

# Y | Yanomami Yoga



· Yanomamis (pueblo yanomami): los yanomamis son un pueblo indígena que vive en la selva amazónica, en unas 200 o 250 aldeas en una zona de menos de 100.000 kilómetros cuadrados en la frontera entre Brasil y Venezuela. No tienen contacto más que con la naturaleza. Viven en un territorio en el que hay una fuerte actividad de minería ilegal, que contamina los ríos, acaba con los animales y crea confrontaciones con los indígenas. Ésa es su mayor amenaza.

Son grandes observadores de la naturaleza y a lo largo de sus vidas continúan acumulando conocimiento basándose en sus propias experiencias. El impacto que los yanomamis tienen sobre su entorno es sostenible porque es parte de un sistema ya muy establecido que ha evitado que se les agoten los recursos.

· Yoga: conjunto de disciplinas físico-mentales originales de la India, destinadas a conseguir la perfección espiritual y la unión con lo absoluto.

---

¿Y la unión con la naturaleza que demuestran los yanomamis, no es una unión también con lo absoluto?  
¿Qué podrías hacer a tu alrededor para convertirte en un yanomami en tu propio entorno?