

# CONFERENZA-CONCERTO SULLA MUSICOTERAPIA “NADA YOGA”

a cura di Riccardo Misto (musicista e musicoterapeuta)  
con Max Castlunger (percussionista) e Silvia Refatto (tanpura indiana)

**Giovedì 19 luglio 2012 ore 17.30**  
all'inizio del Parco Naturale Fanes-Senes-Braies (Alta Badia)

Evento organizzato da

Associazione Turistica/Tourismusverein/Tourist Office Badia

Str. Pedraces, 29/A

I - 39036 Badia (BZ)

Tel. +39.0471.839695 • Fax +39.0471.839573

[www.altabadia.org](http://www.altabadia.org) • [www.suedtirol.info](http://www.suedtirol.info)



Il **Nada Yoga** è una disciplina musicoterapeutica di origine indiana e tibetana che utilizza il suono, la musica e la coscienza (consapevolezza fisica), per ristabilire equilibrio e armonia tra corpo, mente e spirito, risolvendo o alleviando molti problemi psicologici, fisici e fisiologici in modo naturale.

I fondamenti teorici del Nada Yoga si trovano in antichissimi trattati in cui è stata formulata una teoria generale del suono su basi matematiche, fisiche e metafisiche.

Il principio fondamentale del Nada Yoga è quello della **Tonica**, la frequenza-base diversa per ciascuna persona, su cui vengono impostate tutte le tecniche, che prevedono l'uso della voce e del



## **RICCARDO MISTO**

Musicista, musicoterapeuta, autore e compositore, svolge attività concertistica da solista e in formazioni etniche (Mishra, Present Times), suonando la chitarra e numerosi strumenti delle varie culture extraeuropee. Esperto di Yoga del Suono e Canto Armonico, tiene conferenze, seminari e corsi di formazione su queste discipline. Ha collaborato con Pino Donaggio nella realizzazione di colonne sonore per il cinema e la TV. Ha pubblicato i CD di musica etnica “New India Company” vol. 1 e 2. E' presente sul web con il sito [www.nadayoga.it](http://www.nadayoga.it) dedicato al suono, la musica e la terapia.

