

ASOCIACIONISMO Y COMUNIDAD

Semana 2: Potenciando el asociacionismo y la comunidad

Si practicamos en una comunidad en la que se cuide el habla amorosa y la escucha profunda y compasiva, tenemos la oportunidad de experimentar lo necesarios que son estos ingredientes para que se cree una atmósfera de bienestar en la que sentir aceptación, compenetración y que somos tenidos/as en cuenta.

Para desarrollar esta perspectiva de Interser con la Tierra, y aprender a cuidarla y amarla, queremos invitarte a que participes en alguna de las redes existentes que potencian el cuidado de la Tierra. Además, también puedes incluir el cuidado de la tierra en asociaciones que no están directamente dirigidas a ese fin, ofreciendo la práctica de la plena consciencia con valores como proteger la vida, potenciar la generosidad, observar el consumo consciente...

PROPUESTA 1

Para potenciar el cuidado de la Tierra en las asociaciones o comunidades en las que participas, puedes observar si te es posible introducir aspectos del cuidado y amor por la Tierra en las demás personas y de qué forma podrías llevarlo a cabo.

Es interesante que te preguntes si es posible implementar algunas prácticas para el cuidado de la tierra en tus círculos cercanos, como tu familia, tu grupo de amistades, tu trabajo... y, al igual que el punto anterior, que revises cómo podrías llevarlos a la práctica.

Te invitamos a tomar consciencia de las prácticas de plena consciencia que te ayudan a afrontar las dificultades y circunstancias personales de cada día. ¿Crees que es posible introducir esos hábitos o ejercicios de plena consciencia en asociaciones que están directamente relacionadas con el cuidado de la Tierra? ¿De qué forma sientes que ayudarían a un mejor funcionamiento de la asociación?

PROPUESTA 2

Ya estamos en la última etapa de este curso de profundización, por ello queremos invitarte a mirar cuál es la situación en la comunidad espiritual en la que practicas para descubrir cómo y de qué forma se podría potenciar el cuidado de la Tierra.

¿Sientes que se podría implementar este programa, haciendo modificaciones si fuera necesario, en tu comunidad espiritual? ¿Qué formato le darías?

Talleres, días de plena consciencia, meditaciones...

De todas las propuestas, ¿qué prácticas concretas se podrían implementar en tu comunidad? Reflexiona sobre las condiciones que necesitarías para poder llevarlas a cabo: humanas, recursos, tiempo...

Desde el Equipo de Madre Tierra podemos ofrecerte apoyo y colaborar contigo repensando el programa y adecuándolo a las características de tu comunidad o entorno.