

TESTIMONIANZE

«Ho realizzato da adulto quello che sognavo da bambino. E non era la musica, ma l'idea del viaggio. I due mondi si sono uniti quando con altri ragazzi come me fondai, nella coloratissima era beat, i Dik Dik. Nel nostro primo successo *Sognando la California* c'era il mondo hippie, il desiderio di andare, cambiare. È così che assieme alla popolarità cresceva dentro di me un'inquietudine, mi ponevo molte domande che riguardavano il mio mondo interiore. Ho sentito la necessità di scoprire mondi nuovi, culture lontane con le quali potermi misurare per capire chi sono. Mi sento un ricercatore della spiritualità, un sentiero che sto ancora percorrendo e non so se basterà una vita.

Mi piace l'idea di leggere le testimonianze di altri, cammini diversi dal mio, la profonda cultura indiana ricca di secoli, intrisa di saggezza. *Yogananda mi ha cambiato la vita* è un bel viaggio nella storia e nell'anima di tante persone diverse e apre un'altra finestra del mio osservatorio».

– **Pietruccio Montalbetti**,* *musicista*

«Erano i primi anni Novanta ed ero in tournée con i Timoria. In una di quelle tante bancarelle attorno all'area dei concerti dove amavo (e amo) rovistare per trovare qualche manufatto, cimeli indiani o vinili, vidi un libro dalla copertina arancione con uno swami in primo piano. Lo presi, era *Autobiografia di uno yogi*. Era stato lui a trovare me. Due chiacchiere con la ragazza hippie che lo vendeva e mi immersi nella lettura. Stimolato dal libro, provai anche qualche *asana* e la meditazione. Ma fu quando arrivai in un *ashram* a Desenzano del Garda che potei confrontarmi con alcuni maestri/swami e approfondire. Ciò che successe, oltre a conoscere il percorso di Paramhansa Yogananda e i suoi insegnamenti (mi sentivo anch'io un Beatle apprendista yogi), fu che la sua assonanza con la figura del Mahatma Gandhi mi spinse a intraprendere un viaggio verso la non-

* Pietruccio Montalbetti, leader e chitarrista dei Dik Dik, è autore di libri come *Io e Lucio Battisti* (Salani), *I ragazzi della via Stendhal. Ritratto di una generazione* (Aerostella) e *Settanta a Settemila. Una sfida senza limiti d'età* (a cura di Elia Perboni, Castelvocchi).

violenza e la comprensione. Io, che ero un ultrà, cresciuto in un quartiere problematico, cercavo la via per migliorare. Grazie a Hermann Hesse e al suo *Siddharta* mi stavo appassionando all'India. Ma l'incontro con il pensiero di Yogananda, nel percorso verso la spiritualità, fu illuminante: nacque così *Viaggio senza vento*, il mio *concept-album* scritto per i Timoria, che parla di quell'esperienza di purificazione e rinascita. Fu il nostro primo disco d'oro, ma soprattutto fu l'album che diede il via e il coraggio a tutto il rock italiano post-*new wave*. Ne sono fiero ma, ancor più, sono fiero di avere trovato un'altra visione del mondo e della comprensione degli altri. Questo libro, *Yogananda mi ha cambiato la vita*, è un viaggio tra le testimonianze che riprendo volentieri perché il cammino non finisce mai».

—*Omar Pedrini*,* *musicista*

«Yogananda è stato uno dei Maestri che più di altri ha saputo far arrivare lo yoga in Occidente rispettando la tradizione, esprimendosi con un linguaggio moderno alla luce del mondo che cambiava rapidamente.

Il merito più elevato è stato quello di presentare lo yoga come una scienza che può essere definita la scienza della spiritualità. Il processo si basa sulla capacità di non tralasciare nulla e quindi di far convergere le abilità fisiche assieme a quelle energetiche, utilizzando il respiro e la coscienza, creando una sinergia evolutiva che porta lo *yogin* a sperimentare un tempo sacro, uscendo così dalla dimensione del tempo lineare, misurabile e altamente condizionante.

Attraverso, poi, la convergenza dello sguardo nello spazio dietro la fronte definito *cid-ākāśa* (spazio della coscienza) si ha accesso a una dimensione coscienziale che trascende lo stato di veglia abituale, entrando in una metamorfosi senza tempo e sperimentando la vera dimensione dell'infinito.

Le ampie testimonianze raccolte dall'amico, collaboratore e allievo Mario Raffaele Conti assieme al suo amico e collega Elia Perboni e l'incontro con Nandini Valeria Cerri, devota da sempre a Yogananda e Kriyananda nonché direttrice di Ananda Edizioni, hanno dato vita a *Yogananda*

* Omar Pedrini è cantautore, chitarrista, attore e docente nel Master in Comunicazione Musicale per la discografia e i media all'Università Cattolica del Sacro Cuore di Milano.

mi ha cambiato la vita, un libro curioso e molto stimolante che racconta attraverso interviste di noti personaggi del mondo dello spettacolo e della musica, compositori, attori, scienziati e ricercatori, l'impatto che l'insegnamento di Yogananda ha avuto con le successive generazioni.

Il libro risulta divertente, curioso e ricco di spunti e rivela la parte nascosta – non sempre manifesta – di alcune star come Elvis Presley, Steve Jobs, George Harrison e molti altri». –**Antonio Nuzzo**,* *maestro di Hatha Yoga*

«Leggendo il libro *Yogananda mi ha cambiato la vita*, mi sono fatto l'idea che avere una guida spirituale che indichi il contrappunto, il ritmo e i tempi giusti che sono dentro e intorno a noi può essere l'unica via maestra. Questa lunga inchiesta, in cui personalità della cultura e icone dei nostri tempi testimoniano la loro vicinanza alla lezione del grande yogi, dimostra che nei momenti più bui abbiamo bisogno di essere presi per mano e di essere accompagnati. Personalmente, questa Luce l'ho incontrata nel mio "yogi" preferito, Johann Sebastian Bach, ma vi posso garantire che le parole emozionanti degli autori mi hanno provato che c'è un collegamento tra gli spiriti illuminati che va al di là dei confini e delle barriere costruite, purtroppo, dalla miseria terrena. Nel momento in cui noi ci estraniamo dalla nostra condizione corporea, raggiungiamo l'illuminazione: questo libro è una grande testimonianza di come tutto ciò – ancora nel XXI secolo – sia possibile. Raccomando caldamente la lettura e la pratica dei vari insegnamenti». –**Ramin Bahrami**,** *musicista*

«Il senso di smarrimento che caratterizza la società moderna ci ha portato in questi ultimi decenni a volgere lo sguardo a Oriente alla ricerca di risposte, sentieri e direzioni che sembrano smarrite. Come se la dimensione spirituale, religiosa o collettiva avesse bisogno di riscoprire altrove antiche saggezze per noi dimenticate. Poi, però, compaiono uomini che superano i

* Antonio Nuzzo, vicepresidente della Federazione Mediterranea Yoga, si è formato alle scuole di André Van Lysebeth, Swami Satyananda Saraswati, Swami Satchidananda e Vimala Thakar.

** Ramin Bahrami, pianista iraniano, è uno dei massimi interpreti viventi di J. S. Bach. Ha inciso oltre venti album per Decca.

confini, le barriere, gli schemi fissi, i pregiudizi culturali, per prenderci per mano e mostrarci che in realtà non ci siamo mai perduti. Che la nostra autenticità, la nostra bellezza, la nostra meravigliosa umanità sono proprio lì, davanti ai nostri piedi. Occorre solo un passo, per lasciar cadere i muri e riuscire a vedere quanto di prezioso abbiamo già e quanto, in fondo, le strade per fiorire come esseri umani partano e arrivino sullo stesso sentiero. Le lingue sono tante, le prospettive infinite, ma il sapore dell'acqua dell'Oceano è uno: quello del sale. Alcuni uomini riescono a intuirlo e raccontarlo. Senza sprecare il sublime e il mistero di questa esistenza, ma parlando direttamente al cuore, come se conoscessero il linguaggio più segreto di ciascuno di noi. Sempre così straordinariamente variegato e unico, eppure, allo stesso tempo così universalmente umano. Yogananda è stato uno di questi uomini. Un ponte che ha unito mondi per guarirli tutti. Un uomo che ha saputo indicarci la strada per tornare a casa. Con le sue parole, le parole dell'unità. Le parole della vita. Anche questo libro, *Yogananda mi ha cambiato la vita*, è una strada, un ponte per vedere con uno sguardo originale l'unicità di questo maestro. Yogananda ha cambiato la vita di chi ha scritto proprio questo libro e se lo leggete con mente aperta vi aiuterà a cercare sentieri inesplorati per far fiorire la vostra più autentica umanità. Buon viaggio!».

– **Stefano Davide Bettera**, *giornalista, vicepresidente dell'Unione Buddhista Europea

«Questo libro è come una musica celeste che porta messaggi molto forti, testimonianze di musicisti e cantanti famosi che sono stati toccati dalla sola presenza di Yogananda. Ed è un invito, per noi, a immergerci nell'oceano d'amore infinito di Yogananda.

La spiritualità è più che mai al centro degli interrogativi delle nostre società moderne e queste interviste ne sono la sinfonia vivente. Questa raccolta è come un filo conduttore che si tesse di generazione in generazione».

– **Amina Annabi**,** insegnante di yoga del suono e cantante

* Stefano Davide Bettera è l'autore dei best seller *Felice come un Buddha* e *Fai la cosa giusta* (Morellini-Yoga Journal).

** Amina Annabi, franco-tunisina, come cantante è arrivata seconda all'Eurofestival nel 1991; come attrice, ha recitato in *Il tè nel deserto* di Bernardo Bertolucci.