



SRI T. KRISHNAMACHARYA (1888-1989)

Sri Tirumalai Krishnamacharya è una figura emblematica della tradizione culturale Indiana e padre fondatore dell'insegnamento dello Yoga agli Europei: è stato sicuramente una delle più grandi figure dello yoga moderno, considerato il fondatore della "Scuola di Madras".

"Insegnate ciò che è nel vostro cuore. Non in quanto vostro, ma per metterlo in comune con la persona che vi sta davanti"; ecco come Sri T. Krishnamacharya ha riassunto il concetto di insegnamento dello Yoga.

Ebbe discepoli noti e potenti, primo fra tutti il Maharajah di Mysore, cosa che gli arrecò rapidamente la notorietà.

E' difficile definire il suo insegnamento

dello yoga: se prendiamo alcuni dei suoi allievi più noti, indiani come occidentali (Iyengar, Pattabi Jois, i suoi figli Desikachar e Sribashyam, Gerard Bliz per citarne alcuni), possiamo rimanere stupiti dalle differenze nella pratica e nell'insegnamento che trasmettono.

Forse questo è l'aspetto più interessante del suo insegnamento: non aver creato delle fotocopie sbiadite di se stesso.

Nato il 18 novembre del 1888 da un devoto Vaishnavita, Srinivasa Tatacarya e sua moglie Ranganayakiamma, in un villaggio nello stato del Mysore, India del sud, Sri T. Krishnamacharya era il maggiore di cinque fratelli. La cultura della sua famiglia d'origine era impregnata dell'insegnamento del famoso saggio dell'India del Sud Nathamuni (secolo IX) autore dell'opera letteraria 'Yoga Rahasya' e primo maestro del lignaggio dei Vaishnava guru che seguivano la filosofia Vishistadvaita.

Da ragazzo, Sri T. Krishnamacharya fu istruito dal padre supervisore di numerosi studenti dei Veda e di molti altri testi religiosi. Da lui imparò il sanscrito e la pratica dello Yoga; dopo la morte prematura del padre, la famiglia si trasferì a Mysore e all'età di dodici anni divenne allievo nel Brahmatantra Parakala Mutt a Mysore, una delle scuole più note e rispettate nell'ambito bramano. Qui Sri T. Krishnamacharya studiò i testi vedici, i rituali vedici, la grammatica sanscrita, il Vedanta, il Nyaya o Tarka (logica indiana) frequentando contemporaneamente il Real College di Mysore.

All'età di diciotto anni si trasferì a Benares (Varanasi) dove imparò la grammatica sanscrita e approfondì lo studio della logica. Nel 1909 tornò a Mysore dove approfondì lo studio della filosofia del Vedanta, delle Upanisad, della Bhagavad Gita e altri testi importanti vaishnavai.

Nel 1914, bramoso di conoscenza, si recò di nuovo al nord dell'India per studiare il Sankhya, il più antico sistema filosofico indiano su cui si basa la disci-

plina dello Yoga. La sua insaziabile sete di approfondire la conoscenza dello Yoga lo portò nel 1916 in Himalaya dove, ai piedi del Monte Kailash, incontrò il suo maestro, Sri Ramamohan Brahmachari, uno yogi esperto che viveva con la sua famiglia nei pressi del lago Manasarovar in Tibet. Sri T. Krishnamacharya rimase con il suo insegnante per quasi otto anni: apprese gli Yoga-sutra e imparò ad aiutare i malati utilizzando gli strumenti dello Yoga. Il maestro gli fece memorizzare l'intero scritto degli Yoga-sutra, dello Yoga Kuranta (un testo in lingua nepalese), e altri importanti testi. Apprese gli aspetti più pratici dello yoga, molte tecniche relative agli effetti degli asana e del pranayama.

Il maestro Ramamohan esercitò una notevole influenza sulla vita di Sri T. Krishnamacharya, dandogli il grande compito di diffondere il messaggio dello Yoga e usando le sue abilità come guaritore e aiutante di persone malate.

Sri T. Krishnamacharya si rese conto che per essere un insegnante di Yoga occorreva convincere le persone che la disciplina non era solo una serie di posture, ma qualcosa di molto più profondo e ricco di potenzialità. Decise di tornare a Varanasi per continuare a studiare e costruire la sua credibilità come maestro, prima di impegnarsi nello Yoga a tempo pieno; per tale motivo decise di acquisire diversi attestati e riconoscimenti dalle Università di Calcutta, Allahabad, Patna e Baroda prima di tornare a Mysore.

Preferì diventare a tutti gli effetti un insegnante di yoga piuttosto di frequentare università o corti di re in qualità di erudito.

Sri T. Krishnamacharya mantenne la sua parola data al Guru Ramamohana Brahmachari, si sposò e rimase per sempre un uomo di famiglia, respingendo più volte le offerte di importanti centri culturali.

Con il sostegno del Maharaja di Mysore, fondò l'istituto 'Yoga Shala' (Scuola di Yoga) promuovendo lo yoga e i suoi benefici per il pubblico in generale.

Sri T. Krishnamacharya fu un insegnante severo, imparziale nei confronti delle credenze religiose dei suoi discepoli, pur essendo un Vaishnavita convinto. Insegnò lo yoga alle donne, in tempi decisamente problematici.

Nel 1934 scrisse il suo primo libro sullo Yoga 'Yoga Makaranda' (Il miele dello Yoga). In molte occasioni dimostrò al mondo le grandi potenzialità dello Yoga, per quanto concerne l'autocontrollo e la salute in generale. La sua capacità di fermare il suo battito cardiaco per più di due minuti, utilizzando pratiche yoga, fu un esempio di notevole effetto.

Richiesto dai capi di altri stati del paese, Sri T. Krishnamacharya viaggiò molto, insegnando lo Yoga; a poco a poco la sua popolarità si diffuse in lungo e in largo e insieme al suo nome diffuse il messaggio dello Yoga.

Verso il 1935, i suoi primi allievi non indiani erano Europei. Poiché sempre più Europei venivano a studiare sotto la sua guida, imparò come autodidatta l'inglese per poter impartire l'insegnamento in questa lingua. Restò a Mysore fino al 1954.

Dopo l'indipendenza dell'India, a causa di motivi politici, la 'Yoga Shala' fu chiuso per mancanza di fondi. Sri T. Krishnamacharya fu invitato da un uomo d'affari a Madras per insegnare Yoga dove si trasferì poi con la sua famiglia e dove visse fino alla sua morte nel 1989. La definitiva sede la stabilì in un posto chiamato Mandaveli. Sri T. Krishnamacharya non solo insegnò lo Yoga ma propose anche le sue conoscenze nel campo dell'Ayurveda (medicina tradizionale indiana).

Uno dei suoi contributi più significativi, nel campo della salute e della guarigione, fu quello di dimostrare e insegnare che la pratica dello Yoga deve essere adattata ai singoli individui, e non l'individuo allo Yoga.

Sri T.K. Krishnamacharya ha sempre rifiutato le retribuzioni che gli venivano offerte dalle Corti Regali. Non approfittò mai della sua situazione. Viveva di modeste entrate personali lavorando come capomastro in una piantagione di caffè, trasportando pietre e sacchi di sabbia per delle costruzioni, e praticando la Medicina Indiana (Ayurveda). Rinunciò anche ad una eredità importante in favore dei suoi fratelli e sorelle, per non venir meno alle sue convinzioni filosofiche.

Rifiutò anche le onorificenze che gli venivano proposte nelle Corti Regali e nei Monasteri, per poter restare libero e veridico nel suo insegnamento. La sua sposa Srimathi Namagiriammal seguiva il suo esempio e condivideva la sua vita semplice. Tanto per lui quanto per i suoi figli, ella rappresentava l'esempio vivente della filosofia.

Nella sua vita quotidiana, Sri T.K. Krishnamacharya praticava rigorosamente la religione induista, mostrandosi altresì molto rispettoso verso tutti gli altri pensieri religiosi, tradizionali o contemporanei.

La sua larghezza di vedute lo portò ad incontrarsi con i capi spirituali di altre confessioni. Gli capitò anche di tenere dei discorsi a capi religiosi, capi di Stato, maestri di Yoga, sempre rispettando la riservatezza che essi esigevano su questi incontri.

Non utilizzò mai queste relazioni per ottenere benefici personali.

Era presente alla vita familiare e partecipava alle attività domestiche. Accordava a tutti un'uguale attenzione.

Nella metà del 1980 Krishnamacharya si fratturò l'anca. Da allora in poi, anche se recuperò moltissimo utilizzando la sua esperienza dello yoga, la sua mobilità risultò compromessa. La sua devota moglie, Namagiriamma, divenne il suo pilastro di sostegno servendolo in tutti i modi possibili.

Nel 1985 la morte della moglie rappresentò un durissimo colpo per Sri T. Krishnamacharya che stentò ad accettare la sua assenza.

I suoi ultimi anni di vita furono dedicati all'insegnamento dei testi da lui più amati ai figli: Yoga Sutra, Bhagavad Gita, Hathayoga Pradipika, Yoga Yajnavalkya, Yoga Rahasya, le Upanishad più importanti e così via. Riuscì anche ad insegnare il canto vedico alle donne.

Morì il 28 febbraio 1989, pochi mesi dopo aver celebrato il suo centenario nel 1988.

Sri T. Krishnamacharya ebbe sei figli, tre maschi e tre femmine. La sua sposa, Srimathi Namagiriammal e i suoi sei figli ricevettero tutti il suo insegnamento. Il figlio maggiore Sri T.K. Srinivasan, benchè perfettamente formato all'insegnamento dello Yoga, preferì specializzarsi nella Filosofia Indiana, ed è oggi un'autorità in materia di Nyaya e Mimamsa, due fra le più importanti correnti filosofiche della tradizione indiana. I suoi due altri figli, Sri T.K.V. Desikachar e Sri T.K. Shribhashyam, hanno lasciato le rispettive professioni per consacrarsi interamente all'insegnamento dello Yoga. La seconda figlia di Sri T.K. Krishnamacharya, Srimathi Alamelu, è una delle prime donne a cui insegnò i Veda.

Sri T. K. Krishnamacharya cominciò ad insegnare lo Yoga al fratello di sua moglie. Sri B.K.S. Iyengar (nato nel 1918), quando era ancora bambino. Come d'uso, secondo una tradizione ancestrale, Sri B.K.S. Iyengar abitava allora presso il suo professore. All'età di quindici anni fece il suo debutto nell'insegnamento dello Yoga.

Sri T.K. Shribhashyam ricevette l'insegnamento di suo padre fin da giovanissimo, ed iniziò ad insegnarlo nel 1965 a Madras, continuando nei suoi studi universitari.

Sri T.K.V. Desikachar beneficiò dell'insegnamento di suo padre negli anni sessanta, dopo i suoi studi universitari.



T.K. SHRIBHASHYAM
(MYSORE, INDIA 1940)

Sri T. K. Shribhashyam, terzo figlio di Sri T. Krishnamacharya, è nato in una famiglia i cui componenti sono filosofi e medici specializzati in Ayurveda da innumerevoli generazioni. Sin dai primi anni suo padre Sri T. Krishnamacharya gli trasmise, secondo la tradizione della famiglia, la conoscenza della filosofia indiana e dell'Ayurveda.

Sri T. K. Shribhashyam conseguì un Master in Filosofia Indiana presso l'Università degli Studi di Madras. A partire dal 1956 insegnò lo yoga e praticò l'Ayurveda presso suo padre e, a partire dal 1970 continuò la trasmissione dell'insegnamento in

Europa utilizzando sia il francese che l'inglese.

Nel 1999 il Mysore Sanscrit College lo insignì del titolo di Acharya (Maestro) per la fedeltà del suo insegnamento tradizionale della filosofia indiana. Egli dirige la scuola Yogakshemam in Europa. È Membro Onorario a Vita della "International Yoga Federation" e del "World Yoga Council".

Per tradizione familiare, Sri T.K. Shribhashyam appartiene alla tradizione Vishishtadvaita Vedanta, una delle branche del Vedanta. Egli è discendente diretto di Sri Natha Muni (9° secolo). La conoscenza della filosofia è stata trasmessa di padre in figlio nella famiglia di Sri T.K. Shribhashyam sin dai tempi di Natha Muni, ininterrottamente. Molti dei suoi antenati sono stati grandi Maestri nei monasteri Vishishtadvaita. Suo padre, suo nonno e i suoi ascendenti di linea paterna sono stati Maestri di filosofia dei Sovrani del loro tempo, sia nel Sud che nel Nord dell'India.

Sri T.K. Shribhashyam trasmette l'insegnamento del padre senza alcuna interpretazione personale, per assicurare la sopravvivenza della tradizione: egli è riuscito a mantenere il suo insegnamento tradizionale nel contesto occidentale.