

Rövid tájékoztató

A 2009.október 23.-i tűzjárásról

A tűzről

A tűzjárás évezredek gyakorlata szerte a világban Fülöp szigetektől kezdve Észak-Amerikán, Görögországon át Tibetig, vagy Afrikáig, amit a gyógyító és beavató szándékkal végeztek. Épp úgy eszköze és támogatója a testi, lelki, szellemi és érzelmi gyógyításnak, mint a felnőtté válásnak, a teljes jogú tagságnak az adott nép, közösség életében.

A tűz az az „elem” amely végig kísérte emberé válásunkat, és ebből a szempontból is sokan tekintik egy transzformációs (minőségében átalakító) erőnek. Talán ezért is tekinthetjük a tűzjárást egy olyan, nagyon erőteljes „rítusnak” amely közvetlen kapcsolatot teremt a belső énünkkel, lelki hatalmunkkal.

S ez a hatalom teszi lehetővé, hogy úrrá legyünk begyökerezett félelmeinken.

Amikor olyasmit teszünk meg, ami nagyon nehéz, vagy amiről azt hittük korábban: „lehetetlen”, testünk minden egyes sejtje megtanul áttörni a korlátozó hiteinken. Azaz a tűzjárás egyaránt hasznos lehet az egyénnek, egy csapatnak vagy ha „magasabb fokozatra” akarunk kapcsolni, ha korlátok nélkül hozzá akarunk férni belső erőforrásainkhoz akár a gyógyítás, akár döntéshozatal, vagy épp a kockázatvállalás és megvalósítás során.

A tűzjárás olyan élmény, amely túlmutat a megszokott emberi tapasztalatokon, s lehetőséget teremt, hogy közvetlen kapcsolatot teremtsünk saját, legbelső energiáinkkal. Ebben az értelemben ez a ma elérhető egyik leghatékonyabb tapasztalás – akár átsétál a tűzön, akár csak megfigyeli azt – amely megérint minden résztvevőt. S hozzásegít bárkit, hogy bátorságra váltsa félelmeit, legbelső szorongásait nyugalomra cserélje, szert tegyen a jövője formálásához szükséges önbizalomra. Akár átmegyünk a tűzön, akár nem, erősebben, magabízóbban, feltöltődve távozzunk a tűzjárásról.

Sokan mondják, hogy a tűzjárás volt életük legátfogóbb, legmegrázóbb találkozása önmagukkal.

Célunk, hogy felélesszük, és elterjesszük a tűzjárás ősi gyakorlatát, amely -miközben olyan eszközt ad kezünkbe, amellyel javíthatunk életünkön, gyógyíthatjuk testünket és lelkünket, felkészülhetünk az előttünk álló feladatokra – közvetlen kapcsolatot teremt köztünk, s a természet erői között.

Akár a tűzön, akár a tűz mellett, olyan tapasztalatokra tehetünk szert, amelyek tudatosítják belső erőforrásainkat s tettekre változtatják azokat, új, eddig nem ismert utak lehetőségeit tárják fel előttünk.



A tűzjárás rítusa magába foglal egy legalább négy órás felkészülést, elmélyülést önmagunkban, ami könnyen

kapcsolható más tréningekhez, szemináriumokhoz is.

A kép egy valamikor a III. század elejei római katakombából származó falfestményt ábrázol. „Egy bibliai történetet mesél el (Daniel, 3), amelyben három zsidó előkellőség, szembeszáll Nabucodonosor király akaratával, hogy más istent imádjanak. Ezért bűnhődniük kell. A király parancsára izzó kemencébe vetettnek. De a tűznek nincs hatalma felettük, sem hajuk, sem szakálluk nem perzselődik meg, tógájuk se kap lánggra, bőrük s érintetlen marad. Az úr elküldé angyalát, hogy megmentse szolgáit.”

(E.H. Gombrich: Művészettörténet)

FONTOS FIGYELMEZTETÉS:a tűzjárás nem veszélytelen, a 850 C-nak megvan a maga kockázata, ezért érdemes egy tapasztalt tűzjáró tréner segítségét igénybe venni. Ugyanakkor mindenki csak saját elhatározásából, szabad akaratából vegyen részt a tűzjáráson, úgy hogy képes önállóan meghozni döntését, akár átmegy a tűzön, akár nem, s döntéséért, s annak minden következményéért vállalni a felelősséget. Átmenni soha sem kötelező, csak a jelenlét ajánlott.



A fáról:

A tűzjáráshoz kifejezetten puha fát használunk (fenyő, nyár.) A kemény fa éles szélű parázdarabkákat eredményez, ami balesetveszélyes, könnyen vezethet sérülésekhez, egyszerűen csak azért is, mert becsapja a tűzjáró érzékeit, tehát az akác, bükk, tölgy vagy más ilyen parázsot adó fa használatát mellőzni kéne. Mi általában fenyő széllecekből (faipari hulladék) szoktuk megépíteni a máglyát, ez egyenletes és puha parázsot eredményez. A mennyiséget úgy lehet megbecsülni, hogy kb. 6-8

résztevőnként egy-egy köbméterrel számolunk (de ez függ az évszaktól, illetve az időjárástól is: télen, vagy esős időben több kell). A gyors és egyenletes égés biztosítása érdekében viszonylag sok papírra, régi újságra lesz szükségünk. (remélem a csatolt kép segít elképzelni a tűzrakás módját)

A tűz körül általában négy világító máglyát helyezünk el. Ezek faigényére is érdemes gondolni, de a fa minőségével kapcsolatos itt nincsenek megkötéseink.



Barna L. Gábor - tűztréner

tel: +36 70 557 2870 mail: <mailto:tuzjaras@fw.hu>

A biztonságról:



A tűzjárás terület igénye kb. 12×12 méteres négyzet. A helyszín kiválasztásánál érdemes megfontolni, hogy épületektől lehetőleg minimum 20 méterre húzódjon a terület határa, s mindenképpen legyen lehetőség a tűz gyors eloltására, pl. ha a szél túlzottan megerősödik. Ezért javasolt valamilyen locsoló berendezés, tömlő telepítése, vagy ha erre nincs mód, néhány vízzel telt vödör is megteszi. A helyi hatóságok változatosan szoktak hozzáállni egy ekkora tűz meggyújtásához, így erre nincs bevált gyakorlatunk, érdemes egyeztetni a terület gazdájával.

Szívem szerint nem szólnék róla, de az elmúlt évek tapasztalata az alkohol fogyasztás megjelenése a tűzjáráson. Nem gondolom, hogy egyértelmű tiltással sokra mennénk. Ha valaki a tűzjárás előtt saját félelmeit, szorongásait egy-egy pohárral akarja kezelni, ám tegye. De tudnia kell, hogy komoly kockázatot vállal magára. A tűz meg szokta torolni az ilyen dolgokat. Ezért nem javasoljuk.

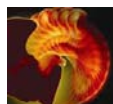
Mint tréner, fenntartom magamnak a jogot, hogy a tűzjárás menetéből a biztonságunkat kockáztatókat kizárjam, s a helyszín elhagyására szólítsam fel.

A helyszínről:

A 12×12 méteres terület talaja szerencsés, ha puha és egyenletes s nincs túl nagy leejtése. Viszont mindenképp kell lennie a közelben olyan helynek, ahol a csoport felkészülhet. Ennek a helyigénye kb. akkora, hogy félkörívben elhelyezkedve, egy-egy polifoum-matracon mindenki kényelmesen tudjon relaxálni. Amennyiben jó idő lesz, ezt megoldhatjuk a szabadég alatt is.

Öltözködésről:

Fontos, hogy a résztvevők olyan ruhában legyenek, amelyek nem kényesek, és a szállongó pernyétől, vagy a tűzjárás során felpattanó szikráktól nem gyulladnak meg. A szintetikus ruhákat nem javasoljuk. Ugyanennyire fontos a réteges öltözködés is, mert kezdetben



Barna L. Gábor - tűztréner

tel: +36 70 557 2870 mail: <mailto:tuzjaras@fw.hu>

2009.október 23.



kifejezetten hűvös, később kellemesen meleg lesz. A szabad bőrfelületek intenzív hőhatásnak lehetnek kitéve, ezért a rövid ujjú pólók, a rövidnadrág viselése nem a legjobb megoldás. Célszerű, ha mindenki hozz magával könnyen mosható strandpapucsot, a kormos láb a bőr szandálokat tönkre teszi. Jó, ha van egy-két, később már semmire sem használandó, törülközője is a csoportnak.

Relaxációról:

Polifoum-matrac feltétlenül szükséges, de ha szabadég alatt vagyunk, vagy az időjárás hidegebbre fordul, sokat segít, ha mindenkinek van egy-egy plédje is, amibe betakarózhat.

A részvételi díjról:

Egyéni jelentkezések esetén 14.500 Ft/fő (12 év alatti résztvevő esetében ennek az 50%-a). Az áfás számla igényét kérjük előre jelezni. Fizetés módja: a tűzjárásra jelentkezésnél, kézpénzben. A csoport induló létszáma minimum 8, maximum 32 fő.

Jelentkezésről:

Legcélszerűbb e-mailben (gabi.mohacsi@gmail.com) a név, telefonszám, e-mail cím, levelezési / posta cím, s anyja neve megadásával. Esetleg telefonon (Mohácsi Gabrielle, +36 306 208740) Jelentkezési határidő a tervezett tűzjárás előtt legalább 3 nappal korábban van, tehát most október 20, déli 12 óra.

A program menetéről

Az órarend természetesen csak vázlat, s egy tűzjárás szokásos menetét mutatja, amit mindig az adott csoport lehetőségeihez, szokásaihoz kell igazítani:

13:30	Érkezés, regisztráció, átöltözés
14:00-14:30	Nyitó kör: elvárások, technikai információk, biztonsági szabályok, a program menete
14:30-16:00	A tűz közös megépítése
16:00-18:00	Felkészülés első fázisa: a tűz rövid története, mindennapi tűzjárásaink, beavatás, felnőtté válás, célok és vágyak – közös meditáció.
18:00-19:00	Vacsora
19:00-20:00	Tűzgyújtás
20:00-22:00	Felkészülés második fázisa: az idő rövid története, testtudatosság, relaxációs technikák, jelenlét az „itt és most”-ban – közös meditáció
22:00-24:00	Tűzjárás
24:00-02:00	Záró kör: tapasztalások és élmények, a tűz mint metafora

A tűzjárásra nekünk kb. 4-6 órával a kezdés előtt kell kiérkeznünk, hogy mi is fel tudjunk készülni, így ha valaki korábban érkezik, csatlakozhat hozzánk, viszont a későket eltanácsoljuk a részvételtől.

Ami még fontos:

Szükségünk van a résztvevők adataira (név, anyja neve, lakcím) a felelősség-vállaló nyilatkozatok elkészítéséhez. Ezt előzetesen mi készítjük el, s visszük a helyszínre. Valamint a 18 év alattiak esetében az előzetes szülői engedély beszerzésére

Remélem, többé-kevésbé sikerült összeszednem számodra a szükséges információkat, amit a tűzjárásra való felkészülés során használhatsz. Fontosnak tartom, hogy mindenki tisztában



Barna L. Gábor - tűztréner

tel: +36 70 557 2870 mail: <mailto:tuzjaras@fw.hu>

2009.október 23.



legyen, mire vállalkozik, de ne köteleződjön el előzetesen se az átmenet, se a szemlélődés mellett.

Üdvözlettel

Barna L. Gábor



Barna L. Gábor - tűztréner
tel: +36 70 557 2870 mail: <mailto:tuzjaras@fw.hu>