

Yoga – Habilidade em Ação

Seva, serviço desinteressado, é uma das práticas fundamentais do caminho de Siddha Yoga. No Shree Muktananda Ashram, residentes e Siddha Yogues visitantes do mundo todo oferecem suas habilidades, talentos e energia em apoio ao trabalho da SYDA Foundation – servindo a Missão de Siddha Yoga.

Na *Shri Bhagavad Gita*, a grande escritura da Índia, o Senhor Krishna ensina: “Yoga é habilidade em ação”. Ao servir com amor e atenção cuidadosa, cultivamos a proficiência, autoconfiança, alegria, equilíbrio da mente, e fortalecemos nossa conexão com a fonte inesgotável de alegria e poder no âmago de nosso ser. Ao praticar o *seva* dessa forma, nos movemos na direção de alcançar a meta da yoga: a consciência constante da nossa união com o Ser.

Ao ver essas fotos de Siddha Yogues engajados nos mais diferentes tipos de *seva*, convidamos você a refletir sobre como cada um expressa *habilidade em ação* através de qualidades como foco, respeito e entusiasmo.