



Emiliano Granatelli - eghidna@gmail.com

Parco di Studio e Riflessione - Attigliano [IT]

Ufficio del Fuoco e Stile di Vita

PRIMO GIORNO

inizio ritiro ore 15.00

Lettura introduzione

L'ufficio del Fuoco è un percorso esplorativo che va dal riconoscimento alla trasformazione della nostra forma mentale. Si possono sperimentare risonanze con il processo evolutivo umano riscattando l'accumulazione dei numerosi tentativi fatti dalla nostra specie i quali hanno generando il gradino attuale dal quale possiamo spiccare un nuovo salto.

In questo ritiro si approfondirà in particolare la prima parte dell'ufficio del Fuoco:

1. Conservazione del Fuoco
2. Trasporto del Fuoco
3. Produzione del Fuoco

Nell'ufficio si lavora per sviluppare equilibratamente: *tono, permanenza e pulcritudine (pulizia)*, ma anche riconoscere e approfondire climi, tendenze, tensioni, ispirazioni e intuizioni.

Nell'ufficio si lavora con l'essenza della nostra forma mentale utilizzando come punto di appoggio la materia ed i procedimenti. Questi assumeranno le caratteristiche proprie del nostro mondo interno.

è importante considerare che la **sensazione** e la **situazione** sono elementi differenti, e anche se si manifestano contemporaneamente in ciò che chiamiamo **esperienza**, è comunque possibile distinguerli grazie all'auto-osservazione. Osservando la **sensazione** (o attitudine), possiamo riconoscere come questa si ripeta in più di una **situazione** così da ottenere quegli indicatori indispensabili per comprendere cosa sia la *forma mentale*.

Gli squilibri tra tono permanenza e pulcritudine, l'atmosfera emotivo e il sistema di tensioni che sperimentiamo sono gli stessi che operano anche nella vita quotidiana.

Osservando le grandi tendenze della nostra forma mentale possiamo dire che in questo ritiro si affronterà direttamente il tema dello **Stile di vita** e la sua importanza come punto di applicazione e traduzione del **Proposito**¹.

Le tre tappe: conservazione, trasporto e produzione si considerano come momenti progressivi di un processo evolutivo che ha definitivamente allontanato l'essere umano dal contesto naturale.

Scegliere un argomento quotidiano che abbia per noi una grande **carica affettiva** e approfondirlo relazionandolo allegoricamente al Fuoco.

Esempio se l'argomento scelto fosse la famiglia:

Conservazione della famiglia

Trasporto della famiglia

Produzione della famiglia

Questo esperimento che facciamo, dove si cerca di relazionare i registri che sorgono nelle tre tappe con la vita quotidiana, può servire per osservare e relazionare gli indicatori del processo evolutivo personale nei vari ambiti (famiglia, amicizie, lavoro, affetti etc).

Fare uno sforzo per identificare benefici e svantaggi di ogni tappa cercando di individuare possibili percorsi che permettano al Proposito di manifestarsi di più nella vita quotidiana ed anche imparare a riconoscere la sua presenza.

¹ Si può dire Proposito:

. *Quello che è realmente importante per la nostra vita*

. *La nostra direzione vitale*

. *Qualcosa importante al quale aspiriamo*

. *Qualcosa che abbia una grande carica affettiva*

Ore 17.00

Preparazione del Fornetto di fango

Questa parte si anticipa per poi facilitare il trasporto.

Reperire tutti i materiali per fare il fornello di fango, una ciotola e la base per trasportare il fornello.

Il fornello si fa con fango o argilla raccolta personalmente, non usare argilla comprata.

Ogni partecipante deciderà se e come mescolare il fango o l'argilla con altri materiali.

Riflettere sulle proporzioni e le caratteristiche del fornello, sentire la sintonia con la materia, affinità e dissonanze, difficoltà e intuizioni. Non esiste una forma corretta di come il fornello.

A noi interessano le relazioni che possiamo fare con le sue caratteristiche le quali rappresentano una proiezione della nostra forma mentale.

Fatto il fornello si metterà da parte per farlo poi seccare vicino al fuoco il secondo giorno durante la preparazione della brace necessaria per il trasporto.

Cercare le sintonie e le dissonanze con i materiali, difficoltà e intuizioni.

Calarsi nell'atmosfera e annotare tutti i registri e le immagini che sorgono, annotare tutto!

Ore 22.00 fino all'alba

CONSERVAZIONE

Si suggerisce di leggere prima della conservazione l'introduzione e il paragrafo 1 del capitolo "Gli stati interni" del libro: Il Messaggio di Silo.

1. parte - La conservazione

Ci si prepara alla conservazione a prescindere delle condizioni meteorologiche. Sintonizzarsi con la necessità di conservare il fuoco, il Fuoco Vivo e Sacro che protegge, forte e fragile.

Ridurre le condizioni di lavoro all'essenziali eliminando la maggior parte degli elementi che facciano riferimento al momento attuale, tecnologia o accessori "troppo comodi" come cellulari o luci artificiali (ridurre l'effetto pic-nik).

Cercare di stare in cerchio mentale escludendo i rumori esterni concentrandosi nella "tribù", se

uno vuole può aiutarsi con delle pratiche di rilassamento.

Si suggerisce di conservare fino alle prime luci dell'alba, se uno si sente troppo stanco o scomodo che annoti i registri e vada a riposare, è importante trattarsi bene.

Calarsi nell'atmosfera e annotare tutti i registri e le immagini che sorgono, annotare tutto!

Si suggerisce di leggere, quando si è intorno al fuoco, il “Mito della Caverna” di Platone.

- Al termine della conservazione riposarsi. Ricordarsi di annotare i sogni, le divagazioni in dormiveglia e le immagini che sorgono durante la contemplazione del fuoco.

2. parte - “La conservazione” nella vita quotidiana

Rileggere gli appunti e cercare di relazionare l'esperienza fatta con il fuoco e la vita quotidiana in tutti gli ambiti (famiglia lavoro, amicizia, relazioni affettive etc), vedere se ci sono tendenze con una radice comune (questo aiuta vedere il clima in se isolandolo dalla situazione particolare).

SECONDO GIORNO

Ore 15.00

TRASPORTO

Si suggerisce di leggere prima del trasporto l'introduzione e il paragrafo 4 e 5 del capitolo “Gli stati interni” del libro: il messaggio di Silo.

1. parte - Trasporto

Accelerare il processo di essiccazione del fornello intorno al fuoco mentre si prepara la brace per il trasporto.

2. parte - Trasporto

Ci si prepara al trasporto prescindendo delle condizioni meteorologiche, se insorgono difficoltà o impedimenti annotare tutti i registri e le immagini che sorgono, annotare tutto! Se si decide di

fare il trasporto mettere la brace nel fornello e trasportarlo per un tragitto approssimativamente di 3 km. Ognuno sceglie fin dove vuole trasportare il Fuoco. Uno inizia e finisce il trasporto quando sente che “va bene”.

Cercare di entrare nella frequenza della necessità di trasportare il fuoco impedendo che si spenga, tutta la vita della tribù dipende da me.

Ridurre le condizioni di lavoro all'essenziali eliminando la maggior parte degli elementi che facciano riferimento al momento attuale, tecnologia o accessori “troppo comodi”.

Al termine del tragitto accendere nuovamente il Fuoco con la brace trasportata e annotare tutti i registri e le immagini che sorgono, annotare tutto!

- Al termine del trasporto riposarsi, annotare i sogni, le divagazioni in dormiveglia e le immagini che sono sorte durante il Lavoro.

3. parte - “Il Trasporto” nella vita quotidiana

Rileggere gli appunti e cercare di relazionare l'esperienza fatta con il fuoco e la vita quotidiana in tutti gli ambiti (famiglia lavoro, amicizia, relazioni affettive etc), vedere se ci sono tendenze con una radice comune (questo aiuta vedere il clima in se isolandolo dalla situazione particolare).

Ore 23.00

PRODUZIONE - Con Pirite

Si suggerisce di leggere prima della produzione il paragrafo 6 e 7 del capitolo “gli stati interni” de libro: Il Messaggio di Silo.

1. parte - I materiali

- Pirite
- Recipiente di fango
- Fungo esca
- Selce o quarzo

Per lavorare con la produzione è indispensabile recuperare tutti i materiali.

è parte dell'esperienza con l'ufficio anche la sperimentazione di altri materiali. Non accontentarsi di ciò che è conosciuto.

Se possibile fare il tentativo di cercare personalmente almeno uno dei materiali utilizzati questo aumenterà l'intensità dell'esperienza.

Scegliere un posto e tentare la produzione del Fuoco.

Sentire la relazione con la materia affinità e dissonanze, difficoltà e intuizioni.

Calarsi nell'atmosfera e annotare tutti i registri e le immagini che sorgono, annotare tutto!

Si suggerisce di leggere dopo della produzione il paragrafo 8, 9 e 12 del capitolo “gli stati interni” de libro: Il Messaggio di Silo.

- Al termine della produzione riposarsi, annotare i sogni, le divagazioni in dormiveglia e le immagini che sono sorte durante il Lavoro.

2. parte - “La produzione” nella vita quotidiana

Rileggere gli appunti e cercare di relazionare l'esperienza fatta con il fuoco e la vita quotidiana in tutti gli ambiti (famiglia lavoro, amicizia, relazioni affettive etc), vedere se ci sono tendenze con una radice comune (questo aiuta vedere il clima in se isolandolo dalla situazione particolare).

TERZO GIORNO INTERSCAMBIO

Ore 11.00 (orario flessibile)

- Si consiglia di scrivere una sintesi finale dove considerare come le intuizioni e le comprensioni possano aiutarci a costruire uno stile di vita che risuoni sempre di più con il Proposito.

Si suggerisce di leggere prima dell'interscambio il testo “Commentarios sobre el ser

humano del futuro” (Luciano Fiacchi - Parque bosques / argentina)

Interscambio dell’esperienza con i partecipanti.

Chiusura del ritiro con un Ufficio / Dal libro “Il Messaggio di Silo”.

Partendo dalla nostra esperienza è ora possibile comprendere che le tre tappe del Fuoco sono progressivamente evolutive. Possiamo intuire quali situazioni della nostra vita rispecchino un’atmosfera mentale tipica della conservazione e vedere come applicare lì le intuizioni avute nel trasporto o nella produzione.

Questo se si sente la necessità di progredire negli ambiti della nostra vita usando come riferimento le intuizioni riconosciute grazie all’allegoria del Fuoco.