

Curso de Agroecología BAH! 2012

Estrategias de supervivencia colectiva

¿Cómo podemos cubrir nuestras necesidades básicas cuando nos encontramos sin recursos? El momento actual confiere una relevancia especial a esta pregunta. Sin embargo, no son pocos los colectivos que han querido dar algún tipo de solución a un problema que, si bien ahora se ve agravado por las circunstancias, ha estado siempre presente en el modelo social capitalista.

❖ Julio Gisbert nos presenta dos herramientas para evitar que el dinero tenga que ser el centro de nuestro bienestar. Los bancos de tiempo y las monedas sociales. ¿Qué son y cómo podemos utilizar estos recursos?

Los bancos de tiempo son depósitos donde un grupo de gente acumula tiempo en lugar de dinero. La forma en que se consigue este tiempo es realizando alguna labor para otro miembro de la comunidad. Si entre dos miembros del banco de tiempo uno –pongamos por caso- imparte una clase de guitarra de dos horas al otro miembro, el profesor recibirá 2 horas en su “cartilla” de tiempo que serán abonadas por parte del alumno. ¿Cómo se realiza este intercambio de horas? El alumno de nuestro ejemplo dará un ‘cheque’ con las horas abonadas al profesor, y este acudirá al banco de tiempo a ingresarlas. El banco de tiempo tan sólo gestiona el traspaso de horas de un miembro a otro. El banco de tiempo también se encarga de informar periódicamente a los miembros de los servicios que están disponibles.

¿Cuál es la finalidad, entonces, de un banco de tiempo? ¿Para qué sirve? En primer lugar, un banco de tiempo se libra del monopolio de la creación del dinero, que escapa a nuestro control. En segundo lugar, el intercambio de servicios entre los miembros del banco de tiempo crea espacios de encuentro, y construye un sentido de comunidad entre sus miembros. En tercer lugar, el intercambio de servicios estimula las capacidades de los miembros del banco de tiempo al margen de su situación personal o laboral, lo que les permite desarrollar su autoestima. Además, el “pago” por el trabajo realizado se corresponde con el número de horas que se han invertido en él, estableciendo un baremo común a la hora de valorar los diferentes servicios. Incentiva el apoyo mutuo y contribuye al reconocimiento laboral de trabajo no remunerado (ej. Labores del hogar)

Los bancos de tiempo son herederos de las cooperativas de trueque, y existen alrededor de 300 bancos de tiempo en España. Pueden ser promovidos por asociaciones, centros docentes e incluso instituciones, ya que benefician el enriquecimiento de los tejidos sociales, y promueven la conciliación laboral, familiar y personal.

Existe una página web (<http://www.ces.org.za>) que sirve como herramienta informática para la gestión de redes de trueque, bancos de tiempo y monedas sociales a nivel global.

La moneda social, además de intercambiar servicios, permite intercambiar productos. No trata de sustituir a la moneda tradicional, sino de complementarla: se ocupa de asumir funciones sociales de las que la moneda tradicional no puede dar cuenta. De hecho, la moneda social es un elemento que se ha dado históricamente en momentos de crisis económica como una forma de potenciar las economías locales. También pueden emplearse como un método para recaudar donaciones.



La moneda social y los bancos de tiempo son compatibles, pueden ser empleados en el mismo contexto económico. En ambos casos la 'divisa' se produce fácilmente, y se crea una 'deuda' multirrecíproca, es decir, no tiene que ser saldada con el miembro del grupo con quien se ha contraído, sino con cualquiera de los miembros del grupo. El fin de la moneda social es la reactivación de la economía local, y sólo funciona en un espacio restringido. Su valor puede relacionarse o no con el de la moneda oficial. El principal beneficio que conlleva es que, como no genera intereses, no sirve para nada acumularlo, sino que circula con fluidez, de modo que el intercambio de productos y servicios es constante. Favorece el desarrollo de los productos locales.

Se calcula que hay unas 30 monedas sociales en España. En Sevilla, "el puma" se ha convertido en la moneda de El Pumarejo. En Madrid, el 15M está intentado desarrollar su propia moneda para utilizarla en las plazas. En Cataluña la Ecoxarxa del Monseny junto con la Cooperativa Integral Catalana han puesto en común una cooperativa de consumo y una moneda social (los pagos a la cooperativa se hacen parcialmente con "ecos", mientras que el dinero oficial que reciben se emplea para nuevos productos que aún no pueden conseguir en su sistema).

La Cooperativa Integral Catalana (<http://cooperativa.cat/es>) es una **iniciativa de transición**. Una iniciativa de transición es el equivalente anglosajón (irlandés) de los modelos de Decrecimiento que encontramos en Francia. Un grupo de gente organiza un sistema que se prepara por lo que ocurrirá dentro de unos años (el fin del petróleo, el cambio climático...). Una vez que los recursos sobre los que mantenemos la economía oficial se hayan agotado, ¿Cómo queremos que sea nuestro mundo? En lugar de esperar a que ocurra, las iniciativas de transición pasan a la acción. Los modelos de producción y consumo –y los modelos sociales- tardan mucho tiempo en cambiar y conviene amortiguar el golpe. Desarrollan su *resiliencia*, es decir, su capacidad de superar momentos adversos. ¿Cómo lo hacen? Buscan poder vivir con los recursos de su propio espacio. De este modo garantizan su autonomía, que los protegerá del colapso si el modelo que los rodea colapsa. En Madrid tenemos el pueblo de Zarzalejo, desarrollando su propia iniciativa de transición.

❖ Sandra nos expone un caso concreto: ¿Cómo se ponen en práctica estas propuestas teóricas? El Mercado Social de Madrid ha nacido como un espacio dispuesto a agrupar todas las opciones alternativas de producción y consumo de bienes y servicios de la zona. De momento ya hay bicicletas, libros... quieren incorporar el mayor número de negocios posible porque afirman que cuanto más productos y servicios podamos gestionar en los modelos económicos alternativos, menos tendremos que depender de la economía convencional y sus sistemas de valores. Tanto las entidades productoras como los consumidores son corresponsables del buen funcionamiento del Mercado Social, de modo que se adueñan de su propia economía: tanto lo que consumo como lo que produzco es político (y es mi responsabilidad).

A la hora de incorporar entidades al Mercado Social, estas deben demostrar que cumplen unos criterios ecológicos, solidarios, éticos... Estos criterios deben mantenerse en el tiempo, con lo que se hacen auditorías sociales: la certificación participativa –el juicio conjunto de productores y consumidores- se encarga de hacer respetar las líneas de convivencia básicas que el Mercado Social ha establecido. El objetivo es que las empresas miembro del Mercado Social vayan recibiendo evaluaciones y autoevaluándose para incorporar mejoras progresivamente.



Además del gasto material, el Mercado Social quiere cuidar de otros valores implicados en la producción: que las personas relacionadas con el producto sean el centro de la producción y el consumo (cuidar de las personas), la cooperación (solidaridad entre entidades y con los consumidores), el límite al beneficio económico (este no debe ser prioritario frente a otros valores), el mínimo impacto ecológico (cuidar de los recursos), transparencia en los procesos de producción y en la gestión, democracia.

El Mercado Social está comenzando a utilizar su moneda social: el boniato. ¿Cómo funciona su moneda social? Pongamos por caso que alguien compra un libro en *Traficantes de sueños* (Librería perteneciente al Mercado Social). Esta persona paga la totalidad del libro pero *Traficantes* le devuelve un porcentaje de su precio en boniatos. Dado que gestionan sus intercambios a través del CES, en la página web nuestra compradora tendrá X boniatos más, y *Traficantes* tendrá X boniatos menos. Los boniatos pueden utilizarse en cualquier tienda del Mercado Social para comprar cualquier producto (por supuesto, también en *Traficantes*). ¿Qué beneficios tiene esta moneda? En primer lugar crea circuitos cortos de economía, invitando a los miembros del Mercado Social a seguir consumiendo los servicios y productos del Mercado Social. Los circuitos cortos y autónomos de economía además son garantía de estabilidad: ante la escasez de moneda oficial, la moneda social puede ayudar a conseguir los recursos necesarios. En segundo lugar, no tiene sentido acumular boniatos, con lo que no paran de moverse, fomentando así el intercambio continuo. En tercer lugar es un elemento formativo: al darse en un espacio restringido, podemos tener una visión global de los movimientos del boniato: vemos como una 'maqueta' del funcionamiento del dinero y aprendemos qué queremos hacer con él y cómo podemos hacerlo.

❖ Pablo, como buen educador, decide contarnos un cuento que nos explique cuál es la situación de las propuestas económicas alternativas en el panorama general. Nos cuenta cómo hace muchos muchos años los dinosaurios eran los dueños y señores de todo el planeta tierra. Campaban a sus anchas y disponían de todos los recursos que encontraban a su paso: el agua de los ríos, y todos los árboles, y sus frutos, y a veces los dinosaurios hasta se atacaban los unos a los otros.

Contemporáneas de los dinosaurios eran las musarañas, minúsculos ratoncillos que vivían en las grietas, que pasaban desapercibidos. Las musarañas no disponían de los mismos recursos que los dinosaurios, eran pequeñas, los frutos de los árboles eran demasiado grandes para ellas. Pero tenían otras cualidades, eran ágiles, y sus mentes eran ágiles. Ellas buscaron los recursos que se ajustaran a sus medidas: como eran pequeñas y vulnerables, escogieron protegerse las unas a las otras como una única musaraña hecha de muchas musarañitas. Como sus crías eran demasiado débiles para valerse por sí mismas, decidieron cuidarlas, y las empezaron a amamantar. Las musarañas utilizaron recursos que los dinosaurios ni veían.

Entonces hubo una gran glaciación. Los ríos se congelaron, y los árboles, y sus frutos. Los dinosaurios entonces no tuvieron qué comer. Poco a poco fueron matándose unos a otros, o muriendo por la escasez. En cambio, las musarañas se protegieron del frío juntándose entre sí, y se protegieron del hambre y la sed produciendo sus propios alimentos, amamantando a sus crías con su propia leche calentita, haciéndolas fuertes y resistentes.

El mundo dinosaurio y el mundo musaraña no estaban enfrentados: compartían un espacio sin tenerse en cuenta. Aquellos que parecían más fuertes no lo lograron, por despreciar recursos que pensaron no necesitar, como el apoyo mutuo. Y lo mismo que ocurría entonces, ocurre ahora: el capitalismo, que



parece tan grande y fuerte, desprecian los recursos que pronto necesitarán, como el sentido de comunidad, la solidaridad y el respeto a la tierra. Al mismo tiempo, las iniciativas alternativas ponen en marcha un mundo musaraña que no necesita confrontación, porque estos dinosaurios –más pronto que tarde- acabarán por verse sin recursos. Tendrán entonces dos opciones: adaptarse o desaparecer.

Nuestra sociedad está compuesta por un 1% de dinosaurios, y a lo mejor un 5% de musarañas, pero la mayoría de nosotros somos lagartijas, estamos a medio camino entre una cosa y otra. La moraleja de nuestro cuento es que debemos actuar con valores distintos y nunca abandonar la autocrítica. Tenemos mucho que aprender, y los pasos los damos despacio, pero somos firmes y podemos construir una comunidad sólida basada en nuevos principios, valores y recursos.

Los huertos urbanos son sólo una grieta positiva más en que se juntan las musarañas. No son espacios productivos, sino medios de educación donde se comparte el primero de los valores mamíferos: cuidarnos.

La red de huertos urbanos comunitarios de Madrid comenzó con tan solo 8 huertos. Hoy aún unos 18 huertos urbanos en la comunidad (casi todos ilegales), aunque el número real de huertos asciende a unos 30. Hay unas 70 solicitudes municipales para crear nuevos huertos. A través de su página web: <http://redhuertosurbanosmadrid.wordpress.com/> se puede conseguir toda la información necesaria sobre estos proyectos, su ubicación, sus actividades...

(En la discusión colectiva nos señalan un par de cosas relacionadas con huertos urbanos: www.pericobgf.es, una página web para que la gente se acerque a las huertas urbanas: con guías, trucos y diferentes tipos de información).

❖ Emille también quiere enseñarnos la grieta musaraña que ocupan las gentes del BAH!

El BAH! Es una cooperativa unitaria, agroecológica, asamblearia y anticapitalista que nació en 1999 a partir de la ocupación de unas tierras por 10 jóvenes. A partir de 2000, se establecieron en Perales de Tajuña, donde todavía se encuentran. Esta cooperativa se rige por unos principios compartidos por todos sus miembros: la **autogestión** (autonomía) que deriva en la libertad y el control sobre nuestras decisiones económicas. Se materializa mediante el compromiso y la participación de todos los miembros de la cooperativa, que son los gestores de sus propios productos. El **asamblearismo**, que busca la horizontalidad. Todos los miembros tienen la misma voz, y las decisiones buscan el acuerdo de todos los miembros. El **anticapitalismo** como reacción a la competición y el enfrentamiento al que nos somete el modelo económico en el que vivimos. En busca de la **cooperación** como respuesta, el modelo del BAH! hace que la propiedad de los mecanismos de producción pertenezca a todos los miembros del colectivo, de modo que no existe la compraventa. Los trabajadores del BAH! sí reciben una asignación mensual, para que puedan dedicarse a la tierra en el contexto social en el que estamos. Esta asignación es decidida en asamblea general, evaluando las necesidades tanto de los productores como de los consumidores. La **agroecología** se sigue como máxima de trabajo, para cuidar de los recursos de la tierra, y tratar de integrar la vida (urbana) con la naturaleza en la medida de lo posible.

¿Cómo funciona el BAH!? Esta cooperativa está compuesta por once grupos de consumo, de tamaños distintos, que suman un total de más de 100 cestas. Se financia mediante una cuota mensual por parte de los miembros, quienes reciben semanalmente una **cesta cerrada** de verduras. No existe una relación mercantil en el proceso, ya que la cantidad de verdura recibida no tiene ninguna correspondencia



con la cuota mensual. Es decir, si se congelan las huertas y durante un mes los miembros no reciben verdura, siguen pagando la cuota, ya que esta es la que financia el proyecto, no el producto.

Para acercar el campo a la ciudad, así como para que los miembros conozcan en qué consiste el trabajo de huerta (sus alegrías y sus problemas) una vez al mes –dos en verano- se organiza el **Domingo Verde**, donde los miembros que quieran bajan a la huerta a ayudar con el trabajo. Cada domingo lo organiza uno de los grupos de consumo, que se encarga de llevar la comida, coordinar el transporte y a veces de organizar alguna actividad extra. Estos domingos sirven también para que los miembros se conozcan mejor y establezcan lazos y puntos comunes.

Las tareas de la cooperativa que no se pueden gestionar eficientemente de manera colectiva se reparten entre varias comisiones. Las comisiones son grupos de gente que voluntariamente se reúne para ocuparse de un determinado asunto que se quiera desarrollar, o que necesite supervisión, o que sea necesario solucionar. Hay comisiones permanentes, y otras que puntualmente surgen para un evento determinado (por ejemplo, la comisión del Curso de Agroecología, es una comisión puntual que ha organizado este curso).

Actualmente, existen de forma permanente al menos las siguientes comisiones:

- Comisión económica: se encarga de llevar las cuentas del BAH! (para tranquilidad del resto de los miembros).
- Comisión de salud: se ocupa de cuidar del bienestar físico y psicológico de los miembros del BAH!
- Comisión agrícola: acerca la información de lo que ocurre en la huerta a la ciudad (planificación y distribución de las huertas, por ejemplo), y va buscando pequeñas mejoras tanto para el trabajo, la producción y los cuidados de la tierra y las personas en el BAH!
- Comisión furgoneta: mantiene a punto la furgoneta de reparto y está alerta de reparaciones necesarias y otras gestiones.
- Comisión urbanística: ¿??
- Entre las comisiones puntuales, han existido una comisión de debate, la comisión Bah!mos pa' alante...

El mayor órgano de decisión del BAH! es la **Asamblea General**. Mensualmente se reúne al menos un delegado de cada grupo para poner en común cualquier tema que haya que debatir en el marco de la cooperativa. La forma en que se escoge delegada depende de cada grupo, pero generalmente es una tarea rotatoria. Cada delegada trae a la Asamblea General los acuerdos alcanzados en la asamblea de su grupo ese mes (las asambleas de grupo hablan sobre los temas planteados en la asamblea anterior o aquellos temas que hayan surgido a lo largo del mes). La persona delegada hace de portavoz de su grupo y entre todas se alcanzan decisiones a nivel de cooperativa. Todas las asambleas se recogen en actas que se envían por correo electrónico a todas las socias de la cooperativa.

En caso de que algún asunto sea de especial calado o especial envergadura como para que la figura del delegado no sea suficiente, se propone (en Asamblea General) un **Plenario**. El plenario es una sesión de toma de decisiones (generalmente una jornada) a la que están invitadas todas las componentes del BAH! para hablar a título individual sobre un asunto determinado en busca de un acuerdo colectivo sobre cómo abordar el asunto a tratar (qué postura adoptar, cómo gestionarla, qué herramientas son necesarias...)



En conjunto, el BAH! es como una gran familia: todos sus miembros comparten un compromiso y participan en el proyecto del BAH!, funciona como una gran red de apoyo e intercambio... y cuando hay proyectos o problemas, la familia se sienta a la mesa y los habla.

Desde la okupación inicial, el BAH! ha criticado la agricultura industrial, por su desnaturalización, deshumanización y su falta de valores. La mayoría de los miembros del BAH! están –o acaban involucradas- en multitud de proyectos de carácter social o ecológico, muchas veces en su mismo punto de recogida (ej. Tabacalera, Casablanca...), o en la asociación de vecinos de su barrio, llevando niños a la huerta...

El BAH! y sus miembros están siempre adaptándose: a los tiempos que corren, a los cambios que los rodean, a sí mismas, a las nuevas perspectivas... siempre en evolución.

❖ La economía de la cooperación no tiene por qué ceñirse exclusivamente a la producción y el consumo. Íñigo va a enseñarnos cómo también es posible invertir anteponiendo los principios al lucro a través del ejemplo de COOP 57 (www.coop57.coop), una banca ética. La situación actual hace especialmente necesaria la existencia de este tipo de proyectos: mientras los grandes capitalistas guardan con recelo sus ingresos, las bancas éticas apuestan por invertir en proyectos que cubren necesidades básicas, que de otro modo se verían desatendidas.

Cuenta Íñigo que en una charla de FIARE (otra realidad de banca ética) Carlos Taibo (UAM) dijo que "Estamos en un momento de resistir, pero sobre todo, de plantar las semillas de la transformación". Pero, ¿qué queremos recoger de esas semillas? La banca popular ética piensa que el dinero puede estar donde estén nuestros ideales.

La base de la banca ética está en la **Autonomía** (para poder decidir lo que quiere) y en la **Autogestión** (para poder decidir cómo lo quiere). COOP 57 es una cooperativa de servicios financieros, alternativos y solidarios que nació en los años 80' de mano de los 57 despedidos de la Editorial Bruguera. Estos trabajadores, que lucharon por sus puestos de trabajo, decidieron, cuando finalmente la editorial cerró, que guardarían los finiquitos para poder evitar que a otros trabajadores les ocurriera lo que a ellos. Quisieron promover puestos de trabajo de calidad y modelos cooperativos de interacción laboral.

En los años '90, se fundó la actual COOP57, que quería poner en contacto a gente con ideas buenas, éticas, y alternativas con gente responsable con dinero que esté dispuesta a invertir en esas ideas: ahorradores concienciados y emprendedores.

COOP 57 es un medio, no un fin en sí mismo. Financia proyectos, no los desarrolla. Sin embargo, en COOP 57 todas las partes son socias: tanto los emprendedores como los inversores. Estos segundos pueden implicarse en la gestión y toma de decisiones de los proyectos.

El modo en que pueden acceder a los proyectos que financian es a través de la **Asamblea General**, la **Comisión Ética** (encargada de evaluar las entidades que se incorporan a la cooperativa), o la **Comisión de Riesgos** (que se ocupa de hacer balance entre los beneficios y riesgos económicos de cada proyecto: COOP 57 no tiene ánimo de lucro, pero tampoco tiene ánimo de pérdida).

Los intereses de COOP 57 se fijan anualmente en Asamblea General. Tratan de calcular remuneraciones justas fuera del sistema (como también hace la Banca JAK en Suecia). A la hora de tratar cada nuevo proyecto, se calculan los costes para COOP 57 y se aprueba cuánta inversión se puede hacer. Se intentan cubrir los costes con ingresos. Hay también algunos miembros que renuncian a sus intereses bancarios, y los invierten en "alternativas de alto riesgo". Estas son proyectos que tienen un alto



interés social, pero que pueden tener dificultades a la hora de devolver el dinero. Un ejemplo de esto sería la Cooperativa en Cesión de Uso, que promueve la vivienda alternativa.

En ocasiones, unos proyectos promueven a otros: es el caso de Madre Tierra, un proyecto de catering para la integración de mujeres y jóvenes con riesgo de exclusión social a través de la hostelería. Están promovidos por Semilla.

~~~~~

**Manfred Magsnef** dijo que las necesidades son finitas, y además, pocas. Las necesidades humanas se cubren con satisfactores. Hay dos tipos de satisfactores: hay satisfactores represivos (por ejemplo, los intereses creados del capitalismo, como el consumo: que es la motivación, el medio y el fin en sí mismo. Una vez satisfecho se vuelve a crear la necesidad, concentrando la energía – y las miras- en el mismo hábito). También hay satisfactores sinérgicos, como los huertos urbanos, cuya motivación puede ser una –producir tus propios alimentos, pongamos por caso-, el camino es un aprendizaje a varios niveles y el fin termina por cubrir muchas más necesidades de las esperadas en el principio (alimento, sentido de pertenencia, entretenimiento, cuidados...).

Nos preguntamos qué **necesidades** tenemos los seres humanos. Entre las participantes del curso, hubo una tormenta de ideas...

Alimentación,  
Vivienda, Cuidados, Energía, *Salud*,  
Educación, Infraestructuras, Amor, Entretenimiento  
Transporte, Comunicación, AGUA,  
Abrigo, Pertenencia...

Financiación (como herramienta para abordar las demás necesidades, mediante microcréditos o moneda social, por ejemplo). ¿Qué se nos ocurre para cubrir estas necesidades? Los modelos presentados ya son la respuesta para muchas de estas necesidades... pero, ¿Podemos hacer algo más? Varias participantes cuentan sus experiencias...

- La Red de Apoyo Mutuo de Aluche, en el contexto de la crisis, pequeños comerciantes (y el supermercado Hiperusera) han decidido guardar aquellos alimentos que no se pueden vender, pero sí se pueden comer. Los viernes los acercan a la asociación de vecinos, que se ocupa de repartirlos y entregarlos entre las familias o personas con necesidades en el barrio. La organización supuso mucho trabajo, y también se buscó recompensar a los colaboradores, de modo que en la puerta de sus establecimientos hay una pegatina que las identifica. (Más información: [www.reddeapoyomutuo.com](http://www.reddeapoyomutuo.com))
- Susana nos comenta que en el huerto de La Ventilla se recogen tapones para recaudar dinero para personas con enfermedades raras.
- Luis nos comenta un artículo de El Mundo, titulado "Incredibles y comestibles" (3 de junio de 2012), donde nos relatan cómo un grupo de 280 voluntarios ha plantado a discreción verduras, árboles frutales y hierbas en 70 espacios diferentes en Inglaterra. Cualquiera es bienvenido a consumir estos productos, que ya son alegría para los habitantes de ...



- Yara, maestra de escuela, nos comenta el proyecto de su colegio: La Recicleta. Inspirada en el grupo de Yahoo! 'Madrid Recicla', donde puedes pedir lo que necesites y ofrecer lo que no quieras, La Recicleta ha hecho una versión analógica de este mecanismo, para quienes no tengan internet: en los coles se han instalado buzones donde se introducen necesidades y ofertas, y se pone en contacto a quienes se pueden ayudar.
- En Collado Mediano, además de un nuevo grupo de consumo, la Red de Apoyo Mutuo ha creado un "Centro de trabajo compartido". Hay una casa alquilada con el dinero de una herencia en la que hay que entrar con el siguiente pensamiento: ¿Qué puedo ofrecer? Así, se han ido formando diferentes talleres y cursos, y así avanza al proyecto...

BAH!





## Curso de Plantas Medicinales (Paz)

A lo largo de nuestra vida hemos oído muchos 'remedios de la abuela'. Desde siempre, los seres humanos han utilizado las plantas que los rodean para tratar las distintas dolencias que han podido padecer: desde una quemadura, a un dolor de estómago o a cambios de humor. Paz lleva años tratando con todas las plantas que puede encontrar en su entorno, averiguando sus propiedades y empleándolas como remedio para diferentes afecciones. Eso sí, insiste una y otra vez en que el consejo de un médico debe ser tomado en serio: las plantas medicinales pueden ayudarnos, pueden complementar nuestra alimentación y nuestras curas, pueden mantener nuestro equilibrio físico. Pero si hay un problema grave hay que acudir a un médico que pueda tratar cada caso concreto de la forma más efectiva.

*Paz, antes del taller, nos envió un pequeño resumen de algunos de los conceptos básicos necesarios para un primer acercamiento a las plantas medicinales. Alguna de la información recogida aquí está sistematizada a través de esa información previa que ella nos dio. Paz nos recomienda la **Guía de las plantas medicinales** de Paul Schauenber y Ferdinand Paris.*

### Conceptos generales:

¿Cómo recoger la planta? En Junio se recoge el helicriso (siempreviva). Se secan a la **sombra** en un sitio ventilado: deben conservar tanto el olor como el color. Si cogemos plantas silvestres, deben ser pocas y NUNCA de raíz.

Las fases de la luna influyen en la recogida de las hierbas, porque alteran la posición de la savia, donde se concentran las propiedades. La luna ascendente provoca el ascenso de la savia, con lo que potencia las propiedades de las flores, y la luna descendente es en cambio un momento mejor para recoger raíces, y trasplantar. En el ciclo de un mismo día, es mejor recoger las flores de día, porque la savia sube, y las raíces de noche, porque baja.

**Teoría de la Signatura:** en casi todas las culturas del mundo, intuitivamente, se ha desarrollado un uso medicinal de las plantas según su forma, color, olor y textura. Se asocia con cada tipo de dolencia, una planta que se asemeje a la parte del cuerpo donde esa dolencia se ubica. Un buen ejemplo es el de la salvia, que, siendo alargada y rugosa como una lengua, se utiliza para tratar afecciones de la boca. Esta teoría no es 100% infalible, pero acierta en un asombrosamente alto porcentaje de los casos.

**Albahaca:** facilita las digestiones y la producción de leche. Se toma en forma de infusión o como condimento alimenticio.

**Amapola:** La flor es rica en mucílago y contiene antocianos (de efectos antioxidantes). Tiene efectos calmantes y emolientes (disminuye la inflamación). En jarabe funciona como emoliente y sedante para la tos.

**Bolsa de Pastor (corazoncillo):** como es previsible, dado lo que hemos aprendido de la Teoría de la Signatura, la Bolsa de Pastor mejora el sistema circulatorio: produce diosmina, que protege las paredes de los vasos sanguíneos. Ayuda a bajar la tensión. Su uso interno puede ser en ensalada (es dulce).

También su uso interno sirve para la depuración del organismo: especialmente si se asocia con ¿esta?, caléndula y diente de león (ambas diuréticas) y ortiga (tiene muchos minerales).

Su uso externo (en forma de cataplasma) sirve para cortar hemorragias.



**Borraja:** es muy depurativa (tiene mucho mucílago) y remineralizante. La flor y las semillas contienen flavonas, que bajan el colesterol y la tensión (también el germen de trigo tiene flavonas).

**Caléndula:** sirve para tratar afecciones cutáneas. Se puede emplear macerada, machacada o destilada. Su uso es externo. Con una tintura (macerando las flores y hojas entre 2 ó 3 semanas en alcohol) se pueden tratar herpes labiales.

También tiene usos internos: tanto la flor como la hoja son comestibles, pueden tomarse en infusiones (no hervir), o cocidas, o en ensalada. Tienen efectos descongestionantes, y ayuda a segregar jugos (bilis en el hígado y el páncreas) porque tiene mucílagos. También tiene efectos antiinflamatorios (se puede utilizar para paliar dolores menstruales).

**Celidonia:** es común en viveros. Su flor es amarilla y al arrancar una hoja sale un líquido del color del yodo. Se emplea para secar heridas, verrugas, quemaduras...

Tiene alcaloides, NO es comestible.

**Consuelda:** Tiene alcaloides (es un poco tóxica), o sea, NO es comestible. Se emplea en emplastos, bálsamos y cremas para contusiones, heridas, grietas, golpes...

**Diente de león:** Hay que recoger la flor cuando se está abriendo, o se acaba de abrir (las hojas están pegadas al suelo). De todos modos, el efecto más potente está en la raíz (es amarga).

Tiene efectos depurativos. La raíz de la achicoria ayuda a la digestión. Contiene mucílagos, que promueven los jugos gástricos, y también contiene saporinas, que tienen efectos antisépticos. Sus efectos son muy parecidos a los de la Cola de Caballo.

Ayuda al hígado y a todo el sistema hepático.

**Espino Albar (majuela/ espinillo blanco):** es un arbusto que florece al final del invierno (tiene rosas chiquititas blancas). En infusión regula la tensión, pero es un efecto a largo plazo.

**Eufrasia:** Tiene propiedades beneficiosas para los ojos. Es muy difícil verla silvestre (se cultiva).

**Fumaria:** Se caracteriza porque huele a humo. Es comestible y se puede usar en ensalada. Fluidifica la sangre y es diurética.

**Gordolobo:** Contiene saponinas y mucílagos. Es febrífuga (sirve para bajar la fiebre).

En su uso externo, es vulneraria (se usa para curar heridas).

**Helicriso (siempreviva):** se puede combinar con la caléndula en sus usos externos, porque también es beneficiosa para la piel: es regenerante y antihistamínica, calma el picor.

También tiene usos internos: aumenta la cortisona y los glóbulos blancos (si tienes alergia, ¡Comienza a tomarla un par de meses antes de que llegue el polen!)

Siguiendo la Teoría de la Signatura, su color amarillo se asocia con el hígado y la vesícula, órganos sobre los que la siempreviva tiene efectos positivos.

**Hipérico (hierba de San Juan):** Se reconoce porque la hoja es porosa. La flor es amarilla. Se macera al fresco para conseguir sus taninos

Su uso exterior es también bueno para la piel, porque es calmante y antiséptico. Es muy bueno para las quemaduras del sol por ejemplo. Sin embargo, es necesario aplicarlo de noche, porque puede producir fotosensibilidad en la piel.

Su uso interno (en infusión) es beneficioso para problemas biliares (la hierba es amarilla). Tiene un importante efecto antidepresivo: tanto su infusión como su extracto contienen *hipericina*, que estimula la segregación de serotonina.

**Labiadas (salvia, tomillo, romero, lavanda):** son bactericidas y antisépticas, por lo que son muy buenas para lavar. Se utilizan tanto la flor como la hoja, y están disponibles todo el año.



◇ La salvia se emplea para solucionar problemas bucales, como infecciones (es relevante la Teoría de la Signatura: tiene forma de lengua). También tiene propiedades hormonales: estimula la glándula suprarrenal, con lo que ayuda a la producción de estrógenos.

◇ La lavanda tiene propiedades calmantes (reduce las palpitaciones)

◇ NOTA: Para macerar el romero, las flores han de estar secas (las hojas, es igual).

**Laurel:** Tiene propiedades digestivas.

La combinación de Laurel, Árnica, Clavo y Castaño de Indias en bálsamo tiene propiedades anestésicas y estimula la circulación.

**Llantén (plantago):** su uso exterior es emoliente.

Su uso interior (se puede comer en ensaladas) es depurativo (contiene mucílagos, de efecto laxante) y es protector del sistema digestivo. También ayuda con la bronquitis y los mocos.

**Malva:** Se comen las flores antes de abrir (son una bola verde, son dulces). Tiene muchísimos mucílagos por lo que, además de digestiva (facilita las digestiones pesadas y mejora las úlceras), ayuda al sistema respiratorio (en infusión, quita la tos nocturna). También tiene efectos calmantes.

**Manzanilla:** al igual que la siempreviva (helicriso), es antihistamínica y ayuda al sistema inmune. Al igual que la caléndula, es antiinflamatoria, y además relaja el sistema nervioso (palia sus dolores).

**Melisa:** tiene forma de corazón y huele a limón. Es antihistérica, calma la ansiedad y el estrés, baja las pulsaciones. (El Agua del Carmen se hace con Melisa, Hierba Luisa y Angélica).

**Mil en rama (hierba de los soldados/ aquilea):** en emplasto o aceite se emplea para curar heridas. También puede regular menstruaciones dolorosas.

**Orégano:** se usa en cocina habitualmente. Ayuda en las digestiones. Estimula el sistema nervioso, para luego relajarlo, produciendo una sensación de cansancio psicológico.

**Ortiga (levantamatriz):** (La ortiga blanca es más potente).

Su uso externo (en infusión) sirve para prevenir la caída del cabello y la aparición de acné. (Se emplea la raíz: contiene saponinas –antisépticas- y muchos minerales).

Su uso interno es depurativo y remineralizante. Además ayuda a producir estrógenos (si se combina con la salvia, puede ayudar en procesos de fertilización).

**Patitas de cigüeña:** son unos tallos largos con una bola blanca en la punta. Se arranca el tallo y se come.

**Rosa calina/ silvestre/ mosqueta:** Se parece al escaramujo, pero la flor es mayor. Tanto la flor como la semilla como el fruto son muy regenerantes. Aclara manchas de la piel y ayuda a cicatrizar. Es emoliente y tonificante. (El aceite se saca de la semilla).

**Sanguinaria:** se consume en infusión para depurar la sangre y el sistema hepático. Es una planta rastrera (va por el suelo).

**Trébol del prado:** echa una flor rosa que sabe a miel y tiene propiedades depurativas.

**Veza y acedera:** contienen amargos (que producen jugos gástricos) y mucílagos, con lo que mejoran la digestión, eliminando toxinas diuréticas y con efectos depurativos.

La Veza tiene muchas proteínas, por lo que se usa para hacer abono verde.

**Violeta:** es emoliente, se emplea en tónicos faciales, regenera manchas, se pueden hacer colirios... el "agua de rosas" es buenisima para calmar los ojos.

En infusión es antiespasmódica y relajante.



## Grupos Inteligentes (Fernando Cembranos)

Fernando Cembranos viene a darnos consuelo: no es fácil hacer funcionar una discusión dentro de un grupo de gente, por inteligente que sea esta gente. Cuando nos pase, no debemos desesperar: más bien, nos conviene buscar estrategias que favorezcan la eficiencia en la comunicación. ¿La clave? El respeto por la opinión ajena.

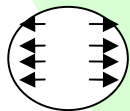
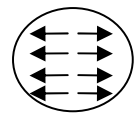
### 1. ¿Será mi grupo tonto?

La inteligencia colectiva es una dimensión independiente de la inteligencia particular. Hay que trabajar los mecanismos de interacción entre un tipo de inteligencia y la otra. El beneficio entonces es colectivo. Vamos a ver qué tipos de estructuras se observan en los procesos de toma de decisiones:



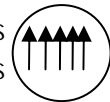
- Estructura caótica: se caracteriza por el desorden, las propuestas cruzadas... esta estructura es típica en los movimientos sociales que comienzan, pero pronto muere y es sustituida por otras (o se corre el riesgo de que fracase el movimiento) porque su dirección es insegura y su fuerza es débil.

- Estructura enfrentada: tampoco funciona. Cualquier idea tiene que pasar por un grave enfrentamiento entre las partes para conseguir una producción muy pequeña. Cuando el problema es pequeño, se maximiza (debilitando al grupo) porque cada uno quiere defender su postura sin ceder.

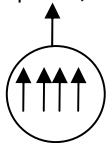


Puede derivar en una estructura de enfrentamiento enfriado (apatía): tras muchas heridas, queda una larga sombra de sospechas, y se generaliza la incapacidad para moverse y producir.

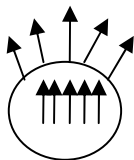
- Estructuras de explotación: a costa del trabajo de muchos, se benefician unos pocos. Tienen poco beneficio a nivel global (pero mucho beneficio para unos pocos).



- Estructuras de adición: se suman fuerzas por un bien común. El colectivo se apoya. Lleva muy poco esfuerzo poner ideas en común, pero suele suponer bastante esfuerzo desarrollarlas.



- Estructuras sinérgicas: Es un esfuerzo con interacción dinámica, donde los resultados son muy superiores al esfuerzo invertido (van más allá del primer objetivo). Logran un buen trabajo, tienen impacto e innovan. Consiguen un buen ambiente, con lo que se desarrolla una interesante vida en el grupo. Más allá del "buen rollito", los miembros del grupo están motivados, aprenden, tienen más fuerza (colectiva e individual), más compañía y más poder.



Cada día, vamos con todo (incluidas nuestras emociones) a todas partes. De modo que hay que trabajar el buen funcionamiento del grupo, ya que su impacto influirá en nuestras vidas más allá de las reuniones.

### 2. Cuando trabajamos en grupo, o callamos, o discutimos. ¿Por qué?

Son cinco los tipos de interacción que se dan dentro de un grupo:

- 1) La interacción psicótica: el diálogo de besugos
- 2) La oposición sistemática
- 3) La adición: una idea a la que sigue otra idea que no es necesariamente opuesta



- 4) La multiplicación: una idea que se le ocurre a un miembro del grupo a raíz de una idea del grupo (y que no se le hubiera ocurrido de otro modo)
- 5) Interacción nula: No hay interacción entre los miembros del grupo. Eso no es un grupo (sin interacción no hay grupo). Es típico en estructuras verticales, y está plagado de consecuencias negativas.

Estos cinco tipos de interacción tienen **consecuencias conductuales**:

- Si tu intervención provoca hostilidad o agresividad, te inhibes. No vale perder las formas para desahogarse aunque la razón la tengas tú. Hay que cuidar del grupo para que no se sienta atacado y encuentre los medios para aceptar tu idea.

La ira desconecta la parte del neocórtex en el cerebro que nos permite empatizar, por lo que no debemos entrar en enfrentamientos con los miembros del grupo.

- Otra razón para no intervenir es si sientes que el grupo te va a despreciar. El miedo al ridículo también es inhibitorio.

Existe también en "miedo pijo", ya que bajo la cobertura de que me da miedo hablar, en el fondo creo que daré una opinión brillante en el momento justo y dejaré a todos encantados. Esto NO es así: normalmente **nuestras ideas son normalitas** y hay que trabajarlas.

- Diálogo de besugos: ocurre bajo emociones negativas intensas. No sirve para nada. A veces el grupo consigue reaccionar solo: proponen una idea nueva o cambian de perspectiva.
- Oposición sistemática: un miembro dice A y otro miembro dice no-A (pone pegas a A y realiza una evaluación negativa). Es muy frecuente, y el grupo tiende a polarizarse. ¿Por qué pasa esto?

Existir socialmente es lo que motiva este comportamiento. A nivel antropológico, quien llama la atención está protegido. Entonces proponer A conlleva un esfuerzo (100), y el grupo te devuelve una significación social (25). Decir no- A apenas supone esfuerzo (10), pero recibes del grupo una significación social bastante similar a A (20). Así comienza la oposición sistemática.

El esquema de este tipo de conducta tiene tres pasos: (i) el silencio; (ii) la idea- A; (iii) la no- idea No-A. Lo ideal, en cambio es desarrollar la idea.

**Discutir no es malo pero** hay que hacer más. Porque si no creemos que lo único que hacemos es discutir, y lo que es más grave, creemos que hay sólo dos opciones. Aunque si las pegas nos sirven para desarrollar la idea, entonces todo va bien.

◊ Existe la falsa oposición: transformamos la idea A en A' y nos oponemos a A'. La oposición a A' (que en verdad nadie ha dicho) hace que quien propuso A se defienda de A' y se degrada la producción.

- Adición: Hay que crear estructuras para poder incluir ideas. Hay que tener cuidado porque dos propuestas diferentes pueden desembocar en una oposición:  $A + B \rightarrow A > B$ . La implementación de una de las propuestas no bloquea la implementación de la otra. Este tipo de oposición es algo que debemos evitar. Una idea no tiene por qué ser más importante que la otra, ni anular la otra.
- Multiplicación: Una idea lleva a otra. Nosotros empleamos mecanismos que nos da la experiencia. Si una persona da una idea que tú no tenías prevista, llegas a una nueva ruta cognitiva. Esto prueba que la interacción colectiva es superior a la individual. Hay que valorar esta producción fruto de la interacción.

### 3. Hacia la construcción colectiva

Para el buen funcionamiento de un grupo, unas buenas directrices a seguir son las siguientes:





- Reflexión previa: así cada persona tiene dos herramientas para el diálogo, sus propias ideas y la oposición a otras ideas.
- Que el moderador haga intervenciones que tiendan a la participación. (En una situación de A/ no-A, el moderador puede intervenir con un "¿Qué más se nos ocurre?")
- Como participante también podemos introducir una idea B que nos ayude a salir de A/ no- A.

¿Qué podemos hacer?

El grupo tiene mucho potencial a la hora de formar pensamiento: somos **creativos** y **críticos**. También somos **operativos** (nos centramos en resolver), **evaluativos** (sabemos si una propuesta nos gusta o no) y **reveladores** (entendemos el sentido de las cosas).

*Es importante saber que otra gente procesa la información de manera distinta de mí.*

Por ejemplo, el pensamiento creativo y el crítico no suelen llevarse bien, por eso puede ser útil decidir entre todas qué tipo de pensamiento queremos emplear en cada momento.

➤ Para empezar un proyecto, es importante fomentar la **CREATIVIDAD**, y no el resto de tipos de pensamiento. Podemos hacer un pacto de grupo para el desarrollo de la reunión (que frene el resto de nuestros potenciales pensamientos). ¿Cuál sería el pacto más básico? La **tormenta de ideas**: todo el grupo aporta ideas y se abstiene de valorarlas (nuestros cerebros valoran automáticamente, pero momentáneamente podemos ignorar esos juicios: preferimos considerar las ideas a ver si nos inspiran otras ideas interesantes).

○ Si lo que necesitamos es creatividad sobre ideas viejas, podemos hacer **revisión de supuestos**. Nos preguntamos qué vamos a encontrar -o qué estábamos buscando- con la idea básica (vieja). Esto nos sirve para revisar nuestros cimientos y observar qué damos por hecho. Desde ahí, podemos buscar variantes y escoger entre las más sugerentes.

➤ Superada esta etapa, llegan las críticas a las propuestas. Ante una crítica solemos reaccionar emocionalmente mal. La horizontalidad juega a nuestro favor (somos capaces de expresarnos libremente). Conviene recordar, no obstante que **el grupo es más inteligente que tú** porque, además, te incluye. Si seguimos pactos y organizamos las ideas, el pronóstico es que estaremos de acuerdo con la mayoría de las ideas, y además lograremos más participación de la habitual.

#### Ejemplos de torpeza y momentos tontos

▲ Es típico intentar aportar algo y tender a la crítica (aunque sea constructiva). El resultado es la frustración de quien presenta la propuesta. Si se suman las críticas se tira abajo el proyecto.

▲ Si un proyecto se presenta plenamente desarrollado o antes de que los demás participantes hayan profundizado en sus intuiciones:

1) La gente no se siente participe

2) La imaginación de los demás se bloquea

3) Quien presenta la idea interpreta que no hay implicación por parte del grupo, pero no es así.

▲ Las Estructuras Tontas dedican más esfuerzo a las pugnas internas que a sacar adelante el resultado.  
- Hay que comprender que la competición es menos productiva que la cooperación. (Por ejemplo, si en una reunión alguien dice algo brillante, nos sentimos tontos -desde un punto de vista competitivo. En verdad lo suyo es pensar que al cooperar nos hacemos más listos- ahora compartimos una buena idea).

▲ También es típico tomar acuerdos pero no hacer seguimientos.



- ▲ El acuerdo en todos los puntos suele ser contraproducente: Conviene apreciar la diversidad y la autonomía, ya que aumentan las posibilidades de la inteligencia colectiva.
- ▲ Mantener la continuidad tanto en las reuniones (periodicidad) como en la temática (no prolongar ni acortar cada punto sin criterio) beneficia la toma de decisiones.
- ▲ Clásico momento tonto: el grupo discute sobre los turnos de palabra cuando alguien se los salta.

#### Algunas claves a tener en mente para evitar la tontería

- > Hay que asumir que el error existe, relajarse y saber rectificar
- > El caos inicial puede servir para poner en común experiencias anteriores, y discernir qué vale y qué no (aunque hay que saber acotar esta práctica)
- > Los grupos inteligentes suman fuerzas: los éxitos individuales se ven como positivos para el colectivo. Al aumentar la autoestima del grupo aumenta la propia.
- > Se puede renunciar a una idea buena por otra mejor.
- > Se pueden dar argumentos en favor de otra persona o propuesta (y en contra de la iniciativa propia).
- > Hay que socializar cerebros: compartir ideas, lanzarlas y escucharlas sin que esté necesariamente trabajadas o desarrolladas (eso se puede hacer en común).
- > El grupo inteligente construye el sentido del grupo en cada momento. La gente preserva y mejora la identidad: hay que aprovechar la historia pero también hay que refundar el grupo. Es necesario recaer una y otra vez en pajas mentales sobre el sentido del grupo.

#### ¿Cómo organizar las propuestas de manera sensata y viable?

Un problema de las tormentas de ideas es que están desordenadas, son demasiadas y no están ponderadas. Podemos utilizarlas de varias maneras:

- Puedo coger lo que me interesa (sin necesidad de consenso) y emplearlo o desarrollarlo en otros proyectos o para el futuro
- Podemos ordenar las propuestas en grupo (o incluso individualmente y escoger el orden más conveniente)
- Podemos seleccionar las ideas más relevantes (por ejemplo, para un manifiesto no podemos tener trescientas ideas minuciosas) o podemos hacer una selección negativa, tachando las ideas que menos nos gusten.
- Podemos empezar a desarrollar las ideas en el marco del grupo (dividiéndonos en subgrupos, por ejemplo)
- Podemos debatir sobre la tormenta de ideas en sí: ¿Qué hemos visto? ¿Qué podemos extraer de ello? ¿Qué nos falta? ¿Qué debemos destacar?

#### OTRAS TÉCNICAS:

- **PO:** Cuando en un momento operativo tienes una idea embrionaria (creativa) puedes decir PO y lanzar la idea. PO es una señal para que el grupo sepa que temporalmente tiene que pasar del modo resolutivo al modo creativo.
- **PASADO MAÑANA:** Podéis acordar que cada uno diseñe su X ideal, sin la urgencia del corto plazo, pero hay que hacer la propuesta viable. Así conseguimos visualizar los mecanismos que necesitamos. Entonces podemos organizar las acciones de acuerdo con los recursos: qué podemos hacer ahora, qué podremos hacer cuando el proyecto esté funcionando (medio plazo) y qué no podemos hacer (todavía) pero es el objetivo ideal.



#### 4. *Recapitulando*

De la inteligencia colectiva apenas hay teoría. La ventaja de esto, es que se trata de una disciplina susceptible de ser mejorada.

A la hora de la discusión, el mecanismo que más habitualmente empleamos es la oposición sistemática, pero en realidad contamos con muchas más técnicas que son mucho más agradecidas.

Existen distintos tipos de pensamiento, y cada individuo tiende más a usar uno u otro. Se dan mezclas de los tipos de pensamiento, que a veces son provechosas, y otras veces son catastróficas. El grupo puede elegir cómo gestionarlo, a través de técnicas de mediación, o escogiendo un tipo de pensamiento a cada vez. Podemos guiar el debate tanto desde la postura del moderador como desde la postura de participante.

Lo más importante, antes que todo: **sentido común**. No pasa nada si te equivocas. Utiliza lo que te funcione.

#### 5. *Una tormenta de ideas*

Ponemos en práctica nuestro pensamiento creativo...



## **Ecofeminismos (Yayo Herrero)**

El ecofeminismo plantea que aquellos factores que provocan el deterioro ambiental y ecológico están también detrás de esos elementos que profundizan el patriarcado. Se da cuenta, además, de que las propuestas ecologistas y feministas gozan de una gran sinergia –aunque también tienen desencuentros. La unión de estas perspectivas puede elaborar un relato cultural que dé la vuelta a la situación de crisis global.

Hay **dos escuelas**: la *esencialista*, para la que hay una conexión esencial de la mujer y la naturaleza, fundamentada principalmente en el hecho de parir. La escuela *constructivista* dice que no hay una relación esencial entre mujeres y ecología más allá de la que puedan tener los hombres, sino que el hecho de que las mujeres se hayan aproximado más a la naturaleza procede de una imposición cultural del patriarcado. (Yayo tiene esta segunda perspectiva)

¿Cómo se puede desde la economía ecológica y feminista construir una nueva perspectiva que deconstruya el capitalismo? Podría decirse que la cultura de las sociedades capitalistas se ha desarrollado de espaldas a las bases naturales que sostienen la vida: está de espaldas a los territorios y a los cuerpos de las personas. ¿Qué bases son estas? Tenemos dos tipos de dependencia de la naturaleza: respiramos, comemos, nos vestimos, construimos hogares, nos desplazamos... somos seres ecodependientes.

El segundo tipo de dependencia natural está en nuestros cuerpos: que envejecen, enferman y mueren. Si no fuera por la interdependencia de los cuerpos no podríamos existir (ej. infancia). A lo largo de todo el ciclo vital, pero sobre todo en algunos momentos, somos interdependientes. Es imposible concebir la existencia humana sin interdependencia.

El sistema capitalista sólo funciona cuando crece ilimitadamente. Si no hay crecimiento, se desvanece y cae. Sin embargo, nuestras dependencias tienen límites: en la naturaleza, hay recursos no renovables (limitados en la cantidad en que existen): hierro, cobalto, níquel, petróleo, carbón... así que al usarlos, estamos trayendo nuestros propios recursos. Los recursos renovables, que se regeneran gracias a la dinámica de la naturaleza, también se agotan si se hace demasiado deprisa, porque no da tiempo a que se produzca esa regeneración. El sistema capitalista no puede acelerar los procesos. También hay un límite en los sumideros, es decir, la regeneración de residuos generados.

Por el lado de los cuerpos y su cuidado también existen límites, pero el sistema no quiere verlos. Por eso hay tanto pánico a la muerte, y al envejecimiento. Presentan los cuerpos como una mercancía más que debe estar radiante. Si no nos fijamos en los cuerpos enfermos, viejos y dependientes, si no queremos ver estos cuerpos, no queremos ver a quienes los cuidan. Quienes los cuidan, por el hecho de vivir en sociedades patriarcales, han sido históricamente las mujeres.

La cultura ha declarado la guerra a los cuerpos y los territorios. Así hemos llegado a la crisis actual.

**La producción (historia)**: A finales del S.XVII aparece este término en la escuela fisiócrata (es una escuela de ciencia económica). "Producción" era aquello que podía regenerar la naturaleza con la ayuda de trabajo humano. Era producción la agricultura. Decían que producir era regenerar las riquezas renacientes sin menoscabar los bienes-fondo (la base física que los mantiene). Esto lo recoge la agroecología. También era producción la pesca, la producción forestal y entonces creían que también la minería (porque creían que se renovaba).



La escuela clásica (ej. Marx en el ámbito socialista, o Stuart Mill en el ámbito liberal) consideran que hay tres factores de producción: tierra, trabajo y capital. Todavía la naturaleza era esencial, pero el motor de producción era el trabajo humano.

El cambio radical llega con la escuela económica neoclásica. Es el sostén teórico del capitalismo. Introduce una serie de elementos teóricos que cambia la configuración de la teoría. Cambian el concepto de valor por el de precio: sólo tiene valor económico lo que se puede expresar en unidades monetarias. Así desaparecen muchos recursos y trabajos que –siendo imprescindibles para la vida digna- no se pueden traducir en unidades monetarias. ¿Cuánto vale la capa de ozono? ¿O el ciclo del agua? ¿O parir? En segundo lugar, se asume que se puede sustituir tierra y trabajo por capital. Ej. Dalias (Almería) Era un desierto, donde la población vivía con cabras. Algunas multinacionales holandesas vieron tanto sol que montaron una zona de gran producción hortícola: los invernaderos. Pasó a ser una de las zonas con mayor renta *per capita*. Lo llamaron “el milagro de los invernaderos”. Detrás del milagro hay: plástico (derivado del petróleo) nutrientes (nitratos y fosfatos procedentes del pueblo saharauí) agua de los pozos freáticos (hasta que se secaron de tal manera que se introdujo agua del mar en ellos y se salinizaron irreversiblemente) se compraron químicos fitosanitarios contra las plagas – más dañinas a esas temperaturas. Y se compró trabajo humano. Al principio el trabajo lo realizaban las personas de la zona, pero dadas las duras condiciones, cuando mejoró su estatus dejaron los trabajos en manos de inmigrantes sin papeles (del África subsahariana antes, ahora también del Este). Son semiesclavos.

En Israel, los israelíes no abandonan los altos del Golán, porque allí están las nieves que luego dar lugar al agua que baja hasta el desierto. Así mantienen los vergeles.

No sólo hay capital: hay producción material e inversión humana. La tierra, el trabajo y los minerales que se emplean en zonas donde no los hay es porque vienen de otras zonas. El expolio cada vez es más evidente, y topamos con los límites a escala global.

**Confusión producción- extracción:** una vez que la geología muestra que las piedras no se reproducen, tenemos que asumir que hay límites al crecimiento. Pero el sistema capitalista sigue llamando producción a lo que es extracción. Por ejemplo, no existen los países productores de petróleo, porque **el petróleo no se produce, se extrae**. Confundir producción de extracción lo que hace es alejar la idea de límite de la cabeza de la persona. Lo que se produce, se regenera, lo que se extrae, es algo que nunca vuelve a estar disponible. La economía ecológica habla del “mito” de la producción: el mito es que quien tiene dinero puede regenerar ciertas producciones.

Que la producción no sea la regeneración de los bienes renacientes sin menoscabar los bienes fondo, sino una mera suma de agregados monetarios, produce que en nuestra sociedad producir sea generar actividades que aumenten el agregado monetario. Pero no se pregunta qué se produce y para qué. Por eso a nuestro sistema le da igual producir bombas de racimo o calabacines. Lo que interesa es cuánto beneficio monetario puede reportar.

¿Qué es un agregado monetario? PIB- cada vez que hay una operación económica en la que se produce valor añadido (toda transformación que genera pagos), esa operación se suma junto con los demás cambios económicos en un período determinado. El PIB es simplemente dinero. Hay muchas cosas que no cuentan porque no son valor económico. LA propia destrucción puede contar como riqueza: un río limpio no cuenta, pero uno contaminado sí, porque las tareas de limpieza se pagan. LA guerra suma, la paz no. Estar sanas no suma en el PIB, la enfermedad (los medicamentos por ejemplo, si). El interés capitalista está en la producción monetaria en lugar del bienestar (ecológico y de las personas)





El problema es que el PIB y los indicadores del sistema capitalista no distinguen entre “lo que nos acaricia y lo que nos aplasta” (Jorge Riechman). Cuenta igual la producción de alimento que la producción de armamento. Esto es una quiebra antropológica: tener un criterio único nos impide controlar las distinciones básicas para la vida y la organización social. La economía feminista así como la economía ecologista han coincidido en utilizar la metáfora del iceberg para explicar cómo funciona la economía hoy: en la parte que flota por encima del agua está el mundo de lo que se compra y se vende: la prima de riesgo, el trabajo remunerado, el consumo, los mercados, las acciones... y por debajo queda la explotación remunerada, el deterioro, el expolio, la extracción, trabajo no libre del ámbito oculto y privado de los hogares que realizan principalmente las mujeres. No es libre, sino que la propia presión patriarcal obliga. Vivir de espaldas a los límites, a las bases materiales, ignorar que lo que sostiene la vida es precisamente lo que está oculto es lo que nos trae hasta la crisis global. Lo que está en riesgo es la forma en que las personas nos relacionamos con la naturaleza y con nosotras mismas.

**La crisis ecológica:** El pico del petróleo: se ha extraído tanto petróleo que por cada barril de petróleo que se ha sacado no se puede reponer (o sea, hemos sacado más de la mitad y la extracción decrece). La agencia internacional de la energía señala que el pico de petróleo se alcanzó en 2006 y desde entonces se extrae un 6% menos cada año. Además hay que tener en cuenta que el petróleo que se ha sacado era el más sencillo de extraer (el de las torres de las pelis yanquis). Crudo de calidad, poco mezclado y fácil de extraer. Se dice que tiene una tasa de retorno de 120. Si invierto un barril de petróleo, extraigo 120 barriles. Ningún otro combustible es tan rentable. Pero conforme se dificulta la extracción, la tasa de retorno disminuye. Hoy hay que montar plataformas en el mar, descender 3000 mts en el suelo marino, refinar... La energía eólica ronda una tasa de retorno de 30. Los depósitos recientes encontrados en Argentina y Alaska tienen una tasa de retorno de entre 1 y 3. El petróleo no está ya en bolsas, sino desperdigado en gotas, y se tiene que extraer con FRACKING (Fractura hidráulica). Se inyecta agua con químicos en el suelo a gran profundidad, se rompe la roca y se agregan las gotitas. Entonces se extraen (y a refinar). En España se han aprobado algunas pruebas de esta técnica.

Que la tasa de retorno sea tan alta es un drama: el petróleo se usa en agricultura convencional, en los tejidos, en los materiales de las casas... pero además hay megaciudades como Madrid que necesitan energía fósil barata. La gente se desplaza diariamente larguísima distancia en un espacio que apenas si produce algo para la vida. Desde el neolítico hasta ahora las razones del desplazamiento son las mismas, por ejemplo, el alimento, la atención a los seres queridos, el trabajo... Pero han cambiado las distancias. Los recorridos de los alimentos ya son impresionantes. Un yogur de fresa: 8900km. El delirio energívoro. Es inviable sin energía fósil barata. Qué alternativas hay: las energías renovables y limpias. La eólica, solar, térmica, solar-fotovoltaica, biomasa... pueden satisfacer las necesidades humanas, pero no al ritmo de consumo actual, y menos en economías que pretendan seguir creciendo. La energía nuclear, aparte de la potencial peligrosidad, los residuos, la energía nuclear depende además del uranio, cuyo pico está calculado en 30 ó 40 años. Si aumentamos en un 10% la energía nuclear, estaríamos reduciendo este pico. El coste ecológico sería brutal para escasos años. La humanidad va a tener que reducir su uso de la energía porque así lo exigen los límites del planeta. Y también los materiales (cada material extraído tiene sus propio pico)

Reducir la esfera material de la economía (decrecimiento) no es una opción, sino que se impone por los límites del planeta. Luego hay dos maneras de gestionarlo, o a través del ecofascismo, donde cada vez menos gente tiene acceso a los materiales, a lo básico, porque en otros lugares se hace acopio y se expolian los recursos; o bien se puede gestionar planificado, justo y equitativo, gradualmente y globalmente. En Irak, la invasión supone la apropiación de los pozos por parte de EEUU, se pasó a tener



los consumos de petróleo más altos del planeta a tener un consumo propio del Medioevo. Se hizo de una forma violenta, drástica, con gran sufrimiento social. Este es el marco internacional. Aún no lo vemos porque estamos en el lado privilegiado del planeta.

**El cambio global:** el cambio de las reglas del juego que organizan todo lo vivo. La naturaleza está profundamente interconectada y se autorregula. Si interferimos en un ecosistema, se producirán cambios en cadena que tienden a reestructurar el equilibrio. Es un equilibrio dinámico. Si las perturbaciones son muy grandes, el equilibrio no se recompone, sino que evoluciona hacia un nuevo equilibrio. Esto ha pasado innumerables veces. Los seres vivos coevolucionan, no evolucionan al margen unos de otros.

Los procesos de contaminación, los productos xenobióticos, la deforestación... todas estas alteraciones fuerzan la evolución de la dinámica del planeta, y no precisamente hacia unas condiciones más favorables para el ser humano (es como si estuviéramos sentados en una rama y serrándola a la vez...). Es decir: no es que esté en juego la vida, sino las condiciones que sostienen la vida humana.

La crisis ecológica también tiene su espacio en la crisis social: la huella ecológica. Es la superficie terrestre necesaria para que una persona/un país/ una ciudad para poder mantener sus estándares de vida. Si todos consumiéramos al ritmo de una persona española media, necesitaríamos tres planetas. Estados Unidos: cinco planetas. Noruega o Suecia: 4 planetas. Es decir: extender el modelo de producción/ distribución/ consumo a todo el planeta es imposible. De hecho, cuando sobrepasamos el consumo en aquello que nos proporcionan nuestros propios territorios, lo hacemos a costa de otros lugares. **La lucha contra la pobreza es en verdad la lucha contra la excesiva riqueza.** No podemos pensar en sociedades justas sin decrecer en el malgasto material. De hecho esto lleva a otro mito: los países desarrollados. Si hay países desarrollados que atraen materiales de fuera, mano de obra barata de fuera, y crea desperdicios ingentes, del otro lado hay exactamente lo opuesto: un país que venda materia prima barata, que acoja residuos, que exporte mano de obra... El desarrollo y el subdesarrollo en este modelo son exactamente lo mismo, dependiendo de en qué lado te toca estar. Hablar de límites de recursos sin hablar de reparto de la riqueza nos puede acercar peligrosamente a discursos fascistas, donde se impone el bienestar de unos pocos en detrimento de todos los demás.

**La crisis de los cuidados:** la vida humana no se entiende sin esa cantidad de horas de trabajo no libre que se realiza en el ámbito privado, en los límites del hogar. En nuestras sociedades se realiza mayoritariamente por mujeres. Las mujeres (en la sociedad occidental) han reclamado formar parte de el único espacio que te otorga visibilidad política y derechos sociales en el modelo en que vivimos actualmente: el trabajo remunerado. Por ejemplo, sin trabajo remunerado no tienes acceso a prestación por desempleo o pensiones. Entonces las mujeres comienzan a formar parte del trabajo remunerado. En cambio, el camino inverso no se ha realizado: el trabajo "invisible" (no remunerado) no ha pasado a ser compartido entre hombres y mujeres. Además, ahora los cuidados requieren más tiempo las ciudades son mayores: las distancias a los coles, o a casa de las personas mayores que necesitan ayuda son mayores. Los juegos de los niños tienen que ser supervisados (la ciudad es menos segura). Las redes de cuidados comunitarias (vecinos o familias extensas) se han debilitado. Además, la precariedad laboral no nos permite escoger horarios de trabajo que se adapten a otros espacios de la vida. Las mujeres tienen más tareas que requieren más tiempo, pero disponen de menos tiempo para realizarlas. ¿Cómo lo resolvemos? Con abuelas esclavas; o bien, las clases sociales que se lo pueden permitir contratan a mujeres que pertenecen a una clase social que tiene que vender su fuerza de trabajo. Curiosamente, estas mujeres en gran parte suelen proceder de los mismos países que las materias primas. Vienen de países periféricos, donde han dejado atrás sus propios ambientes de cuidados, que han sido cubiertas



por otras mujeres. Se conoce como "Cadena global de cuidados", que funciona fundamentalmente en manos femeninas. Este trabajo es de los más precarios y peor tratados en la sociedad. A pesar de crucial para la sociedad, apenas gozan de derechos laborales. Por ejemplo, a las mujeres internas en una casa, con disponibilidad 24h, se les reconoce el salario mínimo internacional, pero por ley se les puede detraer sobre el 30% del sueldo en concepto de "alojamiento y manutención". Si un ejecutivo viaja a Bolivia, se le pagan los gastos de viaje y dietas y gastos, si una boliviana cuida de sus mayores, se permite que su sueldo se vea reducido. Este es el estado de derecho laboral, que muestra dónde están las prioridades de este sistema económico.

Este sistema cuando crece devasta: en lo económico, en lo ecológico y en lo social. Durante el Boom inmobiliario, por ejemplo, si bien los indicadores económicos crecieron, los salarios (de media) decrecieron un 15%. ¿Cómo se sostuvo el crecimiento económico? A través de la deuda: en 1994 de cada 100 € de media, había una deuda de 60€. En 2007, de cada 100 € de media, había una deuda de 140 €. Es decir: el crecimiento económico ha servido para encoger el salario, y los inversores han agotado no sólo los ahorros presentes, sino también los ahorros para los próximos 30 ó 40 años. Es la misma dinámica que sigue el sistema con la energía: para encender hoy nuestras bombillas, agotamos los recursos de petróleo creados durante millones de años, dejamos un reguero de residuos y ningún medio de regeneración para el futuro.

El capitalismo es un motor de crear crecimiento económico para algunos a costa de destruir todo lo que preexiste, y a costa de hipotecar el futuro que vendrá. Cuando crece, devasta, y cuando no crece nos encontramos con la situación actual: hay más de 6 millones de parados, obsesión por regenerar el capital a costa de lo poco común que nos queda: la sanidad, la educación, las pensiones... que garantizaban las condiciones de vida del pueblo. Amaya Pérez Orozco señala que el capitalismo busca colectivizar los riesgos del capital, y privatizar en los hogares los riesgos de la vida. ¿Dónde va alguien desahuciado? A casa de familiares. ¿Qué hacer cuando te quitan la prestación por desempleo? Te ampara tu entorno. ¿Y si no puedes pagar el comedor de lxs niñxs? La comida se hace en casa. Lxs dependientes, lxs cuida la familia. Quitar auxiliares en el hospital: se ocupa la familia. Y porque estamos en un sistema patriarcal "la familia" suele significar "las mujeres de la familia". Aunque haya aumentado más el paro masculino, en la encuesta de "uso del tiempo" consta que las mujeres han aumentado las horas de trabajo (remunerado y no remunerado) diarias. Esto significa que, aunque haya más hombres parados en las casas, el trabajo del hogar sigue recayendo más en las mujeres.

La economía no puede seguir teniendo como objetivo el crecimiento del beneficio monetario y la acumulación. Tiene que poner en el centro de sus prioridades el mantenimiento de la vida en condiciones de bienestar. Surgen tres preguntas: ¿Cuáles son las necesidades que hay que satisfacer? ¿Cuáles son las producciones socialmente necesarias? ¿Cuáles son, entonces, los trabajos socialmente necesarios? Ahora la ordenación está al revés. La forma en que se remuneran los trabajos no es una ley natural, sino una convención social. Y como tal, se puede cambiar.

¿Cómo reorganizar la economía? en los ejes de la ecología y el feminismo, la producción tiene que estar ligada a la vida: no hay producción sostenible que no respete los criterios de la naturaleza. La naturaleza es cíclica, solar, lenta, diversa y cercana. Por ejemplo: la agroecología es cercana, diversa, se basa en la energía solar y respeta los tiempos y ciclos de la naturaleza (es biomimética: imita la vida). Hay que crear políticas del territorio: circuitos cortos de comercialización, ciudades más pequeñas, articular campo y ciudad... los grupos de consumo son un laboratorio para busca esto. Hay que poner en funcionamiento una política de tiempos: el reparto del empleo remunerado, redefinir qué es "trabajo" para incluir el trabajo



no remunerado que gestiona el bienestar cotidiano y *repartirlo*. La responsabilidad de la reproducción de la vida es de todos los hombres y de todas las mujeres. Es fundamental también hablar de la distribución de la riqueza para no derivar en propuestas cuasi- fascistas. Aznar, por ejemplo, ha dicho que “los dos principales problemas de la insostenibilidad son “el agotamiento de recursos y *el exceso de población*”. Cuando se habla de límites de recursos es necesario hablar de un reparto radical de la riqueza. Podemos hablar de fiscalidades progresivas, de rentas máximas... pero sobre todo de la propiedad ligada a la acumulación. Si los recursos son limitados y algunxs no tienen, hay que meterle mano a la riqueza. Hay que contar con instrumentos políticos para liberar los bienes acumulados por unxs pocxs a costa de todxs. La ficción de que hacer crecer la economía nos acaba beneficiando a todxs se ha probado falsa. Hay que hacer pública la banca, controlar las instituciones supranacionales... hay propuestas alternativas desde todos los ámbitos del conocimiento humano: la ciencia, la política, la economía... si hay alternativas, aunque no estén hiladas. ¿Dónde está el problema? El desnivel entre la agresión que sufrimos y nuestra capacidad de hacerle frente es tan abismal que nos supera. El ecofeminismo plantea: si somos personas interdependientes, en esa interdependencia está la fuerza que nos puede ayudar a cambiar las cosas. Hay que organizar movimientos de base y cooperar. El capitalismo a nivel cultural nos individualiza, nos separa. El capitalismo nos convierte en...

**MEJILLONES:** se mueven en el mar de forma parecida bajo los influjos de las corrientes sin interactuar entre ellos. Son masa. ¿Cuándo pasan los seres vivos a ser población y no masa? Cuando comparten la vida y los cuidados. Se especializan los trabajos y se comparten.

Como seres humanos, podemos salir de esta situación. El total aislamiento al que nos fuerza el capitalismo nos impide ser seres morales: la moralidad nos permite anticipar las consecuencias de nuestros actos (ej. No somos conscientes de las consecuencias de mandar demasiados mensajes para la gente que extrae el coltán en la región de los Grandes Lagos). Y si se impide constituir nuestra moral no podemos ser políticos, porque si no podemos conectar con nuestros seres más cercanos, no podemos aspirar a la organización política.

Ahora florecen las experiencias contrarias: cooperativas de consumo agroecológico, COOP 57, software libre, banca ética, los medios de comunicación alternativos... estos proyectos ponen en el centro la vida. Estas experiencias son laboratorios de práctica, son pequeñas, pero desarrollan apoyo mutuo, se pueden modificar, inspiran, se pueden replicar y expandir... El 15M ha provocado una constelación de efervescencias que ahora bullen por todas partes. Es un soplo de aire fresco en los movimientos sociales, que tenían interiorizada la derrota. No es una revolución, pero es un poco de salud en el sistema. Ahora toca ser muy activxs para que la salud tome el cuerpo del sistema.



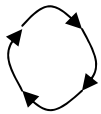


## Permacultura (Javi y Eva)<sup>1</sup>

**Permacultura es un sistema de diseño para la creación de medioambientes humanos sostenibles. La palabra en sí misma es una contracción no sólo de agricultura permanente sino también de cultura permanente, pues las culturas no pueden sobrevivir por mucho tiempo sin una base agrícola sostenible y una ética del uso de la tierra. En un nivel, la permacultura trata con plantas, animales, construcciones e infraestructuras (agua, energía, comunicaciones). Sin embargo, la permacultura no trata acerca de estos elementos en sí mismos, sino sobre las relaciones que podemos crear entre ellos por la forma en que los ubicamos en el paisaje.**

La permacultura, que mama mucho de la agricultura natural (Fukuoka) y de la agricultura sinérgica, pone en el centro de la vida tres máximas: cuidar de la **tierra**, cuidar de las **personas** y compartir los **recursos**. Como práctica agroecológica, esto se traduce en principios que se pueden aplicar tanto a diseñar la huerta (el espacio natural) como a definir una actitud ante la vida. Trata de primar el diseño sobre el esfuerzo, para lograr un equilibrio con la naturaleza al tiempo de recibir una nutrición completa y satisfactoria del entorno. Para ello, conviene observar la naturaleza y sus ciclos, y aprender de ella. Los nueve principios de la permacultura son:

**Ubicación relativa:** Consiste en aplicar el input/ output de cada elemento para ver cómo ubicarlos de modo que el excedente de un elemento sea el que nutre al siguiente, de modo que minimizamos esfuerzos y maximizamos recursos. Para ello deberemos conocer todos los elementos que integren el sistema. Por ejemplo, las represas de agua situadas sobre la casa permitirán el flujo del agua sin necesidad de una bomba (se encarga la gravedad).



**Cada elemento cumple muchas funciones:** Cada elemento del sistema debe ser escogido y ubicado de manera tal que cumpla tantas funciones como sea posible. Por ejemplo, un estanque podría servir para regar, para que bebieran los animales, y como control del fuego. Las plantas altas pueden cubrir una ventana, otorgando privacidad al hogar, pueden dar sombra, pueden dar fruto. Hay que tener en cuenta sus características.

**Cada función importante es sostenida por muchos elementos:** de este modo, nos aseguramos de que si uno no funciona, las funciones básicas las puede cubrir otro elemento. Los elementos básicos de la vida (agua, alimento, energía y protección) deben de estar garantizados por más de un mecanismo. Un lago puede servir de cortafuegos, y también una carretera, o zanjas de infiltración, que recogen agua y cortan la sucesión de árboles.

**Planificación eficiente de la energía:** La regla de oro está en identificar las tareas más centrales o más frecuentes y ubicarlas más a mano, de forma que se cuiden habitualmente con comodidad y cercanía. Por ejemplo, conviene tener las plantas aromáticas cerca de la casa, puesto que unas u otras se usan diariamente en la cocina, son relativamente delicadas y requieren atención. En cambio, los árboles

<sup>1</sup> Las imágenes están sacadas de Bill Mollison (1991) *Introducción a la Permacultura*.

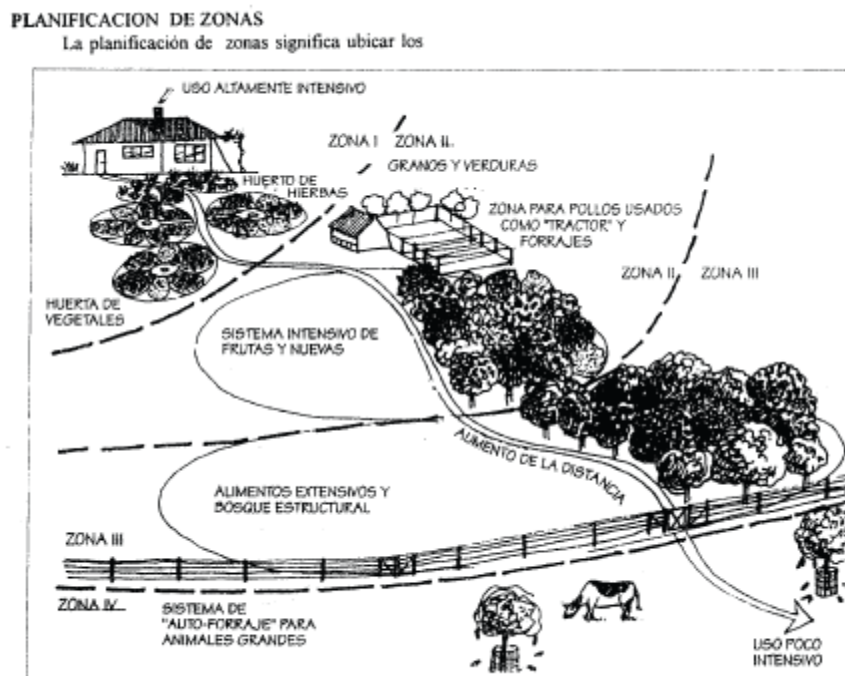






- Diseñando nuestra huerta

- En nuestra huerta, la Zona 0 somos nostrxs. La zona 1 será las más cercana a la casa (se pone aquí aquello que irá a la cocina), lo que entra y sale con más frecuencia. En la zona 2 se pueden poner las gallinas y otros animales pequeños (a lo mejor los cerdos, si se comen los deshechos de la cocina, también pueden funcionar como biogás). Entre las zonas dos y 3 se puede poner una hilera de frutales (bosques comestibles), y en la zona 3 cultivos mayores (cereales, arroz...). En la zona 4, situaremos los sistemas extensivos (ganadería y pastos, madera...) y la zona 5 es el bosque: son sistemas naturales que ya no cuidamos nostrxs, pero que nos pueden aportar muchas cosas (tal vez algún alimento, pero además nos protegen, dan sombra, polinizan nuestros terrenos, nos inspiran, nos sirven para observar-comprender- replicar los ciclos naturales...). También se emplean como espacio para el desarrollo espiritual (así es la experiencia de Eva en Vietnam). Si la zona 5 entra en los valores esenciales del proyecto, habrá que cuidarla (o bien ayudando, o bien dejándola estar).



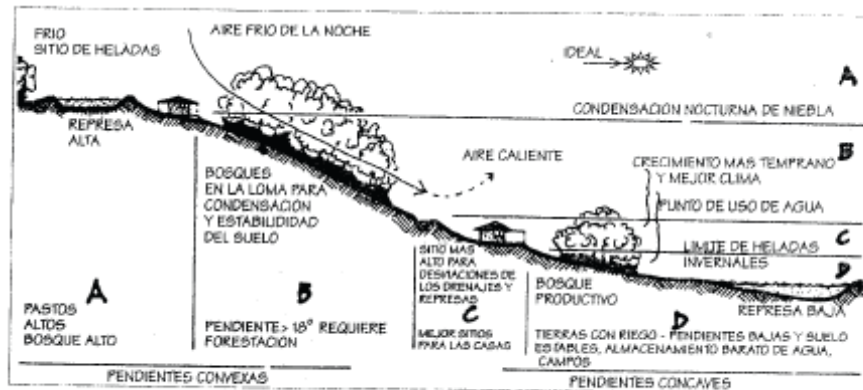
**FIGURA 1.2** La relación entre la distancia y la intensidad de uso. Las áreas visitadas frecuentemente se ubican cerca de la casa.

- Al diseñar nuestros proyectos (al igual que cuando diseñamos nuestro huerto) hay cosas que se modifican fácilmente, y otras que no, En la huerta, por ejemplo, encontramos (más o menos) esta escala:

| CLIMA | ESPACIO                                                      | AGUA | ACCESOS                                       | SISTEMAS           | MICROCLIMAS                                                        | PARTICIONES                                                                         | SUELO                             |
|-------|--------------------------------------------------------------|------|-----------------------------------------------|--------------------|--------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------|
|       | Tamaño, pendiente, Características del terreno (ondulado...) |      | Caminos, carreteras ... ¿Hay? ¿Cómo crearlos? | Plantas, bichos... | Sombras, aguas, zonas secas... dónde da el sol en los edificios... | Para crear distintos espacios, para establecer barreras naturales o artificiales... | ¿Qué piden? ¿Cuál es su historia? |



Pongamos por caso que tenemos un terreno inclinado. Diseñaremos el *transectum*, que trata de dibujar la línea del terreno incluyendo pendientes, flujos de agua, rocas, erosiones... para gestionar la información de la tierra y ser lo más práctico posible al distribuir las zonas (o tal vez necesite bancales, o surcos...) Es importante no olvidarse de lo que no se ve.



**FIGURA 1.6** El análisis de las pendientes y la planificación de los sitios en relación del aspecto de la pendiente determinan en mayor parte donde se ubica el acceso. La fuente de agua, los bosques y los cultivos (para sitios húmedos).

- Estos principios se pueden aplicar en lo micro y en lo macro: desde tu semillero, hasta un país. También se pueden aplicar a unx mismx: la permacultura se basa en observar, comprender y replicar la naturaleza, así pues, podemos observarnos y comprender nuestros procesos: la autoescucha como base para nuestro comportamiento.
- La permacultura en la ciudad tiene algunas complicaciones: quienes trabajan con permacultura urbana, buscan que la ciudad pueda producir. Mientras que en casa es más o menos fácil integrar algunos de estos principios, en el barrio, por ejemplo, es más complicado (puedes encontrar impedimentos del ayuntamiento, por ejemplo). Hay, no obstante, proyectos que se acercan a los principios permaculturales: el mercado social, los bancos de tiempo... la diversidad y el intercambio están en la base de estos proyectos.
- Al diseñar un proyecto, entonces, podemos seguir los mismos procesos que seguiríamos al diseñar nuestra huerta permacultural. Primero de todo, queremos traducir nuestros valores en nuestro proyecto.
  - Reflexionamos y compartimos nuestros objetivos
  - Observamos los espacios donde naturalmente deberíamos desarrollarlos y extraemos patrones
  - Documentamos nuestro proyecto
  - Lluvia de ideas: se pueden enlazar, relacionar y conectar entre sí, y también pueden arrojar luz sobre relaciones que habían pasado desapercibidas.
  - Diseñamos el proyecto
  - Ponemos en práctica el proyecto
  - Reflexionamos sobre los objetivos y resultados del proyecto y los compartimos.

... ¡a disfrutar!

