

Imparare e servire

I giovani Siddha Yogi praticano gli insegnamenti Siddha Yoga Ashram Shree Muktananda

Famiglie di tutto il mondo visitano l' Ashram Shree Muktananda per offrire *seva* a sostegno della SYDA Foundation. Mentre soggiornano nell' Ashram con le proprie famiglie, i bambini e i ragazzi apprendono gli insegnamenti e le pratiche Siddha Yoga, come il canto, la meditazione, la *seva*, la *dakshina* e l' hatha yoga. Ascoltano spesso le storie tratte dalle scritture dell' India e le rappresentano in spettacoli creativi. Inoltre condividono ciò che hanno imparato tramite attività artistiche e musicali. I bambini si divertono nell' offrire *seva*, per esempio preparando biscotti e facendo giardinaggio. I ragazzi spesso offrono *seva* aiutando i più piccoli a imparare e a servire, e acquisiscono competenze in dipartimenti della SYDA Foundation, come quelli dei media e della musica.

Questa galleria mostra alcuni dei molti modi in cui i giovani Siddha Yogi imparano e sperimentano gli insegnamenti Siddha Yoga.