

Os três erros: Redução, Reutilização e Reciclagem

- Procure REDUZIR o consumo, somente ao necessário. Ao consumir o necessário, REUTILIZE-O ao máximo. Finalmente, o que não puder reutilizar deposite-o em recipientes com o mesmo tipo de resíduos (para favorecer sua RECICLAGEM).

- Participe da coleta seletiva de resíduos, se estiver organizada em seu bairro. Se não estiver, se esforce para que seja uma realidade.

- Reduza o consumo da água em sua casa: uma ducha rápida é melhor do que um banho demorado: abra o registro durante o menor tempo possível; aproveite para reuso as sobras de água.

- Diminua o uso do papel. A digitalização da informação muitas vezes o torna desnecessário. Evite usá-lo também em alguns hábitos em casa (por exemplo, diminua o consumo de guardanapos de papel).

- Reduza ao máximo os recipientes (compre produtos com a embalagem menor; utilize recipientes reutilizáveis). O vasilhame não é de todo prejudicial: evite o alumínio e utilize o vidro.

- Use sacolas de pano para suas compras, ou reutilize as de plástico. Faça uma campanha para reduzir o atual consumo exagerado de sacolas de plástico.

- Não aceite a facilidade de comprar talheres e pratos de plástico descartáveis.

- Uma grande porcentagem do lixo é constituída de papel. Convença seus vizinhos, em sua comunidade da igreja ou em seu trabalho, para instalarem recipientes para reciclagem. Cada tonelada de papel reciclado economiza 400 galões (cerca de 16 mil litros) de petróleo.

- Uma lata de alumínio leva duzentos anos para se decompor. Se for reciclada, estará novamente pronta para uso em 60 dias.

- As garrafas de plástico de água e de refrigerante levam mil anos para se decomporem. Não as compre se não houver reciclagem.

Economia de energia

- Prefira o uso da bicicleta para trajetos curtos e o transporte público para os compridos.

- Compartilhe o uso de seu veículo em seus deslocamentos diários.

- No inverno, isole eficazmente os cômodos de casa para evitar consumo desnecessário de calefação.

- Utilize lâmpadas de baixo consumo.

- Apagar (completamente) os aparelhos eletrônicos durante a noite e períodos em que não serão utilizados. Fazer o mesmo com as copiadoras, os televisores... em espera (*stand by*).

Fomentar o naturalismo

- Estimule o conhecimento dos lugares naturais próximos, assim como dos animais e das plantas lá existentes.

- Estimule o uso tradicional das plantas silvestres. Apoie a recuperação e a difusão do conhecimento sobre suas propriedades.

- Plantar uma árvore, celebrando com os amigos e familiares. Com os anos, sua sombra e sua presença nos recordarão os amigos e familiares.

Vida sadia e consumo responsável

- Não exagere com o uso do adubo. O excesso acaba nos prejudicando, porque danifica a qualidade da água e dos sistemas naturais aquáticos.

- Evite pesticidas. Sua presença em nosso corpo ou nos ecossistemas sempre gera problemas. O controle biológico pode ser uma alternativa.

- Priorize, em princípio, a compra de alimentos locais e próprios da estação. Assim, se economiza o transporte e ajudam-se os produtores próximos.

- Ao comprar, preste atenção na composição dos alimentos, selecionando os que usam menos conservantes e substâncias sintéticas.

- Coma menos carne. O atual consumo em algumas regiões do Planeta não se torna possível para toda a humanidade. Não é necessária nem mais sadia.

- Exija condições sadias no lugar de trabalho, e medidas preventivas em caso de ruídos, gases, etc.

- Favoreça a diminuição da publicidade.

- Se a distância for curta, ande a pé. Muitas viagens (em veículos) podem ser evitadas. Você economizará dinheiro e ainda ajudará sua saúde.

- Abaixar um grau no aparelho de ar-condicionado pode significar economia de 10% de energia...

- Não é mais limpo quem limpa mais, mas quem suja menos.

Participação/implicação

- Informe-se sobre a gestão dos espaços naturais, próximos de nossa casa e/ou lugar de trabalho.
- Procure pessoas, comunidades e entidades próximas onde possa comunicar às pessoas sua (nossa) opinião sobre a conservação dos espaços naturais.
- Participe de órgãos e/ou de foros onde se decida ou simplesmente se formulem as políticas públicas que afetam a conservação da natureza.
- Tome uma posição ativa sobre as propostas de políticas a respeito dos espaços naturais próximos.
- Cultive na internet redes de confiança e reciprocidade: fortaleça o capital social nas comunidades rurais que se fundamentem em sites de confiança, reciprocidade e cooperação.
- Sem sacrifícios, não salvaremos o Planeta.
- Interrogue-se para saber sobre o que você pode fazer pelo Planeta.

Ecologia mental

- A humanidade tem necessidade de encontrar uma nova forma de vida e de pensamento que não se oponha ao Planeta, mas que se una a ele com harmonia e mútuo proveito. Colabore. É questão de vida ou morte.
- Supere o antropocentrismo: deixe de pensar – e ajude aos demais nesse sentido – que o ser humano é o dono do mundo e que pode fazer o que quiser com os animais, as plantas e os recursos naturais.
- Deixe de pensar que somos inteiramente diferentes dos animais, porque supostamente vimos de «cima», ou em todo caso «de fora», ou porque somente nós temos alma ou inteligência... Pense que não viemos nem de cima nem de fora, mas de baixo e de dentro. Somos a flor da evolução, pó das estrelas, o resultado último de um processo ancestral milenário... e que os chimpanzés, por exemplo, partilham conosco 98% de seu genoma...
- Quando se fala de algo «sobrenatural» no mundo, isso não pode ser instalado em um plano exterior, metafísico, superior, como se estivesse no segundo andar de um prédio ou em uma casa comercial... Quando falamos que existe algo mais que a pura superfície que vemos, tem de ser algo que esteja presente na própria realidade, em sua essência mais profunda... O melhor da realidade não pode estar fora, ou acima, ou mais além, mas aqui mesmo, mais dentro...
- Se você é dos muitos/as a que de fato nos ensinaram a viver de costas para a natureza, pensando

que éramos algo à parte, diferente e superior, que podíamos nos contaminar com esse mundo, abra em sua vida um tempo de reconciliação com a Terra, com a natureza e consigo mesmo. Busque alguns livros, poucos mas bons, para mudar seus pensamentos a respeito e «converter-se» à natureza.

- O sagrado se encontra no nível mais profundo de cada um de nós. Espiritualidade é estar em contato com esse centro e nos sentirmos energizados por ele.

- Se você é crente, descubra que a imagem tradicional que representou a Deus fora do mundo (em um suposto céu), como um ancião venerável, «Senhor onipotente», legislador vigilante... não é mais do que um modelo de representação próprio de tempos antigos, quando pensávamos o mundo da forma como a imaginaram Aristóteles e Platão, mas que hoje as novas ciências nos permitem sentir/pensar de maneira diferente a Divindade da mesma Realidade...

- Surpreenda-se com a boa notícia da falsidade de muitos dualismos: matéria/energia, corpo/alma, terra/céu... Aprofunde as implicações que pode ter para sua vida o descobrimento de que tudo está holisticamente implicado...

- Especialmente na América Latina, devemos passar de uma espiritualidade preocupada somente pela justiça inter-humana (econômica, social, de gênero...) para outra, sensível também à natureza e à Terra.

- Informe-se sobre a emergência urgente na qual se encontra o Planeta, de somente alguns anos de prazo (talvez menos de 20) para frear o acúmulo de CO₂ na atmosfera e evitar um aquecimento de mais de 2 graus, limite cuja ultrapassagem seria catastrófica e letal para a vida; e tome uma atitude consequente.

- Procure buscar uma espiritualidade centrada na natureza, que capte a espiritualidade do cosmos, e o faça sentir-se Cosmos em evolução, Terra que pensa e que ama, parte da *Gaia* (divindade grega = Terra) viva... Descubra como tudo isso não contradiz sua própria religião, mas a enriquece.

- Precisamos nos conscientizar de que a natureza é o primeiro lugar em que aparece o sagrado.

- Pensar planetariamente a agir localmente.

- Livre-se do mito do crescimento porque sim...

Não se trata de «crescer», mas de «desenvolver-se», ao mesmo tempo em que decrescemos em consumo desnecessário.

(Anote outros itens específicos para você).