

FARE POLVERE

Lascia una pietra in uno spazio familiare¹ e in una posizione che la renda ben visibile: ogni giorno, per un minuto, ascolta tutti i suoni che ti circondano come se provenissero dalla pietra².

Sposta la pietra quando della polvere si è depositata sulla sua superficie³.

¹ La pietra si trasforma nella fonte di tutti i suoni che ti circondano, sia interni, che esterni all'edificio; per un tempo limitato, e dichiarato (un minuto), cerca di aprire completamente l'ascolto mantenendo però l'attenzione focalizzata su una specifica posizione nello spazio, occupata, appunto, dal corpo della pietra.

² La pietra, idealmente, si trasforma nella fonte di tutti i suoni che ti circondano, sia interni, che esterni all'edificio; per un tempo limitato, e dichiarato (un minuto), cerca di aprire completamente l'ascolto mantenendo però l'attenzione focalizzata su una specifica posizione nello spazio, occupata appunto dal corpo della pietra.

³ La pietra deve *fare polvere* prima di essere spostata: trovata una nuova posizione, continua la pratica allo stesso modo, rivolgendo l'attenzione alla nuova collocazione della pietra. Il *fare polvere* suggerisce un lasso temporale largo e indefinito, in cui il corpo della pietra, lasciato immobile, si *deposita* nelle consuetudini con cui abiti lo spazio scelto per la pratica.