

Stefano Manfrin

La via del cuore: il canto devozionale nel Nada Yoga

Sintesi Video 12

Il tema centrale: il canto devozionale nel Nada Yoga

- Il video è dedicato al **canto devozionale**, considerato una delle pratiche più diffuse e importanti all'interno del Nada Yoga.
 - L'autore distingue il Nada Yoga da altre pratiche sonore come:
 - bagni di gong;
 - campane tibetane;
 - semplice recitazione di mantra;
 - kirtan e bhajan intesi solo come musica devozionale.
 - Secondo l'autore, **il vero Nada Yoga ha finalità evolutive**, non esclusivamente rilassanti o artistiche.
-

I mantra e il loro utilizzo

- I **mantra tradizionali** vengono descritti come strumenti estremamente potenti.
 - La loro efficacia dipenderebbe da diversi elementi:
 - corretta pronuncia;
 - corretta intonazione;
 - trasmissione da parte di un maestro;
 - pratica all'interno di un percorso iniziatico.
 - L'autore sottolinea che **imparare mantra da Internet o dai social** viene considerato rischioso, perché un uso scorretto potrebbe produrre effetti indesiderati.
 - Anche il canto vedico viene presentato come una disciplina complessa, nella quale diverse tonalità agirebbero su differenti aree della coscienza.
-

Nama e Bija

L'autore distingue due categorie di mantra.

Nama (nomi divini)

- Consistono nella ripetizione del nome di una divinità (Krishna, Shiva, Cristo, ecc.).
- Sono considerati relativamente sicuri.
- Tutti i nomi vengono interpretati come differenti manifestazioni della medesima realtà divina.

Bija (sillabe-seme)

- I bija sono descritti come **codici energetici** estremamente potenti.
 - Ogni bija sarebbe collegato a specifiche funzioni spirituali e a particolari energie divine.
 - Agirebbero soprattutto:
 - sui chakra;
 - sulla colonna energetica (sushumna);
 - sui collegamenti tra i centri energetici.
 - Per questo motivo l'autore sostiene che dovrebbero essere trasmessi solo attraverso un'iniziazione personale.
-

La visione dell'unità delle religioni

- Le diverse tradizioni religiose vengono considerate differenti manifestazioni della stessa realtà spirituale.
 - Cristo, Buddha, Krishna e le altre figure divine rappresenterebbero espressioni differenti dell'unico Principio.
 - Le divisioni religiose vengono attribuite alla prospettiva umana, mentre l'esperienza mistica porterebbe alla percezione dell'unità.
-

I chakra e i bija

- Ogni chakra viene associato a specifiche funzioni psicofisiche.
 - I bija collegherebbero energeticamente diversi chakra, producendo nuove qualità interiori.
 - Viene riportato l'esempio del collegamento tra:
 - Muladhara (radice)
 - Chakra del cuore
 - Questo collegamento trasformerebbe l'energia del desiderio nella forza dell'amore.
-

L'iniziazione personale

- L'autore insiste sull'importanza di ricevere un mantra adatto alla propria storia spirituale.
 - Secondo questa prospettiva:
 - non esiste un mantra valido per tutti;
 - ogni persona dovrebbe ricevere quello più adatto al proprio percorso.
 - Racconta un episodio vissuto con Amma per mostrare come un maestro spirituale scelga il mantra sulla base della condizione interiore dell'allievo e non delle sue preferenze.
-

I bhajan e i kirtan

L'autore distingue due forme di canto devozionale.

Kirtan

- Basati su testi tradizionali provenienti dalle scritture.
- Mantengono formule fisse tramandate nel tempo.

Bhajan

- Sono composizioni poetiche.
 - Possono utilizzare uno o più raga.
 - Esprimono soprattutto l'amore personale verso il Divino.
-

La devozione

- La devozione viene presentata come una delle vie più semplici per entrare in contatto con il Divino.
 - Attraverso il cuore la persona può:
 - entrare in relazione con la propria anima;
 - ricevere ispirazione;
 - sperimentare stati di profonda emozione spirituale.
 - L'autore sottolinea che la devozione non richiederebbe particolari tecniche, ma sincerità e apertura interiore.
-

Il bhava samadhi

- Durante il canto devozionale alcuni mistici entrerebbero nello stato chiamato **bhava samadhi**.
 - In questo stato, secondo il testo:
 - la coscienza della divinità si manifesterebbe nel devoto;
 - potrebbero verificarsi esperienze spirituali molto intense;
 - la presenza divina verrebbe percepita come reale.
-

L'anima e il cuore

- Il chakra del cuore viene descritto come il ponte tra la persona e l'anima.
 - L'anima rimarrebbe normalmente sullo sfondo della coscienza, emergendo quando:
 - nasce una sincera devozione;
 - l'individuo abbandona il proprio ego;
 - si affida al Divino.
 - La sofferenza e le difficoltà della vita vengono interpretate come occasioni che possono portare alla ricerca interiore.
-

Il ruolo della pratica

- Il canto devozionale è considerato molto importante ma **non sufficiente**.

- Secondo l'autore deve essere accompagnato dallo studio e dalle altre pratiche del Nada Yoga.
 - La finalità ultima rimane sempre la trasformazione della coscienza e il contatto diretto con l'anima.
-

Concetto principale

Il testo sostiene che **il canto devozionale rappresenti una delle vie più efficaci per entrare in contatto con l'anima e con il Divino**, purché sia praticato con autentica devozione e inserito in un percorso spirituale. Parallelamente, mette in guardia dall'uso superficiale dei mantra, soprattutto dei *bija*, che vengono presentati come strumenti molto potenti da utilizzare esclusivamente sotto la guida di un maestro esperto.