

## CONCERTO YOGA AL MUSEO STIBBERT



Concerto Yoga al Museo Stibbert di Firenze domenica 27 Settembre dalle 16.30:  
*"creare un equilibrio tra corpo e natura, donando energia e senso di pace"*, spiega  
l'artista Simone Baldini Tosi, cantautore toscano dal background pop.



**“Provare per credere”**. Sembra un luogo comune ma, molto spesso, è l’esperienza diretta a fare la differenza. Come tanti San Tommaso in versione moderna (e magari anche laica), tendiamo a porci con questo atteggiamento nei confronti delle nuove mode, a metà strada tra curiosità e scetticismo. A maggior ragione se le mode, come quella di praticare **yoga**, vengono da lontano. Che si pratichi in palestra, nei parchi della città, sulla spiaggia sull’Arno o in centri specializzati, la sostanza non cambia: c’è sempre una lezione di prova (il più delle volte gratuita) a portata di mano.

Ma come capire se, tendenze a parte, è una “moda” che fa per noi? Osservandone gli effetti da lontano (ma non troppo), mettendosi comodi e preparando la mente all’ascolto interiore, ma non solo. È un po’ questa la filosofia alla base del **“concerto in chiave yoga”** che si terrà domenica 27, al **Museo Stibbert** di Firenze, alle 16,30. Una cornice insolita per un evento che inneggia alla pace (dei sensi) , visto che quel museo vanta una grande collezione di armi e armature.



L'ideatore è **Simone Baldini Tosi**: un cantautore toscano dal background pop che, dopo anni di musica (è in attività dal 1990 e, da allora, colleziona vittorie -come quella al **Sanremo Rock** - e collaborazioni con case discografiche e vari cantanti, tra cui Marco Mengoni *ndr*) ha deciso di provare a fondere due delle sue passioni.

Da 14 anni, infatti, condivide e dirige **sessioni di yoga**: un'attività che, durante un periodo di difficoltà, lo ha "salvato", facendolo passare dalla "sofferenza alla consapevolezza del momento. È così che ho avuto modo di staccare la spina dai pensieri negativi, ho imparato a prendere il buono dalle cose e a riconquistare la serenità", racconta Simone Baldini Tosi.



Ma cosa ci si deve aspettare da questo **concerto-yoga** e dalla scelta di una location come il **Museo Stibbert**? *“Musiche, testi, persino l’accordatura della chitarra e la frequenza del suono (regolata sui 432 Hz) sono costruiti in modo da creare un equilibrio tra corpo e natura, donando energia e senso di pace”,* spiega l’artista. Le canzoni (ne canterà 7) si ispirano tutte al libro **“La pace è ogni passo”**, di Thich Nath Hanh: un monaco zen vietnamita, che nel 1967 fu proposto da Martin Luther King per il Nobel per la pace, per la sua idea inclusiva di accoglienza (che lo portò a soccorrere, indistintamente, vietnamiti e americani durante la Guerra del Vietnam).

Per permettere a chi muove i primi passi in questo universo di capire (e ascoltare) cos’è la **filosofia zen**, Simone Baldini Tosi leggerà 5 brani tratti proprio da questo libro, sempre su sottofondi musicali da lui composti.



Al centro, però, c'è lo spettatore e tutto si deve svolgere nella maniera più naturale possibile. Da qui l'idea del giardino del **Museo Stibbert** come location. *"Thich Nath Hanh diceva che dalla spazzatura nascono i fiori – continua il performer – e quale posto migliore di uno spazio verde per una rappresentazione che, alla fine, parla di lui e ne utilizza le parole?"*

Niente allestimenti scenici di impatto o abiti scintillanti, quindi: tutto richiamerà la natura, dai colori al suono. Ognuno si siederà a terra, su un "pavimento" fatto di tappeti (dopo tutto è così che si pratica la yoga ndr). Altrettanto farà Simone Baldini Tosi, che sarà seduto davanti al suo pubblico nella **posizione del loto**, con la sua chitarra.



Ma astenersi dalle interpretazioni distorte: è un'esperienza orientaleggiante (per nascita) ma declinata all'occidentale. O, per dirla alla **Simone Baldini Tosi** maniera: *"non va vista come un modo per rifugiarsi o isolarsi, con la mente, in stile monaco tibetano, ma un'occasione per coglierne gli insegnamenti e farne tesoro nella vita quotidiana"*.

Provare per credere.

[www.museostibbert.it](http://www.museostibbert.it)

Photo Credits by [Niccolò Berrettini](#) (Foto 1,2,3,6).