

FORMAS DE AYUDAR AL PLANETA...

DANI BOIX Y JOSÉ MARIA VIGIL

Saus, Empordà, Cataluña, España / Panamá, Panamá

Las tres R: reducción, reutilización y reciclaje

- Intenta REDUCIR el consumo a lo necesario, en el consumo necesario REUTILIZA al máximo, y finalmente lo que no se pueda reutilizar ha de ser depositado en contenedores con el mismo tipo de residuo (para garantizar su RECICLAJE).

- Reducir el consumo de agua en el hogar: mejor una ducha que un baño; abrir el grifo el mínimo tiempo posible; arreglar enseguida las fugas de agua.

- Disminuir el uso de papel. La digitalización de la información lo hace muchas veces innecesario. Algunos usos domésticos lo son (p.e., servilletas de papel).

- Reducir al máximo los envases (comprar productos con embalaje mínimo; utilizar recipientes reutilizables). Los envases no son igualmente perjudiciales: evitar el aluminio y utilizar el vidrio.

- Use bolsas de tela para la compra, o reutilice las de plástico. Haga una campaña local para reducir drásticamente el actual uso exagerado de bolsas de plástico.

- No acepte la facilidad de comprar cubiertos y platos de plástico de «usar y tirar».

- Un gran % de la basura es papel. Convenza a sus vecinos, su iglesia o su lugar de trabajo para poner un contenedor de reciclaje. Cada tonelada de papel reciclada ahorra 400 galones de petróleo.

- Una lata de aluminio tarda 200 años en descomponerse. Reciclada, estará en uso de nuevo en 60 días.

- Las botellas de plástico de agua y refrescos tardan mil años en descomponerse. No los compre si no hay reciclaje.

- No es más limpio quien más limpia, sino quien menos ensucia.

Ahorro energético

- Favorecer el uso de la bicicleta en recorridos cortos y del transporte público en los largos.

- Compartir vehículo en desplazamientos cotidianos.

- En invierno, aislar eficazmente los hogares para evitar un consumo innecesario de calefacción.

- Utilizar bombillas/foquillos de bajo consumo.

- Apagar (del todo) los aparatos electrónicos durante la noche y períodos en que no se van a utilizar. También copiadoras, televisores... en espera.

- Cambiar un grado el termostato puede ahorrar un 10% de energía y de gasto... y se sobrelleva muy bien

Fomentar el naturalismo

- Estimular el conocimiento de los lugares naturales cercanos, así como de los animales y las plantas que habitan en ellos.

- Estimular el uso tradicional de las plantas silvestres. Apoyar la recuperación y difusión del conocimiento sobre sus propiedades.

- Plantar un árbol celebrándolo con los amigos y familiares. Con los años su sombra nos los recordará mientras nos cobija de tardes calurosas.

Vida sana y consumo responsable

- Usar sólo la cantidad de abonos necesaria. El exceso acaba perjudicándonos (p.e., disminuye la calidad del agua y daña a los ecosistemas naturales).

- Evitar los pesticidas. Su presencia en nuestro cuerpo o en los ecosistemas siempre genera problemas. El control biológico puede ser una alternativa.

- Priorizar la compra de alimentos locales y de temporada. Ahorramos el transporte y ayudamos a los productores próximos.

- Al comprar, fijese en la composición de los alimentos, seleccionando los que usen la menor cantidad de conservantes y sustancias sintéticas.

- Disminuir el consumo de carne. El actual consumo en algunas zonas del planeta no es posible para toda la humanidad. Ni es necesario, ni es más sano.

- Exigir condiciones sanas en el lugar de trabajo, y medidas preventivas en caso de ruidos, gases, etc.

- Favorezca la disminución de los folletos publicitarios: un consumo innecesario de papel y tinta.

- Si es un viaje corto, camínelo. Ahorra dinero y ayuda a la salud.

Participación/implicación

- Informarse sobre la gestión de los espacios naturales próximos a nuestro hogar y/o lugar de trabajo.

- Buscar personas, colectivos y entidades próximos con quienes comunicar a la sociedad nuestra opinión sobre la conservación de los espacios naturales, ges-

ción de los residuos, mejora de la calidad del agua, etc.

- Participar en órganos y/o foros donde se decidan o simplemente se formulen las políticas públicas que afectan a la conservación de la naturaleza.

- Cultivar redes de confianza y reciprocidad: fortalecer el capital social en las comunidades rurales que se fundamenta en redes de cooperación.

- Tomar una postura activa frente las decisiones políticas que afecten la gestión de espacios naturales, la construcción de infraestructuras (como carreteras)...

- Participar en la recogida selectiva de residuos si está organizada en tu municipio. Si no lo está, promover que se organice.

- No salvaremos el planeta sin sacrificios...

- Pregúntese: ¿qué puedo hacer yo por el planeta?

Ecología mental

- La humanidad necesita encontrar una nueva forma de vida y de pensamiento que no se enfrente al planeta, sino que se acople a él con armonía y mutuo provecho. Colabore. Es cuestión de vida o muerte.

- Supere el antropocentrismo: deje de pensar -y ayude a los demás en esto- que el ser humano es el dueño del mundo y que puede hacer lo que quiera con los animales, plantas y recursos naturales.

- Deje de pensar que somos enteramente distintos de los animales, porque supuestamente vendríamos de «arriba», o en todo caso de «afuera», o porque sólo nosotros tenemos alma o mente... Piense que no venimos de arriba ni de afuera, sino de abajo y de adentro, que somos la flor de la evolución, polvo de estrellas, el resultado de un proceso ancestral milenario... y que los chimpancés, por ejemplo, comparten con nosotros el 98% de su genoma...

- De haber algo «sobre-natural» en el mundo, no puede ser algo instalado en un plano exterior, metafísico, superior, como en un «segundo piso» o en una trastienda metafísica... De haber algo más que la pura superficie que vemos, tiene que ser algo que está presente en la misma realidad, en su esencia más profunda... Lo mejor de la realidad no puede estar fuera, o arriba, o más allá, sino aquí mismo, más adentro...

- Si Vd. es de los muchos/as a quienes de hecho nos enseñaron a vivir de espaldas a la naturaleza, pensando que éramos algo aparte, distinto o superior, y que podíamos contaminarnos con este mundo, abra en su vida un tiempo de reconciliación con la Tierra,

con la naturaleza y consigo mismo. Busque algunos libros, pocos pero buenos, para cambiar su pensamiento al respecto y «convertirse» a la naturaleza.

- Lo sagrado se encuentra en el nivel más profundo de cada uno de nosotros. Espiritualidad es estar en contacto con ese centro y sentirnos energizados por él.

- Si Vd. es creyente, descubra que la imagen tradicional que ha representado a Dios fuera del mundo (en un supuesto cielo), como un anciano venerable, «Señor omnipotente», legislador vigilante... no es más que un modelo de representación propio de tiempos antiguos, cuando pensábamos el mundo a la forma como lo imaginaron Aristóteles y Platón, pero que hoy las nuevas ciencias nos permiten sentir/pensar de manera diferente la Divinidad de la misma Realidad...

- Sorpréndase con la buena noticia de la falsedad de todos los dualismos: materia/energía, cuerpo/alma, tierra/cielo, Dios/Creación... Profundice en las implicaciones que puede tener para su vida el descubrimiento de que todo está holísticamente implicado...

- Especialmente en América Latina, debemos pasar de una espiritualidad preocupada sólo por la justicia interhumana (económica, social, de género...) a otra, sensible también hacia la naturaleza y la Tierra.

- Infórmese sobre la emergencia urgente en la que se encuentra el Planeta, de sólo unos años de plazo (tal vez menos de 20) para frenar la acumulación de CO₂ en la atmósfera y evitar un calentamiento de más de 2 grados; sobrepasar ese límite sería catastrófico y letal para la vida; y actúe en consecuencia.

- Trate de buscar una espiritualidad centrada en la naturaleza, de captar la espiritualidad del cosmos, de sentirse Cosmos en evolución, Tierra que piensa y que ama, parte de Gaia viviente... Indague cómo todo esto no contradice su propia religión sino que la enriquece.

- Hemos olvidado y necesitamos concienciar que la naturaleza es el primer lugar donde aparece lo sagrado.

- Pensar planetariamente y actuar localmente.

- Librese del mito del crecimiento porque sí... No se trata de «crecer», sino de «desarrollarse», a la vez que decrecemos en consumo innecesario.

(Anoté otros ítems específicos para usted mismo...).