

Intervista a Christian Pisano, poeta dell'istante
<https://blog.capyoga.fr>

Christian Pisano, come inizia la tua giornata?

- C'è davvero un inizio, una fine, c'è un giorno, un percorso, un itinerario? Così tante parole per nascondere una questione di sostanza. Se volessimo formularla, la articolerebbero come "chi sono io", ma sfortunatamente gli dà una certa pretesa, un'arroganza filosofica. Preferirei parlarne come di un prurito. Riconosco un costante prurito nella mia vita che mi spinge in direzioni diverse. Questo prurito è il backstage delle nostre vite.

Attraverso il termine prurito, vuoi evocare l'idea del desiderio?

- Se vai nel profondo di un desiderio, vedrai che contiene la sua pienezza. Anche se cerchiamo la soddisfazione passando da un desiderio ad un altro, vedremo che nel cuore di questi desideri c'è un solo desiderio. In un monastero Zen, su un tappetino yoga, nell'iniezione di eroina, nel comprare una bottiglia di vino di 10.000 euro per un pasto, è sempre lo stesso prurito che è al lavoro. Ecco perché, qualunque sia la risposta, è comunque sempre un modo per calmare il prurito, è un affogare il pesce nell'acqua, un risarcimento per il disagio del prurito. Vogliamo dare un senso a tutto questo. Questa ricerca di una risposta obiettiva mi farà sbalottare in tutti i sensi, in tutte le direzioni e andrò a collezionare risposte. Quindi è una profonda disperazione, un'immensa frustrazione, una totale insoddisfazione che cerchiamo di calmare, di anestetizzare attraverso un sacco di strategie, attraverso il credere che ci sia una soluzione o che qualcuno da qualche parte abbia la risposta alla mia impasse. Cerchiamo con tutti i mezzi di non affrontare più il dolore del prurito.

L'insegnamento dello Iyengar yoga ha un grande rigore come requisito, che cosa ti ha trasmesso Shri BKS Iyengar?

- L'essenza dello yoga non può essere trasmessa perché non possiamo trasmettere ciò che siamo già. Il rapporto con l'insegnante è speculare, è una scatola di risonanza che amplifica ciò che è già in noi. Per me è la passione per l'inutile. La passione per ciò che non ha senso immediatamente. Quale follia potrebbe spingere qualcuno a ripetere gli stessi esercizi per tutta la vita? È una scommessa pazzesca, no? È una fiducia assoluta in ciò che non può essere nominato o spiegato e che vibra come gioia. Sì, passione, gioia e immensa gratitudine. Gratitudine per ciò che mi viene offerto in ogni momento come una grazia e che non riesco a comprendere pienamente.

Ci sono tanti yoga come gli yogi, cos'è lo yoga per te?

- Riconoscimento della propria spazialità Trascorro il mio tempo definendo me stesso come questo o quello, come corpo mentale, come storia personale. Intuitivamente, si percepisce che qualunque sia la mia definizione di me stesso, c'è lo spazio dell'"io sono". Niente da aggiungere, nulla da togliere, niente da cercare, niente da evitare, niente che possa portarmi più vicino, niente che possa portarmi più lontano. Non c'è altro yoga che quello di "ciò che è la realtà", l'unico tappetino della pratica. Il teatro della mia esistenza com'è nel momento è lo yoga supremo del riconoscimento della presenza.

Quindi lo yoga è solo un modo, secondo te per realizzare questa realtà del momento?

- Lo yoga è solo un mezzo. Non ci concentriamo sui mezzi ma sulla Coscienza che si illumina. La Coscienza non è l'effetto prodotto da alcun mezzo, pratica o attività. "Poiché la Coscienza non è un prodotto dell'attività, i rituali, la pratica dello Yoga non può servire come un mezzo. L'attività esiste ed è possibile solo attraverso la preesistenza della Coscienza ", ha detto Abhinavagupta.

Quali sarebbero le qualità di un buon insegnante?

- C'è sempre un pericolo nell'enumerazione delle qualità. Diventa una lista a cui devo aderire e che spesso non ha nulla a che fare con ciò che vivo, con - per così dire - un possibile conflitto con la mia realtà nel momento.

Essere un insegnante è solo una funzione tra le tante. Deve essere riconosciuta come tale e darle lo spazio di cui ha bisogno per respirare in quanto funzione e non in quanto individuo. Parlerei più di una disponibilità a farsi attraversare dalle correnti della vulnerabilità e della fragilità, di prendere le strade di traverso e di toccare una certa follia ogni giorno. L'atmosfera è più importante della tecnica, è lei che la colora. Si tratta di un ascolto, di un'assenza di confronti. Se la tecnica non mi rende più vivo, allora è inutile. Questa follia mi dice che posso permettermi di sentire ciò che devo sentire. Di non aver più paura di avere paura. Diventare sempre più intimo con il mio vuoto. Ciò mostra l'inutilità di mantenere qualsiasi immagine, compresa l'immagine di colui che non ha alcuna immagine!

Un buon insegnante è sempre più vivo?

- L'idea non è quella di diventare un funzionario della propria arte, in cui lo stile, la standardizzazione del metodo verrebbero a occupare un posto preponderante, ma di restare disponibili a questa disciplina che fluisce da sé e di cui è inutile parlare. Lo stile non

è importante, ciò che conta è l'individuo. La standardizzazione non è un buon segno, la persona deve rimanere al centro del processo. Lo yoga è organico, vivo. È solo un pretesto.

Quali sono le tue ispirazioni quotidiane?

- Il quotidiano stesso e in particolare le sue crepe, le sue fessure, le sue falle. Per citare Groucho Marx: "Beati i fessi, perché lasceranno entrare la luce".

Sei più conosciuto come insegnante di Iyengar yoga, ma sei anche un adepto dello Shivaismo non-duale del Kashmir. In cosa questa filosofia ti ha toccato?

- Adepto tecnicamente no. Secondo il dizionario, l'adepto è una persona che aderisce a una religione, a una dottrina, a un movimento. Non è questo il caso. Sì, sono stato toccato dall'approccio inclusivo del Trika, lo shivaismo del Kashmir. Esso dichiara che "tu sei già quello che stai cercando anche se non l'hai ancora riconosciuto". E anche questa assenza di riconoscimento fa parte della pienezza della Coscienza da cui non è mai separato. Ogni cosa può essere un'opportunità per questo riconoscimento. Le onde della realtà, qualunque siano queste onde, ti riportano all'oceano. Le onde sono già l'oceano. "Sii come sei, senza preoccupazioni perché l'obiettivo è già raggiunto. Questa è l'unica discriminazione. E chi altri insegnerebbe cosa e a chi?" (Dal "Maharthamanjari" scritto da Maheshvarananda).

Qual è il soggetto del tuo ultimo libro "La contemplazione dell'eroe"?

- Attraverso questo libro ho voluto mettere le pratiche yogiche, e cioè asana, pranayama, bandha, Mudra, Bhavana, nel contesto di ciò che lo yoga è, se non altro per un chiarimento a me stesso. Questa è una prova, goffa forse, di allontanare la pratica dello yoga contemporaneo dalla sua ossessione posturale legata al benessere e ad altri farmaci miracolosi, e metterla in un orizzonte più ampio. Alcuni, dopo aver letto il mio libro, diranno che non ha nulla a che fare con lo Iyengar yoga e avranno ragione; altri esclameranno che non ha nulla a che fare con lo shivaismo del Kashmir, e anche loro avranno ragione.

L'inclinazione del mio cuore ha deviato, senza rimpianti, da queste due correnti per costruire la mia cucina che assaporo felicemente, con gioia. Maheshvarananda mi ispira attraverso la sua scrittura "Maharthamanjari": "Dove è l'inclinazione, lì è il precetto; dove non vi è, c'è il divieto. Per noi che consideriamo i testi come una semplice effusione del Cuore, la discriminazione è questa".

Una postura?

- Quella in cui mi trovo adesso. Vale a dire la posizione che il corpo adotta naturalmente se si è seduti o sdraiati. "L'esistenza del corpo da cui provengono piacere e dolore è la posizione indicibile. Il flusso di respiro spontaneo è il prodigioso yoga", ha detto Abhinavagupta.

Una madeleine di Proust?

- Quando ho piegato le lenzuola bianche con mia madre, quando lei stava preparando una torta, o la mia testa che stava riposando sulle sue gambe e le sue dita accarezzavano i miei capelli, o sulla moto di mio padre: ero il re del mondo.

Una citazione?

- "Ho finito per trovare il disordine della mia mente sacro" (Rimbaud). C'è qualcosa di sacro nel modo in cui le cose appaiono spontaneamente, così come sono.

traduzione di Gianfranco Bertagni