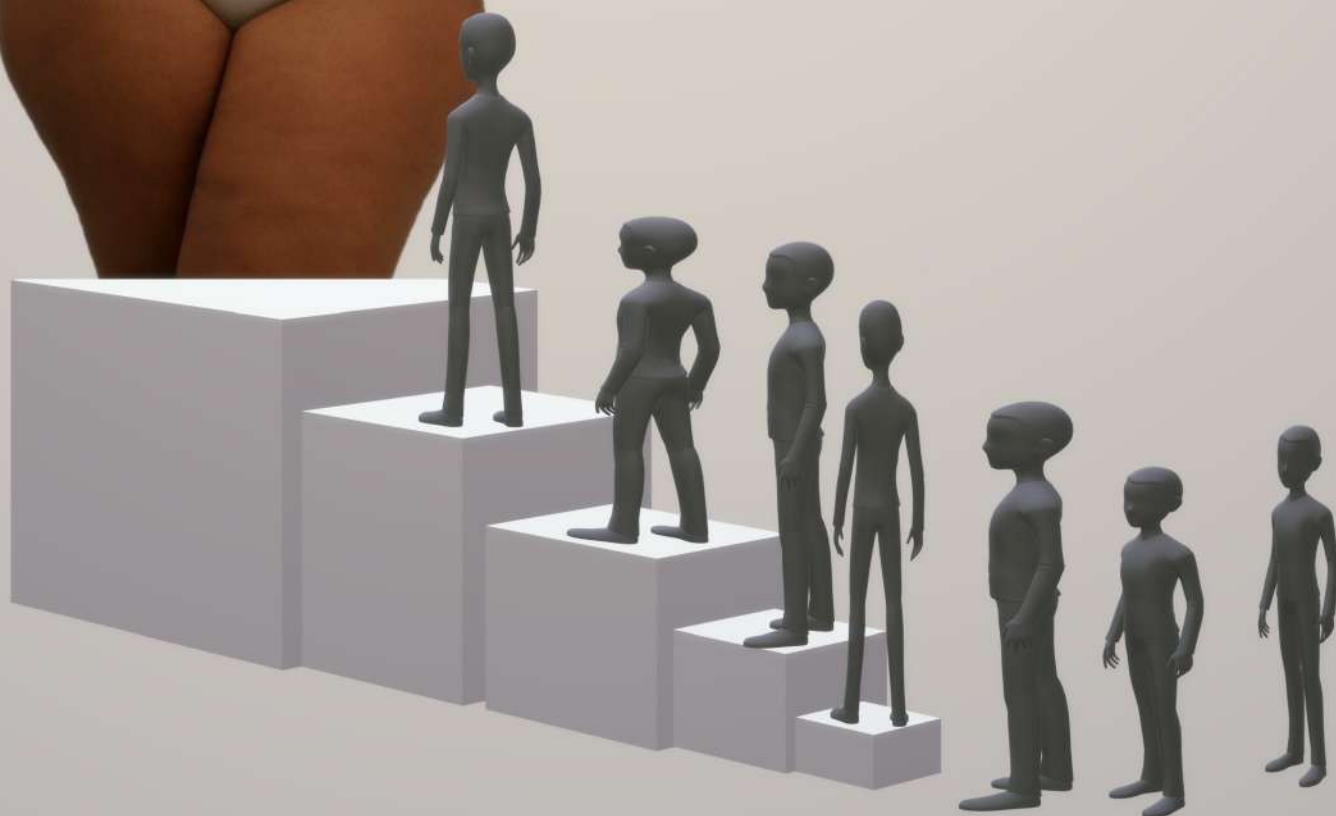


BYÔDÔ

Lo mejor está por leer



Seguimos...

Byôdô #002

ARTE Y CULTURA

- 8 ++ La Grecia clásica
- 16 ++ L'art de parlar

ACTUALIDAD

- 38 ++ La factura a pagar: Cambio climático
- 48 ++ Suerte o determinación
- 56 ++ ¿Tenemos verdaderos líderes?
- 54 ++ Economía circular

GÉNERO E IGUALDAD

- 58 ++ Prostitución, legalizarla o abolirla
- 52 ++ Género disidente
- 24 ++ Cine Gay, del negro a color

ENFERMEDADES DEL SIGLO XXI

- 44 ++ Chemsex: Placer o peligro
- 30 ++ El síndrome de Asperger
- 34 ++ Suïcidis: un estigma sense resoldre

LA ENTREVISTA

- 6 ++ LOMLOE: Nova llei d'educació

Internet ha revolucionado el uso de relacionarnos, comunicarnos y también de consumir cultura. Maryanne Wolf en su libro *"Lector vuelve a casa: el cerebro lector en el mundo digital"* habla de, que la sociedad digital está favoreciendo a que los lectores procesemos información más rápidamente pero también estamos atrofiando la parte del cerebro que nos permite hacer los procesos de comprensión más analíticos y complejos.

Leemos en diagonal, procesamos algunos datos relevantes y fáciles de asimilar, así como resúmenes y titulares, pero nos perdemos gran parte del conocimiento que está disponible en que requeriría horas de reflexión y pensamiento tranquilo para poder asumirlos. En parte banalizamos el conocimiento porque nos incomoda la complejidad, rechazamos el esfuerzo por comprender.

Y es en este contexto, donde nace el proyecto Byôdô. Una revista colaborativa, en la que participan personas de características, procedencias y situaciones muy diversas pero que comparten un mismo interés: Crear una revista cultura de calidad que fomente el pensamiento crítico y que despierte el interés por el conocimiento.

Literatura, arte, psicología, filosofía, salud y deporte son algunos de los apartados que encontrareis en nuestra revista. Estos artículos han sido posibles gracias a horas y horas de trabajo.

NUMERO 002/ ABRIL 2023

Editor: R. Parra
Directora: Laura

Responsable de direcció: R. Parra
Consejo asesor: J. Verger,
D.Dasilveira, E. Villagrasa

Imagen de portada: R. Parra

Colaboradores externos: A. Gallego, J. Borrell

Equipo directivo: J. Verger, R. Parra

Distribución:

Medios digitales:

Reservados todos los derechos. Esta publicación no se podrá reproducir, ni parcial ni totalmente sin la autorización del propietario.
Byodo no se hace responsable ni comparte necesariamente todas las valoraciones subjetivas y opiniones de los colaboradores de la revista.

Con el soporte de:

Y ya sabéis, lo mejor, está por leer.

Desde Byodo pensamos que el conocimiento es plurilingüe, tener más idiomas nos permite conocer mejor el mundo. En Cataluña dos idiomas conviven juntos. Es a partir de la lengua que el cerebro puede pensar.

Equipo Byôdô

La nova Llei Educativa o Llei Orgànica 3/2020, per la qual es modifica la Llei Orgànica 2/2006, és vigent des de l'any 2020. Tot i que els seus postulats es van instaurant progressivament segons avancen els cursos, està previst la seva implementació completa en el curs 2023/2024. En el vigent curs acadèmic 2022/2023, s'han introduït els canvis en el currículum dels cursos imparells de Primària, Secundària, Batxillerat i Cicles formatius de grau bàsic, mentre que el proper curs s'implantarà als cursos parells.

L'objectiu principal de la llei és **augmentar les oportunitats educatives i formatives de tota la població i millorar els resultats educatius de l'alumnat**, aconseguint una educació de qualitat per a tothom. Per això, la llei posa èmfasi en:

- El respecte als drets de la infància.
- La igualtat de gènere i la personalització dels aprenentatges.
- L'educació inclusiva i l'educació en valors cívics i ètics.
- El desenvolupament sostenible.
- El desenvolupament de les competències digital i socio-personal.

Entre els canvis introduïts per la LOMLOE, podem esmentar els següents:

- El currículum s'adreçarà al desenvolupament de les competències, l'avaluació serà contínua, formativa, global i tindrà en compte el grau de desenvolupament de les competències clau a partir de l'adquisició de determinats sabers.
- S'eliminen les proves finals de Primària, Secundària i Batxillerat.
- S'estableix la limitació per repetir curs només un cop per etapa.
- S'elimina la classificació de les matèries en troncales, específiques i de lliure configuració i es substitueixen per matèries obligatòries i optatives.
- S'estableix un perfil competencial de sortida al llarg de totes les etapes.
- Es crea el Batxillerat General, una barreja dels batxillerats especialitzats.



NUEVOS CAMBIOS EDUCATIVOS EDUCACIÓN DE CALIDAD CON EQUITAD



Per poder entendre bé aquest nou currículum, hem fet una entrevista a la Martina, futura mestra d'educació primària i actual alumna de la universitat.

1. Què en penses del nou currículum d'ensenyament bàsic?

Penso que en aquest currículum es plasmen idees molt interessants, com ara la introducció de sabers i la incorporació de l'educació afectivosexual, la prevenció de violències, la identificació de les desigualtats i la lluita contra aquestes. Aquest promou una transversalitat dels continguts i implementació de metodologies innovadores. És interessant la manera en què s'enfoquen els sabers, ja que són més motivadors, perquè es demana que es plantegin a través de situacions properes a l'alumnat fomentant un aprenentatge significatiu.

2. Veus bé que hi hagi infantil, primària i ESO en un mateix currículum? Per què?



Trobo interessant que estiguin junts, ja que aquest fet permet que els continguts estiguin relacionats i hi hagi una continuïtat amb els sabers.

Aquest fet pot ser molt positiu pel canvi d'etapes dels infants, ja que moltes vegades l'educació primària era molt diferent de la secundària i això promovia molt fracàs escolar i abandonament prematur del sistema educatiu.

3. Com creus que pot influir en l'autoconcepte d'ells/es mateixos/es?

La repetició és evident que té un fort impacte en l'autoconcepte de l'alumnat, en primer lloc, perquè queden desvinculats del grup. Per altra banda, perquè el sentiment d'incompetència pot acabar en un abandonament prematur del sistema educatiu. També cal tenir en compte la imatge que tenen d'ells o d'elles les persones externes. Per exemple, els docents del centre poden fomentar un efecte Pigmalión on etiquetin a l'infant i ja no creguin en ell.

4. Creus en el perfil competencial de sortida?

Considero que és una idea molt interessant, ja que són aprenentatges necessaris del dia a dia i també poder-los posar a la pràctica per resoldre reptes i desafiaments que se li poden presentar. Aquesta visió de l'ensenyament, perquè es basa en aprenentatges bàsics i indispensables per formar part de la societat. Tot i això, penso que s'haurà de modificar encara una mica més els continguts que es treballen i donar més importància a la competència ciutadana tant a les classes com també a les avaluacions, per al de fomentar aquest perfil competencial de sortida i que sigui de qualitat.

5. Creus que hi ha continguts/sabers a l'educació que necessiten d'ensenyament memorístic? Per què?

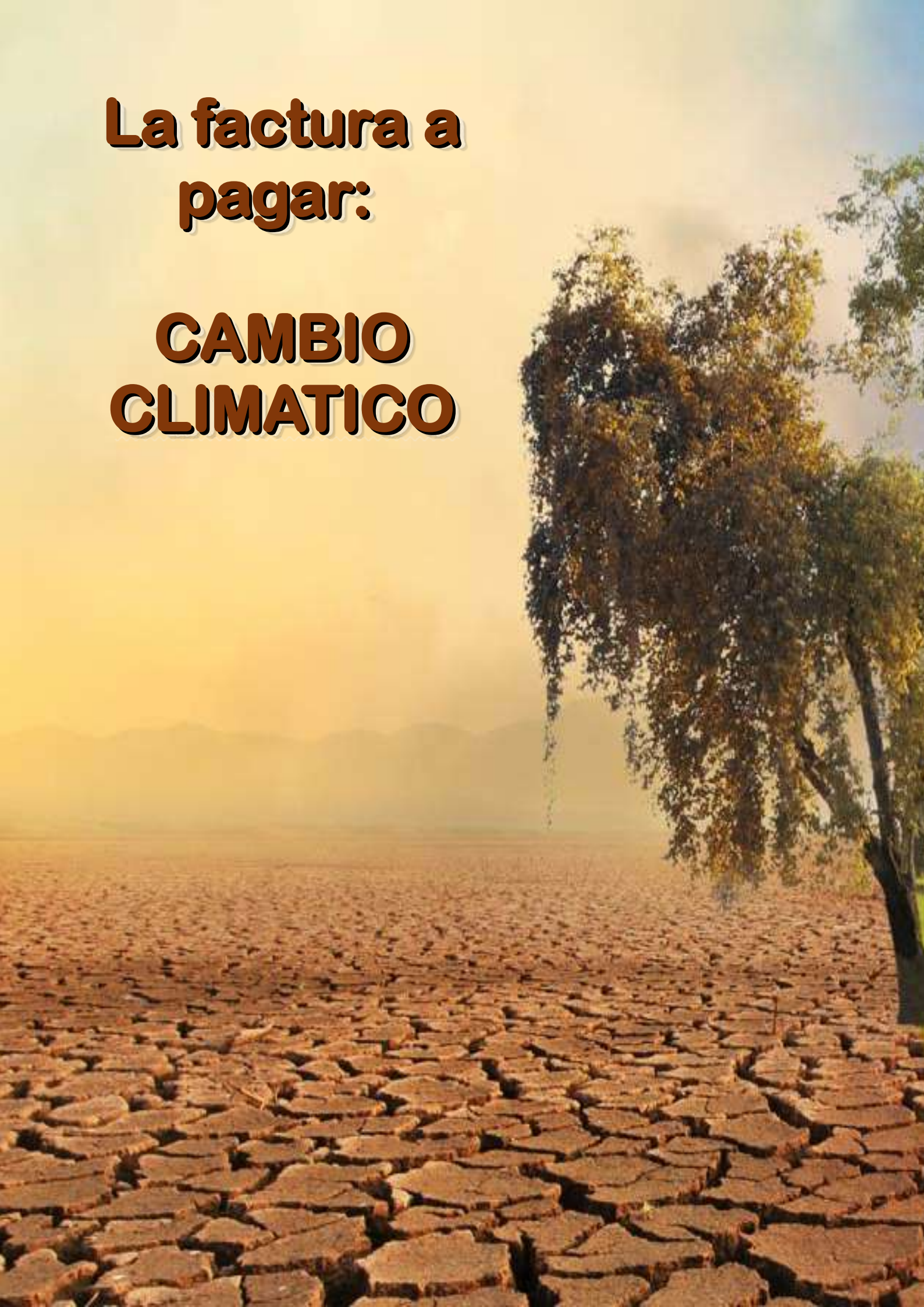
L'ensenyament memorístic és clau en alguns continguts o sabers com ara les taules de multiplicar però que no cal fer-ne un abús com se n'ha fet en un passat no gaire llunyà. Tanmateix, hi ha moltes maneres de generar espais on es fomenti l'ensenyament memorístic. No obstant això, és important treballar la memòria, per tal de fomentar la capacitat de percebre, d'aprendre, de pensar, l'habilitat de codificar i emmagatzemar

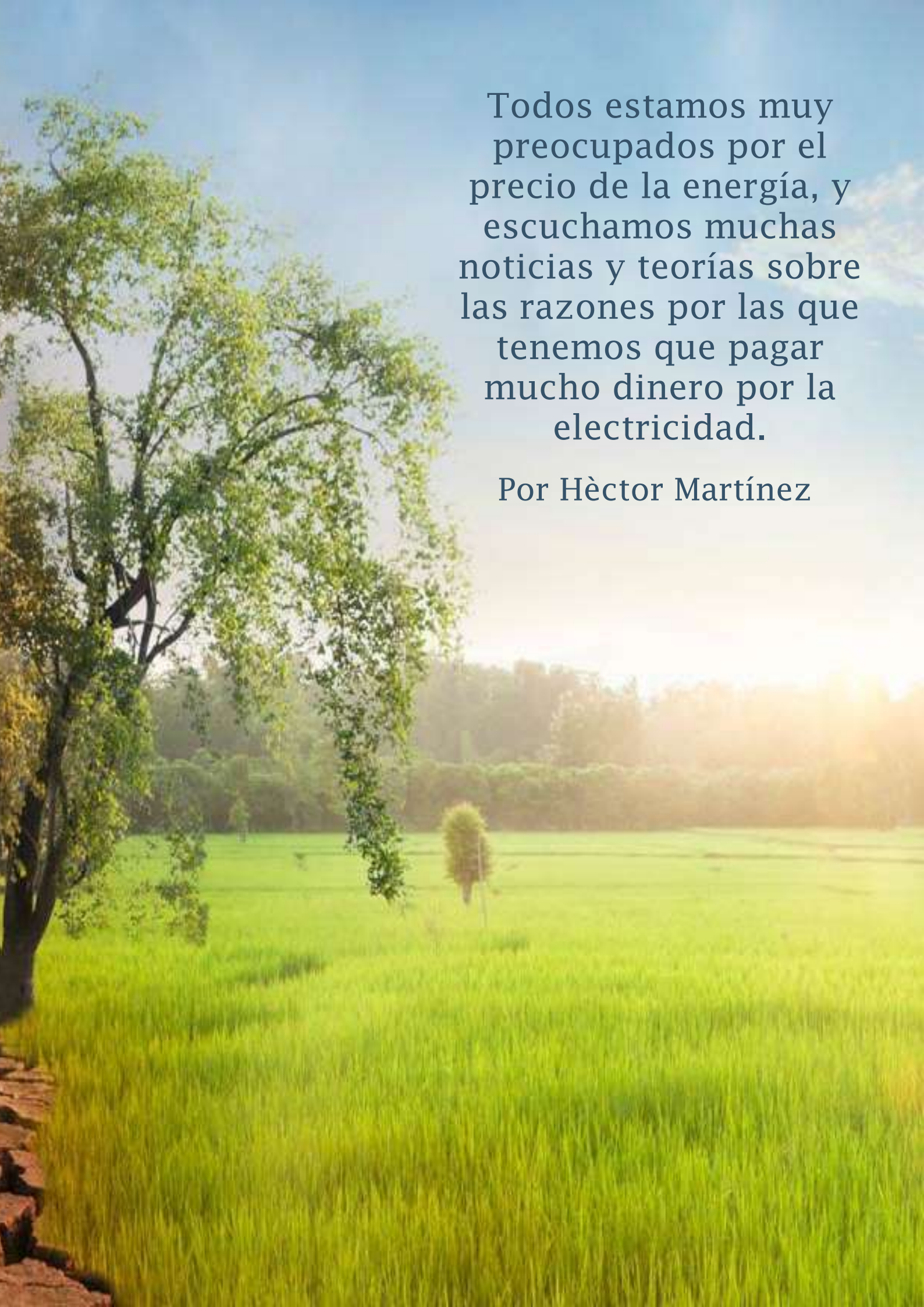
6. Què trobes que tenen les situacions d'aprenentatge que no tenen altres metodologies innovadores que portem a l'aula com fins ara?

Considero que les situacions d'aprenentatge es presenten a través d'un repte a la persona que aprèn i parteix d'un context concret. En canvi, moltes metodologies innovadores no parteixen d'aquestes premisses. Penso que les situacions d'aprenentatge són molt interessants per tal de focalitzar-nos al procés de cada alumne atenent a totes les necessitats i les singularitats de l'infant, podent motivar-lo en el procés d'ensenyament-aprenentatge. El fet que l'aprenentatge es basi a resoldre un repte o una situació real fa que l'alumnat hagi de resoldre-ho de manera eficaç i utilitzant una o més capacitats en les quals són imprescindibles alguns sabers i, per tant, això comporta l'assoliment de competències.

**La factura a
pagar:**

**CAMBIO
CLIMATICO**





Todos estamos muy preocupados por el precio de la energía, y escuchamos muchas noticias y teorías sobre las razones por las que tenemos que pagar mucho dinero por la electricidad.

Por Hèctor Martínez



MERCADO ELÉCTRICO EN ESPAÑA

En los últimos tiempos, todos hemos estado muy preocupados por el precio de la energía, y hemos escuchado muchas noticias y teorías sobre las razones por las que tenemos que pagar mucho dinero por la electricidad.

El mercado en España está estructurado de manera que el aumento o la disminución del precio es muy sensible. A nivel político, también desde Europa, se han tomado decisiones sobre el funcionamiento del mercado energético que han sido muy proteccionistas con los sectores que utilizan combustibles fósiles para generar electricidad, el llamado “lobby del petróleo”.

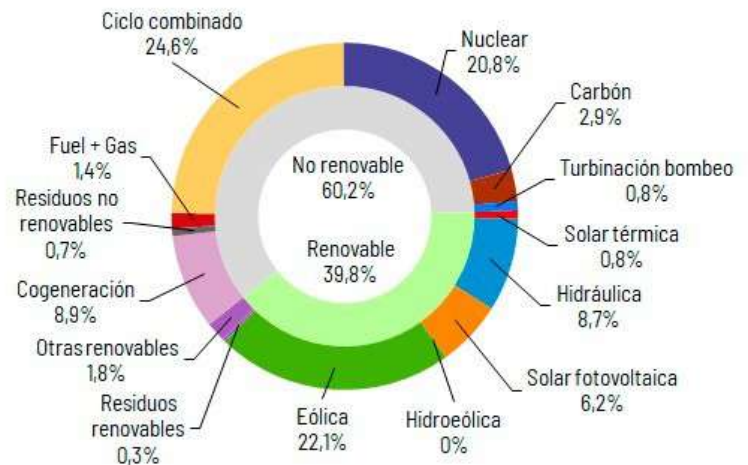
Como siempre, los que pagan las consecuencias de estas decisiones, son los consumidores finales; especialmente las empresas y los grandes consumidores de energía, que ven triplicadas sus facturas de la luz, y que tienen que repercutir su alto coste en el precio final de los productos.

¿Cómo está estructurado el mercado energético en España? ¿Qué hace que su precio aumente? ¿Cuáles son las posibles soluciones a este grave problema?

Para entender el funcionamiento del mercado, primero debemos tener claro cuáles son los actores que intervienen en él.

En primer lugar tenemos a **las empresas generadoras**, que son las que producen energía con distintas tecnologías que veremos más adelante, por otro lado, tenemos a **las comercializadoras de energía**, las popularmente llamadas “compañías de la luz”, que son las que se encargan de vender la electricidad al consumidor final.

Estructura de la generación de enero de 2022



Tanto los productores como las comercializadoras, forman parte del mercado, y solo es necesario obtener las autorizaciones que marca la ley para poder trabajar.

Los encargados de **transportar y distribuir** la energía generada, están a cargo de empresas cuya actividad está regulada directamente por el Estado.

Finalmente tenemos al actor más importante, los consumidores, empresas, entidades públicas y particulares, que pueden acogerse a dos tipos de mercado distintos a la hora de contratar su suministro eléctrico: regulado y libre.

Mercado regulado: El precio es variable y personalizado para cada caso. No podemos saber de antemano lo que vamos a pagar por la energía consumida, ya que el precio va a variar dependiendo de la oferta y de la demanda, y ésta varía diariamente. Los contratos se hacen con las comercializadoras y no pueden tener permanencia.. ➡



Imagen: shutterstock

➡ **Mercado libre:** Este es el mercado en el que se encuentran el 85% de consumidores particulares y empresas en España, y su principal característica es que el precio es fijo, depende de la tarifa que se escoja, así que la facturación es muy estable. También se pueden escoger tarifas variables, como las nocturnas o las de discriminación horaria, aunque incluso así, sabemos de antemano el precio que vamos a pagar, y es posible obtener descuentos sobre el precio.

En general, los contratos de suministro, tienen una permanencia de 1 año, y si el consumidor abandona antes la compañía, tiene que pagar una penalización.

El mercado libre, ofrece la posibilidad de contratar energía verde certificada, es decir, electricidad originada con fuentes renovables.

¿Cómo se determina el precio de la electricidad y como afecta a los consumidores de los dos mercados?

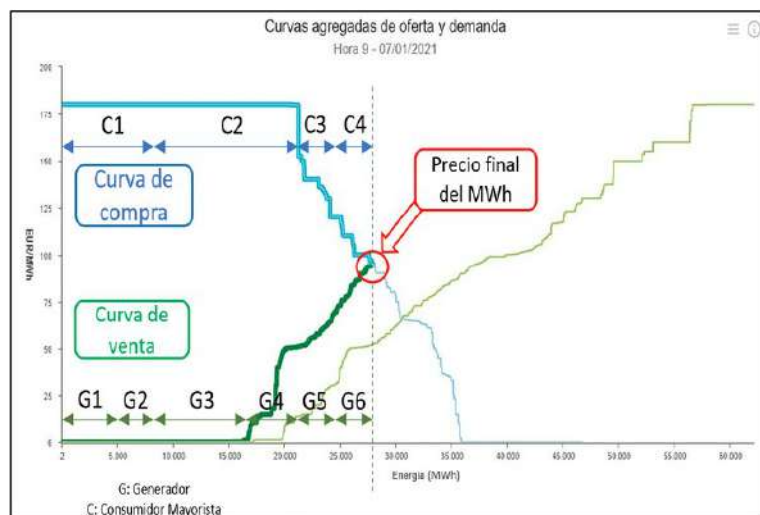


Imagen: National Geographic

Hay una única entidad pública que opera el mercado mayorista eléctrico en España, **OMIE (Operador del Mercado Ibérico de Energía)** y es la encargada de recibir y gestionar las ofertas de compra y venta de energía.

Los vendedores (productores) especifican la energía disponible, y el precio a que están dispuestos a venderla. Las ofertas se ordenan de menor a mayor (curva creciente), siendo siempre el precio mínimo de 0 €/Mwh (megavatio/hora)

Los compradores (consumidores) especifican sus necesidades de energía y el precio que están dispuestos a pagar por ella. Las demandas se ordenan de mayor a menor (curva decreciente).

El punto donde se juntan las curvas de oferta y demanda es el que marca el precio del Mwh, también se llama “precio de casación”, y los agentes que están por encima de este precio, quedan fuera de la subasta diaria de energía.

¿Por qué el precio de la energía varia cada día, y por qué en los últimos meses ha experimentado una subida tan fuerte?

Para entender esto, primero debemos conocer cuales son las distintas tecnologías que se utilizan para generar electricidad.

Nuclear: Esta tecnología es la más controvertida, ya que su potencial peligro de contaminación es bajo, pero como hemos visto a lo largo de nuestra historia reciente en Chernóbyl (Ucrania) y en Fukushima (Japón), las consecuencias pueden ser catastróficas.

De todos modos, y mirando esta tecnología de manera pragmática, es la más barata para producir electricidad, ya que funciona de manera continuada durante todo el año, nunca deja de producir. En España, en el caso de las centrales nucleares más antiguas y debido a que su inversión está totalmente amortizada, se considera que el precio de generación es cero.

Energías Renovables: La energía solar y la eólica, además de ser las menos contaminantes, son la manera más barata (exceptuando la nuclear) de fabricar electricidad. Su precio se calcula justo para poder cubrir los costes de mantenimiento de las centrales generadoras. ➡

➡ **Hidroeléctricas:** esta tecnología usa el agua y su fuerza de caída como instrumento para generar electricidad. Como bien sabemos, el agua es un bien muy escaso en nuestro planeta, lo que hace que sea una tecnología de uso muy limitado, y por tanto muy cara.

Térmicas: Estas centrales son las que utilizan combustibles fósiles para su funcionamiento, principalmente carbón y gas natural. Su respuesta de producción es la más rápida, es decir, se puede arrancar y parar su funcionamiento a demanda, lo que la hace muy práctica, pero la más cara de todas.

Todas estas tecnologías son las que forman parte del llamado “mix energético” en España.

La demanda, la marca necesidad de energía de los consumidores, a diario. Para mantener el sistema estable, el consumo y la producción tienen que coincidir.

Cada tecnología entra en el mercado con su precio de generación, primero entran las centrales nucleares, luego las centrales solares y los molinos eólicos, a continuación la hidroeléctrica, y como en general, estas tecnologías no cubren toda la demanda, y debido a su rápida respuesta de producción, se utiliza la tecnología térmica para llegar al punto exacto de demanda, y su entrada, al tener el coste más elevado, hace que el precio se encarezca mucho.

Hay que dejar claro, que solo los consumidores que estén en el mercado regulado, van a notar esta subida de precio diariamente y por lo tanto en su factura mensual de la luz. 

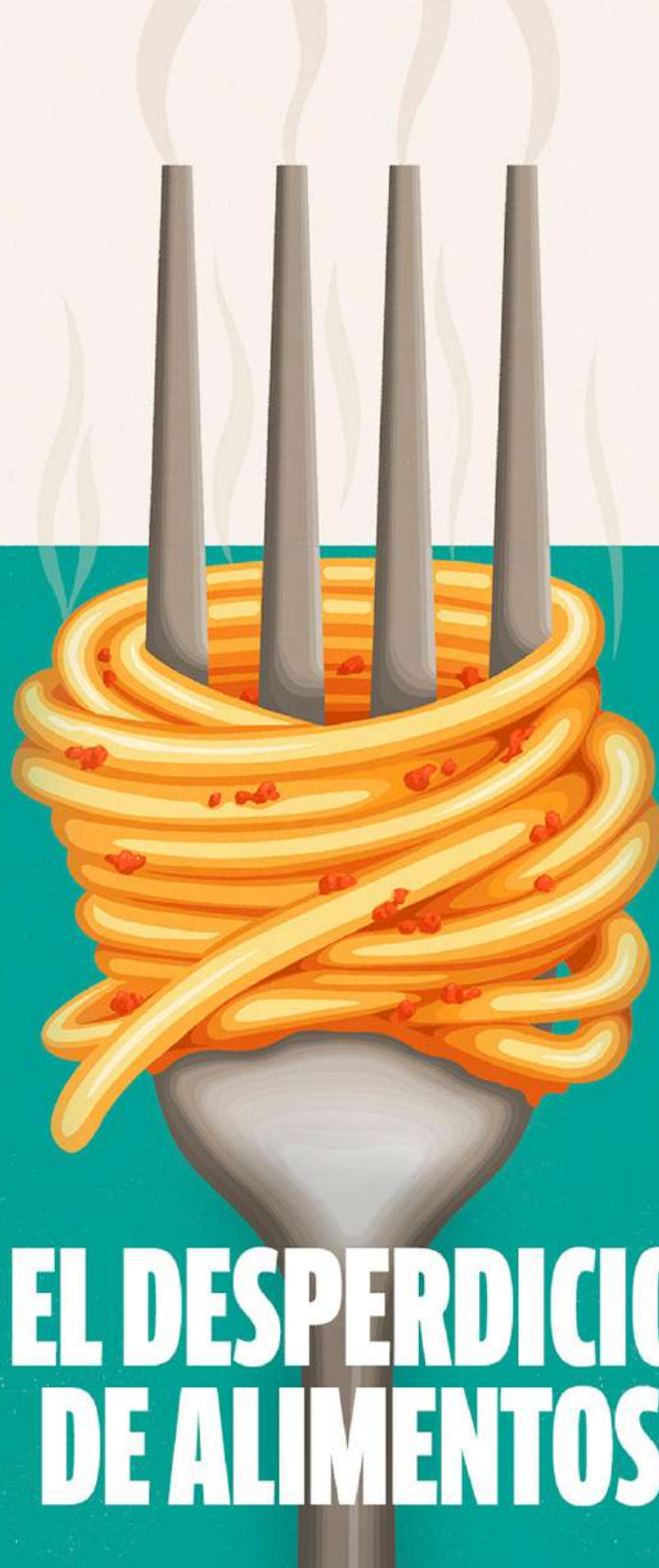
¿Cómo podemos solucionar este problema ? Además de poder desarrollar políticas para reducir los impuestos que repercutan en el precio de la electricidad (el 60% de la factura de la luz, son impuestos), lo que se debería hacer es recurrir, una vez más a la tecnología. Poder almacenar a gran escala la energía producida por las fuentes renovables, las más baratas en costes, haría que no tuviéramos que depender de las tecnologías térmicas que utilizan combustibles fósiles (carbón y gas natural) y que además son los que más gases de efecto invernadero producen, los que afectan más negativamente al calentamiento global del planeta, y acelerando el cambio climático.

Imagen: shutterstock



¿SABES QUIÉN

ES EL 3^{ER} MAYOR CONTAMINANTE DEL MUNDO?



EL DESPERDICIO DE ALIMENTOS



Too Good To Go

**Combate el desperdicio de alimentos
con Too Good To Go.**

Porque #LaComidaNoSeTira júnete y sálvala ya con la app!

www.toogoodtogo.es/esdw





¿Qué es el Chemsex?

El termino chemsex es de origen británico, ya es raro que no haya nacido en España, sexo, drogas y gaypride como bandera e himno sin letra. Deriva de chemicals, como alusión a las drogas) y sex (sexo), si losé, no es un nombre muy ingenioso.

No hablamos de “unos cuantos hombres follando mientras se fuman unos porros y se meten unas rayas” se caracteriza especialmente por ser un consumo de drogas específicas con fines sexuales, dando lugar a largas sesiones de sexo, que pueden prolongarse durante horas, o incluso varios días.

Me diréis que las mujeres también se drogan mientras practican sexo, claro que sí, pero la practica y las respectivas sesiones de chemsex predomina en hombres gais y bisexuales. Pero también hay quienes lo practican en solitario, visionando material pornográfico o interaccionando online con otros consumidores, por ejemplo, a través de cámaras web.

CHEMSEX
prevenció,
detecció i
abordatge a
Catalunya

Canal Salut
> Drogues
Drogues percat

Generalitat
de Catalunya
Salut Agència de
Salut Pública de Catalunya

**Se practica entre
hombres gais,
bisexuales y otros
hombres que tienen
sexo con
hombres.**

Aunque lo más habitual es que tenga lugar en casas particulares, también se da en diferentes negocios dirigidos al público gay, como saunas, clubs de sexo, hoteles, fiestas en locales privados, locales con cuartos oscuros, festivales que disponen de áreas designadas para tener sexo, así como en zonas de cruising o encuentros sexuales al aire libre. Prácticamente eres susceptible a encontrarte una sesión de chemsex girando cualquier esquina de Barcelona cualquier día de la semana.

Existen otros tipos de consumos de drogas en contextos sexuales, como por ejemplo, el de la prostitución femenina y sus clientes, el de quienes consumen drogas mientras visionan pornografía, o el relacionado con los clubs de intercambio de parejas. Pero eso no conlleva más peligro que la adicción que pueda producirte el consumo de drogas como tal, claro está, con sus respectivas consecuencias nocivas. ➡

GHB	Éxtasis líquido, chorris y potes
MEFEDRONA	Mefe y sales de baño
COCAÍNA	Coca y farlopa
NITRITO DE AMILO	Poppers
METANFETAMINA	Tyna
KETAMINA	Keta
ANFETAMINA	Speed
MDMA	Éxtasis, eme y cristal

Algunas de estas drogas son conocidas principalmente por sus términos de argot

Mis motivos...

Generalmente no existe un único motivo para la practica, sino que se trata de una suma de razones relacionadas con elementos individuales, comunitarios y sociales que interactúan entre sí.

Hay quienes las consumen para realizar juegos o fantasías sexuales, o para reducir el potencial dolor de prácticas extremas como el fisting (penetración anal con la mano), que digo yo, ¿el placer es mas intenso que el dolor?

Además, algunos hombres viven estas prácticas como una forma de experimentar en el sexo, tener una sensación de pertenencia a un grupo, o bien utilizan el chemsex como válvula de escape para canalizar el dolor de emociones difíciles de manejar, como por ejemplo el estigma asociado a la infección por el VIH, o la sensación de soledad. Que manda huevos, que a día de hoy aun sigamos marginando a las personas que creemos de forma inculta que son diferentes.

Efectos del consumo de drogas

Consumidas en un contexto sexual, los efectos de algunas de estas sustancias pueden hacer que la persona se sienta completamente excitada, eufórica y desinhibida. Pueden presentarse dificultades para establecer límites, rechazar parejas sexuales, o abandonar la propia sesión sexual.

El contexto de peligrosidad que ejerce tal desinhibición conlleva a cometer delitos sexuales como la violación, ya que la persona no tiene las facultades para poder mostrar afirmación o negación ante la practica sexual. En ocasiones se generan dinámicas que conducen a prácticas (sexuales y de consumo) de alto riesgo, así como a juegos sexuales extremos, produciendo daños físicos o incluso la muerte.

¿Soy adicto?

Algunas de las sustancias utilizadas en este contexto sexual, como la cocaína y la metanfetamina, tienen una gran capacidad para producir adicción. Hay sustancias que pueden producir adicción de carácter físico, psicológico o de ambos tipos. No se tiene una libertad sexual de ningún tipo, solo es autodestrucción y adicción.

La combinación de estos elementos, incluyendo las sustancias, el sexo y también el papel de las tecnologías (como las aplicaciones de contactos y las webs de pornografía), junto con la soledad u otros factores de vulnerabilidad del colectivo, pueden dar lugar a querer escapar de la falta de afecto, estabilidad emocional, carencia económica y volatilidad laboral, consiguiendo que las drogas y la adicción, sea el menor de los problemas.

Riesgos

El chemsex se ha asociado con sobredosis, suicidios, adicciones, problemas de salud mental, agresiones sexuales, y puede además tener un fuerte impacto en la salud y bienestar sexual. El sexo se asocia a la practica y como tal, será difícil practicarlo sin dichos estímulos

En personas con el VIH, algunas drogas, pueden presentar interacciones con el tratamiento antirretroviral. Se han descrito igualmente impactos negativos en el rendimiento profesional o académico, en la vida social y afectiva de las personas afectadas, ya que, la prioridad es el placer y la adicción hace el resto. Los problemas económicos se agravan llegando a convertirse en legales en un gran porcentaje. ➡

➡ A mayor frecuencia y mantenimiento de esta actividad a lo largo del tiempo, es más probable que se presenten efectos no deseados, consumos problemáticos y adicción.

Pide ayuda...

El abordaje de las necesidades de salud de quienes practican chemsex puede requerir atención por parte de diferentes tipos de profesionales y servicios (adicciones, salud sexual, salud mental, etc.)

Cuando se tienen prácticas sexuales de riesgo con frecuencia, está indicado realizar pruebas de ETS cada tres meses, que pueden hacerse por ejemplo en los centros de ETS.

Los centros de atención de las adicciones son el recurso de referencia para abordar los problemas relacionados con el consumo de sustancias o con adicciones relacionadas con el comportamiento.

En el caso del chemsex, con frecuencia, las demandas de información o de atención se dirigen a las organizaciones comunitarias LGTBQ+ o las de VIH, algunas de las cuales tienen servicios de atención psico-social especializados.

En los casos de cuadros graves de salud mental que requieran atención inmediata, debe acudir a un servicio de urgencias hospitalarias.



Divertirse, practicar sexo, consumir drogas, experimentar practicas sexuales, tachar inquietudes, enamorarse, hacer amistades, buscar placer... para todo eso, no es necesario llegar al limite

Mas información

Existen diferentes materiales de información y prevención relacionados con el chemsex, la mayoría enfocados desde la perspectiva de la reducción de riesgos asociados al mismo:

<https://chemsex.info/>

<https://www.chem-safe.org/>

<http://gtt-vih.org/aprende/publicaciones/slamming>

http://gtt-vih.org/aprende/publicaciones/guia_chemsex

<https://www.davidstuart.org/chemsex-firstaid-sp>

<https://stopsida.org/videos/>

<https://apoyopositivo.org/blog/proyectos/practicas-chemsex/>

<https://comiteantisidavalencia.org/chemsex/>



Imagen: www.eresvihda.es

Por RAÚL F. PARRA

¿qué ES EL SÍNDROME de ASPERGER?



El síndrome de Asperger (AS) que padece el carismático Sheldon Cooper (el personaje, no el actor), de la serie televisiva The Big Bang Theory, es un trastorno que se caracteriza porque el paciente manifiesta intereses limitados o una preocupación inusual y obsesiva con un objeto o un tema en particular, llegando a excluir otras actividades y temas de conversación.

Las personas que lo padecen suelen tener una inteligencia normal o ligeramente por encima de la media, pero muestran rutinas o rituales repetitivos, así como una tendencia a hablar de manera demasiado formal o monótona y a interpretar figuras retóricas e ironías de manera literal. A veces su lenguaje corporal es inexistente. También exhiben un comportamiento social y emocionalmente inadecuado y se muestran incapaces de interactuar exitosamente con los demás. La torpeza física y la ausencia de empatía hacia los demás son otros rasgos característicos de la enfermedad, que se suele diagnosticar en edad escolar.

Los hemisferios del CEREBRO

Fuente: Aprendizaje Integral
Josefa Galvan



Hipócrates	Dr. Marc Dax 1836	Dr. Paul Broca 1864	Dr. John Hughlings	Dr. Roger Sperry
Ya había observado que el cerebro estaba compuesto por dos partes.	Concluye que cada hemisferio controlaba diferentes funciones y que la palabra se ubicaba en el hemisferio izquierdo.	Confirma que el centro del lenguaje y en específico de las palabras está en el hemisferio izquierdo.	Propone el concepto de "Dominancia hemisférica izquierda".	Complementa y confirma la diferenciación de funciones de cada hemisferio.

Se ha demostrado que el cerebro se encuentra dividido en dos hemisferios, que están conectados por un cuerpo calloso, y que cada uno de ellos se relaciona con procesos cognitivos, emocionales y conductuales; es decir, que disponemos de dos medios diferentes y complementarios para procesar información.

Cada hemisferio tiene su propia cadena privada de recuerdos y experiencias de aprendizaje, que son inaccesibles para el otro hemisferio.

El hemisferio izquierdo es descrito a veces como analítico, debido a que se especializa en reconocer las partes que constituyen un conjunto. El proceso del hemisferio izquierdo es también lineal y secuencial: pasa de un punto al siguiente de modo gradual, paso a paso. Es especialmente eficiente para procesar información verbal y para codificar y decodificar el habla.

El hemisferio derecho no actúa lineal, sino que procesa de manera simultánea, en paralelo. Se especializa en combinar las partes para crear un todo: se dedica a la síntesis. Busca y constituye relaciones entre partes separadas. Es especialmente eficiente en el proceso visual y espacial. Su capacidad de lenguaje es extremadamente limitada, y la entonación parece desempeñar gran importancia.

HEMISFERIOS

Características fundamentales



Intereses restrictivos y repetitivos

Convertirse en un experto de una sola temática con exclusión de todas los demás; algo que suele implicar recopilar, numerar o enumerar incansablemente.

Chistes, el sarcasmo y la ironía pueden causar angustia y confusión

Es posible que tengan una visión muy literal del mundo, de ahí que la ironía y el humor no sean sencillas de comprender, lo que puede conducir nuevamente a la frustración y la confusión.

Discurso formal o distinto

Es posible que se produzca falta de ritmo o entonación a la hora de hablar. El discurso puede resultarnos plano, monótono, inusualmente lento o rápido -sin importar el tema de conversación-, o el volumen puede ser inapropiado para lo que estamos acostumbrados.

Aislamiento social

La tendencia a hablar únicamente sobre un campo en particular y su pobre habilidad para relacionarse socialmente pueden conducir al aislamiento. Pueden parecer distantes y retraídos. Hacer y mantener amigos puede ser, para ellos, todo un desafío.

NI AMO NI DIOS NI MARIDO NI PARTIDO NI DE FÚTBOL

LECTURA FACIL

Un retrato radical, visceral, combativo y en femenino de nuestra sociedad. Un potente artefacto literario que lleva la novela un paso más allá de sus límites.

Son cuatro: Nati, Patri, Marga y Àngels. Son parientas, tienen diversos grados de lo que la Administración y la medicina consideran «discapacidad intelectual» y comparten un piso tutelado. Han pasado buena parte de sus vidas en RUDIS y CRUDIS (residencias urbanas y rurales para personas con discapacidad intelectual). Pero ante todo son mujeres con una extraordinaria capacidad para enfrentarse a las condiciones de dominación que les ha tocado sufrir. La suya es la Barcelona opresiva y bastarda: la ciudad de las okupas, la Plataforma de Afectados por la Hipoteca, los ateneos anarquistas y el arte políticamente correcto.

Esta es una novela radical en sus ideas, en su forma y en su lenguaje. Una novela-grito, una novela politizadora que cruza voces y textos: un fanzine que pone en jaque el sistema neoliberal, las actas de una asamblea libertaria, las declaraciones ante un juzgado que pretende esterilizar forzosamente a una de las protagonistas, la novela autobiográfica que escribe una de ellas con la técnica de la Lectura Fácil...

Este libro es un campo de batalla: contra el heteropatriarcado monógamo y blanco, contra la retórica institucional y capitalista, contra el activismo que usa los ropajes de «lo alternativo» para apuntalar el statu quo. Pero es también una novela que celebra el cuerpo y la sexualidad, el deseo de y entre las mujeres, la dignidad de quien es señalada con el estigma de la discapacidad y la capacidad transgresora y revolucionaria del lenguaje. Es sobre todo un retrato –visceral, vibrante, combativo y feminista– de la sociedad contemporánea con la ciudad de Barcelona como escenario.

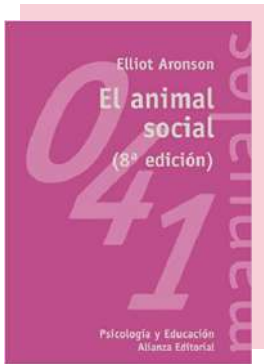
Lectura fácil confirma a Cristina Morales como una de las voces más potentes, creativas, inconformistas e innovadoras de la literatura española actual.



LECTURA FACIL

Cristina Morales
Anagrama

Lo mejor:
Lo peor:

EL ANIMAL SOCIAL**Elliot Aronson**
Alianza Editorial

Obra de carácter divulgativo perfecta para adentrarse en el mundo de la psicología
El libro recoge los/las profesionales más relevantes en el campo y sus ideas más representativas.

EL HOMBRE QUE CONFUNDIÓ A SU MUJER CON UN SOMBRERO**Oliver Sacks**
Anagrama

Recomendado para adentrarse de forma sencilla y amena al mundo de la neurología.

Este libro narra veinte historias sobre experiencias reales de patologías neurológicas. Oliver Sacks afronta diversos casos desde un prisma fresco y controvertido.

Enfermedades parecidas en diferentes pacientes, para unos una tortura, para otros una bendición. Casos extraños y la interesante perspectiva de los pacientes.

¿Hasta que punto una enfermedad psicológica puede denominarse enfermedad?, ¿Podemos ahondar hasta conocer a fondo las diferentes experiencias de la percepción, comunicación, creatividad...?, ¿Qué ocurre cuando el mundo se deforma, el tiempo pierde su función vertebradora, cuando el cuerpo no es reconocido por la mente?...

EL CEREBRO Y LA INTELIGENCIA EMOCIONAL**Daniel Goleman**
Debolsillo

En este fascinante y persuasivo libro, Daniel Goleman sostiene que nuestra visión de la inteligencia humana es estrecha, pues soslaya un amplio abanico de capacidades esenciales para la vida.

El cerebro y la inteligencia emocional: nuevos descubrimientos reúne los hallazgos más recientes de la investigación cerebral y otras fuentes sobre temas que van de la creatividad y el rendimiento óptimo a la conexión entre dos cerebros en el terreno del liderazgo, pasando por las formas de mejorar la inteligencia emocional en sí.

**Palabras del autor...**

«En este volumen pretendo continuar con nuevas vías de investigación y detallar a mis lectores algunos descubrimientos decisivos que nos permiten comprender mejor la inteligencia emocional y cómo aplicar ese conjunto de capacidades. No se trata de un análisis técnico y exhaustivo de datos científicos, sino de un trabajo en curso que se centra en descubrimientos con un valor práctico, en hallazgos que podemos aplicar en la vida cotidiana.»

Otras obras...

- Liderazgo. El poder de la inteligencia emocional
- Focus
- Inteligencia social: La nueva ciencia de las relaciones humanas

PROSTITUCIÓN

Legalizarla o abolirla





La prostitución es el trato consistente en el intercambio de sexo por precio entre prostituta y cliente; una actividad, que, dicen, tiene lugar desde tiempos inmemoriales; una realidad cuya existencia resulta evidente en nuestros días –basta la lectura de los anuncios por palabras de los periódicos–; y una cuestión sobre la que hoy se debate de lleno. En concreto, la pregunta que está en el aire es: ¿cuál es la mejor forma de hacer frente, jurídicamente, a la prostitución? Y las alternativas- respuestas sobre las que se discute son, sobre todo, dos: abolirla o legalizarla.

Por A. GALLEGO

El pasado 8 de marzo pudimos ver dos manifestaciones simultaneas en las principales ciudades españolas. El feminismo hegemónico, escenificaba las dos posiciones que confluyen dentro del movimiento respecto a temas como la identidad de género o la prostitución. Este segundo tema es en el que nos centraremos en abordar en el siguiente artículo.

Nos centraremos en algunas de las cuestiones que surgen en la mayoría de debates en los que se aborda el tema.

¿Es un Trabajo la prostitución? ¿Se puede entender fuera del contexto del patriarcado? ¿Es lo mismo la prostitución femenina que masculina? ¿Es lo mismo abolir que prohibir? ¿Y si me gusta ser prostituta?

En relación a la prostitución podemos encontrar tres principales posturas y modelos normativos:

España, con un 32,1% (CIS, 2009) de hombres que afirman haber pagado alguna vez en la vida por mantener relaciones sexuales, presenta cifras de demanda de prostitución muy altas en el entorno europeo, según todos los estudios.

Un informe reciente de la Universidad de Valencia estima un 6% de prevalencia anual. Ese porcentaje, sobre el total de la población masculina residente en España, supone que 1.390.000 hombres han ejercido como puteros en el último año.

A ello hay que sumar otro crimen oculto a la vista de todos: la demanda del turismo extranjero de explotación sexual.



Imagen: Universidad de la laguna, ULL noticias

Prohibicionistas	Regulacionistas	Abolicionistas
- El prohibicionismo plantea la prostitución como algo inmoral, un vicio que no se puede tolerar desde el estado.	- Defiende el concepto de trabajadora sexual. -Considera que la ausencia de regulación genera clandestinidad y exposición de las trabajadoras sexuales a condiciones vulnerables y violencia.	- El abolicionismo considera que la prostitución no es un trabajo, es la institución patriarcal que legitima la idea que siempre hay mujeres disponibles para satisfacer los deseos de dominación de los hombres.
- El prohibicionismo penaliza tanto la prostituta como al cliente.	- El regulacionismo considera el abolicionismo y el prohibiciono un acto de violencia contra las mujeres.	
-El Estado considera delito la prostitución. En algunos países delito administrativo, en otros países con multas o penas de prisión.	- El regulacionismo tiene como meta que la prostitución sea considerada un trabajo como cualquier otro y que las trabajadoras sexuales gocen de derechos laborales	
• Irlanda • Croacia • Albania • Montenegro • San Marino • Hungría • Bielorrusa • Rusia	• Letonia • Reino Unido (prostitución autónoma) • Holanda • Alemania	• Suecia (modelo referente legislativo del abolicionismo) • Noruega • Islandia

GRECIA CLÁSICA

Pensamiento
filosófico

Democracia

Dioses

Atenas
Vs.
Grecia

Por RAÚL F. PARRA



#Democracia, trending topic en el mundo clásico

→ En tiempos modernos nos enorgullecemos de ser países democráticos, es más, rivalizamos por ver quien la tiene más grande.

La Revolución Francesa fue el cambio político mas importante que se produjo en Europa en el S.XVIII.

No sólo fue bueno para Francia, sino que sirvió de ejemplo para otros países, desatando conflictos en contra de un régimen opresor como la monarquía.

En el caso de España, nuestro pequeño dictador, al morir, nos concedió ese derecho en 1975, pero ya se encargó el muy bribón de encasquetarnos un Rey, y aquí seguimos, intentando ver las cosas buenas que nos ofrece dicho Rey. Cacerías africanas, algún que otro desliz y dispendio de dinero, en fin, mas vale malo conocido que bueno por conocer, como diría mi madre. ¡ Viva el Rey!

Surgió en el S.VI en Atenas, de la mano de Clístenes, de un pacto entre clases para echar a los tiranos que copaban el poder.

La palabra proviene del griego δημοκρατία (democratía), que se compone de los términos δῆμος (démos), que significa 'pueblo', y κράτος (krátos), que significa 'poder'.

Las decisiones eran tomadas por la asamblea de ciudadanos, ni que decir tiene que las mujeres y esclavos estaban muy lejos de ser ciudadanos. La democracia actual se basa en la libertad e igualdad, igual que la democracia ateniense, pero la actual no es de participación directa, sino que es un sistema representativo, y claro está, ¿de verdad elegimos a los que nos representan? ¿O solo optamos a lo menos malo del *pantone* político? →

La mujer, NO ciudadana

Aceptamos que Clístenes fuera muy contemporáneo y liberal, pero, como sigue pasando hoy en día, el patriarcado gobernaba el mundo antiguo. No fue hasta el S.XVIII que se replicaron los Derechos de la mujer y de la ciudadana, en plena Revolución Francesa.

SIN MUJERES NO HAY DEMOCRACIA



La escuela de Atenas, Rafael Sanzio. (Wikimedia Commons)

Espartanos Vs Atenienses

→ En la Grecia clásica, habían dos ciudades que competían por ser el dominador, algo parecido a los clásicos entre Barça y Madrid. Cuando crees que eres el dueño del mundo, viene el otro, y en el último minuto te mete tres goles.

Esparta representaba el prototipo de sociedad ordenada y disciplinada que supedita las libertades individuales a los intereses y la grandeza del Estado.

¿Os suena de algo? Michel Foucault, pensador y filósofo afirma que todo saber implica poder y todo poder, un saber específico. En otras palabras, todo discurso está atravesado por relaciones inherentes de poder. Ser filósofo en el siglo XX es más sencillo si las ideas ya las habían promovido milenios antes. Quizá me planteo de hacerme pensador yo también.

La sociedad espartana era una sociedad fuertemente militarizada. No dejaban al azar la fortaleza de su pueblo, desde niños eran criados bajo un adoctrinamiento severo en las ideas sociales.

No tenían miramientos en asesinar al débil para evitarse una lacra social futura. El clasismo era el pan de cada día.

Pero eh, no todo era tan malo. Las mujeres de Esparta tenían más derechos y gozaban de una mayor autonomía que las mujeres de cualquier otra ciudad-estado griega del periodo Clásico (siglo IV y V a.C.). Podían heredar propiedades, poseer tierras, hacer negocios, y estaban mejor educadas que las mujeres de la antigua Grecia en general. Además, la mujer tenía permitida la infidelidad, en el caso, que el hombre al que se entregara fuera más alto y robusto que su anterior marido, se entendía y no había reproche ni jurídico ni social si una mujer caía en los brazos de alguien físicamente mejor que su marido. ¡Viva el feminismo! Si lo sé, infanticidio de Estado puro y duro, pero, ¡Viva el feminismo!

Estas gentes siempre estaban a la gresca con los atenienses, era un amor odio muy tóxico, rollo pareja juvenil de novela turca de Antena 3. Juntos somos indestructibles eso sí, si puedo joderte debido a mi envidia, lo hago.

Atenas es la capital y la mayor ciudad de Grecia. Es el centro de la vida económica, política, financiera y cultural de Grecia. Atenas es el símbolo de la libertad, el arte y la democracia en la conciencia del mundo civilizado. Atenas tomó su nombre de la diosa Atenea, la diosa de la sabiduría y el conocimiento.

Los habitantes de Atenas valoraban el arte, la cultura y la educación, mientras los habitantes de Esparta valoraban la fuerza, la simplicidad y las habilidades militares.

Era una democracia, aunque solo los hombres libres podían participar en el gobierno.

¡Remarco! Hombres, así que señoras de Atenas, no se vengan arriba en esta democracia moderna y liberal.

En fin... →

Los héroes griegos

La cultura griega no se entiende sin las epopeyas de los grandes héroes. Viene a ser como el trap actual, cantado en verso y con algo más de romanticismo, eso sí, con una buena batalla o hazaña de por medio.

En la antigüedad, la sociedad estaba dominada por grandes guerreros y sabios sacerdotes, ahora, en cambio, tenemos a Donald Trump o Boris Johnson y a sacerdotes tocones, en fin... intervenían relatos de elementos fantásticos o dioses.

Esto de las epopeyas no fue invención de los griegos, milenios antes, los sumerios ya relataban la peripecias del rey Gilgamesh (Epopeya de Gilgamesh) con su excesiva búsqueda de la inmortalidad. Un consejo señor Gilgamesh, en el siglo XXI seguimos sin ser inmortales, las casas reales se maquillan de infidelidades, alcohol e hijos ilegítimos, y ah, los dictadores se hacen con el poder. ¡Amigo! Ya estas bien donde estés.

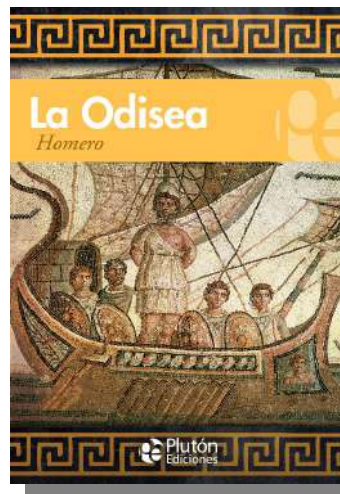
Vamos al caso que nos concierne, los griegos y las Epopeyas de Homero. No sólo fue un poeta, sino un gran filósofo y maestro. Gracias a él comenzamos a entender la grandeza de la naturaleza humana: la angustia, la duda y la toma de decisiones con sus respectivas consecuencias.



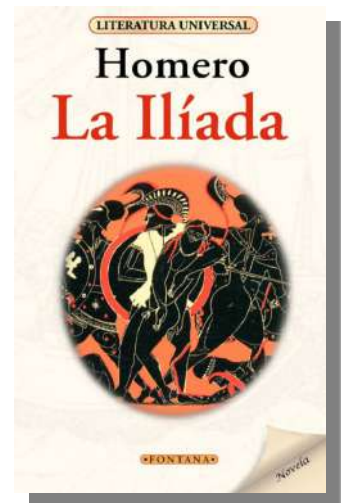
Exéquias 540 a. C.
Ánfora pintada con la técnica de las figuras negras

El poema de la Ilíada se basa en la figura de Aquiles, un Brad Pitt del siglo VIII con valores tales como la amistad, la valentía y el heroísmo, contrastado con la rabia y el odio producido en la obra.

Su ira personal y su vanidad herida impulsan la historia: los griegos pierden la batalla, Patroclo (el primo) muere a manos de Héctor y Troya es vencida.



La odisea de Homero
Editorial Plutón Ediciones



La Ilíada de Homero
Editorial Fontana

¡A héroe muerto, héroe puesto! La Odisea se basa en otro personaje, Odiseo rey de Ítaca, o mas conocido como Ulises.

Homero nos cuenta el regreso a casa desde Troya, ni mas ni menos que diez años de viaje, el mismo tiempo de retraso que a tardado el AVE en llegar a tierras gallegas, viva la evolución humana.

Se describe también la situación de Ítaca en su ausencia y lo mal que lo pasa Penélope, la mujer del héroe, debido a los pretendientes que la acechan.

Chica date un capricho, a nadie le amarga un dulce. Por cierto, a la vuelta de este, los mata a todos en forma de venganza, recupera su reino y se queda con la chica.

Los guionistas de Hollywood, va ser que no son tan avisados. ➡



El consejo de los Dioses, 1518, Rafael Sanzio, Wikimedia commons

→ ¿Se debe admirar a estas sociedades? Mi respuesta es claramente sí, pero debemos ser conscientes hasta donde podemos llegar como pueblo, lo que tenemos que mejorar y sobretodo, donde debemos evolucionar. Sin Esparta y Atenas no seríamos quien somos, pero de aquí a milenios, sin nosotros, no serán quien serán.

Los antiguos Dioses antes de monetizar la religión

Los dioses griegos tenían características humanas, tanto en sus defectos como en sus virtudes. Además, interactuaban permanentemente con los humanos, tomaban partido en sus guerras, apoyaban a sus favoritos y actuaban en contra de aquellos con los que se enemistaban. Es decir, más te valía hacerle la pelota a dicho Dios si querías que las cosas te fuesen bien.

La mayoría de los dioses están relacionados con aspectos humanos y específicos de la vida (se incluyen mayormente el zodiaco occidental). Por ejemplo, Afrodita era la diosa del amor y la belleza, una Paula Echevarría endiosada, mientras Ares era el dios de la guerra, Hades el de los muertos y Atenea la diosa de la sabiduría y la estrategia. Muchos exponentes históricos le rezaban de forma diaria, y quizá al no hacerlo te hizo hacerlo tan mal, eh señor Bonaparte.

Para entender la procedencia de los dioses de la antigua Grecia no sirven ni la *Ilíada*, el famoso poema homérico, ni la *Teogonía* de Hesíodo. Los textos mitológicos explican el origen y la naturaleza de los dioses y su relación con los hombres, no las tradiciones en que se basaban. Gracias a fuentes literarias posteriores y a la arqueología sabemos que la mitología griega integró las dos raíces de su civilización, la prehelénica y la indoeuropea, así como influencias externas.

Hacia 1600 a. C. los aqueos, de raza indoeuropea, invadieron la Grecia continental, las islas del Egeo y Asia Menor. Fueron los primeros griegos propiamente dichos, y su religión, la micénica, una síntesis de elementos indoeuropeos y minoicos. Superaron la rivalidad entre su culto al dios indoeuropeo del cielo, Zeus, y el de Hera, la diosa madre venerada en la Argólida (Peloponeso), convirtiendo a esta en hermana y esposa de Zeus. En las tablillas micénicas aparecen ya los nombres de otras deidades importantes, como Atenea, diosa de la sabiduría, y Dioniso, heredero del dios de la vegetación.

Los griegos de Micenas recibieron otras influencias. Sus contactos culturales con los hititas son palpables, por ejemplo, en el culto a Zeus de Labraunda (Asia Menor), cuyo origen era el dios de los vientos hitita. De Chipre tomaron prestada a Afrodita, diosa del amor, que a su vez era una adaptación de la diosa madre cananea, Astarté, cuyo rastro se remonta a Mylitta e Ishtar (asirias), Isis (egipcia) e Inanna (sumeria).

De esta "globalización" religiosa en el mundo antiguo fueron conscientes siglos más tarde los propios griegos, que, de hecho, identificaban a los dioses foráneos con los suyos, como al egipcio Amón con Zeus. Dime que Dios me conviene y te diré a quien venero. 



SUERTE O DETERMINACIÓN

Por Joan López



Un instrumento para sacar tu mejor yo

La voluntad es la capacidad del ser humano de autodeterminación, de llevar a cabo aquello que la inteligencia le presenta como un bien.

Una primera premisa para profundizar y comprender el funcionamiento de la voluntad es ponerla en relación con el bien. La voluntad busca el bien, está relacionada con el bien y no se entiende sin él, pues entonces no existiría.

Partimos de la premisa que ninguna persona en su sano juicio (sin trastornos psíquicos) quiere hacer el mal por el mal, porque la voluntad tiende necesariamente al bien. Cuando alguien realiza una acción mala, es porque ve un bien para ella en aquello que desea conseguir, aunque objetivamente sea malo.

Pongamos un ejemplo, consumir droga no es bueno, porque en la mayoría de los casos, no están prescritas por un titulado y estas suelen tener consecuencias nocivas en el cuerpo del ser humano, recordemos que en la industria farmacéutica son utilizadas, sin embargo aquellas personas que toman estupefacientes ven detrás algo bueno, quizá se encuentren en un estado anímico bajo y quieran estar eufóricos lo que les lleva a consumir estas sustancias, en ocasiones será el deseo de aceptación en un determinado ambiente... en cualquier caso vemos que esta acción no me beneficia porque además me crea una adicción.



Entonces ¿por qué la voluntad determina consumirla? Puede deberse a factores ambientales, a debilidad de la voluntad, a falta de criterio para discernir que es malo para mí o a la ignorancia.

En definitiva todo esto puede llevar a la persona a tomar una decisión equivocada, por un error en la fase de deliberación de la voluntad, bajo la visión en la sociedad en la que vivimos, porque ¿quién determina lo correcto o incorrecto? Puede deberse también a una enfermedad psíquica. La inteligencia, ya se trate de cualquiera de los casos anteriores, le presenta a la voluntad esa acción como un bien.

La voluntad necesita también ser educada, formada, orientada porque no nace ya hecha, sino que se irá desarrollando y creciendo, haciéndose fuerte a base de entrenamiento en acciones concretas. ➔

Grados de la voluntad

1. Tener un objetivo

En un primer momento sin pararnos a pensar más en profundidad, vemos en esa meta un bien, algo verdadero.

2. Deliberación

En este segundo paso analizamos las ventajas y los inconvenientes, si me conviene o no, es entonces cuando realmente descubrimos si ese objetivo es algo bueno.

3. Decisión

Como consecuencia lógica de los anteriores la voluntad determina si va adelante con esa acción o no.

4. Acción

Es el último paso, la consecución del objetivo. Si este es verdaderamente bueno, me mejorará como persona. A través de las acciones el hombre se va haciendo, según dirija su voluntad.

→ Hay que contar con que podemos cometer errores en la deliberación. Esto puede ser debido a la influencia de factores como los sentimientos, las pasiones, la falta de reflexión necesaria, la prisa, etc. Lo importante es detectarlo y rectificar, si no la voluntad se va acostumbrando y acabamos educándola mal y no llegamos a desarrollarnos en plenitud y no alcanzamos la felicidad.

La voluntad se puede comparar con cualquiera de los músculos de nuestro cuerpo, estos se hacen más débiles en la medida que dejan de moverse. Lo mismo ocurre con la voluntad: cada situación que requiere esfuerzo es una magnífica oportunidad para ejercitarla, de otra forma, se adormece y se traduce en falta de carácter, irresponsabilidad, pereza, inconstancia...

“Hay una fuerza motriz más poderosa que el vapor, la electricidad y la energía atómica: la voluntad.”

Albert Einsten



¿Quien no conoce en su entorno a una persona que se distingue por su fuerza de voluntad?: la repetición de las labores domésticas de una madre; el padre de familia que cada día se levanta a la misma hora para acudir a su trabajo; el empresario que llega antes y se va después que todos sus empleados; quienes dedican un poco más de tiempo a su trabajo y así no dejan asuntos pendientes; el deportista que entrena horas extras...

¡Crea buenos hábitos!

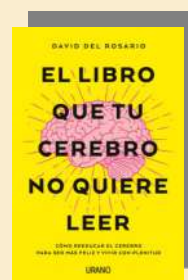
En nuestra vida reconocemos que hay muchas cosas que nos agradaría hacer todo el tiempo pero no debemos hacerlas porque son nocivas para la salud física y mental. Tenemos tendencia a ellas porque nos resultan más cómodas y placenteras.

Sin embargo tienen el peligro de crear en nosotros vicios y malos hábitos, además nos llevan a renunciar a hacer otras cosas que nos enriquecerían más. Por ejemplo dormir demasiado, andar comiendo a cada rato o tirarnos a ver la tele por horas sin fin, acaban creando malos hábitos que con el tiempo es difícil quitar y nos enganchan.

¡Establece prioridades!

¿Te has parado a pensar alguna vez si tienes una escala de prioridades? Es muy recomendable hacer una lista de ellas en orden de relevancia, es decir, en los primeros lugares aquello que consideras más importante o que necesita tu atención inmediata.

Una propuesta original, útil y amena a medio camino entre guía de inspiración, divulgación científica y filosofía práctica. Una obra que nos muestra que nuestra percepción de la realidad es limitada, explica el funcionamiento del cerebro y propone un camino para cambiar nuestra perspectiva y encontrar la felicidad. El autor entrelaza anécdotas de su propia vida, experimentos científicos y referencias a personajes conocidos y a la cultura popular. ¿Podemos reeducar el cerebro para ser más felices y vivir con plenitud?



Autor: David del Rosario

Esta lista te ayudará a cumplir metas, te permitirá empezar y terminar a tiempo algún trabajo o tarea pendiente. Organizar tus prioridades va a enfocarte en aquello sólido que necesita ser cumplido para poder crecer como ser social y como individuo.

¡Desarrolla tus conocimientos!

El hombre es un ser inteligente capaz de pensar y adquirir conocimientos. La inteligencia humana es una maravilla y si sabemos utilizarla tiene un potencial enorme.

Por eso abre tu mente, fórmate, estudia. Lee y piensa en nuevas ideas; analiza y pon en práctica el nuevo conocimiento; descubre a través de la lectura y el razonamiento medios para desempeñar mejor tu trabajo, medios para ser mejor voluntario, para ser un mejor hijo o hija, esposo o esposa, amigo, maestro, empleado, estudiante, etc.

Solo mediante la educación -ya sea formal o autodidáctica- vas a lograr y obtener una vida más segura en todos los aspectos; una vida con mayores momentos de felicidad.

Publicación: Joan López

Diseño: Raul F. Parra

GÉNERO DISIDENTENTE

La disidencia es el rechazo total o parcial con el criterio u orden establecido en la sociedad.

Por JORDI MONEGAL



El ser humano es un ser social y como tal, nuestra personalidad e identidad está condicionada por la sociedad y sus normas sociales que hay establecidas en la comunidad.

En las sociedades del mundo contemporáneo, el género, como muchas de nuestras estructuras e instituciones de carácter social es una construcción más, que por motivos históricos ha evolucionado hacia el arraigo de dos tipos de género; hombre o mujer, una dualidad, un 0 o un 1, algo binario.

Nuestras concepciones de género y sexuales judeocristianas son convenciones heredadas y no datos de la naturaleza, aunque no siempre es o ha sido así.

Antes de la colonización, los nativos americanos también abrazaron el tercer género y lo denominaron «two-spirit» (doble espíritu). El término abarcaba todas aquellas personas que no se identificaban como hombre o mujer, sino que adoptaban formas mucho más flexibles del género (transexuales, crossdressers, andróginos, etc.). Este género alternativo fue comúnmente visto en tribus de los Grandes Lagos, el sureste de América del Norte y California.

Si naces en la isla de Sulawesi, en Indonesia, y formas parte del grupo étnico de los bugis, tu género no estará limitado por la forma de tus genitales.

Allí no se es solo hombre o solo mujer. Aunque también puedes, si quieres. El género pasa por un abanico de posibilidades de hasta cinco géneros distintos. Cada uno se identifica a su manera: makkunrai, oroani, calalai, calabai y los bissu, identidades mixtas y no permanentes (traducción binaria: mujer femenina, hombre masculino, hombre femenino, mujer masculina, hombre-mujer).

En la actualidad, el estado social de derecho trata de garantizar una sociedad más justa y la tan ansiada igualdad y fruto del reconocimiento de derechos a todas las clases sociales, marginales o con riesgo de sufrir riesgo de exclusión social, se han visibilizado grupos y movimientos que reivindican una pluralidad de identidades de Género.

«Mientras que en Occidente siempre hablamos de términos binarios y excluyentes, lo cierto es que hay comunidades ancestrales en todo el mundo en las que todo no está tan claro y juegan con las ambigüedades. Son sociedades que tienen un orden sociosexual mucho más cercano al de la naturaleza»
Águeda Suárez

Expresa tu género. ¡Si quieres hacerlo!

La identidad de género es cómo nos sentimos y nos concebimos a nosotros mismos. No confundir con el sexo, que son nuestros genitales, lo que tenemos entre las piernas. Unas veces van de la mano y otras no), yendo más allá del sistema binario donde se nos auto-assigna al nacer un género en relación a nuestros órganos sexuales y con ellos a una serie de roles y estereotipos asociados a cada uno de los dos géneros.

Con este pretexto se asume el género no binario (ni hombre ni mujer. El tercer género. Personas que se identifican más allá de lo binario), con el fin de conseguir una sociedad diversa, plural y donde todes nos sintamos representados, pudiendo ser libres para expresar nuestro género (como nos proyectamos ante la sociedad, nuestra forma de comunicar quienes somos a través de nuestros comportamientos, roles sociales o herramientas estéticas), independientemente de nuestro sexo biológico, ya que no todes nos sentimos identificados como cisgénero (persona que se identifica con el género que se le asignó al nacer en base a su Sexo).

No sienten disforia hacia su cuerpo ni hacia sus genitales, entendiendo la disforia de género como el sentimiento de rechazo hacia partes de un cuerpo normativo que no se corresponde con la identidad de género de uno mismo (esto no me define o identifica con mi propia identidad). ➡



Imagen: Revista Overlora

→ Podemos entender que no *todes* las personas se sienten de la misma forma y que la autoridad social que hay establecida en la mayoría de sociedades actuales que amenazan con una sanción social a la persona que sale de los criterios establecidos como pasa con el género Trans (transgénero es la persona que no se identifica con el género que se le asignó al nacer en base a su sexo, pero no *todes* tienen la necesidad de pasar por un proceso hormonal o quirúrgico, muchas veces usamos la definición de transexuales que es un término anticuado usado en la comunidad médica y de psicología que hace alusión a aquellas que han hecho una transición hormonal o quirúrgica).



Estas sanciones sociales a los géneros disidentes son varias; marginación laboral (mas del 85% de las personas trans no tienen trabajo) , pudiendo ser susceptibles de agresiones físicas por su forma de ser, rechazo familiar, violencia cotidiana y un rechazo social que se puede expresar de muchas maneras y formas (los índices de suicidio son mayores) , poniéndonos en el mejor de los contextos, es decir, en países primer mundistas y donde se dan por garantizados unos derechos y libertades públicas que en otros lugares del mundo están lejos de pretender consolidar.

Tal como definía el derecho, es decir, el arte de la justicia, un gran jurista de la antigua Roma llamado Domicio Ulpiano "*luris praecepta sunt haec: honeste vivere, alterum non laedere, suum cuique tribuere*" «Los preceptos del derecho son: vivir honestamente, no dañar a nadie y dar a cada uno lo que es suyo», creo que es justo ser no-binario. 

Diferencia conceptos

Frente al odio irracional educación en diversidad sexual y de género. Saber diferenciar conceptos básicos como la identidad de género y orientación sexual, saber que puedes tener una expresión de género normativa (cisgenero) y identificarte con no-binario ya que las personas no binarias son de todos los colores y formas, que una persona no tiene porque depender de estereotipos binarios ni de la idea de cis-normativa para que siga siendo persona con igualdad total de derechos y privilegios, que en el momento que esto sea así podremos deshacernos de las etiquetas, que siguen siendo necesarias desde el momento en que dan visibilidad a un colectivo marginalizado.





¡ Cine gay en blanco y negro !

Que la homosexualidad esté de moda, no significa que se haya inventado en el siglo XXI.

El cine mudo, con el carismático Charles Chaplin, ya mostraba la realidad oculta de la sociedad y sus curiosidades. En "Behind the Screen" (Charles Chaplin, 1916), Chaplin besa a una mujer vestida de hombre, otro personaje, rudo y masculino, muy masculino... los ve, y bueno, años 30' y homosexualidad, imaginaos como se pondría ese hombre macho.

La figura del mariquita se hace bastante recurrente, "The Gay Divorcee" (Mark Sandrich, 1934). Así recibe el cine sonoro hollywoodiense a los homosexuales, dotándolos de una voz aguda y ridícula. Pese a este tratamiento en apariencia amable e inofensivo, se esconde una cruda realidad: la sociedad no sabe cómo tratar a los homosexuales y, en consecuencia, los homosexuales, sin referentes a los que seguir, deben guiarse por sus propios códigos de conducta.

En 'Morocco' (Josef von Sternberg, 1930), Marlene Dietrich, una cantante de cabaret, interpreta uno de sus números vestida de hombre y, en cierto momento, besa a una mujer del público.

A diferencia del travestismo masculino, el travestismo femenino resulta, sensual, erótico y incluso pornográfico, es un cliché que se mantiene hoy día.

Pero probemos en poner unas medias a un hombre, una faldita la mar de mona y salir a dar un paseo por la castellana. Sería el hazmerreír de la plebe, como un bufón de la edad media que sale a contentar al pueblo, o quizá, lo que resulta más peligroso, tacharlo de perverso sexual, por el simple hecho de querer notar esa tela tan agradable que ofrecen las medias y notar la brisa en sus piernas gracias a esa faldita por encima de la rodilla (porque no, puestos a imaginar, disfrutemos). ➔

Mi primer beso...

En 1927 aparecería Wings, una cinta dirigida por William Wellman. La historia mostraba la vida de dos jóvenes estadounidenses durante su entrenamiento en la escuela de guerra. El punto álgido llega cuando uno de los amigos es herido de gravedad. La escena siguiente muestra a ambos amigos entre besos y abrazos.

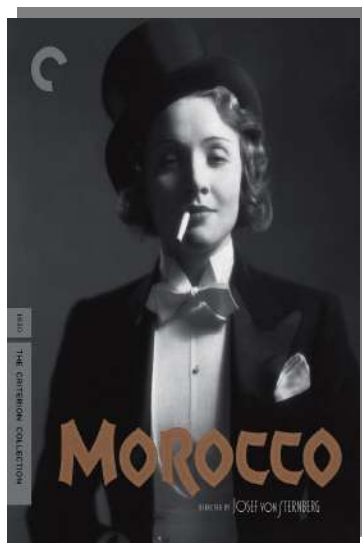
Tres años después, bajo la dirección de Josef Von Sternberg, Marlene Dietrich, protagonizó la primera escena lésbica del cine al darle un beso a otra mujer. En el film "Morocco" de 1930.

CENSURA ¡Que esto no se vea!

En esta época entra en vigencia el llamado Código Hays, o sistema de censura en las producciones cinematográficas hollywoodienses.

En el año 1934 se instauró el PCA (Administración del Código de Producción), las productoras se rindieron ante la presión y aplicaron el código a sus películas. Entre otras representaciones, el código prohibía: besos con la boca abierta (que digo yo, ¿que beso se puede dar con la boca cerrada?), abrazos lujuriosos (que os quede bien claro, el tipo de abrazo que le daríais a tu madre o abuela, esos si, los otros ni se os ocurra), perversión sexual, seducción (me adelanto a la PCA, señores pensadores de la industria cinematográfica de los años 30', no os preocupéis, llegará algo que se llama redes sociales y la seducción desaparecerá casi por completo), violación, aborto, prostitución y desnudez.

El código estaría vigente hasta 1966, si bien es cierto que a partir de los años 50 la censura fue haciéndose más laxa.



La censura, lejos de erradicar a los personajes homosexuales de las pantallas, los sofistica. Ya no hay maricas ni marimachos, sino personajes complejos, misteriosos e insinuantes.

Los guionistas y realizadores se las ingeniaban para sugerir aquello que querían contar pero no les estaba permitido.

En 'La Soga' (Alfred Hitchcock, 1948), los dos protagonistas masculinos no son solo pareja sino, a la vez, asesinos. Este es un claro ejemplo de cómo los realizadores debían ingeniárselas para sortear la censura, algo que contribuyó al enriquecimiento de las tramas y sus personajes. Aunque claro, quizá no sean mariquitas pero unos asesinos despiadados, si. Creo que elijo la opción de la censura y ser marica, a la visibilidad y ser asesino.

En los años 70 ya era muy visible y casi hasta normal el tener un papel homosexual en algún film, tanto es así, que hasta algún musical era explícitamente gay, como por ejemplo, Cabaret.

Entrados en la década de los 80 no fueron pocas las películas que retrataban la homosexualidad de alguno de sus personajes, incluso era casi normal encontrar algún papel lésbico. "A la Caza" un jovencísimo Al Pacino era el actor principal en una película muy controvertida para la época de 1980, este film era sobre un asesino en serie que encontraba a sus víctimas en bares o locales de ambiente Leather.

Pero sin duda alguna, el gran cambio de mentalidad de los estudios de cine de hollywood llegó entrados los 90, y gracias a una película oscarizada con 2 Oscar de la academia, "Philadelphia" daba el pistoletazo a la visibilidad homosexual en el cine hollywoodiense, la actuación de Tom Hanks haciendo de un abogado seropositivo le valió su primer Oscar, y además, a partir de ese momento, el mundo del cine lo considerara un actor reconocible, y no, un actor de humor de segundas, por cierto, la marca España puso su granito de arena a esto de evolucionar en el cine, Antonio Banderas interpretaba a la pareja de Tom.

Jóvenes SIN estereotipos

En el cine la homosexualidad ha sido retratada de formas muy diferentes y siempre dependiendo de la época, del país o del director del film, la homosexualidad en el cine se ha mostrado en comedias, en cine experimental, en cine histórico o en cine de denuncia.

Es triste que hasta prácticamente la década de los 90, la historia del cine gay o lésbico en las grandes películas de hollywood y desde sus inicios, retratará a los homosexuales de manera muy particular o en papeles de asesinos sin piedad o perturbados suicidas.

Actualmente la homosexualidad está a la orden del día (siempre y cuando los gobiernos progresistas lo permitan, en países como Iran aun estamos luchando por la libertad de enseñar el pelo, como para mostrar una felación entre hombres, en fin...), sobretodo en el prisma juvenil, donde decenas de series, musicales y producciones ven la luz anualmente con millones de visualizaciones. Proyectan la verdad del mundo homosexual, las dificultades, los entresijos, las injusticias, el placer y la diversión.

Prueba de ver una película de temática homosexual, si es que aun no lo has hecho, y eh, abre la mente, unos labios son unos labios indiferentemente de los prejuicios.

La estrella que mas brilla. O no...

El sol libera más energía por segundo que toda la humanidad desde sus orígenes. Alcanza una temperatura de 5496°, tiene una edad aproximada de 4600 millones de años y solo tarda 8 minutos en llegar la luz a nuestro planeta. Es más brillante que el 85% de las estrellas de la galaxia.

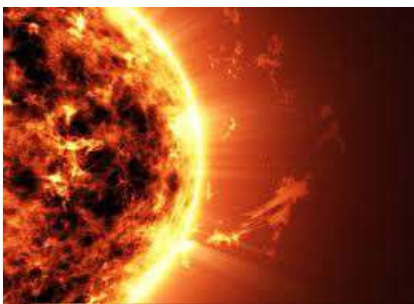


Imagen: Pixabay

Beethoven en el siglo XX.

Los CD fueron diseñados para contener 72 minutos de música, porque esa era la duración de la sinfonía de Beethoven. Tiene una vida útil de 5 a 10 años y fueron los japoneses sus inventores. Aunque el científico alemán Karlheinz Brandenburg fue el que firmó su defunción creando el MP3.



Imagen: Wikimedia

¿Me estás ignorando?

El 80% de las mujeres usan el silencio para expresar el dolor. Puedes intuir cuando están enfadadas, cuando deciden ignorante por completo.

Dicho esto, el contacto físico con una persona, como un abrazo, puede aliviar en un 60% el malestar del prójimo



Imagen: Pixabay

Ahora no puedo atenderte, estoy creando

Las personas creativas tienen un corto periodo de atención, se distraen fácilmente y tienden hablar más a menudo consigo mismo.

La creatividad es una capacidad innata del individuo que le permite generar ideas, objetos o piezas novedosas y originales. Las personas creativas son seres de gran auto aceptación y adaptación, perfectamente capaces de ceder e integrarse con facilidad, dueñas de muy buen humor y abiertas a la crítica y a la confrontación de experiencias e ideas.



Imagen: Pixabay

Eres menos francés que un "croissant"

Los croissants no son una invención francesa, como muchos creen, sino de los pasteleros vieneses. Fue creado en 1683 para celebrar la derrota de los turcos ante las murallas de la ciudad. De esta manera se reprodujo en el pastelillo la forma de la media luna otomana y comerlo era literalmente vencer al enemigo que a punto estuvo de tomar la ciudad.

El nombre "croissant" vendría a significar "Santa Cruz" en referencia a la victoria del cristianismo en aquella fecha.



Imagen: Pinterest

Producimos basura para la basura

Alrededor del 30% de toda la comida que se produce nunca llega a ser comida. El mundo produce suficiente comida para alimentar a todos sus habitantes, pero el problema es la distribución, la comida no llega siempre a las personas que más lo necesitan.

Por ejemplo, una familia estadounidense de cuatro miembros tira al año 751 kilos de comida.

Increíble, ¿verdad?

La grandeza de la naturaleza

El árbol más alto del planeta esta en el Parque Natural de California. Es un ejemplar de Sequoia Sempevirens y mide 115,5 metros de altura. Para que os hagáis una idea, es 20 metros más alto que la Estatua de la Libertad.

Estos gigantes son unos de los arboles mas longevos que existe, pues pueden llegar alcanzar los 2.000 años de vida.

Actualmente estos arboles están preservados por estados Unidos, dado su interés turístico y su semejanza en grandeza de dicho coloso y el país mas poderoso del planeta.



Imagen: Pixabay

Que no falte el agua en época de sequía ...

Sabías que la piscina más grande del planeta se encuentra en Algarrobo, Chile. Contiene 250 millones de litros de agua de mar purificada y una extensión de 1.012 metros y un área total de 8 hectáreas. Eso es la cantidad de 100 piscinas olímpicas. También es la piscina más profunda con el récord de 35 metros.

Llevar a cabo esta megra construcción a supuesto un coste aproximado de mas de 3 millones por el sistema de filtración de agua y 2 millones por la construcción del recinto. Su mantenimiento anual es de 4 millones de dolares.

El agua es bombeada del océano hacia la piscina donde el sol la calienta a 26 grados centígrados, 9 grados más alto que el mar.

Un mundial a la carta que viola los derechos humanos

Es la primera vez que un mundial de fútbol se alberga en el Medio Oriente venciendo a la candidatura principal, que no era otra que EE.UU.

La estimación en la construcción de estadios y el resto de infraestructuras a sido de 200.000 millones de dolares. El mundo ha sido sorprendido dada la modernidad, la tecnología y la seguridad de sus infraestructuras.

Por primera vez en la historia, un Mundial se celebra a mediados de Noviembre y Diciembre, posponiendo las ligas tanto europeas como americanas debido a las altas temperaturas climáticas en verano, poniendo en riesgo a los jugadores y asistentes al acontecimiento.

Las quejas internacionales sobre la violación de los derechos humanos están haciéndose oír. Las condiciones laborales con el sistema llamado Khafala son inadmisibles, utilizando migrantes de países cercanos, en condiciones de semi esclavitud (confiscando pasaportes y prohibiendo el trabajo externo), falta de seguridad (se estima que han muerto más de 4.000 personas y el régimen catari únicamente a reconocido 4) y trabajo forzado a cambio de un sueldo indigno, dejando en evidencia el racismo y el clasismo social de dicho país y cultura.

La mujer no tiene derecho absolutamente a nada que no sea autorizado por su marido, vulneran de forma flagrante los derechos de la mujer.

Debido a esto los movimientos feministas exigieron el cambio de sede, el régimen catari tuvo que comprar el compromiso y los valores de la FIFA para poder albergar el acontecimiento, ante tal sórdida situación el Presidente Sepp Blatter no tuvo otra opción que dimitir.

Aunque pese a las quejas a nivel internacional, el empeño de la FIFA tuvo su fruto, el mundial se celebrará, el mundo habrá perdido valores y los bolsillos de unos pocos habrán ganado vergüenza.

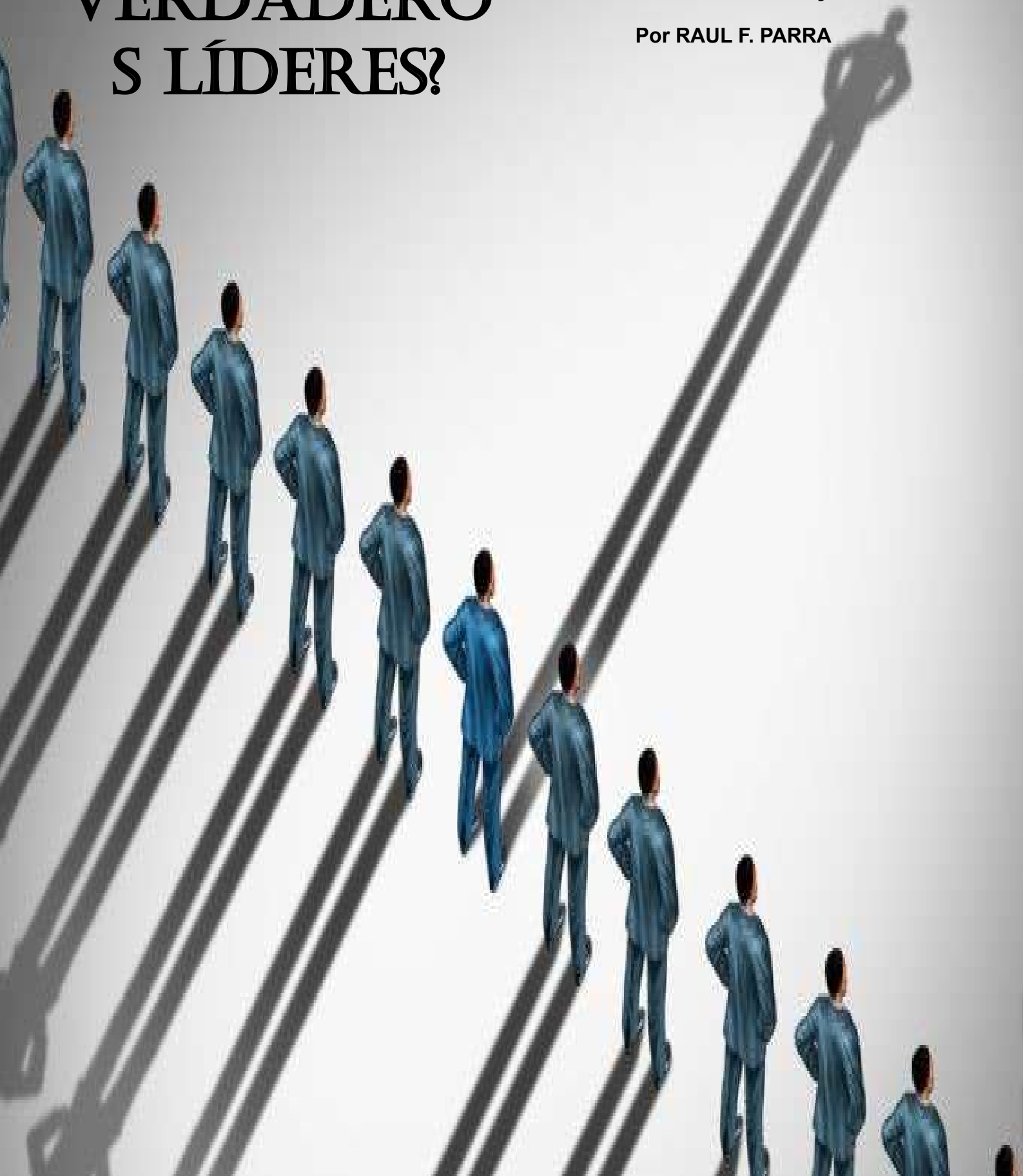


Imagen: Youtube

¿NUESTROS LÍDERES SON VERDADERO S LÍDERES?

Los líderes están a menudo tan preocupados sobre el estado de su posición en su organización, que en realidad se olvidan de su verdadero trabajo

Por RAUL F. PARRA



Hay dos cosas que los líderes deben tener, empatía y perspectiva y creo que ambas se olvidan muy a menudo.

Los líderes están a menudo tan preocupados sobre el estado de su posición en su organización, que en realidad se olvidan de su verdadero trabajo, y el verdadero trabajo de un líder no se trata de estar a cargo, se trata de cuidar a quienes están a nuestro cargo.

No nos damos cuenta de que no estudiamos ni aprendemos sobre esto, nuestra única responsabilidad es ser buenos en nuestro trabajo, esforzarnos duro y la empresa nos recompensará económicamente y nos gratificará formándonos para el día de mañana poder gestionar alguna parte de la organización.

Si eres bueno, o realmente bueno, serás ascendido y en algún momento, deberás ser responsables de las personas que hacen el trabajo que antes solíamos hacer. Pero hay un problema, nadie nos muestra o nos enseña como hacerlo. Es por eso, por lo que tenemos gerentes y no líderes, nuestros gerentes sólo gestionan porque no saben como hacerlo, no saben como hacer el trabajo mejor.

Debemos pasar por una transición, hay personas que lo harán rápido, otras lo harán lentamente, e incluso, las habrá que nunca harán dicha transición. Es la transición de ser responsable por el trabajo para luego ser responsable de las personas que son responsables por el trabajo. Y claro está, repito, no nos enseñan a liderar, y, liderar, es una habilidad como cualquier otra, se practica y se trabaja en ella para fortalecerla.

Si la practicas cada día, las fortalecerás y te convertirás en un líder fuerte, si no te acabarás convirtiendo en un líder débil. Es como ser padre, todos tienen la capacidad de serlo, no significa que todos quieran serlo y no significa que todos deban serlo.

El verdadero trabajo de un líder no se trata de estar a cargo, se trata de cuidar a quienes están a nuestro cargo

El liderazgo es igual, no significa que todo el mundo deba ser un líder o que todo el mundo quiera ser un líder. Y tiene un porque, se trata de un gran sacrificio personal, recuerda que no estás a cargo, sino que eres responsable de los que están a tu cargo. Eso significa que cuando todo va bien debes ceder todo tu crédito, pero en cambio, cuando va mal debes asumir toda responsabilidad.

Cuando algo va mal, en vez de gritar, debes tomar el control de la situación y decir "vuélvalo a intentar" Todo líder querrá a su lado a una persona con iniciativa antes que a un trabajador intimidado y asustado. Un líder debe conseguir que la presión no esté sobre el trabajador, sino sobre él.

Los líderes no son responsables del trabajo, son responsables de las personas a cargo del trabajo, ni siquiera son responsables de los resultados.

Cuando escuchas a un director decir que su prioridad es el cliente, entiendes la volatilidad de dicha empresa, porque probablemente ese director hace años que no habla de forma directa con un solo cliente. Es decir, un CEO es responsable de las personas responsables de los clientes. En un entorno agradable y de oportunidades, los responsables de los clientes tendrán la oportunidad de comportarse con ellos como el líder y responsable se comporta en su empresa. ➔



Imagen: shutterstock

→ Como sociedad no practicamos la empatía empresarial. El director hace al trabajador trabajar bajo presión, hasta el punto de poder ser despedido si el trabajo de un mes no es el esperado, ¿cómo esperas que dicho trabajador supere este bache, sabiendo que puede perder su casa y no poder pagar el colegio de sus hijos? ¿Cómo esperas que dicho trabajador venga inspirado al día siguiente?

La empatía de un líder se demuestra preguntado al trabajador -¿estás bien?, tu rendimiento ha bajado, ¿cómo puedo ayudarte?- Todos tenemos problemas personales y es imposible separar lo personal de lo laboral, porque antes de ser trabajadores somos personas, y como tal, nuestro rendimiento depende de ello.



Imagen: shutterstock

Cada decisión que tomamos es una comunicación, es nuestra forma de decir algo sobre quienes somos y creemos, debemos ser auténticos. Si dices lo que crees y haces lo que crees, atraerás a personas que creen en lo que tú crees. No debemos complacer a nadie si eso nos hace perder nuestra autenticidad, debes ser tu mismo, por eso gustas.

Como líder debes decir y demostrar lo que realmente crees o puedes elegir, mentir y aparentar, y al mínimo resquicio de verdad surgirá el cinismo. Perderán la confianza en tí, ya que no tendrán una creencia en tu discurso. No debemos preguntar quienes deberíamos ser, solo debemos ser.

Tenemos la capacidad de crear hábitos, símbolos, modos de comunicación que te harán distinguirse del resto, te hará único ante cualquier elección de confianza. 

El hábito más destructivo

La comparación con otros es lo más destructivo que podemos hacernos a nosotros mismos, eso solo aumentará nuestras inseguridades.

Al compararnos intentamos imitar y competir con el que tenemos delante, mostrando una vida irreal, tóxica y dañina, aun sabiendo que nada de eso es cierto. Tomamos nuestras decisiones basadas en modas, o en amigos, o en competiciones extrañas de falsa autoestima, que claro está, nos lleva a decisiones erróneas, ya que no son nuestras decisiones sino las de otros.

Nos convertimos en inseguros, las fortalezas de los otros se convierten en nuestras debilidades y cada vez que vemos triunfar al otro, nos recordamos en bucle en lo que somos malos. Lo irónico de esto, es que probablemente el que tengamos enfrente pensará lo mismo de nosotros.

Es bueno reconocer que el de delante es mejor en lo que nosotros somos malos, apoyarte de él para mejorar en esas cosas, y sobre todo, sentirte orgulloso en lo que haces bien para compartir tus virtudes, en vez de pensar, debo ser el mejor en todo.

17 DÍA MUNDIAL MAYO DEL RECICLAJE



RECICLAR NO ES TU OBLIGACIÓN,
¡ES TU RESPONSABILIDAD!



Ayuntamiento de Cabra
ÁREA DE URBANISMO
DELEGACIÓN DE MEDIO AMBIENTE



¿ Has estado viviendo en el planeta Marte ?

Importa poco si Argentina ha ganado el mundial, lo que de verdad importa es que Messi, el Dios del fútbol, lo ha hecho. Que digo yo ¿cuantos dioses tienen cabida allá arriba? Porque, ¿ya tienen a Maradona no? Que no se diga, una religión politeísta.

Para mas sarna, al recoger la copa, el jeque, o lo que fuera que sea ese hombre con ínfulas de semidiós, le puso un "bisht", una bata de estar por casa para ricos árabes, haciendo imposible para lo compatriotas argentinos reconocer su elástica albiceleste.

Va chicos no pasa absolutamente nada, en 36 años tendréis otra oportunidad.

Dejamos el marco deportivo. El pasado 7 de Octubre el Ministerio de Igualdad con Irene Montero a la cabeza, aprobó la nueva ley "sólo si es si". Sobre el papel es una de las leyes más vanguardistas en favor de los derechos de la mujer.

Elimina la distinción entre abuso y agresión sexual



El consentimiento expreso será clave para juzgar delitos sexuales



Garantiza atención y reparación integral para las víctimas



Aunque todo es muy bonito en los despachos morados, la realidad amigos míos, es más negra. Un "agujero legal" en la norma provocó que la aplicación de la misma tenga una consecuencia indeseada para sus promotores: la reducción de la pena a algunos condenados por agresión sexual.

Y claro está, la culpa no es mía, los jueces "fachas" y "machistas" según la propia ministra, no están aplicando bien ley.

¡Si señor! ya se armó el pifostio. Reproches de la derecha, insultos de la extrema y bueno, los socialistas se han visto metidos en este berenjenal, así que ahora toca tragar saliva, dejar el orgullo a un lado y evitar que más agresores sexuales se beneficien de este error.

Por cierto ya van 400. Beneficiados ¡eh! que no excarcelados, tampoco seamos demagogos.

Se prohíbe la publicidad de la prostitución



Hasta un año de cárcel por difundir fotos o videos íntimos sin consentimiento



Los agresores menores de edad tendrán que recibir formación sobre educación sexual y educación en igualdad



Si la política española no tuviera ya bastante revuelo con la dichosa ley que deja violadores en la calle, va el gobierno y ¡patapam! reforma la ley eliminando el delito de sedición y modificando el de malversación.

"El gobierno pacta con etarras y cambia las leyes para dejar a los golpista catalanes en la calle" ¡Toma ya! Lo suelto y me quedo tan ancho que pancho. Se nos olvida que los políticos presos encarcelado por la declaración de independencia ya estaban indultados, (ahora pedirán su completa absolución) y lo que está haciendo el gobierno es equiparando las penas con los estatutos europeos.

Bueno valorar vosotros, además ¿en que nos incumbe a los mortales de verdad, este cambio en la ley? ➡



En Ucrania la situación es cada vez más grave, las ofensivas se intensifican por Parte de Rusia.

Personas desplazadas	14 millones
Supervivientes heridos	52.000
Personas muertas	42.294
Personas desaparecidas	140.000

Ucrania ha conseguido que Europa y EEUU prometan enviar los tanques Leopard y Abrams que necesitará en futuras ofensivas. Esto a creado una gran polémica, aunque siendo justos, ¿Ucrania sólo puede defenderse? Claro está que no, pero Sr. Zelensky, es fácil pedir y exigir cuando el dinero y material no es de uno.



Cuando esto termine, que no tengo ni pajolera idea de cuando será y como será, Ucrania, Sr. Zelensky, tendrá una gran deuda con los yankys y otra, aunque no tan grande, ya que no somos tan poderosos, con la Unión Europea. En fin... que estamos con vosotros ucranianos.

Seguimos...

América está de uñas, todos conocemos a nuestro queridísimo Tejero, el tío aquel del tricornio, bigote y pistola en mano que intento llevar a cabo un golpe de estado “fallido” el 23-F del 81’. Pues oye, que se está poniendo de moda. Primero fue el narcisista Donald Trump, que pobre pato Donald, nadie habla de él, pero le han jodido una carrera exitosa por compartir el mismo nombre.



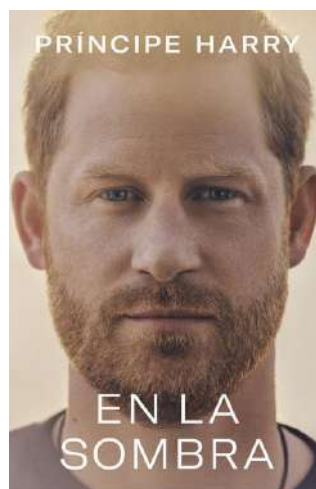
Pues resulta que su amigo Bolsonaro le ha dado por copiarlo, a todo esto el cobarde está refugiado en EE.UU

Miles de personas tomaron de manera violenta y saquearon las sedes de los 3 poderes del Estado carioca. Los atacantes rechazaron los resultados de la elección presidencial en la que ganó Lula da Silva y demandaron la intervención de las fuerzas militares. Veremos como acaba todo esto.

En América del Sur, en Perú, el Presidente Castillo al verse acorralado, por denuncias de corrupción y un inminente proceso de destitución, lleva a cabo un auto golpe de estado, pero como el resto de ineptos nombrados en la historia (a excepción del bajito con voz de pito), no le apoya nadie, ni sus ministros, ni las fuerzas armadas ni la madre que le parió. El tío a sido arrestado, ¿y como solucionamos el tema? pues como casi siempre, poniendo al siguiente inepto, en este caso a Dina Boluarte la vicepresidenta y mano derecha.

No nos extrañemos entonces que las regiones sureñas no estén de acuerdo y estén formando una buena en modo de manifestaciones, a lo pueblerino y poco democrático, pero si lo que se busca es tocar los huevos, lo están consiguiendo.

Vamos a terminar las noticias con algo de “cancaneo británico”



El rebelde de los hermanos la ha vuelto a liar. Ha escrito sus memorias con 38 años. La persona que puede hacer eso es que tiene mucho que contar, y dicho de paso, mucho tiempo libre. El pelirrojo asegura de forma orgullosa y varonil haber matado a 25 talibanes, ¡mini punto para Harry! También asegura, que el Heredero le pegó, tras discutir por su mujer negra, le agarró y le tiró.

¡Mamaita no estaba para defenderte! Pero que les pasa a estos hombres, cualquiera diría que tienen 8 años.

Lo dicho, que si las historias aristocráticas, sombrías y bastante castizas os pone, pues ale, a comprar el libro, que debemos pagarle sus lujos a la pareja de moda británica. 

~~The New York~~

BARCELONA

Times

World U.S. Politics N.Y. Business Opinion Science Health Sports Arts Books Style Food Travel Magazine Real Estate Cooking The Athletic Wirecutter Games

Què podria estar passant en aquesta imatge? ¿Qué podría estar pasando en esta imagen?
What is going on in this picture?

Què veus que et fa pensar això? ¿Qué ves que te hace pensar esto? What do you see that makes you say that?
Què més hi podem trobar? ¿Qué más podemos encontrar? What more can you find?



Imagen: Wikimedia

L'art de Parlar és un projecte d'innovació que fomenta l'expressió oral a través de l'art (quadres, fotografies, escultures, etc.). El que és important en aquest projecte és construir un relat conjunt o fer hipòtesis sobre una imatge i apropar-nos a l'art més que saber què és el correcte. L'art és interpretació, és emoció i ens endinsa a un món profund per treure de nosaltres emocions, pensaments, sentiments o moments viscuts. És per aquest motiu, que el que percep cada persona d'una imatge pot per molt diferent a la resta.

És interessant poder fer aquesta pràctica envoltat de gent per poder crear debat i enriquir-nos els uns als altres. No obstant, això no eximeix de poder-ho fer sols si no hi ha l'oportunitat.

BYÔDÔ

En la propera revista, es publicarà el debat que s'ha produït entre un grup de persones per veure si coincideix o, en canvi, s'allunya molt del que heu pogut tenir vosaltres amb altres persones o amb vosaltres mateixos.

En la próxima revista, se publicará el debate que se ha producido entre un grupo de personas para ver si coincide o, en cambio, se aleja mucho de lo que ha sucedido entre vosotros y otras personas o entre vosotros mismos.

In the following magazine, the discussion that took place between a group of people will be published to see if it coincides with your or, on the other hand, if it's completely different what you discussed with other people or with yourself.



Suïcidis: Un estigma sense resoldre

INSTITUT NACIONAL D'ESTADÍSTICA

ELS SUÏCIDIS AUGMENTEN ENTRE ELS JOVES

Sí, en Manel m'ha explicat que ell també ha pensat en suïcidar-se. Evidentment en el seu cas ha estat tant sols una idea que li ha passat pel cap en algun d'aquells moments vitals on em deia que ho veia tot negre, que no es trobava a gust al món que el rodejava i que, fes el que fes, sentia que res l'omplia. M'explicava que, de fet, a dia d'avui, tampoc sabia del cert si la mort era pitjor o millor que viure.

Sortosament el seu cas ha estat només un pensament. Em deia «no sóc, ni de bon tros, prou valent per fer-ho. Més ben dit, sóc un covard. Tinc tendència a dir-me que no ho he fet, que no ho he dut a terme, per no fer patir a les persones que l'envolten; als meus pares, la meua àvia, els meus fills, amics i, en definitiva, a aquella gent a qui estimo i m'estima. Però això no és cert. Si no ho he fet havent passat una forta depressió és perquè sóc un covard». La història d'en Manel és una de tantes que tinc la sort de conèixer de primera mà.

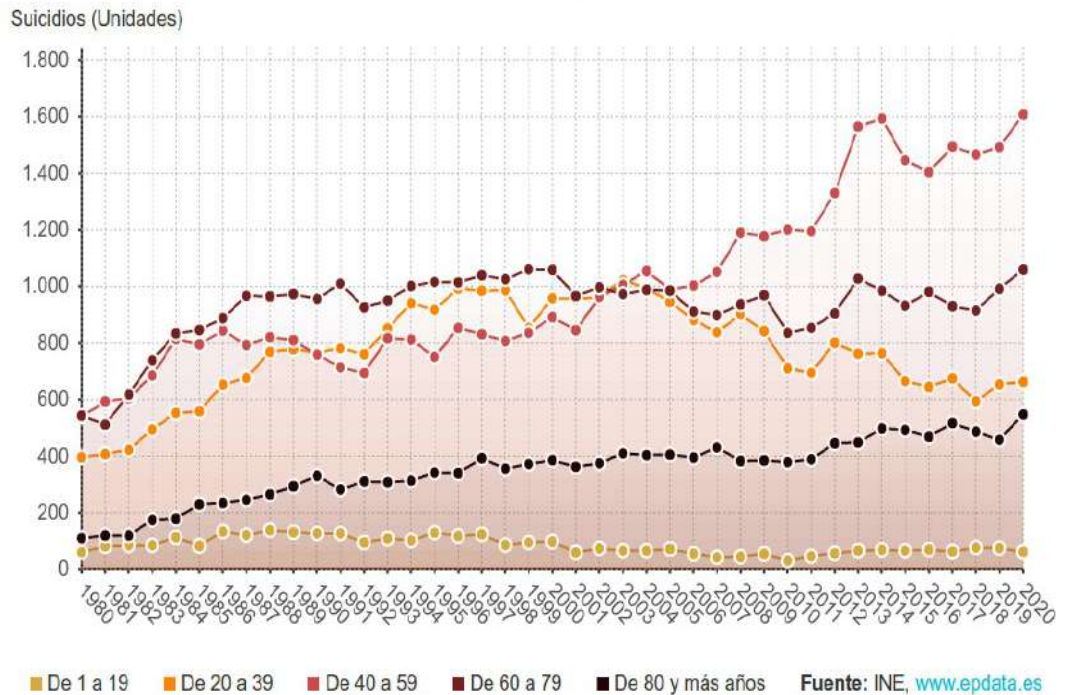
Les últimes dades facilitades per l'INE (*Instituto Nacional de Estadística*) recollides al diari digital «*theobjective*» demostren que l'any amb més suïcidis ha estat el 2021 amb 4003. És a dir 11 morts per suïcidi diàriament.

Les projeccions per aquest passat 2022 són encara pitjors ja que en els 3 primers mesos de l'any passat es van comptabilitzar 2.015 persones que van decidir i aconseguir treure's la vida. Les projeccions per aquest 2022, si es segueix la previsió, és de 4.030. certament dramàtic.

Ara bé, gràcies o arrel de la pandèmia hem posat sobre la taula dues problemàtiques latents que fins ara havien esdevingut un gran tabú, tan social com familiar. Són la SALUT MENTAL – sí, en majúscules- i l'augment del SUÏCIDI juvenil.

A tall personal m'agradaria afegir les autolesions en infants i adolescents com a problema de salut mental que pot desembocar en un intent o en un suïcidi. Certament no dispo de dades ni d'estudis actuals que tractin d'aquesta temàtica. ➔

Evolución de los suicidios en España por grupos de edad entre 1980 y 2020



→ Des de Byôdô ens sembla que les autolesions s'haurien de comptabilitzar en les estadístiques oficials ja que ens permetrien, com a societat, analitzar i desentrellar quantes d'aquestes persones que s'auto lesionen acaben, desgraciadament, suïcidant-se i així poder descobrir-ne els perquè a nivell mèdic i psicològic.

A nivell personal he de dir que em va costar més de 30 anys descobrir que un dels meus tiets s'havia suïcidat. Sabia perfectament que havia mort quan ell tenia uns 18-20 anys però mai es comentava a casa que és el que havia passat. Quan jo tenia uns 20 anys un company de l'escola on havia estudiat de petit que, a més, havia compartit classe amb el meu germà va suïcidar-se.

Em va costar molt d'entendre; Era un noi agradable, atent, simpàtic, intel·ligent, guapot i un llarg etcètera. Resulta, a més, que era el fill d'un company de feina del meu pare. Resumint era un suïcidi que em tocava per dues bandes. Es va comentar a casa tot sopant però només hi vam passar per sobre, de puntetes... com si allò no anés amb nosaltres. Sent sincer no recordo si es va fer enterrament o no.

La veritat és que en aquest país catòlic en el que vivim això de suïcidar-se és un pecat capital enlloc de tractar-se com el que realment és: un greu problema de salut mental.

Si em poso a reflexionar, si medito sobre la nostra societat, arribo a la conclusió que està malalta que, de fet estem malalts ja que tota societat està formada per persones i cada vegada som més els que hem patit, estem patint o patirem una problemàtica de salut mental.

Quan jo estudiava, ara farà uns 15 anys, les estadístiques oficials dels darrers anys en el camp de la psicologia informaven que una de cada quatre persones pateix al llarg de la vida malalties psicopatològiques -ara en diem salut mental-.

Ara bé, a dia d'avui el que està de «moda» és la ansietat, les autolesions i la depressió de la mateixa manera que fa un temps la majoria de nenes i nens problemàtics eren enquadrats – més ben dit etiquetats per tranquil·litat dels pares,- i diagnosticats com a hiperactius, altrament dit TDAH (Trastorn per Dèficit d'Atenció i Hiperactivitat).

El Ministerio de Sanidad promueve la **Línea 024 de atención a la conducta suicida**.

Se trata de una línea telefónica de ayuda a las personas con pensamientos, ideaciones o riesgo de conducta suicida, y a sus familiares y allegados, básicamente a través de la contención emocional por medio de la escucha activa por los profesionales del 024, la recomendación de que contacten con los servicios sanitarios del SNS o la derivación al 112 en los casos en los que se aprecie una situación de emergencia.

El 024 es un servicio de alcance nacional (accesible desde todo el territorio nacional), gratuito, confidencial y disponible las 24 horas del día, los 365 días del año.

→ Sí senyores i senyors, al camp de la psicologia també té influències de les modes, es veu que és quelcom inevitable en el món que ens ha tocat viure.

Serà la nova moda suïcidar-se. Espero i desitjo equivocar-me però sembla a ser que no tindrè aquesta sort.

Entenc que per atacar un problema, per erradicar una lacra social, per tal que el suïcidi no sigui un tabú s'ha de normalitzar.

No cal anar tants anys enrere per veure que una malaltia mental tipificada per l'associació americana de psicologia és ara un fet normalitzat i habitual. Sí, als anys 50 la homosexualitat es tractava amb teràpies d'aversion i electroxoc al país conegut arreu com el de la llibertat...

Així doncs, crec que si pensem tots coneixem algun cas de suïcidi més o menys proper.

Us convido a fer l'esforç de pensar, de parlar amb amics i familiars per tal de fer conscient aquells casos de suïcidis que us toquen de prop.

De fet, no cal que siguin consumats, el sol fet d'intentar-ho ja s'hauria de tenir en compte.

Us proposo que penseu de quina manera ho solucionaríeu.

Jo hi he estat pensant i no se m'ha ocorregut res més que recuperar un dels clàssics del segle XX que no és altre que el del psiquiatre Suïss d'origen jueu Víctor Frankl que ens explica al llibre «l'home en busca de sentit» com ha va fer per sobreviure sense perdre el cap ni l'esperança a un camp de concentració nazi. Ell va recórrer a la logoteràpia que tracta resumint-t'ho a l'extrem de buscar el sentit a la vida.

Tal cosa pot ser complicada de portar a terme en el món on vivim amb un bombardeig constant d'imatges en xarxes socials i de vides amb nul sentit i purament superficials. 

LA GENERALITAT CATALANA ASSUMEIX ERRORS EN LA TRAGÈDIA DE LAS BESSONES DE SALLENT

“Alguna cosa ha fallat” assegura el Govern català, que en un primer moment va descartar el *bullying* a les dos germanes a l'institut.



Espelmes, flors i pancartes al domicili de la menor de 12 anys que es va suïcidar el 21 de febrer a Sallent, Barcelona. / EFE

L'administració catalana ha entonat el “mea culpa” en el cas de Sallent. La consellera d'educació va descartar en primer lloc el bullying com causa última del suïcidi, tot i entrar en contradicció amb el que apuntava la investigació dels Mossos.

Les evidències han acabat de confirmar que les dos menors sofrien l'assetjament dels companys de classe a l'institut de Sallent.

En concret, una d'elles, demanava que si li digués com Ivan.

En nom del Govern, la seva portaveu, Patricia Plaja, a demanat disculpes públicament i admet els errors. S'han compromès a investigar que ha fallat i han assegurat que arribaran fins al final per aclarir el succés.

Escrit: J. Verger

Edició: Raül F. Parra

L

as modas mueven las masas sociales y constituyen una poderosa herramienta que condiciona la libertad de decisión. En un ejercicio sencillo de memoria hay modas que todos y todas seguramente podemos recordar. En mi caso visualizo, en mi adolescencia, la moda de los pantalones caídos que dejaban ver los gallumbos “o pantalones cagados”.

Y como debido a ella todos los adolescentes cazábamos al aire los pantalones antes de que cayeran al suelo, ¡Sin duda toda una aventura! Actualmente existe una idea que está muy de moda y que se repite en todos los medios de comunicación. La gran mayoría de programas de los partidos políticos incluyen el término **economía circular**. Lamentablemente aunque se repite y repite, y se intenta ponerla en el día a día, no deja de ser de una forma falsa y manipuladora. Está de moda hablar de economía circular pero no esta de moda implementar programas donde se trabaje el desarrollo de la misma. ¿Por qué ocurre esto? ¿Que pasa por las mentes de nuestros queridos y queridas políticos y políticas? ¿Qué interés puede existir en mantener en el anonimato a este tipo de proyectos?

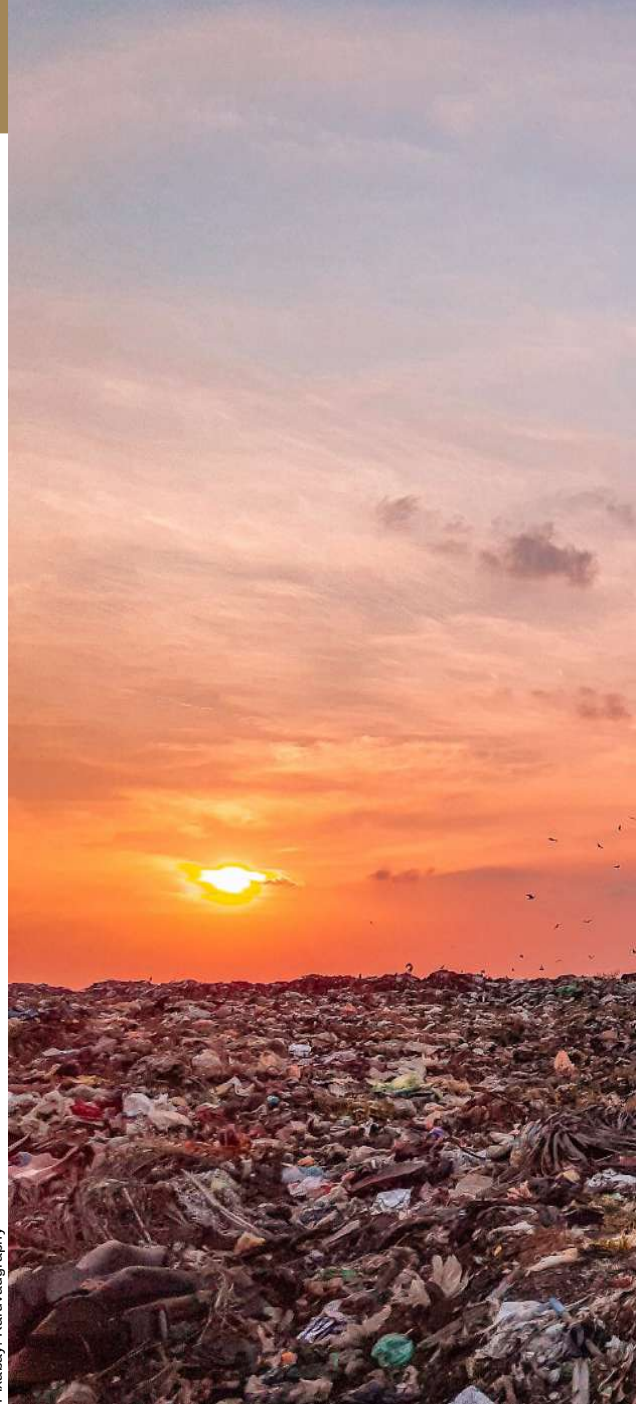
HACE YA UNOS AÑOS QUE NUESTRAS UNIVERSIDADES TRABAJAN MUY DURO DESARROLLANDO PROGRAMAS DE REVALORIZACIÓN DE RESIDUOS PARA CONSOLIDAR LA IMPLEMENTACIÓN DE LA ECONOMÍA CIRCULAR.

Y en este punto ha llegado el momento de preguntarnos ¿que es esto de la economía circular? Pues no es nada más que en vez de generar residuos y acumularlos darles de nuevo un valor económico. De hecho es sin duda el camino a seguir que todo el mundo repite porque queda bien pero que de momento pocos países toman en serio. Y el nuestro es de los que se sitúa en la cima de los que hablan y en el final de la cola de los que la aplican. La inversión estatal destinada a potenciar este tipo de actuaciones por delante de otras menos sostenibles y mucho más agresivas con el medio ambiente es mínima, de hecho existen muy pocos proyectos aplicados en municipios basados en economía circular en nuestro país. Ahora bien, si que hay muchas voluntades de hacerlo y muchas ganas de hablar de ella, probablemente más por la succulenta aportación económica de la Unión Europea (UE) que por la mera realidad de llevarla a cabo. Siendo realistas el gobierno actual se basa en la Estrategia Española de Economía Circular (EEEC), España Circular 2030 que sienta las bases para impulsar un nuevo modelo de producción y consumo en el que el valor de productos, materiales y recursos se mantengan en la economía durante el mayor tiempo posible, en la que se reduzcan al mínimo la generación de residuos y se aprovechen con el mayor alcance posible los que no se pueden evitar. La EEEC se alinea con el Pacto Verde Europeo y la Agenda 2030 para el desarrollo sostenible de la UE. En este contexto, la Estrategia establece unas orientaciones estratégicas a modo de decálogo y se marca una serie de objetivos cuantitativos a alcanzar para el año 2030:

- **Reducir en un 30% el consumo nacional de materiales en relación con el PIB, tomando como año de referencia el 2010.**
- **Reducir la generación de residuos un 15% respecto de lo generado en 2010.**
- **Reducir la generación residuos de alimentos en toda cadena alimentaria: 50% de reducción per cápita a nivel de hogar y consumo minorista y un 20% en las cadenas de producción y suministro a partir del año 2020.**
- **Incrementar la reutilización y preparación para la reutilización hasta llegar al 10% de los residuos municipales generados.**
- **Mejorar un 10% la eficiencia en el uso del agua.**

¿Por qué no estamos construyendo plantas depuradoras de este tipo? ¿Por qué hablamos tanto de economía circular y no destinamos recursos para desarrollarla?

Pixabay: Karuadgraphy





→ La EEEC identifica seis sectores prioritarios de actividad en los que incorporar este reto para una España circular: sector de la construcción, agroalimentario, pesquero y forestal, industrial, bienes de consumo, turismo y textil y confección. Haciendo crítica constructiva de los puntos en los que se basa la EEEC es fácil afirmar que no lograremos ni de lejos acercarnos a ellos en el año 2030. Hay mucho trabajo que queda por hacer y muchas actuaciones que ni siquiera hemos iniciado. En Cataluña, y en concreto en sus universidades, existen grupos de investigación que trabajan duramente en proyectos que se basan en dar un segundo uso a residuos que acumulamos en grandes cantidades y que eliminamos mediante procesos que contaminan y degradan los ecosistemas. Y aunque la idea esta de moda para adornar programas políticos, como ya se ha comentado en este mismo artículo, su uso real no tanto.

Por ejemplo, hace ya unos años que se está intentando dar una solución a la acumulación de plumas de aves. Este residuo se acumula en elevadas cantidades por la producción en masa de las granjas avícolas para el consumo de carne de diferentes aves y de sus productos por parte de la población. La eliminación de este residuo condiciona la incineración del mismo y, por lo tanto, generar toxicidad para el medio ambiente. Ahora bien, como ya se ha demostrado podemos darle un segundo uso y evitar así su acumulación, su destrucción y, al mismo tiempo, conseguir un beneficio económico y ambiental. Estos estudios dan a estas plumas de ave un papel principal en el filtrado de aguas contaminadas de tal forma que el beneficio es máximo. Para hacer el filtro simplemente se compactan estas plumas correctamente procesadas dentro de cilindros donde se hace circular agua residual (agua sucia que no puede ser utilizada ni para el riego). Este proceso substituye al tratamiento físico químico en plantas depuradoras.

BYODÓ

POR: E. VILLAGRASA

