

Se la musica incontra lo yoga

Un programma di spettacoli 'particolari', fra concerto e video. È 'Neon&Caffeine', con cui il Conservatorio si apre a nuovi linguaggi e nuovi pubblici. Stasera ecco un maestro yoga...

di Federica Basso

Questa sera alle 21 nell'Aula Magna del Conservatorio della Svizzera italiana a Lugano andrà in scena il terzo appuntamento della stagione di Neon&Caffeine con 'Vortex Temporum'. Con il format di documentario-concerto, il team del Conservatorio esplora questa volta l'affascinante mondo dello yoga, cercando di capire cosa si cela dietro mode e tendenze del momento. La serata ha come protagonista un 'Virgilio' d'eccezione: Claudio Conte, referente europeo per la formazione di docenti di yoga che abbiamo avuto il piacere di intervistare.

Come si è avvicinato allo yoga?

Fin da giovane sono sempre stato affascinato dall'Oriente, ispirato dai libri di Emilio Salgari, ma è stato grazie al mare che è avvenuto il contatto: facevo immersioni subacquee e, seguendo il mito di allora Jacques Mayol, ho iniziato ad interessarmi alle tecniche di meditazione per migliorare la respirazione e la compensazione sott'acqua. Ho comprato un libro sullo yoga e ho iniziato a praticare qualche esercizio, frequentando anche una scuola quando questa disciplina era ancora poco diffusa e perlopiù "femminile". Poi il resto è venuto da sé con il tempo; ogni tanto mi chiedo se sono io ad aver scelto lo yoga, o se lo yoga ha scelto me per mano del destino.

Quali sono le finalità di questa disciplina e a chi si rivolge?

Le finalità possono essere molteplici, in funzione della domanda dell'individuo. Per come la vedo io, è uno strumento che permette all'essere umano di risintonizzarsi meglio, sia dal punto di vista fisico che mentale; detto ciò, si può praticare yoga per restare in forma, per il suo aspetto più contemplativo e spirituale o con finalità terapeutiche.

Si può pensare allo yoga come metodo terapeutico?

Ritengo che definire lo yoga una terapia sia riduttivo perché significherebbe distoglierlo da quelle che sono le sue finalità proprie, e cioè il riequilibrio dell'individuo; credo però che possa avere vantaggi terapeutici ed effetti collaterali positivi per alcune patologie.

Che approccio all'insegnamento utilizza: occidentale-empirico oppure orientale-spirituale?

Lo yoga, come qualunque tradizione culturale e spirituale, cambia e si adegua ai tempi in cui si colloca. Rispetto al passato ha avuto una forte rivalutazione sociale, tanto che oggi è molto di moda nel mondo occidentale, spesso sconfinando nella commercializzazione e nell'apparenza. A mio avviso, non c'è un metodo di insegnamento occidentale o orientale, nonostante io abbia una formazione di tipo filo-occidentale. Condivido i principi dell'essenzialità zen, perché penso che la ricerca della spiritualità non abbia bisogno di ornamenti o di essere rivestita dal superfluo; ciò che conta è l'essenza, quello che sta dentro.

Lo spettacolo di questa sera vedrà prota-



Claudio Conte

gonisti Ekaterina Korsun (flauto), Mario Mariotti (tromba), Manuele Colacci (chitarra), Komugi Matsukawa (percussioni), Anna Lisa Giordano e Francesco Paganini (pianoforte). Regia di Fabrizio Rosso, live video maker Roberto Mucchiut. In programma musiche di Edison Denisov, Alberto Barberis, Karlheinz Stockhausen e Yan Marez. 'Neon&Caffeine' è un progetto di Spazio21 del Conservatorio della Svizzera

italiana, una stagione di documentari-concerti all'insegna della commistione fra linguaggi diversi, dalla musica al video, dal teatro alle luci. Con 'Vortex Temporum', questa sera, avvicinandosi allo yoga, l'intento è quello di catturare i segreti e l'essenza di questa disciplina tanto antica quanto attuale nella sua capacità di rispondere alle esigenze dettate dai tempi moderni. Entrata libera.