



asociación de profesores  
**Kundalini Yoga**

## **Seva: sirviendo a Dios en todo**

Por Hari Kaur Khalsa, Nueva York, EE. UU.

Extraído de <https://www.3ho.org/seva-serving-god-all>

*Traducido en servicio para APKY por Shabad Dev Kaur*

El ego es la enfermedad más grande y también es la solución más grande. Si puedes apartar tu ego y usarlo para "convertirme en una carretilla elevadora y levantar a todos, todo lo que se cruce en mi camino, entonces me mantendré despierto para elevar a la gente. Eso es seva. Eso es servicio. Eso te dará una amistad perpetua, relaciones perpetuas, dignidad, integridad, oportunidad, riqueza, prosperidad, lo que sea" – Yogi Bhajan.

Seva no es una acción adjunta; dando sin la expectativa de recibir u obtener un resultado especial. Seva no es trabajo voluntario que haces a cambio de asistencia, fama o reconocimiento. Seva es un servicio desinteresado. Arjuna actuó en seva cuando entró en la batalla después de su intercambio iluminado con Krishna. Arjuna aprendió que a pesar de sus preferencias, su apego y sus deseos, el Universo se estaba moviendo en una dirección y tenía que servir a esa verdad y esa realidad. Esto puede sonar fácil, pero ¿cómo sabes la verdad? ¿Cómo sabes lo que es real?

Para estar en el servicio, en el servicio a Dios, en el servicio a la conciencia superior, debes conocer la conciencia superior: tu verdadero ser. Cuando tienes claro quién eres, tu identidad divina, tus acciones pueden servir a esa identidad divina, y cuando lo haces, cuando estás en esa claridad, estás automáticamente haciendo seva. Todos tus talentos y tu personalidad única serán utilizados por el Universo para servir a los demás. Lo que te suceda a ti y a través de ti se sentirá milagroso porque estás al servicio de la vastedad de la creación de Dios.

No solo necesitas entender tu identidad divina para estar en seva, sino que debes experimentarla regularmente a través del sadhana, a través de acciones que te entrenan para experimentar la vastedad y Dios. Esta es la razón por la cual el seva es parte de muchas tradiciones religiosas y espirituales. Los maestros, los santos y los sabios intentan ayudarte a encontrar tu identidad divina haciéndote aprender sobre el servicio desinteresado. La intención es darte la experiencia personal de lo impersonal: si sirves a cualquier persona o situación, sirves con el espíritu de que son divinos e infinitos tal como eres tú y tal como es Dios, entonces estás sirviendo a Dios y al Infinito a través de esa situación.

Puede llevarte un tiempo llegar a la verdadera experiencia del seva. Primero, podrías experimentar sentimientos de desconfianza, o sentimientos de que estás trabajando más que nadie (por ejemplo, estoy lavando ollas aquí en el Summer Solstice y alguien de allí simplemente está dando la bienvenida a la gente, ¡no es justo!). Es posible que desees estar a cargo del equipo seva y no estar satisfecho con la forma en que se gestiona. Puede haber cualquier cantidad de pensamientos y sentimientos. De acuerdo con el sendero espiritual del seva, si te mantienes elevado, puedes atravesar la jerarquía de pensamientos que te separan de los demás y los pensamientos que te juzgan a ti mismo y a los demás. Puedes experimentar esa realidad de que eres parte de la conciencia universal, sirviendo a alguien que eres tú, que es todo, que es Dios.

Sirves para aprender primero, y luego continúas experimentando la dicha de que Dios está en todas partes, en todas las personas, en todos los ambientes y en todas las acciones. Aquellos que sirven son bendecidos. Aquellos que demandan por necesidades o propósitos ocultos no están en el espíritu de seva. No están al servicio de la verdad universal, pero sirven al ego y al miedo. En un camino espiritual, uno debe saber que el seva es un servicio espiritual, no un viaje de poder. Seva es el poder, y no puede ser una manipulación.

"No tienes derecho a juzgar, solo tienes derecho a servir" –Yogi Bhajan.

A fines de la década de 1990, estaba sirviendo en un curso de Master's Touch. Yogi Bhajan estaba enseñando. Él preguntó: "¿Cuál es el propósito de la vida?" Muchos estudiantes levantaron la mano para responder. Uno por uno, él tomó las respuestas.

"Amar a Dios".

"No".

"Meditar".

"No".

Muchos estudiantes respondieron de muchas maneras diferentes. Él dijo que no a todos. Entonces un alumno dijo: "Para unir tu Sat con tu Nam". Yogi ji se rió. Estaba buscando otra respuesta, pero no podía negar la verdad en esta. Él sonrió y dijo algo como, "Ah, has estado estudiando. Sí, eso es correcto, pero ¿qué más?" Continuamos la conversación. ¡Yogi Bhajan continuó diciendo que el propósito de la vida era disfrutarla!

Seva, como cualquier parte de un camino espiritual, en última instancia, te traerá una gran satisfacción y dicha. Yogi Bhajan enseñó que nuestra capacidad para seva, como comunidad, será lo que nos defina como líderes y maestros espirituales. Cuando leas sus enseñanzas, veas los videos de sus clases y conferencias, y estudies las enseñanzas de los diez gurús, te inspirarás para alcanzar el estado de dominio que representa el verdadero seva. Canta Sat Nam, y deja que tu Sat enlace con tu Nam: deja que la Verdad sea tu Identidad Divina. Deja que tus acciones sirvan esa verdad. Vibra el cosmos y el cosmos despejará el camino.

"¿Cuál es tu poder? ¿Dinero? ¿Salud? ¿Conocimiento? ¡No! Tu poder eterno es seva, servicio desinteresado. Si no tienes el poder de elevar a los demás, no tienes absolutamente ningún poder. Si tu actitud no eleva a los demás, no eres humano. La falta de seva no te elevará. El seva real puede elevarte a todo. ¿Qué te mantiene atado a tu ser inferior? Es tu neurosis.

Estás atrapado en tu neurosis. Estas atrapado. Amas tu ego más que tu identidad. "En Dios, confío", es lo que tienes que aprender. Levántate por la mañana, haz tu sadhana, límpiote. Te traerá pureza y piedad para que puedas elevarte y luego puedas elevar a los demás".

Yogi Bhajan

*Hari Kaur Khalsa imparte Clases de Kundalini Yoga y Entrenamientos de Maestros en los Estados Unidos y en el extranjero. Es fundadora de Village Yoga (clases de yoga en el hermoso santuario de la iglesia de San Juan) en asociación con el pastor Lyndon Harris. Hari y Lyndon Harris trabajan juntos para llevar la curación y las artes al West Village en Nueva York y crear paradigmas innovadores para clases de yoga en espacios sagrados en Nueva York y más allá. Casada con el músico de jazz Dave Frank, Hari y Dave tiene su hogar en la ciudad de Nueva York, trayendo música y yoga para elevar el espíritu. Hari es coautora de A Woman's Book of Yoga: Embracing Our Natural Life Cycles (Penguin 2002) y autora de A Woman's Meditation: Discovering the Power of a Peaceful Mind (Penguin 2006). [www.reachhari.com](http://www.reachhari.com)*

**Original en inglés**

## **Seva: Serving the God in All**

*By Hari Kaur Khalsa, New York, USA*

"Ego is the biggest disease and is also the biggest solution. If you can divert your ego and use your ego so that, 'I have to become a forklift and I am to lift everybody; whatever comes my way, I'll keep up to lift people.' That is seva. That is service. That will give you perpetual friendship, perpetual relationships, dignity, integrity, opportunity, wealth, prosperity, you name it." - Yogi Bhajan

Seva is non-attached action; giving without the expectation of receiving or gaining a special outcome. Seva is not volunteer work that you do in exchange for attendance, fame, or acknowledgment. Seva is selfless service. Arjuna acted in seva when he stepped into battle after his enlightened exchange with Krishna.

Arjuna learned that despite his preferences and his attachment and his desires, the Universe was moving in a direction and he had to serve that truth and that reality. This might sound easy, but how do you know truth; how do you know what is real?

In order to be in seva, in service to God, in service to higher consciousness, you must know higher consciousness—your true self. When you are clear about who you are—

your divine identity—your actions can serve that divine identity, and when they do, when you are in that clarity, you are automatically in seva. All your talents and your unique personality will be used by the Universe to serve others. What happens to you and through you will feel miraculous because you are in service to the vastness of God's creation.

Not only do you need to understand your divine identity to be in seva, but you have to experience it regularly through sadhana—through actions that train you to experience vastness and God. This is why seva is a part of many religious and spiritual traditions. The masters, saints, and sages are trying to help you find your divine identity through assigning you to learn about selfless service. The intention is to give you the personal experience of the impersonal: if you serve any person or situation, you serve in the spirit that they are divine and infinite just as you are and just as God is, so you are serving God and Infinity through that situation.

It may take some time for you to break through to the true experience of seva. First you may experience feelings of distrust, or you may experience feelings that you are working harder than anyone else (e.g. I am washing the pot here at Summer Solstice and someone over there is just welcoming people—it's not fair!). You may wish you were in charge of these seva team and be unhappy with the way it is being managed. There can be any number of thoughts and feelings. According to the spiritual path of seva, if you keep up, you can break through the hierarchy of thoughts that separate you from everyone else, and the thoughts judging yourself and others. You can experience that reality that you are part of the universal consciousness, serving one who is you, who is all, who is God.

You serve in order to first learn, and then continue to experience the bliss that God is everywhere, in all people, in all environments, and in all actions. Those who serve are blessed. Those who demand through need and hidden agendas are not in the spirit of seva. They are not in service to universal truth, but are serving ego and fear. On a spiritual path one must be aware that seva is spiritual service, not a power trip. Seva is the power, and cannot be a manipulation.

“You do not have the right to judge, you only have the right to serve.”

-Yogi Bhajan

In the late 1990's, I was serving at a Master's Touch course. Yogi Bhanan was teaching. He asked, "What is the purpose of life?" Many students raised their hands to answer. One by one he took the answers.

"To love God."

"No."

"To meditate."

"No."

Many students answered many different ways. He said no to all. Then one student said, "To link your *Sat* with your *Nam*." Yogi Bhanan laughed. He was looking for another answer but could not deny the truth in this one. He smiled and said something like, "Ah, you have been studying. Yes, that is correct, but what else?" We continued the conversation. Yogi Bhanan went on to say that the purpose of life was to enjoy it!

Seva, like any part of a spiritual path will ultimately bring you great fulfillment and bliss. Yogi Bhanan taught that our capacity for seva, as a community, will be what defines us as leaders and spiritual teachers. When you read his teachings, watch the videos of his classes and lectures, and study the teachings of the ten Gurus, you will be inspired to reach the state of mastery that true seva represents. Chant *Sat Nam*, and let your *Sat* link with your *Nam*: let Truth be your Divine Identity. Let your actions serve that truth. Vibrate the Cosmos and the cosmos shall clear the path.

"What is your power? Money? Health? Knowledge? No! Your everlasting power is seva, selfless service. If you do not have the power to elevate others, you have absolutely no power. If your attitude does not elevate others, you are not human. Lack of seva can raise you to nothing. Real seva can raise you to everything. What is keeping you bound down to your lower self? It is your neuroses. You are stuck in your neuroses. You are trapped. You love your ego more than your identity. "In God I trust," is what you have to learn. Get up in the morning, do your sadhana, cleanse yourself. It will bring you purity and piety so you may elevate yourself, and then you can elevate others." Yogi Bhanan

**HariKaurKhalsa** teachesKundalini Yoga Classes and Teacher Trainings in the U.S. and abroad. Sheisfounder of Village Yoga (yoga classes in thebeautifulsanctuary of [St. John's Church](#)) in partnershipwith Pastor Lyndon Harris. Hari and Lyndon Harris worktogethertobringhealing and artstothe West Village in NYC and createbreakthroughparadigmsfor yoga classes in sacredspaces in NYC and beyond. Marriedto jazz musicianDave Frank, Hari and Davemaketheir home in New York City, bringingmusic and yoga toupliftthespirit. Hariisco-author of *A Woman's Book of Yoga: EmbracingOur Natural LifeCycles*(Penguin 2002) and author of *A Woman's Book of Meditation: DiscoveringthePower of a PeacefulMind* (Penguin 2006). [www.reachhari.com](http://www.reachhari.com)