

Le yoga : l'adresse dans l'action

La *seva*, le service désintéressé, est une des pratiques spirituelles fondamentales dans la voie du Siddha Yoga. À Shree Muktananda Ashram, des permanents et des Siddha Yogis de passage venus du monde entier offrent leur savoir-faire, leurs talents et leur énergie au service du travail de la SYDA Foundation : servir la Mission du Siddha Yoga.

Dans une prestigieuse Écriture de l'Inde, *Shri Bhagavad Gita*, le Seigneur Krishna enseigne : « Le yoga est l'adresse dans l'action. » En servant avec amour et prévenance, nous développons la compétence, la confiance en nous, la joie et l'égalité d'humeur et nous renforçons notre lien avec la source inépuisable de joie et d'énergie au cœur de notre être. En pratiquant la *seva* ainsi, nous nous rapprochons du but du yoga : la conscience permanente de notre unité avec le Soi.

En regardant ces photos de Siddha Yogis engagés dans de nombreuses et diverses formes de *seva*, vous êtes conviés à réfléchir à la manière dont chacune exprime *l'adresse dans l'action* à travers des qualités comme la concentration, le respect et l'enthousiasme.