

Des de la meua intuïció i experiència, aquesta és la meua proposta, en unes idees resumidas,  
de com podem preparar-mos per afrontar els desafiaments actuals i els que han d'arribar.

En aquesta dècada, 2020/2030 succeiran fets que ens obligaran a canviar la nostra manera de viure i conuiuere, en alguns aspectes de manera radical.  
És una oportunitat, sobretot, per despertar a un nivell més alt de consciència.

Anam a preparar-mos per al que és gairebé segur, el millor que sapiguem.  
Pots triar informar-te i informar o passar de tot  
Pots triar afrontar-ho com un desafiament en lloc d'una catàstrofe  
Pots triar fer-ho des de l'amor en lloc de la por  
Pots triar fer-ho amb amics, amb la família, amb la comunitat o fer-ho sol

Ens fem les preguntes correctes perquè arribin les respostes adequades. Esbrina:  
- Quines són les meves necessitats bàsiques a nivell personal?  
- Que necessit canviar a la meua vida per "no fer mal", a jo mateix, als altres i a la naturalesa?  
- Com puc ajudar a la meua comunitat?

Proposo l'ACTIVISME, no com un ser separat sinó com un ser compromès, per passar a l'acció amb imaginació i entusiasme.  
Diferencio clarament dues accions, una a nivell personal i l'altra a nivell comunitari.  
En ambdues accions treballem la RESILIÈNCIA INTERIOR I EXTERIOR.  
Vivim en dos mons, el món interior i el món exterior.  
Al món interior podem crear resiliència a través del diàleg amb un mateix per mitjà de les pràctiques espirituals, el silenci, la meditació, el ioga,  
cada un a la seua manera per trobar el camí a través de l'autoconeixement.  
Al món exterior podem crear resiliència posant en pràctica l'autosuficiència i el diàleg amb la comunitat.

\* T'adjunt alguns documents i vídeos que potser et poden interessar:

[Mallorca desperta - Poc a poc](#)

.....

[The Essential Guide to Doing Transition. The Essential Guide to Doing Transition.](#)

Guia en castellano

R. HOPKINS / Transition Town

[Jem Bendell - Deep Adaptation - YouTube,](#)

Esperanza y visión frente al colapso.

Una ruta para navegar el stress climatico

en la configuracion del ordenador tienes los subtítulos en castellano

WEB

[Deep Adaptation Q&As hosted by Jem Bendell – Professor Jem Bendell](#)

.....

[Eckhart Tolle - ¿Cómo manejo el miedo que estoy sintiendo? - YouTube](#)

Es muy difícil en nuestra cultura occidental aceptar la muerte. La respuesta habitual es el miedo y la negación. Tenemos que reeducar nuestras mentes para superar estos dos obstáculos. Cuando podamos reconocer que nuestra forma actual de civilización está muriendo, reconoceremos que la desesperación y la negación no nos harán ningún bien. Solo necesitamos encontrar el coraje para rendirnos y confiar en nuestra práctica de atención plena para proporcionar una medida de seguridad. En lugar de la negación, se abre un espacio en nuestra mente para que, entre la lucidez y la estabilidad, lo que podría impulsar a nuestra especie a vivir de manera diferente. Tal futuro en la Tierra requiere un despertar masivo de atributos que van en contra de la ecología de la codicia. Requiere una aceptación sincera de que nuestra civilización global en su forma actual está llegando a su fin. Tal aceptación de nuestra verdadera realidad en el planeta puede aliviar el curso del colapso ambiental. La energía y el poder para evitar el desastre que enfrentamos descansa en nuestras mentes y en una nueva opción colectiva de vivir de manera muy diferente.

.....

## LA REVOLUCIÓN DEL AMOR

SATISH KUMAR

Nuestros actos para la Tierra son actos de amor.

El parlamento del Reino Unido ha declarado "emergencia climática" en el país. El icónico presentador de la BBC David Attenborough, de 90 años Y la activista sueca de 16 años, Greta Thunberg, están recordando activamente al mundo que la situación de nuestro precioso planeta Tierra necesita atención urgente. 1500 manifestantes pacíficos de "Extinction Rebellion" han sido arrestados porque exigían una acción inmediata del gobierno por "decir la verdad" y abordar el apremiante problema de la crisis climática.

Detrás de estos eventos de alto perfil, millones de ciudadanos comunes, jóvenes y viejos, mujeres y hombres, creyentes y ateos, negros y blancos, pobres y ricos se están comprometiendo a transformar su propia forma de vida y a encontrar soluciones prácticas y promulgar cambios en las políticas.

Además de la resistencia y decir NO a los sistemas que causan la crisis climática, millones de personas también dicen SÍ desde una actitud constructiva adoptando un estilo de vida bajo en carbono, comprometiéndose en estas actividades radicales pequeñas o grandes y participando en acciones transformadoras, con la creencia de que cuidar el clima y cuidar nuestro precioso planeta es responsabilidad de todos:

- Negarse a comprar con una bolsa de plástico o beber agua de botellas de plástico o de vasos de plástico desechables.
- Renunciar a los métodos intensivos de carne y energía de la agricultura y el procesamiento de alimentos.
- Suscribirse a las compañías que producen energía renovable, colocan paneles solares en sus techos y aíslan sus hogares para reducir las emisiones de carbono.

Respaldo y apoyo de todo corazón las acciones de School Strikers y Eco Warriors, sean quienes sean y estén donde estén, pero pido a Greta Thunberg y a los jóvenes y viejos activistas de "Fridays for the Future" y "Extinction Rebellion" que, por favor usen el poder del amor para construir el movimiento para el cuidado del clima y no se dejen llevar por la fuerza del miedo. Que nuestro activismo sean actos de amor.

El poder del amor perdura. El poder del amor persuade y transforma, mientras que la fuerza del miedo asusta. Los movimientos para acabar con la esclavitud, el apartheid y el imperialismo fueron liderados por los líderes del amor. Las mujeres que lideraron el movimiento sufragista se inspiraron en el amor.

Seguiremos sus pasos y podremos proteger al planeta de la catástrofe climática con nuestro profundo amor por el planeta Tierra.

La nuestra es una revolución de amor. El amor es lógico y mágico al mismo tiempo. La tierra es una encarnación del amor. La Tierra es amor y el amor es una palabra tan buena como la Tierra. La Tierra es nuestra maestra y aprendemos el arte del amor de la Tierra. La Tierra nos ama y a cambio nosotros amamos a la Tierra.

Actuamos porque amamos los bosques y las flores. Amamos los ríos y los océanos. Nos encantan las montañas magníficas y el suelo que sustenta la vida. Nos encantan los pájaros hermosos y los animales maravillosos. Amamos a las personas y a las generaciones futuras. Por lo tanto, diremos NO a las políticas y prácticas que dañan la Tierra y causan el calentamiento global, lo que resulta en el derretimiento del hielo ártico y el aumento del nivel del mar. No apoyaremos negocios y productos que dañan la tierra. Iremos a prisión por el bien de la Tierra y lo haremos pacífica y felizmente mientras las novias y los novios van a la noche de bodas. No tenemos miedo en absoluto.

Y también diremos SÍ a vivir de manera simple y sostenible. Diremos sí a plantar billones de árboles y sí a la agricultura regenerativa.

Comeremos alimentos saludables orgánicos y nutritivos. Apoyaremos a los pequeños agricultores y productores de todo el mundo. Nosotros mismos viviremos como artesanos y artistas. Apoyaremos a artesanos y mujeres del mundo. Resistiremos al mal para que se disuelva y ayudaremos al bien a florecer.

Nunca permitiremos que la desesperación disminuya nuestro optimismo. Los activistas hemos de ser optimistas. El optimismo funciona. Con una esperanza duradera y un compromiso de por vida, emprendemos el camino de la transformación. Sí, el activismo es un viaje y no un destino, es un proceso a largo plazo y no un producto a corto plazo.

"Comprométete con la Tierra y vive como artista y activista".

Estamos todos juntos en esto. No tenemos enemigos. La economía de los desechos y la contaminación, la extracción y la explotación, la avaricia y el ego tienen que terminar con la participación de todos. Políticos y poetas, industriales y artistas, creadores y consumidores, todos debemos unirnos y caminar juntos para superar los peligros de la contaminación y evitar la crisis de la catástrofe climática.

A medida que actuamos para lograr la transformación externa, también actuamos para la transformación interna. Si nuestras mentes están contaminadas por la codicia, el miedo y el anhelo, eso dará lugar al descontento, el consumismo y el materialismo y provocará la contaminación del planeta tierra. El paisaje exterior y el paisaje interior son dos aspectos de una realidad. La naturaleza allá fuera no está separada de nuestra naturaleza interna.

La vieja historia de separación tiene que dar paso a la nueva historia de unidad entre lo interno y lo externo y entre la naturaleza y los humanos. Meditación y acción, intuición y razón, mente y materia, silencio y habla, interior y exterior, izquierda y derecha se complementan entre sí. Cultivar la compasión dentro y la conservación fuera es la forma de adoptar el nuevo paradigma holístico.

Necesitamos sanar las heridas causadas por la vieja historia de separación y dualidad, prejuicios de nosotros y de ellos, divisiones de clase, raza, religión, identidades y nacionalidades. Necesitamos aplicar el bálsamo del amor incondicional e ilimitado para curar los conflictos entre las personas y entre las personas y el planeta Tierra.

Debemos trascender las divisiones y celebrar la inclusividad y la diversidad mientras adoptamos la unidad de la vida. Debemos recordar que unidad no es uniformidad. La unidad se manifiesta en la biodiversidad, en la diversidad cultural, en diversidad de credos, pensamientos y opiniones.

La evolución favorece la diversidad. Desde la época del Big Bang, la evolución ha trabajado duro durante miles de millones de años para crear diversidad en todas las direcciones. Debemos apreciar la diversidad de opiniones, idiomas, religiones e identidades mientras estamos unidos en nuestro compromiso total de no dañar nuestro precioso planeta Tierra, no dañar a personas, animales, a los bosques ni a los océanos.

Defendemos el ideal de los derechos humanos e igualmente defendemos los derechos de la naturaleza; Los derechos de todos los seres vivos. La Tierra no es una roca muerta, ella es Gaia, un organismo vivo.

Como dijo William Blake, "La naturaleza es la imaginación misma". Shakespeare hablaba de "el idioma de los árboles". Sí, los árboles hablan, no en inglés, sino en "arbolés". Decía que teníamos que aprender de los libros "en arroyos y ríos", del libro de la naturaleza y de que no necesitamos ir a los templos, ni a las iglesias para escuchar las enseñanzas de paz, paciencia y resistencia en los sermones silenciosos de las piedras.

Por lo tanto, no medimos el valor de la naturaleza en términos de su utilidad para los humanos, sino que reconocemos el valor intrínseco de la naturaleza y de toda la Tierra. La naturaleza no es simplemente un recurso para la economía, la naturaleza es la fuente de la vida misma.

Por lo tanto, debemos aprender a vivir en armonía con la naturaleza, con la Tierra y con todos los seres vivos; con el humano y con más que el mundo humano. Incluso si no logramos una armonía al cien por cien, es un ideal por el que vale la pena luchar.

Puedo parecer un "idealista". ¿Pero qué han logrado los realistas en el mundo? La crisis climática no es obra de idealistas. Son las actividades de los realistas las que causan la crisis climática, la desaparición de la biodiversidad y la contaminación del aire, el agua y el suelo.

Bajo la vigilancia de los llamados realistas, el hambre, las guerras y muchas otras tragedias humanas han crecido a nivel mundial.

Los realistas han gobernado el mundo durante demasiado tiempo y lo han desordenado. Ahora es hora de darles una oportunidad a los idealistas, es hora de escuchar a Thunberg y Attenborough, a los eco-manifestantes y eco-pioneros, es hora de prestar atención a los regeneradores y agroecologistas, a los huelguistas escolares y a los defensores de la tierra. Ellos son los gentiles héroes de nuestro tiempo.

.....

### DESPERTAR TU ACTIVISMO

Hoy en día, si observas la realidad profundamente, con un mínimo de consciencia y una visión holística quizás te conviertas en un activista. Cada mañana al despertar me pregunto qué voy a hacer hoy, donde voy a poner mi energía. Dondequiera que ponga mi energía eso es lo que voy a activar.

El activismo es ser consciente de la realidad y llevar a la práctica tus principios de una manera constructiva participando activamente en el cambio que quieres ver en ti mismo, en tu comunidad.

Cada camino espiritual en la Tierra requiere generosidad y servicio y un requisito previo es el desinterés. En las culturas indígenas, los guerreros son los que supervisan el bienestar y defienden la vida de sus pueblos, y siempre buscan el consejo de los ancianos. Los guerreros perderán sus vidas para que otros puedan vivir. Ellos son los que se ponen en primera línea, que hablan por aquellos que no tienen voz, que defienden a los débiles. En la sociedad contemporánea los llamamos activistas. Esta es la forma más alta de generosidad y servicio.

Los activistas son personas conscientes y con visión de futuro.

Ellos son los que toman medidas directas en una respuesta desinteresada en beneficio de los demás. Su conexión es radical, su amor es radical, su generosidad y servicio son radicales: ¡todo en ellos es radical! Traen cambios y su objetivo es crear un mundo mejor para todos. Sin embargo, hay una palabra que los define por encima de todos los demás, y esa es "verdad". Los activistas pueden ver más allá de los velos de la ilusión y no se ven deslumbrados por el oro, las posesiones o el dinero. En todo lo que enfrentan, siempre buscan la verdad del asunto y generalmente no dejan piedra sin mover en su búsqueda. La verdad es su escudo y su fuerza vital. Respiran verdad y son verdad.

Al igual que los guerreros, los activistas actúan sin temor para beneficiar al colectivo. Arriesgan su reputación, arriesgan noches en la cárcel, arriesgan tener hambre y frío ... Corren el riesgo de no tener nada para sí mismos para que las personas, los animales, las plantas y la Tierra puedan prosperar. Van contra la corriente para que las minorías puedan tener voz, para que aquellos que son débiles puedan ser fuertes. Sobre todo, ayudan a despertar a los que están durmiendo. Su mensaje hace eco en las montañas y cruza los océanos.

Entonces, en el mundo de hoy, creo que el activismo es la forma más elevada de espiritualidad. Mientras la mayoría de las personas caminan dormidas por la vida, o buscan ganancias y la acumulación de posesiones materiales, los activistas viajan ligeros, volando sobre las alas de su conciencia, más allá de la mezquindad del mundo ordinario, en busca de una nueva verdad.

Me gustaría terminar con este pensamiento: si el activismo es una forma de espiritualidad, ¿lo contrario no es también cierto? ¿Es la espiritualidad [no la religión] una forma de activismo?

Claudia Goncalvez &  
guillem ferrer



.....

## Impermanencia y extinción.

El punto de la meditación es comprender nuestra verdadera naturaleza y aceptar la inevitabilidad del cambio. Es la impermanencia lo que permite la compostura ante la difícil posibilidad de extinción. El Buda fue muy claro acerca de la "Impermanencia". Sus enseñanzas sobre este fundamento provocan un cambio radical. El maestro zen japonés del siglo XII Dogen escribe: "La impermanencia es en sí misma la naturaleza de Buda". Para el Buda, Dogen e innumerables sabios, este no es un problema a superar. Es un camino, no un intento de superar la impermanencia. Sin esta idea, no podremos cambiar nuestra mentalidad sobre las circunstancias políticas y ambientales disruptivas. Nos aferramos rígidamente a las opiniones de cómo era antes, solo que ya ha cambiado, a menudo peligrosamente. Este lapso está incrustado aún más por la evitación general de la humanidad para valorar el planeta y otras personas, socavando la posibilidad de comprender la pura necesidad de la "Impermanencia". Sin embargo, una vez que podemos aceptar que hemos creado el deterioro actual de la situación global, entonces y solo entonces podemos encontrar ideas que traigan un cambio radical a nuestros valores, hábitos y mentalidad. Thich Nhat Hanh agrega:

“No es la impermanencia lo que nos hace sufrir. Lo que nos hace sufrir es querer que las cosas sean permanentes cuando no lo son ”.

Desde el Buda, Thich Nhat Hanh, hasta Eckhart Tolle y Mooji, poetas, videntes y científicos, hay un punto de vista unánime.

Dogen, del siglo XII, nos instruye a observar íntimamente causa y efecto, especialmente la condición de impermanencia y pérdida. Luego agrega: "... el tiempo siempre es impermanencia". La conclusión es que la concentración en este factor nos libera del miedo y el sufrimiento. Ofrezco una comprensión simple de cuatro pasos de la impermanencia:

- Las cosas cambian.
- Acepta la existencia del cambio.
- Encuentra tu compostura al respecto.
- Utiliza la meditación y la plenitud de tu corazón para continuar.

Es muy difícil para la cultura occidental aceptar la muerte y la noción de impermanencia. La respuesta habitual a ambos es el miedo y la negación. Tenemos que reeducar nuestras mentes para superar estos dos obstáculos. Cuando podamos reconocer que nuestra forma actual de civilización está muriendo, reconoceremos que la desesperación y la negación no nos harán ningún bien. Necesitamos confiar en nuestra práctica de mindfulness y construcción de comunidad para proporcionar una medida de cordura. Martin Luther King dedicó la mayor parte de su tiempo y esfuerzos a construir "La comunidad amada" como la fuerza para romper el racismo en Estados Unidos. Con la práctica espiritual y el activismo comunitario, en lugar de la negación y la desesperación, se abre un espacio en nuestra mente para la lucidez y la firmeza para impulsar a nuestra especie a vivir de manera diferente. Cuando una comunidad así camina con nosotros, el miedo se disipa y la terrible desesperación y sufrimiento desaparecen.

Tal futuro en la Tierra requiere un despertar masivo de atributos que van en contra de la ecología de la codicia. Requiere una aceptación sincera de que nuestra civilización global en su forma actual está llegando a su fin. Tal aceptación de nuestra realidad en el planeta permite comprender el colapso ambiental y la extinción. Thich Nhat Hanh nos trae esto a casa de una manera desafiante, dejando muy claro que cualquier punto de vista no basado en la impermanencia es incorrecto. Él muestra cómo el Buda proporcionó meditaciones a sus seguidores para que pudieran reconocer que lo único que sigue a la muerte es el fruto de nuestra acción y pensamiento, de nuestro discurso y de nuestros actos durante nuestra vida. Específicamente, sobre la crisis climática es muy contundente:

"Si continuamos consumiendo imprudentemente, si no nos importa proteger este maravilloso planeta ... el ecosistema será destruido en gran medida y necesitaremos millones de años para comenzar una nueva civilización". Todo es impermanente ... Somos nuestro entorno, que se encuentra en un proceso de autodestrucción ".

Los orígenes de la crisis climática se pueden encontrar en la codicia, el anhelo, el engaño y la ignorancia, donde la codicia por el lucro aplasta la cordura y las reglas corporativas triunfan sobre la responsabilidad social. Eso resume nuestra abrumadora retirada a la negación. El Buda aconsejó hace mucho tiempo que necesitamos cambios internos en nuestros valores, nuestro pensamiento y nuestras formas de vida. Esto significa alejarse de un sistema impulsado por la codicia, las ganancias ilimitadas, la explotación y la violencia contra las personas y el medio ambiente. Al confiar en la impermanencia, podemos hacer cambios en nuestros sistemas colectivos y elegir la cooperación y vivir en armonía con el mundo natural. Eso permite a la humanidad florecer en un mejor siglo XXI.

Comprender la impermanencia trae claridad a nuestras mentes y quizás podamos implementar la ética, las estructuras y la tecnología mientras estemos en este planeta. Tenemos el trabajo de cultivar una nueva forma de vivir unos con otros en la Tierra. Esto es lo que Thich Nhat Hanh quiere decir en su homilía: "Solo el amor puede salvarnos del cambio climático".

Debemos cultivar deliberadamente atributos éticos positivos en nuestras mentes. Tenemos que hacer brillar la luz del reconocimiento y la atención plena en nuestro sufrimiento, para que nos volvamos firmes y llenos de determinación para vivir de manera diferente con una comunidad. Tenemos que cambiar el rumbo de la negatividad, cambiar nuestra mentalidad y no desperdiciar nuestra vida. Con plantillas como los Entrenamientos de atención plena, elegimos conscientemente fomentar patrones de comportamiento y hábitos que sean saludables y generosos. En otras palabras, hacemos que la atención plena practique nuestro nuevo hábito, una transformación interna de la conciencia en el núcleo de nuestro ser.

Formo todo esto en un simple mantra personal para mí: "Me abstengo de causar daño". Sé que al abstenerme de una cosa que causa daño, evito que sucedan otras cosas dañinas. Se necesita atención para hacer esto y los entrenamientos proporcionan el punto de partida, un sistema de orientación y un profundo pozo de ética interna para vivir. Mi compromiso es actualizar estos entrenamientos en mi vida y en la vida de los demás, para que se entienda la impermanencia. Para mitigar el colapso ecológico, la transición de los sistemas económicos y políticos condenados tiene que cambiar a sociedades sostenibles basadas en el activismo comunitario. Hay muchos obstáculos, ya que las personas no ven la emergencia climática por lo que es, porque están atrapados en su sufrimiento personal. La difícil situación de la Madre Tierra está más allá de su capacidad de comprensión.

La práctica espiritual y la construcción de la comunidad de algún tipo se necesitan drásticamente para evitar ser abrumados por el sufrimiento, la desesperación y el miedo.

Podría seguir y seguir sobre las cosas terribles que tienen lugar en la sociedad, la política y el planeta, y me desviaré a eso en un momento. Es importante refinar un sistema de conducta ética. Me adentro más en la meditación para fijarme principalmente en ser constante y perspicaz. Me registro en Mindfulness Trainings, ya que resalta todo lo que me gustaría ver en las personas de todo el planeta. La conclusión para mí es que el despertar y la atención plena están activos. El activismo, por sí solo, no tiene los recursos internos para mantener una transformación social y planetaria efectiva. Sé por experiencia personal que volver a entrenar a la mente salvaje es un ingrediente necesario para preceder al activismo. Volverse ambiental o político es solo una parte del concierto. No puede ser completamente efectivo hasta que el trabajo espiritual interno esté en su lugar.

En la actualidad, estamos totalmente desincronizados con los recursos de la tierra. Los hilos frágiles de los ecosistemas en todo el mundo están gravemente comprometidos y estamos en posición de bajar a la alcantarilla colectiva. La Tierra es como una célula viva gigante, todas las partes están unidas simbióticamente. El biólogo Thomas Lewis creó esta metáfora con la humanidad como solo una parte de un vasto sistema. La realidad es que los sistemas de soporte vital de nuestro planeta están gravemente amenazados por la crisis climática. Nuestra ignorancia y negligencia están destruyendo el planeta Tierra, porque no sabemos cómo respetarnos a nosotros mismos, a los demás y al planeta. No tenemos otra alternativa que concentrarnos en una vida sostenible, en lugar de explotar el botín del crecimiento económico perpetuo. Las ganancias no pueden ser la única razón para el comercio. Debe haber responsabilidad vinculada a la ecuación.

Desafortunadamente, hemos descartado en gran medida nuestra capacidad de relacionarnos con valores significativos como la compasión, el cuidado planetario, el amor y la justicia social, por mencionar algunos náufragos. A menos que cambiemos radicalmente, no hay posibilidad de equilibrio, ambiental o social.

Estos temas fueron examinados con gran claridad por la mente despierta del Buda, hace 2600 años. Sus enseñanzas son eternas, tan relevantes para el mundo moderno como cuando se habla por primera vez. En la era moderna, Thich Nhat Hanh enseñó los Cinco entrenamientos de atención plena como un diseño para vivir relacionado con las realidades modernas. No son sectarios y todas las tradiciones espirituales tienen su equivalente. El primer entrenamiento es proteger la vida, disminuir la violencia en uno mismo, la familia y la sociedad. El segundo entrenamiento es practicar justicia social, generosidad y no explotar a otros seres. El tercero es el comportamiento sexual responsable de todas las personas, para proteger a las parejas, familias y niños. El cuarto es la práctica de escuchar profundamente y hablar con amor para restablecer la comunicación y la reconciliación. El quinto es sobre el consumo consciente, que nos ayuda a no introducir toxinas y venenos en nuestro cuerpo, mente o planeta.

Expansión del corazón y la mente: desarrollo comunitario y activismo.

Profecía de los Ancianos Hopi en 2000,

“Crea tu comunidad. Se bueno el uno con el otro. Y no busques a tu líder fuera de ti ... Mira quién está allí contigo y celebra ... Todo lo que hacemos ahora debe hacerse de manera sagrada y en celebración. Somos los que hemos estado esperando ". Creo, desde mi propia experiencia, que el activismo comunitario es una acción vital para las poblaciones de todo el mundo.

Yo diría que la construcción de la comunidad y el activismo son acciones esenciales en nuestros tiempos. Durante años organicé un gran evento en el Ayuntamiento de Ottawa: el Día anual de los Amigos por la Paz. Este fue mi trabajo durante una década. Todo comenzó en una fría noche de invierno cuando se avecinaba la guerra de Irak. Recibí un aviso de que estaba ocurriendo un Círculo de la Canción de la Paz en Parliament Hill para protestar por el bombardeo de Bagdad. Entonces fui, acompañado por mi esposa Carolyn, una amiga y nuestro perro. Nadie más apareció, ya que hacía mucho frío. Le comenté a Carolyn,

"Esta es una buena idea, pero necesita atención a los detalles y la organización".

Ella respondió: "Hagámoslo".

Entonces creamos el núcleo de Friends for Peace Canada. Rápidamente se convirtió en una coalición suelta de más de cincuenta organizaciones en la ciudad y les pedimos que comenzaran el proceso de paz primero dentro de sí mismos, luego a la comunidad y al mundo. Nuestro mandato evolucionó de la defensa de la paz a proyectos en el terreno. Otorgamos Subvenciones anuales a organizaciones locales que marcan la diferencia en nuestra ciudad, así como también trabajamos con otras coaliciones en la ciudad para asuntos de justicia ambiental y social. Organizamos a cinco mil participantes en el Círculo de la Canción en Parliament Hill en Ottawa, celebrado en un día de primavera miserablemente húmedo y frío en 2003.

Un mar de sombrillas multicolores en una mañana de lluvia dio la bienvenida a todos los reunidos. Mientras otras protestas por la paz se unían a nosotros y cantaban "All Within Me Peaceful", la multitud cubrió los terrenos de la sede del gobierno de Canadá, todos meditando al final en silencio total mientras la lluvia caía sobre nuestras cabezas.

La lluvia torrencial fue extrañamente bienvenida, ya que simbolizaba las lágrimas de los niños iraquíes, mis lágrimas, sus lágrimas, transformadas en esperanza al cantar por la paz unos con otros y experimentar una profunda quietud con esta comunidad en Parliament Hill. Hubo una transformación de la ira, la angustia y la violencia en una claridad determinada para ser pacífico y oponerse a la guerra. A partir de ahí, conocemos las sabias acciones a tomar.

Los proyectos en la ciudad de Ottawa apoyados por Friends for Peace incluyen: la Iniciativa de Vivienda de Multi-Fe, el Centro de Tratamiento Juvenil, Child Haven International y Peace Camp Ottawa, que brinda reconciliación a los adolescentes palestinos e israelíes. Además, apoyamos la iniciativa Physicians for Global Survival para ampliar el mandato del Museo de Guerra de Canadá para incluir la creación de una cultura de paz. Hubo otros proyectos en África, India y Nepal. Un proyecto de cuidado planetario fue la campaña para hacer de la cuenca del río Dumoine en Quebec un parque de conservación protegido. También se otorgaron Becas de Paz para reconstruir la Escuela Galai en Liberia y el Proyecto de Arte Curativo de Minwaashin Lodge, un centro para mujeres aborígenes en Ottawa. Orkidstra recibió varias subvenciones para ampliar la orquesta de sus hijos. Se otorgaron otras subvenciones a Dandelion Dance Company y a la USC Canadá. Ottawa Friends of Tibet recibió varias subvenciones de paz para su proyecto de reasentamiento tibetano, solo por mencionar algunas.

Cada año desde la lluvia incesante en Parliament Hill en 2003, los Días anuales de Amigos por la Paz han sido memorables. Nos llovieron y nevaron durante varios años en Parliament Hill, truenos y relámpagos en el Parque Alumni de la Universidad de Carleton, antes de mudarnos al Ayuntamiento de Ottawa.



Nos organizamos de manera diferente allí, con puestos de activistas por la paz y el medio ambiente a lo largo de la periferia del salón, un patio de comidas en la parte posterior, un largo juego de mesas con artículos para la subasta silenciosa y el escenario en el extremo norte. La respuesta a este activismo comunitario superó cualquier expectativa.

El evento anual, celebrado en otoño, se convirtió en una experiencia increíble, diversa y única en Ottawa. Fue posible gracias a la generosidad de voluntarios, simpatizantes y ciudadanos de Ottawa que se presentaron para pasar un buen rato, ser educados e inspirados. Creó un epicentro de intención y acción, intenso a veces cuando las personas se conmovieron tanto en lágrimas como en risas. La intensidad y la alegría se extendieron por la diversidad, todas las generaciones, religiones y culturas en nuestra ciudad del norte. La fuerza del epicentro rugió a través de las mesas comunitarias y activistas, familias musulmanas, grupos asiáticos, ancianos, jóvenes y voluntarios. La diversidad de Ottawa reúne, escucha, baila, ríe, llora y se lleva a casa una experiencia inolvidable de esperanza y confianza.

Friends for Peace entregó Premios a ciudadanos canadienses sobresalientes que dedicaron sus vidas a garantizar la paz, la atención planetaria y la justicia social. Nuestro mandato siempre fue sólido durante todo el día, en las Mesas de Bienvenida y de la Comunidad, la Subasta Silenciosa, el Centro de Conexión y el Food Court. Los ciudadanos se fueron al final del día sintiéndose animados, confiados y conectados. La intención era crear una forma diferente de expresión pacífica que atraiga a una amplia sección de ciudadanos canadienses que quieran crear infraestructura en nuestras instituciones que valore la paz y los procesos planetarios.

Cuando fundé Friends for Peace Canada, estaba haciendo una elección consciente para concentrarme en lo local, mi ciudad natal de Ottawa. Me enfoqué en la atención plena en las escuelas, el entorno de la ciudad, los jóvenes en riesgo y el empoderamiento de las mujeres. Me sorprendieron los resultados, más cierto que decir "impresionado". A nivel local hubo continuidad con grandes mujeres que se aseguraron de que sucedieran cosas buenas. Muchos de los ganadores del Premio eran mujeres. Los fondos recaudados del Día de la Paz anual se utilizaron para otorgar Subvenciones a organizaciones en Ottawa. En particular, apoyamos a organizaciones juveniles que irrumpieron en la escena local guiadas por mujeres increíbles. Orkidstra, fundada por mi amiga Tina Fedeski, brinda a los niños de comunidades marginadas la oportunidad de aprender un instrumento musical y cantar en un coro. Está inspirado en el programa El Sistema, que tuvo tanto éxito en Venezuela por derribar las barreras de la pobreza y la violencia. La filosofía de El Sistema se ha extendido a sesenta países del mundo, atendiendo a millones de niños.

En Ottawa, Orkidstra está creando una revolución social silenciosa a espaldas de los niños, de una manera muy saludable. Tina Fedeski y dos amigos reunieron a un maravilloso grupo de profesores de música, promotores, voluntarios y educadores. Ahora hay 700 niños de más de 62 antecedentes culturales y lingüísticos, una gran inscripción más allá de los 27 niños que comenzaron en el programa en 2007. Orkidstra es un programa de desarrollo social que brinda a los niños en Ottawa un sentido de pertenencia y logro, además de fomentar habilidades para la vida. Los niños de zonas de bajos ingresos y desatendidos reciben matrícula, instrumentos y música, sin cargo. Cada niño se compromete a jugar en un conjunto. El programa construye comunidad, cooperación, compromiso, compasión y autoestima. Esto es en la dirección opuesta del miedo, el sufrimiento y el abandono. Los resultados han sido asombrosos.

Todos los graduados pasan a la educación postsecundaria, creyendo que el empoderamiento de los niños construye ciudadanos y comunidad maduros. En el dominio de Orkidstra no hay sensación de separación, solo amor. Se interconectan con integridad, una receta que hace que toda la organización sea profundamente conmovedora.

Se proporcionó un apoyo similar a The Dandelion Dance Company, que tiene una estructura similar. Esta es la creación de Hannah Beach, que dio a luz a una docena de mujeres jóvenes actores, vestidas de negro para varios días de Friends for Peace. Esta compañía de teatro de danza juvenil con sede en Ottawa explora problemas sociales a través del movimiento. Su repertorio está impulsado por las experiencias, reflexiones y pasión de las mujeres jóvenes que tienen entre doce y dieciocho años. Los temas que bailan incluyen los derechos de los niños, el hambre, la autenticidad, el acoso escolar, la drogadicción, los estereotipos y la inclusión. Sus interpretaciones de la "Oración por el siglo XXI" de John Marsden hicieron que todo el público se pusiera de pie aplaudiendo su pasión por la no violencia y los derechos básicos de las mujeres. El baile aludió a nuestra esperanza y sueños que queremos para nuestra sociedad. Los Dientes de León proporcionan los medios para estimular a los padres, amigos y voluntarios para que se creen buenos niños y emerjan excelentes ciudadanos.

La paz, el cuidado planetario y la justicia social están vivos y bien en nuestra ciudad del norte. Un círculo de naciones no menos. Friends for Peace tuvo una carrera fantástica durante una década, luego estuve al margen de las cirugías durante tres años y pude ver claramente que Impermanence estaba trabajando en mí. Ahora hay un Festival de la Paz de dos semanas en Ottawa cada septiembre. Ha crecido en círculos concéntricos cada vez mayores. Los fundamentos de la atención plena a través de las organizaciones con las que nos asociamos han echado raíces en el Festival anual de la Paz.

Todos se adhieren a alguna forma de nuestro mandato: paz, cuidado planetario y justicia social. La concentración en mi ciudad natal fue un enfoque principal. Me inspiró a dedicar un poco de mi tiempo y energía a mover las cosas un poco, para que las cosas buenas pudieran comenzar a suceder espontáneamente. Pronto descubrí que había muchos buenos amigos en toda la ciudad más que felices de hacer esto posible y hacerse cargo.

Esta narrativa muestra cómo es necesaria la estrategia de construcción comunitaria y activismo frente a la extinción. Esto es lo que se necesita para descarrilar la cultura del miedo y la codicia. Para abrazar verdaderamente la impermanencia se requiere una práctica espiritual abierta, redes cooperativas y preparación para el activismo comunitario para revitalizar los valores que sirven a la humanidad. No es probable que la respuesta global requerida para implementar alguna forma del Plan Marshall o el New Deal verde llegue a tiempo, a menos que los líderes políticos de repente se vuelvan valientes y tomen decisiones audaces para conectarse en lugar de separarse. En el vacío que se avecina, las formas mortales de emergencia climática ciertamente se derrumbarán en todo el planeta. Sin embargo, la organización de la construcción de la comunidad y el activismo proporciona apoyo local con una fuerte visión de la impermanencia. En mi ciudad natal, Ottawa, Canadá, hay muchas redes magníficas de solidaridad en la ciudad para ayudar y apoyar.

"Puede que haya desastres en nuestras caras, pero también hay solidaridad en el activismo comunitario".

La "comunidad amada" de Martin Luther King, nada menos.

Por Ian Prattis