Noviembre

Pequeños gestos para transformar el mundo

Un mes, una acción, un gran cambio



Plataforma Ecosocial Laudato si' Málaga

"*El consumismo obsesivo es el reflejo subjetivo del paradigma tecnoeconómico*." (LS, 203).

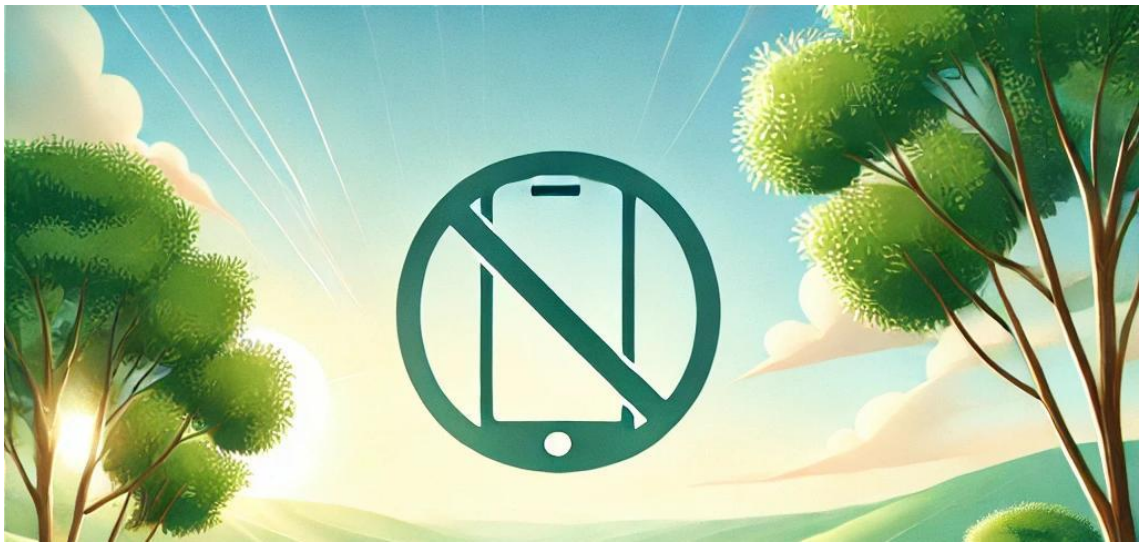
La tecnología puede ayudarnos a comunicarnos, aprender y cuidar mejor. Pero también puede ocupar nuestra atención, debilitar el encuentro y aumentar la presión sobre la creación. Este noviembre proponemos una pausa consciente para recuperar libertad interior, relaciones cercanas y tiempo de contemplación.

Nuestro gesto

Cada mes proponemos un pequeño desafío que, con la colaboración de todos, puede generar un cambio en nuestra comunidad y en el cuidado de la creación. Juntos, paso a paso, transformaremos nuestras acciones cotidianas para construir un mundo más justo, sostenible y en armonía con la naturaleza.

Noviembre: Desconexión Digital - Un día sin tecnología

La tecnología es una herramienta valiosa, pero su producción y uso tienen un alto costo ambiental: el consumo de energía, la extracción de minerales raros y la generación de residuos electrónicos. Proponemos un día sin dispositivos electrónicos para reflexionar sobre el impacto que nuestro estilo de vida digital tiene en la creación.



Impacto ambiental de la tecnología

Cada dispositivo electrónico requiere energía para su funcionamiento y producción, lo que aumenta la huella de carbono. Además, la extracción de recursos naturales para fabricar estos dispositivos genera daños irreparables en los ecosistemas y contribuye a la crisis climática.

Noviembre

Pequeños gestos para transformar el mundo

Un mes, una acción, un gran cambio



Reconectar con la naturaleza

La tecnología también puede alejarnos de nuestro entorno y de las maravillas de la creación. Un día sin tecnología es una oportunidad para volver a conectar con la naturaleza, con los demás y con nosotros mismos, permitiendo una reflexión profunda sobre cómo podemos utilizar la tecnología de manera más consciente y respetuosa.

Recuperar la atención y la presencia

León XIV propone «una verdadera higiene de la atención: ritmos que incluyan silencio, estudio reflexivo, lectura, análisis ponderado» (Magnifica Humanitas, 146). La desconexión puede abrir espacio para la oración, la escucha, la mesa compartida, el encuentro con otras personas y el contacto con la naturaleza.

Tarea: Un día de desconexión

Proponemos a cada parroquia, grupo o comunidad que elija un día del mes de noviembre para desconectar de la tecnología: móviles, ordenadores, televisores, y cualquier otro dispositivo electrónico. Durante este día, se invita a realizar actividades al aire libre, fomentar el diálogo en comunidad y reflexionar sobre el impacto ambiental del uso excesivo de la tecnología.

Durante la pausa:

- Dedica un tiempo al silencio, la oración, la lectura o la contemplación.
- Comparte una comida, una conversación, una visita o un paseo sin pantallas.
- Revisa qué usos digitales te sirven y cuáles consumen tu atención sin aportarte verdadero bienestar.

Además, sugerimos organizar charlas o talleres sobre el uso responsable de la tecnología y cómo adoptar prácticas más sostenibles, como alargar la vida útil de los dispositivos o optar por fuentes de energía renovables para cargarlos.

Propuesta:

- Reflexionar sobre el impacto ambiental del uso de la tecnología en nuestras vidas diarias.
- Promover actividades que no requieran el uso de dispositivos electrónicos, como caminatas en la naturaleza, tiempo en comunidad o momentos de oración y meditación.
- Fomentar el diálogo grupal sobre cómo podemos reducir nuestra dependencia tecnológica y adoptar hábitos más sostenibles en el uso de la tecnología.

¡Nos encantaría que compartáis vuestra experiencia de desconexión con nosotros! Podéis escribirnos a:

Correo de la plataforma: malagalaudatosi@gmail.com

J. Jesús Bellido, miembro del grupo de coordinación: jjbellidolopez@gmail.com