

# Yoga Social





El Yoga más noble no es el de la propia autotrascendencia ni el de las experiencias encumbradas sino el Yoga que destila una sabiduría y silenciosamente lo aplica al sufrimiento que nos rodea dando herramientas de salud activa, claves de interpretación de la realidad y espacios de reencuentro con lo que verdaderamente somos. **Ese Yoga es un yoga social para los niños y los ancianos, para las personas que tienen discapacidades, para los que hacen un tránsito vital difícil o sufren ciertas enfermedades.** Es el Yoga compasivo por naturaleza, el que no exige nada y lo da todo, el que escucha la naturaleza del límite o del bloqueo y susurra palabras cargadas de poder, posturas que disuelven tensiones, respiraciones que dan vitalidad y momentos que rezuman un silencio reparador.

Os invitamos a todos los que hacéis un trabajo especial con estos colectivos en lo social que podáis compartirlo, explicar vuestra experiencia para alumbrar a otros que quieran seguir vuestros pasos. Basta con enviar alguna foto, comentarios y datos concretos de días, lugar y horas de las clases.