

Protocollo

Anukalana

[versione1.9]



Introduzione

Questo documento è una linea guida per gli Insegnanti Certificati di Anukalana Yoga che nel corso del tempo verrà aggiornato e perfezionato grazie ai cerchi di sviluppo e condivisione che si formano durante i raduni Insegnanti (Anukalana Chakra). Queste linee guida ti aiutano a portare avanti il tuo lavoro come Insegnante Yoga e contribuire a consolidare il modo in cui stiamo facendo conoscere Anukalana.

Per far sì che ogni insegnante di Anukalana Yoga goda di buona reputazione e possa avere abbondante numero di studenti è importante mantenere la qualità di ciò che insegniamo e soprattutto del modo in cui lo facciamo.

Per tanto solo insegnanti certificati che abbiano completato la formazione e ricevuto il diploma di Anukalana Yoga sono autorizzati ad insegnare le tecniche tipiche di questo approccio e soprattutto ad usare il termine Anukalana e i relativi loghi.

Anukalana Yoga è un Marchio registrato. La registrazione del marchio è stata attuata da Jacopo Ceccarelli nel 2011 per tutelare la qualità dell'insegnamento di questo approccio allo Yoga. Lo Scopo del marchio non è quello di fare un franchising o un business orientato al lucro intorno ad Anukalana Yoga ma solo quello di tutelare il metodo (approccio) e proteggere il lavoro di noi tutti Insegnanti.

Inoltre come sai Anukalana **NON È** un sistema piramidale in cui i fondatori detengono il potere **ma piuttosto una comunità** (Tribù di Morbidoni :-)) che cerca di sviluppare un modo eccellente di fare Yoga Integralmente. Per questo cerchiamo di fare le scelte che siano nell'interesse di tutti e non di pochi.

Negli ultimi incontri tenutisi a scopo di aggiornamento (Anukalana Chakra) si è parlato della necessità di seguire una linea comune per mantenere alto il livello di pratica e insegnamento al fine di dare valore agli sforzi fatti da coloro che hanno deciso di dedicarsi all'insegnamento di questo approccio.

Stanno già verificandosi però situazioni in cui persone che non hanno fatto la formazione ma hanno solo partecipato a seminari e workshop ripropongono la metodologia di Anukalana magari mescolandola ad altre tecniche o pratiche. A volte addirittura dando una visione distorta e superficiale di quello che invece tutti noi stiamo cercando di far percepire nella sua intera profondità.

Altri invece che hanno capito che ora Anukalana richiama una grande attenzione nella comunità Yoga vogliono usare il nome per attrarre studenti senza averne diritto.

In realtà non vorremmo dover anche pensare a come gestire queste situazioni.

Anukalana sta facendo davvero bene a tante persone e nuove idee e progetti si stanno sviluppando. Vogliamo quindi muoverci bene nel rispetto di tutti per continuare a sviluppare questo meraviglioso approccio allo Yoga.

Ecco quindi alcuni punti che è necessario comprendere per muoversi in sinergia:

Linee guida generali

1. È importante usare il simbolo ® Dopo la parola Anukalana per rispettare i diritti di marchio. Per usarlo nei tuoi comunicati copialo da qui sotto e incollalo dove serve cambiando secondo necessità la dimensione del carattere:

®
2. Anukalana® Yoga come sai si basa sull'integrazione attraverso un lavoro attento e meticoloso che è il risultato di anni di ricerca, un lavoro in continuo sviluppo. Ci teniamo che le persone non vengano confuse da lezioni di Yoga che comprendono un po' di Anukalana e magari un po' di Hatha e di Vinyasa.... Questo non aiuterebbe la tua crescita professionale perché di mix e minestroni è pieno il mondo e la gente se ne accorge. Come fare quindi se desideri insegnare anche altre cose? Meglio offrire un giorno una bella classe di Hatha Yoga e in un momento o giorno diverso una classe di Anukalana Yoga (puro). Questo aiuta i praticanti a

comprendere la differenza nel rispetto di tutte le tradizioni e gli stili di Yoga. Avere questo rispetto ti rende un Insegnante di Yoga molto apprezzabile agli occhi di chi si avvicina a questa disciplina.

3. Solo le lezioni che si basano sull'approccio di Anukalana Yoga quindi possono essere indicate come tali: chiediamo che **non venga chiamato Anukalana uno yoga che ha solo alcuni questi aspetti** e magari si basa invece sull'Hatha Yoga classico o sul moderno Asthanga Vinyasa. Chiediamo di evitare quindi lezioni "miste" dove si pratica un mix di Anukalana e altri approcci. Questo confonderebbe le idee dei praticanti che non riuscirebbero a comprendere l'essenza di Anukalana.
4. Sempre più persone stanno chiedendo dove praticare Anukalana, chiediamo quindi di essere chiari nel comunicare quali delle classi che tieni si basano esclusivamente su questo approccio
5. Alcune persone si improvvisano insegnanti di metodi e discipline subito dopo averle provate anche per poche ore in un seminario: ti chiediamo di segnalare eventuali casi di persone che si improvvisano insegnanti di Anukalana Yoga. In questo modo possiamo contattarli gentilmente e chiedere loro di usare un altro termine per non mancare di rispetto al lavoro che stiamo facendo insieme.
6. Abbiamo appurato durante un raduno insegnanti di Anukalana Yoga che è nell'interesse comune fare una supervisione di ciò che viene proposto dagli insegnanti stessi: Masterclass, Workshops, ecc. A questo scopo ti chiediamo di compilare il modulo apposito (Proposta di Progetto per Evento Anukalana) che trovi sul sito e inviarcelo prima di pubblicizzare l'evento. Non serve per avere il permesso ma piuttosto un supporto e delle linee guida per avere successo. Questo sarà sufficiente le prime volte che fai un evento del genere ma una volta avviata la tua attività in questo senso semmai possiamo passare alla fase in cui verranno invece pubblicati sul sito. In quel caso potrebbe esserci un costo per il tempo le eventuali spese di gestione del sito... ma tutto da definire assieme nei prossimi Anukalana Chakra.
7. Non è necessario presentare moduli di valutazione per avviare classi settimanali di Anukalana Yoga a cadenza regolare, basta che rispettino le linee guida che trovi più avanti. Se conduci classi settimanali di Anukalana è importante che curi la qualità del tuo lavoro per poter mettere in moto un passaparola efficace e raggiungere più persone a cui portare i benefici dello Yoga.
8. Per organizzare ritiri o i seminari la cosa è un po' più complessa e ti rimandiamo a leggere la sezione sul patentino Anukalana.

Linee guida sul Marketing

Posso pubblicare video di me che pratico Anukalana® Yoga?

Ti chiediamo di non pubblicare video che si riferiscono ad Anukalana Yoga prima di aver consultato il team che si occupa del Marketing e della Comunicazione (attualmente Jacopo è il referente ma si sta formando finalmente un team di persone che si occuperanno di video e foto). Sebbene la tua pratica possa essere molto avanzata ed elegante, la qualità con cui i video vengono diffusi conta più del contenuto. Da insegnate di buon livello potresti passare da blogger dell'ultima ora... purtroppo abbiamo constatato questo raccogliendo feedback non piacevoli su persone che hanno postato video fatti in casa in cerca di gloria... bellissimi flow ma con il divano o un muro scrostato come sfondo e pessime inquadrature fatte con cellulari tremolanti. Siamo attrezzati per i video! Sfrutta la nostra esperienza per farti conoscere come un Insegnante professionale! A volte bastano davvero pochi piccoli accorgimenti come l'angolo di inquadratura o le luci per far diventare professionale un video fatto in casa.

Sottoponi il video prima di pubblicarlo, ti daremo dritte e suggerimenti se necessario e poi l'Ok a identificarlo con Anukalana. Abbiamo già aiutato Insegnanti certificati in questo.

Ti invitiamo quindi a partecipare ai raduni Insegnanti (Anukalana Chakra) dove ci divertiamo un sacco a creare video e alzare il livello di professionalità. Disponiamo di un Setting e attrezzature dove in 5 minuti puoi filmare una bella sequenza e usarla professionalmente.

Anukalana avrà una sede fisica a Firenze nello stesso edificio dello studio Samadhi dove il setting sarà sempre pronto e ci sarà un calendario di incontri di ricerca e produzione materiali con cadenza regolare (una figata, lasciacelo dire :-)

Linee guida per le classi e le lezioni di Yoga a cadenza regolare

Chi può tenerle?

Una volta ottenuto il diploma di Insegnante Anukalana puoi tenere quante classi vuoi di questo approccio usando il nome Anukalana® Yoga e i relativi loghi per la pubblicità

Non è necessario che tu faccia richiesta o chiedi una verifica come per le masterclass

Ti chiediamo invece di registrare un profilo sul sito e indicare dove tieni le lezioni per permettere alle persone interessate ad Anukalana® Yoga di trovarti e poter praticare.

Cos'è Anukalana Inspired Yoga

Coloro che sono ancora in corso di formazione (secondo anno del triennale o prima parte dell'intensivo di secondo livello) possono iniziare ad avviare delle lezioni di Anukalana® Inspired Yoga per iniziare a diffondere questo approccio e far conoscere ai loro allievi la preferenza per uno Yoga sicuro, raffinato, centrato sulla persona, ecc.

Inspired è infatti il termine che indica lo stato di Insegnante in formazione e permette di iniziare a insegnare Anukalana® nel rispetto di coloro che invece sono già diplomati a tutti gli effetti.

Forse cambieremo inspired con "contaminated" che è buffo e moderno... e diverso, oppure "influenced"

Lo decideremo nei prossimi Anukalana Chakra

Cosa insegnare e cosa no?

Purtroppo alle lezioni di Yoga a volte si affacciano persone che vengono per "Copiare le buone idee" ... ne abbiamo parlato nella formazione e abbiamo anche detto che chi copia le idee degli altri non ha una mente molto aperta e probabilmente per ogni idea che ci copia noi ne riceviamo invece altre dieci.

Niente paura quindi dei copioni o di coloro che evitando di fare una formazione seria cercano invece la via facile al successo come insegnanti bruciando le tappe (probabilmente la propria immagine) e sfruttando il lavoro e la ricerca degli altri.

Tuttavia è buona norma tenere in mente una frase molto antica e molto forte: "Non date le perle ai porci!"

Attenzione al rivelare troppi principi nelle lezioni di Anukalana perché purtroppo ci è già capitato (e cercheremo di capire assieme nel prossimo Anukalana Chakra come gestirlo) di avere persone sfacciatamente interessate ai principi per poi riproporli apertamente ai propri allievi. È chiaro che tu che hai investito tempo, energia e denaro nella formazione non reagirai bene ad una persona che viene a prendere i tuoi segreti al costo di una lezione di yoga o due.

È sempre sgradevole inoltre scoprire che un tuo concorrente sta usando le tue conoscenze per avere più studenti di te... insegna bene, con amore e con passione ma evita di insegnare tutto subito! Metti alla prova le persone che ti seguono! Se davvero vogliono imparare per stare meglio e dimostrano rispetto, amore e passione per lo Yoga allora meritano di essere istruiti fino in fondo. Altrimenti lascia che si dedichino a praticare bene i principi base. Dagli il tempo di assimilarli, assicurati che li abbiano compresi e integrati bene... si sentiranno seguiti e si affezioneranno a te.

Tutelando te stesso e la comunità Anukalana, contribuirai a mantenere alta la qualità di ciò che stiamo facendo insieme.

Crea Curiosità!

Insegnare un principio e accennare all'esistenza di tanti altri principi interessanti crea curiosità e interesse.

L'approccio di Anukalana diviene intrigante e attraente. Sfrutta questo aspetto per mantenere vivo l'interesse verso il tuo lavoro e non trovarti ad avere dato tutto e non sapere più che cosa passare agli allievi.

Con il sincero interesse al loro progresso puoi creare un percorso graduale, ben bilanciato e dare tempo al processo di integrazione che avviene quando i principi vengono assimilati con calma.

Ricorda: "Less is More!" (fare meno rende di più)

Linee guida per Workshops, Masterclass, Seminari e Ritiri

Siamo tutti d'accordo sul fatto che chi tiene una Masterclass o un Workshop così come gli altri eventi debba essere ben preparato sia come insegnante in generale e soprattutto sui principi e sulle tecniche di Anukalana.

Per aiutarti a raggiungere questo livello abbiamo messo a disposizione il modulo da compilare sul sito (Proposta di Progetto per Evento Anukalana) che ti chiediamo di compilare prima di attivare l'evento. Jacopo e gli insegnanti più esperti e avanzati lo visioneranno e ti daranno consigli come rendere questo evento un successo. Per ora chiediamo solo questo.

Trovi il modulo nell'Area Insegnanti del sito www.anukalanayoga.com

Questa è l'area riservata agli insegnanti. Da qui puoi fare diverse cose:

- ✓ Aggiornare il tuo profilo
- ✓ Scaricare i loghi di Anukalana per i volantini, per il tuo sito e per le altre attività

Utilizza il menu a destra per agire nel sito

Stiamo sviluppando quest'area e a breve ci saranno altre risorse importanti, torna a visitarla periodicamente.

Qui sotto puoi lasciare commenti o suggerimenti per comunicare con noi.

LOGHI ANUKALANA
Modifica

Ecco i loghi aggiornati a settembre 2014

Questi Loghi potrebbero cambiare in futuro ma per ora utilizza questi.

download

ACCEDI

CIAO, JACOPO CECCARELLI (YOGENDRA)

Esci

VEDI IL TUO PROFILO

MODIFICA IL TUO PROFILO

SCARICA I LOGHI

ANUKALANA CHAKRA

PROPOSTA X EVENTO

Non dovrai farlo sempre ma solo per i primi 2-3 eventi che organizzi allo scopo di avviare il lavoro e farcelo conoscere.

Riteniamo che sia giusto così ma un giorno potremmo definire dei livelli di esperienza minima prima di autorizzare l'uso del termine Anukalana® e dei loghi per eventi di questo genere.

Questo sempre e solo per garantire la qualità e far diffondere Anukalana nell'interesse di tutti, soprattutto di chi ci si avvicina per la prima volta.

Tipi di Eventi

Un Workshop o una Masterclass è una lezione di 2 o 3 ore che dà il tempo necessario ad insegnare principi e tecniche di questo approccio. In un evento del genere può essere insegnato un principio e proposti degli esercizi o pratiche (asana, respirazione, meditazione, ecc.) finalizzati a farne fare l'esperienza.

Per quanto riguarda invece i Seminari sono intesi come eventi di una giornata o due. Sono autorizzati a condurre questi eventi solo coloro che hanno già fatto diversi workshop e hanno l'approvazione tramite i valori acquisiti e registrati sul Patentino Anukalana (vedi sotto)

I Ritiri sono eventi molto particolari e prima di fare un ritiro sotto il nome di Anukalana Yoga è necessario che tu abbia acquisito esperienza conducendo prima alcuni Seminari.

Le Lezioni di Anukalana Yoga ai Festival sono eventi delicati perché la gente ai festival viene proprio per vedere le novità, cosa gli piace e cosa no. Per insegnare Anukalana ad un festival ti chiediamo di inviare sempre il Progetto di Evento tramite il sito.

Per presentarsi in questi eventi è importante essere sicuri di sé, del proprio lavoro, saper gestire la situazione, ecc. contattaci e ti aiuteremo.

Chiarimento

Quanto sopra non ti impedisce di fare masterclass di Hata Yoga o Vinyasa, Ritiri di Yoga Integrale, ecc.

Ma se vuoi pubblicizzare questi eventi ufficialmente come Anukalana Yoga ti chiediamo di seguire il percorso ordinatamente.

Credo darebbe fastidio a tutti se un Insegnante appena certificato organizzasse subito un seminario "Anukalana Yoga e..." senza prima verificare con chi ha più esperienza il suo livello di preparazione effettiva e capacità organizzativa e conduttiva.

Le linee guida servono quindi per portarti gradualmente a insegnare con successo e qualificarti agli occhi degli allievi e dei colleghi come una persona competente che sta nel flusso del progetto e non solo orientata al business e alla fama.

È nell'interesse di tutti che ci siano sempre più eventi di Anukalana poiché questo rende popolare l'approccio e aumenta l'interesse verso gli insegnanti come te. Inoltre di sicuro non li potrà fare tutti Jacopo che si spera un giorno vada in pensione ;-)

Più si parlerà bene di Anukalana ma soprattutto del tipo di Insegnanti che portano questo approccio, e più lavoro e soddisfazioni ci saranno per tutti, più benefici faremo percepire alle persone che cercano uno Yoga di qualità e più amici e studenti avremo tutti :-)

Stiamo cercando di crescere come una tribù di visionari ispirati dall'idea di un mondo migliore e queste linee guida verranno costantemente riviste insieme nei raduni.

Cos'è il Patentino Anukalana?

Per tenere traccia di tutto ciò che fai nel percorso formativo e oltre abbiamo realizzato un libretto che ti verrà consegnato al più presto (quando sarà definitivamente pronto) dove potrai annotare e far convalidare la partecipazione dall'Insegnante a:

- Corsi di Formazione
- Specializzazioni
- Ritiri
- Seminari
- Workshops
- Masterclass
- Anukalana Chakra
- Lezioni Settimanali con Insegnanti Avanzati

Riteniamo che un simile patentino sia inoltre uno strumento referenziale importante quando devi presentare curriculum e diplomi per qualificarti e lavorare in istituzioni o centri.



Conclusioni

Il tuo parere è importante in merito alle tematiche esposte in questo documento che sarà sempre più definito e chiaro anche grazie al tuo aiuto.

Condividi eventuali idee e opinioni scrivendo a info@anukalanayoga.com

Nel frattempo ti auguriamo Buon Lavoro e tanta fluidità!

I focalizzatori del momento