

Campo Maschile

Uscita 10/12 marzo 2023



Cari amici finalmente torniamo a Savio dell'Adamello, ospiti degli Amici della Natura nella casa di Marinella e Italo Bigioli.

Al centro della nostra uscita ci sarà l'esperienza della vita selvatica. Nel bosco, guidati da Italo Bigioli parteciperemo alla raccolta della resina di betulla, vivremo il rito dell'INIPI, la capanna sudatoria degli indiani Lakota, parteciperemo ad alcune sessioni di Drum circle condotte dal musicista Pier Paolo Catini.

L'immersione nella natura ci aiuta nel nostro percorso di consapevolezza, alla ricerca di una sempre più compiuta identità maschile che non può prescindere dalla messa in gioco non solo della nostra mente, ma anche del nostro corpo. La Capanna sudatoria assolve questa funzione: mettere in profondo contatto la dimensione psicologica e spirituale con ciò che Martin Kalff chiama il "sentito del corpo".

Come sempre la meditazione davanti agli elementi naturali, acqua, aria, terra e fuoco ci accompagnerà per tre giorni arricchita dal rapporto col suono.

Nel Drum circle a ciascuno di noi sarà affidato un tamburo e guidati da Pier Paolo sentiremo quanto le vibrazioni dell'aria entrano profondamente nella psiche e nel corpo consentendo al gruppo di raggiungere un livello di empatia profondo, così come accade quando danziamo o camminiamo in silenzio in montagna. Insieme a noi Bigio suonerà il corno di stambecco, l'unico ungulato rimasto morfologicamente uguale dal tempo del Pleistocene. Come dice Bigio, il suono di quel corno risuona in noi e nel nostro sistema limbico da quel tempo lontano, forse come richiamo e nostalgia, invitandoci a riconoscere gli aspetti archetipici della nostra anima.

Avremo a disposizione una casa riscaldata e una grande cucina in cui potremo preparare la colazione e la cena. A questo proposito chiedo in particolare ai bresciani chi voglia assumersi il compito di cambusiere, preoccupandosi di coordinare gli acquisti per due colazioni, due pranzi leggeri e due cene e domenica se volete potremo pranzare all'Agriturismo Ca Noa.

Bozza Programma

Partenza da Brescia venerdì 10 marzo ore 17,30 (ritrovo presso i Giardini di Viale Rebuffone) e rientro a Brescia domenica sera entro le 18.

Venerdì

Arrivo a Savio dell'Adamello verso le 19.

Preparazione e cena.

Bigio ci parla degli Amici della Natura e dello scambio con gli Indiani Lakota

Meditazione serale

Sabato

Ore 8,30 Colazione

Ore 9,30 Breve passeggiata, meditazione attraverso il respiro, movimento.

Ore 10,30 Raccolta della resina di betulle

Ore 12,30 Pranzo leggero

Ore 14 Si parte per preparare l'INIPI
Ore 18 Si rientra a casa
Ore 19,30 Cena
Ore 21,30 Drum circle e contemplazione del cielo

Domenica

Ore 8 Colazione
Ore 9 Esercizi fisici e meditazione
Ore 9,30 Revisione dei temi affrontati in Campo maschile e discussione collettiva.
Ore 12.30 Pranzo

Ore 14 Drum circle e commiato
Partenza per ritorno verso le 16,30

Viveri

Equipaggiamento: lenzuolo e federa per cuscino o sacco a pelo, sapone, spazzolino da denti e salviette, scarpe da passeggio o scarponcini leggeri, ciabatte, calze e biancheria di ricambio, costume da bagno, camicia leggera o polo, maglione, giacca a vento o kway, occhiali e crema da sole, berretto leggero.

Per informazioni e iscrizione scrivere a paoloferliga@gmail.com

Paolo Ferliga

Campo Maschile ©

Progetto di ricerca-azione sull'identità maschile

paoloferliga@gmail.com

www.paoloferliga.it