

# ALGUNES RECOMANACIONS DEL BLOG LASOLIDARITATUNBONREMEI.COM

<https://lasolidaritatunbonremei.com/>

Enric Segarra Bosch

(Annex al PDF “Índex de temes del blog”, amb enllaços per accedir directament als temes)

## QUÈ ÉS LASOLIDARITATUNBONREMEI.COM? (Tema 01.01.)

És un blog d'Internet amb una extensa recopilació de vides i esdeveniments exemplars, reflexions, bones notícies, contes, frases cèlebres, humor, iniciatives, conferències, fotos, vídeos, documentals, escenes de cinema, PowerPoints, cançons, etc., relacionats tots ells amb la solidaritat i altres valors, que es van publicant periòdicament en aquest blog i en un altre idèntic en llengua castellana. (Fins el 1-10-2025, compta amb 975 temes directes, i molts d'altres indirectes, publicats en 43 seccions).

Les fotos són alienes i els textos i audiovisuals molts aliens i uns quants propis. El blog no inclou publicitat ni té interessos econòmics, polítics o religiosos, essent una iniciativa totalment pròpia. S'adverteix que el nivell “intel·lectual” de l'obra és molt assequible, per a poder arribar a tothom, tingui l'edat i el nivell cultural que tingui.

Aquest blog és també una de les respostes a les meves inquietuds altruistes acumulades durant molts anys i que, per fi, puc realitzar gràcies a la meva nova situació de jubilat a partir del gener de 2014.

Pel que fa als propòsits del blog, a part de compartir una mica d'esbarjo, cultura, emocions i exemples molt diversos de solidaritat, es tracta de propiciar que les persones estiguem més informades i puguem aprofundir analíticament en la pobresa i les seves causes, així com en les altres desigualtats i problemes socials no menys importants, i que a partir d'aquesta presa de consciència puguem comprometre'ns en la seva transformació, encara que aquesta pugui ser molt elemental com, per exemple, desmuntar prejudicis dels quals a vegades no en som prou conscients però que, en certa manera, contribueixen a perpetuar molts d'aquests problemes.

I tant de bo que aquesta transformació anés més enllà com, per exemple, contribuir a: corregir les desigualtats socials, impulsar el desenvolupament humà a tot arreu, combatre la xenofòbia i el racisme, lluitar contra la violència en tots els seus vessants, defensar els drets humans, defensar el medi ambient, expandir la solidaritat, etc.

Nosaltres tenim la darrera paraula.

## “Presentació en vídeo del blog lasolidaritatunbonremei.com” (10'51”) (Tema 01.04.)

<https://lasolidaritatunbonremei.com/2020/04/18/presentacio-en-video-del-blog-la-solidaritat/>

## “Índex del blog en PDF” (Tema 01.03.)

<https://lasolidaritatunbonremei.com/wp-content/uploads/2024/09/index-del-blog-1-9-2025.pdf>

## INVITACIÓ A LA SOLIDARITAT

*(Part tema 02.01. La solidaritat, del blog)*

- Ser solidaris significa prendre consciència de que els fets poden ser diferents de com són, que les aportacions de qualsevol mena que un pugui fer serviran per a millorar la qualitat de vida d'aquelles persones que les necessiten... **hi estàs d'acord?**

- Es pot afirmar que les persones ajuden perquè són capaces de sentir i de posar-se a la pell dels altres... **t'hi pots posar tu a la pell dels altres?**
- A més, ajudar genera felicitat personal i col·lectiva... **vols participar d'aquesta felicitat?**
- Doncs... **sigues solidari!**

### **Solidari és aquell que pren consciència de que:**

- No tots tenim la mateixa "sort" o oportunitats, ja que el sol fet de néixer en un lloc o en un altre ja ens condiciona la vida.
- Tots depenem els uns dels altres.
- Tots tenim un gran potencial per oferir als altres.
- Allò que deixem de fer un de nosaltres, no ho farà ningú més.
- La societat ens necessita.
- No podem preveure el futur, però sí que podem preparar-lo, perquè està a les nostres mans. El futur serà, en gran part, el que en fem d'ell.
- Encara que sembli que no serveix per a res, algunes petites actituds poden canviar el nostre entorn. Si som solidaris amb els que ens envolten, es crearà una atmosfera solidària i ens imitaran.
- Etc.

*(Part tema 02.02. No tothom viu tan bé com nosaltres, del blog)*

- La fam és la màxima expressió de la desigualtat entre les persones i el fet de permetre-ho és una gran violació dels drets humans.
- Però la pobresa, o millor dit el subdesenvolupament humà, incorpora moltes més mancances i desigualtats que la fam, com ho són la manca d'educació primària, d'assistència sanitària, d'igualtat de gènere home/dona, de justícia, de llibertat religiosa, política o d'expressió, etc.
- Aquesta situació, que gairebé tothom coneix, és considerada per molta gent com a "injusta" però "que no té remei"; que si "els de dalt" no ho arreglen, menys ho podem arreglar la gent normal i corrent.
- Però això no és pas així: tots i cadascú de nosaltres hi podem contribuir bastant a millorar les condicions de vida d'aquests milers de milions de persones que, simplement pel fet d'haver nascut al Sud, s'ho passen tan malament: podem pressionar "els de dalt" perquè facin el que els pertoca, podem contribuir al seu desenvolupament humà dedicant-los "atenció" i els recursos que ens sobren, podem consumir productes de comerç just, etc.
- Tot això és bastant difícil d'assolir individualment. Per això s'han creat les ONG, que són unes organitzacions sense ànim de lucre i independents dels poders polítics i econòmics, que sumant els desitjos i recursos de persones "individuals" aconsegueixen els seus propòsits.

**També existeixen moltes altres maneres de ser solidaris, a més de col·laborar amb les ONG, ja que s'entén per solidaritat qualsevol acte desinteressat que pugui significar un benefici per a una altra persona... T'HI POSES?**

*Veure moltes propostes de solidaritat al blog [lasolidaritatunbonremei.com](http://lasolidaritatunbonremei.com), temes "02.01. La solidaritat" i "27.02. Valors per a posar en pràctica".*

*També hi ha centenars d'exemples reals de bondat i solidaritat realitzats per persones normals i corrents, a partir del tema "32.41. Més actes de bondat 01, 02, 03..."*

**Video-presentació "Ser o no ser solidari"** (En 3 parts de 15'03", 9'17" i 14'08") (Temes 02.07a., 02.07b., 02.07c.) (En text, més o menys, temes 02.01., 02.02., 02.04.)

<https://lasolidaritatunbonremei.com/2023/12/09/video-ser-o-no-ser-solidari-1a-part-enric-segarra/>

<https://lasolidaritatunbonremei.com/2023/12/09/video-ser-o-no-ser-solidari-2a-part-enric-segarra/>

<https://lasolidaritatunbonremei.com/2023/12/09/video-ser-o-no-ser-solidari-3a-part-enric-segarra/>

**Video-presentació "Per què col·laborar amb Mans Unides?"** (22') (Tema 03.15.)

<https://lasolidaritatunbonremei.com/2023/03/25/video-presentacio-per-que-mans-unides-enric-segarra/>

**“Videoclips amb valors”** (17 cançons compostes per mi i amb imatges alienes) (Secció 16.)

**Videoclip “Quiero lograr”** (3’43” versió no familiar) (5’43” versió familiar) (Tema 16.06.)

<https://lasolidaritatunbonremei.com/2024/11/23/16-06-quiero-lograr/>

**Videoclip “El gran dictador”** (8’15”) (Tema 16.03.)

<https://www.youtube.com/watch?v=fC55v32emSA&list=PLCiK7zXZkfUVErbx-W-p8wYKlhUUo2jBZ&index=16>

**Videoclip “L’aneguet diferent”** (13’55”) (Tema 16.01.)

<https://lasolidaritatunbonremei.com/2024/04/20/16-01-videoclip-laneguet-diferent-vull-viure-sol/>

**“Actes de Bondat”** (Centenars d’enllaços a altres mitjans de comunicació que mostren exemples reals de la bondat de la gent) (Secció 32. Principalment a partir del tema 32.41. Més Actes de Bondat n...)

<https://lasolidaritatunbonremei.com/2023/05/20/mes-actes-de-bondat-01/>

**“Grans discursos i escenes del cinema amb valors”** (75 escenes de pel·lícules que han fet història pels seus valors) (Secció 45.)

**Escena de “Qué bello es vivir”** (5’22”) (Tema 45.01.5)

<https://lasolidaritatunbonremei.com/2020/11/07/discurs-el-gran-dictador-i-mes/>

**Escena de “La sonrisa de Mona Lisa”** (4’7”) (Tema 45.02.16)

<https://lasolidaritatunbonremei.com/2020/11/14/escena-cadena-perpetua-i-mes/>

**Escena de “La lista de Schindler (Final)”** (5’12”) (Tema 45.05.41b)

<https://lasolidaritatunbonremei.com/2021/04/10/escena-la-lista-de-schindler-i-mes/>

**“Els temes d’aquest blog en llibres PDF”** (16 quaderns per descarregar-los) (Secció 49.)

**“N. 15 Missatges Per què...?”** (Tema 49.15.)

<https://lasolidaritatunbonremei.com/wp-content/uploads/2021/12/la-solidaritat...-no-15-missatges-per-que.pdf>

**“Cançons amb missatges de valors”** (Vídeos amb àudio i lletra de 75 cançons en castellà, 65 en català i 10 de pròpies) (Subseccions 50.02., 50.03., 50.04.)

**“Gracias a la vida”** (Tema 50.02.009.)

<https://lasolidaritatunbonremei.com/2016/12/23/50-02-009-gracias-a-la-vida/>

**“El plat de fusta”** (Tema 50.03.085.)

<https://lasolidaritatunbonremei.com/2023/06/10/50-03-085-el-plat-de-fusta/>

**“Cançó de l’adolescent”** (Tema 50.04.142.)

<https://lasolidaritatunbonremei.com/2023/01/20/50-04-142-canço-de-ladolescent/>

## “Missatges Per què...?” (30 recomanacions) (Secció 40.)

<https://lasolidaritatunbonremei.com/2024/09/28/si-els-diners-no-es-mengen/>  
(Tema 40.01.)



Si els diners  
no es mengen...  
**per què**  
en tens  
tanta fam?

(BLOG CAT.)  
lasolidaritatunbonremei.com  
(BLOG CAS.)  
lasolidaridadunbuenremedio.com



Només quan s'hagi tallat el darrer arbre,  
només quan el darrer riu hagi mort  
enverinat, només quan s'hagi pescat el  
darrer peix... només llavors us adonareu  
que els diners no es poden menjar.

*Profecia índia*

No és que el ric sigui dolent, simplement  
està massa ocupat fent diners per a ser bo.

*Gerhard Uhlebruck*

D'aquell que opina que els diners poden  
fer-ho tot, cal sospitar amb fonament que  
serà capaç de fer qualsevol cosa per diners.

*Benjamin Franklin*

En la teva relació amb qualsevol persona,  
perds molt si no et prens el temps necessari  
per a comprendre-la.

*Rob Goldston*

L'ull veu només allò que la ment està  
preparada per a comprendre.

*Henri Louis Bergson*

L'home està disposat sempre a negar tot allò  
que no comprèn.

*Blaise Pascal*

<https://lasolidaritatunbonremei.com/2024/10/12/si-tagrada-tant-que-et-comprenguin/>  
(Tema 40.02.)



Si t'agrada tant  
que et comprenguin...  
**per què** no pots  
comprendre  
tu els altres?

(BLOG CAT.)  
lasolidaritatunbonremei.com  
(BLOG CAS.)  
lasolidaridadunbuenremedio.com



La comprensió ha de,  
necessàriament,  
costar algun esforç.

<https://lasolidaritatunbonremei.com/2024/10/26/si-tagrada-tant-rebre-gratitud/>  
(Tema 40.03.)



Si t'agrada tant  
rebre gratitud...  
**per què** no en  
reparteixes més?

(BLOG CAT.)  
lasolidaritatunbonremei.com  
(BLOG CAS.)  
lasolidaridadunbuenremedio.com



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*

Quan parles, només estàs repetint el que ja  
saps. Però si escoltes, pots aprendre una  
cosa nova.

*Dalai Lama*

No hem de jutjar les persones sense abans  
aprendre a sentir-les i respectar-les.

*Paulo Coelho*

Els savis són savis perquè, quan va parlar  
algú més savi, van saber estar escoltant.

*El Chojin*

<https://lasolidaritatunbonremei.com/2024/11/30/si-tagrada-que-tescoltin/>  
(Tema 40.04.)



Si t'agrada  
que t'escoltin...  
**per què** tu no  
escoltes més?

(BLOG CAT.)  
lasolidaritatunbonremei.com  
(BLOG CAS.)  
lasolidaridadunbuenremedio.com



La majoria de  
les persones  
no escolten  
amb la intenció  
d'entendre;  
escolten amb la intenció  
de respondre.

Stephen R. Covey

Foto Liza Summer - Pexels