

Stefano Manfrin

Nada Yoga Italia: una nuova fase per la diffusione dello Yoga del Suono

Sintesi video 1

- **Nascita del gruppo "Nada Yoga Italia":** Tutto il lavoro di diffusione svolto in questi anni e le attività delle *Edizioni La Cicala* vengono raggruppati in questo nuovo progetto (associato all'associazione A.N.Y.M.E.). Il centro nevralgico sarà **Genova**.
- **I "Cerchi di Canto" a Genova:** Da maggio 2025, tre allievi genovesi qualificati organizzano incontri regolari di circa un'ora e mezza in vari luoghi della città. Gli incontri sono rivolti a chi ha già frequentato il corso di base e servono a praticare e rinnovare la **tecnica dei tre punti**.
- **Il Corpo Astrale e la tecnica dei tre punti:** Questa pratica va a riempire i tre serbatoi energetici (*dan tien* inferiore, mediano e superiore) e attiva il corpo astrale. Poiché l'allievo medio tende ad abbandonare la pratica dopo l'entusiasmo iniziale, gli incontri servono a mantenere costante il lavoro energetico contro lo svuotamento causato dalla vita quotidiana.
- **Pubblicazioni editoriali ed effetti terapeutici:** Le *Edizioni La Cicala* stanno preparando il terzo e il quarto libro del metodo. L'obiettivo è anche dimostrare l'efficacia del Nada Yoga sulla mente e sui corpi sottili (grazie a 45 specifiche scale musicali o *raga evolutivi*), citando come esempio un esperimento in un ospedale di Nuova Delhi dove l'ascolto del raga *Nat Bhairav* ha permesso di dimezzare l'uso di psicofarmaci.
- **La complessa scienza dei circuiti e la diffusione internazionale:** Se la tecnica dei tre punti è facile da insegnare, la "scienza dei circuiti" (1.100 scale e stati emozionali diversi) richiede una formazione più approfondita. Il Nada Yoga è comunque già insegnato da vari allievi in Europa (Torino, Toscana, Marsiglia, Parigi, Varsavia) e nel mondo.
- **Programma dei prossimi video:** Questo intervento è il primo di una serie di circa venti video in cui l'autore approfondirà la materia in modo mirato, anche con l'ausilio di slide su Zoom. Il sogno finale rimane quello di espandere il movimento e organizzare grandi raduni nazionali e internazionali.