

# Yoga un evento anche in Italia

Grande festa sul Rajpath di Nuova Delhi per la giornata internazionale dello Yoga, istituita dall'Onu lo scorso anno e celebrata nel solstizio d'estate in tutto il mondo. Anche in Italia, in occasione della celebrazione, si sono svolti numerosi happening e lezioni di yoga, per praticanti e curiosi

Tra le maggiori associazioni in Italia che hanno collaborato all'organizzazione della giornata internazionale dello Yoga in Italia figurano: Loyi per l'Iyengar Yoga, la Fondazione Internazionale Art of Living, Brahma Kumaris, Ananda Europa, Unione Induista Italiana, Federazione Italiana Yoga e FIND, Fondazione India-Europa di Nuovi Dialoghi

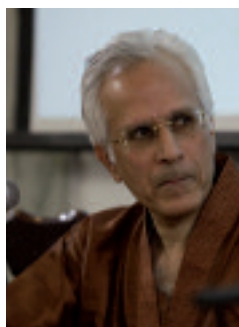


«Lo Yoga è un dono di inestimabile valore tramandato dell'antica tradizione indiana che incarna l'unità di mente e corpo, di pensiero e azione, di moderazione e appagamento e di armonia tra uomo e natura, rappresentando un approccio olistico al benessere. Lo Yoga non è pertanto mero esercizio ma riscoperta del senso di unità con noi stessi, con il mondo e con la natura. Cambiando stile di vita e diventando più consapevoli, potremo affrontare meglio i grandi problemi della nostra epoca come, per esempio, i cambiamenti climatici. Lavoriamo dunque per istituire una Giornata Internazionale dello Yoga». Con queste parole il Primo Ministro Indiano Narendra Modi si è rivolto, nel settembre 2014, alla 69ma Assemblea Generale delle Nazioni Unite, approfondendo gli aspetti olistici dello Yoga ed esortando la comunità globale a istituire una Giornata Internazionale dello Yoga, giornata dedicata a quest'antica disciplina dai molteplici benefici, ormai largamente praticata in tutto

il mondo. Nel dicembre dello stesso anno, 193 membri dell'Assemblea Generale delle Nazioni Unite hanno approvato la risoluzione su consenso di 177 paesi che si sono fatti co-promotori dell'iniziativa, scegliendo il 21 giugno, giorno del solstizio d'estate, quale Giornata Internazionale dello Yoga. L'Assemblea, supportata da numerosi studi scientifici, ha riconosciuto che la pratica di questa millenaria disciplina ha vari aspetti positivi e ha definito lo Yoga "benefico per la salute della popolazione mondiale". Lo Yoga è stato inoltre riconosciuto come strumento estremamente valido per affrontare alterazioni e problemi legati alla vita quotidiana, ma anche grande sostegno nella prevenzione e nella cura di malattie.

## Una giornata per sperimentare un nuovo approccio alla vita

La prima Giornata Internazionale dello Yoga è stata l'occasione per sperimentare e apprezzare lo Yoga in tutto il mondo,



L'ambasciatore Indiano  
Mr Gupta

## Yoga per tutti

Tra le principali iniziative promosse dal primo ministro Indiano Narendra Modi c'è quella di introdurre la pratica dello Yoga nelle aziende statali – con la convinzione di aumentare la produttività e ridurre la corruzione – e nelle scuole, come educazione, promuovendola ulteriormente presso tutti i cittadini. Va detto che, se lo Yoga nel mondo occidentale è considerato principalmente come esercizio fisico, in India viene vissuto più nel suo significato ideologico e religioso. Diverse correnti yoga sono mescolate infatti con il pensiero nazionalista indù: saluto al Sole e canti in sanscrito sono parte delle azioni quotidiane, come vuole lo stile militare delle Rashtriya Swayamsevak Sangh – il gruppo indù di destra che ha iniziato Modi alla carriera politica – e servono a “creare una coscienza nazionale all-Bharat.” (Bharat è il nome hindi per l'India). A Nuova Delhi c'è, tuttavia, una gran parte della popolazione, in particolare appartenente alla borghesia, ancora fortemente legata al passato britannico, con uno stile di vita anglofilo. In tale contesto la “campagna yoga” costituisce indubbiamente una sfida culturale, che i media pensano, però, si possa vincere. Dopotutto, se è vero ciò che scrivono i giornali indiani e cioè che quello che fa il primo ministro, ovvero il “re”, ha sempre valore, ebbene, bisogna tenere presente che, questa volta, il “re” sta facendo yoga.

attraverso seminari, conferenze e lezioni di pratica. In Italia, grazie alla dedizione e alla collaborazione della vasta e varia comunità dello Yoga, che si è riunita all'Ambasciata dell'India a Roma ([www.indianembassyrome.in](http://www.indianembassyrome.in)), sono state organizzate diverse dimostrazioni, tenute da rinomati insegnanti provenienti da tutto il mondo, oltre ad eventi che hanno richiamato una grande affluenza di pubblico tra praticanti e curiosi.

FIND- Fondazione India-Europa di Nuovi Dialoghi ha inserito l'evento nelle celebrazioni dell'edizione annuale del Summer Mela con conferenze, workshops, concerti di musica e danza classica indiana condotti da celebrità del mondo intellettuale e artistico indiano. Il ricco programma si è svolto a Zagarolo e al MAXXI di Roma dal 19 al 27 giugno 2015, pianifi-



Sopra, Jacques Cloarec presidente onorario e direttore generale Find. Qui a fianco, da sx Riccardo Biadene direttore artistico Find e il dottor Verma, primo segretario dell'ambasciata India

cato da Jacques Cloarec presidente onorario e direttore generale e da Riccardo Biadene, direttore artistico.

Maestosa la festa organizzata sul Rajpath di Nuova Delhi, il famoso viale che collega l'India Gate con il Rashtrapati Bhawan, la residenza del presidente, viale riservato alle celebrazioni più importanti. Migliaia di persone sono accorse per partecipare o assistere alle lezioni. Per l'occasione, nella mattinata del 21 giugno, la rinomata Chinmaya Mission, che si sta impegnando moltissimo per diffondere la filosofia e la pratica Vedanta nel Paese, ha tenuto una classe di yoga. Ma eventi simili si sono svolti anche presso la sede delle Nazioni Unite di New York, così come in centinaia di altri luoghi in tutto il mondo.

Mario Masciullo

Un concerto di musica classica indiana all'ambasciata di Roma

