

LO YOGA OGGI. PROBLEMATICHE E PROSPETTIVE

A livello nazionale e governativo ci viene chiesto una certa regolamentazione della professione dell'insegnante di Yoga, anche a tutela degli utenti/allievi. Questo comporta interrogarsi su che cosa possa ancora oggi considerarsi Yoga e sulla direzione da dare al variegato mondo dello Yoga e sul suo insegnamento. La cosa ci coinvolge direttamente in prima persona. Già come prima impressione dire professione mi sembra onestamente una forzatura. Certo capisco bene i tempi in cui viviamo e le esigenze di stabilire dei percorsi e dei paletti, ma ugualmente sono perplesso e vorrei capire bene dove vogliono portarci. Vorrei che si evitasse di avvalorare una eccessiva attenzione alla fiscalizzazione dell'insegnamento e non certo per evadere qualcosa o non prendere sul serio abusi di vario genere, ma perché qui la posta in gioco mi pare sia ben più ampia.

Sarebbe opportuno anzitutto stabilire che cosa è lo Yoga e quale tipo di trasformazione ha subito negli ultimi cinquant'anni, con una progressione aritmetica negli ultimi trenta, a cavallo cioè del Millennio trascorso e di quello appena iniziato. Personalmente ho iniziato giovanissimo, negli anni '70, e ho vissuto la semina dei pionieri dello Yoga nel nostro mondo europeo ed italiano. Alcuni di questi ho avuto la grazia di conoscere in prima persona. A confronto con quei tempi carismatici, oserei dire, durati fino a tutto il periodo degli anni '80 e metà degli anni '90, certe cose che vedo oggi mi lasciano perplesso o indifferente. Ma non voglio fare polemica o generalizzare. Ci sono esperienze valide e ancorate alla Tradizione ancora oggi. Quello che intendo dire è che lo Yoga era vissuto primariamente come una ricerca interiore. Tutte le relazioni di esso con il mondo del benessere, della salute, della prevenzione, sono venute dopo. Non che questo sia un male o non sia vero, anzi, ma non si dovrebbe mai perdere di vista l'origine e il fine ultimo dello Yoga che al di là dei differenti stili, emerge chiaro e lampante in chi pratica seriamente.

La domanda di prima ne pone anche un'altra consequenziale su che tipo di Yoga vogliamo trasmettere, che visione abbiamo noi per primi di tale esperienza. Negli anni '80 del secolo scorso a livello europeo, si sentiva già questa esigenza e venne formulata una definizione che compendia sia l'aspetto psicofisico sia quello prettamente spirituale, anche religioso, dello Yoga. La definizione diceva: *“Lo Yoga è una Scienza spirituale e Disciplina anche a mediazione corporea, ma non solo”*.

E allora chiediamoci pure che cosa significa essere Scuola per insegnanti di Yoga. Che tipo di proposta ci viene fatta per rientrare nei programmi formativi? Noi siamo i primi a sostenere l'inadeguatezza di un certo modo di fare cultura e di fare scuola nel nostro mondo occidentale. Lo sappiamo fin troppo bene come il modello sia troppo nozionistico, semplicemente informatico contenutistico e spesso competitivo individualistico. Possiamo far rientrare la nostra esperienza in tali modelli? Ci sono pacchetti formativi, si prendono e si va avanti, ma è sufficiente questo?

Quello che constatiamo è la mancanza di un vero e proprio percorso esistenziale che rappresenti tutto ciò che la Scienza e Disciplina dello Yoga trasmette a chi la pratica e la vive o insegna. Spesso mi sono sentito dire da alcuni miei allievi, a loro volta diventati insegnanti, che la Scuola di Yoga frequentata ha presentato sì quello che avevano già praticato e imparato dai miei corsi, ma mancava poi un'anima e un percorso. Non si sta parlando qui di serietà, no, e meno male

che la serietà c'è; si sta parlando invece di esperienza d'anima, di una formazione interiore e confronto con chi già vive e opera nel campo dello Yoga. Questo è un aspetto spesso più carente.

Ad esempio, insieme ad altri insegnanti amici con i quali collaboro, siamo convinti che l'accesso alle Scuole per ricevere l'attestato o il diploma di insegnante Yoga, sarebbe meglio fosse preceduto da diversi anni di pratica come allieva o allievo. Non si può passare all'insegnamento e "*trasmissione da cuore a cuore*" solo con pochi anni di pratica, o passare direttamente dalla scuola ai corsi. "*La bocca parla dalla pienezza del cuore*", si dice, ed è vero. Quante volte abbiamo constatato che viene insegnato o fatto passare per Yoga solo l'aspetto fisico e corporeo, magari mischiato ad altre forme di ginnastica, rilassamento e psicoterapie? La Scienza yogica è invece scienza squisitamente olistica, comprende anche la dimensione interiore. Che tale impoverimento non significhi allora povertà di esperienza interiore in chi lo insegna? C'è bisogno infatti che la pratica ti lavori dentro, ti trasformi, per questo è necessario un tempo congruo di anni. E poi, la Scienza dello Yoga è madre, è antesignana, matrice di tante altre esperienze interiori e metodiche introspettive. Ce ne siamo dimenticati?

La figura infatti dell'insegnante di yoga non è così semplice da definire, né può essere confusa con un personal trainer o un diplomato Isef o altro. Le sue competenze sono molto più vaste e lo devono essere più vaste. La sua competenza primaria e specifica rispetto alle altre discipline a mediazione corporea o psicocorporea, è quella di essere una esperienza di risveglio dell'anima in comunione; una esperienza dei moti interiori del cuore e della sfera mentale e spirituale della persona, la quale sfugge del tutto alle altre competenze sopra descritte e mi si permetta, sfugge pure a una definizione "*chiara e distinta*". L'insegnante è un professionista certo, ma come lo intendiamo noi oggi nel nostro mondo, tale definizione rischia l'inflazione e l'equivoco. L'insegnante deve saper portare i suoi allievi/amici, sa come condurli e conosce il percorso da fare. Attraverso un' apprendimento in progressione di esercizi, forme, contenuti, ascolto e dialogo egli è primariamente una guida/accompagnatore, un maestro di vita, un testimone, uno specchio che rimanda a se stessi, secondo la più bella e significativo esperienza che ci viene dall'Oriente. Quello che vive, lo trasmette! Questa deve essere la nostra primaria preoccupazione. Poi vengono le competenze anatomiche, fisiologiche, antropologiche e psicologiche, e anche quelle religiose e spirituali.

Queste ultime considerazioni mi ricordano pure che ci sono tutta una serie di bravi e seri insegnanti di Yoga che, per i tempi nei quali sono vissuti e per le esperienze fatte fin da quel tempo nel quale hanno iniziato a praticare, ovvero tanto tempo fa, non hanno frequentato Scuole strutturate, ma percorsi con Maestri, viaggi in india di approfondimento e studio, contatti e confronti con Tradizione diverse e non si sono preoccupati di formalizzare tali percorsi. Oppure ci sono quelli che hanno preso diplomi o attestati all'estero. E ci sono anche insegnanti che lo fanno da decenni e magari non possono più frequentare Scuole per diversi motivi. Alcuni di essi non vivono dello Yoga, non ne hanno fatto cioè un lavoro a tempo pieno, ma una passione che vogliono trasmettere. Che cosa vogliamo fare di questa "*esperienza vivente*" che ha il suo fondamento di essere e la sua conferma nel carisma e nel riscontro positivo che essi suscitano nel cuore degli allievi?