

tre 's' come tre stili di vita



Le 3 esse dei nuovi stili di vita:

- più salute per se stessi,
- più salute per l'ambiente
- più salute per il proprio portafoglio.

Le prassi messe in atto dai nuovi stili di vita conducono a tre grandi benefici e vantaggi:

1.

Più salute per se stessi: i nuovi stili di vita creano un beneficio alla propria vita personale, perché recuperano la lentezza superando la frenesia quotidiana e lo stress che sono le cause di piccoli e grandi malesseri e malattie; arricchiscono la vita di relazioni umane dando gusto e sapore al vivere; aumentano il livello culturale promuovendo lo slancio del pensiero e superando ogni forma di schiavismo e sudditanza, fanno diventare più responsabili e solidali riscattando e valorizzando la propria umanità.

2.

Più salute all'ambiente: i nuovi stili di vita provocano un minore impatto ambientale e generano una maggiore sostenibilità ambientale, perché inquinano meno l'ambiente; valorizzano le piccole e grandi potenzialità di madre terra; recuperano un rapporto amichevole e rispettoso dei ritmi della natura senza violentarli; rendono più pulito il mondo e quindi il nostro habitat; ridanno alla terra la possibilità di produrre in maniera naturale e integrale.

3.

Più salute al portafoglio (alla propria economia): i nuovi stili di vita generano un risparmio a vari livelli permettendo di recuperare risorse economiche invece di sperperarle; tutti questi risparmi possono diventare degli investimenti in settori importanti della vita, come quello di prodotti di qualità, oppure nel settore culturale, ludico, relazionale; permettendo anche di ridurre l'orario lavorativo per poter guadagnare ore libere.

Questi sono i tre grandi frutti dei nuovi stili di vita: le 3 saluti. In conclusione, significa recuperare una vita di qualità e non di quantità, una vita basata non più sul PIL (Prodotto interno lordo) ma sul FIL (Felicità interna lorda), oppure sul BES (Benessere equo e sostenibile) come sostiene il Cnel e l'Istat.

Per dare un volto concreto a queste tre saluti, voglio presentare 4 esempi, uno per ogni nuovo rapporto (con le cose, con le persone, con la natura e con la mondialità), in modo da aiutare a scoprire i tre benefici, prendendo maggiormente coscienza di quanto è importante cambiare stili di vita.

■

Una alimentazione sostenibile, mediante un consumo responsabile, promuove frutta e verdura di stagione, la filiera corta a km.0, come pure l'autoproduzione. Si tratta di prodotti che sono di qualità e che fanno bene alla salute, mediante l'agricoltura biologica che rispetta la natura,

generando più salute all'ambiente e dando un risparmio perché si compera direttamente dal produttore senza tanti passaggi, oppure a spese molto ridotte mediante la propria produzione.

■

La mobilità sostenibile, che stimola a mettere in moto i piedi, usare la bicicletta e i mezzi pubblici, con un uso intelligente dell'automobile, genera più salute alla persona perché si cammina di più e si usa la bicicletta, altrimenti si è costretti ad andare in palestra e fare la cyclette o il tapis roulant. Inoltre, inquina meno l'ambiente perché l'impatto ambientale è molto ridotto e crea risparmio al portafoglio perché si spende meno al distributore nel consumare meno combustibile.

■

Una vita ricca di relazioni, a partire dal saluto che è il ponte delle relazione fino al recupero del silenzio che è la profondità della relazione, genera un alto beneficio alla salute perché le relazioni sono l'ossigeno della vita, rinnovando e rafforzando i rapporti con i vicini di casa senza fare tanti chilometri e quindi riducendo l'impatto ambientale, promuovendo lo scambio di saperi e di servizi per saper mettere in atto stili di vita che custodiscano l'ambiente e che generano risparmi sul portafoglio.

■

La convivialità delle differenze, mediante l'incontro con popoli che hanno usi, costumi e culture differenti, promuovono un mondo di pace, dove i popoli sappiano convivere insieme nelle diversità. La pace è la pienezza della salute per ogni persona umana, ma è anche una dimensione fondamentale per un giusto rapporto con l'ambiente senza più sfruttarlo e inquinarlo. La convivialità delle differenze suscitano scambi culturali a vari livelli, come il turismo solidale dove l'accoglienza avviene nelle case della gente, oppure mediante forme alternative nell'organizzare i viaggi che generano la possibilità di visitare i paesi con costi ridotti.

Con altre parole, le tre saluti generano una vita che ha come paradigma il Ben Vivere per tutti, e non più il vivere meglio di alcuni che genera l'altra faccia del vivere peggio di molti.

Padova 27 giugno 2013

Adriano Sella

(discepolo e missionario dei nuovi stili di vita)

“voglio giustizia!”



“la ragione è mia, sempre mia, Dio me l’ha data, guai chi me la toglie!”

per un consumo responsabile



Dal digiuno straordinario al consumo responsabile ordinario per custodire il nostro territorio

La scelta straordinaria di don Albino dei Beati i Costruttori di Pace, di mettere in atto il digiuno per richiamare l'attenzione della popolazione e delle autorità alla questione ambientale del nostro territorio, è una scelta davvero coraggiosa con una bella testimonianza. Dobbiamo ringraziarlo per il coraggio e per aver suscitato confronto, dibattito e unione di forze attorno alla questione del territorio del Veneto, fortemente a rischio a causa di varie grandi opere volute dall'economia del profitto.

Questa azione rimane, tuttavia, straordinaria sia perché pochi la possono mettere in atto e sia perché il digiuno (sciopero della fame) è uno strumento da utilizzarsi in caso di urgenza e di emergenza. Da questa forma straordinaria bisogna passare ad una azione ordinaria: possibile a tutti i cittadini e concreta nella propria vita quotidiana. La possiamo individuare nell'impegno del consumo responsabile, critico e solidale che può essere messo in atto ogni giorno, quando compriamo cioè nell'andare a fare la spesa. Ecco una proposta quotidiana che risponde alla domanda che mi hanno fatto varie persone in questi giorni: "Noi cosa possiamo fare per custodire il nostro territorio?".

La prima domanda da farsi è: dove andiamo fare la spesa? La scelta di andare nei grandi centri commerciali, oppure negli ipermercati, non è la stessa cosa come quando si va a fare la

spesa nei negozi o direttamente dai produttori, come fanno i gruppi di acquisto solidale (G.A.S.). La prima significa sostenere l'economia dei colossi e delle grandi multinazionali che sono i responsabili delle grandi opere che vogliamo realizzare oggi, distruggendo tutto il tessuto socio-culturale e umano di un territorio. La seconda scelta significa promuovere un'economia alternativa, sostenendo tutti i piccoli e medi negozi che riescono ad occupare molta più gente a livello lavorativo e che sono il tessuto di relazioni sociali e umane dei nostri paesi, oppure organizzandosi e andare direttamente dai produttori per sostenere il loro lavoro e il loro impegno di produrre nel pieno rispetto dell'ambiente. Vandana Shiva, scienziata, economista e ambientalista indiana, denunciava fortemente come il grande colosso della Coca-Cola si era appropriata dell'acqua di una regione dell'India prosciugando le falde acquifere della zona nel giro di soli due anni, costringendo migliaia di donne a fare centinaia di chilometri per andare a provvisionarsi di acqua. È bene prendere coscienza, che questa azione distruttrice della multinazionale viene sostenuta da chi fa uso dei suoi prodotti e non ha il coraggio di fare una scelta alternativa.

La seconda domanda da farsi è: di chi sono i prodotti che compriamo? Comprare prodotti di grandi imprese che sono responsabili dell'inquinamento dell'ambiente, non è la stessa cosa acquistare prodotti della filiera che ha una grande attenzione verso l'agricoltura naturale e biologica. La prima filiera di produzione è altamente distruttrice dell'ambiente perché fa uso di molti diserbanti, pesticidi e agro tossici; mentre la seconda è molto attenta al rispetto della natura e del territorio. La scelta della filiera etica di produzione è molto importante: per poter rispettare l'ambiente, pagare un prezzo giusto ai produttori e rispettare i diritti dei lavoratori, così come fa il commercio equo e solidale. Come scrisse l'economista Leonardo Becchetti, noi cittadini come consumatori abbiamo il "voto nel portafoglio". È vero, ogni

volta che compriamo votiamo col nostro portafoglio. Questo è un potere enorme nelle mani dei cittadini. Lo sappiamo utilizzare? Ed è uno strumento quotidiano che ci pone davanti ad un bivio: continuare a sostenere l'attuale economia di profitto, nelle mani delle multinazionali (pensiamo al business mondiale del cibo che viene gestito da un pugno di transnazionali); oppure promuovere un'economia alternativa, quella etica, che mette al centro l'umanità e la terra, con una grande attenzione all'ambiente, offrendoci inoltre prodotti di qualità che ci fanno bene alla salute. Qui sta l'azione quotidiana che ci permette di indebolire, minando dal basso, il potere dei grandi colossi economici che oggi vogliono usare il territorio veneto, cementificandolo enormemente e realizzando una lunga lista di grandi opere. Dobbiamo ricordare che dietro a questi grandi gruppi c'è la finanza speculativa, come pure, spesso, anche la corruzione. Per far capire meglio questo potere del cittadino come consumatore, voglio ricordare che è stata sufficiente la riduzione dei consumi di appena 3 o 4% per mettere in ginocchio grandi multinazionali, come la Coca-Cola, dimostrandosi poi disponibili a discutere. Recentemente, l'azione di una percentuale non rilevante di cittadini del nostro territorio che hanno fatto la scelta di non andare a fare la spesa alla domenica nei grandi centri commerciali, per poter vivere la domenica delle 3 erre (relazioni, riposo e Risorto), ha contagiato la grande catena di supermercati Famila, del colosso Gdo, facendo la scelta di non aprire più alla domenica, mossi dalla convenienza economica ma riscoprendo pure l'etica nel rispettare il diritto del riposo domenicale dei propri lavoratori e nel rispetto dell'ambiente.

Questa azione quotidiana, possibile a tutti, deve essere vissuta a tre livelli: personale mediante una spesa giusta, etica e solidale; comunitario nell'organizzarsi come cittadini, così come fanno i gruppi di acquisto solidale o i distretti di economia solidale; istituzionale con l'impegno politico e di fare pressione alle istituzioni locali,

regionali e nazionali, così come fanno i tanti comitati e presidi per la difesa del territorio. Credo sempre più, che questo sia lo strumento potente, non violento e quotidiano che tutti possono e devono utilizzare per custodire il proprio territorio: il consumo responsabile e la finanza etica.

Tramonte (Padova) 27/08/2013