

CONCERTO PER CELLULE

«IL MAESTRO di yoga che fa per te abita a San Francisco», mi aveva scritto Amrit Stein, amica tedesca di Angela, grande frequentatrice dell'India e danzatrice di katak.

Non potevo più correre e lo yoga, dopo tutto, sembrava un buon surrogato per fare un po' di esercizi. Un indirizzo e-mail, uno scambio di messaggi, un appuntamento alla fine del mio ritiro a Commonweal e di nuovo il bandolo di una bella matassa di persone, posti e soprattutto esperienze che mi hanno portato piuttosto lontano dall'obbiettivo iniziale, lo yoga, ma che senza quella ricerca di un maestro non mi sarebbero mai capitate.

Basta fare il primo passo nella direzione giusta e il resto viene da sé. O quasi. Lo yoga non è diventato parte della mia vita ma, mio Dio, quante cose sono seguite a quel presentarmi una mattina alle dieci e mezzo nelle Avenues, un quartiere pulito di San Francisco dal quale la gente sembrava essere stata succhiata via e le cui case, dipinte di bianco o di celeste, mi facevano venire l'angoscia al solo pensiero che uno potesse essere condannato a viverci.

Suonai. La porta si aprì.

«Tiziano», disse un uomo pelato, sulla sessantina, con un pizzetto grigio e i calzoncini corti, neri. Mi piacque, anche se immediatamente, nonostante il suo sorriso, sentii in lui una grande tristezza. Aveva una bella faccia pulita, un corpo asciutto e le spalle larghe. Solo le sue gambe mi parvero troppo magre e instabili e pensai: «Casa forte; fondamenta deboli». Salimmo per una scala stretta. La casa era una sorta di «comune» con alcuni suoi allievi che vivevano al primo e al secondo piano. Il terzo era il suo.

Ci sedemmo per terra. Tutto era ordinato e rassicurante... tranne una piccola foto di Sai Baba infilata nella cornice di uno specchio. I «santoni», specie quelli multimiliardari, mi insospettiscono; i loro adepti per lo più mi intristiscono a causa di quella loro cecità che non riesco a condividere.

Non volli imbarazzarlo chiedendogli, come per mettere alla prova la sua affidabilità, se era un seguace del santo di Puttapar-

thi a cui vengono attribuiti vari tipi di miracoli, compreso quello di materializzare dal nulla dei Rolex d'oro. Lo feci invece parlare di sé e questo è qualcosa che i più fanno volentieri.

Ramananda era indiano, ma era nato in Africa, a Dar-es-Salaam, dove il padre era emigrato e faceva l'insegnante. Il padre gli aveva dato le prime lezioni di yoga e fin da ragazzo, a casa, lo aveva imbevuto di quelle idee e di quei valori che da secoli fanno di ogni indiano un indiano. Lo aveva fatto con un abile espediente: gli recitava a memoria la *Bhagavad Gita** e Ramananda, libro alla mano, doveva controllare se il padre faceva errori. Per poterlo correggere, Ramananda doveva stare attentissimo e aveva finito per imparare a sua volta ogni riga del Canto Divino.

Seguendo il padre, che veniva trasferito nei vari insediamenti indiani dell'Africa, Ramananda era cresciuto nel mondo descritto da V.S. Naipaul in *Alla curva del fiume*; poi era andato in Inghilterra a studiare ingegneria. Un giorno, dalla sua università era passato B.K.S. Iyengar, il famoso yogi, e Ramananda era diventato suo allievo. Ramananda ammirava Iyengar; ne parlava come di un genio, ma quando gli chiesi se, visto che avevo casa in India e che Iyengar viveva nel Sud del paese, non mi consigliava di andare da lui, la sua risposta fu tagliente: «Se vuoi imparare lo yoga, fattelo insegnare da qualcuno che sorride», disse.

Parlammo del difficile rapporto fra maestro e allievo e di come questo rapporto in India sia ulteriormente complicato dal fatto che il discepolo deve «arrendersi», «abbandonarsi» completamente al guru. Questo mi pareva pericoloso, perché a volte i maestri – e pensavo a Sai Baba –, lusingati dalla assoluta devozione dei discepoli, finiscono per credersi divini e gli allievi per diventare succubi.

Era d'accordo. Disse che all'inizio è utile che il guru prenda l'allievo sulle spalle per dargli fiducia e fargli fare i primi passi, ma che poi deve lasciarlo andare perché faccia la sua strada da solo. «Alla fine quel che conta è il metodo, non il guru», disse.

* La *Bhagavad Gita* è come un inserto nel grande poema epico indiano il *Mahabharata*, e descrive la situazione che immediatamente precede la battaglia di Kurukshetra. La *Bhagavad Gita* è attribuita al forse mitico Vyasa ed è collocabile, almeno nella versione che conosciamo, attorno al V secolo avanti Cristo. I diciotto capitoli della *Gita* sono un continuo dialogo fra Arjuna, il guerriero, e Krishna, apparentemente il suo cocchiere, ma in verità incarnazione di Dio.

Secondo lui il metodo Iyengar era il migliore. Il suo rapporto col maestro però non era stato ideale e ora che lui stesso era diventato maestro quel ruolo lo inquietava. A forza di insegnare, specie in America, si era accorto che gli allievi arrivavano da lui devoti e pieni di abnegazione, ma che poi, nel giro di qualche mese – « di solito sei », disse – cominciavano i conflitti, le tensioni: ognuno voleva essere l'allievo preferito. « Perché lo yoga », aggiunse, come volesse togliermi ogni possibile illusione, « lo yoga non migliora la gente. Mette solo più in evidenza il carattere di ognuno. Se sei ladro lo yoga raffina le tue qualità di ladro; se di natura sei invidioso, con lo yoga lo diventi ancora di più. »

Non mitizzava niente. A quel punto mi fu facile, indicando il santino di Sai Baba, chiedergli se era un suo seguace. Niente affatto, mi rassicurò. Glielo aveva portato uno studente che recentemente era stato a Puttaparthi. Se mai aveva un guru questo era piuttosto Swami Dayananda Saraswati, un insegnante di Vedanta, l'antica filosofia religiosa dell'India. Aveva un ashram anche negli Stati Uniti e Ramananda ci andava ogni anno a tenere dei corsi di yoga.

Ramananda mi piaceva. Non cercava di darmi a credere nulla, non che lo yoga guarisse le malattie, non che aprisse la porta ai poteri magici, come quello di levitare o di rendersi invisibili, cose che ancora negli anni Cinquanta alcuni praticanti di Hatha Yoga credevano possibili. Ramananda credeva nella perseveranza, nella forza di volontà, e con questo ero a mio agio. Gli raccontai che cosa mi aveva portato da lui.

« Il cancro. Hai paura? »

Dissi di no.

« Moriamo tutti. Si tratta di riuscire a godere del viaggio », commentò. « Lo yoga può essere di grande aiuto nel mantenere in forma sia il corpo che l'anima durante il cammino. » Poi, come volesse alleggerire il tono del discorso, mi raccontò una storia con cui cominciava volentieri i suoi corsi per principianti.

Un tale va dal dentista. Quello gli trova dei magnifici denti, ma vede che mangia la cioccolata.

« Se lei vuole avere dei bei denti per altri cento anni, deve smetterla con la cioccolata. »

« Smetto subito », dice quello. Dalla sua tasca prende un pezzo di cioccolata e lo butta via.

« Bravo. Per altri cento anni lei avrà dei denti perfetti », dice il dentista.

L'uomo esce, ma appena in strada viene investito da un camion. Nell'attimo prima di morire ha da scegliere fra due atteggiamenti. Può dirsi: « Accidenti a quel dentista che mi ha impedito di godermi l'ultimo pezzo di cioccolata della mia vita! » Oppure: « Meno male che prima di morire sono riuscito a fare quel che ho sempre voluto: smettere di mangiare la cioccolata ».

Poi Ramananda aggiunse:

« Nel corso della vita tante cose possono andarci storte, e di solito lo fanno ». Ebbi l'impressione che parlasse di sé.

Decidemmo di cominciare le lezioni il giorno dopo. Intanto Ramananda mi invitò a pranzo, poi per il tè e finii così per conoscere gli altri membri della comune, fra cui un anziano signore italiano, suo paziente. Era rimasto semiparalizzato in seguito a un incidente d'auto e Ramananda si era impegnato a farlo camminare di nuovo.

« Possibile? » chiesi, osservando come quel poveretto trascinava malamente la gamba sinistra, mentre il braccio sinistro gli ciondolava inerte.

« Certo. Tutto sta nel convincere la mente che è possibile », disse Ramananda e mi invitò ad assistere agli esercizi che gli faceva fare.

Ramananda era rigorosissimo, quasi crudele. Obbligava con durezza quell'uomo sofferente a fare piccoli passi e a bilanciare continuamente il proprio corpo portando avanti la mano destra assieme al piede sinistro, e viceversa.

Alla fine mi raccontò di come Iyengar era riuscito a far ricamminare il figlio ventiduenne, giocatore di cricket, di un amico che in punto di morte gli aveva fatto promettere che lo avrebbe rimesso in sesto. Anche quel ragazzo era stato vittima di un incidente ed era confinato in una carrozzella. Iyengar, con l'aiuto di Ramananda che lo sorreggeva, lo aveva costretto a mettersi in piedi; poi gli si era piazzato alle spalle e, puntandogli una canna nella schiena, insultandolo, urlandogli, minacciandolo al punto che sia Ramananda sia gli altri allievi pensarono fosse diventato matto, lo aveva spinto e spinto finché quello a piccoli passi aveva percorso l'intera stanza.

« Ho mantenuto la promessa », aveva detto il grande maestro e se n'era andato.

« Tutto sta nel liberare la mente dalla schiavitù delle verità scientifiche che la condizionano », spiegò Ramananda. Quanto

298

a lui, contava in un paio di mesi di ridare al vecchio signore il piacere di camminare senza bastone.