

# Karma Yoga

## El sendero de la acción desinteresada según Swamini Danda

**Karma Yoga** es el medio más eficaz para la liberación, especialmente en aquellos que son activos por naturaleza.

A veces incluso, se le llama el “Yoga del trabajo”, ya que implica algo mucho más profundo que un mero actuar, pues tiene que ver con una actitud desinteresada y las acciones realizadas con consciencia.

No caer en la rueda de la rutina, del trabajo que “quema” y destruye la creatividad de las personas y trabajar dando lo mejor de nosotros mismos, con las manos, la mente y el corazón, por el simple hecho de crear, sin quedar hipotecados por los resultados, es **Karma Yoga**.

Poco importa lo que estás haciendo si comprendes que, tanto una cosa como otra, son momentos de VIDA que puedes transformar en tu propia creación.

Karma Yoga es realizar las acciones con el corazón y por el placer de hacerlas, nada más, a diferencia de aquellas que realizamos para que los demás nos aprueben y valoren constantemente.

Se trata de un **servicio altruista y desinteresado**, preocupado por hacer el bien y sin esperar nada a cambio, sin afán de lucro ni reconocimientos, hacer el bien por el bien, en si mismo.

**“El que se establece en el trabajo desinteresado, se libra, en esta vida, del bien y del mal.**

**Conságrate al yoga, porque la pureza en la acción es yoga”** *Bhagavad Gita II,50*

Con el Karma Yoga ó Yoga de la acción, se fortalece la voluntad, entendida como nuestra capacidad de poner en marcha toda nuestra energía e inteligencia para alcanzar el verdadero objetivo que nos pide nuestro ser más profundo, para poder ser creadores en el ciclo de la vida, para llevar a término el proyecto para el que hemos nacido.

Nos volvemos más eficaces, a la vez que desarrollamos un equilibrio de estado de ánimo que “ni se enorgullece de los triunfos, ni se apena por los fracasos”.

**“Actúa como si no actuaras.”** *Lao Tse*

Así como el hombre fuerte no tiene necesidad de mostrar su fuerza, el sabio actúa sin demostrarlo.

Karma Yoga es sabiduría y amor en acción.

**“transformando las cosas, transformamos los corazones”** *Swami Gushananda*

Por eso a ti Festi Yogui, te ofrecemos la oportunidad de vivir el Karma Yoga y nos ayudes en algunas de las tareas que tenemos pensadas para el buen funcionamiento del Festival, será una buena forma de vivir desde dentro lo que se respira en un evento como este.

Nos puedes comunicar tu interés a través del formulario específico que tenemos en web.

