meglio non stare a pensare subito a cosa si vuole realizzare; è opportuno lasciarsi provocare, attrarre, dal materiale a disposizione e solo dopo averlo raccolto, si prova a metterlo insieme dando vita alla maschera. A metà lavoro, si possono esplorare le maschere che gli altri membri del gruppo stanno costruendo, per lasciarsi ulteriormente stimolare. E' interessante anche poter definire, colorare, la parte interna della maschera. Essa è una sorta di spazio intimo, di nascondimento, tra la persona e la sua maschera, con le percezioni le emozioni, i vissuti che ne derivano; è intrisa di sensazioni, colte dai nostri diversi sensi, che riconducono al rapporto tra parti differenti di se stessi.

Alcune persone vanno poi aiutate nella difficoltà ad accettare il loro prodotto, specialmente per la loro tendenza a sentirsi “artisticamente inadeguati”. Anche questo è un dato di conoscenza di sé da reintegrare.

Il sentimento per la propria maschera, al di là del livello di soddisfazione per il prodotto realizzato, può essere molto diverso da persona a persona. C'è chi sente di amarla, come una parte di sé, e chi, all'opposto, desidererebbe eliminarla, prenderne le distanze...

- Esposizione a terra delle maschere.

Condivisione a sottogruppi dell'esperienza di realizzazione della maschera (ad esempio scrivendo insieme una lettera rivolta alle maschere...).

- Esposizione, in cerchio, dicendo il nome della stessa a tutto il gruppo:
primo giro ponendola sul petto;
secondo giro ponendola sul volto;
terzo giro entrando nel cerchio e dicendo il nome della propria maschera, magari accompagnando il tutto con un movimento.
E' in questa fase che è possibile anche l'alternativa della scelta di una maschera, tra quelle messe a disposizione dal conduttore, al posto della costruzione della propria e l'utilizzo della stessa secondo i criteri citati.
- Attivazione di una forma espressiva con la maschera.

Esempi:

Intervista del conduttore ai singoli partecipanti che indossano la maschera.

La maschera come burattino.

Drammatizzazioni, Roleplaying e Giochi di ruolo con le maschere

Indossare una maschera non propria, tra le tante nella sala.

Rappresentazione di un personaggio.

- Congedare la maschera

Intervista del conduttore ai singoli partecipanti che indossano la maschera

Il conduttore si presenta come personaggio (se anch'esso ha realizzato una maschera, ma è non obbligatorio) dicendo chi è, cosa fa, facendo vedere come si muove, che emozione prova, cosa pensa di sé...

Poi, toglie la maschera ed inizia ad intervistare i personaggi del gruppo.

A giro, partendo da quello che sente più pronto:

- “Come ti chiami ?, come sei ?, cosa fai ?, facci vedere come ti muovi !; come ti senti” ?,
 - A qualcuno può chiedere: “Di qualcosa alle altre maschere”;
- Se c'è confidenza nel gruppo e c'è tempo a disposizione, si potrebbe anche chiedere:
- “Tu che conosci il *protagonista...*, come è..., come si relaziona con te o tu con lui”?
 - Al termine dell'intervista... “Chiama una maschera a te affine o a tua scelta, a sostituirti”...;

La maschera come burattino

- Sperimento, camminando, lo sguardo che immagino parta dal mio petto; poi dalle ginocchia; infine dalle mani.
- Prendo un telo colorato, a scelta, e do corpo alla mia maschera, che diviene un *burattino*. Lo osservo, lo muovo, lo colloco in uno spazio consono.
- A turno, ogni partecipante, con il proprio, interagisce incontrando qualche altro burattino. Contemporaneamente, il conduttore, stimola ed intervista. Esempio: cosa vorresti chiedere a quell'altro burattino? Cosa immagini ti dirà? Prova a chiederlo?". Talvolta sottolinea un aspetto importante che il protagonista esprime.

Il burattino, rispetto alla maschera risulta essere molto più portato a parlare, ad esprimere vissuti. Non implica la fatica, che provano alcuni partecipanti, a celarsi dietro ad una maschera, ad utilizzare una comunicazione più corporea - non verbale. L'interazione stessa, tra burattini, è più facile.

D'altra parte non è facile dar vita alla dissociazione che il burattino, che è parte di se stessi, comporta. Specie quando il burattino lo si utilizza rivolgendolo verso se stessi. Un dialogo tra parti diverse di sé.

Il *dialogo persona - maschera* (usata come burattino) diverrà, se ogni partecipante sarà stato ben *riscaldato*, come quello tra mamma e neonato (che non sono ben differenziati); un *doppio* di se stessi o di parti di sé.

In generale, sarebbe opportuno dare la libertà di scelta: non obbligare il soggetto a mettersi la maschera coprendosi il volto ma "indossarla" nel modo che sente migliore, per lui in quel momento. Ad esempio può sentire opportuno metterla in un'altra parte del corpo: tipo nella nuca, nel petto, su una gamba.. o usarla come un burattino che è uno dei casi in cui l' "oggetto" rimane più esterno, occupa uno spazio meno "minaccioso".

E' consigliabile non dirigere troppo il lavoro ma lasciare spazio alla creatività; in certi casi il conduttore deve dare soltanto la possibilità che ciò che il partecipante desidera esprimere si realizzi!

Roleplaying, drammatizzazioni e giochi di ruolo con le maschere

A sottogruppi si elabora una scena dove ognuno gioca il proprio ruolo. In alternativa, le considerazioni precedentemente riportate sul lavoro svolto nella costruzione della maschera, vengono tenute operativamente presenti per stimolare l'elaborazione di una scena.

Prima di interpretare il proprio ruolo, è utile potersi specchiare, per entrare meglio nella parte. Una possibilità per "lasciarsi essere"; per modificarsi anche attraverso l'occhio esterno dello specchio.

Lo specchio quale elemento di realtà, è una funzione svolta dallo sguardo del conduttore e dai compagni del gruppo. Lo specchio permette e facilita una rapida ristrutturazione del soggetto intorno all'elemento esterno maschera.

Prima della scena, il conduttore può intervistare brevemente i personaggi, chiedendo poco più che il loro nome, per aiutarli ad *entrare nel ruolo* ed essere più *spontanei* nella breve rappresentazione.

L'*uditore*, vista la scena, potrà dare un titolo alla stessa; potrà esprimere a *specchio* alcune considerazioni; potrà dar voce, come un *doppio*, ad uno dei personaggi. Gli attori, al termine, possono comunicare le *parole chiave* che hanno ispirato la loro scena.

Indossare una maschera non propria

La maschera è certamente un oggetto che catalizza, fortemente, le proiezioni di chi la indossa. Indossare una maschera, magari scelta tra molte, postemi dinnanzi, è un'altra diversa ed arricchente esperienza. Indossare una maschera che richiama, inconsciamente, la mia attenzione, è un'esperienza inedita; è la possibilità di proiettare maggiormente le esigenze espressive del proprio inconscio. Se da una parte costruire la propria maschera permette di esprimere ciò che desidero o che il formatore desidera che il gruppo esprima (esempio, chiede di fare la maschera di "quando ci si sente arrabbiati"), d'altra parte rappresenta anche un "filtro razionale", conscio, che limita alcuni dei desideri espressivi del nostro inconscio.

Un esempio. Il Conduttore al gruppo, dopo la fase di riscaldamento: "ora, camminando, incontrate altri volti in questa stanza, tra le maschere sparpagliate qui per terra. Scegliete quella che ha più a che fare con il vostro volto. Indossatela, se volete utilizzate come vestito un drappo colorato adatto. Sperimentatela anche girando per la stanza...; specchiatevi; fate quello che vi ispira ad essere...".
Di seguito il momento dell'intervista alle singole maschere.

La maschera come strumento di rappresentazione di un personaggio

La maschera permette di amplificare e sottolineare gli aspetti di un personaggio. I suoi tratti visibili ne veicolano meglio gli aspetti centrali. Chi la indossa può renderla più espressiva utilizzando il proprio corpo. La maschera stessa, se ha la bocca aperta o se è una mezza maschera, che scopre la bocca (come quelle della commedia dell'arte) può favorire la comunicazione, sul piano verbale, con il pubblico. L'attore spesso, infatti, ricerca la complicità degli spettatori.

Inoltre la maschera, celando i tratti dell'attore, accentua quelli del personaggio, rendendolo più libero e disinibito nell'essere altro da sé.

Con tutto ciò non si pensi che è sufficiente indossare una maschera per lanciarsi..., fin dalla prima volta, nella libera espressione; anche la maschera, come ogni nuova esperienza, richiede un certo tempo per prendervi confidenza; un riscaldamento psicomotorio adeguato per liberare l'azione.

L'utilizzo della *maschera indefinita*

La *maschera indefinita*, da caratterizzare, altro non è che una maschera tridimensionale di cartone, con occhi, bocca e cordoni pronta per essere indossata. La caratterizza il fatto che è ancora da caratterizzare. In quanto da caratterizzare, da immaginare, si presta alla libera proiezione, da parte di chi la osserva profondamente, con la propria immaginazione. Lo stesso potrà cogliere su quel "cartone", immaginandone il volto, una determinata maschera, che in quel momento emerge dal suo *mondo interno*, rappresentando caratteristiche, ruoli e parti di sé.

Nel corso di un'esperienza formativa, per esempio, è possibile utilizzarla a seguito di un breve riscaldamento del gruppo, nel quale ogni persona può pensare ad alcuni ambiti della propria vita e alle maschere che in questi ambiti indossa. Il conduttore può invitare il gruppo a soffermarsi su quella che colpisce di più ognuno. Quindi invita il gruppo a sedersi, a chiudere gli occhi, ad immaginare l'espressione ed i tratti che caratterizzano la maschera, l'emozione che comunica e chiede di dare ad essa un nome e a comunicarlo

ad alta voce.

Al centro del gruppo, posto in cerchio, su un drappo scuro, viene posta la maschera indefinita. Il gruppo cammina intorno alla maschera con passo meditativo, accompagnato da una musica rilassante e facilitante l'introspezione. Chi lo desidera, prova ad osservare in uno specchio il proprio volto, con l'espressione della maschera immaginata. A questo punto, vengono identificate un'area della stanza per la scena ed una per l'uditorio (si siedono). Chi vuole può alzarsi, indossare la maschera indefinita ed un drappo del colore, ad essa adatto, ed iniziare ad essere intervistato dal conduttore.

Il vantaggio dell'uso della maschera indefinita è che non richiede i tempi di preparazione dei materiali e di costruzione della stessa, da parte del gruppo. Un altro vantaggio è che consente un maggior nascondimento di quelle nostre maschere, che non desideriamo esibire in pubblico ma che d'altra parte, sentiamo il desiderio di indossare per poterle meglio comprendere e meglio integrare in noi. Il rischio, può essere quello di limitare la parte creativa e di ricerca, in parte inconscia, tipica della costruzione della maschera e così pure la teatralità e l'interazione tra maschere.

La maschera "neutra"

La maschera neutra è tale perchè non definisce nessun personaggio; è la base sulla quale proiettare ciò che ci si sente essere, al di là del proprio volto. Esistono molti tipi di maschere chiamate neutre: una calza di nailon, le maschere bianche non espressive, la maschera dipinta del mimo.. e anche quella di cartone. Ciò che la definisce neutrale non è il materiale, ciò che è indefinito, non caratterizzato, ma ciò che provoca nell'indossarla. Lavorare con maschere neutre è un lavoro molto profondo. Il soggetto si trova "senza volto" o con tratti dello stesso cancellati o non ben definiti. Sperimentandone l'uso, possono riemergere vissuti regressivi come, ad esempio, quello dello stare nell'acqua o in stati di gravidanza, sentirsi un pesce...; sensazioni di uscita da schemi d'identità più definiti, provare lo stimolo ad effettuare movimenti più rotondi, liberi, lenti di tipo fetale; ancora con la sensazione di perdita della propria integrità. Con la maschera neutra si può lavorare anche sull'esperienza della *molteplicità*: gli altri membri del gruppo sono un mio specchio, con la sensazione comune d'essere apparentemente uguali; con tutte le emozioni ed i vissuti soggettivi che ne possono derivare.

Congedare la maschera

Il conduttore, al termine di un laboratorio, può disegnare un grande cerchio per terra con un nastro di tela. I partecipanti lasciano la loro maschera, dove vogliono, all'interno del cerchio, tenendo presente il luogo nel quale la pongono gli altri partecipanti.

Di seguito, possono compiere una camminata meditativa intorno al cerchio, mentre il conduttore accompagna la *separazione* con frasi del tipo: "a volte il lavoro è stato pesante, altre volte leggero e giocoso, altre volte curioso..."

Una musica conclusiva, ritmica e gioiosa, può suggerire una danza di gruppo per celebrare la fine dell'incontro.

Tematiche da esplorare con le maschere

La maschera può essere usata come strumento aperto, espressivo, di libera ricerca di sé, con i risvolti artistici che l'accompagnano, oppure può essere contestualizzata, proposta, all'interno della cultura specifica di un determinato gruppo, per facilitare l'esplorazione di particolari dimensioni relative alle relazioni dei suoi componenti.

Le maschere possono aiutare a rappresentare alcuni nostri specifici ruoli, legati a particolari situazioni, come quando ci arrabbiamo, ci relazioniamo con Dio, o come quando siamo allegri o angosciati oppure possono essere legate a contesti specifici della nostra quotidianità: per esempio la maschera che indossiamo sul lavoro, con gli amici, con il proprio partner a casa, ecc.

Ancora, si può proporre un lavoro con la maschera sul chi o come desidererei essere; sulla parte di me che mi sta più antipatica o simpatica; su un ruolo che non metto mai in gioco, ecc.

Un uso particolare può essere quello di rappresentare personaggi esistenti in racconti, metafore o nella nostra società, per coglierne le caratteristiche più particolari, per provare ad "indossarne le scarpe", per lasciarci provocare dal confronto con loro.

La maschera e la *dimensione spirituale*

Generalmente, è possibile scegliere temi o personaggi mirati alla crescita spirituale di un determinato gruppo.

Chi propone percorsi pastorali o spirituali, per esempio, è alla ricerca della "profondità" dei volti delle persone incontrate. L'altra maschera, allora, può essere "il diverso", che da una parte può mettere in difficoltà, insospettire, non piacere e dall'altra parte è invece sorprendente, si rivela con le sue originali caratteristiche, stupisce, arricchisce, è unico, irripetibile, sacro; "è a immagine di Dio".

Nella ricerca delle maschere interne, legate al proprio Sé e alla dimensione spirituale di ognuno, può essere un valido aiuto l'abbinamento delle strategie e tecniche dell'*immaginazione attiva* (capitolo sulla Cura del Sé) con quelle utilizzate nell'uso delle maschere.

Alcune possibili piste spirituali esplorative:

- La/e maschera /e di Dio;
- un personaggio biblico;
- la maschera di quando vivo in sintonia con lo Spirito Santo, che è in me, e quella di quando mi sento lontano dallo stesso;
- la maschera di quando sono lontano dalla vita evangelica;
- il dialogo, tra le diverse parti di me, attraverso il confronto tra le maschere che lo caratterizzano;
- il dialogo con Dio, attraverso la messa in gioco delle maschere che mi caratterizzano, in relazione a Lui;
- il mio essere povero, bisognoso e peccatore;
- le maschere del bene e del male dentro di me;
- la maschera della nostra morte interiore;
- dialogo tra la/le maschera/e delle nostre morti e quella della nostra apertura alla vita.

Alcuni filoni esperienziali di indagine con le maschere

Di seguito alcune tematiche particolari, sulle quali si articolano percorsi formativi specifici sull'uso delle maschere:

“Maschere e metodi di azione”; “Funzione destrutturante e ristrutturante della maschera”; “Funzione segnaletica della maschera”; “Funzione ludica della maschera”; “Mito e gioco, il potenziamento dei personaggi del mondo immaginario attraverso il gioco”; “La maschera come oggetto”; “Maschera e sociodramma”; “Maschera e concretizzazione psicodrammatico”; “Maschera e immagine corporea”; “Maschera e gesto”; “La struttura carnevalesca nel lavoro con le maschere”; “Maschera e livello preverbale della comunicazione”; “La costruzione di maschere”; “Il maquillage come generazione di un nuovo volto”; “La maschera personaggio”; “L'uso dello specchio nel lavoro con le maschere”; “Maschera e scena”.

Limiti dello strumento

Considerare i limiti di uno strumento è cosa del tutto soggettiva ed opinabile. Personalmente, da una parte, mi sembra di notare nella maschera una certa rigidità espressiva del volto, non sempre evitabile. Dall'altra parte, sotto una maschera c'è sempre un volto che vibra e che permette di percepire stati d'animo molto diversi. “Provate ad osservarla indossata da diversi soggetti, si amplificheranno i personaggi che questa maschera ha dentro”. In questo assomiglia molto al burattino: anche se la faccia di cartapesta ha un'espressione fissa, la posso veder piangere, ridere, arrabbiarsi... a maggior ragione con le maschere dove il linguaggio non verbale del corpo o del gesto diventa cassa di risonanza.

Una difficoltà è riscontrabile in una certa inibizione, provata, da alcuni dei partecipanti, nell'indossarla la prima volta. Proprio per questo, tale momento va ritualizzato e va preparato con un riscaldamento graduale. Questo può aiutare a superare la difficoltà nel veder modificato il proprio volto, una parte tanto importante del nostro corpo.

Un'altra sensazione, a volte, è quella di indossare un qualcosa di “poco naturale”, di un poco artificioso nella drammatizzazione.

Credo che la maschera non sia sempre il miglior strumento possibile per “rappresentare”. Sento che sia il caso di sceglierla laddove, in virtù delle sue caratteristiche intrinseche, può essere utile proporla.

Quello che è certo è che la maschera muove dentro...; anche quando viene rifiutata ci si potrebbe chiedere, che parte del mio sè la sta rifiutando...? Che strumenti ho a disposizione per lavorare sul rifiuto? Come vivo l'esperienza di giocare? Sono alcune delle domande che il partecipante può cercare di porsi e alle quali tentare di rispondere.

Un esempio di incontro formativo con la maschera

“Incontrare la maschera di sé, più lontana da ciò che sono nel profondo del cuore, al cospetto di Dio”.

Premessa: la maschera ci impone il suo ruolo, che diventa un mezzo per scoprire aspetti inespresi o ignorati di sé. Maschera vuol dire persona: le molte persone che ciascuno interpreta sul palcoscenico della vita.

Obiettivo

Posto che la verità di se stessi coincide con il porsi, con la propria autenticità, davanti a Dio e ai fratelli, l'obiettivo dell'esperienza è quello di permettere ai partecipanti di “incontrare” la maschera “più lontana”, frutto di condizionamenti esteriori, da ciò che si è nel profondo del cuore, al cospetto di Dio.

Avvio dell'incontro

L'esperienza viene introdotta facendo una premessa sul metodo utilizzato, sul concetto di maschera e sull'obiettivo da raggiungere.

Camminata

(musica soft serena o gioiosa)

Il Conduttore: “Cammina con il passo che desideri avere; sentilo bene; accentualo quasi esagerandolo; ascolta le emozioni che ti dà il camminare; assumi il viso che ti ispira quel passo, legato a quel modo di essere; con le dita prova a sentire le pieghe di quel viso; guardati allo specchio; camminando osserva con curiosità gli altri volti; trova un modo non convenzionale di prendere contatto con gli altri.

La maschera più lontana da ciò che sono agli occhi di Dio

(musica soft misteriosa, forse inquietante)

I partecipanti sono sdraiati, con gli occhi chiusi. Il formatore conduce un'immaginazione guidata volta a far pensare alle tante maschere che ognuno indossa nella vita, in situazioni diverse; in particolare a quella che è la più lontana da ciò che è nel profondo del suo cuore, al cospetto di Dio.

Costruzione della maschera disegnandola

Utilizzando cartoncini a4, preferibilmente di vari colori, forbici, pennarelli, elastici, graffettatrice, i partecipanti possono disegnare, colorare, dare forma alla maschera per evidenziare quell'espressione che più li fa pensare a quella parte di sé che esprime lontananza dal cuore, dall'essere ciò che si è nel profondo, al cospetto di Dio.

Indossandola e muovendoti...

(Musica misteriosa, inquietante...)

Il conduttore: se vuoi mettiti un vestito... (teli colorati a disposizione); sentiti ciò che la maschera ti ispira ad essere; cammina e assumi una postura; fai qualcosa...; specchiate (uno specchio grande è posizionato a lato della stanza); scopri con curiosità le maschere che ti circondano; interagisci con le altre maschere per ciò che sei: prova a dire loro chi sei con un gesto, una parola, un'azione...

Interviste

Il conduttore, che ha costruito la sua maschera (non è indispensabile) si presenta come personaggio, dicendo chi è, cosa fa, facendo vedere come si muove, che emozione prova, cosa pensa di sé...

Poi, sempre il conduttore, toglie la maschera ed inizia ad intervistare i personaggi del gruppo, partendo da quelli che sente più pronti.

“Come ti chiami, come sei, cosa fai, facci vedere come ti muovi; come ti senti”,

A qualcuno può chiedere: “Di qualcosa alle altre maschere”;

Se c'è confidenza nel gruppo e tempo sufficiente si può anche chiedere:

“Tu che conosci il protagonista....come è, come si relaziona con te o tu con lui”?

E al termine dell'intervista:

“Chiama una maschera a te affine o a tua scelta, a sostituirti...”;

Chiusura dell'incontro

Ognuno si toglie la maschera, esprime per essa un pensiero, la saluta e la pone davanti a sé in un cesto. Le maschere potranno essere riprese al termine della giornata .

2 - Singoli strumenti espressivi ed esperienziali

Non sempre è possibile avere a disposizione più incontri ravvicinati o due o tre ore di lavoro consecutive, per ogni incontro con il gruppo. La maggior parte degli incontri per la catechesi, per esempio, durano tre quarti d'ora effettivi. Per questa ragione si possono proporre alcune modalità espressive ed esperienziali attraverso singoli strumenti; spesso potendoli collegare al particolare “materiale metaforico” che un determinato brano biblico offre.

In alcuni casi, è necessaria una consegna precedente che favorisca il *riscaldamento* del gruppo, che varierà a seconda del *tele* (tipo di relazione tra i partecipanti; dalla *cultura* dei suoi componenti e dal tipo di esperienza che si intende proporre.

Pur essendo l'obiettivo di queste proposte più limitato, sarà comunque utile, in situazioni specifiche, poter proporre questo genere di esperienze.

Alcuni dei seguenti strumenti sono già utilizzati da una larga parte degli animatori e dei catechisti.

La concretizzazione della relazione con Dio

La concretizzazione della relazione con Dio, consiste nella possibilità di *confrontare attivamente*, nel gruppo, il tipo di rapporto che generalmente si sperimenta con Dio. La finalità non è solo quella di coglierne i molteplici aspetti, ma anche quella di poter distinguere la relazione personale, condizionata dal proprio mondo interno, da quella più autentica, proposta nella parola biblica.

Concretamente, il conduttore, invita a pensare alla propria esperienza personale di relazione con Dio, chiedendo al gruppo, attraverso un *immaginazione guidata*, di coglierne i diversi aspetti: ...“Guarda come Dio ti guarda ed ama...”.

Successivamente si può chiedere al gruppo di disegnare l'immagine che si è formata in ognuno, oppure di esprimerla attraverso una metafora.

Un'alternativa è quella di invitare i partecipanti a creare una statua corporea, singolarmente o in coppia. In tal caso, occorre proporre un breve esercizio di riscaldamento che preceda la consegna.

La conclusiva condivisione in gruppo dei vissuti di ognuno, permette di mettere in luce le costanti e le differenze tra le esperienze dei partecipanti. Le stesse, oltre ad arricchire la *limitata percezione di ognuno*, possono essere il punto di partenza per confrontare tali immagini di relazione con Dio rispetto a quelle evidenziate nel testo biblico. Un' importante occasione per muoversi verso una relazione più autentica con il Signore.

Un'altra possibilità per confrontarsi sulla relazione con Dio è quella dell'esperienza, in gruppo, della contemplazione. Questa esperienza deve essere condotta da "chi ha già una certa dimestichezza con la relazione con Gesù nella propria vita" (con l'ausilio degli scritti esperienziali dei mistici. Vedi lo specifico paragrafo.) metodologicamente l'accompagnamento di chi conduce, è una sorta di *specchio* sul come il Signore ci ama. L'esperienza può essere ulteriormente arricchita, facendo emergere nel gruppo, un protagonista che, attraverso *soliloqui*, *messaggi* e percezioni di sé dall'esterno (*tecnica a specchio. Vedi il dizionarietto psicodrammatico*) potrà cogliere la relazione tra sé ed il *Dio biblico*, differenziandola da quella semplicemente auto percepita nell'esperienza passata. Il confronto successivo fra tutto il gruppo permetterà un ulteriore arricchimento dell'esperienza.

Inversione con singoli personaggi del testo

Per una maggior comprensione e approfondimento del significato della Parola biblica e delle emozioni e relazioni sperimentate dai personaggi del racconto, è utile permettere ai partecipanti di mettersi nei panni dei personaggi con i quali maggiormente sentono di potersi identificare, facendo *inversione* (vedi il dizionario psicodrammatico) con essi. In questo caso non viene messa in azione la scena, bensì il conduttore intervista soltanto i personaggi, dopo aver letto il testo, o esplicitato la visualizzazione di un racconto ad esso ispirato. Il metodo, in dettaglio, è ricavabile anche dal paragrafo "*Intervista al personaggio*" nel capitolo sulle fasi operative della metodologia proposta.

E' possibile proporre un'inversione anche con un oggetto presente nella scena biblica, un espediente per valorizzare un *elemento*, un *testimone* esterno ma vicino ai personaggi, che, intervistato dal conduttore, potrà fornire un utile *funzione a specchio*. Per far comprendere ai bambini o ai ragazzi situazioni complesse, lo stesso conduttore può mettersi nei panni di un personaggio, rispondendo alle domande del gruppo.

"La copertina"

Per alcuni testi e in alcune situazioni formative, *la copertina* può costituire una *tecnica breve*, utilizzabile e stimolante, in grado di dare *forma e voce* alle metafore simboliche che il testo, nel suo insieme, suscita nell'immaginario dei partecipanti. Concretamente si tratta di chiedere ai partecipanti, solitamente riuniti in sottogruppi, di esprimere con i loro corpi, previa un primo momento di libera *immaginazione guidata*, la concretizzazione di una statua, di una fotografia simbolica, che sia metafora del testo nel suo insieme; una sorta di copertina di un libro, che esprima il significato centrale dello stesso.

Successivamente può essere richiesto, al resto del gruppo, e poi agli stessi "*attori*", di esprimere un loro *titolo* osservando l'immagine rappresentata ed esposta al gruppo.

Brainstorming sul tema di fondo

Qualche volta può essere utile permettere al gruppo d'interrogarsi, attraverso l'effettuazione di un brainstorming, che abbia per oggetto il tema di fondo. Questa tecnica, molto conosciuta, consiste nell'esprimere su un cartellone, in gruppo e di getto, tutto ciò che un tema suscita. Essa favorisce la possibilità di sviscerare gli aspetti emotivi e cognitivi legati alla tematica che, nello specifico, verrà trattata nella successiva lettura del brano biblico.

Confronto anonimo sui vissuti personali

Il confronto, la condivisione dei vissuti personali, stimolati dalla Parola biblica, quando si prevede che contemplino una dimensione particolarmente *privata* della persona e il gruppo non è abituato e/o disposto a questa specifica esperienza, può avvenire scrivendo su un foglio in forma anonima il proprio vissuto. Il conduttore, dopo aver spiegato con chiarezza e trasparenza la procedura operativa, raccoglie i fogli, li mescola e ne permette, leggendoli, la condivisione in gruppo.

Concretizzazioni semplici delle immagini personali

Per rendere possibile un confronto rispetto ad aspetti della quotidiana esperienza di vita dei partecipanti, alla luce degli stimoli scaturiti da un determinato brano biblico, (specialmente quando il tempo a disposizione è limitato), è possibile concretizzare l'immagine principale, emersa da un primo momento di libera *immaginazione guidata*, attraverso concretizzazioni di ogni partecipante, con strumenti come: posture - sculture corporee individuali, metafore verbalizzate, sculture con creta, collages, disegni, ecc.,. Dopo l'esperienza, ogni partecipante può illustrare al gruppo il proprio lavoro.

I partecipanti possono anche dare un titolo ad ogni singola opera; quindi l'esecutore, dopo aver sentito i titoli espressi dal gruppo, come riflessi scaturiti da diversi specchi, formula e condivide il proprio.

Confronto tra i significati del gruppo e quelli della Parola rispetto ad un tema

Questo tipo di confronto, prevede un intervento della durata di circa un'ora e mezza. Un esempio concreto può facilitare la comprensione della proposta. Per facilitare il confronto sul tema del Natale, conducendo un gruppo di persone di un'associazione dedita all'accoglienza di adulti in difficoltà, ho proposto ai partecipanti un momento di riscaldamento psico-motorio attraverso una camminata, articolata da brevi consegne, che hanno facilitato l'incontro e il contatto fisico tra i partecipanti. Quindi ho dato loro la consegna, mentre camminavano, di esprimere parole o emozioni legate al tema. Simultaneamente le stesse, venivano scritte su un cartellone posto al centro della sala.

Si è poi passati a stimolare la visualizzazione interiore di immagini di esperienze personali sul Natale, chiedendo di focalizzarne una in particolare. La stessa ho chiesto fosse rappresentata, come metafora, disegnandola su un foglio, (che esprimeva la loro idea sul significato personale del Natale). Sul retro del disegno, è stato scritto un titolo che sintetizzava il significato personale, come fosse il titolo di un libro.

Poi, a sottogruppi, si è passati al racconto reciproco delle immagini, e, in plenaria, è stata condivisa una *fotografia corporea* ("una sorte di "fermo immagine", rappresentato con i

corpi dei membri del sottogruppo).

Dopo la condivisione finale, che ha permesso di esprimere un pensiero sull'esperienza complessiva, è stato letto al gruppo il brano della nascita di Gesù in Luca, accompagnato da un breve commento.

Al termine ogni partecipante, arricchito dal confronto con la Parola, è stato invitato, se lo desiderava, ad aggiungere al proprio disegno sul Natale altri elementi ed, eventualmente, a ridefinire il titolo del disegno stesso.

Metodologie narrative

La *pedagogia narrativa* e il *metodo autobiografico* sono metodologie espressive ed esperienziali che rappresentano un mezzo importante per la valorizzazione e l'integrazione dei vissuti personali, anche legati ad un percorso spirituale.

La narrazione può essere un valido strumento per ricercare il filo conduttore della propria esperienza spirituale. Permette di ritrovare la forza e l'importanza delle esperienze spirituali e degli incontri che le hanno sollecitate e facilitate. La testimonianza acquista un ruolo determinante per scoprire nuovi spunti di progressione. Nel gruppo, la testimonianza permette uno scambio ed arricchimento reciproco.

Ripercorrere la storia, le fasi del proprio rapporto con Dio e la sua Parola, dall'infanzia in poi, permette di percepire la propria fede in un continuum, facilitando la possibilità di affrontare i vissuti di incertezza, di frammentazione e di parcellizzazione che, in particolare questa nostra epoca, genera dentro di noi.

Il metodo della pedagogia narrativa autobiografica, può permettere di esaminare i propri costrutti (ciò che ognuno ha elaborato su di sé, sul senso della propria vita, sul rapporto con Dio e su come, i più rilevanti cambiamenti esistenziali personali, hanno modificato o meno la propria fede), onde poterli ridefinire.

Attraverso il confronto di gruppo e la facilitazione di un conduttore, emergono aspetti personali, sociali e culturali e in particolare tutti i significati relazionali in essi insiti.

Rispetto alla dimensione personale spirituale, la narrazione permette:

- di far trasparire i propri bisogni;
- di mantenere o di sviluppare, ripensandosi, la propria identità di credente;
- Uno sviluppo del proprio rapporto con Dio e la sua Parola, reinterpretando le esperienze ed i costrutti personali, attraverso un processo di integrazione;
- di riflettere su come e con quale significato la persona può vivere, alla luce della Parola, la vita quotidiana presente e futura;
- di riscoprire il valore personale della propria esperienza di fede, sondando parallelamente, la propria esistenza. Per esempio, osservando gli affetti personali, le persone significative incontrate, i luoghi significativi, gli apprendimenti e le esperienze fondamentali, i valori colti, aumentando la consapevolezza rispetto a ciò in cui specificamente si crede;
- di riflettere su come ognuno può esprimere, incarnare, nella propria vita, la Parola;
- di dare ordine e senso al proprio percorso spirituale, "capitalizzando" l'esperienza;
- di esprimere le emozioni e i sentimenti connessi, incrementando la propria consapevolezza;
- di riflettere sui personali apprendimenti esistenziali;
- di trovare la migliore modalità possibile per accogliere e dar senso al proprio dolore, a quello altrui, alla solitudine, alle frustrazioni sperimentate, ecc.;
- di rielaborare aspetti della propria vita rimasti "in sospeso".

Anche chi, nel gruppo dei partecipanti, ascolta la narrazione altrui, ha l'opportunità di crescere, specialmente attraverso i momenti di: *Incontro, confronto intersoggettivo,*

rispecchiamento. Ci sono testi, in commercio, che illustrano modalità di narrazione diverse. La narrazione non è uno strumento che contempla unicamente la scrittura o la forma del racconto orale. E' possibile, per esempio, narrare attraverso un collage di immagini ritagliate (foto linguaggio).

L'uso delle metafore nella formazione e nella pastorale

"Sia i bambini che devono crescere, sia gli adulti che devono continuare ad apprendere, in fondo tutti, siamo affamati di storie, perché le storie degli esseri umani, degli altri, della nostra stessa vita o di episodi di essa, costituiscono la nostra identità; rispondono alla domanda: "Chi siamo?", una delle poche questioni fondamentali dell'esistenza a cui gli esseri umani con tenacia ed onestà, possono, a volte, rispondere". (P. Carisolo "Lavorare con le fiabe")

Per arricchire la riflessione, ritengo possano essere utili alcune considerazioni sul lavoro con i materiali metaforici.

Di seguito, alcuni modi diversi per utilizzare, con metodologie espressive ed esperienziali, il *materiale metaforico*:

Le metafore, le fiabe, possono essere *rappresentate* dai membri del gruppo attraverso prodotti personali come disegni, collages, ecc., oppure a sottogruppi, attraverso rappresentazioni sceniche (che prendono a volte soltanto spunto dalla fiaba).

Nel mettere in scena le metafore è importante far emergere le sensazioni psicosomatiche ad esse associate.

Dopo la lettura di una fiaba..., si può chiedere di *cogliere una parola o un'emozione*, che nel corso di una "camminata" a coppie, può essere verbalizzata e condivisa con una persona del gruppo che si incontra lungo il cammino, accompagnandola.

Un gesto, potrebbe accompagnare la verbalizzazione.

Poi si può chiedere ai membri del gruppo di pensare ad una situazione vissuta, che abbia attinenza con quella parola.

Successivamente può essere scelto dal gruppo un protagonista, che metterà in scena la sua immagine (se il conduttore è psicodrammatista).

Dalla condivisione di significati personali emersi dai diversi lavori, può nascere una *storia di gruppo* che comprenda i vari significati.

Si può a volte interrompere la lettura di una fiaba, che parla ad esempio di un dono, e chiedere ai partecipanti di *immaginare* un dono che desidererebbero ricevere, oppure chiedere come sarebbe *la situazione specifica* incontrata nella fiaba (es. la strada di Pollicino) se trasposta nella loro vita.

Oppure il conduttore può sospendere ancora la lettura e chiedere al gruppo, o a più sottogruppi: *"Come potrebbe proseguire questa fiaba?",* provate ad inventare un vostro finale. Dopo le riflessioni la lettura può continuare.

Per mettere in scena una delle risorse di un *protagonista*, ad esempio il suo rapporto con l'università, è possibile che il conduttore gli chieda di pensare ad un Docente che possa rappresentarlo simbolicamente, provando a fare inversione di ruolo con questo. Questo processo si chiama *simbolizzazione*.

Circa le fiabe e le favole, lo psicodrammatista e psicanalista Paolo Crisolo precisa nel suo elaborato "Lavorare con le fiabe": "Le fiabe al contrario delle favole, non contengono intendimenti educativi, sono intrise di elementi fantastici, magici, animate da esseri umani o umanizzati in cui virtù e vizi sono amplificati ed estremizzati. Così l'invidia è personificata da una regina malefica che è solo invidiosa, la bontà da fate o principesse che non possono che essere sempre buone e generose. Il coraggio o la viltà da principi

che interpretano esclusivamente questo ruolo, da nani o fratelli maggiori eternamente codardi. La favola è educativa, cioè presuppone che chi l'ha scritta sappia quale è il bene e quale è il male, la fiaba no... La fiaba lascia possibilità di identificazione con tutti gli elementi della storia narrata... La fiaba lascia lo spazio intersoggettivo al riconoscimento di una verità intima che la favola non permette. Nella fiaba deve esistere la strega affinché il principino possa essere trasformato in ranocchietto e solo così possa incontrare il vero amore.

E' strano a dirsi, ma la fiaba assomiglia più alla vita di quanto lo possa la favola".

Alcune raccolte di **fiabe e metafore** utili per la formazione:

- Serenate al Mondo di Renato Battaglia.
- Il piccolo principe.
- Le fiabe scritte nei libri della Marcoli.
- Le fiabe scritte da Rodari.
- Andersen H. C., *Fiabe*, Einaudi, Torino, 1970
- Bettelheim B., *Il mondo incantato*, Feltrinelli, Milano, 1989.
- Grimm J e W., *Fiabe*, Einaudi, Torino, 1970
- Kast V., *Le fiabe di paura*, Red Edizioni, Como, 1992.

Quando si sceglie un brano biblico da proporre, è opportuno, a parità del tipo di contenuto ed obbiettivo pastorale che un testo persegue, orientarsi sulla scelta della forma metaforica della parabola. Oltre ad essere emotivamente più pregnante, la parabola ha in sé la ricchezza dell'immagine e la forza della metafora che agisce in maniera più incisiva, non solo su un piano razionale e valoriale, ma anche sul nostro livello inconscio ed emozionale. Un chiaro esempio:

Per poter far sperimentare la Misericordia di Gesù, nel preparare un incontro per un gruppo di credenti adulti di Padova, ho preso in considerazione Luca 6,36-38 che impartisce indicazioni comportamentali ispirate allo Spirito misericordioso di Cristo e Mt. 20,1-16 che termina con la celebre frase: "Così gli ultimi saranno i primi ed i primi ultimi"; brano improntato sulla Misericordia del Padrone che assolda operai ad orari diversi del giorno.

La scelta di questo brano ha permesso un'immedesimazione più soggettiva, emozionalmente pregnante e creativa dei partecipanti.

Quest'ultimi, infatti, attraverso un'immaginazione guidata, hanno prodotto immagini molto ricche, la cui condivisione in gruppo ha permesso di cogliere in profondità la Misericordia di Cristo.

Altre tecniche espressive

Colori

Il conduttore: "Disegna sul foglio a tua disposizione, utilizzando i colori che vuoi e lasciando le tue mani libere di esprimersi, ciò che più ti ha colpito nel testo: una scena, un personaggio o un simbolo che il testo ti ha richiamato". Normalmente per questa attività si utilizzano i colori a cera, ma si possono anche usare le tempere, mentre sono poco indicati le matite e i pennarelli. Il foglio deve essere almeno di formato A3.

Il disegno, può dare vita ad un gioco di ruolo nel modo seguente:

A. Ciascuno a turno presenta il proprio disegno, poi il conduttore chiede ad ogni partecipante di scegliere un disegno fra quelli presentati. Quello che ottiene il più alto numero di scelte, diventa il disegno sul quale lavorare.

B. Il partecipante il cui disegno è stato scelto (emergente, gruppale) non diverrà necessariamente il protagonista di uno psicodramma, bensì stimolerà con la sua immagine, il canovaccio inedito, di partenza, per la nascita di un *role -playing* di gruppo. Gli si chiederà di descrivere ancora una volta il suo disegno e, a questo punto il conduttore

può scegliere di indicare i personaggi reali e simbolici emersi dalla descrizione oppure, in alternativa, può rivolgere la domanda al protagonista “Quali scene e personaggi ci sono nel tuo disegno?”.

C. Individuata la scena ed i personaggi, il gruppo è chiamato ad assumere il ruolo dei personaggi.

Nell'azione, ogni *attore* interpreta liberamente il proprio ruolo, trasformando l'iniziale immagine – stimolo in un role – playing, inedito, di gruppo.

Maschere

Il conduttore: “Utilizzando il cartoncino a tua disposizione e tutti i colori e materiali presenti nella stanza, costruisci la maschera del personaggio che ti colpisce di più o che attrae maggiormente la tua attenzione”. Oltre ai cartoncini e ai colori a cera o a tempera possono essere messi a disposizione carta crespata, ritagli di stoffe, fili di lana di vari colori e naturalmente colla, forbici e pinzatrice, e tutti quei materiali che permettono la produzione di concrete espressioni creative.

Costruita la maschera, si prosegue secondo la scaletta indicata per il lavoro con il disegno.

Si possono anche far interagire liberamente tra loro le maschere che rappresentano personaggi diversi, senza dover scegliere una maschera protagonista (vedi capitolo sulle maschere).

Burattini

Il conduttore: “Utilizzando tutti i materiali presenti nella stanza e sentendoti libera/o di creare quello che vuoi, costruisci un burattino che rappresenti uno dei personaggi presenti nel testo”.

I burattini possono essere costruiti con materiali poveri quali: bottiglie e contenitori di plastica riempiti di sabbia per tenerli in equilibrio, carta crespata, stoffe, filo colorato, cartoncino e colori.

Il volto può essere ricavato da bicchieri di plastica, cartoncini, carta crespata oppure si può fornire una pallina da ping pong, con un buco, per infilare il dito o per applicarle una bottiglia. Su queste palline ciascun partecipante dipingerà i lineamenti del volto. Nel caso ci sia più tempo a disposizione, ciascuno può essere invitato a costruire la testa e a definire il volto del personaggio.

Si possono creare burattini con il volto di carta pesta ed il vestito fatto da un guanto che si infila nella mano in modo che il dito indice possa far muovere la testa, mentre il pollice da una parte e le rimanenti dita dall'altra, animano le mani del burattino.

Questo tipo di burattino ha il vantaggio di esprimere maggior movimento e di permettere a colui che lo anima di esprimere a sua volta dei movimenti.

Questo tipo di esperienza è particolarmente indicata nel lavoro con i bambini.

Una volta costruiti i burattini si procede come con le maschere.

Altri esercizi

Altri esercizi simbolici possono essere proposti mediante la manipolazione della creta, attraverso il mimo o l'improvvisazione musicale. Per questi ultimi esercizi si richiede un buon affiatamento e buona motivazione del gruppo, oltre che un minimo di competenza tecnica da parte del conduttore.

3 - Contributo dello psicodramma formativo alla metodologia

“Un incontro di due:
Occhi negli occhi, volto nel volto.
E quando tu sarai vicino
Io coglierò i tuoi occhi e li metterò al posto dei Miei
E tu coglierai i miei occhi
E li metterai al posto dei tuoi,
Allora io ti guarderò coi tuoi occhi
e tu mi guarderai coi miei”.

(J. Moreno. Da “Invito ad un incontro – 1914).

Premessa

Di seguito alcuni elementi metodologici psicodrammatico, che hanno contribuito significativamente a mettere a punto questa metodologia *bibliodrammatica espressiva ed esperienziale*, rispetto allo specifico confronto di gruppo: “tra Bibbia e vita” .

La lettura è consigliata a chi è interessato ad un completo approfondimento tecnico-metodologico e, in tal caso è utile l’ausilio del dizionarietto di psicodramma in appendice. Non è invece necessario che si addentri troppo nel dettaglio degli aspetti tecnici della conduzione e della metodologia, chi desidera leggere il testo con il semplice obiettivo di comprendere il significato dell’esperienza.

Rimandiamo il lettore interessato ad un ulteriore approfondimento dell’intera metodologia relativa allo *psicodramma classico*, alla lettura del testo “Lo psicodramma classico di G. Boria – Edizione Franco Angeli.

Per approfondire gli aspetti della conduzione sarebbe invece utile, poter partecipare ad un percorso formativo di addestramento alla metodologia.

Spontaneità / creatività

Secondo J.Moreno, ideatore dello “psicodramma”, nei primi decenni del 900’, la spontaneità/creatività è la capacità di dare risposte adeguate a situazioni nuove o impreviste oppure è la capacità di dare risposte nuove a situazioni preesistenti. La Bibbia riferisce questa capacità anzitutto a Dio e, poi, all’uomo che di Dio fa un’esperienza autentica.

Dio è colui che vive in pienezza il fattore spontaneità/creatività. L’atto creativo risponde ad una scelta totalmente libera da parte di Dio. La creazione non si concretizza solo in un gesto esterno nel quale Dio dà vita ad altri esseri, ma rappresenta anche una creazione interna a Dio stesso, ossia un *suo* nuovo modo di essere. In altri termini, il Dio biblico opera dei cambiamenti in se stesso, ossia è un Dio *empatico*. Quest’affermazione ha qualcosa di sconvolgente se rapportata a modalità extra-bibliche di intendere la divinità, in cui predominano due tendenze contrastanti: un Dio totalmente immobile, impassibile e distaccato dal mondo e un Dio fortemente passionale ed emotivamente contraddittorio e instabile (si pensi al pantheon greco).

Creando Adamo, Dio crea il proprio *contro-ruolo* con cui ha inizio una storia ininterrotta di relazione, nella quale Dio continuamente mette in atto la sua spontaneità e la sua creatività per dare risposte adeguate alle situazioni nuove che l’uomo gli presenta.

Così pure l’apertura del Vangelo ai pagani, rappresentano esempi visibili di come il fattore

S/C abbia giocato un ruolo fondamentale nell'esperienza di fede dei primi cristiani".
(P.B.Bertagna s.i., da Applicazione dei principi e tecniche dello psicodramma alla lettura in gruppo della bibbia).

L'approccio sociodrammatico al gruppo

In questo specifico tipo di esperienza formativa, l'approccio al gruppo è di tipo *socio drammatico* ed ha per finalità l'evoluzione degli specifici *ruoli sociali* dei partecipanti.

Con tale approccio, l'intenzionalità del *direttore* (il conduttore dell'esperienza formativa psicodrammatica), deve focalizzarsi nel realizzare un intervento calibrato sul piano formativo e non terapeutico, evitando di addentrarsi nella dimensione *privata* di ogni singolo partecipante. Tale attenzione nasce dal tipo di *contratto* stabilito tra il gruppo e il direttore. Quasi sempre, la richiesta del gruppo dei partecipanti, a fronte di percorsi di questo tipo, non è quella di approfondire dimensioni della propria storia privata, all'interno di una dinamica di gruppo, bensì quella di misurarsi con il significato della propria dimensione spirituale e sul proprio potenziale (o effettivo) *ruolo di credente*, attraverso un percorso pedagogico - esperienziale.

Certamente le metafore bibliche possono costituire spunti interessanti anche per addentrarsi in percorsi di tipo terapeutico, ma tali percorsi sono estranei all'approccio metodologico proposto da questo libro. Questo testo, intende infatti, affrontare l'approccio bibliodrammatico, unicamente in una prospettiva formativa.

Attraverso l'approccio *sociodrammatico* il direttore propone, ad un gruppo di partecipanti, una o più sessioni di un percorso formativo. Gli stessi sono presi in considerazione dal direttore in quanto facente parte di *uno stesso gruppo omogeneo*. Potrebbe essere un gruppo reale o comunque un gruppo di persone accomunate da uno stesso/i ruolo/i specifico/ci. (es. di Ingegneri, di genitori di adolescenti, di allenatori, di catechisti, di credenti, ecc.). Può essere rivolto anche ad un gruppo familiare, con il quale si intende lavorare sui ruoli legati alla relazione familiare, evitando i ruoli legati alla dimensione privata della singola persona.

L'obiettivo è quello di raggiungere un miglior funzionamento relazionale nel gruppo, agendo in particolare modo sul conflitto nodale dello stesso e di sviluppare le potenzialità espressive del gruppo, se il gruppo è reale, o dei ruoli sociali comuni dei partecipanti, se il gruppo è artificiale.

L'approccio *sociodrammatico* permette processi *d'identificazione*, volti a cogliere ruoli sociali più rispondenti ad ogni singola persona. Si passa da un'identità generica e talvolta cristallizzata del ruolo psicodrammatico, ad un'identità specifica e personalizzata.

Possono essere utilizzati tutti gli strumenti dello *psicodramma classico*. Nello psicodramma con il *protagonista*, il direttore porrà attenzione ai bisogni del gruppo (vero protagonista). Non focalizzerà l'attenzione sullo sviluppo dei ruoli personali del *protagonista della scena*, bensì a quelli legati agli elementi caratteristici dei *ruoli* che accomunano i partecipanti con il gruppo. Questo avverrà attraverso l'analisi, in *semi-realtà*, dei *ruoli socio drammatici* espressi dal *protagonista*.

Gli strumenti più frequentemente utilizzati in un contesto sociodrammatico sono:

- *Sociometrie d'azione*, attraverso specifici *schieramenti* dei singoli partecipanti, nello spazio dell'aula utilizzata, tenendo conto della posizione spaziale degli altri. Questo strumento permette al gruppo, se reale, di *guardarsi*, riconoscendosi nel proprio specifico e nelle proprie differenze. Permette anche di verificare – misurare le relazioni esistenti nel gruppo.
- *L'incontro* reciproco, come possibilità di costituire, riscaldare e rafforzare *il tele* nel gruppo, attraverso vari esercizi d'attivazione dei *ruoli psicosomatici e psicodrammatici*.
- *Le inversioni di ruolo, gli specchi e il rispecchiamento*, quali strumenti maggiormente

utilizzati nei contesti formativi.

- *Il role-playing*, utilizzato come strumento per far emergere e sperimentare i ruoli in forma emblematica, visibile, agita.

- *Il playback theatre*, come strumento formativo, utilizzato in particolare in grandi gruppi, volto a rappresentare, a *catena*, storie quali *emergenti sociodrammatici* del gruppo (la tematica che risuona, colpisce, interessa maggiormente e che emerge *dall'inconscio collettivo* del gruppo).

- *Lo psicodramma con il protagonista*, illustrato sopra.

- *La partecipazione* alle esperienze proposte.

Altre caratteristiche specifiche dello psicodramma:

- La *catarsi* è di tutto il gruppo e non solo del singolo partecipante. E' un'estensione emozionale di tanti io.

- La formazione è del gruppo.

- Si lavora prevalentemente sui *ruoli sociodrammatici*.

- Ci si pone a livello della *matrice socio-culturale* del gruppo.

- Si considera il *confitto nodale* del gruppo.

- Il *contratto* è triangolare: avviene tra direttore – partecipante al gruppo – committente (almeno generalmente).

Ruoli sociali

“Secondo J. Moreno, la personalità si struttura attraverso i ruoli. *Il ruolo* è l'unità esperienziale di base che, a partire dal *secondo universo*, dà forma alla relazione con l'altro. Anche l'identità di credente nasce come assunzione di ruoli in risposta a dei *contro ruoli*; nella Bibbia Dio assume tanti ruoli o contro - ruoli volti a concretizzare la relazione con l'uomo: padre, pastore, padrone, amante, giudice, riscattatore, figlio, fratello, amico, confidente e anche ruoli o contro-ruoli simbolici: roccia, rupe, fuoco, aria, acqua, casa, porta, regno, albero, pane, vino, agnello. Dal canto suo, anche l'uomo biblico assume dei ruoli nei confronti di Dio: figlio, fidanzata, sposa, bisognoso, povero, umile, servo, messaggero, ricco, stolto, peccatore, prepotente, infedele. Il gioco tra questi ruoli ed i contro-ruoli che Dio assume mette in luce, ancora una volta, il fattore S/C che definisce la modalità con cui il Dio biblico entra in relazione con l'umanità”.(P.B.Bertagna da *Applicazione dei principi e tecniche dello psicodramma alla lettura in gruppo della bibbia*).

I ruoli sui quali l'esperienza di questo libro agisce sono quelli: *psicosomatici, psicodrammatici, valoriali e sociali*.

Le sessioni sono rivolte a gruppi di partecipanti, non necessariamente omogenei. Il *ruolo sociale* che li accomuna è quello di *credente* o, in alcuni casi, anche di coloro che valutano la possibilità di esserlo o no, confrontandosi con la parola di Dio.

Tale ruolo sociale è molto vicino al *confine* con ruoli più personali e privati. Per questo il direttore deve fare molta attenzione al rispetto del contratto stabilito con il gruppo. Se tale contratto è di tipo formativo, dovrà escludere la possibilità di lavorare su un piano *privato - terapeutico*.

I membri del gruppo dovranno quindi essere tenuti in considerazione dal direttore di psicodramma, come gruppo di persone nel ruolo di *credenti o, perlomeno di coloro che si confrontano con la parola della Bibbia*. Il direttore eviterà quindi di addentrarsi troppo nella dimensione del “loro privato”, riconducendo ciò che emerge dal singolo ad una dimensione del *ruolo sociale che accomuna* il gruppo.

Questo tipo di esperienza, dà spazio allo sviluppo dei *ruoli valoriali*, permettendo uno sviluppo della loro *matrice*.

“La *matrice valoriale* è il sistema dei valori, dei riferimenti etici e morali, dei criteri guida per la valutazione e la realizzazione dei propri ruoli nell’interazione con gli altri esseri umani. E’ il confine, il senso, il fine dell’agire; la cornice per i comportamenti di ogni persona”. (“Ruoli e matrici di ruolo” di Laura Consolati).

Il contratto

Talvolta i partecipanti possono essere parte di un *gruppo reale*, per esempio un gruppo di catechisti dell’Azione cattolica di un paese, che desiderano lavorare sullo sviluppo della loro dimensione di fede. In tal caso è necessario un contratto ben preciso, di tipo *circolare*, come in ogni *gruppo reale* (costituito da persone che anche al di fuori del setting formativo condividono esperienze insieme; esempio un gruppo di volontari di una stessa associazione), che concordi con i partecipanti, la possibilità di confrontarsi attivamente su alcuni aspetti della propria vita, delle proprie relazioni, legate al *ruolo di credente*.

Altre volte la proposta formativa può essere rivolta a *gruppi artificiali* (persone che non si conoscevano tra loro) di persone con le quali il direttore stabilisce un contratto finalizzato allo sviluppo del loro *ruolo di credenti* (o di coloro che si interrogano sulla relazione con Dio).

Il *contratto*, in questo caso, è *bidirezionale*, tra il direttore ed ogni singolo membro del gruppo.

I legami di *tele* nel gruppo

“Il *Tele*, in quanto struttura primaria della comunicazione interpersonale, è il cemento che tiene unito ogni gruppo, è il principale strumento del processo formativo dell’incontro tra le persone, il *tele* agisce anche nell’esperienza religiosa là dove il rapporto con Dio, ancora ad un livello preconsciouso, assume una valenza attrattivo - repulsiva; a questo livello, il *tele* potrebbe coincidere con la naturale inclinazione verso Dio di cui parlano gli antichi, l’attrazione che questi esercita sull’uomo (“Mi hai sedotto ed io mi sono lasciato sedurre” (Ger 20,7-9; cfr. Ger 1,5), la capacità reciproca di entrare in sintonia e comunicare, l’esperienza dello Spirito; La Bibbia testimonia anche un’attrazione che l’uomo esercita su Dio: “Tu sei prezioso ai miei occhi... ed io ti amo” (Is 53,4)”. (P.B.Bertagna da *Applicazione dei principi e tecniche dello psicodramma alla lettura in gruppo della bibbia*).

La cura del setting e del *clima* di gruppo

Un’acorta cura del setting facilita la possibilità che si instauri un clima ed un *tele* positivo di gruppo, uno *spirito di comunione* e di profondità tra i partecipanti.

Possono, per esempio, contribuire al clima d’intimità, di introspezione, la cura di alcuni elementi come: il numero limitato delle persone presenti; il disporsi a cerchio; la presenza di un lumino al centro nella fase finale; il tenere gli occhi chiusi durante le *visualizzazioni* di un brano; il darsi la mano nell’esecuzione di determinate consegne; la conduzione con voce profonda, suadente, da parte del conduttore, la presenza, in momenti specifici, di un'icona, ecc.

Tutto questo può facilitare l’esperienza, ma non è sufficiente ad aiutare in modo *sostanziale* un gruppo, alla possibilità di vivere un *incontro* autentico tra i suoi membri. Sperimentare una relazione autentica, intima, è ciò che costituisce il cardine centrale della

proposta formativa, nella prospettiva di poter vivere un *incontro* autentico anche con ogni altro essere umano.

La dimensione dell'*incontro* tra i partecipanti

Per J. Moreno il cambiamento avviene attraverso l'*incontro* autentico con l'altro. "Un io ed un tu stabiliscono un vero rapporto di reciprocità soltanto quando ognuno dei due riesce ad immaginarsi e a sentirsi nei panni dell'altro. In tale modo essi realizzano l'incontro, cioè lo stare insieme, il ritrovarsi, l'essere a contatto fisico, il vedersi ed osservarsi, il condividere, l'amare, il comprendersi, il conoscersi intuitivamente attraverso il silenzio, o il movimento, la parola o il gesto". (G.Boria Lo psicodramma classico - p.71).

Se la modalità d'incontro tra due soggetti non avviene in modo autentico, conduce alla manipolazione dell'altro, al predominio o alla dipendenza, ovvero ad un rapporto asimmetrico, arido e talvolta patologico.

Anche Cristo affermando che "Se due o più saranno riuniti nel mio nome io sarò in mezzo a loro..." (Vangeli biblici), ci invita ad un incontro autentico tra noi, ci indica che solo quando stabiliamo un incontro autentico (rifacendoci alla Sua autenticità relazionale) il suo Spirito d'amore è tra noi.

Ne deriva che se le persone non si sentono realmente *vicine*, la parola di Dio non *entra*.

Il confronto di gruppo con l'autenticità relazionale proposta dalla Parola, avverrà soltanto se i soggetti, i membri del gruppo, si saranno realmente *incontrati* tra loro, se avranno stabilito una relazione *felice positiva* tra i membri della *comunità*.

Solo in questo caso, con questo tipo di relazione nel gruppo, l'esperienza, le intuizioni e le connesse emozioni, che scaturiranno dall'incontro con la Parola, potranno essere realmente ed autenticamente evangeliche.

Parte quinta: Altri campi d'applicazione

Premessa

La metodologia bibliodrammatica, basata su un confronto espressivo - esperienziale tra bibbia e vita, non è limitata ad essere utilizzata nelle sole esperienze di annuncio, confronto biblico e catechesi. Personalmente, l' ho potute sperimentare, con interessanti risultati, anche in altri due importanti ambiti: nella "cura del Sé"; come ricerca di risposte ai bisogni psicologici ed esistenziali delle persone e per favorire un concreto incontro e dialogo, tra persone di differenti tradizioni religiose.

Di seguito vengono riportati gli studi, la metodologia e soprattutto le esperienze realizzate al riguardo.

1 - La cura del Sé.

Percorsi di "sostegno personale" con la Parola biblica

Thomas Hora, uno psichiatra di New York, disse al Padre Bernard Tyrrel, in un incontro richiesto dallo stesso religioso: "Non le pare buffo che lei, prete, gesuita e teologo, venga a farsi guarire da uno psichiatra? Se una religione è davvero autentica, e se lei è veramente in cerca di vita e di luce per mezzo di quella religione, essa dovrebbe essere la sorgente di guarigione e di integrità a tutti i livelli del suo essere, quello psichico e somatico, come quello morale e spirituale!"

Quadro di riferimento teorico e senso dell'esperienza

Esistono concrete potenzialità di cura, in particolare rispetto alla dimensione psicologica di ogni persona, nei percorsi formativi o terapeutici che si basano sull'apporto della dimensione spirituale ed in particolar modo che propongono, gradualmente, la relazione profonda con Cristo.

Di seguito, verrà riportata una riflessione sulle considerazioni ed esperienze di vari autori, con l'intento di sottolineare non tanto le differenze, i diversi accenti tra i presupposti metodologici dei vari studiosi, quanto di evidenziare alcune sostanziali radici e convinzioni comuni rispetto alla particolare valenza del binomio cura della dimensione psicologica e spiritualità. Inoltre il lettore, potrà cogliere come la metodologia espressiva ed esperienziale, bibliodrammatica, possa essere un valido aiuto nella cura psico – spirituale delle persone; e come, tale metodologia, si colloca nel contesto più ampio della psico-spiritualità.

I mali che assediano la nostra psiche

Claudio Naranjo, nel libro "La dimensione spirituale occulta o implicita della Gestalt", afferma che: "un vero ricercatore sente che non si tratta solamente di desiderio d'amore, sente che c'è un'ansia metafisica, qualcosa molto più in là del singolo desiderio, riconosce un vuoto che non è di questo mondo e che solo si può riempire con qualcosa

che non è di questo mondo. Ciò nonostante il problema di riempire questo vuoto non può separarsi dalla risoluzione dei problemi psicologici. E credo che la terapia, tutte le terapie, hanno qualcosa in comune con la "grande" ricerca, con il desiderio di "aggiustare qualcosa che non va".

Lo psicologo William Parker afferma che la nostra psiche è sempre assediata da cinque mali che egli osa chiamare demoni. Sono come cinque focolai di infezione. Sono mali fastidiosi, a volte opprimenti, contro cui l'uomo fa scattare sempre i suoi meccanismi di difesa, a volte consciamente, a volte inconsciamente.

La prima vittoria contro questi mali è smascherarli, la seconda è scoprire i meccanismi di difesa, spesso troppo ingenui, con cui li affrontiamo, e trovare invece i meccanismi di difesa opportuni e consapevoli.

I cinque mali sono: *l'odio, la paura, il senso di colpa, il senso di inferiorità, il vittimismo.*

I mali che travagliano la psiche e ci causano problemi gravi di sofferenza si possono ricondurre a questi cinque focolai di infezione. Naturalmente noi reagiamo contro di essi, ma spesso gli strumenti di difesa sono inadeguati. L'apparato difensivo sovente si riduce a una rimozione immaginaria del male, senza andare alla radice. I nostri principali meccanismi di difesa: *la negazione del male, la giustificazione, la proiezione del male su altri o su altro, la reazione violenta, irrazionale.*

Spesso questi meccanismi sono così inadeguati che i mali ci travagliano anche nel fisico, hanno effetti deleteri anche sul nostro corpo. Parker li ha individuati così: *depressione psichica, ansia, disordini psicosomatici.*

Finché non si va alla radice di questi mali che minano la psiche, è inutile curarne i sintomi. Raggiungere un'adeguata consapevolezza e *coltivare con costanza la propria vita spirituale* facilita il controllo dei mali profondi della psiche.

Del resto, lo stesso psicologo, ha dimostrato, attraverso una seria ricerca scientifica, che la preghiera, se ben orientata verso le sofferenze psichiche delle persone, ottiene maggiori risultati, nella cura, rispetto alle migliori forme di psicoterapia, con i migliori professionisti. La ricerca, svolta in collaborazione con l'università di Harvard, su un campione di 45 giovani, con serie e diversificate sofferenze psichiche, è durata nove mesi. Per riuscire a curare e possibilmente eliminare le proprie sofferenze psichiche, un sottogruppo di 15 credenti pregò tutti i giorni, a proprio modo, ottenendo risultati assolutamente irrilevanti; 15 persone furono seguite, personalmente, da un team di famosi psicoterapeuti, ottenendo il 65% di guarigioni; i restanti 15 partecipanti, che presentavano sintomi più gravi, furono seguiti da Parker, una volta alla settimana, attraverso la proposta di un incontro di preghiera, metodologicamente orientata verso le loro sofferenze: il 72% del sottogruppo guarì.

La psicologia alla riscoperta dell'*anima*

Tutte le tradizioni spirituali dicono che, in un dato momento della nostra storia individuale o collettiva, siamo "caduti", abbiamo perduto il paradiso, la condizione originale della mente. Tutte le terapie ci offrono di restaurare uno stato di salute originale; mi sembra che, attraverso la sua storia la psicoterapia man mano sia diventata più autocosciente delle sue implicazioni".

(Claudio Naranjo: "La dimensione spirituale occulta o implicita della Gestalt")

J. Monbourquette afferma che la sfida della psicologia attuale consiste nel riscoprire l'*anima* e le sue manifestazioni. Procedono con la ricerca, anche in tal senso, in particolare modo da un decennio a questa parte, le correnti psicologiche e spirituali lanciate da Jung, Maslow, Franckl, il movimento umanista e trans personale.

Al riguardo Carl Jung affermò che “le religioni, oltre ad unire l’anima a Dio, sono strumenti di guarigione di malattie psichiche. La psicologia ha bisogno delle intuizioni veicolate in particolare dal cristianesimo e dal buddismo per fornire ad essa una saggezza che la superi”.

Sempre Jung riteneva che la spiritualità fosse un elemento essenziale per la salute della psiche umana; in tutte le nevrosi che curava, vedeva la “sofferenza di un’anima che ha perso il suo significato”.

Deepak Chopra, medico-spiritualista, ritiene che la guarigione, anche quella psicologica, debba tener conto anche della dimensione spirituale del paziente. Rispetto a questo J. Monbourquette, psicologo e teologo di fama internazionale, afferma che chi si prende cura del “Sé di un malato e stabilisce con lui una collaborazione, può contar sul *guaritore interno* dello stesso”.

Nella *Cristo terapia* si pone l’accento principale sul potere risanatore di Cristo. La *Cristo terapia* scrive il fondatore delle comunità “Incontro” per persone tossicodipendenti, è “una riflessione psico-teologica, nella quale si evidenzia come, nel *significato incarnato* (valore) *da Cristo*, vi sia un potere salutare sufficiente per *liberare una persona da tutte le sue infermità* e per renderla santa ed integra. E’ una concreta possibilità di *guarigione per mezzo dell’illuminazione* offerta da Cristo, nella sua qualità di valore-verità che ci libera”. L’illuminato da Dio è caratterizzato da una *fede* profonda. Riceve il dono *interiore* di conoscenza (l’*occhio dell’amore*).

Alcuni di questi concetti sono stati similmente riscontrati dalla *Logoterapia* rispetto alla quale, per esempio, Viktor Frankl afferma che la scoperta di significato e di valore nella vita può guarire da certe nevrosi.

Anche Valerio Albisetti, dopo trent’anni di attenzione alla “*cura delle anime*” afferma: “Posso testimoniare di persona, con migliaia di casi curati, che seguire il Cristo, ascoltarlo, pregarlo, viverlo, porta alla salute della psiche e anche del corpo. Una *psicospiritualità* autentica e profonda è causa – effetto dell’avvenuta guarigione. E’ tempo per tutti di vivere il Cristo anche nella sua dimensione di *guaritore*.”

La guarigione psicospirituale, attraverso la *psicoterapia cristiana*, si raggiunge cambiando, trasformando profondamente la personalità, a livello delle conoscenze, delle emozioni, delle azioni. Un serio lavoro di *autoanalisi*, *invocando la grazia di Dio*.

Tutto ciò che Gesù, figlio di Dio, ha fatto e detto, può guarire gli esseri umani dalle loro malattie psichiche, fisiche e spirituali.

Consapevolezza spirituale, attraverso il decentrare il proprio *io*, *ricentrandosi su Dio*, e *guarigione* vanno, dunque, di pari passo.”

Il guaritore interno

Il dolore serve per distogliere l’attenzione dai nostri falsi attaccamenti e illusioni, dai falsi valori e scopi, ci costringe a rientrare in noi stessi, risvegliandoci e facendoci scoprire lo Spirito che è in noi.

(Roberto Assagioli fondatore della Psicosintesi).

Il dolore psichico, nasce spesso dalla perdita del senso di Sé, e dall’illusoria ricerca di colmare il vuoto con “cose di vario genere” che si dimostrano insoddisfacenti e non rispondenti.

Ogni persona può decidere liberamente di diventare creatore del proprio equilibrio, assumendosi la responsabilità di entrare in contatto con il proprio mondo interiore, divenendo veramente e consapevolmente se stessa ed espandendo la propria coscienza.

Nel silenzio della nostra mente, dei nostri giudizi e dei pensieri razionali, possiamo trovare, come se li liberassimo dentro di noi, l'Amore, la Compassione, la Gioia. Possiamo attivare il *guaritore interno*, capace di affrontare ogni nostro mal di vivere. Possiamo far pace, comprendere, accettare ogni atteggiamento che ci fa soffrire negli altri, persino dar senso alla malattia e alla morte, superare le nostre paure e vedere il nostro passato come una preziosa opportunità d'apprendimento.

Potenzialmente sappiamo già cosa è vero, è buono; cosa ci può curare. Lo Spirito di verità, l'Amore sono dentro di noi, possiamo "imparare a disimparare" tutti gli atteggiamenti che hanno impedito il loro manifestarsi.

Possiamo trovare l'unità con noi stessi e con l'universo. L'importante è darsi l'opportunità di scoprirla. E' incredibile, come siano arrivate a queste conclusioni, "ricerche" tra loro lontane: dalle filosofie e religioni orientali, alle ricerche in campo psicoterapeutico a chi, come il contemplativo p. Andrea Gasparino, ha approfondito l'azione dello Spirito Santo in noi (Vieni Spirito creatore edizioni Elle di ci). Pur nella differenza delle esperienze di ricerca, è chiara e comune la percezione che nelle persone vi sia la presenza di una sorta di *guaritore interno*.

E' interessante l'approfondimento di questi concetti che Gioia Panozzo, ricercatrice nel campo dei processi spirituali e psicologici interiori, dopo una lunga e meticolosa raccolta di esperienze di cura, in ogni parte del mondo, illustra nel "*Il guaritore interno*".

Il Sé al centro

Il Sé è l'*istanza psichica superiore*, al centro di ogni persona. Costituisce l'identità profonda e spirituale di ogni essere umano. Impone all'*ego*, l'io cosciente, l'io sociale, ideale, vicino al concetto di *persona*; *attraverso* una sorte di "orientamento discreto". E' l'anima abitata dal divino, *imago Dei*, secondo la definizione di Carl Jung.

"Il "Sé", è lo spirito, la parte "divina" di noi stessi, perché destinata a durare in eterno, e a renderci creature di Dio, fino al giorno in cui, dopo la morte, ci ricongiungeremo a Lui" (V. Albisetti). "E' il principio organizzatore di tutta la personalità. E' anche un principio di *guarigione*: ha la facoltà di armonizzare le frammentazioni dello psichismo dovute ai traumi subiti e, di conseguenza, di ridurre lo stress fisico". (J. Monbourquette).

Secondo Carl Jung, il cammino di crescita di un individuo passa attraverso il dialogo dell'io cosciente con il sé attraverso i messaggi simbolici che vengono dall'inconscio (sogni, fantasie, immagini, ecc.) Tale processo, che lo studioso denomina "*funzione trascendente*" favorisce l'unione, tra questi elementi. Processo che, similmente, J. Moreno, ideatore dello *psicodramma*, definisce di *integrazione*.

Per favorire la "*funzione trascendente*" è importante attivare nelle persone l'*immaginazione attiva* (definizione di J. Monbourquette), descritta nel paragrafo successivo. Attraverso modalità quali *l'immaginazione guidata*, *la meditazione* e, o la *concretizzazione di forme espressive creative* – artistiche, ecc., è possibile favorire l'emersione e la condivisione di *immagini interne*, concretamente vissute, desiderate, temute o simboliche, che possono porsi in un'efficace dialogo curativo con il nostro ego.

L'immaginazione attiva

*“La paura
È la piccola morte che uccide la Mente.
Io non avrò paura della mia paura!
La guarderò in faccia e lascerò che mi attraversi.
Quando sarà passata la paura,
rivolgerò il mio occhio interiore tutto intorno per guardare:
là dove sarà passata la paura, nulla resterà!
Solo io resterò.”*

Detto Sufi

“L'immaginazione è una funzione che può giovare a diversi livelli contemporaneamente: quello delle sensazioni, quello degli impulsi e desideri, dei sentimenti, del pensiero e dell'intuizione”. (Gioia Panozzo “Il guaritore interno”). Essa agisce sul livello conscio ed inconscio di ogni persona e permette, attraverso i suoi stimoli a favorire il raggiungimento dell'Armonia personale. Aiuta anche lo sviluppo della concentrazione e della creatività.

Di fatto, l'immaginazione, precede ogni nostra azione, ma è quando ne diveniamo consapevoli e protagonisti che può diventare una strategia per trasformarci positivamente verso la nostra armonia globale.

L'immaginazione, può coinvolgere anche tutti i nostri 5 sensi. Se accettiamo ciò che ci fa vedere, è in grado di condurci nel profondo delle nostre sofferenze, che come primo passo necessitano di essere portate a livello di coscienza. Successivamente possiamo ricercare le cause dei nostri atteggiamenti limitanti; i nostri problemi non risolti, le nostre illusioni. Possiamo gradualmente disciplinare la nostra mente, imparando a scioglierne i blocchi e agendo su di essi a nostro favore: per esempio, trasformando le emozioni negative in positive.

Più ci dedichiamo all'immaginazione attiva e alla meditazione e più siamo consapevoli di ciò che si muove nel nostro inconscio e sul piano delle emozioni. Questo ci permetterà la possibilità di percepire i nostri cambiamenti di umore sul loro nascere, potendo scegliere di farli evolvere nella direzione del nostro ben-essere. L'immaginazione, infatti, favorisce il permanere nella “*presenza a noi stessi*”, anche quando non stiamo immaginando attivamente.

Sempre secondo le ricerche e le molteplici esperienze di Gioia Panozzo e degli esperti della *Psicosintesi*, ogni *visualizzazione* (forma di immaginazione) che abbiamo e che emerge dal nostro mondo interno, è una metafora che ha un potere terapeutico e ci lascia liberi di comprenderne il molteplice significato rispetto a noi stessi, man mano che siamo pronti a farlo. Infatti ogni immagine che ci arriva ci da sempre un senso di pace in quanto non giunge alla conoscenza nulla che non siamo in grado di accogliere.

L'immaginazione attiva, esercitata con sufficiente costanza, ci può aiutare ad esempio ad affrontare serenamente una grave malattia o una tragedia vissuta.

Le immagini che visualizziamo sono accompagnate da emozioni delle quali possiamo prendere coscienza, al fine di meglio cogliere il significato delle immagini. Con l'aiuto dell'immaginazione possiamo scoprire le caratteristiche dei nostri ruoli e delle nostre maschere.

L'immaginazione può aiutare anche a prendere la decisione di una scelta, rispetto alla quale siamo in conflitto. Esercitandola rafforza fortemente il proprio “*io osservatore*” (la capacità di guardarsi da fuori di noi stessi) ed il potere di agire direttamente su noi stessi nella direzione del proprio bene.

Con la pratica impariamo a distinguere le immagini che creiamo con il pensiero, da quelle che sorgono dal nostro profondo.

La stessa medicina ufficiale riconosce le “*miracolose*” potenzialità di cura del nostro

emisfero cerebrale destro, sede delle nostre capacità emozionali ed immaginative. Esistono molti testi che offrono esercizi di immaginazione attiva, utilizzabili per la cura e l'evoluzione spirituale delle persone. Alcuni tra questi sono riportati nella bibliografia di questo libro.

Anselm Grün afferma che "L'essere umano *vive di immagini*. Senza di esse non ci accorgiamo nemmeno di quanto valga la nostra vita. Sono soltanto le immagini a dischiuderci la ricchezza della nostra esistenza. Dischiudono nuove dimensioni della realtà che altrimenti rimangono occulte. Riguardano sia la nostra vita interiore, il nostro inconscio, che la nostra *anima* e la realtà oggettiva esterna a noi. Ci mostrano il vero significato di ciò che abbiamo sperimentato introducendoci nella dimensione del profondo. Aprono nuove prospettive, illuminano il nostro agire, dandogli un significato che diventa comprensibile anche agli altri. Solo le immagini disvelano il vero significato delle nostre azioni ed in ultima analisi del mistero di Dio".

In tal senso ritengo che la metodologia bibliodrammatica, ed in genere le metodologie espressive – esperienziali, possano contribuire in maniera significativa ai processi dell'*immaginazione attiva* attraverso la proposta di spazi costituiti da momenti di *visualizzazione di immagini interne*, seguiti dalla possibilità di esprimere e *concretizzare le stesse*, attraverso una pluralità di *linguaggi espressivi*. *Tale metodologia*, favorisce la *funzione trascendente* e di *integrazione* tra l'io cosciente e il Sé, più profondo e prossimo all'inconscio.

L'immaginazione attiva può essere esercitata individualmente o attraverso la guida di un'altra persona. In quest'ultimo caso si parla di *immaginazione guidata*.

Assaggioli, allievo di Freud e padre della Psicosintesi, nel suo testo "Lo sviluppo transpersonale, sottolinea che per eliminare le illusioni mentali occorre avere una chiara comprensione della duplice natura della mente:

Mente analitica: data l'attività sua propria e ancor più se stimolata dalle impressioni, dagli impulsi, dai desideri e dalle emozioni, produce una costante e spesso febbrile groviglio di pensieri e concezioni errate, spesso di carattere egocentrico.

Mente superiore sintetica: questa dà una visione chiara e giusta di ciò verso cui è rivolta. Oltre a tale capacità di percezione diretta, essa ha la funzione di riconoscere ed interpretare rettamente le *intuizioni* quando appaiono nel campo della *coscienza*. Ma affinché possa compiere tale funzione, il campo della coscienza deve essere purificato, cioè svuotato dai contenuti che normalmente lo occupano, impedendo il libero uso della mente superiore e dell'intuizione. Da ciò la necessità dapprima della meditazione riflessiva e quindi della pratica del silenzio mentale. La stessa elimina tutti gli ostacoli dal canale che collega la mente con le funzioni conoscitive superiori dell'intuizione e della illuminazione. Questo significa l'eliminazione di tutte le impurità dal canale che unisce l'io personale con il Sé transpersonale. Purificando l'intera personalità e consentendo la disidentificazione da essa e l'identificazione con il proprio io".

Inoltre Assaggioli evidenzia i diversi aspetti della purificazione esistenziale, importanti anche in una prospettiva di percorso psico-spirituale:

Purificazione: e' quel sentiero che percorriamo quando guardiamo, al nostro interno verso la luce, percorrendo la strada dalla schiavitù alla liberazione; specie alla libertà di amare veramente.

Purificazione fisica: La purificazione del corpo passa attraverso elementi naturali come l'aria e l'acqua pura; l'esposizione al sole, il movimento, la dieta semplice e sana, calibrata sulle esigenze del proprio corpo. L'evitare ogni sostanza in qualsiasi modo psicotropa, alterante. E, d'altra parte, ogni qualsiasi eccesso, idolatria nella cura del proprio corpo.

Purificazione emotiva: spesso soffriamo o addirittura somatizziamo forme di malattie a causa dei nostri desideri legati ad una sola, direi chiusa ricerca di appagamento personale. Peraltro anche il Buddismo indica questo fattore tra le principali cause di sofferenza umana. "Tra le più comuni, di queste forme di ricerca del piacere immediato, l'allettamento della materia, i molti tipi di annebbiamento emotivo e le illusioni mentali. Tutti culminano, o si combinano, nel creare l'attaccamento fondamentale della propria personalità, alla identificazione con essa che viene scambiata con il proprio vero io". (Roberto Assaggioli – Lo sviluppo transpersonale).

Purificazione dell'immaginazione: L'immaginazione ha un potere enorme nel condizionamento della persona. E' il motore interno ad ogni idea ed immagine. La stessa stimola la mente, le emozioni ed i sentimenti. Questa potenza è utilizzata dalla società e da ogni singola persona con se stessa, sia nel bene, esempio nell'ambito di diverse terapie psicologiche o nella preghiera, che nel male, per esempio, per condizionare i consumatori all'acquisto.

Cristo come immagine più profonda del Sé

Carl Jung definisce Cristo un archetipo del Sé, non soltanto come modello a cui guardare, ma anche come colui che interPELLA le immagini esistenti in noi e mette in moto un processo. “Cristo come immagine più profonda del Sé ci mette in contatto con le nostre potenzialità e con il nostro nucleo più intimo. Per mezzo di Lui arriviamo al nostro Sé, scopriamo il mistero della nostra natura personale, della nostra individualità, conosciamo bene la nostra anima. Questo avviene in particolar modo con la *meditazione delle immagini bibliche* che ci guidano alla conoscenza della nostra verità personale, alla nostra vera identità e alla riconciliazione con Dio.

La Sacra Scrittura ci presenta, attraverso molte immagini, il mistero della nostra redenzione. Immagini tratte dalla nostra vita, immagini delle nostre ferite e dei nostri bisogni, immagini di salvezza e dell'amore di Dio per noi; importanti chiavi interpretative per la cura delle nostre anime e della nostra psiche” (A.Grün).

Parimenti i percorsi di sostegno personale, attraverso la Parola di Cristo, condotti con la metodologia psicodrammatica formativa, possono favorire la crescita spirituale delle persone, la cura dei bisogni della loro psiche e della loro anima, attraverso un dialogo attivo delle immagini personali e interiori, con quelle bibliche, secondo una circolarità di stimoli reciproci. Una sorta di cura che avviene a livello interiore, tra il semi-conscio e l'inconscio. Tutto questo attraverso l'espressione di immagini facilitate, nella loro emersione, dall'immaginazione guidata e la condivisione delle stesse attraverso *concretizzazioni* basate sull'utilizzo di diversi *linguaggi espressivi*, tra i quali vere e proprie rappresentazioni sceniche (*psicodrammi e sociodrammi*).

Ogni persona, al di là della profonda elaborazione dei propri conflitti interiori, risalenti all'infanzia, che talvolta richiedono una specifica psicoterapia, ha la possibilità di cogliere, di discernere, ascoltando il proprio Sé, ciò che lo fa “ammalare” e ciò che lo fa “guarire”, attraverso percorsi spirituali introspettivi.

“Gli Evangelisti ci mostrano come Gesù ha inteso la cura d'anime, come ha incontrato uomini e donne e come li ha interpellati nel più profondo del loro cuore. Nei racconti di guarigione, presentati nei Vangeli, sono rappresentate persone simili a quelle che anche oggi desiderano guarire nella loro psiche e nella loro anima. Nei racconti di guarigione la cura d'anime è sempre terapeutica. Occorre prendere sul serio il mandato di Gesù: “Guarite i malati, risuscitate i morti, sanate i lebbrosi, scacciate i demoni!” (Mt 10,8)” (A.Grün).

Ogni persona “ferita”, chiusa nel proprio dolore, tende, per difesa psicologica, a sviluppare una falsa percezione di sé (una falsa identità) o almeno di alcuni aspetti della propria realtà esistenziale. Attraverso il colloquio o la relazione empatica con un gruppo specifico, opportunamente avviato, può trovare quella relazione di fiducia, “*quell'ascolto misericordioso*” (Philippe Madre in “Guarire le ferite della vita”), immagine concreta di Dio Padre, con il quale potrà poi entrare in una relazione filiale più autentica e curativa.

Collocazione metodologica

Le esperienze realizzate attraverso la metodologia bibliodrammatica, espressiva ed esperienziale di confronto su bibbia e vita sono qualcosa di più specificatamente legato ad un livello metodologico, rispetto alla dimensione più generale di quella che autori diversi definiscono *Psicospiritualità, Cristo terapia, guarigione attraverso la Parola*. Questa metodologia risponde soprattutto alla possibilità di mettere a confronto, *attivamente*, e *profondamente*, la propria vita con il messaggio biblico coinvolgendo anche la dimensione esperienziale, sensoriale – corporea ed emozionale. In tal senso lo sento essere uno

strumento utile nei contesti di cura e sostegno delle persone disposte a lavorare sul piano della psico-spiritualità.

Drewermann, autore molto discusso, studioso, tra l'altro, della *Psicologia del profondo rapportata all'esegesi*, in "Parola che salva, parola che guarisce", propone di leggere i testi Sacri come fossero un sogno, ("come li avessimo sognati noi stessi la notte precedente"). Aletti, ritenuto il massimo studioso di psicologia della religione in Italia, rispetto a questo specifico aspetto della metodologia proposta da Drewermann, afferma "che leggere in tale modo i testi, permette ad ogni soggetto di fare emergere ed illuminare i propri vissuti inconsci e così di sperimentare, l'efficacia terapeutica e salvifica della Parola di Dio. La lettura 'psicoanalitica' perseguita da Drewermann consiste in una disposizione mentale e spirituale dell'individuo a lasciar risuonare in sé, in assenza di mediazioni razionali, la Parola di Dio che sola ha vera funzione ed efficacia terapeutica, sia facendo emergere contenuti inconsci, sia fornendo ad essi la risposta della fiducia in Dio. Si attuerebbe così una situazione di 'transfert' e 'controtransfert' (la terminologia è di Drewermann) in cui il soggetto si sente protagonista, interpellato e salvato dalla Parola di Dio attraverso le rappresentazioni simboliche della Bibbia".

Queste considerazioni di Aletti mi sembrano piuttosto vicine a molti concetti fondamentali della metodologia bibliodrammatica: leggere i testi biblici come fossero un sogno, attraverso l'*immaginazione guidata*, potendo immedesimarsi nei personaggi e nelle loro emozioni, usufruire della potenza delle *metafore* espresse nelle *rappresentazioni simboliche della Bibbia*", sono elementi parte di questa metodologia.

Il *bibliodrama* si presta perfettamente anche a fare emergere ed illuminare i propri vissuti inconsci, attraverso la possibilità di far emergere le *immagini* personali dei partecipanti. Favorisce anche la disposizione mentale, emozionale e spirituale dell'individuo nel lasciar risuonare in sé le *immagini interiori* sia stimolate dall'esperienza personale che da quella biblica, offrendo la possibilità di sperimentarle attraverso concrete forme di *rappresentazione*. Nella metodologia bibliodrammatica, chi viene direttamente interpellato e salvato dalla Parola di Dio è il *protagonista*.

Naturalmente credo, infine, che la funzione terapeutica principale sia insita nell'efficacia terapeutica e salvifica della Parola di Dio. E' essa che, in aggiunta alle sole possibilità della psicologia, di un terapeuta o di un formatore, fornisce ai contenuti, ai bisogni inconsci dei partecipanti la risposta della fiducia in Dio.

Laboratori di sostegno personale con il bibliodrama

Generalmente le tre fasi del percorso di sostegno personale con la metodologia bibliodrammatica possono essere illustrate sinteticamente come segue:

Fase 1: *emersione e concretizzazione*, in gruppo, di immagini personali precedute da un'apposita *stimolazione e riscaldamento emozionale*, inerente alla possibilità di sondare una *tematica psicologica* esistenziale comune ai partecipanti. L'argomento viene possibilmente scelto, precedentemente, dal gruppo stesso, sulla base di bisogni tendenzialmente comuni. Ad esempio: la serenità interiore, l'amicizia profonda, l'affrontare i conflitti relazionali, il bisogno di perdono; ecc.

Questa prima fase introspettiva, consente il raggiungimento di una maggior consapevolezza al particolare ambito psicologico di ogni partecipante, specialmente riguardo agli atteggiamenti, ai bisogni, ai desideri e agli elementi transferali di ogni membro del gruppo. L'incontro si conclude con un momento di partecipazione di gruppo.

Fase 2: Lettura, sottolineatura da parte del gruppo e commento, da parte del

conduttore o di un esperto in esegesi, di uno o più brani biblici. A questo momento segue, solitamente, la proposta di identificazione, a scelta, da parte dei partecipanti, con uno dei personaggi o degli elementi del brano letto. Infatti ci si può anche identificare, o perlomeno provare ad assumere le sembianze, di un “oggetto che osserva” lo svolgersi della scena...o identificarsi, dandone forma, con un sentimento particolare presente nel brano letto. Concretamente, almeno chi lo desidera, proverà a porsi in inversione di ruolo, con uno degli elementi del brano, dando vita, con gli altri partecipanti, ad una scena inedita ma coerente rispetto al testo considerato.

Ai partecipanti, eccezionalmente, possono essere proposti anche più testi, rispetto ad uno stesso aspetto (per esempio rispetto alla gioia); e quindi possono scegliere quello più rispondente al proprio bisogno e/o desiderio. In tale situazione, i partecipanti, raccolti in sottogruppi, a seconda della scelta fatta, inventano una breve drammatizzazione, che permetta di mettere in scena, con fedeltà, il “cuore” del messaggio di quello specifico brano della Parola, attraverso una rappresentazione inedita, che vada oltre quella proposta dal testo.

Questa fase permette di cogliere i significati personali, specialmente a livello emozionale, da dentro, attraverso processi di identificazione, indossando i panni dei personaggi, e a specchio, osservando la scena da fuori; “cosa dice, ad ognuno in modo personale, la Parola”. Tale fase e la successiva attiveranno, in ogni partecipante, il *guaritore spirituale interno*, capace di agire e dialogare con *l'io cosciente*, come sostiene Jung, a partire dall'inconscio e dall'anima.

L'incontro si conclude con un momento di partecipazione di gruppo.

Fase 3: Approfondimento della concretizzazione delle immagini che emergono dal mondo interno di ogni partecipante, immagini stimolate dall'incontro tra la Parola sperimentata, (nel secondo incontro) e l'analisi delle dimensioni psicologiche, delle tematiche relazionali, rispetto alle quali il gruppo si è particolarmente confrontato (nel primo incontro). Una possibilità di addentrarsi in aspetti particolari del proprio *mondo interno* e del proprio *porsi in relazione* al mondo esterno. Questo può avvenire attraverso la rilettura del testo, da parte del Conduttore, mentre il gruppo è in posizione rilassata, ad occhi chiusi. Di seguito, *l'immaginazione guidata* facilita l'ascolto profondo della propria realtà personale, illuminata dalla Parola. Di conseguenza ogni partecipante viene aiutato a far emergere le proprie immagini interne, rappresentabili con forme espressive come, ad esempio, un disegno oppure rappresentazioni sceniche, attraverso la scelta metodologica, più profonda, di un lavoro *psicodrammatico con un protagonista*.

L'incontro si conclude con un momento di partecipazione di gruppo. Questo momento, quando la tipologia del gruppo lo consente, può essere proposto come un momento di condivisione con il Signore. In questo caso, è evidente, che l'azione “spirituale - terapeutica” della Parola diviene molto più rilevante, poiché si realizza l'esplicita apertura e disponibilità da parte dei partecipanti, a lasciarsi trasformare dall'azione dello Spirito e del suo Verbo.

In sintesi

Il Sé è la nostra identità profonda e spirituale. Cristo, suo tipico archetipo, è possibile guida alla verità, alla cura interiore. Nel momento in cui si è attivata una relazione intima ed autentica con Lui, Egli agisce, attraverso lo Spirito Santo, da Guaritore interno, rivelando contenuti personali inconsci, illuminando sul bene e sul male, donando il valore e la verità ad ogni persona che a Lui si rivolga, dando significato all'anima.

La meditazione biblica, specialmente attraverso *l'immaginazione guidata*, (incontro di

immagini bibliche con quelle personali) permette il dialogo tra il sé e l'io cosciente di ogni persona. Essa assolve ad una funzione trascendente e di integrazione tra le frammentazioni che fanno parte di ognuno di noi.

La *metodologia bibliodrammatica espressiva esperienziale*, possibilmente completata dallo *psicodramma*, è una metodologia che dà la possibilità di mettere a confronto, *attivamente*, e *profondamente*, la propria vita con il messaggio biblico, coinvolgendo anche la dimensione esperienziale, creativa, sensoriale – corporea ed emozionale; permettendo un concreto sostegno alla persona.

Esperienza: tre incontri sull' "L'Amicizia desiderata"

"L'Amicizia desiderata"

"Tra desideri profondi, frustrazioni
ed esperienze spirituali"

Gruppo di 20 adulti, a Brescia – febbraio 2008

Primo incontro: Mi ascolto rispetto ai miei desideri d'amicizia

- Presentazione dei conduttori
- Presentazione del metodo;
- Presentazione del tema;
- Presentazione del ciclo di incontri.

- Presentazione dei partecipanti ed esplicazione delle loro aspettative riguardo all'esperienza

- Lettura di una metafora, tratta dal Piccolo Principe (Antoine de Saint-Exupery), con breve commento (mettendo anche in rilievo gli aspetti legati alle possibili delusioni nell'amicizia...).

- Immagini proposte dal conduttore al gruppo: (metodo del Foto linguaggio) I partecipanti colgono aspetti legati all'amicizia, attraverso la scelta e la condivisione di una fotografia.
Proposta di titoli, dati dal gruppo alle immagini scelte di ognuno.

- Breve camminata, associando alla parola amicizia qualche altra parola o un sentimento ...

- *Schieramento sociometrico* del gruppo rispetto alla parola "Amicizia": lontano–vicino a...; verbalizzazione dell'esperienza da parte di chi lo desidera.

- Immaginazione guidata: l'amico di ieri, oggi o futuro che desidererei incontrare. Condivisione dell'immagine in gruppo.

- Posizionamento, al centro della sala, di 3 sedie, per 3 possibili incontri simulati con "l'amico pensato"... (se il tempo a disposizione per l'incontro è sufficiente). I primi 3 partecipanti coinvolti, esprimono un *messaggio alla sedia vuota*, che rappresenta

l'amico che ascolta. Il messaggio può anche essere dato al contrario, dall'amico al protagonista.

- Condivisione dell'esperienza ed espressione del desiderio, più profondo, rispetto alla dimensione personale dell'amicizia.

Secondo incontro: l'amicizia di Gesù per me

- Camminata di riscaldamento psico-somatico.
- Camminata, prima a coppie, poi in quattro, come tra amici, senza parole.
- “Formate un cerchio di amici, mano nella mano..., ascoltandovi e cogliendo l'energia che vi attraversa...”
- “Riprendete il cammino e cogliete i desideri profondi, personali, sull'amicizia”
- Condivisione dell'esperienza seduti in cerchio.
- Brevissima introduzione della Parola da parte di uno dei due Conduttori.
- Lettura del Vangelo di Giovanni 15,11-17

[11] *“Questo vi ho detto perché la mia gioia sia in voi e la vostra gioia sia piena.*

[12] *Questo è il mio comandamento: che vi amiate gli uni gli altri, come me vi ho amati.*

[13] *Nessuno ha un amore più grande di questo: dare la vita per i propri amici.*

[14] *Voi siete miei amici, se farete ciò che io vi comando.*

[15] *Non vi chiamo più servi, perché il servo non sa quello che fa il suo padrone; ma vi ho chiamati amici, perché tutto ciò che ho udito dal Padre l'ho fatto conoscere a voi.*

[16] *Non voi avete scelto me, ma io ho scelto voi e vi ho costituiti perché andiate e portiate frutto e il vostro frutto rimanga; perché tutto quello che chiederete al Padre nel mio nome, ve lo conceda.*

[17] *Questo vi comando: amatevi gli uni gli altri”.*

- Sottolineatura di una frase o di una parola, da parte dei partecipanti.
- Commento da parte dell'Esperto in esegesi.
- Vengono scritti su un cartellone gli elementi della scena con i quali è possibile effettuare un'inversione di ruolo:

L'amicizia totale, profonda;

La croce che ha toccato, osservato, sentito Colui che ha dato tutta la Sua vita

Il discepolo che ascolta e si interroga

La Gioia

Il frutto

Il servo che non sa quello che fa il suo padrone

Un Amico che sa amare

Altri da voi immaginati...”

- “Camminate e diventate uno di questi personaggi o elementi. Se volete vestitevi utilizzando il materiale a disposizione”.
- Intervista ai personaggi, per amplificarne i sentimenti.
- Poi alza la mano chi vuole dare un messaggio o desidera compiere un gesto, nei confronti di un altro personaggio. Il Conduttore va a toccare chi ha alzato la mano, autorizzandolo ad agire...
- In alternativa, (se c'è più tempo a disposizione): *sociodrammi* a sottogruppi di personaggi diversi tra loro.
- Condivisione conclusiva

Terzo incontro. L'amicizia di Gesù, all'incontro con i miei desideri.

- Breve camminata
- Riscaldamento per favorire la possibilità di rappresentare *immagini interiori*. Ci si pone in due cerchi concentrici e ci si mette frontalmente tra partecipanti. Il cerchio esterno ruota ogni minuto. Si fanno una serie di simulazioni improvvisate e contemporanee tra i membri del gruppo, seguendo le consegne del conduttore, della durata di un minuto ciascuna, tra coppie contrapposte di personaggi diversi, di volta in volta indicati dal Conduttore.
- *Immaginazione guidata*: rilassamento sulla sedia o sdraiati su tappeti, con qualche esercizio di respirazione. “Ripenso al mio desiderio di amicizia...; “entro” nella Lettura del testo di Giovanni 15,11-17; ripenso ancora ai miei desideri di amicizia, alla luce della Parola...; osservo le immagini che emergono dal mio mondo interno; scelgo quella che più mi colpisce.”
- Racconto a sottogruppi delle immagini emerse.
- Scelta dell'immagine che ha maggior risonanza nel gruppo, attraverso uno schieramento sociometrico.
- Partecipazione davanti ad un'icona della Trinità (simbolo di amicizia profonda). “Mi rivolgo alla Trinità, in condivisione - comunione con il gruppo, portando un mio desiderio o un mio pensiero conclusivo”.

Possibile approfondimento

Nella parte sesta del libro è riportata, quasi integralmente, l'esperienza; “La vera vita incontrata da giovani tossicodipendenti”. Un'occasione interessante per comprendere le potenzialità ed i limiti di questa particolare modalità di “Cura del Sé”.

2 - Laboratori di dialogo interreligioso

La missione del dialogo interreligioso

Il dialogo interreligioso tra credenti di differenti confessioni, è la forma di *missione* che cerca di trovare le strade per diffondere la fiducia reciproca tra i popoli e i credenti delle diverse religioni, per contribuire a costruire la Pace, ad incrementare la fratellanza tra i popoli e a risolvere i conflitti esistenti o latenti tra di essi, facilitando lo stabilirsi di rapporti più giusti all'interno della comunità. Indirettamente, il dialogo interreligioso è mirato anche a stabilire una migliore relazione, fra l'umanità e l'ambiente naturale nella quale essa si trova a vivere. Una missione che, in un periodo storico nel quale, ad esempio, in una città come Brescia, sono presenti 67 etnie diverse, non può più essere rimandata!

Il centro focale, specifico, del dialogo interreligioso è quello di costituire *fraternità di donne e uomini religiosi* che lavorano insieme per la *pace*, sospinti da *motivazioni spirituali*.

La convinzione fondamentale sulla quale si fonda il dialogo interreligioso è che la religione, nei suoi aspetti spirituali, sta al cuore dell'esistenza umana, e non soltanto dà ad essa un senso, ma può contribuire anche al bene temporale della nostra umanità.

Claudio Lamparelli, esperto di storia delle religioni ed autore di "Le vie dello Spirito" testimonia, con una vasta raccolta di testi sapienziali, come le diverse concezioni religiose, riguardo a molteplici temi specifici della ricerca spirituale siano fundamentalmente simili.

Se i credenti delle diverse religioni fossero veramente in ascolto degli insegnamenti più profondi delle loro tradizioni religiose e vivessero in coerenza con essi, i grandi problemi che si pongono all'umanità attuale potrebbero essere più facilmente risolti.

La metodologia proposta

I laboratori interreligiosi per adulti e per giovani di tutte le religioni, condotti con *modalità espressive ed esperienziali*, permettono di dare concreta "forma" alle immagini interiori della spiritualità dei singoli partecipanti. Ciò favorisce un confronto profondo, attraverso diversi linguaggi espressivi come, ad esempio, la *rappresentazione scenica*, le *produzioni "artistiche grafico – pittoriche, i collage, ecc.*

Tale metodologia facilita la realizzazione di un *incontro* e di una condivisione profonda, autentica ed empatica, tra i partecipanti nelle loro diversità spirituali. Facilita la possibilità di mettersi nei panni degli altri "diversi" membri del gruppo, per esempio, attraverso lo strumento "*dell'inversione di ruolo*" (vedi il dizionarietto nel presente libro).

I laboratori interreligiosi si basano su forme espressive concrete, visualizzabili, complete anche degli aspetti emozionali. Attraverso la "*concretizzazione*" delle immagini–esperienze di ognuno, è possibile visualizzare le *realtà spirituali interiori* di ogni partecipante o di ogni sottogruppo omogeneo di credenti, delle differenti religioni presenti. Ciò permette di superare gli stereotipi, le idee preconcepite, le sole idee teoriche che vengono comunemente trasmesse rispetto ad ogni diversa religione.

Complessivamente si tratta di una modalità formativa che consente di fare distinzioni appropriate tra le religioni istituzionali e la loro spiritualità d'origine, le loro particolari espressioni culturali e/o sociali e l'esperienza spirituale interiore, di ogni singola persona.

Principali concetti ed elementi confrontabili nel gruppo rispetto ad ogni diversa religione:

- La relazione con Dio
- Amore
- Comunità dei credenti e fratellanza
- Spiritualità – preghiera – riti - simboli
- Accettazione di sé e dell'altro
- Pace – Giustizia e uguaglianza - Nonviolenza
- Testimonianza e annuncio
- La considerazione delle donne nella religione
- L'altro, il prossimo
- Salvezza
- Unione di coppia
- Solidarietà e Carità
- Fede e fedeltà. Rapporto con le altre religioni e con i non credenti
- Come ogni gruppo religioso vede la religione degli altri
- Linguaggio del corpo, atteggiamenti, usi e costumi, nel proprio contesto religioso
- Rapporto tra società e confessioni religiose

Racconto della realizzazione di un Laboratorio (Chiari 1 dicembre 2007)

“Ci sono cose che ci sono rivelate solo quando cerchiamo di andare al di là delle nostre paure; quando scendiamo dal piedistallo delle nostre certezze statiche, per farci piccoli e, con stupore ed apertura, aprirci all'ascolto, alla com-prensione, all'incontro con la ricchezza della diversità. Ne è esempio ciò che è avvenuto sabato primo dicembre 2007, a Chiari. Ospiti dell'Associazione marocchina “Futuro”, ci siamo ritrovati in 25 adulti, donne e uomini, Mussulmani, e Cristiani Cattolici per concretizzare il nostro desiderio di incontro, attraverso la condivisione delle nostre personali esperienze di fede. Nella sala dell'associazione siamo stati accolti con una tazza di tè e con un posto a sedere intorno al grande tavolo posto al centro. Le donne musulmane sedevano vicine, tra loro, ed alcune avevano in braccio il proprio bimbo.

L'esperienza ha preso avvio in un clima di curiosità e profonda attenzione. Gradualmente, dopo la presentazione di ogni partecipante e la raccolta delle loro aspettative, è iniziato un intenso confronto esperienziale. Lo scambio è stato facilitato dalla possibilità di confrontarsi attraverso una pluralità di linguaggi espressivi, che potevano essere liberamente scelti, quali disegni, collages e rappresentazioni attraverso la messa in scena di situazioni relazionali. Con la gioia e lo stupore di tutti, nessuno escluso, è stato profondamente emozionante constatare che, al di là dei diversi simboli o degli specifici rituali di ogni gruppo religioso, è emersa una profonda sintonia su concetti fondamentali, dell'esperienza spirituale di ognuno, come il rapporto con l' "Altro", in quanto prossimo, fratello, diverso, in un' ottica di tolleranza ed integrazione. La percezione della Pace, desiderata e coltivata nell'esperienza di ognuno, è stata rappresentata da tutti come concreta ricerca della giustizia, dell'uguaglianza, della solidarietà. Tra alcuni Cattolici è emerso il desiderio di comprendere attraverso quali modalità i Musulmani desiderassero costruire la Pace; la risposta avuta è quella che chi vive autenticamente il Corano non può concepire forme di violenza.

Infine ci siamo confrontati anche sull'essere donna, all'interno del proprio gruppo religioso. In entrambe le realtà sono emerse percezioni molto simili; sia le une che le altre donne con una forte e serena determinazione nell'affermare il proprio esserci in pienezza

all'interno del proprio "sistema religioso" e nella società. Le donne musulmane, in particolare, sono state intente a far capire ai Cattolici che al di là del loro velo, spesso, non si sentono colte, dal mondo occidentale, per ciò che sono. Hanno desiderato affermare la centralità della loro figura all'interno di una famiglia mussulmana che vive in pienezza il Corano. Il cartellone da loro presentato era titolato da una frase del Corano che sentivano di poter condividere a fondo con i loro uomini: "Il Paradiso sotto i piedi delle mamme"; ovvero la donna che attraverso la sua maternità ha la possibilità di essere ancor più vicina a Dio ed essere, almeno in parte, viatico per l'uomo nel suo cammino verso Dio.

Altra cosa che ha fortemente accomunato i due diversi gruppi di credenti, è il sentirsi vittime, limitati da chi strumentalizza la propria o altrui religione o chi vive la propria fede in una logica di integralismo; snaturandone il fondamento e catalizzando tutta l'attenzione dei media su questi temi.

Il momento della preghiera, è stato profondamente rispettoso e intensamente spirituale. Ogni gruppo religioso ha pregato secondo la propria tradizione, con le diverse posture corporee, in due momenti consecutivi, rimanendo in ascolto quando è stato il momento dell'espressione di fede dell'altro gruppo.

La convivialità e la cucina marocchina hanno fatto il resto; dopo il tradizionale Kuscus, sono stati messi in tavola dolci marocchini, di vario tipo. Erano deliziosi.

La prossima volta toccherà a noi Cattolici cucinare...sarà certamente un'altra bella occasione per celebrare ancora insieme questo genere di incontri, nell'intimità della nostra Fede. La prossima volta, hanno assicurato la loro presenza anche alcune famiglie Sikh".

Proposta di un laboratorio, interreligioso, nelle scuole superiori

"I colori delle religioni"

Confronto espressivo esperienziale tra alunni di differenti religioni

Obiettivi dell'intervento

- Un confronto espressivo, esperienziale, concreto, visualizzabile, palpabile, connesso alla dimensione emozionale, delle differenti visioni degli aspetti della vita, secondo le esperienze spirituali, religiose di ogni alunno.
- Fare emergere eventuali distinzioni tra le religioni istituzionali, gli stereotipi sulle stesse e l'esperienza spirituale – religiosa di ognuno.

La metodologia

I laboratori interreligiosi per alunni di tutte le religioni, condotti con modalità attive ed esperienziali, permettono di dare concreta "forma" e confrontare le diverse immagini interiori ed esperienze di spiritualità, dei partecipanti, attraverso svariati linguaggi espressivi, come ad esempio, le rappresentazioni sceniche, le produzioni "artistiche", ecc. Saranno utilizzati, in particolare: video, collages, cartelloni, rappresentazioni-simulazioni, confronti in cerchio.

Durata e contenuti a confronto

1. Un'intera mattinata, per il modulo introduttivo e confronto sui seguenti aspetti: la relazione con Dio, spiritualità, preghiera, riti, simboli.
2. Un'intera mattinata, per ognuno dei due seguenti moduli d'approfondimento e confronto su:
 - La costruzione della Pace – la Giustizia e l'uguaglianza.
 - L'altro, il diverso; la donna; i credenti delle altre religioni.

A chi è rivolto

Il laboratorio è rivolto agli alunni interessati, di diverse religioni e frequentanti le scuole medie, superiori o l'università.

LABORATORIO SUL DIALOGO INTERRELIGIOSO

Scaletta di una giornata (6 ore complessive)

- Presentazione del formatore, dell'obiettivo, del metodo, del setting (10')
- Presentazione dei partecipanti: nome, religione, aspettativa (15')
- Primo gruppo di contenuti oggetto del confronto:
 - **L'altro**: il prossimo, la fratellanza, il diverso, la tolleranza, l'integrazione
 - **La donna**: nel rapporto con l'uomo, con la famiglia, con il proprio mondo religioso
 - **La Pace**: la giustizia e l'uguaglianza, la non-violenza, la solidarietà e la carità
- I giovani vengono divisi in sottogruppi formati da alunni della stessa religione e vengono invitati alla preparazione di un lavoro (attraverso un disegno o un collage o attraverso la rappresentazione corporea fotografica) e alla successiva esposizione in plenaria di 3 "prodotti espressivi" su "L'altro, la donna, la Pace", (45')
- Condivisione su cosa "ci accomuna/ci differenzia" (20')

PAUSA (15')

- Secondo gruppo di contenuti oggetto del confronto: **Dio**, la relazione con..., **amore**, fede e salvezza
- Si invitano i partecipanti a produrre un disegno individuale (previa immaginazione guidata) (15')
- Si preparano le rappresentazioni della relazione con Dio, dopo una condivisione, nel sottogruppo, delle esperienze individuali e la produzione di una sintesi. (15')
- Rappresentazione in plenaria, con approfondimento favorito da strumenti espressivi (40')
- Condivisione su "cosa ci accomuna/ci differenzia" (20')
- Terzo gruppo di contenuti proposti per il confronto: **La preghiera**, la fedeltà, la spiritualità, i riti, i simboli, la carità, la comunità dei credenti, il **rapporto con le altre religioni** e con i non credenti.
- Lavoro in sottogruppi: si chiede ai partecipanti, di illustrare, attraverso il disegno o con le

parole o con i gesti ecc, alcuni dei temi proposti (spiritualità, preghiera, riti, simboli e comunità dei credenti).

- Si sviluppa il tema del rapporto della propria religione con le altre religioni e con i non credenti; si stimolano i partecipanti allo sviluppo di un breve *sociodramma* o alla produzione di un disegno (30')
- Condivisione "su cosa ci accomuna/ci differenzia" (20')
- Conclusione dell'esperienza con un momento di preghiera, di meditazione e con un pensiero o un augurio da dire al gruppo, tenendosi per mano e formando un cerchio. (10')



3 – L'apprendimento attivo- esperienziale della preghiera contemplativa

“I grandi santi si sono distinti non tanto per il loro parlare di Dio ma per il loro parlare con Dio. Il valore di una vita è direttamente proporzionale a questo saper dialogare ed entrare in relazione con Dio che viene chiamato Contemplazione.

Una vita è vera vita, è vita piena, se si gioca all'interno di un rapporto profondo ed appassionato con l'Amore, per cui ogni nostra azione, anche la più quotidiana, si trasforma in una risposta d'amore all'Amore che per primo ci ha sedotti”. (Giuseppe Morotti)

Quando sentiamo d'avere problemi a rapportarci con noi stessi, o con gli altri o rispetto a specifici ambiti della nostra quotidianità, ci proiettiamo spesso nell'idea di dover cambiare la nostra vita o noi stessi. Sovente tale obiettivo è possibile perseguirlo veramente, solo in una minima parte e, quindi, ci ritroviamo sostanzialmente a vivere ancora i problemi di sempre. In realtà non siamo noi che dobbiamo cambiare la nostra persona; come direbbe Ansel Grun, è il Signore che “possiamo *lasciare che agisca in noi il Suo cambiamento*”. Specie a partire dal Suo Amore e la Sua *incondizionata accettazione* per ciò che siamo, attraverso la possibilità che, la *contemplazione* e la preghiera continua, saldamente agganciata al nostro intimo respiro, alle azioni del nostro quotidiano, agirà in noi il vero cambiamento, ci restituirà la nostra autentica identità “d'amante” che vive del Suo amore continuo. In questo sguardo d'amore, trasformeremo, come ogni innamorato, la percezione del mondo, degli altri, di noi stessi, vivendo con fiducia, con gioia ed in pienezza.

Tutta la nostra vita può diventare una vita trasformata dall'incontro con Gesù; dalla presenza costante in noi dello Spirito Santo. Solo vivere di questo rapporto può dare vero valore alla nostra vita.

“La vita di molti, lontani da questo rapporto va in frantumi, perché essi sfiorano soltanto il loro vero io. Solo nel rapporto con un altro io vivo il mio vero sé, solo nella relazione sono in contatto con il mio vero nucleo”.

La meta della via spirituale è quella di vivere costantemente in questo rapporto d'amore con Gesù” (A. Grun-Pregheira come incontro). Ma la vita che nasce dall'incontro profondo con Lui deve però essere appresa attraverso l'esperienza diretta. E' un dono che implica la nostra attiva e costante apertura; il nostro esercizio a collegare la preghiera, lo Spirito Santo che possiamo percepire in noi, nel corso di ogni azione del nostro quotidiano. Allora la nostra vita trarrà il suo fondamento dall'incontro con Gesù; gli avvenimenti esterni non potranno più governarci.

Porsi in contemplazione a tu per tu con un Dio fisicamente non percepibile ne definibile non è quindi cosa che possiamo inventarci, solo per il fatto che qualcuno, nella nostra vita “ce lo ha spiegato”, più o meno e solo teoricamente. E' necessario poterne fare *esperienza* concreta, attraverso uno specifico apprendimento attivo - esperienziale. Ho l'impressione che spesso, questo aspetto d'esperienza relazionale, nell'iniziazione cristiana sia piuttosto trascurato o addirittura baipassato.

Giuseppe Moratto, appassionato, umile ed attivo “ricercatore” nell'ambito della preghiera contemplativa, solo per fare un esempio di possibilità di “proposta di apprendimento della contemplazione in forma attiva – esperienziale”, nelle esperienze settimanali di spiritualità, da lui condotte fino a circa 15 anni fa, a Spello, con i Piccoli fratelli del Vangelo (spiritualità di Charles de Foucauld), diceva... “si impara a suonare suonando...oltre che prendendo aiuto da chi già sa suonare. Lo stesso Gesù ci stimolava ad agire per trovare...: “bussate e vi sarà aperto” (Lc11,9). Giuseppe si poneva a fianco dei partecipanti davanti ad un'Icona, in momenti di profonda intimità spirituale; di vicinanza al Signore, di “cuore a cuore”. Condividendo, “in diretta”, tutte le sue emozioni, le sue percezioni. “Stando dentro a quella relazione...”, metacomunicava (esplicitava ciò che stava avvenendo in quella relazione, tra i presenti in contemplazione ed il Signore),...leggendo, talvolta, ciò che su quella relazione

hanno sperimentato e condiviso i grandi mistici, quasi potesse riessere sperimentata dai membri del gruppo presente, in quello stesso momento, la loro esperienza. Ne emergevano una sorte di indicazioni, di consegne, di esperienze, volte ad assumere una postura, un modo di respirare, un sentimento, un modo di percepire e soprattutto la consapevolezza di come si è da Lui percepiti ed amati.

Alcuni esempi di indicazioni in tal senso

- P. Ballester: “prendete una posizione rispettosa, ma comoda, che ci permetta di muoverci il meno possibile”.
- (Santa Teresa d’Avila), “se siamo in un momento di euforia ringraziamo...
se siamo in un momento di bisogno, imploriamo...
se siamo in un momento di senso di colpa, chiediamo perdono..
- Trasformate le vostre distrazioni in preghiera, riconoscendo ancora di più il bisogno della Sua Grazia...;
- Rimaniamo “cuore a cuore” come due innamorati, dopo esserci parlati, conosciuti, confermati nel reciproco amore, cerchiamo il silenzio amoroso..., rimanendoci soltanto a guardare, lasciando danzare il nostro cuore.
- Charles de Foucauld faceva dire a Gesù: “pregare è pensare a me amandomi”.
- Carlo Carretto: “Sentirsi bimbi nelle braccia del Padre, tacere, amare, godere”.
- Lasciate che la preghiera trasformi gradualmente la vostra vita in una risposta gioiosa, d’amore nei confronti di quell’Amore che vi ha preso il cuore e la vita.
- P.Eloir Leclerc: “Il cuore puro non si interessa altro che di Dio ed è capace di vibrare in mezzo alle sue miserie. Rinunciando a tutto ciò che pesa, persino al peso dei propri peccati. Percependo ed accettando un vuoto in noi che Dio colma con la Sua pienezza”.
- E’ utile anche lasciarsi aiutare dalla meditazione di un brano della Parola di Dio che risvegli la propria fede nel suo amore gratuito;
- A. Grun, in “Preghiera come incontro”, afferma: “I monaci consigliano di far scorrere il respiro nel cuore quando si inspira e di sentire, nel respiro, la presenza di Dio stesso nel cuore. Cristo è in me. Nel calore che il respiro genera nel cuore posso sentire la sua presenza misericordiosa e colma d’amore, pervadendo tutti i sentimenti che hanno la loro sede negli organi interni: la rabbia e la delusione, la collera e l’amarrezza, alleviando la mente, colmandoci di bontà verso noi stessi e gli altri, arrivando alla calma in Gesù Cristo”.

Anche la condivisione in gruppo, rispetto a ciò che è la propria esperienza di preghiera è molto utile nell’apprendimento. Permette un arricchimento reciproco, potendo cogliere e confrontare aspetti spirituali e metodologici sperimentati. Non solo questo è possibile attraverso un confronto verbale in gruppo, ma anche mediante altri linguaggi espressivi, come il disegno o la rappresentazione scenica – corporea che permetta di condividere il proprio specifico rapporto con il Signore; le proprie percezioni, emozioni, gioie e difficoltà.

4 - Considerazioni complessive sulla metodologia bibliodrammatica

La finalità di questa esperienza metodologica, fondata sull'incontro tra la vita di ognuno e il testo biblico attraverso modalità espressive ed esperienziali, è quella di aprire dei canali e non di dare delle risposte. Permette di far capire che il testo biblico *parla ad ognuno di noi*. E' una possibilità per facilitare l'entrare, con tutto noi stessi, anche con il proprio corpo e le nostre emozioni, nel testo. E' un'occasione per sperimentare ciò che il testo stimola dentro di noi, permettendo di capire cosa quella *Parola fa venire fuori da noi*.

Ciò a cui il conduttore, con questo approccio metodologico, deve particolarmente mirare, nel gruppo in formazione, è, sostanzialmente, la possibilità di far vivere un momento *d'incontro profondamente empatico, telico*, tra i membri di ogni gruppo. Tutto ciò favorendo la creatività relazionale, attivando la spontaneità dei partecipanti, a partire dalle fasi di riscaldamento. Attraverso *l'immaginazione guidata*, i *giochi di ruolo*, le *drammatizzazioni* o altre *forme espressive di rappresentazione*, è importante riuscire ad addentrarsi nei personaggi del brano scelto e nei *contesti relazionali* (ricchi delle connesse emozioni) che il testo biblico propone e nelle immagini attualizzate e personali che suscita.

Solitamente, i partecipanti, hanno la possibilità di cogliere l'interazione tra i diversi soggetti di un brano, sperimentandone i ruoli, nel *qui ed ora* del momento formativo, potendo poi ripensare ai ruoli personali che si trovano ad agire nella quotidianità.

Abbiamo constatato più volte che questo approccio alla Parola, facilita la possibilità di comprendere cosa essa suscita, fa pensare, rispetto a se stessi. Favorisce anche la possibilità di cogliere immagini, emozioni, da integrare in sé e da condividere nel gruppo.

I partecipanti che hanno vissuto, fino ad ora, questo genere di esperienze, quasi all'unanimità, hanno provato ed espresso soddisfazione, in modo particolare per l'approfondimento, anche emotivo, che hanno sperimentato.

Un'attenzione particolare che il conduttore deve sempre tenere presente è quella legata al *ruolo*, comune tra i partecipanti, (vedi dizionario psicodrammatico) rispetto al quale si intende proporre il confronto. Mi spiego: nella parte teorica del testo, è stato detto che ciò che accomuna i membri del gruppo, oggetto del percorso formativo, è il *ruolo sociale di credente* (o, in alcuni casi, anche coloro che valutano la possibilità di esserlo o no, confrontandosi con la parola di Dio). Tale considerazione è vera, ma non possiamo negare che il confine con ruoli più personali e privati sia molto vicino. Per questo ritengo che il conduttore debba fare molta attenzione al rispetto del contratto stabilito con il gruppo, specialmente nella terza fase del processo formativo, escludendo di lavorare in maniera profonda su un piano del *privato e terapeutico*, rimanendo quindi fedele al confronto sulla dimensione del *ruolo sociale* dei membri del gruppo.

In modo particolare, nell'ultima fase del confronto in gruppo, ci si avvicina alla dimensione *privata* di ogni partecipante. In tale situazione, l'attenzione del conduttore *deve essere massima*, nel cercare di *riconduurre* il lavoro verso il *confronto tra persona e Parola*, quindi sul *ruolo sociale di credente* (o meno) piuttosto che addentrarsi nell'approfondimento dei vissuti intrapsichici personali. Un lavoro delicato che richiede consapevolezza rispetto ai "confini", onde evitare di prevaricare il *contratto* stabilito inizialmente con il gruppo.

Infine, affermo che non sono in grado di dimostrare, come dice P. Beppe Bertagna, che "Mediante questo genere di metodologie, il testo biblico si trasforma in *simbolo* il quale, grazie *all'azione* (vedi dizionario psicodrammatico), raggiunge il mondo intimo della persona fino ad interagire con il territorio dell'inconscio, liberando energie spesso tenute incatenate o inerti e creando così le basi *psichiche* del cambiamento".

Qualche volta ho avuto *l'impressione* che ciò fosse avvenuto in qualche partecipante e, spero che un giorno, la ricerca in questo campo, lo possa dimostrare con maggior

chiarezza. Sono perlomeno certo, avendolo personalmente sperimentato, che *l'immaginazione attiva*, legata all'incontro tra *Parola e Vita*, consenta un'efficace dialogo tra il Sé, l'inconscio e l'io conscio, favorendo la crescita spirituale e la "cura" delle persone.

La metodologia sperimentata, non solo si dimostra utile per l'identificazione di alcuni elementi transferali che caratterizzano le relazioni dei partecipanti ma dà anche la possibilità di sperimentare i significati e le emozioni del testo con l'attenzione a rispettarne il messaggio autentico di Gesù.

Confrontarsi con la Parola di Dio, attraverso modalità formative espressive ed esperienziali, si è rivelata una possibilità, certamente viva e creativa, ma che, d'altra parte, non ha alcuna pretesa di essere né necessariamente il miglior modo, né tanto meno l'unico che possa dirsi completo.

Questo tipo di esperienze di confronto di gruppo, ovviamente, non sono un'alternativa rispetto alla possibilità di conoscere Gesù attraverso una preghiera autentica, profonda, come quella *cuore a cuore* davanti ad un'icona. Piuttosto mi sembrano un valido strumento per approfondire gli aspetti relazionali legati alla Parola, innanzitutto permettendo di distinguerli da quelli legati alla nostra storia personale. Inoltre è un'efficace possibilità per avvicinare la nostra vita al testo biblico ed un modo creativo e vitale per confrontarsi in gruppo. Una modalità per "preparare le strade all'incontro con Dio", che permette di conoscersi un po' di più, rispecchiandosi nel racconto proposto, favorendo una percezione più ampia della Parola. Una modalità che consente ai nostri sensi di entrare in funzione per poterla cogliere in ogni suo aspetto, potenziando la ricerca ed il confronto di gruppo.

E' interessante notare come talvolta, i partecipanti all'esperienza, affermino di aver potuto comprendere un determinato significato proprio perché erano collocati *dentro* la scena, nei panni di quel personaggio...; altre volte invece, affermano di aver potuto cogliere qualcosa di ulteriore..., guardando la scena da una prospettiva esterna, al di fuori del *suo schema*. Ancora hanno colto la possibilità non solo di avere degli *insight* su di sé, ma di poterli sperimentare, magari anche, secondo una prospettiva futura immaginata, seguendo i propri desideri ed i bisogni più autentici.

Mi sembra un modo dinamico, meno teorico, "più vivo", più leggero e coinvolgente, di vivere il processo d'incontro e di approfondimento della Parola, senza essere meno profondi...!

Queste caratteristiche, rendono questo metodo (nella sua forma completa) particolarmente adatto ad essere utilizzato in incontri o ritiri dove c'è il tempo e il desiderio di approfondire la Parola; oppure, può essere valido per variare le metodologie proposte nei singoli incontri di catechesi; ancora, con opportune attenzioni, è proponibile anche a gruppi di persone non particolarmente vicine alla partecipazione religiosa, come nel caso di molti adolescenti..., ai quali occorre offrire modalità particolarmente creative, dinamiche, meno tradizionali.

Il desiderio di chi ha sperimentato le potenzialità di questa metodologia e partecipato a metterla gradualmente "a punto", è solo che possa essere posta a servizio dell'annuncio della *Buona Novella*. Che possa essere conosciuta come uno strumento in più, possibile, utilizzabile in occasioni o situazioni di gruppo specifiche.

In estrema sintesi le fasi dell'esperienza proposta

Fase 1: Attivazione di un confronto attivo, in gruppo, rispetto alla tematica umana, di fondo, che il testo biblico (che sarà letto nella seconda fase) propone. Raggiungimento di una maggior consapevolezza rispetto al tema – problema umano di fondo, connesso anche agli specifici bisogni e/o elementi transferali del partecipante.

Fase 2: Concretizzazione del testo, per cogliere da dentro e a specchio, cosa mi dice la Parola, anche con la possibilità di identificarsi con elementi del testo stesso.

Fase 3: Immagini personali stimolate dalla Parola sperimentata: cosa quel brano... mi fa pensare rispetto a me stesso, alla mia vita, ai miei bisogni ed i desideri relativi al tema in oggetto. Tale fase è sviluppabile attraverso la visualizzazione e rappresentazione di immagini, effettuabili con un disegno ed, eventualmente, con forme di rappresentazione scenica.

Come, quasi sempre accade, ci si scontra, nella realtà dei gruppi, con problemi legati al tempo a disposizione. Va considerato che la completa esecuzione delle tre fasi richiede sei – sette ore consecutive; diventano otto ore, se diluite in più incontri ravvicinati. Dovendo scegliere cosa salvaguardare nelle situazioni in cui il tempo e la disponibilità all'approfondimento del gruppo *sono limitati*, in un ordine che parte dalla proposta più semplice e veloce a quella più completa, procederei come segue:

- a) Proposta di uno tra gli "strumenti brevi";
- b) Proposta della sola fase 2;
- c) Proposta della fase 2, seguita dalla fase 3;
- d) Proposta di tutte le tre fasi;

Ho lasciato per ultima la fase 1, perché ritengo che il tipo di lavoro sia utile, ma riducibile ed integrabile con la fase centrale. L'obiettivo più generico, del misurare se stessi e la propria esperienza di vita, rispetto alla tematica in oggetto è quindi, qualora scarseggi il tempo, attuabile all'inizio della seconda fase.

La scelta di fare un lavoro mirato ad agire su elementi transferali, mi sembra realisticamente difficile da proporsi, sia per la necessità di un ampio e personalizzato spazio di tempo, che necessiterebbe la presa in carico di ogni partecipante, nel ruolo di *protagonista di uno psicodramma*, sia per i limiti del contratto (se formativo come solitamente è) con il gruppo, sia per la necessità, eventualmente, della conduzione da parte di un terapeuta.

In ogni caso la flessibilità complessiva di questa metodologia, permette, come detto nell'introduzione del testo, di adattarla come meglio si crede, al genere di gruppo al quale si propone e alle diverse situazioni formative che si desiderano attivare; anche secondo la sensibilità, l'esperienza e gli ulteriori strumenti a disposizione di chi intende condurla.

Per chi intende iniziare a creare percorsi formativi con questa metodologia, un consiglio fondamentale è quello di provare sempre a prefigurarsi il più possibile ogni aspetto dell'incontro che state preparando. Provando ad immaginare cosa fareste voi, davanti ad ogni consegna che state programmando, avete modo di constatare se la specifica proposta ha l'effetto che ipotizzavate. La nostra *immaginazione* non smette mai di venirci in soccorso... e ci evita tanti errori!

Forse se dovessimo esprimere, in estrema sintesi, ciò che è il frutto che caratterizza questo approccio metodologico, potremmo dire che consiste nella possibilità, innanzitutto di permettere *l'incontro* tra persone in *ricerca*, facendole divenire relazione significativa, stimolo, specchio, risorsa, l'uno per l'altra. E' un 'occasione per "vestire" da dentro, i panni dei personaggi; di *vedere*, di *vivere* e non solo ascoltare, un racconto biblico, per coglierne il messaggio in profondità ed in connessione con la propria vita. E' una strada per addentrarsi in aspetti particolari del proprio *mondo interno* (anche inconsci), del proprio *porsi in relazione alla vita*, potendo ascoltare, incontrare, con i propri bisogni e desideri, il

testo biblico, con maggior consapevolezza rispetto al chi si è, e come si è, e ciò che si può diventare, davanti alla Parola di Dio.

Possibili futuri campi d'applicazioni della metodologia

Gli ambiti esistenziali, rispetto ai quali la Parola di Dio ha qualcosa da dire sono svariati. In particolare, per immaginare i possibili futuri campi d'applicazioni di questa specifica metodologia occorre, da un lato pensare a tutti i contesti, i setting, ove può essere proposta: quelli di formazione, di confronto di gruppo, di sostegno, di crescita, di educazione in gruppo, di esperienze spirituali, di terapia e di confronto culturale. D'altro lato dipende anche dalla disponibilità del conduttore ad adottare, con un determinato gruppo e rispetto ad una specifica tematica, questo tipo di metodologia, per un confronto fra Parola e Vita.

Viviamo, per esempio, in un periodo storico nel quale le forme di fede si moltiplicano e con esse le piste di ricerca e d'espressione per dare risposta al crescente bisogno di spiritualità. Al giorno d'oggi sono numerosi coloro che vanno in cerca di una propria dimensione spirituale, vagando tra gruppi che propongono particolari percorsi spirituali cristiani, ma anche attingono da religioni e filosofie diverse. Credo sarebbe molto interessante promuovere laboratori espressivi ed esperienziali di ricerca su forme di spiritualità e preghiera autentiche, consone al proprio sentire e alla propria ricerca. Questo per offrire risposte personalizzabili, che d'altra parte siano coerenti con l'essenza della parola biblica. Per non cadere in un "fai da te" dove più o meno inconsciamente si rischia di mettere al centro se stessi, al posto di Dio, ritengo sarebbe utile far incontrare i bisogni delle persone, le loro sensibilità e caratteristiche, con le diverse proposte di preghiera, spiritualità, modalità introspettive (realmente coerenti e collaudate...) al fine di facilitare ad ognuno la possibilità di sperimentare e discernere, con consapevolezza e coerenza, la propria specifica forma d'espressione spirituale.



Parte sesta: altre esperienze bibliodrammatiche

1 – Apprendere dalle esperienze

Come ci insegnano i bambini, veri artisti e maestri dell'apprendimento, possiamo imparare a condurre incontri, con una metodologia di questo genere, se siamo disposti a giocare; a metterci in gioco con il nostro essere, apprendendo dall'esperienza. Meglio se lo facciamo anche provando, qualche volta, ad essere condotti da un altro conduttore. In ogni caso cercando di cogliere sempre qualcosa di nuovo dalle esperienze di questo genere, proprie ed altrui.

Di seguito, per l'appunto, il racconto di altre esperienze, utili nella possibilità di entrare più a fondo in questa metodologia.

Amati nei nostri limiti. Gesù incontra Levi

La seguente esperienza, la prima da me condotta e sperimentata, è basata su una drammatizzazione effettuata a partire dal testo biblico, alla quale segue un'altra drammatizzazione "attualizzata", volta a permettere un confronto tra il testo e l'esperienza culturale, odierna, dei partecipanti.

“Amati nei nostri limiti”

*“Non è venuto a portare la gioia ai "giusti",
Ma ai malati, perduti e peccatori”!*

Itinerario spirituale, per sperimentare e confrontarci sulla nostra relazione con Gesù, facilitato da modalità di incontro e confronto espressive ed esperienziali

Significato dell'incontro

Questo incontro, permettere di sperimentare al gruppo un confronto sulla relazione tra ogni singolo partecipante e la parola evangelica.

Tema e brano biblico

Il brano proposto è tratto dal Vangelo di Marco (2, 13-17). L'incontro permette di sperimentare e confrontarsi sulla relazione salvifica di Gesù che entra dentro di noi con il suo perdono, con la sua accettazione, con la sua relazione amorosa e che ci dona pace e gioia, proprio perché ci riteniamo malati, perduti e peccatori e non *giusti e meritevoli*.

Il gruppo dei partecipanti

I partecipanti, una quindicina, appartengono alle Associazioni “CasAperta” e “Ascoltami non voglio andare a casa”. Sono volontari, utenti (di circa quarant’anni), amici, operatori e religiose.

Conduttori

Gli psicodrammatisti Simonluca Calabria e Giovanni Brichetti.

Clima di gruppo da favorire

I conduttori hanno favorito un clima raccolto ma contemporaneamente teatrale, ovvero capace di stimolare *l'io attore* e *l'io osservatore* di ogni partecipante.

Setting

Un salone, con luci e materiali scenici. Un'icona di Cristo con una candela.

Esposizioni delle fasi del percorso:

Presentazione dell'incontro

I conduttori si sono presentati e hanno facilitato la presentazione del gruppo. Quindi sono stati brevemente esposti il tema, i contenuti, la metodologia, le fasi e i tempi dell'incontro (due ore e mezza).

Incontro del gruppo e riscaldamento della matrice gruppale

Sono state proposte alcune brevi *sociometrie d'azione* (si veda il dizionarietto) e una *camminata* con incontri con forme di contatto di diverso tipo.

Riscaldamento dei ruoli psicosomatici e psicodrammatici legati al testo

Sono state proposte alcune concretizzazioni simultanee di ruoli simbolici legati al testo proposto:

- Ruoli di accolto ed accogliente.
- Ruolo di chi si sente giusto, bravo, superiore
- Ruolo di chi si sente malato, perduto e peccatore!
- Ruolo di chi giudica e di chi è giudicato
(Interazioni tra *ruolo e contro ruolo*).

Cenni sul contesto del brano, legandolo al tema

Lettura di qualche riga da “*messaggio del contesto*” del testo: “Ricorda e racconta il vangelo” di Silvano Fausti S.I.

Cenni sul contesto del brano

Breve lettura tratta da “*messaggio del contesto*” contenuto nel testo: “Ricorda e racconta il vangelo” di Silvano Fausti S.I.

Lettura del testo biblico

- Lettura del testo
- Rilettura di ogni versetto con commento delle parole chiave.
- Breve spiegazione dei termini e del significato di fondo del messaggio.

Richiesta di attori volontari

I conduttori invitano alcuni “attori” volontari a sperimentare i panni (attraverso un sociodramma – role-playing) dei personaggi del brano.

Conduzione del sociodramma – role-playing

Costruzione, con oggetti, della scena centrale: “Gesù chiama l'esattore delle tasse e si fa invitare a casa sua”. (Gesù, Levi, due Farisei di sfondo e la gente (*coro*)).

Un conduttore spiega bene, con il contributo dell'uditorio, i diversi ruoli e le immagini centrali del testo.

Sul palcoscenico ci sono materiali idonei alla costruzione della scena, che viene fatta fare agli attori volontari.

Azione scenica

Sono state drammatizzate due intere azioni sceniche (una drammatizzazione scenica e la sua ripetizione), proponendo, nella seconda un cambio di attori.

Nella prima si è partiti dalla drammatizzazione, quasi testuale, del messaggio centrale di ogni personaggio. La stessa ha consentito la fedeltà al testo. E' stato *verbalizzato* un *messaggio*, il più sintetico possibile, da parte di ogni attore, evidenziando la relazione tra *ruoli e contro ruoli*.

Ad azione conclusa ogni personaggio ha espresso un *soliloquio*, evidenziando le *emozioni ed i pensieri* che lo stesso provava all'interno di quella relazione.

Al termine dell'*azione*, ha chiesto ai partecipanti di fornire *specchi, doppi*, o a dare *messaggi* ai singoli personaggi.

Il conduttore ha invitato, nella seconda drammatizzazione, ad inserire, in tali

drammatizzazioni, elementi anche della nostra attuale esperienza culturale.

La scena ha evidenziato un'interazione tra ruoli e contro ruoli inediti, non più gli stessi del testo, ma più vicini alla nostra cultura (es. il pedofilo, il leghista). Si sono moltiplicate le interpretazioni soggettive, gli scambi dei messaggi tra i personaggi, anche attraverso molteplici sostituzioni di ruolo da parte dei vari membri dell'uditorio.

Il conduttore ha anche coinvolto l'*uditorio* invitandolo nell'esprimere *le voci di sottofondo*, nel momento iniziale della scena.

Al termine dell'*azione*, ha chiesto ai partecipanti di fornire *specchi, doppi o a dare messaggi* ai singoli personaggi.

Partecipazione

Vengono sottolineati i significati e le regole del momento della *partecipazione*.

Poi il Conduttore: "Con una preghiera o un pensiero, davanti ad un'icona, possiamo, se lo desideriamo, ringraziare il Signore per i doni elargitici attraverso l'esperienza".

Chiusura

Conduttore: "Ci salutiamo costruendo una sorte di fiaba collettiva...."

Musica dolce e tenue di sottofondo. Luci calde. (faretti giallo e rosso)

Una considerazione sull'esperienza

L'esperienza è stata utile, in modo particolare, perchè ha fatto emergere le singole esperienze di vita e le emozioni ad esse legate, alla luce del testo biblico. Esse sono state stimolate anche dai ruoli emersi e rappresentati, tenendo conto della loro *matrice socio culturale e valoriale*.

La parabola dei talenti

La seguente esperienza, è stata condotta dal gesuita psicodrammatista P.Beppe Bertagna che utilizza una metodologia simile a quella utilizzata sopra, con particolare attenzione al lavoro sugli elementi transferali dei partecipanti.

La parabola dei talenti

(Matteo 25,14-30)

Il lavoro sotto-riportato si è svolto all'interno di un fine-settimana (venerdì sera ore 20.30 – domenica pomeriggio ore 18.00); l'attività proposta rientrava in una serie di incontri finalizzati a formare delle guide di gruppi giovanili. Il gruppo era composto di undici persone, sei donne e cinque uomini, di cui sette sotto i trent'anni e quattro tra i quaranta ed i cinquanta anni. La provenienza geografica era varia, pur vivendo buona parte nel nord - Italia.

Dopo aver riportato qui di seguito il testo da cui siamo partiti, elenco i termini e le espressioni emerse nel brainstorming; poi, offro una sintesi dei tre giochi di ruolo e della verbalizzazione che ne è seguita, infine indico alcuni punti essenziali per una lettura esegetica del testo suddetto.

Il testo di Matteo 24-14,30

NOTA: la traduzione ricalca l'originale greco; tra parentesi sono riportati i significati alternativi che aiutano a cogliere meglio l'area semantica abbracciata dal termine originario oppure particelle ed espressioni che non compaiono nel testo originario ma sono necessari per comprendere il testo stesso.

14 Come infatti un uomo che parte per un viaggio chiamò i suoi servi e consegnò a loro il suo essere,

15 e ad uno dette (donò) cinque talenti, ad un altro due, ad un altro uno, a ciascuno secondo la propria potenza e partì. Subito

16 camminando colui che aveva ricevuto cinque talenti si mise al lavoro in essi e (ne) guadagnò altri cinque.

17 Così colui che (ne aveva ricevuti) due (ne) guadagnò altri due.

18 Mentre colui che (ne) aveva ricevuto uno, andando via scavò terra e nascose il denaro del suo Signore.

19 Dopo molto tempo viene il Signore di quei servi e sistema i conti con loro.

20 E avvicinosi colui che aveva ricevuto i cinque talenti offrì altri cinque talenti dicendo: Signore, cinque talenti a me hai consegnato; ecco altri cinque talenti ho guadagnato.

21 Disse a lui il suo signore: Bene, servo buono e fedele, su poche cose sei stato fedele, su molte cose ti costituirò; entra nella gioia del tuo Signore.

22 Avvicinosi anche colui dei due talenti, disse: signore, due talenti a me hai consegnato; guarda, altri due talenti ho guadagnato.

23 Disse a lui il suo signore: bene, servo buono e fedele, su poche cose sei stato fedele, su molte ti costituirò; entra nella gioia del tuo Signore.

24 Avvicinosi invece anche colui che aveva ricevuto un solo talento, disse: Signore, ti conoscevo che sei un uomo duro, che mieti dove non hai seminato e raccogli dove non hai

sparso,

25 e avendo avuto paura andando via nascosi il tuo talento nella terra; guarda, hai (qui) il tuo.

26 Allora, rispondendo il suo Signore disse a lui: malvagio (cattivo) servo e timoroso (lento, titubante, indolente, riluttante), conoscevi che mieto dove non ho seminato e raccolgo dove non ho sparso;

27 Pertanto era necessario (dovevi) che tu gettassi il mio denaro ai banchieri e venuto, io avrei ricevuto il mio con frutto (interesse).

28 Pertanto, prendete da lui il talento e date a colui che ha i dieci talenti;

29 infatti a colui che ha tutto sarà dato e sarà nella sovrabbondanza, mentre da colui che non ha anche ciò che ha sarà preso (portato via) da lui.

30 E il servo senza utile gettatelo nel buio quello che (è) fuori: là sarà il pianto e lo stridore di denti.

Brainstorming

Riporto di seguito le parole raccolte dal gruppo su un grande poster bianco: l'elenco è trascritto senza alcun criterio logico, così come avviene nell'attività stessa del brainstorming.

Prendete date, Sovrabbondanza, Dà l'essere, La nostra potenza, In essi, Dopo molto tempo, Secondo la propria potenza (limite) lavorare in essi (gusto), Entra nella mia gioia (ne sei parte viva), Fedele nel tuo poco... per me lo considero molto, Nella mia gioia, fiducia, timore, Aveva ricevuto, Tuffarsi per entrare nella gioia, Chi non si lascia andare sta fuori al freddo, Conosci → pertanto è necessario! Gioia del tuo Signore, nascosi il talento, Far fruttare i talenti e amare senza paura (Parabola del figliol prodigo) Perché 5 – 2 – 1? Perché duro? Ha consegnato il suo essere!! Servo malvagio e timoroso... Rabbia, Andando via, Buio, Titubante lento, Subito camminando, Avere il coraggio di dare forma, Guadagnare avere paura, Verifica,...Che cosa non ha? Servo senza utile, Chiamò camminando, Avvicinatosi, Nascose, Paura, Fuori, Il tutto che è prezioso, Il suo essere.

Primo Role playing

Il conduttore dà la consegna: "Ora ci suddividiamo in due sottogruppi e ciascun sottogruppo darà vita ad una breve rappresentazione di questa storia; vi invito ad improvvisare e a non ripetere in modo meccanico il testo, piuttosto sforzatevi di entrare nei sentimenti e nel modo di essere e di ragionare del vostro personaggio e sentitevi liberi di rappresentarlo con spontaneità".

Il gruppo si suddivide in due sottogruppi e ciascun sottogruppo prepara una rappresentazione spontanea del testo; emergono due scene:

Prima rappresentazione

Personaggi: Padrone; tre Servi, la Paura e la Fiducia che agiscono su uno dei tre servi.

Postura di partenza: Padrone in piedi, tre Servi inginocchiati in posizione fetale, Paura e Fiducia in piedi dietro uno dei tre Servi.

Il Padrone distribuisce a ciascuno i talenti (*alcuni pennarelli*): a uno cinque, a un altro due, a un altro uno.

Il Servo che riceve i cinque talenti fa un monologo, esprimendo varie cose che ora può fare grazie ad essi, anche allo scopo di mostrare al Padrone di saperli impiegare bene; il Servo che ne riceve due afferma di voler andare perché muore dalla voglia di usare queste "cose"; la Paura si rivolge al Servo con un solo talento dicendogli: "Perché tu solo uno? Sei meno degli altri?" e d'altro canto, la Fiducia reagisce: "Non è vero, sei importante, a ognuno secondo la sua potenza, abbi fiducia"; le due voci proseguono per un po' l'interazione con il servo il quale alla fine riprende la posizione fetale e nasconde dentro il suo corpo il talento.

Al ritorno del Padrone, il primo Servo riporta i talenti ricevuti insieme a quelli che ha guadagnato e il Padrone gli dice: "Bene, Servo fedele, sei stato fedele nel poco, ti darò autorità su tanto, tantissimo, entra nella mia gioia".

Venuto poi il secondo Servo, il Padrone gli dice: "... Sei la mia gioia, entra nella mia gioia!".

Infine, il Padrone si dirige verso il terzo Servo, questi non parla e, in sua vece, parla la Paura che dice: "Io ho avuto paura, paura, me ne hai dato uno solo ed io non ho saputo sfruttarlo ed ho nascosto il talento".

Il Padrone gli risponde: "Hai scelto di rimanere solo...".

Il terzo Servo: "Era uno solo, se lo perdevo cosa facevo?".

Il Padrone: "Appunto perché sai che sono severo potevi farlo fruttare attraverso i banchieri", e lo manda via. Il Servo lascia il talento per terra e se ne va.

Seconda rappresentazione

Personaggi: Padrone, tre Servi, Banchiere;

Postura di partenza: Padrone in piedi nel centro della scena, tre Servi in piedi di lato, uno di fianco all'altro, Banchiere seduto un po' scostato dal Padrone e dall'altro lato rispetto ai servi.

Il primo Servo si avvicina e riceve un talento *per danzare* e poi si allontana danzando; il secondo Servo riceve un talento *per disegnare*, quindi, si siede ed inizia a disegnare; il terzo Servo riceve il talento della *paternità* e se ne va con la testa un po' bassa.

Il primo Servo va dal Banchiere e gli propone di insegnargli a ballare; i due iniziano a danzare insieme, poi il Servo lo saluta e se ne va; il secondo Servo va anch'egli dal Banchiere e lo invita a disegnare insieme; infine, il terzo Servo va dal Banchiere e gli dice: "Il Signore mi ha dato il dono della paternità ma io non ce al faccio, è troppo per me, ci ho pensato su, però forse si è sbagliato, lo tengo, ma se un giorno il Padrone ritornerà gli dirò: "Grazie, ma...", e va a sedersi vicino agli altri due Servi.

Il Padrone rientra in scena ed i primi due Servi gli vanno vicino e, ciascuno insieme al Banchiere, gli mostrano un saggio del loro talento; infine giunge dal Padrone il terzo Servo e gli restituisce il talento dicendo di non essere riuscito ad usarlo. Il Padrone gli risponde: "Non hai trafficato il tuo talento, perciò non ti sei realizzato e rimarrai solo".

Secondo role playing

A questo punto viene proposto ai due sottogruppi un secondo gioco di ruolo nel quale, le trame delle due scene restano le stesse mentre il conduttore cambia i ruoli dei personaggi a propria discrezione.

Prima rappresentazione

Personaggi (tra parentesi è indicato il ruolo che ciascun personaggio rivestiva nella scena precedente): Padrone (Paura), primo Servo (Servo con un solo talento), secondo Servo (Fiducia), terzo Servo (Padrone), Fiducia (secondo Servo), Paura (primo Servo).

Varianti di rilievo rispetto alla rappresentazione precedente:

La Paura e la Fiducia interagiscono anche con gli altri due servi;

La Paura ha un atteggiamento canzonatorio, disilluso e deprezzante nei confronti del servo e della situazione legata al dono del talento;

Il Padrone "torna" e dapprima va da due servi, i quali nel frattempo hanno costruito insieme un disegno attraverso i talenti (*pennarelli*) e li loda: i due Servi si abbracciano;

Quando il Padrone giunge dal terzo Servo lo trova seduto insieme alla Paura (la Fiducia è rimasta con gli altri due Servi) e il Servo gli restituisce il talento. Il Padrone gli ripete più volte: "E' tuo!", allunga il suo braccio come per prendergli la mano ma il Servo rifiuta, i due si alzano e se ne vanno in direzioni opposte.

Seconda rappresentazione

Personaggi: Padrone (Servo con un solo talento), primo Servo (Padrone), secondo Servo (Banchiere), terzo Servo (primo Servo), Banchiere (secondo Servo).

Varianti di rilievo rispetto alla rappresentazione precedente:

Il Padrone dice ai servi: "Devo partire per un viaggio, mi fido di voi, conoscete come sono"; poi, rivolgendosi al terzo Servo gli dice: "A te ne do uno, non essere invidioso, è una cosa particolare...";

Ricevuto il talento, il Servo con un solo talento si avvicina al Banchiere per impiegarlo, come hanno fatto gli altri due. Dapprima si siede e tace, poi decide di alzarsi e di andarsene con una scusa, dicendo: "Adesso devo andare, ho una cosa da fare..."; lo stesso avviene incontrando gli altri due Servi i quali vorrebbero coinvolgerlo nella loro gioia;

Al ritorno del Padrone il primo Servo va da lui e, riferendosi all'esperienza vissuta, gli dice: "E' stato bello!"; il secondo Servo similmente comunica: "Ci siamo divertiti in due";

alla fine giunge il terzo Servo che dice al Padrone: "Ho provato... ma questo talento non è su misura per me"; il Padrone replica: "Mi dispiace, però io questo talento l'avevo concepito solo per te, purtroppo sei una persona fallita, con mio dispiacere forse ci rivedremo più avanti però adesso vattene, là"; il Servo si dirige verso l'angolo della stanza.

Terzo role playing

Il conduttore invita il gruppo a scegliere tra le due rappresentazioni quella che ha colpito di più; a maggioranza viene scelta la seconda; il conduttore la fa rimettere in scena annunciando che ci saranno degli STOP-SCENA o FERMO-IMMAGINE nei quali alcuni personaggi saranno invitati ad esprimere a voce alta quello che in quel momento gli passa dentro.

Riporto qui di seguito gli interventi che mi appaiono più significativi:

Padrone (inizio rappresentazione): "Non voglio fare preferenze, sto facendo una scommessa con me stesso; la scommessa è: ci sono anche se non ci sono".

All'inizio:

Primo Servo: "Sento di aver ricevuto fiducia";

Secondo Servo: "Sono sconcertato per la fiducia che ho ricevuto";

Terzo Servo: "Sento il peso di una cosa più grande di me".

Dopo l'incontro con il Banchiere:

Primo servo: "Sento il gusto di condividere e di donare... un po' è anche un dovere morale... non posso non farlo...".

Banchiere: "Una cosa che fa piacere, piacere di essere scelti".

Secondo Servo: "Un po' di fatica; mi accorgo che nella condivisione c'è una ricchezza in più però anche l'imbarazzo di mettere in gioco il mio talento, di credere nel mio talento, incertezza sul suo valore".

Banchiere: "Piacevole però strano".

Terzo Servo: "Sto fuggendo da questa cosa, mi mette in difficoltà, non mi sento a mio agio".

Incontro con il Padrone al suo ritorno:

Padrone: "Voglio vedere se si sono fidati da me, che cosa è successo".

Primo Servo: "Senso di esserci, ballare, divertirmi".

Padrone: "Sono contento per lui".

Primo Servo: "Sono contento di stare in questo posto, accanto a questo padrone".

Padrone: "Ho fatto una scommessa con te, ho rischiato con te".

Secondo Servo: "La gioia grande di trovarmi di nuovo con il tesoro; sento di aver ricevuto un grande tesoro, all'inizio ho avuto paura di dividerlo, poi l'ho fatto".

Terzo Servo: "Non me la sento di accettare questo dono... la difficoltà e la paura mi hanno bloccato".

Padrone: "La tua infelicità è anche la mia infelicità; non sei stato utile né per te né per me, mi dispiace ma devo farti allontanare da me".

Terzo Servo: "Mi sono reso conto che io potevo affidarmi a lui ma non me la sono sentita di affidarmi".

A questo punto il direttore chiede di fare dei "doppi" ai personaggi in scena, l'attenzione si dirige essenzialmente verso il servo allontanato:

Il Padrone: "Forse devo chiedere a mio figlio di uscire e andarlo a cercare";

Il primo Servo: "Sono contento per quel che ho ricevuto ma confuso per la sorte dell'altro servo";

Il terzo Servo esprime rabbia verso il padrone: "Di quale verità parli?".

Infine, il direttore dà la seguente consegna: "Mettendovi al posto di uno dei personaggi e dandogli voce o movimento, create una conclusione a questa storia che sia di vostro gradimento".

- Uno del gruppo prende il posto del Padrone e dice: "Non ce la faccio più a stare qui ad aspettare, vado a cercarlo"; si alza, va dal terzo Servo e l'abbraccia.

- Rispondendo a quest'abbraccio, uno del gruppo dà voce al terzo Servo dicendo: "Quest'abbraccio esprime il cambiamento delle relazioni tra me e il Signore".

- Un altro prende il posto del terzo Servo e dice: "Voglio uscire di qui, da questo buio..."; va dal Padrone insieme al primo Servo e abbraccia entrambi. Qualcuno del gruppo reagisce comunicando che questo cambiamento è troppo veloce e troppo facile.
- Prendendo il posto del secondo Servo, uno dice al Padrone: "Io sono felice di stare con te ma ti chiedo di spalancare le porte della tua misericordia anche per l'altro servo".
- Uno dell'uditorio va dal terzo Servo e, prendendolo per mano lo porta vicino al primo Servo e prende anche lui per mano invitandolo a fare lo stesso con il Padrone: si crea una catena di persone che si tengono per mano; da questa catena nasce un nuovo abbraccio del primo Servo e del Padrone verso il terzo Servo.
- Un altro terzo Servo si avvicina strisciando dal Padrone e stando con la faccia a terra chiede perdono; il direttore lo invita a dare voce a quello che ora sta provando; egli dice: "Sento che sto male e che devo fare qualcosa e sento che posso andare dal padrone, però non ho niente da dire se non stare lì in silenzio e aspettare". La scena viene ripetuta e il direttore invita a trovare delle possibili risposte a questo gesto del Servo. Uno del gruppo, nel ruolo del Padrone, afferma: "Sento un uomo strisciante davanti a me e io questo non lo voglio, non voglio sentirmi un Dio magico"
 Direttore: "Come si potrebbe sciogliere questa situazione?"
 Assumendo il ruolo del Padrone uno viene e solleva il Servo e iniziano a camminare insieme, un altro viene, gli parla e poi lo prende per mano e lo abbraccia.

Partecipazione del gruppo

Di seguito una sintesi degli interventi del gruppo al termine della drammatizzazione.

Giovanna: "Nella seconda rappresentazione, quelli che venivano dal Banchiere per invitarlo a fare qualcosa con loro mi sembravano come obbligati da una sorta di istanza morale come a dire: -Se sei fortunato devi fare qualcosa per gli altri-. Mi sentivo nervosa finché uno del gruppo non ha esplicitato che c'era stato troppo buonismo, troppa fretta nel risolvere il conflitto del terzo Servo. Ero anche arrabbiata perché non riuscivo ad esplicitare che questo Servo doveva restare là, nel buio".

Michela: "E' stato liberante quando qualcuno ha espresso la rabbia del terzo Servo verso la "verità" del Padrone. Nella prima rappresentazione la personificazione della paura rendeva più realistica la scena. Tuttora mi resta un senso di incompiutezza perché mi sembra che stiamo girando attorno al punto centrale senza toccarlo".

Antonio: "L'esperienza che ho sentito di più è stato l'abbraccio tra i Servi e il Padrone; in esso si è come sciolta la stasi in cui tutti rimanevano immersi nella loro presunta giustizia".

Simona: lo ho vissuto il mio personaggio (il terzo Servo) in modo un po' pesante: non è stato facile prendere contatto con le mie emozioni, soprattutto quando venivo cacciata fuori. I doppiaggi che ho ricevuto in quel momento hanno tirato fuori le mie stesse emozioni; sono molto severa con me stessa... L'abbraccio era l'unica cosa di cui avessi bisogno in quel momento".

Stefano: "Per me è stato importante mettermi davanti a questo abbraccio perché più volte mi sono letto nei panni del terzo Servo. Ho capito meglio cosa sia il buio dentro di me: disistima, sensi di colpa, sentirmi giudicato da Dio; il senso di colpa smorza le mie energie... La voce del padre mi rivela quella che è già la mia situazione".

Riccardo: "Mi sono venuti in mente alcuni passaggi della mia vita: il moralismo, il dover essere, fino all'andare a trafficare. Il senso del dovere è molto radicato in me; ho bisogno di riconoscere e accettare i doni che ho, di sentire che il Padre ha fiducia in me. Il buio mi faceva sentire che Dio non mi manda nel buio ma sono io che me lo creo; mi rendo conto

di avere tante paure”.

Noemi: “Mi ha colpito il Servo che si trova nel buio, il fatto che scelga il buio piuttosto che la luce; mi ha colpito anche il fatto che sia stato espresso il senso di incompiutezza e non realizzazione di chi nasconde il talento. Mi ha commosso l’abbraccio tra il terzo Servo e il Padrone, però lo sento distante dalla mia vita reale. Mi ha colpita anche l’idea di produttività, il disprezzo per il Servo che ha solo un talento”.

Miriam: “Impressione di avere il talento e non saperlo apprezzare per quello che è, avere dei doni e non saperli utilizzare, non capire che ci sono. Sento che il Signore mi viene incontro e mi accetta così come sono”.

Giulio: “Durante il gioco di ruolo ho sentito più volte la responsabilità di avere il pallino in mano; sento di dover stare attento a non sgarrare dal testo biblico, dalla fedeltà a quel che esso dice, ma forse ho introdotto delle mie pre-comprensioni. Forse Dio non si rassegna a vedermi fannullone e mi rompe le scatole per questo. Nei panni del Padrone, sentivo che se avessi permesso il gran finale tipo “E vissero tutti felici e contenti” avrei manipolato Dio. Lo scegliere porta con sé bellezza e fatica”.

Franco: “Ho vissuto tutta l’attività con molta intensità di emozioni; ho sentito forte la compresenza di due posizioni: da un lato il Signore che mi dà responsabilità, dall’altro un buco che non si sapeva come colmare e risolvere”.

Rossana: “Sento un’emozione positiva ma sono confusa e mi viene da chiedere: -E allora?!-”.

Letture esegetica del testo

La Parabola dei Talenti è la terza di una triade di parabole poste nella parte finale del discorso escatologico (capp.24-25), il quale, a sua volta, precede immediatamente il racconto della passione, morte e resurrezione di Gesù, con cui si conclude il vangelo di Matteo (capp. 26-28). Tema di fondo del discorso escatologico è l’invito a vegliare ed essere pronti per il ritorno del Signore-Sposo (vedi 24,42; 25,13), il quale verrà nell’ora in cui meno lo si aspetta (cfr. 24,44). Sotto a questo invito esplicito occorre coglierne un altro, più implicito e pressante: quello di decidere al più presto di vivere secondo il Vangelo!

La parabola biblica non è mai un racconto storico di eventi accaduti o che accadranno; scopo della parabola è porre l’accento su un punto ritenuto cruciale per la vita del credente. In alcuni casi, come nella nostra parabola, tale punto fa riferimento ad un conflitto interiore ed ha lo scopo di facilitare in colui che ascolta il riconoscimento, l’accettazione e il superamento del conflitto stesso.

Qual è il conflitto che la parabola dei talenti vuol mettere in luce? Perché il vangelo vuole presentarci questo conflitto? Risponderò a queste domande ripercorrendo brevemente la trama narrativa del testo.

Al v. 14 il racconto esordisce raccontando di un uomo che, partendo per un viaggio, chiama i suoi servi e dà loro il suo essere-avere (il verbo usato nell’originale greco fa riferimento sia all’essere, alla vita di una persona, sia ai suoi beni). Uscendo dalla metafora, è evidente che il testo qui sta parlando di Dio che crea il cosmo e la vita e poi li consegna all’uomo. Questi riceve non solo dei beni esterni ma, come ogni figlio, egli eredita la vita stessa di Dio, ossia la sua vita *interna*, quella che *pulsa* nelle sue vene, nelle sue viscere, nel suo cuore: sono questi i talenti.

Subito, i primi due servi si mettono in cammino per mettersi al lavoro in (dentro a) essi: il *dentro* sottolinea che il lavoro ha caratteristiche interiori prima che esterne; infatti, esso avviene *dentro* ai propri talenti; la risorsa, il tesoro, ciò che viene trafficato è anzitutto il proprio mondo interno, le risorse interiori che mettono a contatto con la potenza di vita di cui Dio stesso è la matrice.

Tuttavia, un terzo servo, ricevuto il talento, decide di scavare un buco per terra per nascondere la moneta preziosa. Tale gesto equivale ad una sepoltura: quest'uomo decide di seppellire la sua stessa vita, rinunciando ad esprimerla in tutta la sua potenzialità.

Più tardi, egli giustifica questa sua scelta in base a due motivi: la sua conoscenza del signore come di un uomo duro (letteralmente: sclerotico, rigido, inflessibile) e la sua paura di perdere il talento e di non poterlo restituire. Fuori di metafora, il servo esprime una modalità di vedere Dio come giudice punitivo e inflessibile di fronte al limite umano! Egli giustifica il suo comportamento non tanto mettendo in primo piano il suo limite quanto la paura nei confronti di un Dio che non pare accettare che le cose possano andare male e che, rischiando, si possa anche perdere. Il Dio di quest'uomo ama e gratifica condizionatamente, nella misura in cui egli stesso è amato e gratificato dall'uomo. Risiede qui il punto conflittuale che la parabola mette in luce: il terzo servo non è tanto figura dei derelitti e falliti che riposano nelle pieghe oscure della storia umana, quanto di coloro che non mettono in gioco la loro vita perché bloccati dall'immagine di un Dio che è incapace di comprendere, perdonare e accogliere.

Punto della parabola è svelare nel credente il dubbio di essere amato che rappresenta il male fondamentale dell'uomo. Scontrandosi con questo dubbio la vita stessa soccombe: "Non restare in silenzio, mio Dio, perché, se tu non mi parli, io sono come chi scende nella fossa". Smette di vivere colui che non si sente amato ed entra nelle dimensioni del buio, dell'angoscia e del non-senso.

Portando gli ascoltatori ad identificarsi con quest'ultimo servo, la parabola vuole mettere in luce il conflitto che alberga nel loro cuore: essi provano un senso di ingiustizia nel vedere la sorte di questo servo e si chiedono: "Perché Dio è stato così duro con lui? Perché chiama infedele una persona che ha paura? Dov'è finito il Dio misericordioso che siamo abituati a conoscere?". In tal modo anche per essi, come per quel servo Dio appare duro e il suo comportamento inaccettabile. Ma al terzo servo e a quegli ascoltatori Dio risponde: "Io non sono duro, io non sto facendo altro che farti vedere dove tu sei³! Non sono io che ti ho cacciato fuori, al buio, sei tu che ti sei autoescluso; riconosci questo? Allora rifletti: perché l'hai fatto? Di che cosa avevi paura? Forse non ti fidi più della mia bontà, del mio amore?! Già..."⁴.

La parabola dei talenti mette in luce il grande inganno di cui è portatore l'uomo religioso: ritenendo di dover apparire perfetto agli occhi di un Dio severo, egli inibisce tutte le proprie risorse vitali e si autoesclude dal gioco della vita. Scopo della parabola è rendere consapevole l'uomo di quanto sia terribile questa esclusione scelta in nome di un'immagine falsa di Dio, ossia di un Dio che inibisce le energie vitali e vuole piuttosto la perfezione.

Tale consapevolezza vuole indurre negli ascoltatori una reazione: sono essi ora, che cogliendo la propria autoesclusione dalla vita e dall'amore, dovranno decidere se scegliere di vivere in pienezza, nella buona notizia dell'amore - per-dono: infatti, mentre il finale della parabola non ammette repliche, la realtà sì!

Osservazioni sul processo svolto

³ Nel linguaggio psicodrammatico, le parabole in genere e questa in particolare offrono degli specchi, delle concretizzazioni del mondo interno dell'uomo e del credente.

⁴ Nel vangelo non troviamo queste ultime parole, tuttavia è importante notare che la parabola dei talenti precede immediatamente il racconto della Passione, morte e resurrezione di Gesù, che rappresentano una risposta nei fatti di dove arriva l'amore senza condizioni di Dio.

Buona parte del processo svoltosi nel corso dei role-playing ha portato l'attenzione sul terzo Servo. Tuttavia, nei confronti di questo ruolo, il gruppo ha assunto un atteggiamento ambiguo; da un lato, è emerso il bisogno di distinguersi da esso tendendo piuttosto ad identificarsi con gli altri due servi più "realizzati"; dall'altro, la durezza con cui il padrone lo tratta ha fatto emergere una reazione nei confronti dell'ingiustizia del padrone stesso e il bisogno di "salvare" in qualche modo questo servo, reintegrandolo nell'amicizia con il Padrone e con gli altri due servi (si vedano i vari finali proposti). Piuttosto che cogliere la forza di specchio costituita dal terzo Servo, il gruppo sceglie di portarlo ad una sorta di ravvedimento che renda di nuovo possibile l'incontro col Padrone, il quale, a sua volta, si spoglia via della propria rigidità fino a diventare un padre accogliente.

In altri termini, il gruppo mette in atto un tentativo di rimozione evitando di entrare nel nucleo conflittuale rappresentato dal terzo Servo, ossia la sua scelta di rinunciare a vivere in nome di un'immagine deformata di Dio. Affrontare questo nodo avrebbe comportato aprirsi sul vissuto di non sentirsi amati, il quale, inevitabilmente, porta a confrontarsi con le figure significative della propria storia. Evidentemente, il gruppo –appena formatosi- non si sentiva pronto per un passo così importante; perciò ha preferito trasformare in positivo il messaggio proveniente dal Padre-Padrone.

Si giustifica così la reazione di chi ha visto una conclusione troppo affrettata e "buonista" del conflitto oppure di chi ha sentito una sorta di incompiutezza nel percorso.

Per i genitori: “La madre dei figli di Zebedeo”

“Ciò che è bene e desidero per i miei figli”

2 incontri di 4 ore complessive

1° incontro: Genitori e figli una relazione da imparare...

Obiettivo

Permettere ai genitori di raggiungere una percezione più ampia sulle caratteristiche ed i significati insiti nella vita e nei ruoli dei ragazzi dell'età dei propri figli e rispetto al ruolo di genitori.

- Presentazione del conduttore, della metodologia e del tema degli incontri proposti
- Presentazione: mi chiamo e davanti ai miei figli provo questi sentimenti....
- Cartelloni su come sono i figli nelle diverse età (dei figli dei genitori presenti)
(I genitori, volendo attraverso l'uso di post-it, scrivono alcune parole chiave, rispetto alle caratteristiche dei figli, dell'età in oggetto, e incollano i post-it sul cartellone, sul quale è disegnata una grande sagoma vuota).
- Cartellone del genitore ideale
(I genitori, volendo attraverso l'uso di post-it, scrivono alcune parole chiave, evidenziando anche il “come” è bene che si rapportino con i propri figli).
- Lettura e discussione: prima il commento dei partecipanti; poi del conduttore

Materiali: post-it / biro/ 3 pennarelloni /cd musica serena

2° incontro: Cosa desideriamo e come accompagnarli verso il loro futuro?

Obiettivo

Una maggiore consapevolezza nei genitori, rispetto al “figlio che realmente desiderano, tra sogni di successo mondano e desideri legati alla crescita nella fede in Gesù Cristo.

- Conduttore: accoglienza ed introduzione dei significati dell'incontro
- I partecipanti a turno: “Sono... e sento di poter essere per i miei figli...come un”
- Sottolineature del conduttore: come uno specchio, restituisce le impressioni colte dal gruppo.
- I partecipanti a turno: “La cosa che più desidero per i miei figli è...”.

- Sottolineature del conduttore: come uno specchio, restituisce le impressioni colte dal gruppo.
- Confronto attivo ed esperienziale su (Mt.20, 20-23.24-28)
- Lettura; loro sottolineature; commento del conduttore.
- Drammatizzazione:
Porre dei teli colorati per terra, che simbolizzino i personaggi o gli elementi della scena, di seguito elencati. Tali drappi colorati, serviranno anche per caratterizzare i personaggi della scena.
- Il conduttore spiega cosa si farà e con che modalità.
- Il conduttore chiede una decina di volontari per fare le inversioni di ruolo con gli elementi della scena.
- Elementi di possibile inversione di ruolo:

- Madre;

- Marito, Zebedeo, che osserva da fuori;

- I 2 figli, (volendo si può anche immaginare che uno miri al potere mondano ed uno a - seguire Gesù e la sua croce);

- Gesù. (Eventuali frasi, da Lui espresse, saranno le stesse del testo)

- il trono del potere;

- Un crocefisso, posto su una specie di trono, rispetto al quale il conduttore dice: "questa è la croce di Gesù che "non è venuto per essere servito ma per servire e dare la Sua vita in riscatto per molti".

- 2 discepoli sdegnati"

- Il trono del potere ed il crocefisso vengono contrapposti nella sala. Accanto a loro sederanno i figli. In mezzo Gesù e la madre. Sullo sfondo i discepoli.
- Intervista dei personaggi;
- Azione e lavoro di amplificazione della scena...(messaggi; doppi; specchi; soliloqui; gesti)
- Partecipazione finale davanti al crocefisso in clima di preghiera

Materiali: crocefisso; teli colorati; musica soft

La trasmissione della fede ai propri figli

Parlare di fede ai propri figli

Oratorio di Salò - 2006

Di seguito la scansione dell'incontro:

- (Cero acceso al centro,)
- Presentazione del Conduttore
- Presentazione del tema della fede come un mistero di cui un cero acceso è immagine
- Lettura del Deuteronomio (6, 6-9)

Premessa condivisa con il gruppo di genitori

“Quali sono i momenti privilegiati per testimoniare la propria esperienza di fede ai figli? E in che modo la comunità dei credenti, nella quale la famiglia è inserita, deve interagire con la stessa?”

Nello *Shema'*, la professione di fede che l'ebreo osservante recita quotidianamente rimettendosi in ascolto della Parola rivelata, troviamo le seguenti indicazioni:

Questi precetti (letteralmente: *devarim*, cioè "Parole") che oggi ti do, ti stiano fissi nel cuore (cioè nel tuo centro vitale); li ripeterai ai tuoi figli, ne parlerai quando sarai seduto in casa tua, quando camminerai per via, quando ti coricherai e quando ti alzerai: te li legherai alla mano come un segno, ti saranno come un pendaglio tra gli occhi e li scriverai sugli stipiti della tua casa e sulle porte. (Dt 6, 6-9)

Si può quindi affermare che ogni momento della normale vita quotidiana costituisce uno spazio particolare per la testimonianza di fede di chi ha "fissato" la Parola rivelata nel suo cuore: ogni momento è un'occasione per ricordare a se stessi e ai propri figli cosa significa rispondere con la vita al Signore che ha liberato dall'Egitto. Inoltre, poiché l'uomo ha bisogno di "segni" che lo richiamino al suo senso di appartenenza, ecco anche delle "indicazioni pratiche": si fa infatti riferimento ai *filatteri*, scatolette di cuoio contenenti alcuni brani della Torah che l'uomo pone sulla fronte e sul braccio sinistro all'altezza del cuore durante la preghiera del mattino, e alla *mezuzah*, astuccio contenente i brani biblici che compongono lo *Shema'* che gli ebrei osservanti collocano sugli stipiti delle porte di casa. In tale contesto la Parola è resa presente in famiglia sia attraverso la testimonianza dei genitori che attraverso il suo essere *segno* nello spazio domestico".

Scaletta consegne per l'incontro

- Vi chiedo di associare una parola, o immagine, o emozione alla parola FEDE
- Provate a pensare alla persona e all'esperienza della vs. vita che maggiormente vi ha permesso di comprendere il significato della fede.
- I genitori, a piccoli gruppi, leggono la descrizione di un fatto avvenuto in famiglia, tra genitori e figli, che mette in luce diversi modi di *parlare di Gesù*. Devono trovare soluzione riguardo al tema indicato. (Vedi le situazioni sotto riportate).
- Quali momenti pensate possano essere privilegiati per testimoniare la fede ai figli?

Per i genitori di terza media:

- A) Roberto ha finito la terza media e finalmente ha ricevuto il Sacramento della Cresima. Con il nuovo anno, a settembre, Roberto riceve un invito per un incontro tra adolescenti, lui non è molto convinto, anzi pensa proprio di rinunciarvi. I genitori, davanti a questa sua intenzione... e pensando al suo bene...
- B) Squilla il telefono. E' il catechista del gruppo di Rolando. "Sono Alfredo, il catechista di Rolando, volevo ricordargli l'appuntamento di domenica: la marcia della vita". La mamma, mentre ascolta al telefono pensa che Roberto sia preso da 1000 cose, ha pochissimo tempo..., d'altra parte pensa che...
- C) Il Parroco in vista della cresima dei suoi ragazzi ha chiesto a loro e alle rispettive famiglie un gesto di solidarietà concreto. In famiglia da tempo si parla solo dei preparativi per quanto riguarda ristorante e doni. Il figlio li aspetta con ansia...Davanti alla richiesta del Parroco e alle aspettative di Luciano i genitori pensano...
- D) I Genitori di Fausto sono stati invitati dalla catechista a dire una preghiera insieme prima del pranzo. E' una cosa che non hanno mai fatto in 10 anni di vita familiare. Pensano che la cosa sia giusta, ma dentro di loro si sentono imbarazzati, impacciati e un poco perplessi... Alla fine...

Per i genitori di quarta e quinta elementare:

- A) Un papà di fronte al bambino un po' impaurito per l'imminente Sacramento della Prima Confessione dice: "Non preoccuparti, via il dente, via il dolore, tanto poi non ti confesserai più!" La mamma ascolta e interviene dicendo...
- B) La catechista di Federica incontra la mamma e le chiede il perché Federica non partecipa ai ritiri proposti dall'Oratorio. La mamma, ascoltandola, pensa a Nicola che le ha raccontato che nell'ultimo ritiro aveva fatto dei giochi, non meglio identificati, con il gruppo dei suoi coetanei..., poi pensa a quando lei era piccola e ai ritiri fatti..., ed infine risponde...
- C) È morta la nonna dopo tante sofferenze; il parroco è venuto in famiglia e ha detto che Dio non getta le sofferenze sugli uomini, ma le sopporta con loro! E li invita alla

fedele nella vita eterna. Più tardi Marta dice alla mamma: "Perché Dio non ha fatto nulla per salvarla...?". La mamma...

D) I Genitori di Fausto sono stati invitati dalla catechista a dire una preghiera insieme prima del pranzo. E' una cosa che non hanno mai fatto in 10 anni di vita familiare. Pensano che la cosa sia giusta, ma dentro di loro si sentono imbarazzati, impacciati e un poco perplessi. Alla fine...

Fase finale

- Ci si ritrova in plenario e ogni gruppo racconta la propria soluzione se unanime, oppure si presentano le varie soluzioni emerse nel gruppo.
- Alla luce del messaggio offerto durante l'incontro si mettono in luce gli aspetti riscontrati nel dialogo con i genitori, accanto a questi si indicano anche gli aspetti problematici.

Osservazioni

Per mancanza di tempo non è stato previsto, ma, per perseguire l'obiettivo di questo incontro, sarebbe molto utile effettuare dei *role-playing*, ovvero delle *simulazioni*, preparate nei vari sottogruppi, con le quali si provi ad esplicitare modalità relazionali che favoriscono la testimonianza e trasmissione della fede ai propri figli.

La Samaritana e l'acqua di Gesù

HO SETE! A quale acqua abbeverarsi per salvarsi?

Percorso per 50 giovani di un gruppo missionario, nel corso di un loro campo estivo

Di seguito lo schema dei contenuti e delle fasi operative, molto sintetizzato.

I nostri bisogni profondi:

Ho sete di...:

Senso.

Colmare il vuoto.... a solitudine...

Superare la Paura... di non essere amato... adeguato... della morte.

I contenuti, rispetto alle risposte possibili

Quale "acqua" per salvarmi?

Quella della società di oggi <i>Più certa ma più illusoria</i>	Quella di Gesù <i>Necessita credere, può spaventare, ma se sperimentata è rispondente, disseta : "La Samaritana e Gesù"</i>
Piacere	Essere con Lui, contare sulla Sua presenza, il Suo affetto
Potere – apparire <i>Chiedo che i miei figli possano sedere alla sinistra e alla destra...nel regno dei cieli"</i> . (Mt.20, 20-23.24-28)	Alla sua sequela, seguendo la Sua Parola, ascoltandolo, imitandolo, provvedendo alla sete del povero (nel quale c'è anche Lui che ha sete di noi). <i>"Avevo sete...e mi avete dato da bere..."</i>
Possesso	Affidare a Lui la mia vita, le mie scelte
"Sballo"	Sperare in Lui e nella Sua salvezza <i>Paura..."Chi si salverà...; impossibile all'uomo ma possibile a Dio"</i>

Il percorso

Per essere consapevoli del bivio che incontriamo...:

- Costruzione scenica di un bivio con le indicazioni alle due diverse "fonti possibili".

- Rispetto a questo bivio costituire 3 gruppi, che in 20' preparano i contenuti legati al loro ruolo, di seguito esplicitato:

a) quello dei giovani al bivio (che ascolta le proprie domande, ansie, bisogni, ecc.)

b) quello di chi, tornando dalla fonte di Gesù racconta come è...

(aspetti positivi e difficoltà)

c) quello di chi, tornando dalla fonte della società di oggi, racconta come è...
(cosa promette e cosa dà e genera effettivamente)

- Azione scenica, nella quale rappresentanti di ogni gruppo mettono in azione, rappresentano, i contenuti elaborati nel loro sottogruppo.

- Ogni partecipante parte per un'ora di camminata meditativa individuale, Nella quale riflette sulle possibilità che si trova davanti nella vita...

- Partecipazione finale, in gruppo, su come è andata l'esperienza.

Per conoscere dalla Parola... di che acqua si tratta, quella di Gesù:

- Confronto attivo ed esperienziale sulla Parola del brano biblico "La samaritana e Gesù" (L'acqua che disseta veramente). Si veda il relativo paragrafo.

Per coniugare l'incontro profondo con Gesù, anche nella sete del povero...:

- Confronto espressivo ed esperienziale sulla Parola del brano biblico: "Avevo sete...e mi avete dato da bere..." (...Il povero nel quale c'è Gesù che ha sete di noi...), per permettere di mettersi in un 'ottica di scelta, comprendendo ciò che richiede...:

- Confronto espressivo ed esperienziale sulla Parola del brano biblico: *La vedova che butta nel tesoro del Tempio le sue 2 monetine.*

Cosa sono disposto a mettere in gioco per dissetarmi veramente?

Laboratorio sul Natale con bambini

Obiettivo

Poter far vivere il cuore del Natale con sentimento e con tutti i sensi

Scaletta incontro, in preparazione al Natale, per un gruppo di bambini delle elementari

- Seduti in cerchio: Ogni partecipante: “Mi chiamo... e dico una parola che il Natale mi fa pensare”
- Invito ai bambini a camminare, osservando la sala e pensando a questo momento di incontro tra loro e con Gesù. (musica meditativa)
- Invito a girare su se stessi, come trottole, e quando si fermano *sono dei pastori* nella campagna. Qualcuno può scegliere di essere un cane pastore o una pecorella o ancora una grande quercia.
- Invito a scegliere dei teli colorati, degli oggetti per diventare meglio ciò che scelgono di essere. Quindi iniziano a muoversi così come sono diventati. (musica ritmata)
- Il conduttore, Mina, esce dalla stanza, rientra vestita da stella cometa che gironzola a ritmo di musica celestiale (Tu scendi dalle stelle), invitando i bambini a seguirla per andare a scoprire qualcosa di veramente unico, “una novità particolare, incredibile...”
- Sul lato della sala c'è la capanna, con la sacra famiglia di un presepe, precedentemente nascosto da un telo. La Cometa lo svela e dice di Lui: “Povero bisognoso del nostro calore... ci dona il suo amore... guardate...”
- I bambini, personaggi, elementi del presepe, stupiti..., sono invitati a mettersi dove vogliono, davanti alla nascita di questo “particolare bambino”, fermandosi ad osservare.
- A turno sono invitati a dire o a fare qualcosa che sentono il desiderio di esprimere. Anche Giovanni, l'altro conduttore, come pastore, e Mina come Cometa, lo fanno... (è bene farlo per primi se c'è da sbloccare, avviare la dinamica. I bambini possono essere doppiati con sottolineature o frasi invito).
- Poi sono invitati a togliere le vesti, a *tornare se stessi*, dopo un giro di trottole, e a sedersi intorno all'Icona della Sacra famiglia. Al centro un cero acceso.
- La sala viene un poco oscurata; ognuno può ringraziare Gesù o chiedergli qualche cosa pregandolo.

Osservazioni

L'esperienza ha permesso di entrare nel mistero, con tutti i cinque sensi e con i sentimenti e le emozioni dei piccoli partecipanti. Sembrava loro di vivere, con stupore, “molto più vicino”, quel grande avvenimento. Il momento della preghiera, di conseguenza, è stato vissuto in profondità.

La peccatrice nella casa del fariseo

Associazione Casaperta. Brescia – Ritiro per la Pasqua 2007

La peccatrice nella casa del fariseo

Luca 7-36/50 - 4 ore

- Presentazione del Conduttore, della metodologia e del tema degli incontri proposti
- Nome partecipanti, a giro, associando una parola o emozione alla parola “Pasqua”
- Camminata del gruppo nella sala. Rilassamento e attivazione psicomotoria, che facilita la consapevolezza di sé; *incontro* tra i partecipanti, attraverso un contatto libero.
- Camminando (musica meditativa)..., incontrano un crocefisso e un’icona pasquale poste ai due estremi della sala con lumini accesi.
- Invito ad associare parole passando vicino alle due “rappresentazioni”...;
- *Schieramento, sociometrico*, tra due polarità, del gruppo: “quanto mi sento “perdonato” tra tanto e poco”?
- Riprende la *camminata*... Conduttore: “Ora sei un *fariseo* orgoglioso di essere un “giusto”, ligio alla legge di Dio..., quasi un perfetto agli occhi della gente”... I partecipanti camminano sentendosi così...
- “Ora sei un *peccatore contrito*”...che si vergogna, per quanto ha fatto, camminando...
- Lettura Luca 7-36/50, sottolineature (da parte del gruppo) e commento del testo.
- Prima *drammatizzazione inedita*: 5 volontari per la scena. (Personaggi: Gesù; fariseo; donna; due importanti invitati, commensali).
Amplificazione attraverso: doppi, specchi, soliloqui o dando dei messaggi.
- Seconda *drammatizzazione inedita*: con cambio dei personaggi.
- *Doppi, specchi, messaggi* ai partecipanti, da parte del gruppo, a chi si vuole dei 5.
- A coppie si pongono (a turno) nel *ruolo* della peccatrice e del fariseo, assumendo una *postura fissa*, tipo statua, vicino all’altro (*controruolo*). Percependo il proprio peccato e il sentimento che lo accompagna. Nel silenzio, con una musica di sottofondo e luci soffuse.
- *Partecipazione*.

PAUSA

- *Immaginazione guidata* volta a far emergere immagini passate, presenti, future, desiderate, relative al proprio sentirsi, o no, accettato, perdonato, amato da Dio per quello che si è..., con la propria storia e il proprio modo d'essere...
L'Immaginazione guidata parte dal cuore del brano biblico, immaginando di esserci Dentro, per poi incontrare il vissuto di ogni partecipante.
- Ognuno, identifica l'immagine, tra le tante che tendenzialmente emergono, che maggiormente risuona dentro di sé.
- Condivisione in sottogruppo dell'immagine scelta da ogni partecipante.
- Scelta di quella che ha maggior *risonanza* nel sottogruppo.
- Racconto delle *immagini* scelte in plenaria.
- Scelta di quella che ha maggior risonanza tra i partecipanti (scelta per schieramento)
- *Psicodramma* della scena del *protagonista* (Solo se il conduttore è *psicodrammatista*, se no, non è possibile, ne è necessario farlo).
- Analisi della *scena drammatizzata*, con attenzione, a cogliere il Suo perdono, la Sua accettazione incondizionata.
- Davanti a un crocefisso e ad un'icona pasquale, in semicerchio (cero, ecc.) un pensiero o una preghiera conclusiva.

La “vera vite” incontrata da giovani tossicodipendenti

Cristina Zaniboni e Giovanni Brichetti

Presentazione dell’esperienza

Un percorso attivo esperienziale, articolato in tre incontri formativi ed un quarto di preghiera sul testo di Gv.15,1-13, tenuto presso la Comunità per tossicodipendenti di Paitone (BS). Il gruppo era composto da 8 giovani, (18-28 anni) con pesanti disagi esistenziali alle spalle; mediamente, con circa 5-6 mesi di permanenza in comunità alle spalle; qualcuno con recentissime ricadute. Oltre ai giovani della comunità, all’incontro, erano presenti il Conduttore dell’esperienza; una persona preparata, a livello di esegesi e una Psicologa, con funzione di osservatore - partecipante.

Scansione del primo incontro

- Presentazione del tema centrale: la *vera vite* come risposta gioiosa, inebriante a quella parte di *vuoto* che abbiamo dentro e rispetto ai nostri bisogni.
- Primo riscaldamento psicomotorio: camminata e rilassamento motorio
- Esercizi di riscaldamento psicomotorio: *Di che colore ti senti; Scodella dei colori.*
- Immaginazione guidata su: il vuoto, i bisogni, i desideri che sento dentro...; il vuoto che ha bisogno di amore e di essere colmato di azioni, frutti, pensieri, sentimenti, capacità, parole, sorrisi, equilibrio, esperienze...buone...; percezione specifica e visualizzazione del vuoto in se stessi...
- “Disegna questo vuoto”, (forse come fosse un recipiente, o qualche cosa d'altro...)
 - La vera vite (Secondo le parole di Gesù. Sarà solo accennata in questo incontro ed approfondita nel secondo)
- Costruzione scenica di un bivio per trovare la possibilità di colmare il proprio vuoto...
 - La vite – vino; Le sostanze psicotrope (una strada che conoscono ma da valutare!)
- *Bilancia delle sostanze*: Tre sottogruppi, rispetto alle sostanze, (rappresentano la bilancia delle scelte possibili, attraverso le seguenti inversioni di ruolo):
 - - *Aspetti positivi* (“siamo ciò che piace delle sostanze...”)
 - Posizione di chi è incerto e che si trova *davanti al possibile uso...*
 - *Aspetti negativi* (“siamo ciò che limita nelle sostanze...”)
- Partecipazione finale

Svolgimento del primo incontro

Dopo il primo giro di presentazione dei nomi, ed una rapida esposizione, da parte del Conduttore, relativa alla tematica del ciclo di incontri, i giovani sono stati subito coinvolti con un brainstorming, relativo ai contenuti e in particolare al titolo degli incontri. Gli elementi emersi sono stati molti e legati soprattutto al concetto della “vite” e ai suoi frutti; la maggior parte dei partecipanti, comunque, ha individuato immagini o concetti positivi, inerenti all’esperienza del vino inteso, concretamente, come fattore di aggregazione ma anche, simbolicamente, come fonte di speranza e di gioia per il futuro.

Si è di seguito entrati nel vivo dell’incontro. Per iniziare, si è chiesto ai giovani di camminare liberamente all’interno della stanza, seguendo il ritmo e le sensazioni suscitate dalla musica, per potersi rilassare e iniziare a prendere contatto con la sfera più profonda del proprio Sé. Nel corso di questo primo esercizio, poi, si è chiesto a ciascuno di esprimere, ad alta voce, i sentimenti che lo attraversavano. È stata questa una fase del lavoro, nella quale alcuni ragazzi si sono distratti, utilizzando, indirettamente, questo canale espressivo per sfogare il proprio imbarazzo e la propria tensione, dovuti alle tematiche in gioco e forse alle modalità scelte per “attivarle”. Per qualcuno ha giocato anche la novità della presenza di una ragazza nel setting.

Tali dinamiche si sono protratte anche per una parte della successiva *immaginazione guidata*, durante la quale si è chiesto ai giovani di rilassarsi profondamente, sempre ascoltando la musica, e di soffermarsi ad osservare le immagini che scaturivano dalla propria immaginazione

È stato interessante notare, nel corso di questo frangente, come qualche ragazzo abbia iniziato a manifestare insofferenza per l’atteggiamento, poco disciplinato e giocoso, di alcuni di loro; in seguito, l’intervento direttivo del Conduttore ha permesso di porre un freno a tali comportamenti, consentendo di far rientrare il gruppo in una prospettiva di maggior concentrazione.

È stato così possibile entrare nel vivo dell’incontro, chiedendo ai giovani, sempre all’interno dell’immaginazione guidata, di prendere contatto con i desideri e le aspettative più profonde del proprio Sé, con una particolare attenzione al proprio “vuoto”, a ciò che sentivano profondamente carente nella propria vita, cercando di dare una forma, un’immagine, a questo bisogno “esistenziale”.

La tecnica che è stata scelta per rappresentare questa immagine è stata quella grafica del disegno; ognuno ha avuto un congruo tempo per raffigurare, su un foglio, la propria “carenza”, utilizzando i colori a cera. È stato questo un mezzo per rielaborare ulteriormente e dare un senso più definito, una forma visualizzabile, a ciò che era stato colto nel corso dell’*immaginazione guidata*.

Di seguito ognuno ha avuto modo di condividere, con il resto del gruppo, quanto emerso, cercando di descrivere e di dare un titolo al proprio disegno.

L’ultimo passaggio, che ci ha permesso di entrare nel merito della tematica principale degli incontri, è stato quello relativo al “bivio”, che è stato rappresentato, schematicamente, con dei teli colorati posti al centro della stanza, con una specifica disposizione. Tale bivio rappresentava i diversi momenti della propria vita, ai quali ognuno si trova di fronte; tale scelta riguardava da una parte la “vera vite”, dall’altra l’uso delle “droghe”. Con quest’ultimo termine non si è voluto intendere solo l’uso di stupefacenti o di alcolici, ma anche tutte quelle abitudini e quei comportamenti che hanno su di noi l’effetto di una “droga”; questo, a mio avviso, per non fare sentire ancora più esclusi e “strani” i giovani partecipanti, ma anzi parte integrante della società odierna; e per permettere anche ai tre operatori e volontari presenti di sentirsi inclusi nella dinamica.

Nella parte conclusiva, la nostra attenzione si è focalizzata sul percorso “deviante”; si è visto come ogni “droga” sia caratterizzata da una parte più oscura, ovvero dai limiti e

dalle difficoltà che il suo uso provoca, ma anche da una parte più “brillante”, che attira a sé e che piace. La parte oscura è stata rappresentata da un telo nero, posizionato ad un lato della stanza, mentre dall’altro lato è stato posto un telo viola, a rappresentare la parte “attraente delle sostanze”; in mezzo si è posizionato un telo verde, a raffigurare coloro che, indecisi, devono scegliere che cosa fare proprio, se il lato oscuro o il lato attraente. Infine, è stato chiesto ad ognuno di posizionarsi accanto ad uno dei tre teli, al fine di personificare: o i limiti, o i pregi delle droghe, oppure ad esternare il pensiero di chi, in una situazione d’incertezza, davanti alla possibilità di usare sostanze, si trova a dover scegliere. Ciò che è emerso è stato assai stimolante ed arricchente, soprattutto da parte di chi, dopo aver sentito pregi e difetti, doveva provare ad esternare i pensieri e le emozioni che lo avevano accompagnato. E’ stato subito chiaro come il percorso di chi è in dubbio, o in crisi, sia accidentato e come sia più facile di quanto si pensi lasciarsi accecare dal “lato attraente” delle sostanze.

La condivisione del sentimento che li attraversava al momento, ha costituito l’ultima fase di gruppo a chiusura dell’incontro.

Scansione del secondo incontro

Obiettivo

Confronto espressivo ed esperienziale con la Parola: Giovanni 15,1-13

- Riprendono il disegno;
Ognuno, a turno lo fa vedere al gruppo;
gli altri danno un proprio titolo;
gli altri possono dire cosa viene loro in mente,
guardandolo e riflettendo rispetto a sé stessi;
il protagonista fa un *soliloquio* finale
- Egesi
Momento di rilassamento per predisporre all’ascolto
Lettura del vangelo: Giovanni 15 / 1-13
Sottolineature di parole o frasi da parte del gruppo
Commento dell’Esperto in esgesi
- Drammatizzazione
Predisposizione di una sorte di “scheletro della scena”, a forma di una grande vite, composta dai seguenti elementi (rappresentati, provvisoriamente, con fogli scritti e o teli colorati):
Icona di Gesù ; bibbia; forbice – (Che esprime il messaggio: “amatevi come vi ho amato”)
cordina che collega tutta la vite;
piantina autonoma;
frutto abbondante generico;
frutto della gioia piena
tralci ben potati;
tralci da potare
- Immaginazione guidata

Consegna: rilassamento disteso...: “immagina di osservare questa “vera vite” (vengono riassunte le caratteristiche degli elementi che la compongono, come citati nel

brano, permettendo che li sondino, nell'immaginazione guidata...) . “Vi invito a fermarvi, immedesimandovi in quell'elemento che ha più risonanza in voi, che attira di più la vostra attenzione... Ora ascoltate come vi sentite e come sentite gli altri elementi intorno a voi.

- Concretizzazione scenica

Consegna: “ora vi chiedo di collocarvi in questo spazio...”

Collocato dietro all'icona, l'Esperto dell'esegesi, rilegge il centro del discorso di Gesù. Il Conduttore, lo doppia, sottolineandone le emozioni e gli aspetti relazionali particolari. Evidenzia la linfa benefica di quel “tronco”...

Ogni membro del gruppo, fa il proprio soliloquio.

Possibili messaggi a specchio tra i membri del gruppo.

Il Conduttore, ponendosi in posizione di doppio, amplifica..., arricchisce, da voce a pensieri ed emozioni...

- Partecipazione finale

Svolgimento del secondo incontro

Il secondo incontro è stato aperto riprendendo il “cuore” dell'argomento della volta precedente, espresso nel disegno di ogni partecipante. È stato fatto un rapido giro in cui ognuno presentava, nuovamente, il titolo e il significato centrale della rappresentazione del proprio “vuoto interiore”, con la possibilità aggiuntiva di poter condividere con il resto del gruppo le affinità: è stata data infatti la possibilità, a chi lo desiderava, di esprimere ciò che il racconto di un altro richiamava, di simile, rispetto al proprio vissuto.

Pur nella varietà delle narrazioni di ognuno, è stato possibile cogliere degli aspetti in comune, che sono stati, a più riprese, sottolineati dai ragazzi: primo fra tutti, la compresenza degli aspetti di Sé e della propria esperienza, percepiti come maggiormente positivi (la speranza per il futuro, la possibilità di incontrare persone nuove, di “rompere” con la vecchia vita, il coraggio di sperimentare strade diverse) e, contemporaneamente, di altre esperienze vissute come più propriamente negative (il divertimento “insano”, il disagio psicologico, la bassa autostima, la monotonia e la noia della vita quotidiana).

Successivamente è stata proposta una breve *immaginazione guidata*, con la finalità di favorire il rilassamento fisico e psichico e di poter accogliere, nel modo più concentrato e profondo possibile, la successiva lettura del Vangelo. Nel corso della quale è stato consigliato ai ragazzi di mantenere gli occhi chiusi, per aiutarli a non rompere il clima di meditazione che si era creato.

Questa parte dell'incontro si è focalizzata sul brano evangelico, relativa alla “vera vite”, e quindi al “perno” dell'intero ciclo di incontri.

Per facilitare una riflessione più consapevole nei giovani, è stata fornita loro una copia del testo, in modo che ognuno avesse la possibilità di citare la frase che più l'aveva colpito e di spiegarne il motivo. I contenuti emersi sono stati molteplici; in particolare, grande attenzione ha ricevuto, da parte dei ragazzi, l'aspetto relativo alla potatura dei tralci che non danno frutto, e al “bruciare” in seguito tali parti “infruttuose”: tali aspetti del brano sono stati associati alla propria storia passata di devianza, e alla necessità di decidersi per una scelta definitiva di rottura con quelle abitudini. Inoltre, un ragazzo ha voluto sottolineare l'invito da parte di Gesù a restare attaccati al tronco della vite, che è Lui

stesso, per poter dare frutto; questo passaggio, grazie anche al supporto fornito dal Conduttore, è stato letto come un'indicazione rispetto al superamento delle proprie difficoltà. Se infatti è necessario porsi degli obiettivi e impegnarsi al massimo per superarli, è altrettanto vero che a volte manca l'energia sufficiente per non cedere. E' emerso che in questi casi tale energia può essere attinta dal "tronco della pianta" di cui facciamo parte, la vite di Gesù.

Infine, è stato sottolineato come ognuno di noi sia parte della stessa pianta del Signore, e quindi di come in noi sia presente, almeno in parte, la sua stessa natura divina.

Di seguito, Michele (il Commentatore della Parola) ha fatto un breve commento del brano, per sottolineare ulteriormente ciò che è emerso, e per evidenziare più specificatamente alcuni passaggi, con la finalità di spiegarne più chiaramente il significato. Ciò anche in vista del successivo coinvolgimento attivo dei giovani partecipanti, nel corso del quale è stato chiesto, ad ognuno di loro, di personificare una parte dell'albero della vite descritta nella pagina del Vangelo. Questo è stato possibile dopo aver effettuato un'*immaginazione guidata*, che ha permesso loro di visualizzare più distintamente le varie componenti del brano, in particolare dell'immagine della vite, e il significato che ognuna portava con sé, in vista di poter cogliere quale fra tutte risuonasse maggiormente in ognuno, quale risultasse più interessante e ricca di stimolazioni.

Il tronco è stato inizialmente doppiato dal Conduttore, che ha sottolineato la natura divina di Cristo, colui che da linfa ai tralci, ma che condivide con loro la stessa natura.

Proseguendo nella rappresentazione un giovane ha preso le parti di un tralcio da potare; i vissuti e le emozioni, emerse con molta fatica, sono stati per lo più di svalutazione nei confronti della parte secca del proprio tralcio. Il desiderio di "dargli un taglio" e, ad ogni modo, la possibilità di immedesimarsi anche con la componente verde, dello stesso tralcio, ha consentito al giovane di sperimentare vissuti di maggiore efficacia. E' stata in questa occasione mostrata, in modo evidente, una difficoltà che si è manifestata, in modo più o meno esplicita, da parte della maggioranza del gruppo, nella partecipazione a questo sociodramma; l'ipotesi è che il calo di concentrazione (era questa la parte conclusiva dell'incontro), unito alle tematiche presentate e alle emozioni intense che queste ultime suscitavano, poiché andavano a toccare punti molto sensibili, abbia spinto alcuni dei ragazzi (talvolta condizionandosi reciprocamente, nelle loro dinamiche adolescenziali) a seguire, con un po' di superficialità - distacco il compito, per cercare di scaricare la tensione che l'esperienza e le riflessioni che ne emergevano provocavano in loro.

Ad ogni modo ognuno, sostenuto e prontamente recuperato e reindirizzato verso il nucleo delle proprie riflessioni, nei momenti di "sbandamento", ha espresso un proprio pensiero.

La maggior parte dei ragazzi si è identificata con una parte sana della vite, un tralcio verde, avendo in questo modo la possibilità di sperimentare una sensazione di maggiore adattamento, di speranza e stabilità. L'esperienza di percepirsi parte di un'unica pianta, e quindi la possibilità di ricevere sostegno e solidarietà dagli altri, nonché dal tronco stesso, fonte di vita per i suoi rami.

Anche chi si è identificato con il tralcio che prova a mettere radici da solo, senza inserirsi nella vita, ha sottolineato come non sia possibile, se si vuole dare frutti, continuare a restare isolati, ma sia necessario "collegarsi" al resto della vite.

C'è stato anche chi ha preso le parti del tralcio che è stato potato, sottolineando il dolore che questo taglio provoca e il coraggio che serve per mettere in atto la propria decisione, ma anche il sollievo e il senso di liberazione che ciò comporta.

Infine, due giovani si sono identificati con i frutti della vite; in questo caso, sono emersi gli aspetti di unicità e di originalità, che rendono ogni frutto diverso dall'altro, e quelli relativi alla "vera gioia", e al fatto che solo un percorso di vita adeguato, autentico, può produrre tali frutti.

L'incontro si è concluso con un breve rimando emozionale, da parte dei partecipanti.

Scansione del terzo incontro

- Avvio, riprendendo i disegni del primo incontro, verbalizzano quale è il bisogno personale principale sottostante.
- Michele rilegge il testo della “vera vite” ed ognuno dice un aspetto positivo, una risorsa, che ha quella vite..., specie rispetto al proprio bisogno.
- *Immaginazione guidata*: ...mi vedo nel futuro, realisticamente, tra 5 anni, immaginando di aver affrontato e dato risposta al mio bisogno...
- Condivisione delle immagini
- Psicodramma dell'immagine, tra tutte quelle emerse, maggiormente scelta dal gruppo
- Partecipazione
- Viene offerta la possibilità di pregare sul testo biblico, nel quarto incontro, per chi vuole.

Svolgimento del terzo incontro

L'ultimo incontro di questo ciclo si è svolto, fin dal principio, con l'intento di giungere ad una conclusione del lavoro, facendo incontrare i bisogni profondi del proprio mondo interno, con le risorse offerte dalla Parola, “La vera vite”.

In questo senso, si è pensato di riprendere i disegni di ognuno, frutto del lavoro del primo incontro, ma spunto fondamentale su cui lavorare anche nel secondo e in quest'ultimo. Ogni disegno, infatti, ha rappresentato il “vuoto esistenziale” che ciascuno ha percepito come maggiormente presente nella propria vita.

Si è quindi fatto un rapido giro in cui i giovani hanno ricordato, il titolo e il significato del proprio disegno; inoltre il Conduttore ha chiesto loro di provare ad esprimere, attraverso una parola, il proprio bisogno e la modalità per poterlo soddisfare. Le parole, emerse spontaneamente, sono state per lo più legate “alla mancanza percepita”, e quindi più strettamente pertinente al disegno; sono emersi sentimenti di solitudine, di percezione del proprio disagio nella relazione con gli altri. Tuttavia, grazie alle risorse individuate nell'*immaginazione guidata*, che partiva dal cuore della parola evangelica, quasi tutti hanno individuato anche un elemento che potesse essere loro d'aiuto nel cercare di dare una risposta a queste carenze. Tale risposta si è concretizzata, per lo più, nell'amore, soprattutto di coppia o all'interno delle relazioni familiari, oppure nella ricerca di una modalità di divertimento, di realizzazione vera, autentica, compatibile con il proprio bene.

Il processo, appena descritto, è partito attraverso un *brainstorming* iniziale, che ha permesso di introdurre e facilitare l'immaginazione guidata successiva, nel corso della quale è stato chiesto ai partecipanti di concentrarsi sulle parole che avevano appena sentito e di lasciare che le immagini relative a queste ultime nascessero in loro. Questo ha permesso di effettuare una *proiezione nel futuro*. Ognuno ha immaginato una scena del proprio futuro prossimo, fra cinque anni, nella quale aveva trovato una risposta al proprio bisogno esistenziale.

In seguito i giovani hanno condiviso le immagini, relative al proprio futuro, emerse.

Pur nella varietà individuale, sono stati colti numerosi aspetti simili, prima fra tutte, la sperimentazione dei vissuti di auto-efficacia e di valorizzazione di sé. Nessuno, infatti, ha immaginato situazioni di degrado fisico o psichico, né tanto meno ha raccontato di essersi visto nel futuro esclusivamente nei panni del tossicomane. Soltanto uno di loro ha raccontato di aver immaginato di tornare a “drogarsi”, ma solo in seguito ad una grande “delusione amorosa”. Con l’aiuto del Conduttore, comunque, il giovane si è reso conto di come tale immagine non fosse altro che la rappresentazione della propria “paura di non farcela” una volta fuori, di non avere una sufficiente fiducia in se stesso. Questo ha permesso di prendere coscienza del dato positivo rispetto al quale il suo desiderio profondo, espresso per il futuro, lo abbia portato ad immaginarsi in una situazione iniziale di grande equilibrio e di amore di coppia profondo.

In generale, la grande maggioranza dei giovani ha raccontato scorci di vita quotidiana, nei quali sono emerse alcune costanti: la presenza di una donna con cui costruire una famiglia sana, un lavoro che “realizzi” ed un luogo che li faccia sentire a casa propria. È quindi evidente come tutti, nelle loro possibilità, abbiano portato qualche immagine o qualche pensiero sul proprio futuro da condividere.

Anche l’unico ragazzo che ha ammesso di non essere riuscito a pensare a nulla di preciso, ha potuto comunque condividere qualcosa di importante di sé, rivelando come il motivo della propria incapacità di pensare al futuro fosse legato al fatto che trovava difficile il proprio percorso attuale in comunità, ricco di difficoltà e problematiche, e di come sia necessario un suo maggiore impegno per iniziare ad immaginarsi realisticamente in un futuro sereno. Anche in questo caso, quindi, *l’immaginazione guidata* non è stata infruttuosa, ma ha permesso al giovane di prendere coscienza delle proprie difficoltà e gli ha dato la possibilità di verbalizzarle.

L’ultimo passaggio dell’incontro è stato quello di far scegliere, ad ogni giovane, l’immagine che più l’aveva colpito, tra quelle condivise, per poterla rappresentare nei dettagli.

I giovani hanno scelto il racconto di Valerio, che ha portato la descrizione di un’immagine interna un po’ confusa, senza situazioni chiaramente definite, relativa al proprio desiderio di indipendenza e di autonomia.

Il primo passo del Conduttore è stato quello di aiutare il ragazzo ad immaginare una situazione ben definita, attraverso “un’immersione nel proprio futuro”, facendolo procedere, camminando in avanti, ad occhi chiusi, sul palcoscenico, anno per anno, fino al raggiungimento, in *semi-realtà*, dell’anno 2013.

Questo ha aiutato Valerio a proiettarsi più concretamente nel futuro, e a portare un’immagine ben definita. Con l’aiuto del Conduttore, quindi, si è proceduto allo *psicodramma* vero e proprio. Quest’ultimo si è incentrato, per mancanza di tempo, sui soli vissuti di auto-efficacia e d’autostima del giovane, legati al percepirsi una persona unica, originale, con proprie inclinazioni e caratteristiche, che è riuscito ad utilizzare adeguatamente per trovarsi un lavoro per lui stimolante e non alienante: “l’addestratore di cani”. Tali riflessioni hanno avuto la possibilità di emergere, grazie ad alcune inversioni nei diversi ruoli, che il giovane ha messo in atto nella scena, in particolare rispetto a sé e al proprio cane. Prendendo il posto e dando voce ai sentimenti del proprio animale, Valerio si è reso conto di aver cresciuto un animale diverso dagli altri, più autonomo e “speciale”, che ha saputo sviluppare appieno le proprie potenzialità specifiche. Raggiungendo la consapevolezza che tali capacità le ha apprese dallo stile di vita e dal modo di comportarsi del suo padrone, ovvero da lui stesso.

Purtroppo, per mancanza di tempo, si è dovuto concludere velocemente lo psicodramma, senza poterlo approfondire di più. Ad ogni modo, le tematiche emerse sono state occasione per rafforzare la fiducia e il significato esistenziale di Valerio e di stimolo e riflessione per tutti i partecipanti. Si è infatti percepito un gruppo particolarmente attento,

collaborativo e ricettivo.

Una particolare osservazione va espressa rispetto alla tipologia delle tematiche emerse; si è infatti notata una certa carenza, a prima vista, nelle riflessioni personali dei giovani relativamente alla dimensione spirituale, perlomeno rispetto alle aspettative dei formatori; d'altra parte l'intervento del Conduttore, che spesso ha cercato di ricollegarli a tali tematiche, non è stato assolutamente rifiutato, ma anzi, ben accolto. L'impressione è che tali ragazzi necessitino di più tempo e di un maggiore supporto, nel rapportarsi a tematiche tanto profonde; in alcuni casi ancora lontane dalla loro esperienza quotidiana (la loro Comunità, per altro, non prevede un percorso spirituale). E' necessario anche una maggior abitudine a questo genere di incontri, affinché si possano liberare dai reciproci "condizionamenti adolescenziali", che li rendono piuttosto inibiti a fronte di questo genere di argomenti nelle condivisioni.

Certamente, nei fatti, si sono comunque dimostrati ben disposti verso tali tematiche e hanno preso coscienza del grande sostegno che possono ricevere da esse. Non per nulla hanno sottolineato l'importanza dell'amore, in tutte le principali relazioni quotidiane, come risorsa fondamentale da vivere.

Incontro di preghiera sul brano della "Vera Vite"

A conferma di quanto affermato, l'intero gruppo ha anche scelto di partecipare all'ultimo incontro, opzionale, di sola preghiera, sullo stesso brano del Vangelo.

Il gruppo, in cerchio, davanti ad un' Icona, con un cero al centro, si è confrontato sul significato personale, che ognuno di loro, dava al provare ad essere lì, davanti al Signore e alla sua Parola. Accanto a chi si è professato Cristiano credente, c'era chi si è definito ateo, chi mussulmano, solo per provenienza familiare, e chi ha detto di essere lì, solo col desiderio di conoscere e sperimentare.

Successivamente tutti i partecipanti hanno espresso, davanti al Signore e agli altri, una propria preghiera.

Al termine, dandosi tutti la mano in cerchio, si è concluso l'incontro e l'intera esperienza con un Padre nostro.

Giovani “annunciano” ad altri giovani sulla strada

Annuncio attivo, esperienziale sulla strada

I giovani di un campo estivo missionario incontrano altri giovani, in una notte estiva

Premessa

Quella che segue è solo la “traccia di lavoro base”, fornita ad un gruppo di giovani, per facilitare l'impostazione, lo sviluppo e la realizzazione di un'esperienza concreta.

I giovani erano desiderosi di trovare le modalità ed i linguaggi più opportuni, per entrare in relazione, con altri coetanei, testimoniando e annunciando loro la gioia della *Buona Novella*.

Pertanto gli spunti di seguito accennati, sono stati soltanto *uno stimolo*, affinché potessero mettere a punto “un'esperienza attiva” di incontro ed iniziale annuncio, da mettere *in azione*.

Ipotesi di una sequenza delle azioni, “dall'incontro all'annuncio”

- Ricerca di un incontro relazionale, con altri giovani, sulla strada;
- Avvicinamento, presentandosi, come giovani (a coppie) accennando all'esperienza di gruppo in corso...;
- Accoglienza, con invito, ad un momento di ristoro e convivialità; testimoniando un modo evangelico d'essere e di stare insieme; facendo capire “di che gruppo si fa parte”..., cosa spinge ad “essere ed agire” così..., cosa si sta facendo durante quella settimana di campo estivo e in quella particolare serata.
La semplice e spontanea “trasparenza relazionale” permette di trasmettere fiducia... e favorisce un *incontro* più autentico;
- invito, per chi lo desidera, a rimanere per un successivo momento di condivisione spirituale – preghiera.

Dimensione organizzativa

Definizione, da parte dei giovani, e dei loro animatori, in modo dettagliato, del come organizzare la serata – nottata, partendo da queste ed altre idee stimolo per andare oltre... , decidendo in particolar modo:

- L'obiettivo operativo, condiviso dell'evento.

- La “location”; il luogo, il setting, il come e dove si collocherà, fisicamente, il gruppo, in quel territorio. L'area di movimento, le azioni dei singoli membri del gruppo.

Un esempio, per immaginare alcune possibilità:

Un telo – tenda, solo come “tetto”, senza pareti; immaginiamolo a rombo, con 4 pali portanti, picchettati, simbolicamente la “tenda di Cristo”..., che definisce un luogo aperto ma circostanziato.

Sotto il telo un tavolo con qualche cosa da bere, biscotti, ecc. per l'accoglienza e per il gruppo stesso.

Accanto, un sottogruppo, con 2 chitarre, bonghi, ecc. suona e canta (definire cosa).

Altri gironzolano intorno chiacchierando..., disponibili a coinvolgere chi si avvicina con curiosità... Il gruppo dovrebbe testimoniare, principalmente non verbalmente, "che sta insieme con *gioia*", con gusto, ed è aperto a chi ad esso si avvicina. Non si ritrova in quel luogo e con quelle modalità, solo per chi si avvicina...!

Accanto una bacheca informativa, anche con fotografie, che possa comunicare "ciò che si è come gruppo" ed altre informazioni o contenuti che si intendono veicolare.

Ogni elemento che viene inserito comunica. Occorre chiedersi "a chi comunico, cosa e come?". Occorre verificare che le scelte operate siano rispondenti a tali quesiti - criteri.

Altri, a coppie, meglio un ragazzo ed una ragazza, girano, in un dato raggio del territorio, alla ricerca di incontri sulla strada, di giovani da conoscere e coinvolgere.

- La suddivisione dei ruoli, è importante che avvenga secondo le diverse sensibilità e carismi di ognuno. Chi fa che cosa e come...

- La sequenza e i tempi delle azioni, nel corso della serata, va ben concordata e definita.

Esempio:

Definire i tempi per ognuna delle seguenti azioni:

- Installazione dei materiali e avvio del gruppo base.
- Ricerca a coppie degli incontri sulla strada;
- Avvicinamento, presentazioni, tra giovani, ed informazioni sull'esperienza di gruppo in corso;
- Accoglienza, con invito ad un momento di ristoro e convivialità, testimoniando un modo evangelico d'essere e di stare insieme; facendo capire di che gruppo si fa parte, cosa sospinge ad agire, cosa si sta facendo durante quella settimana e in quella serata.
- Graduale invito a rimanere ancora, per un momento di condivisione spirituale – preghiera;

Suggerimenti per il momento di preghiera

Premesso che la gran parte dell'incontro e dell'annuncio sarà stata, di fatto, precedente a questo momento, alcuni criteri da tenere presente:

la scelta della Parola: magari qualcosa che parli di "come stavano, tra loro", nelle prime comunità cristiane; dello Spirito che li animava...; eventuali canti e gesti, non dovranno essere necessariamente quelli ai quali il gruppo è abituato, al proprio interno; sarebbe bene fossero quelli che maggiormente rispondono al criterio "a chi comunico, che tipo di cultura e percezione ha...; cosa desidero trasmettere essenzialmente... e di conseguenza come..., attraverso quali modalità?".

Direi una preghiera molto semplice, breve, poco più che un segno..., ma molto calda, accogliente e comunicativa. Ancor più, ispirata dal Signore!

Altre esperienze di annuncio ai giovani sulla strada

www.sentinelledelmattino.org

Il mio vero volto-nome. Genesi 32,23-33

Il mio vero volto - nome. Genesi 32,23-33

Il gruppo > 15 adulti, religiose e laici, che si sono iscritti, al percorso “Risanati dalla parola”, presso il centro francescano di spiritualità di Camposanpiero (Padova).

Obiettivo > dalla falsità..., le immagini, le maschere di noi stessi che inseguiamo..., all'immagine che diamo...; al volto per il quale Dio mi ha generato.

Tempi > percorso residenziale di un giorno e mezzo

Scansione dell'incontro

PRIMA FASE

- 9,0 > Saluto iniziale e breve invocazione dello Spirito Santo...
Lettura della preghiera (in gettò le reti – don Sergio)
- 9,10 > Accoglienza il re-incontro del gruppo (sono e tornando in questo gruppo mi sento...);
- presentazione del tema

“La vita di molti, lontani dal rapporto con Gesù va in frantumi, perché essi sfiorano soltanto il loro vero io. Solo nel rapporto con un altro io vivo il mio vero sé, solo nella relazione sono in contatto con il mio vero nucleo”.

La meta della via spirituale è quella di vivere costantemente in questo rapporto d'amore con Gesù” (A. Grun-Preghiera come incontro).

- Breve commento come presentazione del percorso...

- Premessa sullo strumento delle maschere: (Allegato)

(Premessa culturale sul concetto di maschera. Lo si legge... Chiarisco il concetto di volto vero inteso come quello per cui Dio ci ha generato e ci genera...; Dirò anche che tutti abbiamo almeno una maschera dell'immagine che diamo...; della nostra apparenza, fa parte dei ruoli che giochiamo...).

- Mettendoci in atteggiamento di preghiera, con un cero al centro su drappo rosso; luci soffuse, poniamoci alla presenza dello S.S. che è anche in noi...; nel nostro centro cogliamo lo S.S.: (*per permettere di partire con energia..., dal positivo*):
- “Ora proviamo ad incontrarlo
Rilassamento (occhi chiusi. Musica soft; respiro profondo)
Imm. Guidata: In espirazione scendi dentro di te; percepisci il tuo centro; la stanza del tuo cuore; la sede dell'anima...;
“Contempla Lo Spirito d'amore, che in te...”

Ascolta...

Percepiscilo dentro, nel luogo della pace interiore...; nel luogo della luce nella, sulla tua vita; nel luogo del senso, della verità rispetto a ciò che vivi e ti circonda;

Il suo è uno Spirito di Pace..., bontà..., fedeltà..., mitezza..., dominio di sé...

Senti l'accettazione incondizionata, l'amore profondo che ha per te e per tutte le tue parti";

- 9,30 > Stimolo biblico iniziale:

"Iniziamo ad addentrarci, nella ricerca delle nostre maschere, da un primo brano biblico":

- Egesi su > At. 5,1-11 Anania e Saffira, (p.54 in Camminare con il vangelo) – Mentire allo S.S. a Dio e alla sua Verità.

...E' preferire l'immagine (maschera dell'apparire) alla verità...; (- *Vogliono "farsi bravi" davanti alla comunità, ...far vedere che danno tutto...* Brevissimo commento, sottolineando in particolar modo i concetti citati)

- 9,50> Riscaldamento (musica soft)

- Possibile rilassamento in piedi:

- visualizzando una piccola luce, dai piedi in su...;

- Lenti movimenti per sciogliere le parti più tese;

- Una persona, a turno, fa un movimento di scioglimento e gli altri lo ripetono.

- Guardo un punto nella sala e lo raggiungo con decisione; ne guardo un altro e proseguo...

- Contemporaneamente il conduttore riduce lo spazio...o chiede l'aumento della velocità della camminata.

- Camminata (Musica gioiosa); graduale contatto tra i membri del gruppo; "Ora siete tutti bollicine di spumante che frizzano...";

- Sondaggio tattile della profondità tridimensionale, delle caratteristiche e delle dimensioni del nostro viso: da soli e poi, eventualmente, a coppie.

- 10,30> PAUSA

- 10,45> Identificazione di una propria maschera "d'apparenza – falsità"

(premetto che l'esercitazione permette di mantenerla riservata).

Musica misteriosa e poi perversa...

Ognuno con la propria maschera indefinita (appena distribuita), sulla testa, non sul viso, cammina, sente l'immagine che mostra, ne assume la postura.

Lascia emergere le immagini della sua apparenza; o stereotipata; o convenzionale; compiacente, bugiarda, che più lo toccano...; ne identifica la più toccante...

Riparte assumendola, in camminata...; ne pensa un nome...; incontrando gli altri dice o il proprio nome o come si sente o agisce come sente di esprimersi...

Chi lo desidera, prova ad osservarne l'espressione in uno specchio il proprio volto, immaginandone la maschera.

- Seduti, a giro, con la propria maschera indefinita sul volto, ognuno espone il solo nome della propria maschera, la postura e l'emozione che trasmette

- 11, 10> - Scrivono una lettera rivolta alla propria maschera...
- 11,25 > - Condivisione a coppie, con chi meno conosci. "Di cio' che vuoi", dell'esperienza. Come è stata la sensazione di osservare, parlare con quella maschera, rivolgendoti dal tuo centro; luogo vicino alla tua anima.
- Partecipazione di gruppo. Condividono ciò che desiderano, rispetto al confronto appena effettuato.
- (Se ci fosse più tempo: "il personaggio con la maschera che lo desidera, può offrirsi per essere intervistato dal Conduttore")
- Ringraziamento (Ave Maria)
- Se si hanno a disposizione diverse ore, eventuale tempo di deserto (event. 1 ora circa).
- 12,45 - Pranzo

SECONDA FASE

- Ore 15 > Ripresa "Come stiamo...?"
- Lettura, sottolineature di gruppo e commento biblico >Genesi 32,23-33

PARTI EVIDENZIABILI:

*Giacobbe ha paura per il combattimento con il fratello che lo aspetta
(Contenuti centrali > paura della vita- rimanere ed agire nella paura, vivere secondo la paura, è espressione e radice del nostro peccato)*

*Dona per ringraziarselo...
(Contenuti centrali > cerca di comperare, di meritare...)*

*Manda avanti tutto ciò che ha
(Contenuti centrali > Non passa al di là; resta con se stesso al centro..., chiuso nelle sue paure)*

*Rimane solo
(Contenuti centrali > alla fine il problema è con se stesso e con la possibile fiducia personale in Dio...; chi sono?; a cosa sono chiamato? Che senso ha Dio rispetto a me e alla mia vita?)*

Lotta con qualcuno di trascendente...Dio, con forza e costanza...; a immagine della preghiera insistente...; L'angelo gli sloga la Gamba (per metterlo alla prova o per evidenziargli i suoi limiti?) , ma "vince" perché non molla... fino a quando non ottiene la benedizione (Fa il bene dentro di te; che è anche alleanza contro i nemici) , per sé e per il suo popolo; ottiene il suo vero nome "Israele". Pur avendo visto il volto di Dio, faccia a faccia, non muore....(è per favore speciale di Dio).

- 15,40 > Camminata; graduale contatto tra i membri del gruppo;
 - Gioco di ruolo “Mondo retto e mondo tondo”. Alternativa > cammina come... sperimenta vari personaggi dettati dal Conduttore... (stereotipati-autentici; legati, falsi e chiusi o aperti, autentici, liberi). “In questo momento sei... assumi quella postura, quella camminata...Via...”.
 - 15,55 - Identificazione in una propria maschera
- “Assumi il passo, la postura che desideri avere in questo momento...che sia emblematica della tua autenticità, del tuo vero nome davanti a Dio; del sentirlo tuo alleato; senti bene questa postura, accentualala...; senti che emozioni ti da...; assumi l'espressione di quel passo..., di quella postura, di quel modo d'essere...; prova ad esagerare...; ora fermati e con le dita senti la forma di quell'espressione facciale...; incontra, camminando, gli altri visi, con il loro passo...”. Guardati in uno specchio
- Sondaggio tattile della profondità tridimensionale, delle caratteristiche e delle dimensioni del nostro viso: da soli e poi, eventualmente, a coppie.
- 16,10 > Costruzione della maschera

Fornendo semplicemente una base in cartoncino da 2mm. (di dimensione poco più ampia di un A4, o anche mettendo a disposizione dei partecipanti formati diversi), con una pence, dal centro alla base del foglio, che permette di sottolineare la tridimensionalità del volto. Ai partecipanti si mettono a disposizione materiali vari, possibilmente riciclati, per caratterizzare la propria maschera. Esempio: elastici, nastri, colla, carta pesta o altra colorata, garze, tessuti, pennarelli, colori, viti, ecc.

“Nella costruzione della maschera, è meglio non stare a pensare subito a cosa si vuole realizzare; è opportuno lasciarsi provocare, attrarre, dal materiale a disposizione e solo dopo averlo raccolto, si prova a metterlo insieme dando vita alla maschera.

- A metà lavoro, si possono esplorare le maschere che gli altri membri del gruppo stanno costruendo, per lasciarsi ulteriormente stimolare.

- E' interessante anche poter definire, colorare, la parte interna della maschera. Essa è una sorta di spazio intimo, di nascondimento, tra la persona e la sua maschera, con le percezioni le emozioni, i vissuti che ne derivano; è intrisa di sensazioni, colte dai nostri diversi sensi, che riconducono al rapporto tra parti differenti di se stessi.

- 16,40 Pausa

- Esposizione maschere , in cerchio, dicendo il nome della stessa a tutto il gruppo:
primo giro ponendola sul *petto*;
secondo giro ponendola sul *volto*;
terzo giro, cammino e, incontrando le altre dicono il nome della propria maschera, magari accompagnando il tutto con un movimento.

- Ore 17> Lavoro a coppie; ESERCIZIO DELLA GHESTALT: Possibilità di sperimentare, un dialogo tra maschera ed IO con un osservatore o con la maschera “falsa” del giorno prima.

- Oppure, intervista al personaggio di chi lo desidera
- Plenaria> La cosa più importante che ho compreso.

Rimandi possibili, da parte del formatore

- *Fausti commentando la moltiplicazione dei pesci e dei pani in Matteo: “L’uomo diventa ciò che mangia...l’Eucarestia”.*
- *“Se non diventerete come bambini non entrerete nel Regno dei cieli” Matteo 18, 3. (attraverso una lunga maturazione psicologica e spirituale – Fausti)*
- *Sul Tabor...in Matteo 16: “E’ bello per noi stare qui...” Fausti: “l’uomo è viator pellegrino in cerca del Volto; davanti al quale solo sta di casa e può sostare, perché ritrova il proprio volto.*
- *in Matteo 16,24: se qualcuno vuole venire dietro a me rinneghi se stesso: Fausti: se rinneghiamo il falso io, deformato dalla paura, presi solo da noi stessi, se lo seguiamo diventiamo specchio del Maestro; veniamo trasfigurati dallo S.S. Solo allora abbiamo il nostro vero “volto” che è rivolto all’altro.*
- *Fausti, circa l’identità del cristiano afferma: “Il cristianesimo non è un’ideologia, una dottrina o una morale è il mio rapporto con Gesù”.*

Materiali

Riproduttore cd; luci colorate; teli colorati

uno (o due) specchi abbastanza grandi (meglio se oltre al viso ci si possa vedere a metà busto)

Fotocopie per tutti: Genesi 32-22 e At. 5,1-11 Anania e Satira,

(p.54 in Camminare con il vangelo) – Mentire allo S.S. a Dio e alla su Verità.

Dwd: soft-gioiose-misteriose-perverse

Foglio e biro per tutti

Base in cartoncino chiaro da circa 2mm. (di dimensione poco più ampia di un A4, o anche mettendo a disposizione dei partecipanti formati diversi), con una pence, dal centro alla base del foglio, che permette di sottolineare la tridimensionalità del volto. Ai partecipanti si mettono a disposizione materiali vari, possibilmente riciclati, per caratterizzare la propria maschera. Esempio: graffettatrici; forbici; fil di lana; elastici, nastri, colla, carta crespata o altra colorata, garze, tessuti, pennarelli, colori, viti, ecc.

- Allegato: Un unico volto con più maschere

La maschera, nella tradizione del teatro greco, ha il significato di persona. Ogni persona ha un solo viso, i cui tratti cambiano lentamente nel tempo, ma rimangono sufficientemente radicati in una stessa identità originaria, costante nel tempo.

D’altra parte, nella nostra quotidianità, indossiamo più maschere. Tutte le nostre maschere sono vere, sono parti di noi stessi e anche le più rifiutate, quella della nostra falsità sono vere! Siamo sempre noi stessi. Erroneamente si dice: “non sei te stesso, non sei autentico, hai una maschera”; o ancora si dice che sarebbe bene togliere le maschere essere quello che si è veramente.

Forse è più corretto dire che, “sul palcoscenico” della nostra vita, indossiamo tante maschere, consapevolmente o meno. Talune rispondono più adeguatamente alle esigenze del nostro vivere, all’intimo desiderio di vivere le priorità dei nostri valori, delle

nostre relazioni più belle. Altre le utilizziamo soprattutto come riparo, per velare, un poco, i nostri sentimenti più intimi, fragili, vulnerabili, quando siamo di fronte, per esempio, a chi non li rispetterebbe. Ma anche queste maschere mettono in luce qualcosa di vero, di noi stessi.

Altre ancora esprimono le nostre paure, i nostri limiti nel non saper sempre mettere in gioco le nostre parti più positive, quelle che fanno stare meglio noi e gli altri.

Definire le maschere e le loro diversità, vuole dire tentare di definire qualcosa di grande quanto lo è la complessità umana.

TERZA FASE

- Ore 9> Breve invocazione dello Spirito Santo...
- 9,15 - Mi calo nel centro; a contatto con lo Spirito Santo e osservo interiormente la maschera che tengo accanto a me..., lascio che l'immagine si trasformi e che mi comunichi nuovi messaggi...
- 9,30 >In cerchio le maschere si ripresentano "Sono e sentendo Dio mio alleato..., (in relazione alla vita) "mi sento..."; camminano insieme, musica gioiosa...; incontrandosi esprimono, non verbalmente ciò che desiderano a chi desiderano...
- 9, 45 > In cerchio parte uno e va a dire a chi vuole qualcosa..., che gli nasce dentro, dalla sperimentazione di quel ruolo...; che a sua volta andrà da un altro...
- 10,05> Approfondimento dell'intervista per chi lo desidera
- 10,45> Immaginazione guidata: Mi immagino in un prossimo futuro, nel mio quotidiano, con qs. autenticità:
 - Racconto a coppie
 - In plenaria dicono solo "il frutto visualizzato è stato quello..."
- 11,30 > Davanti a messa condivisione - ringraziamento finale

Percorso pasquale (Matteo 20,29-34)

Ass.Casaperta 2009

Risorgere nella nostra vita

Dalla presa di coscienza delle nostre "oscurità" alla trasformazione della nostra vita

Matteo 20, 29 – 32

Dal prendere in mano la ns. oscurità – cecità, al proiettarsi nel futuro di una vita illuminata da Lui; risorgendo alla ns. vera identità:contemplare il suo Volto e seguirlo nella consapevolezza della Sua gloria – lasciando che qs. Suo addossarsi il nostro male sulla croce e la Sua donazione totale per noi, trasformi la ns. vita; la faccia risorgere a vita nuova con Lui.

Accoglienza (15')

Mi presento e presento l'incontro (contenuti e metodo)

I partecipanti si presentano e esprimono un desiderio che, dal loro cuore, portano in questo incontro.

Ascolto della Parola...: (20')

lettura, sottolineature e commento di Matteo 20, 29 – 34

"...Il racconto ci fa dire (a specchio) chi è per noi Gesù...; cosa può nella nostra vita..."

"proviamo a ripercorrere e a sperimentare questa parola, che è anche una parola pasquale; che ci parla anche di morte e di risurrezione.

L'essenziale è invisibile agli occhi...

proprio se riconosciamo la ns. cecità possiamo vederlo – riconoscerlo...se no, non ci è dato di incontrarlo.

Ci ha donato la Sua vita per noi, anche se non lo abbiamo riconosciuto. Ci ama ugualmente, ma non possiamo guarire se non riconosciamo la nostra cecità e non lo invociamo nella nostra vita".

Riscaldamento

- Camminata nello spazio
- Incontro contatto tra i membri del gruppo
- "Ora siete tutti ciechi, sforzatevi, se non vi crea un problema eccessivo, di tenere chiusi gli occhi e di cercare di procedere nella vostra vita (musica angosciante)

Cecità riconosciuta (20')

Proposta di scrivere quando ti senti cieco, in quali situazioni; in cosa consiste la tua cecità...su biglietti anonimi.

Li leggiamo (ridistribuiti a caso. Va spiegato bene con quale modalità si procederà, circa la lettura dei biglietti anonimi)

Esposizione dello scheletro della scena: posizionando foulard di diverso colorate per ogni personaggio.

Camminata finalizzata all'identificazione con i personaggi o altri elementi del testo. Ognuno fa la propria scelta e coloro che lo desiderano restano in scena, per la fase successiva.

Invocazione gridata ed ostacolata: dinamica con quattro sottogruppi: (30')

- a) quelli che ostacolano l'invocazione;
- b) quelli che sono motivati a invocare, fino a voler gridare
- c) gli osservatori esterni
- d) i ciechi

Sequenza: (il conduttore invita, gradualmente, ad esprimersi secondo la sequenza)

Il sottogr. d), in mezzo, prendono un biglietto a caso e dicono al gruppo della loro cecità e di quello che potrà fare il Signore passando.

Il sottogr. a) A lato, scoraggiano ad invocare;

Il sottogr. b) sull'altro lato, incoraggiano, motivano, spingono ad invocare

a) e b) insieme....., con reciproca insistenza.

Il sottogr. c) dicono cosa vedono

e) Soliloquio finale

- Partecipazione del gruppo.

Ci tocca e risana. (musica misteriosa) (15')

“Essere toccati da Lui, nella nostra cecità, vuole dire lasciare che entri proprio nella nostra quotidianità, che interpelli la nostra vita”.

Possiamo entrare in contatto con Lui, portandogli la nostra cecità.

Chi vuole può prendere il proprio biglietto e lo lascia nel braciere ai piedi della croce.

- Rito penitenziario: camminata in silenzio, in fila, verso un crocefisso con dinnanzi un braciere, all'esterno. Segue il canone di Taizé “Dona la Pace Signore...” dove si possono bruciare i propri peccati nel fuoco affidandoli ai piedi della Croce.

- Prima di bruciarli si potrebbe leggere il commento sul significato della croce, tratto dalle sottolineature molto chiarificatrici del commento di Fausti al vangelo di Matteo a p.425/6.

In sintesi: “Gesù, messo a morte dall'umanità, sulla croce ha assorbito in Sé tutto il nostro male, senza restituircelo... In tal modo ha rivelato chi è, come è Dio e chi sono e come sono gli uomini”. Gesù che porta il nostro peccato, la ns. cecità, ce ne libera, portandola sulla Sua croce... e ci dona di poter contemplare il Suo volto di risorto, ispirandoci il desiderio di seguirlo; di lasciarlo veramente entrare nella nostra vita”.

Contemplare il Suo volto (musica gioiosa. Esempio: “Quale gioia mi dissero...”) (20')

Davanti all'icona del Suo volto, almeno 10' di silenzio con una musica di fondo: “Grazie Signore perché ora vedo...” (ognuno dice o scrive cosa vede...)

Seguirlo (25' – 40')

Proiezione nel futuro di una propria immagine, desiderata, di vita trasformata dalla sua sequela; risorta alla propria più autentica identità.

Racconto a sottogruppi (se oltre 15 persone).

Possibile scelta e psicodramma

Condivisione finale

Eventuale rinfresco pasquale

Materiale

Macchina foto; braciere; registratore; teli; luci; bibbie; biro e bigliettini; CD; icona Gesù; croce; chitarra e canone di Taizé.

Quello a cui si perdona poco, ama poco

FRANCESCANI 2009

Quello a cui si perdona poco, ama poco

Luca 7, 36 Peccatrice e Fariseo

Il gruppo > 15 adulti, religiose e laici, che si sono iscritti, al percorso "Risanati dalla parola", presso il centro francescano di spiritualità di Camposanpiero (Padova).

Tempi > percorso residenziale di un giorno e mezzo

- FASE 1 > dalle 9 alle 12,45

Presentazione

Il brano centrale di questi due giorni, Luca 7, 36 Peccatrice e Fariseo, ci farà da specchio su quanto siamo o meno aperti all'amore e al perdono e a riconoscere i nostri peccati davanti a Lui.

Lui che, come vedremo, è pronto ad accoglierci e a donarci il Suo amore in proporzione a quanto riversiamo il nostro male nelle sue braccia, chiedendo il Suo perdono!

Invochiamo questo Spirito di umiltà-verità, attraverso un'invocazione allo S.S. affinché...

- Ognuno si ripresenta e può dire un pensiero che gli viene, o che ha fatto, venendo qui, pensando a qs. titolo e, o a questa esperienza di gruppo - 9,35
- Brano stimolo, seguito da loro sottolineature ed un breve commento
"Gli ultimi saranno i primi..." Mt. 20, 1-16. Parabola degli operai mandati nella vigna
- Immaginazione guidata: (pensando alla Sua parola...cogli un' immagine sulla Sua misericordia, simbolica o un'esperienza che hai visto realizzarsi in qualcun altro..., non su di te. - Condivisione (sottogr.)
- Pausa 10,30
- 10,45> Camminata , musica dolce/ incontro con lo sguardo / esprimo un gesto misericordioso, che parta dal cuore. Magari una frase per simbolizzare l'accogliere l'altro per quello che è e/o il liberare l'altro dai suoi peccati. Es.: va in pace; ti accolgo per ciò che sei...; è bello che tu esista...; mi piaci per come sei...; sei libero d'amare...; Dio perdona, salva, libera dal peccato...; Dio ti ama anche con i tuoi limiti...; Gesù ha già vinto il tuo peccato, addossandoselo sulla croce; non temere Lui ti ha già perdonato...
- Immaginazione guidata, relativa a quando mi sono sentito accettato/amato/perdonato (da qualcuno o dal Signore)
- Condivisione a sottogr. e Scelta (11)
- Psd (11,55)
- Far emergere nella partecipazione il bisogno di misericordia e del perdono, in ogni persona (12,30)

MATERIALI: Invocazione allo SS; Mt. 20, 1-16; materiale psd ; musica dolce; lettore cd

- Pranzo 12,45

- FASE 2 > 15 - 18

Introduzione: La tempesta sedata (L.8,22 -24)...Gesù ce la lascia attraversare, ci lascia sperimentare il navigare sull'abisso del male;(fermerei qui la prima parte della lettura). 15,15

- 22 *Un giorno salì su una barca con i suoi discepoli e disse: «Passiamo all'altra riva del lago». Presero il largo. 23 Ora, mentre navigavano, egli si addormentò. Un turbine di vento si abbattè sul lago, imbarcavano acqua ed erano in pericolo.*

- Prendiamone coscienza del male che attraversiamo...(in uno spazio di silenzio, di 3-4 minuti, preceduta da musica inquietante. Quindi il conduttore propone, per continuare l'introspezione e per scegliere un proprio linguaggio per esprimerlo, 3 strumenti a scelta. Specifica, in oltre, che non dovranno condividere se non ciò che desidereranno.

1) Andate in giro a prendere oggetti (ferramenta, cancelleria, nastri, ecc.)

(oppure i sassi miei) ed elementi naturali per farne una composizione della sensazione dei propri peccati ed ostacoli interiori, che non ci rendono liberi d'amare.

("girate per il giardino, in atteggiamento meditativo, con quest'idea in testa e lasciatevi provocare dagli elementi che trovate..."). "Collocateli su un cartoncino o a4"

2) o una lettera in 3° persona : un amico o parente, che so che mi vuole bene, racconta come tu (protagonista) ami...e sugli ostacoli interiori; peccati che ti limitano

3) disegna gli ostacoli che si frappongono tra te e la tua libertà - capacità d'amore. Con simboli che disegni "sotto il mare che attraversi nella vita". 15,35

- Partecipazione a coppie, in forma soggettiva e libera e poi, in assise, il sentimento e una metafora (per descriverlo), davanti al proprio peccato. 16

- Chiusura fase con la conclusione della lettura ed un breve commento:

24 Accostatisi a lui, lo svegliarono dicendo: «Maestro, maestro, siamo perduti!». E lui, destatosi, sgridò il vento e i flutti minacciosi; essi cessarono e si fece bonaccia.

- Padre nostro di ringraziamento per la Sua pronta salvezza.

- PAUSA 16,15

- Ognuno estrae le parole chiave legate alla radice dei propri peccati e le scrive su altro foglio, da bruciare.

- Rito penitenziario: camminata in silenzio, in fila, verso un crocefisso con dinnanzi un braciere, all'esterno. Segue il canone di Taizé "Dona la Pace Signore..." dove si possono bruciare i propri peccati nel fuoco affidandoli ai piedi della Croce.

- Prima di bruciarli si potrebbe leggere il commento sul significato della croce, tratto dalle sottolineature molto chiarificatrici del commento di Fausti al vangelo di Matteo a p.425/6.

In sintesi: “Gesù, messo a morte dall’umanità, sulla croce ha assorbito in Sé tutto il nostro male, senza restituircelo... In tal modo ha rivelato chi è, come è Dio e chi sono e come sono gli uomini”

Gesù che porta il nostro peccato, la ns. cecità, ce ne libera, portandola sulla Sua croce... e ci dona di poter contemplare il Suo volto di risorto, ispirandoci il desiderio di seguirlo.

- Chi vuole può prendere il proprio biglietto e lo lascia nel braciere ai piedi della croce. (Riprende il canto del canone precedente...).

- Si torna in sala in silenzio e, una volta rientrati tutti, un canto gioioso condiviso insieme: “Quale gioia mi dissero...”

- Ore 17: “Sentendoci perdonati, possiamo sentirci più leggeri e propensi ad incontrare chi non abbiamo perdonato.

Ora a giro, ognuno di noi, solo chi vuole, davanti ad una sedia vuota (con un cuscino da letto viola), senza dire chi...ognuno vede seduto..., potrà rivolgersi a “colui o colei” che ha in testa...ed esprimere ciò che prova. Eventualmente anche il proprio atto di misericordia nei suoi confronti. Potrà provare, se vuole, a perdonare anche qualora in cuor suo, nella realtà, non si sento ancora pronto per farlo”. (Può partire il conduttore per facilitarli).

- Ore 18: Condivisione finale: chi vuole, brevemente...

MATERIALI:La tempesta sedata (L.8,22 -24); Ferramenta tipo chiodi, viti, piccolo materiale di scarto, (esempio una vecchia maniglia, cordicelle, ecc.)

Biro e un quarto di a4 a testa. Braciere e fiammiferi; crocefisso. Fogli a4 e pennarelli. Cuscino da letto.

- FASE 3>

Camminando associa una parola o un’emozione alla parola “amore”

Riprende la camminata... Conduttore:

- “Ora sei un fariseo orgoglioso di essere un “giusto”, una persona brava, credente irreprensibile agli occhi della gente”. I partecipanti camminano sentendosi così...

- “Ora sei un peccatore contrito”, bisognoso dell’amore e della misericordia di Gesù...

- Commento del testo introduttivo

- Lettura del testo Luca 7-36/50 2 ore

- Sottolineatura (da parte del gruppo)

- Alcuni elementi significativi:

Fariseo / peccatrice/ lacrime del pentimento/ amorevole olio profumato/ baci amorevoli>>>> due volti integrati: peccatrice pentita e donna amorevole/Debitore grosso/ debitore piccolo/ il dubbio del fariseo/ il perbenismo del fariseo/ la fede della donna che salva.

Prima rappresentazione: 4 volontari per la scena (Gesù; fariseo; donna; due importanti invitati, commensali).

Eventuale seconda rappresentazione: con cambio dei 3 personaggi (non di Gesù) (facendo dei soliloqui o dando dei messaggi. Specchi, dando dei messaggi, da parte del gruppo, a chi si vuole).

Schieramento di identificazione, avvicinandosi ai personaggi della scena

Conduttore: "A chi ti senti più vicino in questo momento".

Viene data voce a chi lo desidera. "Mi sento così quando..."

Partecipazione attraverso una Fantasia guidata molto libera nel poter essere soggettivamente interpretata. Alcuni stimoli: "Lascia fluire immagini passate, presenti, future, desiderate del tuo amore per Lui o del Suo per te. Scegli l'immagine che maggiormente risuona dentro di te.

Condivisione davanti a un volto di Gesù, rivolti a Lui.

Un Padre nostro conclusivo, dandosi la mano.

S. Messa

MATERIALE: leggo prima dell'inc. commento fotocopiato per ispirarmi...; La peccatrice perdonata (L.7,36-50); icona di Gesù; teli colorati; musica soft

Gioia nello Spirito Santo

“Vivere con gioia la presenza dello Spirito Santo”

Il gruppo > 15 adulti, religiose e laici, che si sono iscritti, al percorso “Risanati dalla parola”, presso il centro francescano di spiritualità di Camposanpiero (Padova).

Tempi > percorso residenziale di un giorno e mezzo

Prima fase

9,10 > Saluto iniziale e breve invocazione dello Spirito Santo... (P. Giulio)

Presentazione formatori;

Giro di presentazione veloce del gr.

Presentazione

del metodo;

dei tempi;

e cicli futuri (Vero volto; Dal perdono all'autenticità dell'amore; Vita donata –salvata)

Presentazione (quasi solo con una definizione...) del tema della gioia evangelica (P. Giulio)

9,35 > Sociometrie: Al centro chi è lì per la prima voltae cerchi esterni....(messaggi)

Persone che si conoscono...a isole

9,50> Giro di ripresentazione, dico qualcosa di me con il (fotolinguaggio)

ed aspettative sull'esperienza di gruppo

SOLO SE PRIMA DELLE 10,10: Metafora “su questo fondamentale dono di Dio”: un sentimento identificabile in tante immagini diverse... ad esempio il colore arancione...: Gioia (drappo arancione): se lo donano..., di persona in persona, associando una parola, un'immagine, un sentimento...

10,20 > Disegno o fotolinguaggio, a scelta loro

Una prima idea di gioia...

Dare un titolo condividendolo

11,15 > Pausa

11,30> Immaginazione guidata in camminata meditativa

Gioia o assenza di... in ambiti della mia vita...delle mie relazioni episodi...

Sottogruppi: raccontano a turno; scelta di quella immagine che + risuona...

Plenaria: racconto di quelle scelte

Scelta con schieramento

SE C'E' TEMPO, ENTRO LE 12 Psicodramma veloce

12,20 > Condivisione. Desiderio o comunque un pensiero sulla propria ricerca della gioia

Materiali Luci; fotolinguaggio; fogli e pastelli; musica soft; drappo arancione

12,45 > Pranzo

Seconda fase

Ore 15 > Camminata di consapevolezza e contatti soft

Camminando (musica Gioia... Villaregia),

Associando una parola o colore o emozione alla parola GIOIA

15,20 > Schieramento? rispetto alla Gioia: in questa fase della mia vita mi sento... lontano – vicino?

15,40 > Role playing di riscaldamento:

RUOLI > Mi sento trieste e fuggo gli sguardi e l'incontro con gli altri...

Cerco l'incontro con gli altri con stupore e desiderio

15,50 >

Lettura in plenaria Gv.15,1-12)

Sottolineature dal gruppo

Commento con attenzione particolare alle frasi: La vite e i tralci...rimanete in me...questo vi dico perché la mia gioia sia in voi e la vs. gioia sia piena.

Sociodramma impostato dal Formatore

Partecipazione

16,10 > Pausa

16,25 > Distribuisco a sottogruppi una delle seguenti raccolte di frasi bibliche sulla gioia

Le meditano per qualche minuto, si confrontano e li invito a condividere un pensiero di sottogruppo in plenaria

16,55> MEDITAZIONE DELL'IMMAGINE

Momento di immaginazione in preghiera, inizialmente guidata da me.

Postura in preghiera, con un cero al centro, icona dello S.S....

Ripensa alla frase biblica o il pensiero che più ti ha stimolato, che più ti ha colpito...

Discesa nel centro... la stanza del cuore, della gioia... cosa vedo? Osserva l'immagine, la situazione...

16,25 > Divisi in sottogruppi

Condivisione a giro della propria immagine – scelta -

Scelta dal racconto dei selezionati in plenaria

Psicodramma

Partecipazione finale

17,50 > Scrivo un messaggio sulla gioia evangelica da custodire...

17,55 > Condivisione dell'emozione che prevale in me al termine della giornata

Materiali

Cd villaregia n°11/ cd Nuova era serenità gioia Marisa /foglietti stampati/ mezzo a4 a testa e biro/ Icona dello S.S.

Terza fase

Ore 9 > Riprendo la camminata, ripenso al mio desiderio, legato alla gioia. LO DICO AD ALTA VOCE.

9, 15> Proiezione del filmato su un Giovane con handicap musicista (Stimolo... una persona che con lo S.S. realizza i suoi desideri di gioia)

9,30 > Condivisione di un'emozione a testa....

Gioco di ruolo di riscaldamento: "Mondo retto e mondo tondo".

9,45> Rilassamento brevissimo fisico e del respiro, sentendo il proprio centro
Ripenso al mio desiderio particolare rispetto alla gioia
e visualizzo un' immagine di gioia nella mia vita, che immagino nel mio futuro prossimo..., nella relazione con me stesso e con gli altri, pensandomi trasformato dalla Parola

10> Condivisione e scelta di un'immagine (attraverso il passaggio nei sottogr. – scelte...)
Psicodr.

10,40 > Condivisione

Preparo un post-it dove scrivono cosa serve per coltivare la gioia

11,30 > durante la messa (P. Giulio)

I post-it vengono portati all'altare, dove vengono letti, come doni per tutti, davanti al Signore e posti su un cartellone (con disegnato un germoglio da coltivare)

Materiali > Musica; cartellone; post-it; biro; filmato; luci e drappi

CONTENUTI BIBLICI PROPOSTI

GIOIA E' PIENEZZA, SERENITA' E PACE DI FONDO

Di seguito la Gioia che posso scoprire ed interiorizzare meditando la Bibbia:

GIOIA ALLA SUA PRESENZA

"Lo accolsero con gioia, poiché avevano visto tutto quello che aveva fatto" (Giov.4;45)

Dice Davide a suo riguardo: “Mi hai fatto conoscere le vie della vita, mi colmerai di gioia con la tua presenza”. (Atti 2; 28)

LA GIOIA NEL CREDERE IN LUI E DI CHI OTTIENE PER FEDE

“E annunziarono la parola del Signore a lui...; in quella medesima ora della notte... Subito, si fece battezzare...; 34 poi li fece salire in casa, apparecchiò la tavola e fu pieno di gioia insieme...per avere creduto in Dio. (Atti 16;32-34)”

“Chiedete e otterrete, perché la vostra gioia sia piena”. (Giov.16;24)

«Così dice il Signore degli eserciti: Il digiuno del quarto, quinto, settimo e decimo mese si cambierà per la casa di Giuda in gioia, in giubilo e in giorni di festa, purché amiate la verità e la pace». (Zacar.8;19)

LA GIOIA DI SENTIRSI RISANATI; PURIFICATI; SALVATI DAL MALE

“Le folle prestavano ascolto unanimi alle parole di Filippo sentendolo parlare e vedendo i miracoli che egli compiva. Da molti indemoniati uscivano spiriti immondi,...e molti paralitici e storpi furono risanati. E vi fu grande gioia in quella città”. (Atti 8;8)

Entrato in Gerico, attraversava la città. 2 Ed ecco un uomo di nome Zaccheo, capo dei pubblicani e ricco, 3 cercava di vedere quale fosse Gesù, ma non gli riusciva a causa della folla, poiché era piccolo di statura. 4 Allora corse avanti e, per poterlo vedere, salì su un sicomoro, poiché doveva passare di là. 5 Quando giunse sul luogo, Gesù alzò lo sguardo e gli disse: «Zaccheo, scendi subito, perché oggi devo fermarmi a casa tua». 6 In fretta scese e lo accolse pieno di gioia. 7 Vedendo ciò, tutti mormoravano: «E' andato ad alloggiare da un peccatore!». 8 Ma Zaccheo, alzatosi, disse al Signore: «Ecco, Signore, io do la metà dei miei beni ai poveri; e se ho frodato qualcuno, restituisco quattro volte tanto». 9 Gesù gli rispose: «Oggi la salvezza è entrata in questa casa, perché anch'egli è figlio di Abramo; 10 il Figlio dell'uomo infatti è venuto a cercare e a salvare ciò che era perduto».

GIOIA NEL DARE

Gesù, disse: Vi è più gioia nel dare che nel ricevere!». (Atti cap.20;34-35)

LA GIOIA DI AVER SCELTO CIO' CHE CONTA. LA VERITA'- IL VERO AMORE

Il regno dei cieli è simile a un tesoro nascosto in un campo; un uomo lo trova e lo nasconde di nuovo, poi va, pieno di gioia, e vende tutti i suoi averi e compra quel campo. (Matteo 13;44)

LA GIOIA FRUTTO DELLO SPIRITO SANTO

I discepoli erano pieni di gioia e di Spirito Santo. (In Atti 13)

Il frutto dello Spirito invece è amore, gioia, pace, pazienza, benevolenza, bontà, fedeltà, mitezza, dominio di sé; (Galati 5;22)

E voi siete diventati imitatori del Signore, avendo accolto la parola con la gioia dello Spirito Santo anche in mezzo a grande tribolazione (1Tess. 1;6)

Lo Spirito Santo nella cura del proprio sé

"Prendermi cura con lo Spirito Santo che è in me".

Un piccolo percorso, di 2 ore, volto ad una maggior consapevolezza affettiva e spirituale, che partirà dal riconoscere ed accogliere il proprio "bambino interiore" e lo Spirito divino che è in ognuno di noi; consentendo poi, facendo incontrare queste due dimensioni, di poter sperimentare il prendersi cura di sé, interiormente.

Scansione incontro (1, 45 h)

Prima dell'incontro è possibile chiedere ai partecipanti di portare da casa un oggetto che fa pensare alla loro infanzia. Al loro bambino interiore

1. Presentazione metodo e partecipanti

2. Presentazione percorso:

(Esperienza di un incontro profondo, attraverso modalità di immaginazione guidata, tra il bambino che è in noi, la nostra parte più istintiva, più antica, più vulnerabile ed il centro del nostro essere: la parte più elevata del nostro essere, che percepisce una forza più potente e più vasta di noi. La nostra anima; il nostro Sé; il luogo dove, per chi lo crede, dimora, ci accompagna e agisce con la sua energia trasformatrice lo Spirito Santo o Divino che è in noi.

(darete voi il nome, che sentite di dare, a qs. dimensione interiore...;

io, per necessità nella conduzione, userò i termini percettivi che identificano ciò in cui credo, ma è perfettamente possibile tradurli nel proprio modo di definire questa dimensione che è in noi)

Incontro con lo Spirito Santo

Il gruppo è sempre in cerchio. Ora tutti girati verso l'interno, ove è posto un drappo rosso con un cero al centro. Luci soffuse e faro rosso.

1. Rilassamento breve, con respirazioni profonde
2. Invito a guardare la fiamma al centro del gruppo con la curiosità di coglierne, simbolicamente il mistero della sua vitalità, la sua energia, la sua forza trasformatrice.
3. Stacco: Musica: RUACH-8)
4. Ora avremo la possibilità di percepire la nostra Anima; riconoscendo quello Spirito amorevole che la abita. Potremo accoglierlo...; lasciandolo "agire" in noi...

Quello Spirito che, in noi, ci ama, personalmente, incondizionatamente ed infinitamente...; che ci aiuta ad amare tutte le nostre parti, anche quelle che più facciamo fatica ad accettare...

(Quello Spirito d'amore che Gesù ci ha lasciato dentro, nel centro del nostro cuore, lasciandoci la piena libertà... anche di non riconoscerlo).

Come Maria, nel Vangelo, possiamo meditarne la Sua presenza nel nostro cuore”, per comprendere, piano piano, come agisce in noi... (5')

(“Chi lo desidera, come ho già detto, può dargli un altro nome, riconoscendolo come quella dimensione centrale, interiore, che tutte le persone, nelle loro diverse culture, possono riconoscere dentro di loro”).

5. Ora vi chiedo di chiudere gli occhi

Rilassamento (Musica soffice; respiro profondo)

Immagine guidata: In espirazione scendi dentro di te; percepisci il tuo centro; la stanza del tuo cuore; la sede dell'anima...;

“Contempla Lo Spirito d'amore, che è in te...

Ascolta...

Percepiscilo dentro, nel luogo della pace interiore...; nel luogo della luce nella, sulla tua vita; nel luogo del senso, della verità rispetto a ciò che vivi e ti circonda;

Senti l'accettazione incondizionata, l'amore profondo che ha per te e le parti che ti caratterizzano.

Il suo è uno Spirito di Pace..., bontà..., fedeltà..., mitezza..., dominio di sé...

Ti aiuta a superare i tuoi limiti umani..., le tue difficoltà...

Ti aiuta ad accompagnare, a direzionare i tuoi impulsi emotivi...; le tue paure...

6. Senti l'emozione, la sensazione che provi nel sentirlo al centro di te stesso

7. Possibile verbalizzazione flash> E' stato difficile? Siete riusciti a percepirlo? (almeno un poco...per alzata di mano?)

(Il bambino nel grembo della propria mamma)

1. Il gruppo in cerchio, girati verso l'esterno (se il gruppo è tendenzialmente inibito). Ognuno osservando un proprio cuscino (o un bambino già disegnato; o da disegnare, personalizzandolo, su un foglio) davanti a sé, sul pavimento.

2. “Chiudi gli occhi per qualche secondo. Riaprendoli hai davanti a te Il bambino che sei stato, nel grembo della tua mamma e nei primi momenti della tua vita. Egli vive in te...; è una parte di te.

3. Musica: RUACH n°9

4. Osservalo...ascolta..., percepisci come sta in quel grembo...; osserva se senti che, nella prima fase della sua vita, è stato amato..., nutrito...; accolto nei suoi bisogni... e nelle sue caratteristiche uniche, originali”. Medita su come è e si sente ora, rispetto a come era e si sentiva in origine (10');

5. Alzatevi e andate a mettervi a coppie per raccontare come è andata quest'esperienza, condividendo ciò che desiderate condividere... (10')

(Prendersi cura dell'io bambino, dalla tua anima, con lo Spirito Santo)

1. Il gruppo è sempre in cerchio verso l'interno. (Il foglio con il bambino accanto)

Nel Vangelo troviamo “Ama il prossimo tuo come te stesso”... e, d'altra parte, come hanno scritto e detto tante persone illuminate, di diverse spiritualità o filosofie esistenziali, se non ti vuoi bene non potrai mai amare veramente gli altri.

2. Tra breve avrai la possibilità di prendere in braccio quel bambino, di prendertene cura.
Può essere utile chiudere gli occhi.

3. Musica: RUACH n°4

4. Inizia a percepire, ad entrare in contatto con la tua Anima... (un minuto)
prova ora a rivolgerti al tuo bambino, guardandolo dalla tua anima; con lo sguardo amorevole, colmo di accettazione incondizionata che ti suggerisce lo Spirito Santo.
Puoi cullarlo...; puoi coccolarlo, rassicurarlo; puoi dirgli che gli vuoi bene... ; prova a dirgli come lo senti..., come lo com-prendi...; osserva i bisogni che riconosci in lui...;
Se non ti riesce, forse, c'è un'altra parte di te che prende il sopravvento; che si pone al centro della tua percezione. Chiediti che parte è.
Non ti preoccupare..., non giudicare nulla..., osserva, divieni sempre più consapevole...; puoi valorizzarlo per tutte le sue caratteristiche, quelle più forti e quelle più fragili...; potenzialmente sono tutte positive...; offrigli affetto...; attenzioni..., puoi promettigli quelle occasioni, quei doni che gli sono mancate... Ora lo puoi tenere accanto a te, sapendo che, in realtà, lo porti dentro, che potrai incontrarlo ancora attraverso la tua anima; quando e quanto vorrai.
Riponilo accanto a te (10')

Cogli un'immagine che visualizzi, che ti emerge da dentro, rispetto all'incontro tra il tuo piccolo bambino e la tua anima, accompagnata dallo S.S. che è in te (10')

Musica: RUACH-6

1. *Disegno o rappresento* con una postura – Condivisione con *titoli* (25')
2. Partecipazione, con un lume su un drappo rosso) (15')
(o si possono esprimere preghiere o ringraziamenti, attorno allo S.S.)

Possibile passaggio ulteriore all'interazione grupppale

(Musica gioiosa) (10')

Chi lo accoglie, lo riconosce nel proprio cuore,
entra nello Spirito d'amore della Trinità e trasforma le proprie relazioni...

3. "Con lo S.S. nella propria Anima"; anche senza parole, anche con un gesto, puoi comunicare ciò che ti viene, a una o più persone intorno a te, guardando alla sua Anima. Magari per ringraziarla dell'esperienza condivisa insieme.

- Augurio conclusivo...di continuità...

Per adolescenti: “La mia relazione con Dio”

Il seguente percorso è stato proposto ad un gruppo parrocchiale di adolescenti, nel corso di due incontri di circa 75 minuti ciascuno; tempo consigliato per percorsi di questo genere con adolescenti. Questa proposta formativa bibliodrammatica è stata una tra le tante attivate nel corso di un intero anno (scolastico) a Mazzano (Bs).

La relazione con Dio

Primo incontro

Obiettivo: la mia relazione attuale con Dio

- A giro: cosa mi hanno detto, di significativo, su chi è, come è Dio, nei miei confronti?
- Eventuali pensieri ulteriori emersi dal gruppo e dal conduttore, al termine del giro.
- Camminata e breve gioco di ruolo “la *guida cieca*”. Breve rimando emozionale.
- Immaginazione guidata sulla mia relazione con Dio
- racconto a coppie ed esposizione corporea, sempre a coppie, dell’immagine fotografica percepita da ognuno. (in alternativa proporre un disegno).
- I partecipanti vengono invitati ad andare a toccare la persona la cui immagine ha colpito di più.
- Approfondimento di quell’ immagine, con tecniche di amplificazione della rappresentazione.
- Partecipazione finale

2° incontro: la relazione con Dio, secondo la Parola

- Introduzione: dalla relazione percepita a quella reale della Parola
- Lettura del Buon Samaritano; sottolineature di gruppo; commento
- Drammatizzazione della scena a partire dallo scheletro della scena, offrendo ai partecipanti (volontari) di fare inversione con i personaggi della scena.
- Partecipazione, evidenziando le differenze con la relazione che ognuno aveva percepito ed esposto al gruppo nel primo incontro.

Chi vorrà salvare la propria vita la perderà

Chi vorrà salvare la propria vita la perderà...
Gruppo di adulti a Padova – Camposanpiero - Francescani 2009.

SABATO

Ore 9,10

Tema di questo incontro:

Chi vorrà salvare la propria vita la perderà... sarà lasciato. Chi vuole salvare il proprio orticello..., il proprio “pseudo Regno vitale” non entrerà...

- provocazione iniziale:

Letture di Dietrich Bonhoeffer

Diventate deboli nel mondo e lasciate che Dio sia il Signore! Ora, l'essere ai margini del mondo e il secolarismo sono solo le due facce della stessa medaglia, cioè del fatto che non crediamo al Regno di Dio. Non vi crede né chi si rifugia in esso sottraendosi al mondo, e lo cerca dove non è la sua tribolazione, né chi pensa di doverlo erigere lui stesso come un regno di questo mondo.

Chi cerca di sfuggire alla terra non trova Dio, trova solo un altro mondo, il suo mondo, più buono, più bello, più tranquillo, un mondo ai margini, ma non il Regno di Dio, che comincia in questo mondo.

Chi fugge la terra per trovare Dio, trova solo se stesso.

Chi fugge Dio per trovare la terra, non trova la terra - come terra di Dio -, ma trova l'allegro teatro di una guerra tra buoni e malvagi, pii ed empi, guerra che lui stesso scatena, trova se stesso”.

- Si presentano e dicono come stanno e cosa questo tema suggerisce loro nel partecipare all'incontro.

Ore 10

Provocazione: Cosa vuole dire “chi vorrà salvare la propria vita”. Come sto salvandomi? Attraverso cosa cerco realmente di salvarmi? per mio conto o attraverso Dio...? A cosa sono veramente attaccato?

- Il giovane ricco Mt.19,16-22 Lettura, loro sottolineature; breve commento (conduttore).
- *Immaginazione guidata*: volta a far emergere un'immagine interiore che la metafora evangelica ha suggerito. Ripercorrendo l'immagine biblica lascio che si trasformi in un'immagine personale. (se sono tanti, a sottogruppi con scelta e condivisione in plenaria)
- Partecipazione (solo se c'è tempo. Anche con un'emozione)

Ore 11

Break

Ore 11,15

Condizioni per seguire Gesù. Luca 9,23-26. (...Chi vorrà salvare la propria vita la perderà...)

Letture – sottolineature – commento

- *Fantasia guidata*
- Scelta e Psicodramma o altra forma di concretizzazione espressiva
- Partecipazione

In alternativa:

Condivisione di immagini sulla salvezza:

- *Biglietti anonimi* del mezzo piu' lontano della logica della salvezza di Cristo con il quale cerco di salvarmi (lo scrivono)
- Metà gruppo alla volta con gli altri che danno specchi da fuori. Ad ognuno viene distribuito un biglietto scritto da un anonimo e io li *intervisto* dicono un pro' e un contro della modalità letta. Da fuori il resto del gruppo, *specchi doppi*. *Messaggi*.
- *Partecipazione*

Ore 12,45

Pranzo

Ore 15

Provocazione: Lettura di un breve brano su un bambino cristiano, martire giapponese.

- La domanda di fondo: Salvarsi come?
- Cosa sono disposto a perdere e a mettermi in gioco e giocarmi?
- Abbandonarmi?
- Cosa non riesco a mollare e a cosa mi attacco per salvarmi?
- Chiedo a Dio di aiutarmi

La sua salvezza> Si rivela e ci prende con se nella Sua Gloria> Entrare nella sua vita-Regno.

- *“Camminate...e associate parole emozioni colori alla parola salvezza”*.
- Letture l'obolo della vedova. Marco 12, 41-44
(Perdere la vita per lui... Da via tutto...la propria vita..., come Cristo... Noi invece abbiamo paura di perdere e perdersi...)
- Sottolineature – commento
- Camminata ripensando al brano (rileggo i passaggi chiave mentre camminano)
- Identificazione dei partecipanti nei personaggi della scena o in personaggi inediti
- Interviste; amplificazioni e interazioni
- Partecipazione

Ore 16,30

Breack

Ore 16,45

Ogni partecipante può scegliere una tra le 2 seguenti proposte:

- Spazio personale di deserto-meditazione
- Psicodramma - simbolico sulla salvezza. Chiedo 3 Volontari per attivare 3 esperienze (15'ciascuna) relative ai dialoghi tra le due parti (le due opposte modalità per salvarsi), con il Sé al centro (Il ricco e la vedova che sono dentro di noi) contrapposti, in dialogo.

Oppure, in alternativa, Gioco di ruolo sulla salvezza (4 sottogruppi):

A > davanti a un bivio costruito (esprimono un'emozione davanti al bivio). B> quelli che vogliono auto salvarsi e gli altri abbandonati in dialogo.Ognuno sostiene il proprio ruolo come fosse scelto

C> poi invertono i ruoli sperimentando l'altra scelta possibile

D> poi si rivedono davanti al bivio. Scrivono un pensiero. Lettura a caso di un biglietto come condivisione.

Ore 17,20

partecipazione libera, con tutti i partecipanti.

Dinamica di riserva se ci fosse tempo

- 4 volontari sulle 4 sedie al centro (tipo inc Boria)...incontro il loro p. spirituale o amico...e gli parlano delle proprie paure /con inversioni e doppi, si servono anche del protagonista, una contenente del P. spirituale) si danno le risposte a tali perché. Prima chiedono un doppio (mentre sono ..) da una persona, a loro scelta, nel gruppo. Poi a triadi (protagonista alterego P.spirituale amico) fanno lo stesso in parallelo..

Ore 18 Chiusura giornata

DOMENICA

Ore 9

Riscaldamento (15')

- Camminata....; "Cammina come una persona chiusa nel proprio egoismo, sicurezza personale, "autosalvezza", incurante di chi incontra".
- Cammina come una persona aperta all'accoglienza altrui; abbandonata, semplice; generosa; tutta proiettata sui bisogni altrui
- Il pericolo delle ricchezze Mt. 19, 23-26

(... E' più facile che un cammello... che un ricco nel Regno... Chi si salverà?... impossibile all'uomo... possibile a Dio).

Letture – sottolineature – commento

Ore 9,40

Immaginazione guidata

"Trova il tuo centro...;

la parte di te che desidera abbandonarsi al Signore e alla Sua salvezza...;

Osserva le immagini che si associano...;

immagina che sei riuscito (proiezione nel futuro o un'esperienza di vita) a mettere in gioco ciò che desidereresti e che ora non sei ancora riuscito come vorresti,... sperimentando la Sua salvezza.

Condivisione a sottogruppi; scelta

Ore 10

Psicodramma o altra forma di concretizzazione espressiva

Partecipazione a partire dalle risonanze provocateci (davanti ad un'icona),

Preghiere, ringraziamenti... partendo dalla Preghiera dell'abbandono, anche per chiedere la forza di "lasciar perdere"...

Ore 11

Condivisione nel corso della S.S. Messa conclusiva (di gruppo)

Materiale: quello base per p.s.d.; fotocopie letture; biro; mezzi a4; video sulla scuola di p.s.d. ; commentari alla parola e musiche. Icona con il volto di Gesù

Dizionario di psicodramma

Tratto dal sito dello psicodrammatista dott. Giovanni Boria

Atomo sociale - Creatività - Doppio - Gruppo - Incontro - Inversione di ruolo - Io - ausiliario - Moreno - Protagonista - Psicodrammatisti (direttore) - Sedia ausiliaria - Sessione di psicodramma - Sociometria - Soliloquio - Specchio - Spontaneità - Teatro di psicodramma - Tele. Per ulteriori approfondimenti teorici > www.pscicosociodramma.it

Atomo Sociale

L'atomo sociale è l'unità sociale non ulteriormente divisibile a cui un individuo partecipa per soddisfare il proprio bisogno di espansione affettiva. Ogni individuo può riconoscersi in un numero indefinito di atomi sociali, così come sono indefiniti i criteri secondo cui egli può specificare gli atomi sociali cui appartiene. Può trattarsi della famiglia, dell'ambiente di lavoro, del club sportivo, del gruppo parrocchiale, degli amici del week-end, e così via. Miriadi di atomi sociali s'incrociano, s'intersecano e si moltiplicano nel corso di una vita umana; ognuno di noi è protagonista ed artefice della formazione, della crescita, della molteplicità, della dissolvenza e della rinascita di tutti gli atomi sociali che si compongono e scompongono nel caleidoscopio dell'universo umano. Si può dire che un atomo sociale è giunto ad una struttura significativa per un dato individuo, quando fra questi e le altre persone presenti nella stessa unità sociale si sono stabilite relazioni emozionali reciproche. Un atomo sociale non è una semplice costruzione della mente: è una reale rete di energia che si irradia da ogni individuo, e ritorna ad esso in un continuo movimento determinato dalle mutevoli forze di attrazione e repulsione presenti in ogni momento della sua esistenza.

Creatività

La creatività costituisce la più alta forma d'intelligenza che l'uomo conosca; e rappresenta una forza che pervade tutto l'universo, per cui questo appare in continua evoluzione. La creatività è un quid non definito allo stato potenziale, ma che si definisce nell'atto concreto: ciò che esiste è soltanto quest'ultimo, la cui caratteristica è quella di fornire risposte adeguate a situazioni nuove o risposte nuove a situazioni già affrontate. In ogni atto la creatività è ritrovabile da un grado massimo (atto vitale, originale, nuovo) ad un grado nullo (atto automatico, riflesso, ripetitivo).

Nell'universo conosciamo la creatività biologica che è la causa dell'evoluzione della specie. Nell'uomo sono evidenti le forme di creatività come quella religiosa (storicamente presente come capacità di proporre nuove norme ed interpretazioni della vita umana), quella artistica, e così via. Ma esiste anche la creatività meno evidente degli atti della vita quotidiana: l'atto creativo, infatti, non è solo quello del genio; ogni persona, anche se con diversa intensità, produce atti creativi. Moreno vede proprio in questa entità universalmente presente nell'uomo l'elemento su cui è fondata la crescita dell'individuo e della società: il futuro di una cultura dipende dalla creatività degli uomini.

Doppio

Parliamo di funzione di doppio quando nell'interazione fra A e B la polarità A offre a B degli stimoli che sollecitano in lui una dinamica mentale che lo avvia al discorso interiore ed al dialogo con se stesso. Il ruolo di A risulta essere quello di colui che induce B a scavare dentro di sé sempre più in profondità alla ricerca di sentimenti, immagini, sensazioni, sinora rimasti chiusi nella sua intimità.

La relazione che esprime una funzione di doppio è quella che, nella storia evolutiva individuale, appare per prima: è la madre che si fa doppio nei confronti del bimbo; è lei che, "leggendo" i bisogni del figlio, può dare adeguata risposta ad essi. Ma non si esaurisce agli albori della vita il nostro "bisogno di doppio": lungo tutto l'arco dell'esistenza noi ci caliamo in situazioni relazionali in cui avvertiamo l'esigenza di stimolare ed essere stimolati all'auto-osservazione ed all'auto-riconoscimento. La funzione di doppio si sviluppa in situazioni cariche di quell'atmosfera empatica che favorisce la disponibilità all'apertura interpersonale ed alla reciprocità nella comunicazione. Una persona riesce ad essere doppio per un'altra grazie alla sua capacità di identificazione, mentre ciascuno può essere doppio di se stesso nella misura in cui è capace d'introspezione.

Gruppo

Lo psicodramma costituisce uno strumento d'intervento adatto ai piccoli gruppi: in una sessione vediamo riunite un numero di persone che non dovrebbe essere inferiore alle tre unità e non dovrebbe superare le dodici.

I partecipanti al gruppo vengono attivati dallo psicodrammatista/direttore in una sequenza di attività che fa circolare energie, conoscenze, emozioni reciproche (tele positivo). Il direttore, attraverso le sue consegne, propone delle attività capaci di creare sequenze di azioni che facciano emergere quel sentimento di fiducia, quel desiderio d'intimità, quel coraggio di ricoprire ruoli temuti o sconosciuti che sono il prerequisito per addentrarsi nell'esperienza psicodrammatica; egli aiuta il gruppo ad immergersi in sentimenti di polarità positiva, che liberino la spontaneità e il desiderio di espansione affettiva. Eventuali conflittualità, tensioni, sofferenze vengono focalizzate e delimitate nel singolo individuo che potrà affrontarle psicodrammaticamente da protagonista. Il gruppo di psicodramma viene così a configurarsi come una realtà psicologica "sui generis", in quanto si caratterizza - dal punto di vista del vissuto - come una situazione che privilegia il benessere, riconducendo gli aspetti di sofferenza alla loro dimensione intrapsichica individuale che sarà affrontata nel tempo del singolo (il protagonista). Tale gruppo si qualifica, nell'esperienza di ognuno dei suoi componenti, come un mondo ausiliario nel quale i membri si offrono reciprocamente esperienze di accudimento, contribuendo in tal modo a nutrire, rinforzare, ripristinare il Sé di ciascuno.

Incontro

Per Moreno un Io ed un Tu stabiliscono un vero rapporto di reciprocità soltanto quando ognuno dei due riesce ad immaginarsi ed a sentirsi nei panni dell'altro. In tale modo essi realizzano l'incontro, cioè lo stare insieme, il ritrovarsi, l'essere in contatto fisico, il vedersi ed osservarsi, il condividere, l'amare, il comprendersi, il conoscersi intuitivamente attraverso il silenzio o il movimento, la parola o il gesto.

Questo modo di concepire il porsi di una persona nei confronti dell'altra ha trovato una formulazione poetica sin dal 1914, quando il giovane Moreno pubblicava a Vienna lo scritto "invito a un incontro". Esso contiene dei versi intitolati "Motto", la cui parte centrale esprime chiaramente la concezione moreniana in proposito:

Un incontro di due:
occhi negli occhi, volto nel volto.
E quando tu sarai vicino
io coglierò i tuoi occhi
e li metterò al posto dei miei
e tu coglierai i miei occhi
e li metterai al posto dei tuoi,
allora io ti guarderò coi tuoi occhi
E tu mi guarderai coi miei.

Inversione di ruolo

Grazie all'inversione di ruolo il protagonista gioca la parte di un altro, obbligandosi in tal modo a mantenere il suo 'io-osservatore' costantemente decentrato rispetto al suo 'io-attore' e facendo sì che quest'ultimo non agisca in un modo qualunque, ma in conformità alla parte assegnatagli. Egli, quando sia immerso nell'azione, non potrà evitare azioni nuove e spontanee di cui il suo osservatore dovrà prendere coscienza e fare tesoro. La ricchezza di questa funzione scaturisce proprio dalla sua idoneità a far cogliere all'osservatore "nuove verità", aggirando e superando in modo naturale blocchi emotivi e pregiudizi cognitivi anche cristallizzati.

Io Ausiliario

Si chiama io-ausiliario ogni membro del gruppo che è stato scelto dal protagonista per giocare una parte nella rappresentazione psicodrammatica che si va svolgendo; e che, per questo, si è staccato dall'uditore ed è salito sul palcoscenico a fare l'attore. Questo attore incarna, nel qui ed ora psicodrammatico, i fantasmi appartenenti al mondo del protagonista e relativi sia ad aspetti di questi (es.: un timore, un desiderio, un ideale, una sofferenza fisica...) che ad altri significativi (persone o altre realtà personificate) della sua vita reale. Grazie all'incarnazione realizzata dall'io-ausiliario, il protagonista può incontrare fuori da sé questi fantasmi ora resi distinti e tangibili. Ciò in primo luogo favorisce una più chiara presa di coscienza della loro esistenza, delle loro caratteristiche, della loro valenza e pregnanza emotiva per il protagonista; in secondo luogo fa sì che questi si relazioni ad essi sperimentando equilibri e modalità nuove, più funzionali alla sua economia interna e più adattativi alla realtà esterna.

Protagonista

Moreno così scrive del protagonista:

"... A questi viene richiesto di essere se stesso sul palcoscenico, di rappresentare il proprio mondo privato. Egli deve essere se stesso e non un attore, dato che l'attore è costretto a sacrificare il suo mondo al ruolo impostogli dall'autore dell'opera da rappresentare. Il soggetto, quando sia sufficientemente riscaldato a quello che sta per fare, riesce con relativa facilità a fornire - attraverso l'azione - un resoconto della sua vita quotidiana, dato che nessuno è più competente di lui a rappresentare se stesso. Egli deve agire liberamente, man mano che i contenuti si affacciano alla sua mente: per questo è indispensabile che egli sia posto in un contesto di libertà d'espressione, di spontaneità. Particolare importanza riveste la rappresentazione scenica: questa aiuta il soggetto a superare il livello d'espressione prevalentemente verbale, incorporandolo nel livello d'azione. Ci sono diverse forme di rappresentazione: l'agire un ruolo soltanto immaginato, il riprodurre una scena passata, il vivere un problema attualmente pressante, l'esprimere aspetti creativi di sé, lo sperimentare se stessi in vista di una situazione futura, e così via.

... Il processo di preparazione del protagonista alla rappresentazione psicodrammatica viene stimolato con numerose tecniche, il cui scopo non è quello di trasformare il protagonista in attore, ma piuttosto di stimolare questi ad essere sul palcoscenico quello che veramente è, più profondamente ed esplicitamente di quanto non appaia nella vita quotidiana."

Psicodrammatista (direttore)

Lo psicodrammatista (chiamato anche direttore di psicodramma) è - all'interno della sessione psicodrammatica - il capo terapeuta, il promotore dell'azione, il regista della rappresentazione, l'analista del materiale emotivo via emergente. Il termine direttore esprime il ruolo attivo e propositivo che caratterizza la sua presenza all'interno del lavoro di una sessione. Questa figura entra con tutta la sua personalità nel rapporto coi membri del gruppo, mostrando la sua disponibilità a farsi "conoscere" nella sua peculiare umanità ed evitando quell'atteggiamento neutro, presente in altre forme di psicoterapia, che provocherebbe il suo massiccio investimento di fantasmi trans ferali da parte dei membri del gruppo; favorisce, invece, un'esperienza di rapporto umano diretto, immediato, permeato di emozioni, che possa configurarsi come modalità positiva di relazione interpersonale. Il direttore, per risultare efficace, deve liberare la sua spontaneità e sentire il tele verso il protagonista ed i membri del gruppo.

Sedia vuota ausiliaria

Nello psicodramma si parla di sedia ausiliaria quando si utilizza una sedia come elemento "ausiliario" per il protagonista; come elemento, cioè, che in un modo specifico aiuti il protagonista a sviluppare la sua azione psicodrammatica. La sedia occupa uno spazio ben definito sul palcoscenico ed è uno spazio che va riempito: da un interlocutore immaginario, nel caso della "sedia vuota"; dallo stesso protagonista, nel caso della "sedia alta". Ma vediamo ora in che cosa consistono queste due tecniche psicodrammatiche, fondate sull'uso della sedia come peculiare strumento ausiliario.

La sedia vuota si utilizza quando il protagonista deve dire delle cose ad un altro che egli immagina occupare lo spazio offerto dalla sedia. L'elemento concreto, ma vuoto, rappresentato dalla sedia si presta ad essere riempito da tutto ciò che il protagonista vede in chi tale spazio occupava: è uno spazio dove si posano le percezioni, le proiezioni, le paure, i desideri del protagonista. Può trattarsi della poltrona dove il padre si sedeva per leggere il giornale, della culla del bambino, della poltroncina del nonno, della sedia del capoufficio, del posto a tavola occupato dal padre, dalla madre, dal marito. La sedia vuota può essere anche utilizzata per incontri con persone morte o mai nate (per esempio, il figlio desiderato e mai avuto), ma presenti e significative nel mondo intrapsichico del protagonista. La tecnica della sedia vuota ci riporta al valore simbolico che certi oggetti, certi spazi rivestono anche nella vita quotidiana, ed è un espediente utilizzato a volte nelle rappresentazioni teatrali per raffigurare la presenza simbolica di persone significative, scomparse o lontane.

La sedia alta è utilizzata in funzione ausiliaria del protagonista che vive sentimenti d'inferiorità e/o di subordinazione rispetto ad una certa persona, ambiente o situazione. Tecnicamente consiste nel collocare una sedia su di un tavolo o, comunque, su un piano più elevato rispetto al livello del palcoscenico: su questa sedia si accomoda il protagonista, il quale sperimenta - magari per la prima volta nella sua vita - un rapporto "dall'alto in basso" con persone che nella realtà vive come "superiori", "schiacciati", "al di sopra". Tale tecnica utilizza un simbolismo spaziale che ritroviamo anche nella realtà quotidiana. Basti pensare ad espressioni come "essere un gradino più in su", "salire nella scala sociale", "guardare dall'alto in basso", "calare dall'alto", ecc.; o a spazi come il trono regale, il seggio del potente, la sedia del giudice, l'altare, la cattedra, e così via. L'essere in

alto spazialmente facilita l'esserlo anche nel vissuto psichico, affettivo, sociale. Del resto, il valore simbolico delle collocazioni "in alto" ed "in basso" è già fortemente rappresentato dalla struttura dello spazio terapeutico del teatro psicodrammatico: i diversi piani del palcoscenico e, soprattutto, la balconata. Ma, mentre la balconata colloca le persone al di fuori dello spazio in cui si va svolgendo l'azione psicodrammatica, creando uno stacco con il momento che il protagonista vive (per questo, ad esempio, egli sale sulla balconata quando vuole vedere le cose dal di fuori, da un punto di vista esterno e più globale), la sedia alta lascia il protagonista immerso nel 'qui ed ora' che si va rappresentando, divenendo egli stesso in qualche modo artefice delle proprie scelte e del proprio vissuto, avvantaggiato dalla sua collocazione spaziale ad un livello più alto all'interno del palcoscenico.

Semirealtà

La metodologia psicodrammatica prevede che venga dato corpo sul palcoscenico ad una realtà che nasce nella nostra interiorità e che chiamiamo semirealtà: essa è solo in parte realtà dato che è fittizia nella sua costruzione oggettiva (la scena giocata), ma è vera nelle emozioni che suscita.

La semirealtà viene costruita come un gioco, secondo delle regole concordate. Essa va commisurata alla capacità di risposta delle persone coinvolte, in modo da consentire un comportamento che risulti spontaneo, cioè inventato lì per lì ma anche adeguato.

Sessione di psicodramma

La sessione di psicodramma è l'unità temporale all'interno della quale si svolge un lavoro psicodrammatico unitario e completo. La sua durata è predefinita contrattualmente: la quantità di tempo necessaria è stabilita dal singolo psicodrammatista sulla base delle esigenze del gruppo e del suo stile operativo. Con un gruppo di adulti "normali" il tempo medio risulta di circa due ore, mentre con gruppi speciali (es.: bambini, adulti gravemente disturbati) la durata si riduce notevolmente in conseguenza della ridotta capacità attentiva dei partecipanti.

Una sessione di psicodramma viene classicamente divisa in tre parti: il tempo del gruppo, il tempo del singolo, il tempo della partecipazione. In ciascuna di queste fasi il direttore innesca fra i componenti del gruppo quelle interazioni che mettono il singolo nella condizione di giocare, in condizioni di realtà o di semirealtà, quei ruoli che lo avviano ad essere o lo fanno essere creatore della propria esistenza.

Sociometria

La sociometria è costituita dall'insieme delle tecniche che rendono rappresentabili (e, quindi, percepibili in modo ben definito) le forze di attrazione (tele positivo) e quelle di rifiuto (tele negativo) intercorrenti fra i membri di un gruppo. Parliamo di sociometria grafica e di sociometria d'azione. I modi con cui la tecnica sociometrica può strutturarsi sono tanti quanti il sociometrista sa inventare. Ecco alcune esemplificazioni, riferibili alla sociometria grafica o a quella d'azione.

Sociometria grafica. Si può chiedere ai membri del gruppo di disegnare schematicamente un proprio atomo sociale, analogo a quello qui sopra riportato. Tale atomo sociale potrà riguardare lo stesso gruppo di psicodramma, oppure l'atomo familiare, quello lavorativo, quello degli amici durante l'adolescenza, e così via.

Sociometria d'azione

Nel caso intendiamo utilizzare la metodologia d'azione per mettere in evidenza come, all'interno del gruppo di psicodramma, il membro P è percepito dai compagni, P si colloca al centro geometrico del palcoscenico mentre gli altri si collocano ad una certa

distanza da lui ed assumono un atteggiamento ed una postura (ed eventualmente esprimono un messaggio verbale) per mostrare come essi sentono il rapporto con P. Se, invece, vogliamo evidenziare come P percepisce i compagni, P si colloca al centro geometrico del palcoscenico e gli altri membri del gruppo vengono da lui collocati nello spazio ed assumono l'atteggiamento, la postura e le parole loro indicate dallo stesso P. Questo tipo di tecnica può essere applicato anche ad un atomo sociale in semirealtà, così come risulta nella scena qui sopra disegnata, relativa all'analisi sociometrica dell'atomo sociale familiare del protagonista.

Soliloquio

Nel soliloquio l'individuo esprime liberamente quello che gli passa per la mente, con una modalità che fa percepire ciò come qualcosa che non è rivolto ad altri se non a se stesso. In tale discorrere solitario i pensieri emergono e si strutturano senza seguire le regole della logica o le esigenze di compiutezza proprie di un racconto; essi piuttosto vengono regolati nel loro concatenarsi dal flusso variabile ed imprevedibile delle emozioni.

Specchio

Parliamo di specchio quando abbiamo un'interazione capace di produrre una dinamica mentale grazie alla quale un individuo coglie aspetti di se stesso nelle immagini relative alla sua persona costruite dagli altri ed a lui rimandate. Mentre nel caso del doppio l'individuo arricchisce la rappresentazione di se stesso orientando l'attenzione verso il suo interno, nel caso dello specchio l'individuo guarda fuori di sé per constatare come egli sia percepito dagli altri. Queste due sorgenti di conoscenza concorrono entrambe in modo determinante alla costruzione dell'immagine di sé.

Mentre la funzione di doppio agisce sin dal momento della nascita, quella di specchio compare successivamente, richiedendo una maturazione delle strutture cognitive che consenta di attribuire l'origine dell'esperienza al mondo interno oppure a quello esterno. Essa diviene operante con l'ingresso del bambino nel secondo universo.

Quella dello specchio è la funzione che più naturalmente si attiva all'interno di un gruppo, dove il comportamento di ogni suo componente esprime anche la percezione che questi ha degli altri membri. Durante una sessione di psicodramma, dunque, il tempo del gruppo costituisce la fase più favorevole per la messa in gioco questo tipo di funzione.

Spontaneità

La spontaneità è da noi conoscibile attraverso le sue manifestazioni. Essa si disvela all'uomo attraverso la percezione intima di sentire viva la disponibilità a mobilitare le proprie energie intellettuali, affettive, fisiche per mettersi in un rapporto adeguato (che tenga cioè nel giusto conto le esigenze intrapsichiche e le richieste ambientali) con la realtà "inventando" risposte adatte alla situazione. Essa è il prerequisito di ogni esperienza creativa: infatti ha la funzione di catalizzatore che sviluppa la creatività potenziale dell'individuo, trasformandola in qualcosa di operativo. Moreno si è così espresso:

"La spontaneità opera nel presente, nel qui ed ora; essa stimola l'individuo verso una risposta adeguata ad una situazione nuova o a una risposta nuova ad una situazione già conosciuta."

Nell'atto concreto la spontaneità e la creatività sono intimamente fuse. Se manca lo stato di spontaneità, la creatività rimane inerte, nascosta, qualunque sia la sua entità potenziale. L'atto privo di spontaneità è l'atto meccanico, ripetitivo, riflesso, stereotipo; atti di questo genere sono propri della macchina, del robot, del computer. La spontaneità coinvolge, con ritmi diversi, tutti gli esseri viventi ed è l'elemento che ha permesso l'evoluzione della vita dalle forme primordiali a quelle più evolute. Essa presenta le sue manifestazioni più

evidenti nell'uomo: dal neonato che, privo di apprendimenti, appare tutto proteso a scoprire modi soddisfacenti di collocarsi nel mondo, allo scienziato che formula le sue ipotesi di ricerca. Tuttavia questa spontaneità, che appare presente in modo diffuso negli uomini appena venuti al mondo, sembra apparire solo occasionalmente nella maggior parte delle persone divenute adulte.

La spontaneità stimola a trasformare la realtà, a rompere gli schemi, ad evitare le cristallizzazioni; essa comporta di affrontare i rischi del cambiamento. Ed è pertanto in contrasto con la tendenza alla conservazione rassicurante riscontrabile in ogni organismo sia individuale che sociale (va qui notato che l'organismo sociale si è strutturato in modo da privilegiare il comportamento stereotipo e prevedibile piuttosto che quello spontaneo, cercando in tal modo di garantirsi il potere sul singolo individuo e la sopravvivenza). Ma l'uomo, qualunque sia la sua storia, è sempre riconducibile ad uno stato di spontaneità attraverso adeguate esperienze di "riscaldamento" della sua vitalità, della sua energia psichica e fisica. L'uomo può essere aiutato sempre a prendere contatto con la propria spontaneità, giungendo a sentire quest'elemento non come una forza esplosiva e pericolosa, ma come uno stato positivo in cui può vivere senza la minaccia di sentirsi smarrire.

Teatro di psicodramma

Il palcoscenico è il luogo in cui le persone esprimono, attraverso la rappresentazione teatrale, i propri contenuti mentali. Esso costituisce la parte centrale del teatro di psicodramma, cioè di quello spazio costruito appositamente per facilitare gli individui nell'espressione spontanea del loro mondo interiore.

Nelle psicoterapie verbali il luogo è spesso neutrale ed asettico, in quanto non deve interferire con il processo terapeutico che è tutto focalizzato sulla relazione paziente - terapeuta; nello psicodramma, dove l'elemento centrale è l'agire di tutta la persona che sperimenta in modo unitario le diverse dimensioni del vivere (il che comporta di entrare in rapporto con una varietà sia di oggetti che di persone, all'interno di uno specifico contesto), è necessario uno spazio speciale nel quale le persone possano rendersi attive nei loro aspetti psichici come in quelli corporei. Si può dire che un teatro di psicodramma è tanto più funzionale quanto più è idoneo ad aiutare ogni persona a sentirsi protagonista o, comunque, parte importante per la vita del gruppo, anche grazie alla percezione di un ambiente contenitivo e rassicurante nei suoi elementi spaziali e percettivi.

Una caratteristica del teatro di psicodramma è quella di presentarsi come un ambiente "differenziato", cioè come un luogo peculiare capace di creare uno stacco netto dall'usuale ambiente di vita e di predisporre l'individuo al coinvolgimento nella situazione psicodrammatica. Questo "stacco" è spazialmente determinato da un passaggio ben definito che segna e distingue l'essere "dentro" o l'essere "fuori" dello spazio terapeutico. Del resto, questo aspetto quasi rituale dell'ingresso in un luogo speciale allo scopo di agevolare l'assunzione di un ruolo, non è esclusivo dello psicodramma; basti pensare ad una chiesa o ad un teatro che hanno, ciascuno nel modo più funzionale al ruolo richiesto, una netta delimitazione ed una evidente caratterizzazione che li distaccano dal mondo esterno.

L'interno del teatro di psicodramma è diviso in due parti: una contiene l'uditorio, dove si raccolgono i membri del gruppo mentre il protagonista svolge il suo psicodramma; l'altra contiene il palco e la balconata, dove agisce il protagonista, condotto dal direttore ed aiutato dagli io-ausiliari. Queste due parti sono strutturate in modo che il passaggio dall'una all'altra possa avvenire con immediatezza; in modo, cioè, che ogni membro dell'uditorio possa in qualunque momento inserirsi nella scena come io-ausiliario, come alter-ego o come doppio, senza creare scompiglio. Nello stesso tempo le due parti sono nettamente differenziate, in modo che sia ben percepibile il passaggio dal ruolo di

spettatore a quello di attore e viceversa.

Lo spazio per l'azione è tale da permettere il movimento, realizzato con ritmi ed ampiezza diversi, di un certo numero di individui (il numero medio di persone contemporaneamente impegnate in una scena psicodrammatica è di 4-5), i quali possono spostarsi in esso con agio e senza rischio di danni fisici. Il corpo può assumere posizioni diverse: in piedi, accovacciato, disteso, ecc., così come è richiesto dalle situazioni di vita rappresentate. Per questo esistono punti di appoggio morbidi ed igienicamente sicuri. La moquette costituisce uno dei materiali più adatti a questo scopo, potendo rivestire sia il pavimento che altri piani di appoggio (muro, balconata, gradini, ecc.). L'igiene è favorita dall'accorgimento di entrare in teatro senza scarpe. La forma ideale per il palcoscenico è il cerchio: esso non ha un avanti e un dietro, non ha angoli, non presenta zone che possono alludere a significati privilegiati o svalutanti (ad esempio, l'angolo). Inoltre la circonferenza, non avendo un punto d'inizio ed una fine, si presta a essere utilizzata come percorso non limitato qualora il protagonista ne abbia bisogno. Infine, il cerchio si presta ottimamente alle

Rappresentazioni sociometriche.

Nella creazione dello spazio terapeutico si tiene anche presente il significato psicologico che assume per l'individuo il sentirsi collocato in situazioni spaziali differenti, come la posizione avanti o dietro, fuori o dentro, alto o basso, sopra o sotto. Percepirsi davanti a qualcuno o a qualcosa ha un significato soggettivo diverso dal percepirsi dietro; essere dentro il palcoscenico ha un significato diverso dall'essere fuori; essere in alto, sulla balconata, ha un significato diverso dall'essere laggiù, sul palcoscenico. Per questo il teatro di psicodramma non è disposto su un unico piano orizzontale ed ha diversi "livelli" in cui la persona può collocarsi. Spostandosi da un livello ad un altro, la persona cambia il punto di vista e, di conseguenza, la percezione della realtà circostante. Dalla balconata, ad esempio, ella vede in un modo più globale e distaccato quanto avviene sul palcoscenico; e ciò può risaltarle molto proficuo.

Il teatro di psicodramma possiede anche un'altra caratteristica, importante per la creazione dell'atmosfera del "qui ed ora" richiesta dalla scena psicodrammatica: l'isolamento dalle interferenze acustiche e luminose del mondo esterno. Per questo il teatro non ha aperture sull'esterno e la luce è creata artificialmente; diversamente, stimoli uditivi e visivi casuali e non adeguati alla rappresentazione in atto bloccherebbero la spontaneità del protagonista. Il direttore controlla costantemente che l'intensità della luce, oscillando fra l'oscurità e la brillantezza, sia in sintonia con il tono emozionale della scena che si va svolgendo. La luce è di solito disponibile in diversi colori, ad ognuno dei quali si ritiene correlata una particolare atmosfera: il colore bianco dà il senso della realtà, del tangibile; il giallo è lo spazio, il calore, la gioia, l'apertura; il rosso è l'eccitazione, la tensione, l'aggressività; il blu è il tono della depressione, della tristezza, dell'introspezione, dell'intimità pacata; il verde smorza le cose, è il rilassamento.

Fanno parte dello spazio terapeutico anche gli oggetti d'uso per la creazione delle scene: sedie, sgabelli, assicelle, coperte, materassi, cuscini, ecc., materiali rigidi, morbidi, ruvidi, rotondi, allungati, piatti e così via. Essi assumono la funzione che ad essi attribuisce il protagonista, mentre a loro volta danno vivezza alle percezioni di questi, permettendogli di essere più pienamente coinvolto nel "qui ed ora" della situazione psicodrammatica.

Tele

Moreno usa il termine tele per indicare "l'unità socio genica che serve a facilitare la trasmissione della nostra eredità sociale." Esso costituisce la struttura primaria della comunicazione interpersonale, è il cemento che tiene unito ogni gruppo, è il principale strumento del processo terapeutico e dell'incontro tra le persone. Il tele nasce da un'organizzazione fisiologica connessa a processi affettivi e avente una funzione sociale: tale organizzazione è basata su due tensioni originarie, quella di attrazione verso l'altro e

quella di rifiuto dell'altro.

Il tele costituisce la più semplice unità di sentimento che viene trasmessa da un individuo ad un altro: esso è l'espressione della naturale tendenza dell'essere umano a porsi in relazione emozionale con altri esseri. La qualità dell'emozione che passa attraverso questo ponte invisibile, dà a tale legame la caratteristica dell'attrazione o del rifiuto, con una gradualità che da un massimo va verso un minimo sfociante nell'indifferenza (la quale esprime assenza di tele). Una relazione di attrazione ci fa parlare di tele positivo; una relazione di rifiuto, di tele negativo.

Il termine tele - insomma - comprende in sé ciò che usualmente è espresso con parole diverse: empatia reciproca, comunicazione emotiva a doppia via, sensibilità che consente ad una persona di afferrare i processi emozionali di un'altra stabilendo con essa una reciproca comprensione, ponte su cui passa l'energia psichica, calore affettivo, ecc.

Bibliografia

- Albisetti Valerio – Un modo nuovo di pregare – Ed. Paoline
- Albisetti Valerio – Da Froid a Dio– Ed. Paoline
- Assaggiali Roberto – *Principi e metodi della Psicossintesi terapeutica* – Ed. Astrolabio
- Assaggiali Roberto – *La psicologia e l'arte di vivere* – Ed. Mediterranee
- Assaggiali Roberto – *Jung e la psicossintesi- Testo poligrafato dall'Ist. di psicossintesi italiano*
- Assaggiali Roberto – Il mistero dell'Io - *Testo poligrafato dall'Ist. di psicossintesi italiano*
- Assaggiali Roberto – Lo sviluppo transpersonale – Ed. Astrolabio
- Bertagna Giuseppe s.i. *Applicazione dei principi e tecniche dello psicodramma alla lettura in gruppo della bibbia*
- Bianchi Enzo – *Le parole della spiritualità, per un lessico della vita interiore* - Ed. Rizzoli
- Bion W.R. *Esperienze nei gruppi*, Roma, 1971 – Ed.Armando
- Bittasi Stefano s.i. – *Commenti biblici* su www.stefanobittasi.it
- Boria G. *Lo psicodramma classico* – Ed. Franco Angeli 1997
- Caffi Teresina – *In cammino con il Vangelo* – Ed. Emi
- Carriero Paolo – *Il gruppo di psicodramma e gli assunti di base* di W.R. Bion – 1994
- Carriero Paolo – *Lavorare con le fiabe* – 2005 (articolo – Rubrica clinica)
- Charles L. Allen – La psichiatria di Dio – Ed. uomini nuovi
- Comunità della Buona Notizia (MI) *Gesù una buona notizia?* Ed. Ancora
- Comunità della Buona Notizia (MI) *La buona notizia di Gesù* Ed. Monti
- Consolati Laura *Il gruppo di psicodramma come matrice d'identità*, in *Psicodramma*, AIPsiM, Milano.
- Dotti Luigi - *Forma e Azione* – Metodi e teniche psicodrammatiche nella formazione. Ed. F. Angeli
- Jacob Levi e Zerka Toeman Moreno. *Gli spazi dello psicodramma- Ed. Di Renzo*
- Justino Martinez – *La Parola che è in te*. Leggere la Bibbia a partire dalla vita.
- Fausti Silvano s.i. - *Una Comunità legge il vangelo di Matteo* - EDB
- Fausti Silvano s.i. - *Una Comunità legge il vangelo di Luca* - EDB
- Fausti Silvano s.i. - *Ricorda e racconta il Vangelo* (V. di Marco) – EDB
- Ferrucci Piero – *Crescere* – teoria e pratica della psicossintesi - Astrolabio
- Gasparino Andrea – *Vieni Spirito Santo* – Elle di ci
- La Bibbia di Gerusalemme – EDB
- La Grua Matteo – *La preghiera di guarigione* – Ed. Hebita
- Lamparelli Claudio - “*Le vie dello Spirito*”.
- Laura Consolati “*Ruoli e matrici di ruolo*” - Dispensa
- Leutz G.A. *Rappresentare la vita* - Borla, Roma 1987
- Mahler M.S. *La nascita psicologica del bambino* - Boringhieri, Torino, 1978
- Moreno J.L. *Manuale di psicodramma volume 1* - Astrolabio Roma 1985
- Moreno J.L. *Manuale di psicodramma volume 2* - Astrolabio Roma 1987
- Moreno Z.T. e J.L., Boria G. *Introduzione allo psicodramma classico* – Quad. di psicodr. classico.
- Moratto Giuseppe – *Contemplativi sulle strade del mondo – Piccoli fratelli del Vangelo*
- Marcoli Alba - *Passaggi di vita* – Ed. Mondadori
- Pace Enzo - “*Raccontare Dio*” - Ed. Il Mulino
- Panozzo Gioia – *Il guaritore interno* – Medigraf s.r.l. Brescia
- Parker William – “*La preghiera può cambiare la tua vita*”
- Parrocchia S.M.A. in Certosa (MI) *Abbiamo trovato un tesoro* (Annuncio ai ragazzi)
- Pitzele Peter - *Scripture Windows* – Verso una pratica di bibliodramma
- Quaglino G.P. *Fare formazione*, Il mulino, Bologna, 1985
- Romagnoli W., *Il sociodramma*, - *Psicodramma* - AIPsiM, Milano 1990
- Salvarani Brunetto – *Le Storie di Dio* – E.M.I.
- Salvarani Brunetto – *Dialoghi interreligiosi* – E.M.I.
- Wilkerson David – *La croce e il pugnale* -
- Varano Maria *Guarire con le fiabe* - Ed. Meltemi 1998

Ringraziamenti

Desidero ringraziare in particolare:

Padre Roberto Gazzaniga s.i., che 25 anni fa, mi fece innamorare della Parola del Signore, attraverso modalità di confronto espressivo ed esperienziale;

I gruppi di laici e religiosi, italiani ed albanesi, con i quali abbiamo sperimentato questa metodologia; in particolare per la possibilità che abbiamo avuto di vivere incontri profondamente autentici..., elemento base dell'esperienza;

Laura Consolati che con il suo stile di conduzione caloroso e materno mi ha ispirato nel cercare di far cogliere ai gruppi questo aspetto della relazione con Dio;

Paolo Carriolo, perché dalla sua conduzione ho interiorizzato l'idea del Padre buono che sa accompagnare...;

P. Beppe Bertagna s.i., che ha condiviso con me , molte riflessioni su questo tipo di esperienze.

P. Silvano Fausti s.i., che mi ha fatto sperimentare il discernimento ignaziano; mi ha donato tantissime chiavi di lettura relative ai Vangeli e mi ha incoraggiato rispetto alla stesura di questo libro.

P. Stefano Bittasi s.i. che con la sua passione, umiltà, spirito di servizio e competenza mi ha donato consigli preziosi rispetto all'impostazione del libro.

Gigi Dotti, per quanto mi ha insegnato sull'approccio sociodrammatico, elemento indispensabile per questo tipo di esperienza.

Gianni Boria e la sua scuola, per il dizionario di psicodramma.

P. Giulio Cattozzo per la presentazione del libro e per le tante e profonde esperienze espressive ed esperienziali che faremo insieme da quest'anno.

Cosetta, Cristina, Nina, Michele, Simonluca, Marisa, Mina, Sara, Annamaria e Luisa, per l'aiuto nella conduzione e registrazione delle esperienze e per alcune riflessioni e correzioni del testo.

Elena, perché ogni giorno camminiamo insieme nell' "esperienza della vita quotidiana" cercando di farlo in un'attiva relazione con lo Spirito Santo.

Il mio bambino Andrea perché mi stimola sempre rispetto alla dimensione della spontaneità / creatività e perché, anche quando "fa l'asino", è sempre la concretizzazione del più bel dono che mi ha fatto Dio!

Bibliodrama - Incontro espressivo - esperienziale tra Bibbia e vita

Il presente testo, in gran parte basato sulla rielaborazione di molteplici esperienze di gruppo, intende rivolgersi a tutti coloro che desiderano ricercare, sperimentare, offrire o arricchire la varietà delle strade e la pluralità dei linguaggi, che favoriscono l'incontro tra la Parola e la vita concreta delle persone, nei numerosi ambiti dell'esistenza umana.

Il cuore di questa metodologia bibliodrammatica, consiste nella possibilità di sperimentare concretamente *incontri relazionali autentici*, sia interpersonali, sia con gli aspetti, le diverse parti del sè e della propria esistenza. Ciò favorisce anche la crescita della propria dimensione spirituale nel confronto con la Parola di Dio.

Un'esperienza che consente anche di vivere, da dentro, un brano biblico (o altro testo spirituale), facilitandone l'osservazione, *fuori dallo schema*, favorendo la possibilità di coglierne tutti i suoi aspetti, compresi quelli emozionali.

E' una possibilità per offrire canali espressivi, concreti e plurimi, per condividere ciò che la Parola dice, fa immaginare ed opera nella singola persona, incontrando la sua specifica esistenza. Un approccio metodologico creativo, che può facilitare nelle persone l'approfondimento spirituale; consente un sostegno psico-spirituale alla propria esistenza e favorisce l'incontro autentico con gli altri nella loro diversità.

Una metodologia diversa da quella apparentemente simile, più classica, che propone di "fare la rappresentazione scenica", testuale, di un brano biblico.

L'approccio presentato nel testo ha ricevuto un notevole contributo metodologico dallo psicodramma, ma va oltre allo stesso. E' stato ideato in una forma accessibile a qualsiasi "animatore". Il metodo è proponibile, attraverso forme adeguate, a gruppi di persone di qualsiasi età.

Il libro presenta, dopo una breve parte introduttiva, la rilettura dettagliata di alcune esperienze, per permettere di poter visualizzare, in concreto, il tipo di proposta; lasciando alla parte successiva del testo l'analisi teorica dettagliata della metodologia.

Gli strumenti e le esperienze proposte sono numerose e permettono al lettore di cogliere e di poter sperimentare ciò che egli desidera. Anche soltanto quegli aspetti vicini alla propria sensibilità o a ciò che desidera integrare nel proprio percorso metodologico.

Giovanni Brichetti è un bibliodrammatista e psicodrammatista impegnato da venticinque anni nella formazione e nella conduzione di gruppi in campo sociale ed ecclesiale.

Da alcuni anni si sta dedicando alla formazione, anche per laici, in diverse realtà religiose; fa parte, tra l'altro, dell'equipe formativa della Caritas Diocesana di Brescia ed è presidente dell'associazione bresciana per la formazione Riflessi.

Il suo impegno è particolarmente rivolto allo sviluppo e alla divulgazione della metodologia bibliodrammatica basata sul confronto espressivo esperienziale tra Bibbia e vita, presentata nel libro, proponendo laboratori di confronto tra bibbia e vita; di sostegno personale psico-spirituale, in gruppo e di incontro-confronto attivo interreligioso, e di apprendimento della metodologia bibliodrammatica, prevalentemente nel nord Italia. Per ulteriori informazioni: www.bibliodrama.it

Finito di stampare nel mese di Maggio 2009
presso Laser Copy Center (MI)
www.starrylink.it

Starrylink Editrice

Collana Tesi e Ricerca

Spiritualità