

BONDAT I SOLIDARITAT

NEWSLETTER N. 7 – 23 DE DESEMBRE 2022



Quant pesa un floc de neu?
Res, però pot trencar una branca.
Som bells i fràgils flocs de neu.
I, potser, només falti la teva veu,
la meua veu, la nostra veu,
perquè la bondat, aquest ADN del cor,
s'obri camí.

Soler & Conangla - Bondat en Acció

EDITORIAL

SENTIR-NOS ALGÚ PER A ALGÚ

Escriu Leticia Soberón que tots necessitem sentir-nos "algú" per a algú.

Perquè vivim en un món que tendeix a la despersonalització, que va massa ràpid, que intenta simplificar-ho tot i defuig matisos i diversitat... i en un món així no hi ha temps per ser tendre, per atendre, acompanyar o cuidar amorosament els altres.

No és estrany, doncs, que cada cop més persones se sentin soles vivint en companyia, o soles vivint una solitud no desitjada.

Hi ha qui sent que "no existeix" perquè sent que *no és algú per a algú*.

I és que necessitem ser vistos pels altres, però no ser-ho de qualsevol manera. Necessitem una mirada tendra i compassiva, una mirada que ens abraçi, que ens accepti en la nostra diversitat; necessitem una mirada exempta de judici, que ens aprecii i ens deixi l'espai necessari per ser i "fer-nos".

D'això i molt més tracta la bondat en acció.

Si l'Institut de la Bondat en Acció existeix és gràcies a tots vosaltres, membres dels Observatoris de Mèxic i Barcelona, facilitadors, coordinadors i equip impulsor. Sou persones que "es miren i saben veure's", que senten interès unes per les altres i s'orienten activament a generar benestar emocional en els qui els envolten; persones generoses que dediqueu temps, coneixements i amor per sembrar aquest valor essencial.

A la vida tot comença amb una llavor que conté el potencial per arribar a ser alguna cosa més gran i bella. I hi ha llavors, com la de la bondat, que requereixen molts cultivadors, moltes ments, cors i mans per a cuidar-les i així poder fer que, aquest ADN del cor que tots portem dins, desperti i es desplegui il·luminant vides.

A tots i totes vosaltres, que cultiveu aquest art de saber mirar i veure aquesta potencialitat que els éssers humans portem dins... tota la meua gratitud i amor.

Jaume Soler Lleonart – Institut de la Bondat en Acció



REFLEXIONS



TU, JO I LA HUMANITAT

Revista Valors <https://valors.org/>

Hi ha notícies que ens repelen. Homes decapitant a altres homes. Homes violant a dones. Homes autoimmolant-se en mercats i sales de concerts. Joves disparant indiscriminadament en universitats. La llista és llarga. Però totes aquestes accions tenen una cosa en comú: el protagonista de la història és un home. Un ésser de la nostra mateixa espècie que ens sorprèn per la seva crueltat.

Per altra banda, en canvi, de vegades hi ha notícies que ens emocionen pel seu alt grau de compassió, solidaritat, empatia. Homes disposats a sacrificar-se pel benestar dels altres. En aquest sentit, també serien centenars els actes d'altruisme que podríem exposar. I, doncs, com descriure l'humà si tan és capaç de cometre actes que ell mateix descriuria d'humans com d'inhumans?

La humanitat evoluciona. Per exemple, gràcies a la lluita de moltes persones alguns valors han esdevingut drets. Amb el temps, individualment i col·lectivament, hem après a ser humans, però mai ens hem desempallegat de la part fosca de la nostra espècie. Al final de la Primera Guerra Mundial tothom va perjurar que la història no es repetiria, però anys més tard els soldats tornaven a morir al cor d'Europa i a diferents punts del planeta. I, des d'aleshores, les guerres han estat continues. Potser ens hem de rendir a l'evidència que l'home és un ésser de clarobscur, però no podem deixar de treballar perquè els valors positius siguin majoritaris.

L'home, que s'autodefineix com un ésser intel·ligent i emocional, és capaç de cometre accions de barbàrie contra la seva pròpia espècie que fins i tot un animal, basant-se en l'esperit de defensa i protecció de la manada, no faria. És evident que el fet de reconèixer-nos humans ens aproxima, però de vegades la imatge no és suficient, hi ha molts altres elements que ens separen: la religió, la cultura, les fronteres, etc. Per això ens preguntem: És possible establir uns valors mínims definitoris de la condició humana assumibles i defensables per totes les grans cultures i cosmovisions del món amb la voluntat de construir una noció conjunta d'humanitat? La Declaració dels Drets de l'Home va ser un intent en aquest sentit, però potser ha arribat el moment de fer un pas més o reivindicar seriosament un text que sovint no es contempla.

Segurament plantegem més preguntes que respostes, però el camí de la humanització de la humanitat és llarg i infinit i en aquest moment, quan es torna a parlar de xoc de civilitzacions, creiem necessari preguntar-nos: què tenim en comú els éssers humans? Realment és possible parlar d'Humanitat?





JUSTIFICANT “LA SOLIDARITAT... UN BON REMEI!”

El 20 de desembre, se celebra el Dia Internacional de la Solidaritat Humana.

Segons l'ONU, el Dia Internacional de la Solidaritat Humana és un dia: per a celebrar la nostra unitat en la diversitat; per a recordar als governs que han de respectar els seus compromisos amb els acords internacionals; **per a sensibilitzar al públic sobre la importància de la solidaritat**; per a fomentar el debat sobre les maneres de promoure la solidaritat per a l'assoliment dels Objectius de Desenvolupament Sostenible, entre altres, l'objectiu de posar fi a la pobresa, etc.

Per què vaig decidir fer, i continuo fent des de fa gairebé nou anys, l'obra “La solidaritat... un bon remei!”? “Per a sensibilitzar al públic sobre la importància de la solidaritat” i perquè gairebé tothom “posseïm sentiments nobles” que, moltes vegades, tenim “adormits, oblidats o inactius”. Massa sovint necessitem que, aquests sentiments, algun fet “ens els desperti, ens els recordi o ens els activi”.

Aquests fets poden ser esdeveniments públics o personals, bons o dolents, que ens fan reaccionar amb *emoció*, *compassió*, *solidaritat*, *fraternitat*, *companyonia*, *comprensió*, *benevolència*, *altruisme*, *bondat*, *caritat*, *cooperació*, *generositat*, *honestedat*, *responsabilitat*, *tolerància*, o *altres valors ètics*. Aquests “esdeveniments” poden ser tant el comportament, amb molta transcendència, d'una persona o comunitat que surt per la televisió, com un fet que passa a la nostra família o entorn.



Però, de fet, per a activar els nostres bons sentiments, no cal pas que passin fets importants, moltes vegades n'hi ha prou amb llegir un bon llibre, veure una pel·lícula amb valors, escoltar una cançó emotiva, admirar una obra d'art o un paisatge, mantenir una bona conversa, etc.

I això és el que pretenc amb l'obra “La solidaritat... un bon remei!” en les seves diverses versions (revistes, blogs i xarxes socials): “activar les nostres emocions”, a més d'aportar una mica de cultura i esbarjo, mitjançant una recopilació de vides i esdeveniments exemplars, reflexions, contes, frases cèlebres, humor, iniciatives, fotos, vídeos, conferències, documentals, escenes de cinema, PowerPoints, cançons, etc., relacionats tots ells amb la solidaritat i altres valors. Moltes gràcies per seguir-me!

Enric Segarra





ACTES DE BONDAT

La història de la Norma, la mestra que es va jubilar i no va poder deixar l'aula. (20-9-2022)

<https://www.lavoz.com.ar/ciudadanos/la-historia-de-norma-la-maestra-que-se-jubilo-pero-que-no-pudo-dejar-el-aula/>

El fruit de l'honradesa: la dona que va trobar i va retornar 500 euros a Cerro-Amate ha estat contractada en una empresa. (29-9-2022)

<https://cadenaser.com/andalucia/2022/09/29/el-fruto-de-la-honradez-la-mujer-que-encontro-y-devolvio-500-euros-en-cerro-amate-ha-sido-contratada-en-una-empresa-radio-sevilla/>



El solidari gest d'una nena de 4 anys per ajudar en la lluita contra el càncer. (3-10-2022)

https://www.lasexta.com/programas/arustys/solidario-gesto-nina-4-anos-ayudar-lucha-cancer_20221003633abe05cff9ff000139127a.html

Al veure aquests nens, la dona de 27 anys sent pena.

<https://www.youtube.com/watch?v=Jz6tqdikpEI>



Diversos actes de bondat captats per les càmeres 04.

Actes de bondat que restauraran la teva fe en la humanitat.

<https://lasolidaritatunbonremei.com/2022/12/03/diversos-actes-de-bondat-captats-per-cameres-04/>



PERSONES SOLIDÀRIES

GIOVANNI FALCONE

Giovanni Salvatore Augusto Falcone va néixer a Palerm (Sicília-Itàlia) el 18 de maig de 1939 i va morir assassinat per la màfia italiana, també a Palerm, el 23 de maig de 1992. Falcone va ser un famós jutge que va lluitar intensament per acabar amb la màfia, fins i tot després d'haver sofert un altre atemptat fallit el 1989.

A Falcone el van assassinar fent esclatar 500 quilograms d'explosius col·locats sota l'autopista que uneix l'aeroport de Palerm, que avui porta el seu nom i el del seu successor Paolo Borsellino, amb la capital. Va ser tan forta l'explosió que la van registrar uns instruments de control sísmic. Amb Falcone van morir la seva esposa Francesca Morvillo (també magistrada) i tres membres de la seva escorta.

Falcone va destacar moltíssim per la seva labor contra la màfia italiana, lliurant una "guerra" contra les institucions, el poder corrupte i la indiferència de la societat italiana, que llavors mirava cap a un altre costat. La seva mort va ser una venjança pels anys de persecució judicial a la màfia i la detenció de nombrosos "capos" promogudes per ell. Però la seva mort també va ser el símbol d'una època convulsa de la història italiana, amb encara un poder immens de la màfia... (Segueix a l'enllaç)

<https://lasolidaritatunbonremei.com/2021/12/11/giovanni-falcone/>

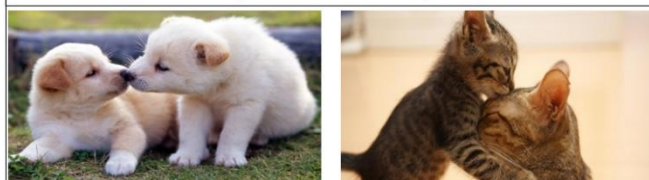
BENEFACTORS DELS ANIMALS



Tothom participa en la humidificació d'aquest animal.



Voluntaris netejant un pelicà que havia quedat cobert de petroli.



- No hi ha millor psiquiatre en el món que un cadell llepant-te el rostre. *Ben Williams*
- Encara que no aconseguixis veure la collita, sembla llavors amb cada acte de bondat. *Ella Wheeler Wilcox*

BONES PRÀCTIQUES

ASSOCIACIÓ D'AMICS PER LA DEFENSA DELS ANIMALS DEL Penedès (ADAP)

Després de la meua visita durant el mes de novembre a ADAP, on, des del primer moment tant José i Patricia, com els voluntaris i els 30 amorosos peluts em van fer sentir com a casa; vaig decidir fer-me voluntària. A més de col·laborar fent diverses tasques a la protectora, vaig decidir acollir a casa a una gossa que procedia d'un decomís per maltractament per part d'un caçador.

I us puc transmetre amb plena seguretat, que quan la bondat passa de ser un valor pensat a un valor viscut i posa't en acció a ADAP, el sentiment de plenitud i benestar que un sent és realment guaridor.

A ADAP acompanyem als animals a comprendre que ells també són mereixedors d'amor i respecte.

En cas de voler rebre més informació, formar part de l'equip de persones voluntàries, fer-te soci o sòcia, lliurar material, ser casa d'acolliment o adoptar, podeu visitar la web d'ADAP Penedès i contacta amb nosaltres.

Amanda Lozano, membre de l'equip impulsor Institut de la Bondat en Acció.

<https://adap-penedes.org/>

https://www.youtube.com/watch?v=D_amqVgNggs



CAMPANYA “HAZ POR MÁS”

Moltes persones de la nostra societat tenen intenció de donar suport a una causa social, però no disposen de temps per a ajudar, o no saben a qui o com fer-ho i amb el pas del temps, la bona intenció es dilueix.

El passat mes d'octubre es va inaugurar la campanya “Haz por más” un projecte liderat pel nostre company de l'Observatori de la bondat Mèxic, Roberto Solano.

“Haz por Más” es un fons de la Fundación Comunitaria Puebla que opera, inicialment, a la Ciudad de Puebla per a impulsar i donar seguiment a les necessitats de la Societat; amb l'objectiu de recolzar a grups vulnerables amb assistència en projectes que tinguin impacte en ecosistemes com: Educació, Salut, Desenvolupament comunitari, Assistència social, Art i Cultura.

És una campanya social permanent i no excloent a on els restaurants que participen designen dues taules, anomenades “mesas con causa”, d'on el 15% del consum en aquestes taules l'aporten com a donatiu a la Fundación Comunitaria Puebla, qui els hi fa entrega d'un rebut deduïble d'impostos per la quantitat. Amb aquests diners es dona suport a causes socials de la comunitat, les quals, a més a més de rebre els diners obtenen visibilitat.

Per a més informació podeu contactar amb Roberto Solano i Marisol Solano.

<https://www.hazpormas.com/>

<https://www.youtube.com/watch?v=jJEfKZ8A5DI>

direccion@hazpormas.com

BONES NOTÍCIES

La Unió Europea prohibeix la importació de béns que causen deforestació. (7-12-2022)

<https://lacarabuenadelmundo.com/union-europea-prohibe-importacion-bienes-causen-deforestacion/>



Més de 2500 localitats de tot el món participen en 'Ciudades por la Vida' contra la pena de mort. (30-11-2022)

<https://www.es.amnesty.org/en-que-estamos/noticias/noticia/articulo/mas-de-2500-localidades-de-todo-el-mundo-participan-en-ciudades-por-la-vida-contr-la-pena-de-muerte/>

'Un Juguete, una Ilusión': nens i nenes de 2 camps de refugiats a Jordània reben 30.000 joguets. (1-12-2022)

<https://www.rtve.es/rtve/20221201/juguete-ilusion-ninos-ninas-2-campos-refugiados-jordania-reciben-30000-juguetes/2410671.shtml>

Un enginyer francès inventa un sistema per potabilitzar aigua en qualsevol part del planeta. (9-12-2022)

<https://lacarabuenadelmundo.com/inventan-un-sistema-para-potabilizar-agua-en-cualquier-parte/>

Aumenten els testaments solidaris. (13-11-2022)

<https://www.rtve.es/play/videos/telediario/aumentan-testamentos-solidarios/6735099/>

ALTRES SOLIDARITATS

UN SOPAR DE NADAL

Maria Coll – Revista Valors <https://valors.org/>

Fins i tot en el marc de la Segona Guerra Mundial, un conflicte que va deixar un balanç de cinquanta milions de víctimes, la meitat de les quals eren civils, i durant el qual es van destruir ciutats senceres, hi ha històries d'esperança.

Era el 1944. Feia pocs dies, el 16 de desembre, havia començat la Batalla de les Ardenes. Una de les més grans ofensives alemanyes de finals de la Segona Guerra Mundial.

Tot i que encara dominava bona part d'Europa, la situació per a Adolf Hitler no era bona. El juny les tropes aliades havien desembarcat a les platges de Normandia, els anglesos havien conquerit la ciutat belga d'Anvers i els soviètics, des de l'altra banda, avançaven cap a Alemanya a través del riu Vístula (Polònia)... (Segueix a l'enllaç)

<https://lasolidaritatunbonremei.com/2021/10/09/un-sopar-de-nadal/>



VÍDEOS

SÉ TÚ MISMO

Este cuento nos invita a buscar dentro de nosotros mismos eso talentos con los que podemos aportar a los demás y dar belleza al mundo que habitamos...

<https://www.youtube.com/watch?v=qIOSXb9IJzk&t=27s>

DE TODO, UN POCO

Que tengas de todo un poco...

Sensibilidad: Para no ser indiferente ante las bellezas de la vida.

Coraje: Para colocar la timidez de lado y poder realizar lo que deseas...

<https://www.youtube.com/watch?v=IQ-UpNYiQ0k&list=PLCiK7zXZkfUXBd2XrhqUciGSP79DRp-T&index=14&t=2s>

RECURSOS AMB VALORS

CANÇONS

LA MARE

El nen és petit i mig adormit la mare, se'l mira i junt al bressol no el deixa mai sol joiosa sospira	I vetllant el seu son amb amor ella pensa tranquil·la i ditzosa el meu fill val un món i un tresor, i l'adorm tot cantant-li amorosa...
--	--

<https://lasolidaritatunbonremei.com/2021/05/01/50-03-084-la-mare/>

Videoclip LA LLAVOR

Quan plagui a Déu i sigui ferm el nostre enllaç als ulls del món,	t'entregaré una llavor que fa un munt d'anys t'estic guardant...
--	---

<https://www.youtube.com/watch?v=4d1y7wSUYL8&list=PLCiK7zXZkfUVErBx-W-p8wYKlhUUo2jBZ&index=9&t=32s>

PEL·LÍCULES

ESCENA DE "MATAR A UN RUISEÑOR"

Adaptació de la novel·la homònima de Harper Lee. En l'època de la Gran Depressió, en una població meridional, Atticus Finch (Gregory Peck) és un advocat que defensa a un home negre acusat d'haver violat una dona blanca...

<https://www.youtube.com/watch?v=5Vj4XPHe4WU&list=PLCiK7zXZkfUV6vi7XQC56NWoiut4ftIP&index=7&t=26s>



DILEMES ÈTICS

DILEMES ÈTICS – Soraya Hernández – Revista Valors –
<https://valors.org>

La Mariona té nou anys i ara fa uns mesos que els seus pares biològics l'han reclamat. Ella no vol separar-se dels que considera els seus veritables pares, però la jutge l'obliga a fer-ho. Com afectarà aquesta decisió a la Mariona?... (Segueix a l'enllaç)

<https://lasolidaritatunbonremei.com/2022/09/17/un-cas-dacolliment-pre-adoptiu/>



UN CAS D'ACOLLIMENT PRE-ADOPTIU



MISSATGES AMB VALORS



Aquell que no agraeix un petit favor, no n'agrairà un de gran. *Mahoma*

Un home orgullós poques vegades és agraït, perquè pensa que tot s'ho mereix. *Henry Ward Beecher*

Qui rep el que no mereix, poques vegades ho agraeix. *Francisco de Quevedo*

Aquell que rep un benefici, mai ha d'oblidar-lo; aquell que l'atorga, mai ha de recordar-lo. *Pierre Charron*



La covardia fa la pregunta: és segur?

La conveniència fa la pregunta: és polític?

La vanitat fa la pregunta: és popular?

Però la consciència fa la pregunta: és correcte?

I arriba un moment en què hom ha de prendre una posició que ni és segura, ni política, ni popular. Però hom l'ha de prendre perquè és la correcta.

Martin Luther King

Text extret del llibre "Desobediencia emocional"

M. M. Conangla i Jaume Soler. Amat Editorial

Tot l'equip que fa possible el projecte de Fundació Ecologia Emocional: fundadors, patronat, direcció i gestió, formadors i voluntaris, us desitgem un Bon Nadal i un 2023 replet de bones preguntes i millors respostes.

Que la claredat de ment i de cor faci possible que, com a persones i societat, prenguem les decisions que facin possible deixar empremtes d'amor per la vida i humanitat.

L'INGREDIENT D'AQUEST MES ÉS

2. DIVERSITAT



INGREDIENTS DE LA BONDAT

El millor que el món té està en els molts mons que el món conté, les diferents músiques de la vida, els seus dolors i colors: les mil i una maneres de viure i dir, creure i crear, menjar, treballar, ballar, jugar, estimar, patir i celebrar. *Eduardo Galeano*

Podem intentar tancar les ferides obertes de la nostra mare Terra i fer passos per a protegir les espècies en perill d'extinció i a les quals, afortunadament, encara no ho estan. Podem reconciliar-nos amb la diversitat d'éssers, i veure la seva singularitat com una font de riquesa.

Què seria de la música si només existís una nota? Com serien els paisatges si només existís un únic color? Cada persona té la seva pròpia melodia per a cantar i els seus propis colors de paisatge i tenim l'oportunitat de conèixer-los si ens acostem respectuosament a elles. Existeixen tants idiomes emocionals com humans a la terra. Ens perdrem la possibilitat d'aprendre'ls?

BONDAT EN ACCIÓ. Mercè Conangla i Jaume Soler. Editorial Amat.

EDITORS

El blog <https://lasolidaritatunbonremei.com/> d'Enric Segarra Bosch, és una recopilació de vides i esdeveniments exemplars, reflexions, contes, frases cèlebres, humor, iniciatives, conferències, fotos, vídeos, documentals, escenes de cinema, PowerPoints, cançons, etc., relacionats tots ells amb la solidaritat i altres valors humans, del qual es nodreix, en part, aquesta Newsletter. També hi ha una versió en castellà:

<https://lasolidaridadunbuenremedio.com/> Enric Segarra coordina Bondat i Solidaritat.



INSTITUT BONDAT EN ACCIÓ

Jaume Soler, Xavier Guix i Mercè Conangla són els creadors de l'**Institut Bondat en Acció** de la **Fundació Ecologia Emocional** del qual neixen dos Observatoris: Barcelona i Mèxic, liderats per Iolanda Gasques, Liana Cerati i José Luis Vieyra. La seva missió és posar el focus en la bondat com a valor imprescindible per a la supervivència, benestar i qualitat de vida de tot ésser viu, humà, animal o planta. Educar en l'amor i en la cura a la vida és un dels nostres objectius clau. Aquesta Newsletter és una de les accions proposades. Esperem que ens ajudeu a sembrar aquestes llavors en moltes persones.

<https://www.fundacioecologiaemocional.org>

<https://www.fundacioecologiaemocional.org/institut-bondat-en-accio/>

[@institutodelabondadenaccion](https://www.instagram.com/institutodelabondadenaccion)

