

BONDAT I SOLIDARITAT

NEWSLETTER N. 16 – 24 DE NOVEMBRE 2023



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

BONDAT EN ACCIÓ

Xavier Guix – Institut Bondat en Acció

Parlar sobre la bondat en temps bèl·lics i de compulsió social, de polaritzacions i de símbols i discursos que desempolsen el passat, pot semblar fins i tot una broma.

Tota bondat s'atribueix a aquests bonistes il·lusos, allunyats de la realitat. No proposem accions clarament ofensives o defensives i generem falses esperances que distorsionen el focus real del problema.

A qui interessin aquests arguments? Als que prefereixen convertir els conflictes en postures identitàries que cal protegir, sigui com sigui i a qualsevol preu. D'aquesta manera, s'imposa la diferència, s'especula amb la por i s'afirmen els fonamentalismes.

Des del nostre Institut el punt de vista és un altre:

1. L'únic resultat de les confrontacions és conegut: generació de més odi i ressentiment que, a més a més, es perpetua per generacions.

2. Malgrat els ensenyaments de la història, encara no hi ha prou consciència per explorar un nou paradigma que tendeixi a buscar la unitat, a comprendre la interdependència i comprometre's amb valors humans orientats a fer el bé.

3. Tot i que gran part de la humanitat ha interioritzat la bondat com el bé suprem, no passa el mateix amb molts representants d'institucions polítiques, econòmiques i socials l'únic objectiu dels quals és el poder.

Aquest Novembre, en què celebrem el dia Internacional de la bondat, recordem que no és un principi bonic, sinó la clau de la solució de tots aquests conflictes. No té res d'ingènua, ni de vaporosa. La bondat, assenta la seva acció a fer el bé, però prèviament s'ha d'interioritzar, s'ha d'assentar al cor de les persones.

En aquest Institut tenim llargues llistes d'accions que ajuden a viure més pacíficament, amb més autenticitat, fent tot el bé possible. Desitgem participar activament i amb propostes concretes sobre com podem aconseguir el major bé possible, per a la majoria de persones d'aquest planeta. La bondat és urgent perquè, cop a cop, anem perdent el sentit de la nostra humanitat i la seva essència que és l'amor.

REFLEXIONS



EMOCIONS, TECNOCRÀCIA I POPULISME

Francesc Amat – Revista Valors <https://valors.org/>

Cada vegada està més acceptada la idea que un bon número de votants orienten els seus vots en funció de les emocions. Fins al punt que la racionalitat o els interessos personals serien secundaris. L'elecció de D. Trump, el Brexit al Regne Unit i el creixement de partits populistes a molts països europeus fa créixer inexorablement el tòpic segons el qual el comportament electoral de molts votants no és racional sinó profundament volàtil, emocional i poc informat.

La combinació de la crisi econòmica i la resposta tecnocràtica de molts governs ha afavorit el contrast, interessadament exagerat, de dues alternatives. Com si només aquests dos escenaris fossin possibles. Per un costat l'escenari amb partits i governs tecnòcrates, centrats a oferir garanties d'estabilitat política i econòmica. Per altre costat l'escenari amb partits populistes, que sovint exploten les emocions com a recurs electoralista.

Dic que aquest és un contrast exagerat perquè cap d'aquests dos extrems és raonable. Perquè fins i tot les propostes polítiques més centristes i moderades han d'afrontar tard o d'hora dilemes. És a dir, han de triar entre satisfer alguns votants i enfadar-ne d'altres. Mentre que els partits populistes, especialment quan els toca governar, arriba un moment que inevitablement han de sacrificar la seva puresa ideològica i acceptar els límits de les seves promeses electorals.

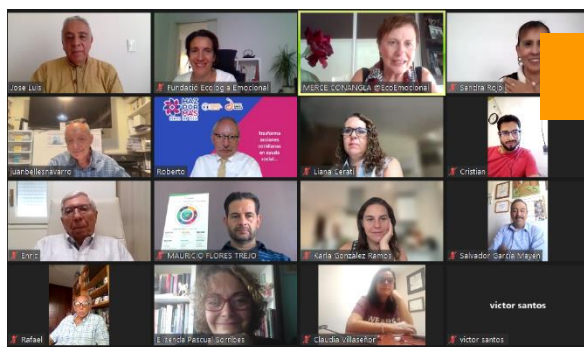
El problema de fons, en tot cas, és atribuir una lògica excessiva a les emocions. Perquè sovint les emocions són més una conseqüència que no pas una causa dels malestars que travessen les societats. De manera que no seria raonable ni voler ofegar les emocions (resposta tecnocràtica) ni tampoc sobredimensionar-les (resposta populista).

Alguns estudis recents assenyalen que la deriva cap a referències més autoritàries d'alguns votants s'explica pel creixement de la inseguretat i vulnerabilitat econòmica. De la mateixa manera, altres estudis han mostrat com la percepció d'una creixent marginalització i estancament econòmic podria explicar el decantament cap a opcions xenòfobes. Les emocions, doncs, sovint no són atzaroses sinó que acostumen a tenir arrels profundes en el propi sistema econòmic.

El perill real d'una democràcia emocional, doncs, seria defugir les causes que expliquen les pròpies emocions. Dit d'una altra manera, allò preocupant no seria l'autoritarisme d'alguns votants sinó la percepció de vulnerabilitat econòmica que explica aquest autoritarisme o xenofòbia. De fet, donat que tot procés democràtic suposa confrontar i contraposar ideologies i preferències, és inevitable que la democràcia tingui un component emocional.

Seria absurd esperar que la confrontació democràtica estigui exempta de qualsevol emoció i sigui racional. Ara bé, tampoc és desitjable que el procés democràtic estigui dominat per les emocions. Seria bo que els partits donessin resposta a les causes de les emocions més que no pas a les pròpies emocions. Perquè, al cap i a la fi, el que no ha de ser de cap manera una democràcia és excessivament moralista. És massa fàcil i un exercici de peresa intel·lectual atribuir motivacions només emocionals als votants. El repte de veritat és saber donar una resposta creïble a les causes d'aquestes emocions.

La conclusió és, doncs, que quan les emocions prenen massa rellevància vol dir que el vincle demanda-resposta entre votants i partits polítics – que és el cordó umbilical de tota democràcia representativa – no està funcionant adequadament.



BONES PRÀCTIQUES

Ya hace más de dos años que iniciamos estos espacios de observación y acción en México y Barcelona, llevamos un camino recorrido y unos ingredientes sembrados y, paso a paso, vamos viendo germinar y crecer estas semillas, convertirse en frutos de Acción, avanzando por el camino

iniciado por Jaume Soler y Mercè Conangla, maestros y referentes. El pasado 28 de septiembre tuvimos la oportunidad de poder compartir espacio de cocreación y enriquecimiento mutuo.

A esta sesión conjunta nos dio la bienvenida Mercè Conangla. Gracias, Mercè, por estar siempre cerca, por acompañarnos e invitarnos a ser motor de Acción.

¿Qué hicimos en esta sesión compartida?

Para nosotros y nosotras todo empieza por cada uno, no podemos observar fuera si primero no observamos dentro. Realizamos nosotras primero la actividad que, a posteriori, compartiríamos con diversas organizaciones con motivo del día Mundial de la Bondad.

¿En qué consistió esta práctica?

Iniciamos la sesión de trabajo planteándonos unas preguntas que nos llevaron a la reflexión y a la práctica conjunta. **Si fueras un ingrediente de la Bondad en Acción, ¿Cuál serías? ¿Cuál te representa más o es el ingrediente activo que más compartes en tu día a día?**

El ingrediente más compartido o activo en nuestro día a día fue la **Gratitud**, seguido de la **Cultura de Paz**, **Belleza** y **Ecobondad**.

¿Qué ingrediente tiene mayor incidencia? ¿y menor incidencia?

Observamos que todos los ingredientes estaban representados y que el que tenía **mayor incidencia** era la **Gratitud**. Los dos ingredientes con **menor incidencia** fueron la **Compasión** y la **Humildad**.

¿Cuál es mi función como observador y observadora para hacer visible los ingredientes que no lo están?

En el observatorio de Barcelona escogimos uno de los ingredientes con menor incidencia, la compasión, para realizar un trabajo conjunto, para preparar una receta con los ingredientes y el proceso de elaboración. Los resultados fueron los siguientes:

INGREDIENTES QUE NECESITAMOS: Empatía, Intersomos, lo que le pasa a los demás también me constituye. Todos somos uno, respeto por el proceso del otro, escucha activa, actitud de entender a la otra persona, poner límites, coraje, determinación, agilidad para pasar a la acción, autocompasión, empezar por uno mismo, autoconocimiento.

PROCESO DE ELABORACIÓN: Visibilizar referentes de la compasión en acción, ponerte al lado, acompañar a la otra persona desde su sentir, no juzgar, ir al paso de, aceptar el ritmo y el momento de la otra persona, respetar la decisión del otro, regar una planta que está seca.

Gracias a cada una de las personas compañeras de los Observatorios de Bondad en Acción por ser referentes de bondad y hacer posible la expansión de estas semillas bondadosas.

Iolanda Gasques – Institut Bondat en Acció



ACTES DE BONDAT

Historias de generosidad en ‘Enlazados’, el nuevo estreno de TVCanaria.

<https://rtvc.es/historias-de-generosidad-en-enlazados-el-nuevo-estreno-de-tvc/>

“Me encanta retribuir”: florería de Point Loma realiza pequeño acto de bondad al azar cada semana.

<https://www.telemundo20.com/noticias/local/me-encanta-retribuir-floreria-de-point-loma-realiza-pequeno-acto-de-bondad-al-azar-cada-semana/2335769/>



“Semana de Actos de Bondad”: estudiantes de CPS regalan bicicletas a otros alumnos.

<https://www.telemundochicago.com/videos/videos-noticias/sorprenden-a-alumnos-de-la-primaria-marsh-por-sus-actos-de-bondad/2335821/>

Santiago del Estero tiene un héroe: el gesto viral de un vecino con un hombre en situación de calle.

<https://viapais.com.ar/santiago-del-estero/santiago-del-estero-tiene-un-heroe-el-gesto-viral-de-un-vecino-con-un-hombre-en-situacion-de-calle/>



20 hermosos actos de bondad que nos demuestran que no todo en el mundo está perdido.

<https://buenamente.co/post/20-hermosos-actos-de-bondad-que-nos-demuestran-que-no-todo-en-el-mundo-esta-perdido/13870>





PERSONES SOLIDÀRIES

LA SOCIÒLOGA JANE ADDAMS

A finals del segle XIX, la ciutat nord-americana de Chicago (Illinois) era un pol d'atracció d'immigrants. Els nouvinguts s'agrupaven especialment a la zona oest de la localitat, entre els carrers Polk i Halsted. Només passejant una mica per aquesta zona de la ciutat la barreja de cultures i procedències era evident. Predominaven els jueus, els italians, els russos, els polonesos, els irlandesos, els alemanys i els grecs. Va ser en aquest context en el qual el 1889 va inaugurar-se la Hull-House, la primera institució social dels Estats Units dedicada als nouvinguts. Un centre inspirat amb la Toynbee Hall, ubicada al sud de Londres i fundada cinc anys abans per Samuel Barnett.

La Hull-House era un centre format per un total de tretze edificis. En aquest espai les persones arribades a la ciutat hi podien trobar educació, hi havia un jardí d'infància –on cuidaven dels nens mentre les mares anaven a treballar–, una escola d'arts i oficis, una biblioteca i una escola de música; una llar, oferien habitatges a baix cost; feina, hi funcionava una borsa de treball, així com serveis socials pels treballadors i les seves famílies; i, fins i tot, diversió i esbarjo, ja que també hi havia un cafè, un gimnàs, una piscina i un teatre... *(Segueix a l'enllaç)*

<https://lasolidaritatunbonremei.com/2021/05/22/benvinguts-a-la-hull-house/>

HISTÒRIES HUMANES

DOCUMENTAL “LOS ROSTROS DEL VOLUNTARIADO”

Documental que nos acerca a los voluntarios que dedican su tiempo y esfuerzo a ayudar a los demás. En España unos cinco millones de personas participan en estas labores.

Vivimos una época de fuertes cambios sociales y el voluntariado no es ajeno a todas estas transformaciones. Dentro de esta sociedad cambiante los voluntarios deben crear espacios de trabajo donde acometer las reformas necesarias en las diferentes áreas de la sociedad en las que incide y desea cambiar.

La heterogeneidad que caracteriza al mundo del voluntariado lo convierte en una sociedad democrática donde todas las personas que deseen pueden participar. Pero una de las características fundamentales del voluntariado es que tiene que estar organizado.

El documental *Los rostros del voluntariado* son las historias de ocho voluntarios que nos cuentan sus historias de vida y de acción solidaria. Todos ellos piensan que pueden cambiar el mundo "de a poquito" como decía Eduardo Galeano. *(Veure l'enllaç)*

<https://www.rtve.es/play/videos/documentos-tv/documentos-tv-rostros-del-voluntariado/2206327/>



BONES NOTÍCIES



Espanya vive el verano con menos incendios forestales de la década.

<https://www.cuentamealgobueno.com/2023/09/espana-vive-el-verano-con-menos-incendios-forestales-de-la-decada/>

Se ha llevado a cabo la mayor retirada de residuos del Pacífico.

<https://es-decirdiario.com/2023/09/se-ha-llevado-a-cabo-la-mayor-retirada-de-residuos-del-pacifico/>

Las bufandas 'abrazan' la muralla de Ávila para donar prendas de abrigo a los necesitados.

<https://cadenaser.com/castillayleon/2023/10/30/las-bufandas-abrazan-la-muralla-de-avila-para-donar-prendas-de-abrigo-a-los-necesitados-ser-avila/>

Más de 46.000 vallisoletanos salen a la calle para luchar contra el cáncer.

<https://diariodevalladolid.elmundo.es/articulo/valladolid/mas-46000-vallisoletanos-salen-calle-luchar-cancer/20231029125619484713.html>

Consum dona cerca de 4.770 toneladas de alimentos a colectivos vulnerables en lo que va de año.

<https://www.abc.es/espana/comunidad-valenciana/consum-dona-cerca-4770-toneladas-alimentos-colectivos-20230929115040-nt.html>

ALTRES SOLIDARITATS

10-12-2023: 75è aniversari de la DECLARACIÓ UNIVERSAL DELS DRETS HUMANS: La proposta SOLIDÀRIA més important de la història.

La idea que tots els éssers humans han de gaudir d'uns drets essencials i comuns ja es podia trobar a algunes de les antigues civilitzacions, doncs, d'una forma o altra, estava en la base de moltes religions, com per exemple en el cristianisme al proclamar que tots els homes són iguals davant Déu.

La primera "declaració de drets" coneguda (per dir-ne d'alguna manera) va ser el *Codi de Hammurabi*, redactat al voltant del 1775 aC. Aquest fou vist com un avenç, ja que concretava lleis i evitava que els forts imposessin els seus capricis als dèbils. Tot i així, aquest "codi de drets dels homes" no diu pas que tots els homes siguin iguals o lliures, sinó que proclama que els homes són desiguals: uns estan destinats a servir, uns altres posseeixen algunes llibertats i només els senyors poden regir ells mateixos les seves vides i gaudir de privilegis; també propugna la llei del Talió: ull per ull, etc.

<https://lasolidaritatunbonremei.com/2021/05/15/08-01-els-drets-humans/>



CANÇONS

VULL SER LLIURE

Vull ser lliure, vull ser lliure,
vull ser lliure, ara mateix (ara mateix).
I abans de ser un esclau
enterreu-me sota el fang
on es pugui viure en pau i llibertat...

<https://lasolidaritatunbonremei.com/2023/08/05/50-03-082-vull-ser-lliure/>

BON HUMOR

LA BUROCRACIA *Cantinflas*

Ustedes tienen un concepto muy equivocado de lo que es la Burocracia...

<https://www.youtube.com/watch?v=N7ytp-TFmmg>

RECURSOS AMB VALORS

VÍDEOS

Vídeo-cuento LAS OTRAS ALTERNATIVAS

Un cuento inspirador sobre la importancia de comprometernos plenamente con las decisiones que tomamos en la vida... *Claudia Villaseñor*

<https://www.youtube.com/watch?v=UrS6TOR93HY>

NATURALEZA MARTIRIZADA



No hay dos crisis separadas, una ambiental y otra social, sino una sola y compleja crisis socio-ambiental. TODO ESTÁ INTERCONECTADO...

<https://www.youtube.com/watch?v=WSNsEQFhrY0>



PEL·LÍCULES

Escena de ESTA TIERRA ES MIA

Albert Lory (Charles Laughton) es un profesor de escuela en una ciudad de un país indeterminado ocupado por el ejército nazi durante la II Guerra Mundial. Enamorado de su compañera de trabajo y vecina, la también profesora Louise Martin (Maureen O'Hara), Albert se siente frustrado al ser incapaz de declararse por su carácter acobardado. Esta cobardía es también motivo de burla de sus propios alumnos...

<https://www.youtube.com/watch?v=PmcOy5hoRUU&list=PLCiK7zXZkfUV6vi7XQCi56NWoiut4ftIP&index=4>



DILEMES ÈTICS

Soraya Hernández – Revista Valores <https://valors.org/>

Una dona nord-americana ha estat acusada d'un delictes de lascívia per ensenyar el tors nu als seus Fillastres. Qui ha de dictar les normes respecte a l'exhibició dels cossos de les dones?... (Segueix a l'enllaç)

UNA QÜESTIÓ DE PELL

<https://lasolidaritatunbonremei.com/2023/07/25/una-questio-de-pell/>





MISSATGES AMB VALORS



Qui compra el que és superflu no trigarà a veure's obligat a vendre el necessari. *Benjamin Franklin*

Diuen que només hi ha dos dies en què gaudeixes d'un vaixell. El dia que el compres i el dia que el vens. *De la pel·lícula Rocknrolla*

Escapa dels que compren el que no necessiten, amb diners que no tenen, per a agradar a gent que no val la pena. *Facundo Cabral*

DECISIONS DESADAPTATIVES

Hem assimilat missatges que ens asseguraven que consumint i posseint més seríem més atractius i seductors i que estaríem menys sols. En la recerca de l'èxit i el poder hem trepitjat els més desfavorits. Ens hem volgut convèncer que cadascú té el que s'ha guanyat a pols, i que els pobres potser ho són per selecció natural en un món regit per la llei del més fort.

Ens hem inventat pretextos per envair països i furgar els seus recursos naturals. N'hem desposseït tants! La nostra vida es fonamenta en massa gana i massa dolor. Com podem continuar vivint d'aquesta manera si no és mentint-nos a nosaltres mateixos i filtrant la informació perquè s'adapti a la mentida triada?

Hem cregut que les coses eren nostres, però ha estat al revés: les coses ens han posseït. Ens hem aïllat en llars confortables pensant que així seríem feliços, però aquesta atomització només ens ha fet sentir sols, perduts i infeliços. Hem callat tant, hem consumit tant, hem amagat tant i hem destruït tant!

Convençuts que el progrés industrial, científic i tecnològic podia ser infinit, n'hem ignorat les conseqüències desadaptatives, i hem provocat la degradació del medi ambient amb l'acumulació de residus tòxics que encara no sabem com eliminar. I dins d'aquesta espiral cada vegada més accelerada hem perdut el contacte amb la Terra, font de benestar i, encara pitjor, les relacions de qualitat amb els altres. Tota una cadena d'errors que és urgent que reparem.

REFERÈNCIA A L'ARTICLE SOBRE LA RETIRADA DE LA PENA DE MORT A GHANA PUBLICAT A BONDAT I SOLIDARITAT N. 14:

<https://www.es.amnesty.org/en-que-estamos/noticias/noticia/articulo/ghana-eliminar-pena-muerte/>

Sorprèn veure com encara en molts països del món (alguns no tan llunyans culturalment) es considera la pena de mort (retirar la vida a un ésser humà) com una opció legalitzada en les societats del 2023. Celebrem la decisió de Ghana i tinguem en compte la llista de països que encara compten amb ella (55 en 2020, segons Amnistia Internacional).

T'has preguntat algun cop quines accions o "delictes" porten a aquest fatídic final en les diferents parts del món on encara continua vigent la pena de mort?

Has pensat alguna vegada en què seria el contrari a condemnar una persona a la pena de mort en la nostra societat? Podria ser alguna cosa així com atorgar un elogi de vida?

I com seria concedir aquest màxim reconeixement institucional d'accions bondadoses?

I tu, què en penses?

Cristian Diaz – Observatori de la Bondat en Acció Barcelona

Si alguna d'aquestes preguntes t'acciona, et convidem que ens escriguis a:

observatoribondat@fundacioecologiaemocional.org

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/institut-bondat-en-accio/>

<https://www.fundacioecologiaemocional.org/es/>

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

