

## La narrazione del sé

La prima esperienza che vi chiederemo di fare è quella di raccontarvi. Immagino che lo abbiate fatto tante altre volte. Questa volta vi chiediamo di farlo con una consapevolezza in testa. Che quello che direte ha un potere di fascinazione incredibile. Che deriva dal fatto che narrare il sé equivale a narrare l'esperienza di cui ognuno di noi ha un punto di vista privilegiato rispetto al mondo ed è, forse, l'unico racconto di cui si ha un punto di vista così privilegiato.

Un mese fa sono andato a fare rafting e il mio amico Teo è volato dal canotto. Lo abbiamo visto tutti: qualcuno di noi ha riso, qualcuno si è spaventato, qualcuno ha provato ad aiutarlo. Ma quella storia raccontata da lui gode di un punto di vista unico, mentre le nostre versioni del fatto si somigliano: solo lui sa quanto era fredda l'acqua, e quanto erano duri i sassi, e quanto si è spaventato.

Perché affascinante? Non tutti i racconti lo sono. Io di cose noiose ne racconto in continuazione. Risultiamo affascinanti nel momento in cui l'oggetto della nostra narrazione è qualcosa che ci rende felici, qualcosa che ci ha appassionato. Ci. Cioè rende felici *noi*.

Ecco quindi che la narrazione del sé, la narrazione di noi, diventa affascinante quando siamo felici. Perché raccontarlo ad altri? Perché raccontarlo a delle persone che incontriamo oggi e che nella maggior parte dei casi non incontreremo +? Un'altra delle caratteristiche fondamentali della narrazione del sé è che è elemento fondamentale della costruzione della storia di ognuno di noi. Cioè è attraverso le storie degli altri, attraverso l'attrazione che abbiamo provato verso le storie degli altri, che abbiamo costruito in noi modelli da seguire. Oggi quindi vogliamo provare a fare un altro pezzo di questo cammino. Vi chiederemo di dividervi in 4, 5 6 gruppi possibilmente cercando di mischiarvi un pochino sia per quanto riguarda le conoscenze sia x quanto riguarda le competenze di provenienza (vi vedo giovani volontari, dottori, suore... dividetevi!) e di prendervi un po' di tempo per immaginare una storia da raccontare che riguarda voi che possa essere affascinante x gli altri. Ma non pensate a qsto! Pensate ad una storia che vi è rimasta dentro. Una cosa che vi ha colpito profondamente, che vi ha reso sereni e felici. Scoprirete che probabilmente sarà di per sé affascinante senza che voi lo abbiate pensato. Vi chiedo di non interrompervi all'inizio. Spesso sorgono domande, facciamo nostro l'aneddoto raccontato e ci viene da aggiungere pezzi alle storie degli altri; vi chiedo di non farlo, ascoltiamoci e, fondamentale, non giudichiamo la storia dell'altro, cerchiamo di cogliere il valore, il giudizio dell'altro verso la sua storia.

Finito, ci ritroveremo di nuovo qua, ci saremo conosciuti un pokino di più, ed è kiaro che non possiamo farlo qua in plenaria, non daremmo il giusto spazio a ognuno d noi.

Raccontare un'esperienza ci aiuta a dare senso all'esperienza stessa. Ogni volta che noi raccontiamo una storia aggiungiamo un pezzo di storia a quello che racconti. E il nostro punto di vista cambia, perché siamo ad un punto di vista differente della nostra storia.