



G U I D A



ANIMUS

THE ETERNAL CIRCLE

-

PREMESSA

È normale essere un po' confusi. Questa è la cosa più importante da capire a questo punto. Non ti preoccupare. Sta andando tutto bene. C'è del testo da leggere e se sei nuovo puoi sentirti un po' sopraffatto, ma è tutto ok. Anche se non sei sicuro di cosa fare e di come andranno le cose, possiamo prometterti che giocare sarà facilissimo.

Prenditi solo un po' di tempo e leggi con calma questa guida, goditela. Troverai tutte le info necessarie per giocare. Poi se hai ancora qualche dubbio, ci siamo noi. Puoi contattarci per qualsiasi motivo dal sito chaosleague.org oppure via facebook o ancora via mail (info@chaosleague.org). Questo è un living document potrà cambiare ed essere aggiornata. Ogni volta che questo avverrà lo comunicheremo sui nostri canali (facebook, mailing list, WhatsApp).

Animus - The eternal circle è un gioco di ruolo dal vivo on line. È ambientato ai nostri giorni e racconta le vite presenti e passate di un gruppo di persone speciali legate dal destino.

INFO

DATE & RUN

Run 1 ITA. 15-17 Maggio 2020

Run 2 ENG 22-24 Maggio 2020

Run 3 ITA 5-7 Giugno 2020

Run 4 ENG 12-14 Giugno 2020

FASCE ORARIE

Il larp non sarà continuativo, ma diviso in fasce ufficiali e fasce libere.

FASCE UFFICIALI

Rappresentano il gioco vero e proprio. Iscrivendoti a Animus ti impegni a essere presente nelle 4 fasce ufficiali in cui la storia e i rapporti tra i personaggi, facilitati dallo staff, vivono le evoluzioni principali.

La partecipazione alla fasce ufficiali ti consentirà di avere la piena esperienza di gioco che abbiamo progettato per Animus.

FASCE LIBERE

Nelle ore al di fuori delle fasce ufficiali potrai riposare, svolgere le incombenze del mondo reale, oppure potrai continuare a giocare, restando in personaggio e utilizzando i canali che il gioco ti mette a disposizione (videochiamate, chat).

Queste fasce di gioco libero ricevono degli spunti iniziali pensati dagli autori, ma nello svolgimento sono facoltative e completamente autogestite. Aggiungono profondità all'esperienza di gioco e noi le consigliamo vivamente, ma ci teniamo a precisare che non prendervi parte non rende assolutamente l'esperienza di gioco meno soddisfacente.

PROGRAMMA

VENERDI' 21 - 22.30

Workshop pre-gioco e test tecnico delle piattaforme (obbligatorio)

SABATO 15 - 18 E 21 - 0.00

Fasce di gioco ufficiali

DOMENICA 15 - 18

Fascia di gioco ufficiale

FASCE DI GIOCO LIBERE

In qualsiasi momento da sabato alle 18 fino a domenica alle 15

ESPERIENZA DI GIOCO

Animus - The eternal circle è ambientato ai nostri giorni e racconta delle vite presenti e passate di alcune persone speciali legate dal destino. In Animus interpreterai un personaggio che fa una vita **normale**, finché non comincia a fare **sogni** ad occhi aperti in stato di veglia sempre più vividi.

Comincia così un percorso che ti porterà insieme agli altri della tua Cerchia ad avere uno sguardo diverso sul mondo e sul tempo. Animus è un racconto di **amicizia e di scelte**. In cui persone normali con i loro dubbi, debolezze, paure, si confrontano con un destino più grande.

Animus è un larp intimo e profondo che si fonda su **due pilastri**:

- Il primo, e più importante, è l'interpretazione del personaggio e l'interazione emotiva con gli altri giocatori. Animus è un larp in cui rivelare parti di te e ascoltare gli altri, cercare insieme agli altri la tua identità e il tuo riscatto è fondamentale.
- Il secondo pilastro è incentrato sull'indagine e la risoluzione di misteri.

PER GIOCARE AVRAI BISOGNO DI

CONNESSIONE INTERNET

Se la tua connessione non funziona bene, purtroppo non possiamo garantirti un'esperienza fluida.

COMPUTER

Vanno bene anche tablet e smartphone, ma non potrai fare streaming della tua webcam, quindi ti consigliamo caldamente di usare un pc.

CUFFIE E MICROFONO

Per un'esperienza migliore per tutti ti chiediamo di usare delle cuffie durante le video/audio chat. Qualsiasi modello con il microfono andrà bene.

ACCOUNT DISCORD

Questa piattaforma è quella che useremo principalmente per il gioco. Ti

consigliamo già da ora di fare un account a questo indirizzo: <https://discord.com/>.

Puoi registrarti con qualsiasi mail e con qualsiasi nick, ma al momento di entrare in gioco ti chiederemo di modificarlo con il nome del tuo personaggio.

DISCORD

Prima del gioco riceverai via mail un link che ti darà accesso al server di gioco della piattaforma DISCORD. Una volta cliccato avrai accesso ai canali della tua Cerchia e ai canali generali.

Esistono due tipi di canali, CHAT e VOCALE. I canali chat permettono di scrivere, mentre quelli VOCALI permettono di fare chiamate audio e/o video. Per entrare in un canale è sufficiente cliccare sul nome del canale a cui vuoi accedere (li trovi sulla sinistra).

Alcuni canali saranno "fuori gioco", lo capirai perchè riportano l'acronimo OG (Off Game), questi canali servono per varie esigenze, ma considera che non esistono ai fini del gioco. Allo stesso modo è possibile che qualcuno dello staff entri nel canale per vedere che vada tutto bene. Ignora questi utenti ai fini del gioco.

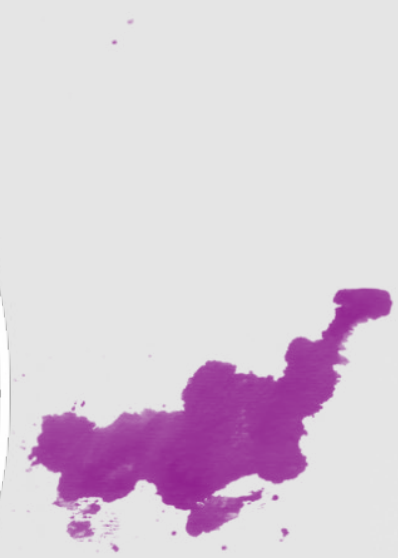
Il Venerdì sera prima della tua run, nel workshop, ti mostreremo le funzionalità necessarie per lo svolgimento del gioco.

N.B. Considera che per eventuali problemi di software o di connessione durante il gioco non riusciremo a darvi assistenza tecnica. Qualora dovesse succedere comportatevi in gioco esattamente come fareste nella vita reale, avisando che state avendo problemi e provando le soluzioni più frequenti (chiudere il software e

riapilo, riavviare il computer etc etc).

DISCORD APP

Discord dispone anche di una app per cellulari e desktop che puoi installare per rimanere sempre collegato al gioco, non è obbligatorio, ma può aiutarti a rimanere in contatto con la tua Cerchia. Discord è una piattaforma open source molto attenta alla privacy, quindi puoi stare tranquillo.



The image shows a Discord server interface for 'The Beacon' with the channel '#help-og'. The server description reads: 'Questo è un canale fuori gioco (OG) per ottenere aiuto da un organizzatore in caso tu ne abbia bisogno. Non scrivere qui, ma contatta lo staff con un messaggio privato.'

Annotations in red text with arrows point to the following elements:

- SERVER BEACON**: Points to the server name 'The Beacon' in the top left.
- CANALE FUORI GIOCO**: Points to the channel name '#help-og' in the left sidebar.
- CANALE CHAT**: Points to the text channel '#altair-chat' in the left sidebar.
- CANALE VOCALE**: Points to the voice channel 'altair-vocale' in the left sidebar.
- TUO NICK**: Points to the user's name 'Chaos League #3359' at the bottom left of the chat area.
- STAFF FUORI GIOCO**: Points to the 'Staff [OG]' user in the right sidebar.
- PUOI CAMBIARE NICK DA QUI (USA IL NOME DEL TUO PERSONAGGIO)**: Points to the 'Staff [OG]' user in the right sidebar.

The main chat area displays a welcome message: 'Benvenuto in #help-og!' followed by the server description and a 'Modifica il canale' link. A message from 'Staff [OG]' is shown with a red 'Qui non puoi scrivere.' notification. Below it, a message says: 'Se hai bisogno di aiuto riguardo qualcosa del gioco contatta lo @Staff [OG] con un messaggio diretto. (Basta cliccare qui su @Staff [OG]).' Another message reads: 'Ricorda che se la linea non è buona o la rete non funziona o se il tuo pc fa i capricci, non possiamo fare nulla. Contattaci solo in caso di reale necessità. Grazie!' A separator line indicates '6 maggio 2020'. A pinned message from 'Staff [OG]' says: 'ha attaccato un messaggio al canale. Vedi tutti i messaggi attaccati. Ieri alle 10:12.'

The right sidebar shows 'INVITE-ROLE BOT-1' with 'Invite-Role Bot [BOT]' (1439 servers), 'ONLINE-1' with 'Staff [OG]', and 'OFFLINE-1' with 'Test.png ruolo'.

A watercolor illustration of a campsite. In the foreground, a tent is pitched on a rocky or uneven ground. To the right, a campfire is burning, with a small structure of sticks and branches above it. The background shows several tall, thin, leafless trees. The entire scene is rendered in a soft, painterly style with muted colors. A glowing white circle is superimposed over the scene, framing the central elements.

ANIMUS

THE ETERNAL CIRCLE

DOVE COMINCIA LA STORIA

In Animus tutti i personaggi sono affetti da **disturbo da fantasia compulsiva** (maladaptive daydreaming).

Questo disturbo è una conseguenza di un'attività di fantasia vivida ed eccessiva che spesso comporta scenari elaborati e fantasiosi. Può causare angoscia, può sostituire l'interazione umana e compromettere la vita sociale o il lavoro.

Le persone che soffrono di questo disturbo possono perdersi alcuni momenti della propria vita immergendosi in "vividi universi alternativi". I personaggi sono ancora ad uno stato iniziale, ma negli ultimi tempi questi "sogni ad occhi aperti" sono aumentati di frequenza e di intensità.

Per questo motivo i personaggi stanno per cominciare una psicoterapia di gruppo. È qui che si incontreranno per la prima volta e da qui inizierà la loro storia. Piuttosto che affrontare una terapia tradizionale hanno scelto di provare "The Beacon" una piattaforma online di auto-terapia di gruppo. Il gioco inizia dalla prima di queste sedute.

NIENTE DOPPIO FONDO

Ci teniamo a specificare che lo psicologo, la terapia, i farmaci e tutto quanto legato a questo mondo NON conterranno elementi di sorpresa o colpi di scena. La terapia non sarà oggetto di indagine o di misteri, sarà semplicemente una "vera terapia": non si tratta di un esperimento di manipolazione, non ci saranno oscuri dottori in gioco, e nessuno starà cercando di fregarvi.

Ricorda che nella fiction avete deciso voi di fare questa terapia, di vostra spontanea volontà e state seguendo spontaneamente il protocollo che "The Beacon" suggerisce ai suoi utenti per una corretta auto-terapia di gruppo.

La terapia è un elemento di design che fornisce il motore di interazione tra i giocatori, non un misterioso complotto di scienziati pazzi.

THE BEACON

The Beacon è la piattaforma di auto-analisi di gruppo online che i personaggi useranno per confrontarsi. Prevede un semplice protocollo per facilitare la conversazione tra i partecipanti che va rispettato perché la terapia sia efficace e tutti trovino il tempo e il modo di esprimersi.

La terapia è una parte importante del gioco. La facilitazione e il rispetto delle modalità di espressione è una responsabilità di tutto il gruppo che può usare un moderatore (che cambia o rimane lo stesso). È importante rispettare i principi della facilitazione per quanto possibile.

IL DIARIO

Le sedute vengono documentate in un diario che viene compilato durante la seduta. Mentre si ascoltano le storie degli altri si prendono brevi note, una o due frasi, di feedback su quanto ascoltato.

Offline, dopo la seduta, uno psicologo responsabile (che non incontrerete mai online) leggerà il diario. Dopo un lasso di tempo variabile, sempre via chat, vi fornirà suggerimenti e pratiche per migliorare la terapia.

LE SEDUTE: FACILITAZIONE

A. Presentazione

Ogni partecipante espone in qualche minuto:

- 1) Perché è in terapia, come il disturbo sta impattando sulla sua vita [solo 1 seduta].
- 2) Cosa vorrebbe ottenere dalla terapia [solo 1 seduta].
- 3) Chi è, una sua presentazione [solo 1 seduta].
- 4) Una confidenza sul proprio passato.
- 5) L'ultimo sogno ad occhi aperti.

B. Gli ascoltatori ringraziano

C. Gli ascoltatori fanno commenti su quanto appena sentito.

Possono usare questi spunti già fatti oppure usarli come ispirazione.

Cosa ti ha fatto più paura in quello che hai appena sentito?

Cosa ti ha fatto sentire vicino?

Cosa ti ha messo a disagio?

Come avresti reagito tu?

C'è una ingiustizia in questa storia?

C'è una colpa da parte di chi ha raccontato la storia?

D. Gli altri partecipanti commentano quanto ascoltato.

SCHEDA DEL PERSONAGGIO

Le schede dei personaggi di Animus sono composte da vari documenti che contribuiscono a dettagliare il suo presente e il suo passato. Abbiamo fatto in modo che ci fossero degli "spazi bianchi" che ogni giocatore può riempire personalizzando la propria esperienza. Quindi ciò che non è nella scheda puoi inventarlo tu, ma non puoi contraddire ciò che è esplicitamente scritto.

RISONANZE

In alcuni punti della scheda troverai delle parole in **grassetto**, queste parole sono risonanze, vuol dire che è qualcosa che è importante, anche se al momento non capisci perché. Cerca di condividere queste informazioni con gli altri nel corso del gioco.

Nella scheda del personaggio di Animus troverai queste informazioni:

TRIGGER WARNING

Alcuni personaggi toccano temi che possono risultare delicati per qualcuno, in questo caso troverai un'indicazione che specifica quale sia il tema in questione, così che tu possa decidere se il personaggio fa al caso tuo o meno.

NOME

Tutti i personaggi sono unisex e viene riportato solo il nome. Il cognome non è

rilevante ai fini del gioco.

CHI SEI

Cinque parole (tag) che identificano in breve il personaggio

IL TUO PRESENTE

Il presente è composto di due parti:

- **Perché sono in terapia:** in questa parte trovi le motivazioni che hanno spinto il personaggio a entrare in terapia e a che punto è la sua vita.
- **Cosa voglio ottenere con la terapia:** in questa parte trovi cosa vuole dalla terapia e dalla vita il personaggio. Cosa lo spinge e quali sono i suoi obiettivi nel prossimo futuro.

LA MIA VITA OGGI VISTA DAGLI ALTRI

In questa parte trovi un documento che ti racconta in maniera indiretta la vita adulta del personaggio vista da una persona che gli è vicina. Troverai uno tra lettere, biglietti, contratti, diversi da personaggio a personaggio, che permettono di vedere uno scorcio della sua identità. Lasciati ispirare da questi documenti e immagina chi sei.

COM'È STATA LA MIA INFANZIA / ADOLESCENZA:

Come per il punto precedente, ma questa volta riguarda il tuo passato, chi eri, cosa volevi essere.

COSA VOGLIO CONDIVIDERE

Questa parte è divisa in tre capitoli e rappresentano ciascuno un evento a suo modo traumatico, qualcosa che senti il bisogno di condividere in terapia, ma che non hai ancora mai detto a nessuno. Sono eventi che pesano sulla tua coscienza. E sono in ordine di "gravità". Per liberartene devi dividerli con gli altri, ma hai bisogno di fidarti delle persone a cui li racconterai.

A ogni seduta racconta l'episodio che vuoi condividere in ordine dal primo al terzo. È uno dei motori del gioco. Alla prima seduta racconta il tuo primo, alla seconda il secondo e alla terza... il terzo. Raccontalo a modo tuo, ma rendi gli altri partecipi, dopotutto prendendo parte alla terapia per questo, no?

COME MI RAPPORTO CON GLI ALTRI

Qui, in forma sintetica, trovi il modo in cui ti relazioni con le persone che ti stanno intorno, il carattere del tuo personaggio. Sono spunti e indicazioni che ti aiutano a capire come si comporta nella sua vita di tutti i giorni.

DILEMMI

I dilemmi sono domande a cui il personaggio cerca di rispondere durante il gioco. Qualcosa di irrisolto nella sua vita su cui vuole fare luce. Cerca di giocare per trovare queste risposte.

SENSAZIONI

Anche se non vi conoscete ancora (la prima seduta della terapia coincide con il primo segmento di gioco), vi incontrate presto. In questa parte della scheda trovi alcuni suggerimenti sulle relazioni che puoi instaurare con alcuni degli altri personaggi. Sono come sensazioni che avrai "a prima vista" quando li incontrerai. Usale come spunto per stringere relazioni con gli altri.

L'ULTIMO SOGNO A OCCHI APERTI

Allegato alla scheda ti verrà dato l'ultimo dei sogni ad occhi aperti che hai fatto. E anche uno dei più strani. In effetti hai sognato solo la parte "audio", perchè durante il day dream nei tuoi occhi c'era solo oscurità.

Ovunque tu fossi quando è successo (nella tua scheda personaggio è spiegato), il sogno ha avuto un forte impatto emotivo su di te. È stato estremamente vivido e ti ha trasportato quasi fisicamente al suo interno. Prima di ascoltarlo ti consigliamo di prenderti il giusto tempo, metterti comodo in una stanza tranquilla, sederti o meglio ancora sdraiarti, indossare un paio di cuffie, chiudere gli occhi e premere play. Buon ascolto.

SOGNI DA SVEGLIO

Durante il gioco gli organizzatori potrebbero condivederti dei "sogni lucidi" in diversi formati. Immagina che siano visioni che hai avuto in uno dei tuoi "momenti".

SABATO SERA: SCENE DAL PASSATO

La fascia ufficiale di sabato sera sarà divisa in due parti. Nella prima si svolgerà la terapia regolare, nella quale giocherete i vostri personaggi seguendo il filo della storia.

Nella seconda parte invece interpreterete un altro ruolo. La scena sarà infatti ambientata in un altro spazio e in un altro tempo e voi sarete altre persone. Ma non vi diciamo di più ora per non rovinarvi la sorpresa; si tratta di una scena centrale nella storia che vogliamo raccontare.

Dopo la terapia interromperemo il gioco per dare il via a un workshop preparatorio. In questo workshop vi spiegheremo la scena che stiamo per giocare, risponderemo ai vostri dubbi e vi assegneremo i personaggi il tempo necessario per comprenderli appieno e giocarli al meglio.

LARP ONLINE

Ci rendiamo perfettamente conto che giocare on line sia una sfida per molti larper, abituati alla presenza fisica. Pensiamo però sarà eccitante raccogliere questa sfida, nuova anche per noi organizzatori.

Abbiamo un consiglio fondamentale: eliminate le distrazioni. Ogni giorno siamo sommersi di notifiche e messaggi. Quello che vi chiediamo per le ore di gioco di Animus è di dedicarvi completamente al gioco “staccando” dalla realtà proprio come accade quando andiamo a giocare in un castello, in un bosco o in un bunker.

Mentre giocate vi consigliamo di spegnere il cellulare e di non avere sul computer altri sistemi di comunicazione aperti (facebook e altri social). Vi chiediamo anche di avere la massima privacy: se possibile trovare un stanza nella quale poter essere da soli durante le fasce di gioco. Esattamente come fareste per un larp più classico, per creare la magia dobbiamo mettere in pausa la nostra “vita reale”.

COSTUMI E SCENOGRAFIA

Animus è ambientato nel 2020, ma interpreterete un personaggio diverso da voi, per il quale sarà necessario un costume vero e proprio, visto che si giocherà in video chiamata. Starà a voi ideare il costume, seguendo le ispirazioni del personaggio che vi sarà assegnato.

Non abbiate paura, riutilizzare quello che avete in casa sarà più che sufficiente. Cercate di visualizzare il vostro personaggio e il suo aspetto. Potete ovviamente anche giocare con trucco/capigliatura e accessori.

Lo stesso vale per ciò che avrete come sfondo durante le chiamate. Cercate se possibile di allestire un piccolo angolo che rispecchi il vostro personaggio, come potrebbe essere la sua camera. Magari ha dietro un poster, qualche libro in

particolare, oppure fotografie, candele, qualsiasi cosa possa raccontarci qualcosa di lui. Siamo sicuri che ci saprete stupire!

S E T T I N G

Il gioco è ambientato ai nostri giorni, ma non in uno specifico contesto o nazione. Animus non è un gioco sull'attualità perciò vi consigliamo di evitare riferimenti troppo precisi a personaggi dell'attualità. In ogni caso per tutto il resto il mondo è esattamente come lo conosciamo, l'economia va male, il covid19 ha imperversato provocando vittime, il buco nell'ozono è sempre lì.

S A F E T Y

Tutto il design del gioco prevede che tu possa sfilarti (opt-out) in qualsiasi momento da una discussione che ritieni non sicura o serena per te stesso.

In queste situazioni dunque puoi semplicemente usare la safeword: "Ho chiuso" e allontanarti dalla webcam. Puoi prendere una pausa e ritornare in gioco quando ti sentirai di farlo. Tieni conto che tutto il design del gioco è progettato in modo assolutamente inclusivo e rispettoso.

I S P I R A Z I O N I

Abbiamo ideato situazioni e meccaniche di gioco attingendo dal nostro immaginario e dalla nostra estetica. Si tratta di un nostro sforzo autoriale.

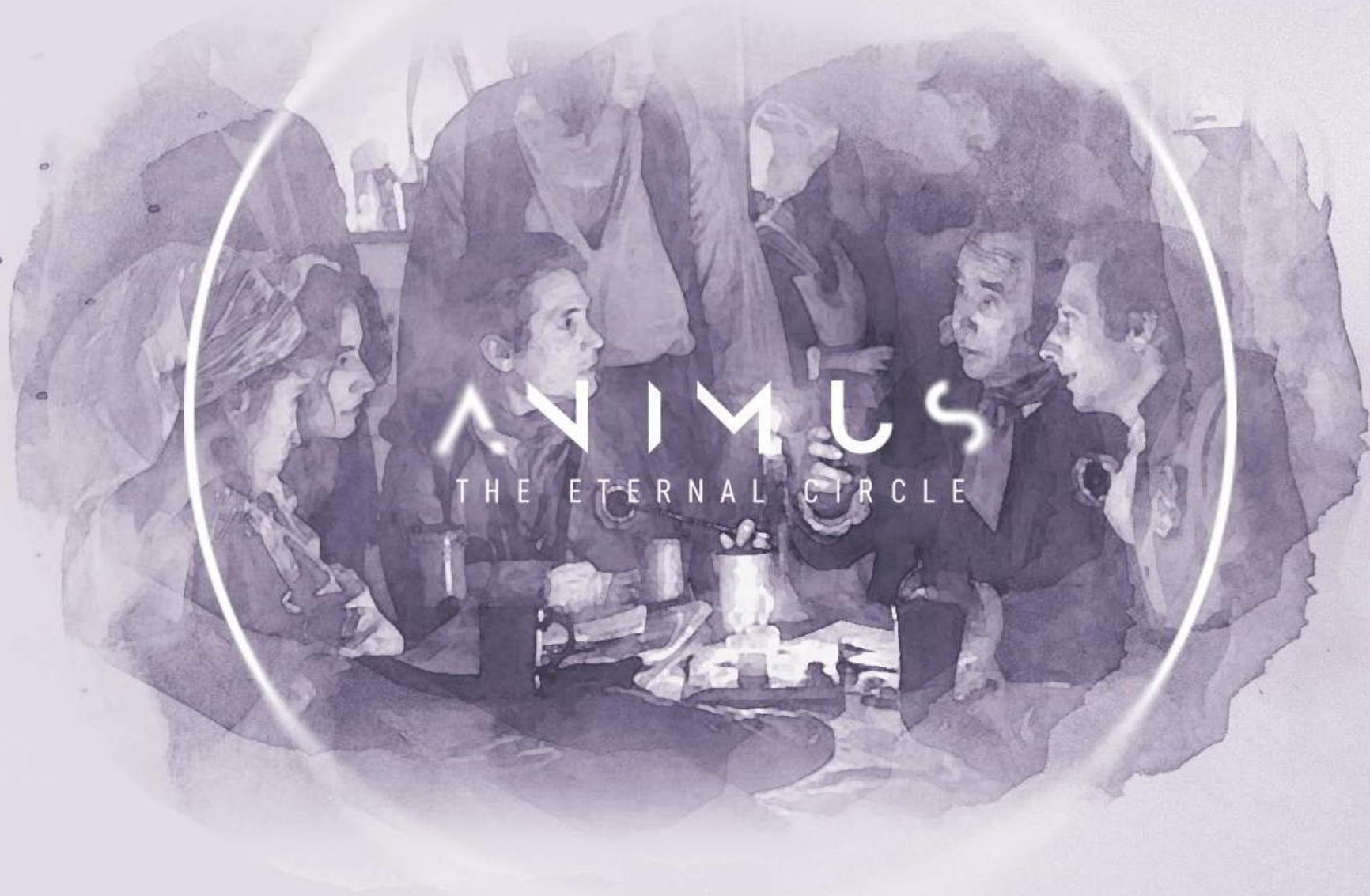
Si tratta di una storia profonda e intima, che scava nella psicologia dei personaggi parlando di empatia e di scelte difficili.

Nel setting sono presenti elementi soprannaturali e sfumature metafisiche. Le serie tv The OA e Sense8 vanno intese come ispirazioni indirette, Animus è un larp originale, prodotto dalla Chaos League.

S O U T H E R N W A Y N E W I T A L I A N L A R P

Animus, come tutti i larp della Chaos League, si rifà alla filosofia di gioco contenuta nel manifesto Southern Way, che puoi leggere [qui](#).

Siamo sempre interessati alle vostre opinioni, quindi per qualsiasi dubbio o chiarimento, oppure per parlare di estetica e larp design scrivici pure a info@chaosleague.org, saremo felici di risponderti.



ANIMUS

THE ETERNAL CIRCLE

PERSONAGGI TEASER

I teaser presentano brevemente i personaggi, una volta che saranno assegnati, avrai accesso alla scheda completa. Nel teaser troverai solo queste sezioni:

TRIGGER WARNING
NOME
CHI SEI
IL TUO PRESENTE

Tutti i personaggi sono unisex.

INDICA LE TUE PREFERENZE PER IL
PERSONAGGIO COMPILANDO IL FORM ENTRO IL
12 / 5

FORM

<https://forms.gle/Kz7oyxugceWve7Sc6>

ALEXIS

TRIGGER WARNING:

Violenza domestica, violenza sociale e discriminazione, turpiloquio, disabilità.

CHI SEI:

Fuoco, amicizia, suono, rabbia, disabilità di una persona cara.

PERCHÉ SONO IN TERAPIA

Io lo so che dentro di me bruciava un fuoco. Ma ora è spento. Che posso farci? Ci ho provato. Per anni mi sono impegnato a prendere sempre posizione contro lo schifo che mi vedevo intorno. E ne ho avute di porte in faccia. E di cazzotti, se per questo. Ma è servito a qualcosa? Il mondo resta ingiusto comunque. Fa schifo comunque. Va bene così.

Ho mollato gli studi, le grandi ambizioni. Ho scelto di conservarmi lucido. Di smettere di avvelenarmi l'anima. Ora mi dedico al suono. Microfoni, mixer e diffusori acustici sono il mio pane quotidiano. Non è lotta, ma va bene così. Mi piace soprattutto la presa diretta: i suoni non mentono, se impari ad ascoltare. Ci sono pochi, sacri momenti in cui i suoni mi completano. Ma è un'illusione e se anche non è un'illusione, è qualcosa che non dura.

Mi manca sempre qualcosa. I suoni, per quanto pieni e vivi, non riescono a prendere il posto del fuoco che ho perso. E poi ci sono quei sogni...vividi, troppo vividi. Un vortice che non so organizzare. Un mix mortale che mi abbatte, affatica i miei sensi, mi confonde.

Non mi piace essere confuso. Non mi piace non sapere cosa fare.

COSA VOGLIO OTTENERE CON LA TERAPIA:

- Voglio ritrovare quella fiamma che bruciava dentro di me e mi spingeva a combattere le ingiustizie del mondo. Per trovare me stesso devo trovare una causa per cui lottare.
- Voglio trovare altre mani, altri cuori, altre menti che combattano al mio fianco. Per sentirmi completo devo avere accanto a me delle persone affini.

C A M I L L E

TRIGGER WARNING:

-

CHI SEI:

Razionalità, Pensiero, Scienza, Affetti delusi, Raffinatezza.

PERCHÉ SONO IN TERAPIA

C'è una cosa che mia madre mi ha raccontato quando sono stato a pranzo da lei, qualche settimana fa. Un episodio che risale a quando ero piccolo, avrò avuto sette anni.

Stavamo cenando, il televisore acceso trasmetteva il telegiornale. Ad un certo punto il conduttore annunciò la scomparsa di una qualche personalità di spicco. Io le chiesi: "Dove è scomparso?". I miei si scambiarono uno sguardo raggelato. Mamma prese la parola: "Scomparso vuol dire che se n'è andato, tesoro". "Ma andato dove?" insistetti.

In quel momento per loro fu chiaro: il loro piccolo non avrebbe mai trovato risposta a tutte le domande che lo assillavano. Io ci ho messo più tempo a capirlo. Agli

esseri umani non mancano solo le parole, mancano proprio i concetti. La realtà è manchevole di spiegazioni. Di senso. Ecco, c'è un intrinseco deficit di senso. Col tempo ho, però, maturato una visione complementare: mi sono convinto di essere io stesso manchevole.

Mi manca la serenità di accettare lo "scompare" e la brevità del "permanere". Mi manca la rassegnazione di sapere che nemmeno i migliori "occhiali" possono rendere definito ciò che è sfumato e confuso. C'è un limite a ciò che è concesso conoscere a noi primati iper-evoluti.

Io sono pagato per fare domande e per cercare di offrire risposte: divido le mie ore fra la cattedra universitaria di fisica teorica e il lavoro come divulgatore scientifico. Eppure devo ancora imparare ad accettare che non tutto ha risposte. Quello di cui però farei volentieri a meno sono questi sogni lucidi: nel caos della vita sono caos aggiunto. Stimoli superflui e sregolati. Non riesco a sopportarli oltre. Mi confondono con input scollegati ed insensati. Sono...poco logici. Troppo emotivi.

COSA VOGLIO OTTENERE CON LA TERAPIA:

- Voglio ritrovare il desiderio di pormi domande anche se non ci saranno sempre risposte. Per trovare me stesso devo avere qualcosa da ricercare, da scoprire e da comprendere fino in fondo.
- Voglio trovare il confronto che mi manca, il dialogo, l'apertura, la riflessione. Per sentirmi completo devo avere accanto a me delle persone che mi completino.

ELLIOT

TRIGGER WARNING:

Cure psichiatriche, malattia terminale di una persona cara.

CHI SEI:

Leggerezza, Irrequietezza, Caos, Euforia, Grunge.

PERCHÉ SONO IN TERAPIA

La prima volta è stata da ragazzino, durante la scorribanda alla villa diroccata. Ogni tanto ci ripenso ed ho i brividi. Lo avevo raccontato ai miei, ma non mi hanno dato credito: si erano già convinti che ero "sbagliato".

Crescendo mi è capitato più di frequente ed in questi ultimi mesi è insopportabile. E' una cosa strana... sono sveglio, poi sto sognando e so che è un sogno, che non è un'allucinazione, poi mi riprendo e mi sento esausto, come se avessi corso, ma senza il fiatone. Capita durante il giorno, come delle vivide visioni che so non essere reali. Credo che non siano reali. Però se guido devo fermarmi, se parlo con un cliente perdo il filo. Insomma, è un gran casino.

Lo so che il lavoro che sono finito a fare fa schifo. Io volevo essere un artista o che ne so, qualcos'altro, ma passo le ore attaccato al telefono. Call center del Servizio Clienti di un'azienda di fornitura elettrica. Bella roba... ma non voglio perdere anche questo lavoro e queste strane visioni sono un bel problema. Non so se c'entra qualcosa, ma è tutta la vita che mi ripetono che nella mia testa c'è il caos. Prendo le mie pillole da tanti anni, da quando da ragazzino i miei mi mandarono in cura per la mia iperattività. Funzionano e sto meglio, sono più calmo. Sereno, forse. O spento.

Anche se ultimamente le medicine sembrano fare meno effetto. Sento rinascere in me quella esuberanza tutta mia... quell'euforia che provavo quando era piccolo. Un pò cerco di calmarla, ma alle volte è bello abbandonarsi. È terapeutica, mi rigenera, mi fa rinascere. Anche se mi ha portato sulla cattiva strada in passato.

COSA VOGLIO OTTENERE CON LA TERAPIA:

- Voglio ritrovare l'euforia di quel ragazzo che vedeva tutto il mondo illuminato e che combatteva contro il grigiore della quotidianità. Per trovare me stesso devo trovare qualcuno con cui condividere la mia voglia di vivere.
- Voglio trovare il confronto che mi manca, il dialogo, l'apertura, la riflessione. Per sentirmi completo devo avere accanto a me delle persone che mi completino.

JACKSON

TRIGGER WARNING:

Gravidanza fatale, parto cesareo.

CHI SEI:

Ordine, stacanovismo, corporate, moderazione, sacrificio.

PERCHÉ SONO IN TERAPIA

Fa specie scriverlo bianco su nero, ma non sono soddisfatto della mia vita. Mi pare di sentire la voce stridula del mio life coach: "Questo è il momento per impegnarsi! Per farsi valere! Per dimostrare all'azienda, a tutto il mondo del Consulting, chi sei veramente!". Ma la verità è che da un po' di tempo a questa parte anche il mio lavoro che una volta amavo sembra uno sforzo vuoto, quasi patetico nella sua inessenzialità.

Voglio essere chiaro: sono una persona fortunata. Ho avuto la possibilità di affermarmi nel mio lavoro gestendo grandi progetti, pure con qualche incidente di percorso. Ho lavorato con persone valide, che di tanto in tanto mi hanno deluso. Ho avuto perfino l'occasione di vedere il mondo.

Ma pure attraversando ambienti e settori diversi, affrontando sfide di tutto rispetto, la verità è che mi sembra di averle sempre affrontate da solo.

Anche quando mi trovavo a capo dei migliori team, era come se tra noi la connessione non funzionasse, non veramente: ogni complicità era degli altri, tra gli altri, non con me. Forse perché mi vedevano come uno che comanda? O sono io che semplicemente non riesco a stare con gli altri, credere in loro, credere in me? Sono troppo distaccato, mi sento superiore a loro? È possibile. E non dubito che questo incida anche sulla mia arida vita sociale e sentimentale. Mi sento sempre ripete che la mia azienda è la mia famiglia. Ma sempre più spesso mi chiedo se sia davvero così o se una famiglia è qualcosa di più, qualcosa di cui prendersi cura senza ricevere nulla in cambio.

In più da qualche tempo manco anche di concentrazione, forse dipende da come mi sento ultimamente. Li chiamano sogni lucidi, ma quando mi capitano per forza di cose non riesco più ad ascoltare chi ho davanti, non riesco più a seguire le dinamiche della conversazione. Mi perdo. Che lucidità è questa, essere in mezzo ai propri simili e non essere presente per loro o per me?

COSA VOGLIO OTTENERE CON LA TERAPIA:

- Voglio ritrovare l'entusiasmo nel sentirmi parte di qualcosa, un progetto che vada al di là di una commessa aperta e chiusa. Per trovare me stesso ho bisogno di trovare qualcosa, e soprattutto qualcuno, per cui valga la pena di affrontare nuove sfide.
- Voglio essere in grado di affidarmi e di dividere il carico di ogni lavoro, di ogni fardello, affinché ogni nuovo giorno alzarsi sia più lieve. Per sentirmi completo devo avere accanto a me delle persone che mi completino.

R O B I N

TRIGGER WARNING:

Nessuno

CHI SEI:

Strada, Fuga, Monotonia, Uniforme, Silenzio.

PERCHÉ SONO IN TERAPIA

La mia cosa preferita, quando ero piccolo, era andare in bicicletta. Abitavamo in un quartiere molto tranquillo, di periferia, e le sere d'agosto, quando tutti erano in vacanza, non c'era nessuno per strada. E allora la strada diventava mia. Mi mettevo in sella e pedalavo, sempre più veloce, fino a che non avevo più fiato e mi dovevo fermare.

Il mio grande sogno, a quell'età, era diventare un pilota di moto professionista. Ai miei genitori non è mai piaciuta questa cosa; mi dicevano di smetterla con le sciocchezze e di iniziare a pensare a un futuro vero, alla mia portata. Poi sono iniziati i sogni ad occhi aperti.

Più crescevo più si facevano invadenti e spiacevoli. A volte erano così forti da farmi girare la testa. Per fortuna ho trovato una soluzione, dei betabloccanti molto comuni che mi ha prescritto il mio medico e grazie ai quali posso fare una vita tutto sommato "normale".

Sono finito a fare l'autista di autobus di linea. Sto tutto il giorno seduto dietro un volante, con la divisa scura che mi fa morire di caldo quando il sole picchia attraverso il vetro. Ogni giorno ripercorro le stesse strade, sempre uguali. Ogni giorno con il vociare della gente nelle orecchie, così forte che anche quando finisco il turno lo sento ronzare ancora e ancora.

Tutte quelle persone che parlano, eppure non riesco mai davvero a distinguere le loro parole; rimangono un rumore di sottofondo. Forse perché nessuno di loro sta parlando con me. A furia di stare chiuso in quella cabina, la vita mi appare ovattata. Mi sento una comparsa nello spettacolo di qualcun altro.

COSA VOGLIO OTTENERE CON LA TERAPIA:

- Voglio ritrovare l'adrenalina che provavo da bambino su quella strada vuota. Per trovare me stesso devo riscoprire il mio desiderio di fuggire lontano, libero.
- Voglio trovare il confronto che mi manca, il dialogo, l'apertura, la riflessione. Per sentirmi completo devo avere accanto a me delle persone che mi completino.

SASHA

TRIGGER WARNING:

Nessuno.

CHI SEI:

Dolcezza, Macerie, Dolore, Negozio, Discreto.

PERCHÉ SONO IN TERAPIA

La cose brutte che accadono nel mondo mi hanno insegnato ad essere paziente. Al mio sconcerto infantile dinanzi alle tante cattiverie del mondo, alle guerre, ai bambini che muoiono di fame, mia madre rispondeva con un sorriso lievemente accondiscendente e mi ripeteva: "Crescerai Sasha e ci penserai tu a cambiare il mondo". Lo diceva così, per dire.

Ora lo so. Ma non da piccolo. Non nell'età degli Assoluti e degli Infiniti. Ed io sono stato paziente. Ho atteso. Ho atteso che qualcosa cambiasse, che qualcuno arrivasse.

Ho atteso un segno che mi dicesse chiaramente che sì, ora era giunto finalmente il tempo in cui avrei potuto fare del bene. Ed ho vissuto con un senso di attesa

perenne le cui tinte si sono fatte sempre più angoscianti. Perché quel momento non è mai arrivato ed io mi sento incompleto. Lavoro come commesso in un negozietto di alimentari in periferia. Ho provato a salvare il mondo, ad Haiti, ma ho rischiato solo di perdere me stesso. Sono un campo arido senza semi, senza acqua, senza sole. Non so donare frutti. E se il momento di cambiare me stesso e le cose non è mai giunto, altri disturbanti spiragli si sono spalancati.

Soffro di lucidi sogni che appestano la mia veglia e che mi privano del sonno. Visioni contorte e asfissianti che non mi lasciano vivere. Di notte non sogno, di giorno non vivo. Sopravvivo fra grigie giornate e nere visioni. Non posso più andare avanti così.

COSA VOGLIO OTTENERE CON LA TERAPIA:

- Voglio ritrovare lo sguardo sdegnato del bambino che guardava il brutto del mondo e voleva cambiarlo. Per trovare me stesso devo trovare qualcuno da proteggere.
- Voglio trovare ciò che mi manca, i semi, l'acqua ed il sole per rendere fruttuosa la terra. Per sentirmi completo devo avere accanto a me delle persone che mi completino.

H A Y D E N P N G

TRIGGER WARNING:

Nessuno.

CHI SEI:

Indisciplinato, rock, distrazione, senso di colpa, negazione.

PERCHÉ SONO IN TERAPIA

Se potessi non sarei qui, ma credo di averne un gran bisogno. Non amo i cerchi dell'amicizia, i libri di auto-aiuto e né tantomeno la commistione tra le due cose. Ma stavolta ci sono dentro con tutti e due i piedi, e spero che tutto questo mi aiuti. La mia vita scorreva tranquilla. Ho un buon lavoro, stimolante dal punto di vista intellettuale e che paga generosamente i miei bisogni e i miei vizi; una rete sociale ampia, che raramente manca di divertirmi; e sì, sono stato lasciato da poco, ma ho superato la cosa.

Per l'immensità dell'universo come in una scala generale di valori, non era una relazione importante. Quando ci penso mi manca, ma capisco che non è proprio la persona a mancarmi, a mancarmi è qualcosa di indefinibile...

Ed è una sensazione che mi accompagna da tempo. Ma non so spiegarla meglio di così.

Perché sono qui, dicevamo. C'è una cosa che mi rende curioso, e al contempo preoccupato: i miei sogni lucidi. Alle volte mi colpiscono come una grandinata sulla testa. Mi stordiscono mi terrorizzano... e non so più che fare, sono diventati un handicap nella mia vita.

Ho cercato su internet ma ho trovato poco, solo qualcosa a proposito di maladaptive daydreaming, wikipedia. E mi ha spaventato. E alle volte, inutile negarlo serve un aiuto. Ho trascurato questa cosa per troppo tempo. Ma peggiora e non voglio che diventi qualcosa da cui non è possibile uscire.

Quindi eccomi, mi metto in gioco, perché onestamente fare le cose a metà è una idiozia. E poi voglio sapere. La mia vita è un percorso e più cose so, meglio posso affrontarla.

COSA VOGLIO OTTENERE CON LA TERAPIA:

- Voglio ritrovare la pace dei sensi, comprendere perché mi sta succedendo tutto questo e come riuscire a fermarlo. Per trovare me stesso devo conoscere tutto nel dettaglio.
- Voglio comprendere perché nel mio petto c'è un mastice che mi lancia a volte senza fiato, altre in eterna attesa del vuoto. Per sentirmi completo devo avere accanto a me delle persone che mi completino.



ANIMUS
THE ETERNAL CIRCLE

G U I D A