

La musica ribelle

Col libro "Raguserock70" Aldo Migliorisi racconta la scena musicale iblea a cavallo tra gli Anni 60 e 70 **Gianni Nicola Caracoglia alle pagg. II-III**



Amore a primo... suono Paolo Cipolla è tra gli organisti che suonano l'organo di Donato Del Piano, gioiello barocco **Giovanni Musumeci a pag. II / Speranze tradite** "Cambio direzione" è il nuovo ep dei Caftua. Orazio Russo: «A Catania non si fa più musica per fare cultura» **Agata Patrizia Saccone alle pag. II-III / Un calcio contro la povertà** Mercoledì al Cibali di Catania il quadrangolare di beneficenza **Damiano Scala a pag. III / Week end: Troina** Un mese di festa per il patrono Silvestro **Pietro Nicosia a pag. III / Cartellone a pag. IV**

€ 0,26 Spedizione A.P. comma 20b Art. 2 legge 662/96 - Fil. CT

vivere

settimanale di società,
cultura e tempo libero
vivere@lasicilia.it

Anno XIX - n. 728
15 maggio 2014



di Michele Nania

SMSicilians

La voce degli Iblei

Il ricambio generazionale tra i campioni dell'hit parade, quanto meno in Italia, non passa più dai cacciatori di talenti nei concerti underground o nelle sagre di piazza ma, tanto per cambiare, dalla televisione. La buona notizia è che nei due più importanti talent show in corso, le protagoniste sono due ragusane: suor Cristina Succia, che per la precisione è di Comiso, e Deborah Iurato che invece è nata e cresciuta nel capoluogo ibleo. Suor Cristina è stata celebrata anche dal New York Times come uno dei più interessanti "Francis effects", legando il boom della suorina (più di trenta milioni di contatti su Youtube contro i trecentomila dell'ultimo Vasco Rossi) al nuovo corso lanciato da Papa Francesco. E Deborah, di cui s'è tanto parlato all'inizio dello show per il suo commovente desiderio di dare una mano al padre costretto ad emigrare, sta già camminando con le sue gambe: la Sony l'ha già messa sotto contratto, il che è un anticipo di quanto accadrà in finale. Quanto a Suor Cristina, che punti in alto già è chiaro, ma ancora di più è piuttosto improbabile e neanche auspicabile: almeno fino a quando il Papa continuerà a richiamare folle oceaniche ad ogni suo concerto, pardon udiienza.

m.nania@lasicilia.it

di Samantha Viva

Un mondo in perenne movimento impone all'uomo ritmi e accelerazioni costanti, senza però fornirgli poi la chiave per rallentare e godersi consapevolmente il valore più prezioso: noi stessi. La risposta può arrivare da un corretto equilibrio tra spirito e corpo, attraverso la pratica di una disciplina antichissima come lo yoga, in grado di reinventarsi in chiave moderna, di affiancare altre pratiche sportive, come il pilates o la corsa, di aiutarci in momenti specifici della nostra vita, come il parto o semplicemente di metterci in contatto con quello che siamo. Nel solco di una tradizione rigorosa si muove la scuola siciliana, come spiega **Wanda Vanni, presidente della Federazione Mediterranea Yoga**, nonché direttore dell'associazione culturale OEB: «Lo yoga risale a seimila anni fa, ed è un percorso di conoscenza spirituale e soprattutto ci porta all'unificazione con l'essenza della nostra esistenza, in Occidente è stato spesso male interpretato il pensiero più rigoroso, valorizzando solo la ginnastica attiva di potenziamento, perché era questo l'aspetto che più interessava noi occidentali, ma è un percorso di armonia globale dell'essere». Insegnante di yoga da oltre 45 anni, in qualità di presidente di una federazione che associa circa 40 associazioni, Wanda Vanni ne precisa compiti e finalità: «La nostra è una federazione nazionale che affilia associazioni e riunisce insegnanti di yoga, facciamo formazione a Catania, Roma e Milano secondo la tradizione **Sivananda** di cui **André Van Lysebeth** è stato discepolo diretto, quindi quella più antica, che presenta un approccio globale all'individuo, in un percorso spirituale e di conoscenza; teniamo molto ad aver cura e tutelare il rigore della tradizione. La federazione da due anni fa parte dell'Unione Europea di Yoga e siamo inoltre patrocinati dalla

Facoltà di filosofia dell'Università di Catania che ha riconosciuto la valenza dei nostri programmi di formazione».

All'interno della federazione operano delle associazioni, come la OEB, che si occupano di formazione e di eventi, tra cui lo **Yogafestival**: «Si tratta di un evento straordinario che si tiene a **Milano** da nove anni, a **Roma** da sette e a **Catania è giunto alla sua terza edizione** ed è l'occasione per avvicinare tutti, neofiti ed esperti, a questa antica disciplina».

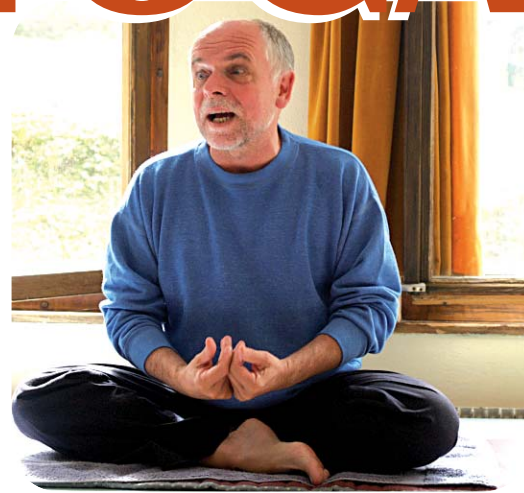
Il festival catanese di quest'anno, che prevede una full immersion nello yoga dal **23 al 25 maggio a Palazzo della Cultura**, avrà come tema **It's Time**; ma è davvero tempo per lo yoga?

«È una speranza, perché con tutta questa accelerazione delle facoltà umane, se ne avverte la necessità. Ciò che è stato eccitato porta tensione, malesseri e stati d'ansia e riuscire ad imparare la capacità di quietare la mente, attraverso la gestione del **ritmo respiratorio**, è una opportunità che può darci solo questa disciplina. Quando si scatenano in noi delle emozioni di qualunque natura la prima cosa che muta è il movimento del respiro, **se riuscissimo a rallentarlo potremmo controllare l'emozione**; lo yoga ci fornisce degli strumenti straordinari per imparare questa pratica».



È TEMPO DI YOGA

In alto, Wanda Vanni, presidente della Federazione Mediterranea Yoga, tra gli organizzatori dello **YogaFestival Catania**; a sinistra, dall'alto, **Marzia Colitti**, ballerina di danza classica indiana Kuchipudi e un momento dello **YogaFestival Catania** dello scorso anno, nello specifico la lezione di **Philippe Djoharikian** a Palazzo della Cultura (foto **Georgia Nuzzo**). A destra, dall'alto, **Willy Van Lysebeth** e **Antonio Nuzzo**



«Imparare a quietare la mente è una opportunità che può darci solo questa disciplina». Parola di **Wanda Vanni**, insegnante yoga da 45 anni, tra gli organizzatori dello **YogaFestival Catania** che si terrà dal **23 al 25 maggio** al **Palazzo della Cultura**. Alla tre giorni, aperta ad esperti e neofiti, ci saranno maestri internazionali, come **Willy Van Lysebeth** e **Antonio Nuzzo**, ma anche esperti olistici e massaggiatori **shiatsu** e **ayurveda**

«Inoltre è adatto a chiunque - continua Wanda Vanni - le pratiche inizialmente interessano il corpo, ma quando vanno a toccare l'aspetto mentale o spirituale, diventa **coscienza e consapevolezza**, perché agisce in profondità e tocca il rapporto sottile con noi stessi, è un atto d'amore». La presenza di **maestri internazionali rendono il festival una kermesse unica**: «La federazione organizza diversi convegni ma più con uno spirito di continuità di un processo cognitivo in atto, il festival invece permette a chiunque di conoscere la disciplina, dalla tradizione alle pratiche più contemporanee e moderne. Al festival ci saranno maestri del calibro di **Willy Van Lysebeth**, figlio del grande **André**, diretto discepolo di **Sivananda**, pioniere dello yoga in Occidente e psicanalista, fino all'italiano **Antonio Nuzzo**, che è uno dei riferimenti più grandi della stessa tradizione. Poi ci sarà **Eyal Shifroni** con il metodo **Jyengar** che porta ad un'energizzazione di tutto il corpo; **Elena de Martin** con lo **Ashtanga Yoga** e **Rosanna Rizzi** che farà sperimentare una prima esperienza del **mantra**, ovvero il suono che permette di collegarsi con la creazione universale. La siciliana **Mimma Luciano** parlerà della memoria dell'acqua, ed altre forme di yoga contemporaneo aperte a tutti coloro che lo vogliono sperimentare, anche per una sola volta. Chi si avvicina per la prima volta sceglierà qualcosa di dinamico per allentare le tensioni mentre altri si interesseranno a cose specifiche, dalla **danza Bollywood** alla musica come esperienza di meditazione».

E i siciliani sembrano gradire, se lo scorso anno hanno partecipato in 2.500 e nel corso della prima edizione erano in 1.800. All'interno del festival ci saranno anche **esperti olistici** con le varie rappresentanze di naturopatia, si potranno provare massaggi **shiatsu** e **ayurveda**, e saranno presenti empori e librerie specializzate, in una location incantevole come quella del **Palazzo della Cultura**, gioiello architettonico barocco collocato in pieno centro storico, la cui area verrà interamente utilizzata per le lezioni e le dimostrazioni, aperte a tutti.

samanthaviva1@gmail.com

RISTORANTE LUCKY WOK

il vero gusto genuino
...e mangi quanto vuoi!

gran buffet libero tutti i giorni

A PRANZO

€12,90

SABATO, DOMENICA E FESTIVI

€9,90

DAL LUNEDÌ AL VENERDÌ DALLE 12:00 ALLE 15:30



A CENA TUTTI I GIORNI dalle 19:30 alle 24:00

€12,90

Promozione valida dal 10/05/2014 al 10/06/2014

Via Aldo Moro, 26 (accanto Expert Papino) Misterbianco (CT) Tel. 095 462875