

Ciencia y Luz

FACEBOOK | TWITTER: @CienciaUV



DIRECCIÓN DE COMUNICACIÓN DE LA CIENCIA



Universidad Veracruzana

Ciencia UV

Vivimos en una sociedad en la que se nos exige ser los mejores con base en parámetros banales: acumular mucho dinero, vestirse a la moda, manejar un carro deportivo o —en cuanto sale a la venta— correr y hacer una larga fila para adquirir el nuevo *smartphone*.

Alcanzados tales objetivos, lo presumimos subiendo a las redes sociales fotos que lo testifiquen, para que todo mundo se entere.

¿Esto es la felicidad?

*“Del es difícil”
al “Si se puede”*

De: Laura Jarri*

Edición: Eliseo Hernández Gutiérrez

Ilustración: Francisco J. Cobos Prior

Dir. de Comunicación de la Ciencia, UV

dcc@uv.mx

(Acciones sencillas de conservación)

¿Cuántas

personas que no son felices conocemos? ¿Cuántas habrá en Xalapa, cuántas en todo el mundo? La infelicidad nace de ver incumplidas las expectativas, las cuales, si se fundan en la obtención constante de bienes materiales, cada vez en mayor número y con mayor precio, sólo por sentir aceptación, por sentirse parte de un grupo, tarde o temprano se verán frustradas.

En cambio, si encauzamos nuestro pensamiento en otra dirección, en la que el aspecto económico pase a un plano relegado y valoremos de manera cabal lo poco o mucho que tenemos, así como las pequeñas cosas que nos rodean, que generalmente son gratis, es probable que sea motivo de felicidad, por ejemplo, ver salir el sol, oler la tierra mojada cuando empieza a llover, abrazar a personas queridas, presenciar de camino a casa la sonrisa de un niño jugando, tomar el primer traguito de café caliente en la mañana.

Millones de cosas así pasan diariamente en el mundo. Aprendamos a disfrutarlas y empecemos a cuidar el lugar donde todas estas maravillas ocurren: nuestro planeta Tierra.



Al año cada persona usa unas 300 bolsas de plástico y casi nada se recicla por el costo que conlleva.



Es muy difícil que cambiemos nuestra forma de ser “de jalón”, de un día para otro. Lo que debemos hacer es concientizarnos, ecológicamente hablando, acerca del impacto que tienen nuestras prácticas y modificarlas conforme nos vayamos sintiendo cómodos. Nos sentiremos felices sabiendo que estamos haciendo cosas para el bien del planeta, el bien de todos, el nuestro y el de las futuras generaciones.

Recomendaciones

Llevemos bolsa de tela en lugar de pedir bolsa de plástico. Nos llenamos de bolsas de plástico para ir de la caja donde pagamos hasta nuestra casa, las tenemos en nuestras manos 15 minutos y cada una se tardará 150 años en degradarse. Moriremos y ellas seguirán sobre la Tierra, al año cada persona utiliza unas 300 y casi nada se recicla por el costo que conlleva.

Disminuyamos nuestro consumo de alimentos industrializados y envasados. Generan muchos residuos y, por lo general, entre más empaquetados vengan menos saludables son. Si revisamos lo que dicen los envases encontraremos que contienen muchas sustancias que no son comida (colorantes, conservadores, etcétera).

Demos el primer paso

Cuando nos sintamos listos podremos empezar a realizar acciones de otro calibre, que tal vez requieran un poco más de nuestro tiempo, pero que nos harán sentir felices al ver los resultados del esfuerzo invertido. Por ejemplo, producir parte de nuestra comida en un huerto, hacer nuestros propios limpiadores de casa con ingredientes sencillos, baratos y no contaminantes (vinagre blanco, bicarbonato), nuestros propios productos cosméticos (jabones, desodorantes, cremas, *shampoos*, pastas de dientes) o incluso tener un baño seco que no gaste agua ni necesite drenaje.

Obtener y acumular bienes materiales no nos hará felices, pero llevar a cabo acciones en favor de nuestro bienestar y el de todos sí. Cada actividad, por chiquita que parezca, cuenta si se hace pensando en los demás. En lo que respecta a la protección ambiental, empecemos por pequeñas cosas, pasemos del “es difícil” al “sí se puede”.

*Coordinación Universitaria para la Sustentabilidad, UV
Correo: laura.jarri1@gmail.com



Falsas etiquetas

Es posible que si pensamos en protección al ambiente, vengan a nuestra mente los ecologistas que protestan amarrándose a los árboles para que no los corten, o los que andan en barcos salvando ballenas. Actividades de esta clase, tan necesarias como espectaculares, están fuera de alcance para la mayoría de nosotros. Sin embargo, podemos contribuir a dicha protección desde el lugar donde vivimos, con acciones pequeñas, mas no por eso menos importantes.

Acaso la etiqueta “ser ecológico” provoque en nosotros consideraciones del tipo: “trabajo todo el día y no tengo tiempo para andar pensando en esas cuestiones”, “lo ecológico es muy caro, si no me alcanza para pagar lo básico, ¿cómo podría cubrir eso?”; o sucede también que llegamos a la conclusión de que nuestro esfuerzo es vano porque “solitos no podemos cambiar el curso del mundo”.

Es sorprendente descubrir, frente a las objeciones señaladas, que muchas acciones para cuidar al planeta no requieren de tiempo, ni tampoco dinero, sólo implican una decisión que consiste en cambiar las prácticas cotidianas. En este sentido, no hay “cositas chiquitas”, todas cuentan al momento de decidir si queremos construir o destruir nuestro hogar, un lugar que lleva más de 4000 millones de años formándose y donde nosotros permanecemos únicamente unas cuantas décadas.

Utilizamos los popotes durante 15 minutos para inmediatamente tirarlos a la basura, donde tardarán más de 100 años en degradarse.

