



HACIA LA ECOLOGÍA INTEGRAL DESDE EL LAICADO VEDRUNA

"Es muy noble asumir el deber de cuidar la creación con pequeñas acciones cotidianas, y es maravilloso que la educación sea capaz de motivarlas hasta conformar un estilo de vida." (LS 211)

Desde la Comunidad Laical Vedruna La Bahía (Cádiz, España) queremos compartir nuestras experiencias cotidianas, convencidas de que con pequeños gestos cada una de las personas que formamos parte de esta comunidad, vamos dando pasos para tomar conciencia de la necesidad del cuidado de la Creación, cuidado de las personas y de la Madre Tierra.

"Aparte de separar la basura en orgánicos, plásticos y latas, papel y cartón y vidrios siempre apago la vitrocerámica cinco minutos antes para que se termine de hacer la comida con su autonomía; tengo todas las bombillas LED y sólo tengo encendida la luz de donde estoy en ese momento. La lavadora siempre la pongo llena por lo que tengo que esperar a veces hasta más de una semana y el lavavajillas lo mismo."

"Además, colaboro mensualmente con varias entidades como por ejemplo comedor Pan nuestro, Manos Unidas, Asociación contra el cáncer, parroquia La Inmaculada y hermandad del Perdón. La ropa usada la deposito en el contenedor adecuado y otra cosa que yo creo muy importante, el aceite usado igualmente a su contenedor, sin olvidarme de las pilas y las cápsulas de café".

"Lo que intento hacer desde casa, poco a poco, es concienciar a mi familia en la separación de la basura para su Reciclaje, también lo intento hacer en el trabajo. Con la lavadora y lavavajillas me pasa lo mismo, hasta que no la lleno hasta completarlo no los pongo a lavar. Cuando cambio el aceite usado de la freidora, lo vacío en una garrafa que luego llevo al contenedor de aceite usado y procuro no comprar sprays que dañan tanto el medio ambiente y la capa de ozono".

"En un recipiente plástico reutilizado echo aceite usado y el aceite de las latas de conservas. Reciclo los vidrios, orgánicos, envases de plástico, latas y tetrabrik en el contenedor correspondiente. Uso pilas recargables, en el caso de usar pilas normales, las deposito en el contenedor correspondiente. En la ducha, recojo el agua antes de que salga caliente, para limpiar la casa o usar en el WC."

"Guardo los restos de pan en una bolsa de tela para rayar o echar a las gallinas. Uso las cáscaras de los huevos, restos de café o infusiones, para echar al jardín, una vez machacados. Utilizo bolsa de tela para el pan y reutilizable para las compras en el supermercado. En caso de tener alguna bolsa de plástico, la uso para basura del hogar, tapando si tuviera algún agujero."

“Las servilletas de papel usadas, las utilizo para limpiar platos y sartenes antes de meterlas en el lavaplatos, ahorrando así el agua del aclarado para quitar los restos de comida. Tengo difusores para los grifos y procuro no abrirlos a máxima potencia. El agua de enjuagar las verduras, las echo a las plantas. En la cisterna, meto una botella de agua para evitar tirar más litros de agua. Utilizo los folios de papel (facturas, fotocopias...) por las dos caras.”



“Aprovecho los tubos de crema, cortando por la mitad, para sacar todo el contenido. A los cuadernos usados, les saco el espiral y monto uno nuevo con las hojas blancas no usadas de cada cuaderno. Los bolígrafos BIC, cambiarles la punta que se despuntan con la mina llena. La fruta que está picada o manchada, cortarla a láminas y hacer compota o mermelada.”

“Suelo hacer empanadas o croquetas con los restos de comida del día anterior (carne o pescado. Recojo las plantas que tiran a la basura, las cuido con buena tierra y las podo para obtener nuevas plantas.”

“Le doy nueva utilización o vida a los frascos de vidrio o plástico. Se puede hacer algunas manualidades con objetos usados (tapones, botellas, cartones de huevos...). Recojo y guardo los tapones de plástico para fines benéficos, haciendo que los que me rodean también lo hagan.”

“Heredar ropa o donarla a centros benéficos, al igual que los muebles.”

“Invito a no comprar animales, sino adoptarlos. Pongo un recipiente con agua en la ventana para los pájaros e insectos en olas de calor. Guardo las semillas lavadas y secas para esparcirlas por el campo.”

“Llevo los medicamentos al punto Sicre de la farmacia. Apago luces, si no se necesitan. Intento usar manteles, servilletas y pañuelos de tela.”

“Me he concienciado de la importancia del cuidado en la separación de basuras para reciclar y en el uso de una regadera en vez de la manguera para regar las plantas del jardín, así se desperdicia menos agua.”

“Mi propuesta hacia el cuidado de la Creación pasa por revisar mi hábito de consumo, buscando evitar el despilfarro de alimentos, agua y energía. Por ejemplo, comprar los alimentos de temporada y de proximidad, y sólo en la cantidad que vaya a necesitar. Intentar que sean a granel y no envasados. Hago compras en el Comercio Justo.” “Cuido a quienes me rodean y lucho por la justicia social a favor de las personas empobrecidas, unida a otras para trabajar en red (comedores sociales, Manos Unidas, recogida de firmas, concentraciones...).”

“Y me uno en oración por las necesidades de la humanidad y por la paz en el mundo, a nivel individual y comunitario, tanto eclesial como interreligioso. Intento motivar y concienciar, tanto a mi familia como a los que me rodean, de la importancia de cuidar el regalo de la Creación”.



Reconocemos que la conversión es una gracia del Espíritu Santo que no depende totalmente de nuestras propias acciones.

Sabemos, sin embargo, que podemos abrirnos para estar disponibles para recibir la gracia a través de la oración y el compromiso y entrar en una forma de vida más acorde con los valores del Evangelio (fomentar la moderación y austeridad en el uso de los recursos y la energía). Creemos que la adopción de Estilos de Vida Sostenibles es fundamental.

Como dijo el Papa Francisco en su mensaje del 1 de septiembre de 2016: “Una conversión ecológica «debe traducirse en formas concretas de pensar y actuar más respetuosas con la creación».

Estamos convencidas que la conversión ecológica tiene lugar a nivel personal, pero como señala el Papa Francisco, una conversión comunitaria es igualmente importante: *«Los problemas sociales deben ser abordados por las redes comunitarias y no simplemente por la suma de buenas acciones individuales... La conversión ecológica necesaria para lograr un cambio duradero es también una conversión comunitaria»* (LS 219).

Marisa Martínez Fernández
Laicado Vedruna La Bahía