

Número #1 | ABRIL 2020 | PRIMAVERA

QUADERNS DE SILENE

COM ATRAVERSSAR LES BOIRES

Reflexions i invitacions

PRESENTACIÓ

La pandèmia que vivim ha afectat dràsticament la vida de les nostres societats, amb l'aplicació de mesures que fins fa poc temps ens haurien semblat inimaginables, per mirar de contenir-ne l'expansió: des del confinament domiciliari general, fins el tancament de fronteres o la clausura de les activitats econòmiques considerades no essencials. Una sotragada d'una envergadura que nosaltres no havíem viscut mai abans, i que els nostres pares o avis comparen amb la darrera guerra mundial.

Com que estem convençuts que marcarà un punt d'inflexió global, i que tindrà enormes conseqüències personals i col·lectives, des de Silene volem contribuir a una reflexió serena i profunda, més enllà dels necessaris debats sanitaris, polítics i econòmics d'urgència. Per això hem elaborat aquesta publicació que ara us oferim amb l'esperança de que us sigui útil.



5 d'abril del 2020

Quaderns de Silene n#1

EQUIP EDITOR

Associació Silene

www.silene.org

info@silene.org

Maqueta i disseny:

www.concentricfields.org

A FORA I A DINS, ENDINS

Manifest des del cor de la pandèmia

En un món d'arrogància humana, de seguretats tecnocràtiques que trontollen, ple de sorolls, la necessitat del silenci com exercici d'humilitat i intimitat, com a camí de coneixement interior, esdevé necessari. Un silenci que ens permeti recobrar el més pregon sentit de la compassió, que ens obri el cor per escoltar, des de l'amor, el patiment dels altres, especialment els més desvalguts, marginats i pobres, així com el de la Terra sofrent, amb innombrables espècies aniquilades diàriament. Vivim envoltats de sofriment, però al bell mig hi batega un amor infinit.

En aquests dies en que milions de persones ens trobem en un confinament físic que no havíem viscut mai abans, se'ns obren noves oportunitats. Quan els automatismes d'espècie s'esvaeixen, quan les rutines i convencions socials decauen, tenim l'oportunitat de redescobrir quin sentit té la nostra vida. Tenim l'oportunitat d'empatitzar amb aquells homes i dones que, en tants llocs del món, viuen injustament confinats per defensar la justícia. Tenim l'oportunitat d'alliberar-nos, contemplant la bellesa del món interior, gaudint de les petites coses que ens envolten. És l'ocasió per iniciar un temps de reconciliació i de perdó en nosaltres mateixos; perquè si no ens perdonem com podem perdonar els altres i com els podem estimar?

Els petits signes que la Mare Terra que ens acull amorosa segueix viva i evoluciona a cada volta que dóna, es reproduïxen al nostre interior, com una natura cosmològica. Així, a cada volta, a cada dia, a cada any, podem créixer cap allò que som en la realitat més interior del nostre ésser. Podem tenir por al desconegut, però -en l'arrelament de saber que som natura- tenim la força del present i d'aquest instant donador de vida que ens reafirma com a persones humanes, que ens obliga a no perdre el sentit de la nostra existència i la dignitat de la nostra condició.

És en aquest temps d'incertesa quan el nostre neguit ens demana iniciar aquest viatge interior. Si bé un virus pot atacar el nostre cos material també pot esperonar les nostres ànimes i obrir el camí a la *metanoia*. Som éssers amb potencial d'evolució, una evolució espiritual que ens relliga en la immensa bellesa d'un amor infinit que ens transcendeix. Ara el nostre deure és discernir -amb cap fred i el cor càlid- quin és el nostre camí: si el de la desesperació i la fugida cap endavant, el de voler tornar a una "normalitat" que ha estat la causa del nostre sofriment, o optem pel camí del discerniment, de la veritable llibertat, de l'amor i de l'esperança.

Convidem, doncs, a una resistència en l'esperança lúcida, una resistència espiritual.

Convidem a obrir els nostres cors a contemplar la bellesa i la natura dels nostres éssers, i tota la que ens sosté vius, i a donar-li reverència.

Convidem a no quedar-nos atrapatats en un exercici egocèntric, sinó atrevir-nos a cercar, dins nostre, en el més profund dels nostres records, els moments més bells de la nostra vida, de la nostra infantesa, de la nostra joventut, de la nostra maduresa i preguntar-nos el perquè de tanta joia, tanta força de viure.

Convidem a fer un pas més valent, a una resistència íntima que ens transformi des del cor del silenci amb la força que donen el recolliment i la pregària, per oferir tots els nostres talents al món, com un alè de vida, a compartir-los amb el cor obert, sense cap expectativa.

Convidem a reflexionar les relacions que tenim amb el propi territori, a valorar-lo i, estimar-lo en tota la seva riquesa espiritual, inspiradora i productiva, que ens alimenta interiorment i materialment.

Convidem a una contemplació compromesa perquè creiem que és això el que veritablement ens alliberarà en aquest temps de confinament.

LA RELACIÓ DE TOT AMB TOT

Selecció d'articles: Reflexions arran de la pandèmia

Oferim tres textos de la nostra pàgina web on els seus autors ens mostren, amb lucidesa, una absurda paradoxa i coincideixen en que la necessària reacció ja no pot consistir en l'aplicació de la cosmovisió que ens ha dut on som. Aquesta pandèmia ens hauria d'ajudar a concebre'ns de nou com a part de la trama de la vida, i a restaurar gradualment l'harmonia, desterrant l'antropocentrisme i la tecnocràcia per recuperar la veneració per la vida i la Natura de la qual formem part:

REFLEXIONS I PROPOSTES DES DE L'ESPIRITUALITAT

Tot està lligat amb tot

per **Xavier Melloni**,
jesuïta, llicenciat en Antropologia Cultural i
doctorat en Teologia. Està especialitzat en
mística comparada i diàleg interreligiós, i és
membre de Cristianisme i Justícia i del
Consell acadèmic del Màster en
Espiritualitat Transcultural.



Xavier Melloni posa de relleu el fonament cabdal de totes aquestes reflexions: la relació de tot amb tot, en el pla microcòsmic amb el pla humà i planetari, el pla material amb l'espiritual. Ens diu també que la crisi del coronavirus és una gran prova col·lectiva que ens pot desvetllar reflexions que aportin més consciència i actituds coherents amb ella. Assenyala que el funcionament del virus és una perfecta metàfora de com actuem els essers humans amb la que ens acull i sosté vius, la mare Terra. Tenim en comú un parasitisme depredador que provoca la mort del mateix ens que necessitem per ser. I com que aquesta catàstrofe potser sigui la darrera oportunitat per reaccionar (és la nostra supervivència com espècie la que està en joc, no la de la Terra), hem de tenir ben present que quan som donació d'allò que tenim i som, preservem i generem vida.

Tot està lligat amb tot - Xavier Melloni (20-3-2010)

HEM IDENTIFICAT QUINS SON ELS ASPECTES DE PARASITISME DEVORADOR EN LA NOSTRA VIDA?
SÍ ÉS AIXÍ, COM PODRÍEM TRANSFORMAR-LOS EN GENERADORS DE VIDA?

REFLEXIONS I PROPOSTES DES DE LA NATURA

El coronavirus ens obliga a reconsiderar la biodiversitat i el seu paper protector

per **Fernando Valladares**,

científic i professor universitari interessat en ecologia i preocupat pel canvi global. És doctor en Ciències Biològiques, professor de recerca en el CSIC i professor associat de la Universidad Rey Juan Carlos.

La reflexió de **Fernando Valladares** aprofundeix en la comprensió de la interconnexió de tot, remarcant la importància de preservar el valor de la biodiversitat atesa la seva funció protectora, i destacant l'estreta relació de l'ecologia amb el coronavirus. Efectivament, el nostre sistema social, ferotgement depredador, és el gran destructor i desestabilitzador dels ecosistemes, i això està fent desaparèixer la biodiversitat global, amenaçant així no només milers d'espècies sinó a la humanitat mateixa, ja que la simplificació dels hàbitats naturals comporta l'augment dels riscos per a la salut humana.

El coronavirus nos obliga a reconsiderar la biodiversidad y su papel protector – Fernando Valladares (20/3/2020)

QUINS HÀBITS PODRÍEM CANVIAR
EN LA NOSTRA VIDA PER REDUIR
L'IMPACTE NEGATIU QUE CAUSEM A
LA BIODIVERSITAT LOCAL O GLOBAL?



Fotografia d'Antonina Baygusheva

REFLEXIONS I PROPOSTES DES DE LA CULTURA

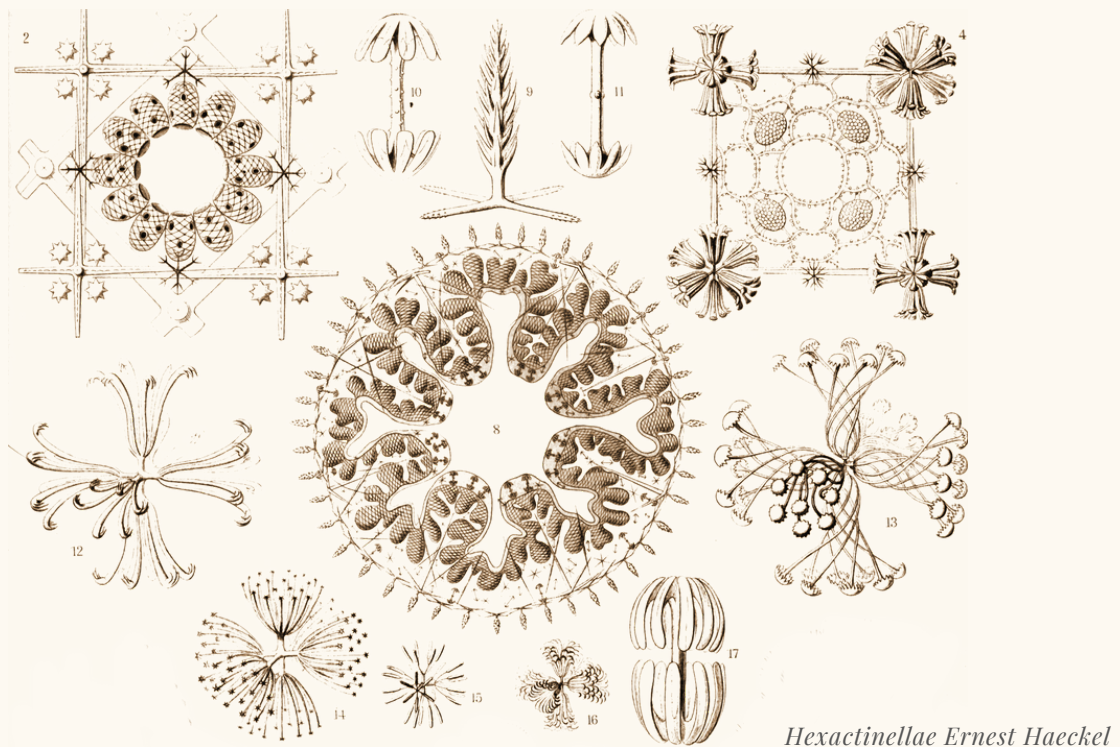
Les lliçons que pot donar el coronavirus a la espècie humana

per **Luis González Reyes**,

doctor en Ciències Químiques. Membre d'Ecologistas en Acción, col·labora habitualment en diverses universitats, i és el responsable del desenvolupament transversal de les competències ecosocials en FUHEM.

Per finalitzar, **Luís González** descriu com l'espècie humana, en la seva conquesta de la superioritat depredadora en la cadena tròfica, ha oblidat que és en els minúsculs microorganismes on hi ha la possibilitat de pervivència de la vida a la Terra. Així, amb el seu modus vivendi basat en el deteriorament dels ecosistemes, el que fa l'ésser humà és en realitat perdre defenses i crear-se amenaces. L'actual civilització dominant és molt fràgil per causa de la seva extrema interrelació sistèmica interna i de la homogeneïtzació que imposa, i s'aboca al risc de col·lapse total per causa de la vulnerabilitat que comporta la seva total dependència dels sistemes naturals que destrueix.

Las lecciones que puede dar el coronavirus a la especie humana – Luís González Reyes (12/3/2020)



Hexactinellae Ernest Haeckel

QUINES IMPLICACIONS CONCRETES HAURIA DE TENIR EL FET QUE LA NOSTRA SALUT DEPENGUI DE LA SALUT DE LA NATURA QUE ENS SOSTÉ VIUS?

CONTEMPLACIÓ I COMPROMÍS

En la pràctica contemplativa comprenem, des de la consciència plena de la unitat de la vida, que la nostra transformació transforma el món. (...) Confiem que oferirem els nostres millors dons als altres i a la vida si som fidels al nostre propi cor, a allò que és per a nosaltres una font de sentit i d'acontentament pregon. (...)

Evitem, així, el parany de la utilitat: aquell que ens duu a confondre el compromís amb l'activisme inquiet, amb l'alienació 'compromesa', amb una reactivitat davant les urgències i demandes immediates que eludeix l'escolta de la direcció que reclama el nostre fons, o amb la 'consagració social', un cop perdudes les claus de la nostra pròpia interioritat.

Mónica Cavallé

La experiencia contemplativa en la mística, la filosofía y el arte
Olga Fajardo (Ed. Kairós, 2016)



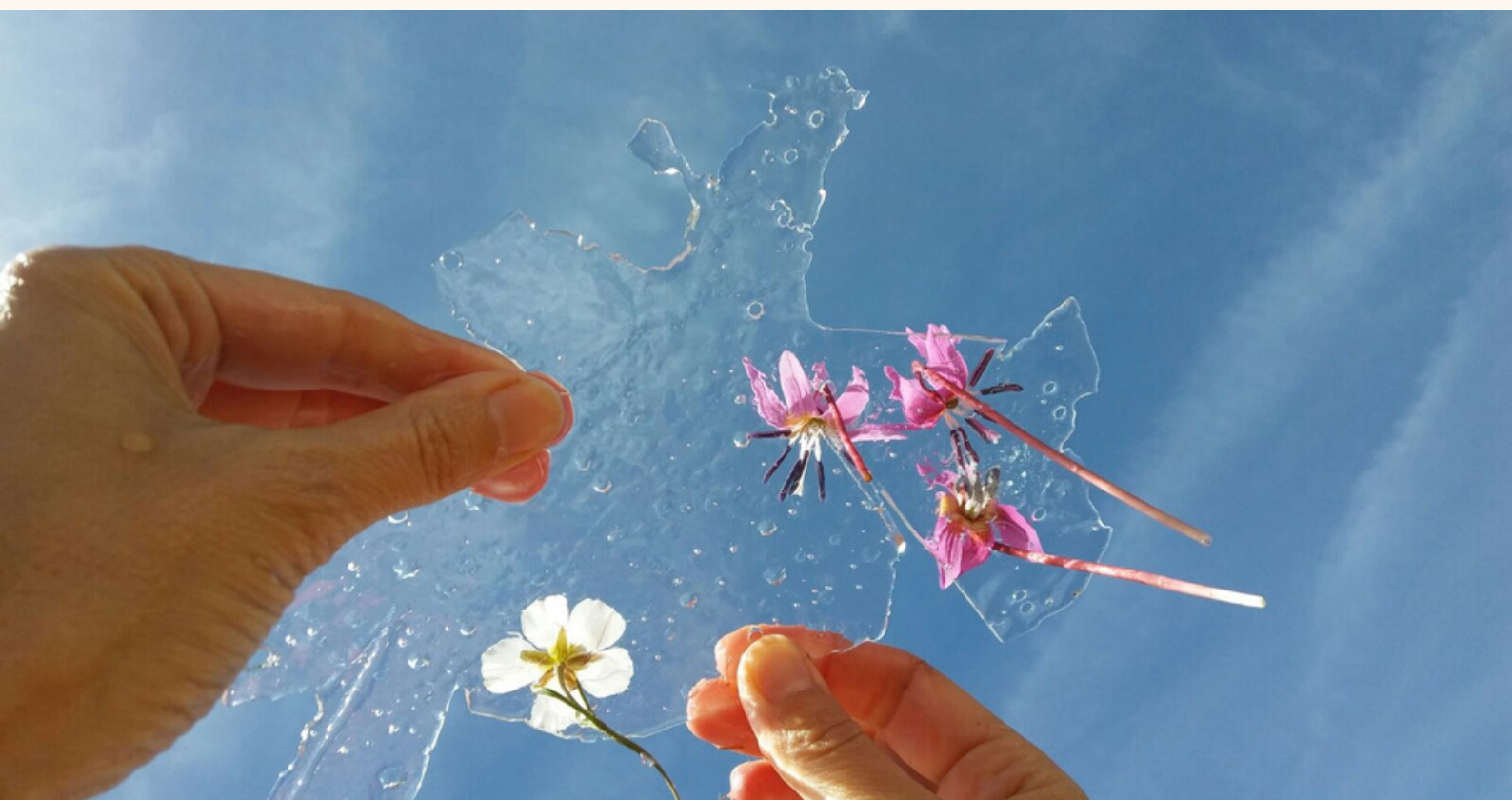
DES D'ON DESPLEGO EL MEU COMPROMÍS,
DES DE LA PROFUNDITAT DEL COR O LA REACTIVITAT EMOCIONAL?
COM ES MANIFESTA AQUEST VERITABLE COMPROMÍS?

LA VISIÓ SISTÈMICA DE LA VIDA: UNA VISIÓ UNIFICADORA

En definitiva, la consciència ecològica profunda és consciència espiritual. Quan el concepte de l'esperit humà s'entén com el mode de consciència en què l'individu té un sentiment de pertinença o de connexió al cosmos en general, queda clar que la consciència ecològica és espiritual en la seva essència més profunda. Per tant, la nova visió emergent de la realitat, basada en una consciència ecològica pregona, concorda amb l'anomenada "filosofia perenne" de les tradicions espirituals.

Fritjof Capra i Pier Luigi Luisi

The Systems View of Life: A Unifying Vision
(Cambridge University Pres., 2014)



COM PODEM REINSTAURAR AQUESTA CERTESA DE PARTICIPACIÓ EN L'UNIVERS,
DE MANERA QUE LA NOSTRA VIDA ESDEVINGUI UNA CURA EFECTIVA
DE NOSALTRES MATEIXOS, DELS ALTRES I DEL MÓN?

METÀFORA VIVA

Com vull viure aquest procés de confinament?



- **Compromès a viure'l amb plenitud:** Acceptant plenament la realitat, i la unitat de la que formem part, mantinc un estat emocional joïós, encomano esperança, agraint la vida amb reverència, valorant tots els dons quotidians, dedicant més estones al conreu de la interioritat (pregària, meditació, contemplació), buscant la millor manera d'adaptar-me a situacions inèdites amb amor compassiu, procurant ajudar segons les meves capacitats, posant els meus talents als servei dels més necessitats, conreant la paciència i la calma interior, vivint plenament el present, amb esperança i sense expectatives.

- **Qüestionant i aprenent:** Qüestionant críticament l'allau de missatges mediàtics, seleccionant i contrastant la informació abans de difondre-la, prenent consciència de les meves emocions, identificant allò que no depèn de mi i acceptant-ho, deixant de consumir compulsivament (notícies o menjar), acceptant les oportunitats que visc com un aprenentatge: prenent consciència de la situació, valorant noves alternatives d'acció, orientant l'atenció cap allò que puc fer bé; aprenent a transitar des de les meves febleses egocèntriques a la fragilitat que ens uneix a tots, i des d'ella, començar a viure d'una manera més coherent, ara enmig de la crisi, per poder sostenir els canvis positius més endavant, en l'etapa que seguirà després.

- **A la defensiva:** Queixant-me o fent denúncies, agitad i irritat pels errors d'altri, reenviant tots els missatges que rebo, encomanant emocions de por o d'ira, acaparant medicaments, màscares o menjar, defensant tots els meus drets (personals, laborals o socials), confiant passar aquest malson i esperant retornar a la normalitat anterior, com més aviat millor; imposant les meves propostes d'activitat i soroll als altres, per matar les seves oportunitats de silenci i quietud, prenent encara fer-los un favor.

PAISATGES SONORS


Aquest estat de reclusió ens allunya temporalment de la Natura exterior, però això no vol dir deixar de tenir-la present ni renunciar als seus beneficis.

Obrim una finestra a la Natura, doncs, per silenciar tot el soroll mediàtic durant una estona. Contemplar, meditar, inspirar-se o senzillament embadalir-se.

Us proposem una immersió sonora per gaudir de les vivificants vibracions de la Natura des de casa, i així desconectar del soroll i reconnectar amb aquestes sinfonies primordials.



ESCOLTAR
AL BOSC



RIU, CANT
D'OCELLS