

28 dicembre '17. SOCIODRAMMA e Cena condivisa:

Alle soglie del 2018

Camminare nello spazio da soli, in silenzio come se foste in una bolla, una palla di vetro dove ci siete solo voi. I rumori sono attutiti.

Muovetevi trovando il vostro movimento, la propria andatura, la propria camminata. Nel silenzio della bolla è più facile lasciar liberi i pensieri rispetto al 2017. Cosa è rimasto in sospeso dello scorso anno?

Pensate a qualcosa che vorreste concludere il prossimo anno, quali obiettivi si vogliono raggiungere, quali cose si vogliono realizzare, quali aspettative si hanno rispetto al nuovo anno e pensate a quale sentimento o emozione sono legati a questo.

Cercate un'immagine rappresentativa. Quando l'avete trovata vi fermate.

Ora dovete uscire dalla bolla in cui siete per raggiungere gli altri. Provate con un gesto, con un suono a farla scoppiare. Quando la bolla è scoppiata ci mettiamo in cerchio e ci guardiamo.

Dite agli altri le emozioni che avete identificato.

Ripetete le emozioni, gli altri ascoltano e le interpretano con un gesto o un movimento: guardate e aggiungete qualcos'altro che vi ha ispirato ciò che avete visto.

Ora dobbiamo formare due gruppi. Cercate di mettervi con le persone che conoscete di meno. Nel gruppo vi comunicate le varie immagini, poi ne scegliete una che vi rappresenti tutti, oppure, partendo da quella scelta, ne identificate un'altra che vi rappresenti.

Si sono formati due gruppi. Le immagini vengono rappresentate sul palcoscenico.

La prima scena è un parco giochi con tanti fiori e alberi. C'è un bambino che gioca e vuole un abbraccio e una donna che ha voglia di abbracciare. Un gabbiano che vola libero ma è attento a non urtare niente con le ali e a volte si aggiusta nel vento. Un albero spoglio che sembra morto ma è vivo perché vibra dentro e attende l'arrivo della primavera. **Il messaggio finale** è quello di affrontare il nuovo anno con entusiasmo, slancio, voglia di fare e cura degli altri.

La seconda scena è su una spiaggia, il mare e il sole. Ci sono tante coppie che prendono il sole. Una coppia tiene un bambino in braccio; lei dice: "sento il bisogno di fermarmi e di guardare le cose davvero importanti, senza la fretta di fare e correre"; lui dice: "voglio concludere un progetto importante che ha dovuto interrompersi perché ho chiesto troppo a me stesso". Ci sono due gabbiani che rappresentano "amore e libertà" e "amore è libertà"; infine c'è una persona in posizione yoga che guarda il sole. È lei che ha generato questa scena e **il messaggio** è quello di affrontare il nuovo anno con saggezza, fiducia, meditando su ciò che si intraprende, con uno sguardo e un'attenzione agli altri, insieme.