



# Stefano Manfrin

poznaje Nada Jogę od ponad 20 lat.

Studiował śpiew Carnatic i Hindustani przez dwa lata z profesjonalnym nauczycielem w Teatro Tascabile w Bergamo, w dość znanej grupie artystycznej, lekcje klasycznego śpiewu z Françoise Goddard, harmoniczne intonowanie Mongolskie i tradycyjne pieśni farmerów – u prof. Marini, oraz- kiedy żył w Indiach przez więcej niż następnie 20 lat wraz z wieloma indyjskimi i międzynarodowymi braćmi i siostrami w aśramie Mata Amritanandamayi (Ammy). Skomponował kilka włoskich piosenek i pełne oddania dla Boga bhajany w sanskrycie.

Został odpowiednio przeszkolony w skomplikowanym świecie subtelnych ciał i energii, studiując gruntownie pod kierunkiem różnych doświadczonych nauczycieli z "Essenic Brotherhood di Myriam", nauczycieli z Acharias Lineage Gran Mistrza Choa Kok Sui i innych nauczycieli oraz pełnych mocy i doświadczonych terapeutów. Studiował i praktykował (do teraz) techniki medytacji, oczyszczania najgłębszych warstw umysłu i głębokiej kontemplacji od ponad 25 lat. Studiował hatha jogę, pranajamę i Joga Nidrę ze znaną nauczycielką i pisarką Selene Calloni Williams z Oriental Yoga Accademy.

Był formalnie inicjowany i praktykował różne poziomy Kriya jogi w linii rodziny Lahiri Mahaśaja (Nauczyciel Mistrza Paramahansa Joganandy), wszystkie poziomy Radza Jogi rodu Maharishi Mahesh Yogi, pogłębione przez długie kursy Vipassany w linii przekazu Sayagi u Ba Kin i Goenka Ji, oraz praktykował jogę integralną od bezpośrednich uczniów Sri Aurobindo i Matki żyjąc w Sri Aurobindo Ashram, gdzie wstąpił na Uniwersytet SACAR (Centrum zaawansowanych badań Sri Aurobindo) i studiował zdając egzaminy, przez dwa lata.

W celu wykonywania tych jogicznych praktyk żył przez ponad 20 lat w Indiach, z czego 12 przeznaczył na tradycyjny okres "Brahmacharya" (okres klasztorny – jako mnich) w aśramie znanej tam świętej. Mieszkał blisko Mahatmów i w towarzystwie Mistrzów Mądrości i Świętych przez wiele lat (których imion woli nie wymieniać, gdyż nie chciałby być mierzony wielkością swoich Mistrzów. Mistrzowie są wielcy, a on twierdzi że sam nie jest, więc uważa, że nie należy mylić siebie z wielkością swojego Guru, inaczej czułby, że nie oddaje im właściwego respektu i robi coś w rodzaju zyskiwania statusu "duchowego" i promocji). Jego życie jest poświęcone duchowym poszukiwaniom, oczyszczaniu umysłu i służeniu dla innych, starając się być w zgodzie z wolą boską czyli uniwersalną Dharmą. Obecnie od 2015r. uczy Nada Jogi i prowadzi kilka rocznych szkół Nada Jogi (Nada Yoga Vidyalaya) oraz Nauk Pranicznej Energii w kilku krajach Europy. Wydał książkę pod tytułem: "Nada Joga, nauka i sztuka muzycznego rozwoju"

Prostolinijny i sympatyczny, pokornie stara się być dobrym człowiekiem ...