

La Fedi **REVISTA**



número 1
primavera/otoño 2025

Índice

FEDIWEB

Siguiendo el camino	5
Internet y la materialidad invisible	7
Jardines digitales	10
Sistemas de red	14

FEDICIENCIA

La vida es cooperación	15
El Fediverso de las plantas	17

FEDICULTURA

David Lynch y las delicadas abstracciones	22
Te queremos, Rickie	27

FEDIEXPERIENCIAS

Introducción a la sección de crianza	29
El sueño del bebé	31

FEDINISMOS

No tienes que ser la mejor	34
----------------------------	----

FEDIQUEER

El arcoíris de Jaime	36
Los justicieros del amor	40

FEMICROCuentos

Amnesia, Minotauro y el Guardián	43
La casa desnuda. Ser	44
Un mastodonte entra en una cacharrería	45
Vidas (caligrama)	46
Cuentos de un mundo descosido: origen	48

FEDINOTICIAS

Cómo estar informado de lo que sucede en Europa 49

FEDIFUTUROS

Aura 54

Constitución 56

La energía de la revolución 59

Equipo de edición:

[@Tortuguito@mastodon.social](https://mstdn.social/@Tortuguito)

[@trex@masto.es](https://mstdn.es/@trex)

Ilustraciones de portada y contraportada:

[@Pachu_del_Valle@mastodon.social](https://mstdn.social/@Pachu_del_Valle)

Todos los contenidos de esta publicación están bajo licencia creative commons BY-NC-SA 4.0



Atribución– No comercial –Derivar- Compartir igualmente: permite que puedas descargar las obras y compartirlas con otras personas, siempre que se reconozca su autoría, pero no utilizarlas comercialmente.



A veces sales a pajarear y no es un día especial. Casi siempre hay algo que merece la pena y si eres paciente y observador, te sientas, esperas en silencio, aprovechas para respirar y disfrutar.

El tiempo se detiene y te acercas a un estado que los optimistas llaman la felicidad.

En ese momento te vienen a visitar intrigados los pájaros como esta Collalba gris que hoy ha posado para mí a unos pocos metros.

Saben que no eres un peligro y se intrigan, y te miran.



Francisco Molinero

[@fmolinerol@luzeed.org](mailto:fmolinerol@luzeed.org)

[@fmolinerol@neopaquita.es](mailto:fmolinerol@neopaquita.es)

Siguiendo el camino

En los medios de comunicación tradicionales, radio, televisión y periódicos principalmente, la audiencia la tiene aquel que tiene los medios económicos para mantener toda la tecnología y licencias necesarias y los espectadores, oyentes y lectores eligen entre esa oferta.

Internet rompió con eso hace pocas décadas, además de que en internet cualquiera con pocos medios puede publicar información, si publicas algo interesante puede llegar no solo a quien te lee habitualmente a tí, sino también a más gente ya que a diferencia de los medios tradicionales en internet puedes no solo indicar que te gusta un contenido, sino también compartirlo, para que llegue a más personas. Estas herramientas para compartir son tanto las herramientas integradas que tienen los foros y redes sociales para compartir con otros usuarios de la misma red como compartirlo en otra red, o incluso en un grupo de mensajería.

Este concepto de viralidad, tan democrático, potente pero también peligroso, ya que para que un contenido tenga más viralidad no implica que no esté repleto de falacias y/o falsedades, ha tenido muy mala prensa cuando este concepto se ha aplicado a las redes sociales centralizadas.

En las redes sociales centralizadas que tu contenido sea viral, o que simplemente llegue a más gente, depende no solo de que le parezca interesante a la gente que te sigue y a la que habita las redes, sino además de que el algoritmo decida que ese contenido sea viral, y creo que hemos aprendido que estos algoritmos no es que tengan sesgos inevitables, es que están conscientemente diseñados y tuneados en función de los deseos de los propietarios.

Estas redes sociales han diseñado sus algoritmos no para conseguir detectar los contenidos más interesantes y que podamos acceder más rápidamente a lo que nos interesa, sino todo lo contrario, desde el algoritmo a la interfaz de la app están diseñadas para atraparnos en ella, para que pasemos el máximo de tiempo con su página web o app abierta, que es al final lo que permite que el propietario de la red social gane más dinero con publicidad.

Pero lo peor no es que estas empresas quieran ganar el máximo de dinero, sino que además han descubierto que ser propietario de una red social no solo les permite ganar mucho dinero, sino que además pueden influir en la opinión pública, influir sobre sus estados de ánimo, sobre sus preocupaciones y miedos. Y no solo trato de enumerar los posibles peligros que esto conlleva, sino que son técnicas que ya conocemos que se han realizado, se ha experimentado con estas técnicas y se han utilizado incluso para influir en elecciones.

Las redes centralizadas son tóxicas por decisión de la élite, no por la naturaleza de internet ni de las redes sociales.

El fediverso nos invita a poner en práctica otros modelos comunicativos que no sean manipulados desde lejanos despachos, a seguir el camino que los hackers iniciaron diseñando protocolos y herramientas descentralizadas para que podamos informarnos y comunicarnos como nunca la humanidad había podido hacerlo antes, y comenzar a descubrir, como este nuevo invento, puede democratizar la información y cambiar la forma en la que nos informamos y socializamos.



@manje@mastodon.social

Internet y la materialidad invisible (1)

Estábamos este mediodía [Adrián](#) y yo viendo el nuevo vídeo-ensayo de Mozo Yefimovich (canal que, por cierto, no conocía y al que me he suscrito enseguida), titulado [La PROFECÍA de Bo Burnham | ¿Cómo Internet entró en DESCOMPOSICIÓN?](#), y sin haber siquiera terminado de verlo se detonó entre nosotros una estimulante conversación que nada más empezar me dio ganas de trasladar a un texto escrito.

El punto en el que pulsé "pausa" y nos acabó enfrascando en el diálogo en cuestión es el minuto [40:34](#), cuando Yefimovich dice (y a la vez se lee en pantalla) lo siguiente:

Antes Internet era una vía de escape del mundo real; ahora el mundo real es una vía de escape de Internet.

Esta frase me hizo pausar el vídeo y decir: *Wow, qué real*, para acto seguido hacerme pensar: ¿No es muy llamativo cómo hemos conceptualizado Internet como un *mundo virtual*, contraponiéndolo a lo que llamamos *mundo real*?

No puedo distinguir aquí qué ideas expresé yo específicamente y cuáles expresó Adrián (esta es una de las grandes bellezas del auténtico diálogo, que las ideas se entrelacen y se estimulen recíprocamente hasta tal punto que no tengan una autoría estricta o sean, en cierto modo, de autoría común), así que lo que sigue es inevitablemente mi línea de pensamiento (tal y como yo estoy decidiendo organizarlo en este texto de mi propia composición) al respecto de todas las cuestiones que hemos puesto sobre la mesa, pero quiero destacar que no es fruto de un monólogo mental mío.

El mundo real y el mundo virtual

El pensamiento occidental, a muy grandes rasgos, se ha caracterizado históricamente entre otras cosas por una determinada forma **dualista** de entender el mundo: por un lado, hay una esfera de lo corpóreo o material; por otro lado, hay una esfera de lo ideal (o relativo al pensamiento) e inmaterial. Otra pareja destacada de nuestro pensamiento es la de la *esencia* y la *apariencia*: todas las cosas tienen un núcleo esencial que se encuentra -metafórica o literalmente- en su interior y están envueltas en apariencias -de forma también literal o metafórica-.

Estas distinciones, que pueden parecer algo muy abstracto, permanecen en nuestros días, por ejemplo, bajo la forma del **discurso de la autenticidad**, por el cual las personas tendríamos una especie de núcleo íntimo esencial que constituye nuestro *verdadero ser* y que no es inmediatamente accesible, a la vez que estamos "recubiertos" de una capa exterior de apariencias que no representan lo que verdaderamente somos, sino que son una especie de *fachada*.

He pensado en estas cosas porque, parándome a considerarlo, es llamativo que nos parezca tan natural pensar en Internet en términos de un *mundo virtual*, que sistemáticamente contraponemos al *mundo real* o *físico*. La concepción de Internet como un mundo abstracto, incorpóreo, inmaterial, de circulación de ideas intangibles, etc., me parece un claro reflejo de este poso cultural del dualismo. De hecho, ver la cuestión desde esta genealogía me permite entender mejor cómo es posible que en nuestra cultura contemporánea las interacciones en Internet se consideren "virtuales" y, por tanto, menos reales (o con un estatus de realidad diferente) y, a la vez, para tantos usuarios Internet sea más bien una especie de vía de acceso privilegiada a una forma de estar más auténticamente en el mundo (por ejemplo, ser "uno mismo").

Y es que ese dualismo del pensamiento occidental ha dado lugar a la convivencia histórica de dos posturas contradictorias entre sí. Por un lado, la noción de que lo esencial, lo más verdadero, está precisamente en la dimensión ideal de la realidad. Bajo esta perspectiva, lo corpóreo se caracteriza por su opacidad y es fuente de ilusiones y parcialidad, mientras que lo incorpóreo permite, gracias a su "transparencia", acceder a la verdad tal cual es, sin mediaciones. A la vez, y por otro lado, se da la noción de que es solo a través de lo corpóreo que podemos acceder a algún tipo de conocimiento, puesto que como seres humanos nuestras capacidades de conocer se ven limitadas por nuestros sentidos y, por tanto, por nuestra experiencia sensorial del mundo. Desde esta óptica, ese "mundo de las ideas" no es más que un derivado por abstracción, que debe remitirse siempre a la que es la realidad más inmediata: la del mundo físico.

Esta contradicción me parece análoga a la que se da en la valoración de lo que ocurre en el "mundo virtual". Simultáneamente conviven dos ideas diametralmente opuestas. Según una de ellas, las condiciones de incorporeidad que Internet otorga al usuario (que se presenta a sí mismo fundamentalmente como texto, que puede acceder desde cualquier lugar, que puede anonimizarse, etc.) le permiten acceder a y compartir la versión más "auténtica" de sí mismo, liberada de los prejuicios y encorsetamientos que pueda suscitar la *aparición* de su aspecto físico. Según la otra, es imposible conocer a una persona por Internet y, de hecho, Internet es fuente de engaño; por el

contrario, solo en persona podemos hacernos una idea adecuada de los demás y de los productos, que en Internet aparecen en una versión abstraída que no nos permite conocer de forma fiable.

Y, a pesar de todo, estas dos formas de valorar Internet coinciden en una misma premisa: en considerar Internet como un *mundo virtual* opuesto al *mundo físico*.

Sin embargo, Internet no tendría por qué parecernos una dimensión menos física que la de este llamado "mundo físico": es posible solo mediante la concurrencia de una gigantesca y planetaria infraestructura de cableado, de producción y distribución de recursos (electricidad, materiales para la fabricación del *hardware*, agua, etc.), y es accesible para el usuario a través de un objeto que no es menos material al tacto que un libro, una carta o un teléfono fijo con el que hacer llamadas telefónicas. Lo que me lleva a plantearme la cuestión: *¿Tiene algo Internet específicamente que lo haga más intangible en apariencia que el libro, la carta o el teléfono fijo?*

(continuará en el siguiente número de la fedirevista)

ó

[Puedes leer el artículo completo aquí](#)



@janadelbosco@masto.es

Jardines digitales



Días de lluvia por aquí, así que es un buen momento para pensar qué vamos plantar en este jardín digital. Me gustaría que estas newsletters fueran temáticas para ir construyendo un huerto variado en temas e intereses que, con el tiempo, sean fácilmente localizables dentro del propio blog. Me interesa la idea de ir plantando semillas a través de estas cartas y poderlas ver crecer con el tiempo, es decir, que hoy hable de los **jardines digitales** significa que espero volverlo a hacer dentro de un tiempo, de revisar lo que se comentó por aquí para ver en qué plano están *ahora* (en el futuro) esas ideas. Que no sean temas que respondan a tendencias rápidas sino que

tengan tiempo de germinar en un espacio abierto a más gente y que no quede enterrado en notas del móvil (en realidad hace años que uso Keep, de Google, pero espero cambiarlo en los próximos meses por algo que esté fuera de Google, pero esto ya lo hablaremos en otra carta).

Pero, amiga, me dirás, ¿Qué es un **jardín digital**? Y sobre todo, ¿Por qué te has **obsesionado** con esto?

- ⑩ Es un **lugar donde puedes hacer crecer diferentes contenidos**, no necesariamente relacionados entre sí. Un sitio donde guardar información sobre cosas que te interesan.

¿Y no sería esto como una libreta?

Bueno, sí y no. Yo aún tomo apuntes en libretas (y sinceramente es lo más práctico porque hago un índice con las diferentes notas que hay y, en mi cabeza, tengo muy claro en qué libreta apunté qué cosa, imagino que es algo de procesar las cosas *manualmente* y a tiempo lento). En las libretas hago los resúmenes de los *papers* y libros porque así me acostumbré a hacerlo desde la universidad. Luego paso lo relevante a diferentes documentos organizados (en Drive T.T) para relacionar las ideas que he leído con vídeos, imágenes y demás contenidos de internet; es más fácil usar el **hipervínculo** que apuntar «el vídeo del sapo dentro de una taza» y luego no encontrar el vídeo en cuestión nunca más porque la persona que lo subió no le puso etiqueta (y desde luego que no lo definió con tus mismos términos). Así que si como yo tiras mucho de libreta, la construcción del jardín digital puede ser un pequeño reto. Pero creo que vale la pena por la posibilidad de integrar y visualizar las ideas de una forma más práctica (y es que no se puede comparar el poder buscar palabras entre documentos digitales que hacerlo con los textos escritos a mano).

Hay quien dice que los jardines digitales son una forma de que tu tiempo de **doomscrolling** no sea en vano y, si te cruzas con algo que te ha interesado, lo puedas guardar. Incluso hay quien propone que, después de cada *doomscrolleada*, anotes aquello que realmente te haya aportado algo nuevo. *Hay una parte de mí que se resiste a esta idea ya que tiene un punto de querer ser productivas en nuestro tiempo de admirar el vacío y dejar la mente en blanco.* Pero sí que es cierto que en mis guardados de TikTok ya no recuerdo qué era importante o realmente interesante. Así que supongo que no está mal intentar estar más conscientes (o, ¿presentes? lo siento, odio el uso de esta palabra así) en nuestros paseos digitales. **Pinterest** sigue siendo un

pequeño santuario que ha aumentado en cantidad (y de rebote, también en calidad) de contenido en los últimos años. Los mejores memes los encuentro allí (los que acompañan esta carta), así como las mejores recomendaciones de mangas. Y no lo encuentras por seguir a x o y persona sino por la búsqueda basada en imagen que usa la plataforma, que te busca y te muestra aquello que puede ser parecido a algo que ya te ha gustado: haciendo un oasis online ideal (y un poco falso, para qué mentir, pero oye, pequeño remanso de paz). Aunque llevo un tiempo viendo [vídeos](#) que señalan sus partes negativas: se pierde la atribución de créditos a artistas con sus obras (ya que cualquier persona puede subir el contenido allí) y también están entrando en masa anunciantes (me han salido pelucas horribles y rarísimas que claramente te sacan del *mood* de ‘a ver cómo me corto el pelo dentro de 6 meses’) y, como no, contenidos hechos por IA que ya están empezando a emponzoñar un espacio más de nuestro querido internet.

Y me he **obsesionado** (bueno, diremos interesado, aún no estoy tan *deep down*) con los jardines digitales a raíz de todas las lecturas sobre internet. Con Proyecto Una, Marta G. Franco, Nick Srnicek, Cory Doctorow, Astra Taylor, etc. De tomar más consciencia sobre la privatización de los espacios digitales que transitamos, la [enmierdación](#) de los sitios web con anuncios e IAs como comentaba con Pinterest. Y, aparte de empezar a habitar bosques oscuros alejados de los ejércitos de SEO, retención de atención y captación de cookies, hay una serie de cosas de podemos reaprender de nuestros inicios en la red. Siento que nuestro principal problema con la capacidad de organizar la información online vino con la llegada de los jardines vallados y el fin de la personalización. La **plataformización** de los contenidos puso fin a nuestra gestión de carpetas en nuestro ordenador, la organización de la música en iTunes (dime que tú también ponías la letra de las canciones, el año, y el número de la canción dentro del álbum, gracias) y hasta a la capacidad de elegir el color de fondo en Facebook o poner el cursor con estrellitas con cola. En un vídeo ya analizaremos hasta qué punto hay tanta nostalgia o más bien una necesidad de sentir un poco de *materialidad y sentido de pertenencia* con aquello que nos importa.

¿El formato del jardín?

Como quieras, al final se trata de una idea abstracta de cómo organizar aquellas cosas que nos han marcado de una u otra forma. Nos exponemos a tanta información en formatos diferentes que a veces no recordamos si eso que vimos estaba en un TikTok, post de IG o en qué capítulo de una serie.

La verdad es que hay mil opciones, así que solo tienes que encontrar aquella que te guste más y te resulte más fácil para adaptar tu ritmo de trabajo y necesidades. Seguramente yo haya elegido más por los *visuals* que por la practicidad, pero para mí verlo todo ordenado y vinculado con un solo vistazo me resulta más práctico para pensar y ordenar las ideas (aunque tarde unos segundos más en generar la página o vincular los objetos). Cuando lleve un poco más de tiempo usándolo a lo mejor hago un vídeo <3.

Por último, os dejo con una recomendación de un episodio de un pódcast de [Mitos y Memes](#) que me mandó Proyecto Una sobre [la gestión del conocimiento](#) con mucha más información de la que yo nunca llegaré a tener:

Y estas son mis primeras investigaciones con la construcción, uso y manejo de los jardines digitales. A lo mejor ha sido un poco básico para los *nerdies* de la organización y la archivística, me doy cuenta de que soy un poco *noob*. Así que todas las recomendaciones y ayuda son bienvenidas. También podéis dejar gritos de socorro, estoy segura de que alguien acudirá en vuestra ayuda por aquí:)

Abrir el portal a nuestros jardines digitales

(Originalmente publicado aquí)

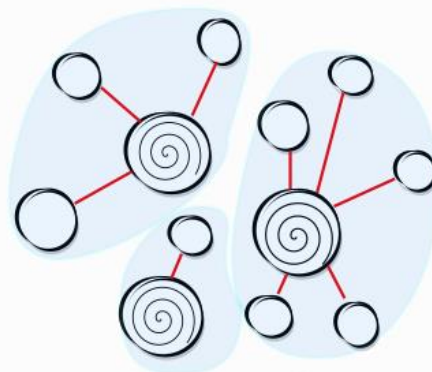


@albalafarga@mastodon.social

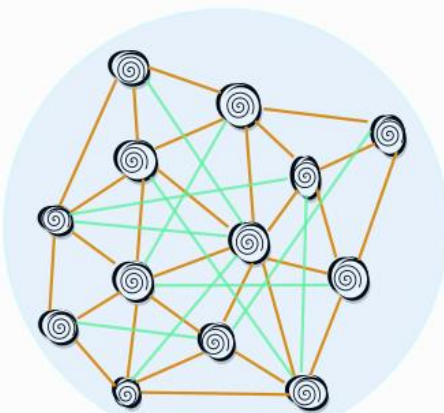
SISTEMAS DE RED



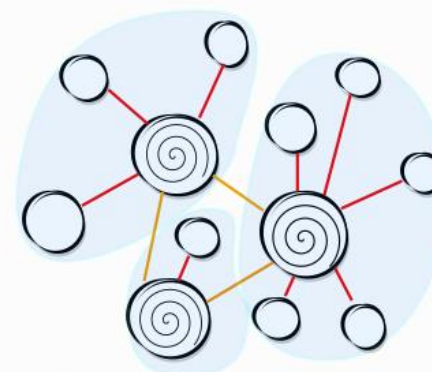
Centralizada



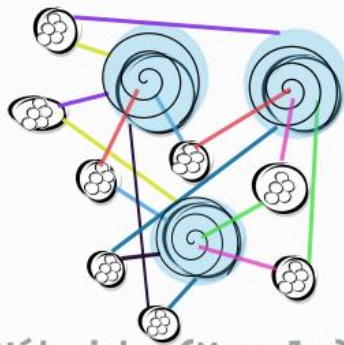
Descentralizada



Distribuida o Malla



Descentralizada
Federada



Híbrida (Mezcla)

Internet usa una estructura Descentralizada pero las redes sociales en Internet en su mayoría privativas usan un sistema Centralizado, así pueden explotar fácilmente más datos en sociedad y por persona, pues la información genera control y en sí mismo el control, es poder.



Infografía "Sistemas de red" por lind (lind.archipelago.uno), existe bajo licencia Creative Commons Atribución-CompartirIgual 4.0 Internacional (<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/deed.es>).

Infografía disponible en [Internet Archive](#)



[@lind@mar.archipelago.uno](mailto:lind@mar.archipelago.uno)

La vida es cooperación

En el mundo vivo hay muchos ejemplos de seres que se ayudan entre ellos para sobrevivir. De hecho no sobreviven los más fuertes, como se nos insiste desde algunos sectores sociales sino los más resilientes (es decir aquellos que se adaptan mejor a los cambios) y los mejor adaptados. Mi intención en estas líneas es hablar de algo diferente de la selección natural o teorías evolutivas. Hoy quiero hablar a grandes rasgos de cooperación y de hasta donde las redes de apoyo son importantes para la vida.

Me voy a ir muy lejos, muy atrás en el tiempo. A aquella época en la que la vida era unicelular. Poco después de que comenzara la fotosíntesis ya había interacciones, llegaron los herbívoros que consumían los filamentos que formaban en superficie las bacterias fotosintéticas, similares a las actuales cianobacterias y llegaron a un equilibrio entre el grosor de los fotosintéticos, la cantidad de luz que llegaba al agua y la herbivoría evitando que el sistema llegara al colapso.

Pero las cosas no se quedaron ahí, la vida se diversifica y sucedió la aparición de la célula eucariota que es la de la que se componen todos los organismos pluricelulares además de todos los protistas que son un reino completo de organismos unicelulares.

Según la teoría más aceptada en torno a la aparición de los orgánulos y la célula eucariota es la de la endosimbiosis. Según ésta, en algún momento existieron bacterias que se ayudaron tanto que una fue englobando otras y juntas con el tiempo se convirtieron en un individuo.

La asociación dio tan buen resultado que se cree paso más de una vez y de ahí que hubiera varios tipos de "protoeucariontes" que hayan llegado a una variedad tan grande de organismos tan diferentes como una mosca, un champiñón o un abeto.

El salto de ser un organismo-una célula a ser muchas células-un organismo también se dio por cooperación. Los microorganismos para sobrevivir mejor se pegan unos a otros en una especie de capas estratificadas mucosas que se conocen como biofilm. Una vez juntos empiezan un proceso de especialización y se juntan en colonias, una colonia está formada por una comunidad de individuos que además de estar físicamente cerca trazan lazos que les unen aún más y aunque en principio son

idénticos, poco a poco van adquiriendo diversas funciones y por tanto formas manteniendo su individualidad.

Dale tiempo, mucho tiempo y con tanta especialización los individuos de dichas colonias ya no pueden vivir aislados y están tan interconectados que necesitan a los demás para vivir . Ahí comienza la auténtica pluricelularidad. Poco a poco se gana en diversidad y especialización ya no sólo a nivel celular sino individual y de especiación de organismos que ya son pluricelulares y más adaptables a un medio cambiante.

Con ésta diversidad sigue habiendo mucha cooperación ya no sólo dentro de la misma especie, como sucede por ejemplo con todos los animales sociales, sino también entre especies. Esta cooperación puede ser algo casual o anecdótico como sucede con el Indicador grande, un ave que guía a otros, incluido el hombre, hasta panales de abejas para comer la cera mientras su amigo puede hacer lo propio con la miel y llevarse los picotazos por ambos.

Existen por ejemplo especies vegetales que si al germinar no se encuentran con esporas del hongo que es su simbiote no prosperan. Esto serían las conocidas como micorrizas y que forman una tan especial asociación que merecen un tratamiento a parte. Tan maravillosa es la cooperación en el mundo vivo que se puede llegar a generar un individuo nuevo, una forma de vida completamente novedosa que hace cosas imposibles cuando quienes las forman van en solitario. Hablo de los líquenes ,una forma de vida apasionante y única que aparece cuando un hongo y un alga unicelular cooperan.

Y para terminar solo quería hacer una pequeña mención a nuestro propio cuerpo. Nosotros mismos somos un ecosistema. Sin nuestra microbiota (los microorganismos que forman una comunidad en nuestra piel y trato gastrointestinal) tendríamos problemas tanto a nivel digestivo como de falta de vitaminas y de infecciones. Estaríamos siempre enfermos y de gravedad.

Así y ya termino, se ve que aunque es cierto que existe la competencia sin cooperación la vida no sería, al menos, tal y como la conocemos.

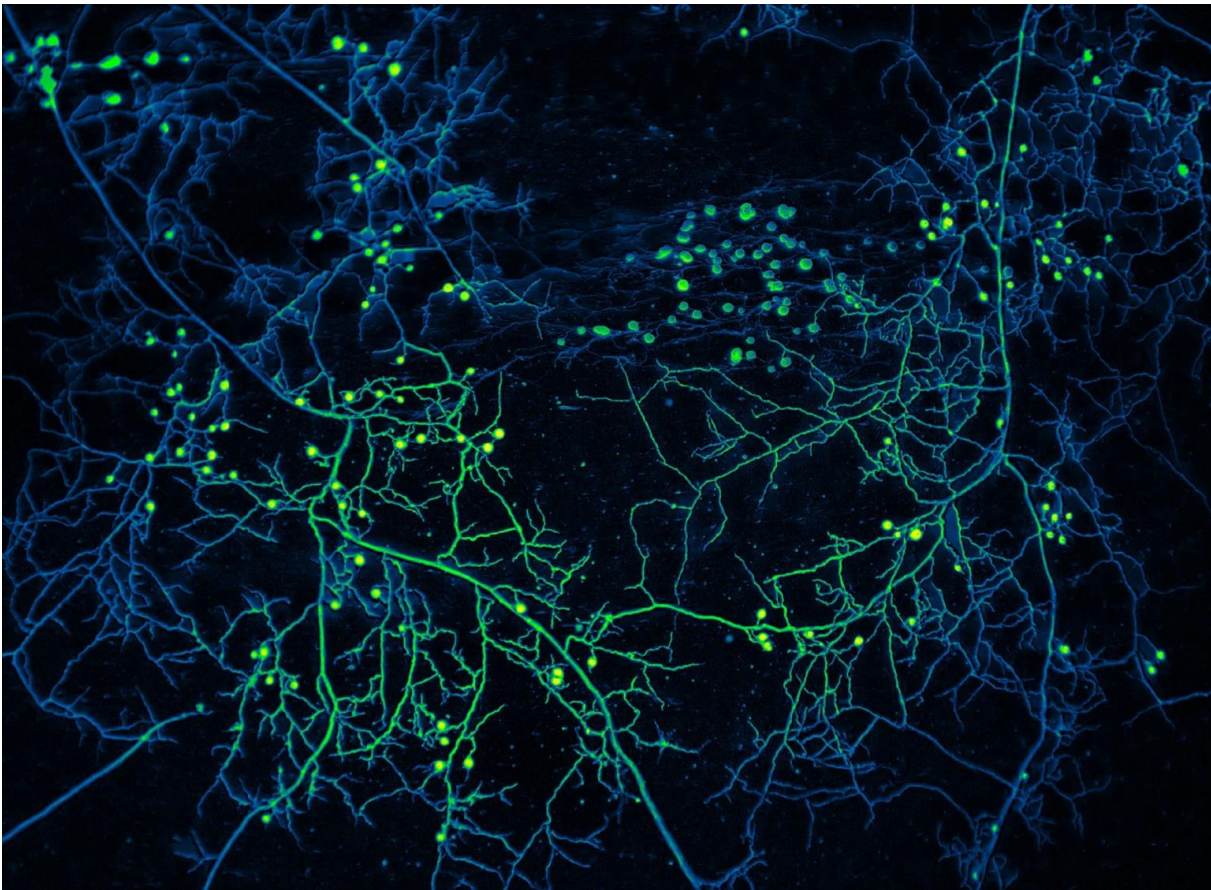


Lyrae, marzo 2025.

@Hirundo_sylvatica@masto.es

El Fediverso de las plantas

Acabamos de abrir la instancia de NeoPaquita, y lo cierto es que estoy emocionado. Desde que lo descubrí, el concepto del fediverso se me antoja una poderosa metáfora tecnológica para un sistema interconectado y descentralizado, donde nodos individuales sostienen comunidades independientes, pero colaboran activamente mediante una comunicación directa y fluida. ¡Es hermoso! Mirad esta representación artística del fediverso creada por la doctora Loreto Oyarte Gálvez, del AMOLF (Holanda).



Cada nodo en este sistema tiene su autonomía, pero también la capacidad de entrelazarse y crear sinergias, compartiendo recursos y soportando a otros nodos en una dinámica colectiva. ¡Qué poderoso ecosistema!

¿Ecosistema?

Curioso término. “Ecosistema”. Un conjunto complejo de elementos interconectados y relacionados entre sí, que conforman algo más grande que la simple suma de sus partes. Un término que, en estos días, se utiliza mucho para hacer referencia a entornos virtuales —el ecosistema de Mastodon es muy distinto al ecosistema de Twitter, por ejemplo—. Pero cuyo origen está en otro sitio. Obvio. En la ecología.

En ecología, un ecosistema es el conjunto de seres vivos que habitan un entorno, el medio físico en que se desenvuelven, y las interacciones que presentan entre sí, y con dicho medio. Es, efectivamente, una entidad propia que supera a la mera suma de sus partes, y que por lo tanto, tiene propiedades emergentes intrínsecas que no existen en los organismos constitutivos del ecosistema, sino que surgen cuando estos organismos interactúan.

Pero la similitud entre el fediverso y un auténtico ecosistema no es meramente semántico. En muchos sentidos, la naturaleza lleva mucho tiempo implementando su propia versión de un fediverso, y algunas de las redes más fascinantes no son visibles a simple vista. Bajo nuestros pies, un vasto entramado subterráneo conecta a las plantas.

La simbiosis entre el hongo y la planta

La simbiosis entre hongos y raíces de plantas representa una de las asociaciones mutualistas más antiguas y extendidas en la historia evolutiva de las plantas. En su asociación, los hongos invaden las raíces de las plantas sin causar daño; al resultado de esta relación se la conoce como micorriza, y es altamente beneficiosa para ambas partes: los hongos obtienen carbohidratos y azúcares sintetizados por la planta a través de la fotosíntesis; esto les permite extenderse mucho más de lo habitual y, de este modo, las plantas reciben minerales esenciales como fósforo y nitrógeno, así como agua recolectada del suelo, más allá del alcance de sus raíces.

En algunos casos, la relación es tan íntima que los hongos se alojan dentro de las células de la raíz, formando estructuras especializadas llamadas arbuscúlos, donde ocurre el intercambio de nutrientes. Esta conexión mejora significativamente la capacidad de las plantas para prosperar en suelos pobres en nutrientes. Además, los hongos también contribuyen a la protección de las plantas contra el estrés ambiental y enfermedades, mientras optimizan el uso de recursos del entorno.

Este fenómeno, inicialmente considerado excepcional, ahora se reconoce como esencial para la estabilidad de los ecosistemas y la supervivencia de más del 80 % de las especies de plantas terrestres, reforzando el modelo colaborativo que rige estas redes naturales. Esta unión íntima no es solo un capricho evolutivo; es esencial para la supervivencia de los ecosistemas terrestres.

Comunicación activa entre plantas vía micorrizas

Las micorrizas no solo facilitan que las plantas obtengan más nutrientes y más agua, sino que también actúan como un sistema de comunicación subterráneo. Y es que las micorrizas de una planta pueden conectarse con las de otra, a través de redes micorrícicas. La micorriza es la “fibra óptica” de las plantas a través de la cual, las plantas pueden transmitir señales —químicas— entre sí para advertir sobre amenazas externas, como ataques de herbívoros o condiciones ambientales adversas. Este fenómeno, ampliamente documentado en diversos estudios científicos, se conoce como comunicación mediada por micorrizas.

En experimentos realizados con plantas de tomate, un equipo liderado por Yuanyuan Song demostró en 2014 que, cuando una planta conectada a una red micorrícica era atacada por orugas, las señales de defensa se transmitían a otras plantas conectadas. Como resultado, estas plantas activaron enzimas defensivas y reforzaron su resistencia a los insectos, incluso sin estar directamente expuestas al ataque. Esto evidencia un sistema de advertencia eficiente donde las "plantas receptoras" alzan sus defensas antes de ser afectadas.

Más allá de las señales de advertencia, las redes micorrícicas garantizan una comunicación más estable y duradera en comparación con otros métodos, como la liberación de compuestos volátiles al aire —algo que las plantas también hacen; cuando hueles la hierba recién cortada, son las plantas lanzando alarmas olorosas de agresión—. Aunque más lenta, la comunicación subterránea es menos vulnerable a condiciones ambientales como viento o lluvia, lo que la convierte en un canal confiable para la transferencia de información clave. Este sistema demuestra la sofisticación de las comunidades vegetales en su interacción y adaptación colaborativa.

Cuando las plantas piden #Ayuda

Las plantas comparten recursos con las más necesitadas.

Las redes micorrícicas no solo funcionan como canales de comunicación, sino también como sistemas de soporte vital colaborativo. Estas redes permiten el intercambio de nutrientes, como carbono, nitrógeno y fósforo, entre plantas conectadas, redistribuyendo recursos dentro de la comunidad vegetal según las necesidades de cada individuo. Por ejemplo, plantas más fuertes o con un exceso de nutrientes pueden transferirlos a aquellas más débiles o en ambientes con limitaciones de recursos, promoviendo la estabilidad y la resiliencia del ecosistema.

Gracias a las micorrizas, las plantas comparten recursos... de cada cual según su capacidad, a cada cual según sus necesidades.

Un caso estudiado es el de las leguminosas, que —gracias a otras relaciones simbióticas, esta vez, con bacterias— tienen la capacidad única de fijar nitrógeno atmosférico en sus tejidos. Lo bonito es que, a través de las redes micorrícicas, comparten este nutriente con otras plantas de su comunidad que enfrentan déficit. Este flujo puede representar entre el 20 % y el 50 % del nitrógeno disponible en el ecosistema, asegurando con ello el equilibrio.

Esta redistribución demuestra que, en el mundo vegetal, la cooperación prevalece como estrategia de supervivencia, desafiando el mito de la competencia individualista como única ley de la naturaleza.

El fediverso de las plantas

La red micorrícica subterránea es un ecosistema descentralizado y colaborativo, donde cada planta funciona como un nodo que participa activamente, no solo para su propio beneficio, sino también para el de su comunidad. Un sistema horizontal, adaptativo y autosuficiente en el que cada individuo reconoce y responde a las necesidades colectivas, garantizando la estabilidad del ecosistema.

Lo fascinante de estas redes es que no están gobernadas por jerarquías ni por codicia. Las plantas no buscan competir agresivamente unas con otras; más bien, su dinámica se basa en la cooperación. La transferencia de señales de alerta, el intercambio de nutrientes, e incluso el soporte mutuo bajo condiciones adversas son evidencia de un modelo de coexistencia que desafía las narrativas tradicionales de la “ley de la jungla”. Es, literalmente, una sinfonía subterránea de colaboración y resiliencia.

Cabría replantear entonces nuestras metáforas tecnológicas. No es internet, o no al menos ese internet capitalista dominado por Google, Amazon, la publicidad y los muros de pago. La metáfora del “wood wide web” se queda corta frente a la

sofisticación y la colaboración de esta red natural. No, definitivamente no es internet. Es el fediverso.

De hecho, os he engañado. Esa imagen del inicio no es una representación artística de nuestro fediverso; lo que la doctora Loreto Oyarte Gálvez muestra es una fotografía en falso color de una red de micorrizas. El fediverso de las plantas.

Un fediverso donde los hilos de cobre son las hifas de los hongos. Porque detrás del velo de las raíces, la naturaleza nos entrega una lección vital: no es la competencia lo que sustenta los ecosistemas más prósperos, sino una red viva de ayuda mutua y equilibrio. El fediverso de las plantas es, en esencia, mucho más que una red: es una fuente de inspiración para nuestras nociones mismas de supervivencia y comunidad.

De cada cual según su capacidad, a cada cual según sus necesidades.

Referencias:

1. Bell, C. A., et al. (2024). Phytophagy impacts the quality and quantity of plant carbon resources acquired by mutualistic arbuscular mycorrhizal fungi. *Nature Communications*, 15(1), 801. <https://doi.org/10.1038/s41467-024-45026-3>
2. Simard, S. W., et al. (2012). Mycorrhizal Networks: Mechanisms, Ecology, and Modelling. *Fungal Biology Reviews*, 26, 39-60. <https://doi.org/10.1016/J.FBR.2012.01.001>
3. Song, Y. Y., et al. (2014). Hijacking Common Mycorrhizal Networks for Herbivore-Induced Defence Signal Transfer Between Tomato Plants. *Scientific Reports*,4(3915).
4. van der Heijden, M. G. A., & Horton, T. R. (2009). Socialism in soil? The importance of mycorrhizal fungal networks for facilitation in natural ecosystems. *Journal of Ecology*, 97(6), 1139- 1150.
5. Rhodes, C. J. (2015). The whispering world of plants: 'the wood wide web.' Available at:<http://www.resilience.org/stories/2015-11-20/the-whispering-world-of-plants-the-wood-wideweb/>



Álvaro Bayón.

@VaryIngweion@neopaquita.es

<https://alvarobayon.com>

David Lynch y las delicadas abstracciones

Hace ya un año empecé por cuarta vez en mi vida un proceso terapéutico, esta vez con la intención de que ya sí abrir las crisálidas de las carcomas que me roen el alma desde hace años y cuyo letargo es sólo la promesa de huevos que eclosionarán en el futuro. De entre todos mis malestares, el más apremiante y el más insidioso era el miedo y, por desgracia, el más desagradable de tratar. No estoy escribiendo un manual de psicología, pero el tratamiento del miedo consiste en, primero, entender que está ahí, que es normal y que está haciendo su trabajo aunque el resultado no sea el esperable, y luego exponerse a él de forma controlada hasta que deje de, si no dar miedo, al menos provocar un sufrimiento insoportable.

Es un proceso muy extraño, porque la primera fase consiste en que, cuando salte el pensamiento que provoca miedo, entender que estar ahí y que está intentando mantenerme viva. De alguna forma hay que visualizar ese miedo, esa ansiedad, como una persona ajena a ti, que te está intentando convencer de que hagas algo que piensa que va a ser lo mejor para ti, pero que tú sabes que no lo es. Razonar no sirve, disuadir no sirve, interactuar no sirve: solo dejarla hablar y hablar hasta que se canse y se vaya. Y así una y otra vez, hasta que la persona vea que sus esfuerzos no nos convencen y se aburra y se vaya antes, hasta que sus explicaciones sean cada vez menos vehementes, pero sabiendo que nunca se va a ir del todo (porque el miedo tiene su función, que es mantenernos vivos). Como tengo tantos miedos, me sirvió poner nombres a cada uno de ellos, a cada versión de la ansiedad que venía a visitarme en los momentos más insospechados, cada una a gritarme que hiciera o dejara de hacer algo distinto hasta que entre todas conseguían paralizarme. Cada una de esas caras era un nombre y una función, pero acabé por descubrir rasgos de personalidad a cada una de ellas: mi miedo a una vejez incapacitada, solitaria y dolorosa es una señora mayor, amable, a la que le tiembla la voz al hablar y me hace sitio en la mesa camilla para que me deje ir lentamente; mi miedo al apocalipsis climático es una adolescente que grita, grita y grita escenarios catastróficos igual que

si le hubiera prohibido salir un sábado, mi miedo al auge del fascismo es una señora seria con determinación de acero que me incita a prepararme para los todos los escenarios, todos a la vez. No son personas completas, sino arquetipos que he formado en mi cabeza para dar una forma tratable y finita a lo que de otra manera es inasible. Todas ellas forman parte de mí, todas ellas intentan ayudarme, ninguna de ellas se va a ir nunca de mi lado así que tenemos que aprender a convivir.

La segunda fase es mucho más desagradable. Consiste en crear, deliberadamente y acompañada por mi psicóloga como en una meditación guiada para evitar ataques de pánico, escenarios en mi cabeza en los que ocurre el peor de mis miedos, dejar que el miedo suba, suba y suba, que mi ansiedad chille y chille y chille, hasta que deje de subir y empiece a bajar lentamente, y baje, y siga bajando, hasta que mi nivel de ansiedad esté igual o más bajo que al empezar el ejercicio y mi ansiedad, la personalidad que le toque ese día, vea que no me he muerto y que es sólo un pensamiento. La clave para conseguir la bajada es que, en medio de esa cúspide del miedo y sin llegar a despersonalizar, hay que salir un poco de la primera persona y observar la escena con curiosidad: ¿qué siento en mi piel? ¿a qué huele? ¿qué temperatura hace? ¿qué sonidos me rodean? ¿cómo es la luz que ilumina todo? Y así me veía a mí misma en medio de mi piso inundándose por una riada contemplando el sol que sale, por pura contemplación presente, por la capacidad de hacer que la ansiedad se aburra y se calle aun cuando estoy inmersa en el peor escenario que me estaba contando, y aun así la emoción viene y se va y yo sigo. Un proceso terapéutico bien dirigido es beneficioso a la larga, pero es un camino desagradable.

El 15 de enero murió David Lynch, y en el cine que tengo cerca de casa empezaron un ciclo de películas suyas que han ido alargando gracias al éxito de público. Desde el cinco de febrero, cada semana proyectan una de sus películas, el miércoles por la tarde y el sábado por la mañana. Mi cita con la psicóloga termina los miércoles justo a tiempo para cambiarme de ropa, merendar algo y salir al cine, y por 5€ paso el necesario trago de la terapia viendo una película que, aunque ya haya visto, me hace pensar en otra cosa que no sean mis propios problemas. Y además me encantan las películas de David Lynch, y es una suerte enorme poder verlas en el cine, pensamiento que me ha sacado de las ganas de tirarme en el sofá a llorar hasta quedarme dormida después de alguna sesión especialmente dura.

Ver casi todas las películas seguidas, aunque sin un orden particular (hasta donde yo sé), hizo que empezara a percibir más claramente patrones que antes, vistas con meses o años de separación, no me parecieron claros. Ya sé que analizar las películas de Lynch tratando de buscar una respuesta unívoca es, primero, un ejercicio intelectual pretencioso, y, segundo, exactamente lo opuesto a lo que él buscaba.

Analizar sus películas es un entretenimiento divertidísimo siempre que se tenga en cuenta que no se puede alcanzar la verdad (1), sino que tenemos que aspirar a encontrar la explicación que mejor encaje con nosotras mismas. Exactamente igual que los mitos, los símbolos y los arquetipos: podemos tener una noción general de lo que pueden querer decir, pero no existe una verdad definitoria porque su significado varía dependiendo de quién lo lee y cuándo lo lee. Por eso, la interpretación de mitos y símbolos no es una ciencia sino un arte.

Como decía, al ver las películas seguidas empecé a ver patrones: la inocencia tiene la estética americana clase media blanca de los años 50, porque es su recuerdo de infancia; las mujeres buenas son bonitas, rubias, de ojos claros, dulces, inocentes y listas; las malas tienen los cabellos oscuros, los ojos grandes y las facciones angulosas, seductoras y arrebatadoramente bellas; los hombres protagonistas son jóvenes, buenos, atrevidos, no tan inteligentes pero con un momento de genialidad que les salva; los malos son mayores, gritones, de bocas grandes y físicamente fuertes; hay personas mayores que señalan puertas y profetizan. Grandes espacios de naturaleza salvaje, como bosques y desiertos, junto con una industrialización que ya ocurrió pero que estás ocurriendo ahora. La inocencia se pierde, la chica rubia no es tan cristalina, en los bosques hay monstruos, si rascas la superficie brillante de glaseado de azúcar resulta que el donut está lleno de gusanos. Los contornos de la realidad y de la ensoñación se desdibujan, la linealidad se pierde, las texturas cambian y por un momento se pierde el contacto con el suelo y nos dejamos flotar en lo liminal, en un estado en el que aceptamos lo que venga sin extrañezas ni juicios. El cine de Lynch me enseña una forma de humildad en la que acepto que no puedo entender todo porque es imposible recoger la inmensidad y complejidad de la existencia en una representación de ella con total fidelidad: la única forma de acercarse es mediante el mitos, símbolos y arquetipos, que tienen puntos de realidad comunes para todo el mundo (2) pero que deja en el individuo el trabajo de complejizarlo, y la razón no es ese camino.

Dice Alana, cuando le preguntan por la autoficción, que en realidad toda la ficción es autoficción, porque todo el mundo pone parte de su propia vida en la historia que está contando, aunque se disimule con capas de elfos o aliens. Tenía presente esa frase viendo las películas, buscaba pistas que me hablaran del propio Lynch, de qué le empujaba a contar esas historias. Viendo Carretera Perdida me di cuenta de que le aterraban las femme fatales. No las odiaba, no las despreciaba, no le daban asco: le fascinaban, y esa fascinación le daba miedo. Me di cuenta de que en esa película estaba haciendo lo mismo que yo en mis sesiones de terapia: creando una escena que le aterraba, saliendo de ella y observarla con genuina curiosidad, sin juzgarse a sí mismo por las emociones que sentía. Era el juego absoluto de la exposición al miedo,

con actores y actrices que hacen exactamente lo que había decidido, y con la voz que puede interrumpir la escena cuando quiera.

Viendo las películas de ese prisma cobraron mucho sentido para mí. Los protagonistas jóvenes y apuestos son la visión de sí mismo cuando se enfrentó a esa pérdida de inocencia, porque cuánto miedo da dejar atrás la simpleza de la infancia y enfrentarse a la complejidad adulta. El deseo le arrebatava, pero también le daba miedo lo que podía pasar si se dejaba llevar por él. El bien nunca tiene una victoria absoluta, porque el mal nunca podrá desaparecer, igual que mis miedos nunca se van a ir del todo, y los suyos tampoco. Por eso, entendí, su forma de generar miedo es tan particular, tan insólita y sublime, tan visceral, tan claustrofóbica y tan asombrada por la inmensidad del universo, por la posibilidad de infinitos universos. Por eso sus personajes me provocan esa extrañeza, esa curiosidad, al verlos desde un prisma que no respeta las proporciones reales de una persona, porque no son personas, son sus arquetipos, los que le susurran miedos y ansiedades y los que él deja hacer entre ellos, en su casa de muñecas, con curiosidad casi infantil, como si él no supiera tampoco a dónde van a llevar las cosas.

Lynch detestaba que se sobreanalizaran sus películas, pero le encantaba que cada persona sacara su propia interpretación de lo que ha visto, y por eso nunca quería dar «pistas» de su significado, para que no se rompiera nunca el misterio. Aquél día, en el cine, aún removida por la sesión de terapia, sentí como si Lynch hubiera creado un contenedor fuera del mundo en el que poder explorar mis miedos y sentirme segura a la vez, porque, cuando la película acabe, me iré a casa y todo estará bien. Las luces, los sonidos, las texturas, todo eso añade a la sensación ajena, de distancia con lo perceptible por los sentidos, con no estar del todo en ninguna parte y por lo tanto, nada de lo que ocurra ahí puede hacerme daño.

A Lynch le fascinaba la memoria y su imperfección, porque nunca recordamos las cosas exactamente como fueron, pero para él, la memoria también conservaba recuerdos del futuro, de todo el campo unificado que es lo trascendente. Tal vez mis ansiedades son recuerdos de un futuro en el que todo eso ocurrió, pero, si puedo recordarlo ahora, es que sobreviví.

«I love the delicate abstractions that cinema can do and only poets can do with words.»

1. Esta página web se ha pasado 20 años recopilando teorías sobre Mulholland Drive

<https://www.mulholland-drive.net/>

2. No me voy a poner a hablar sobre la complejidad del mito y sus interpretaciones así que vamos a dejarlo en que «todo el mundo» significa «todo el mundo en un contexto cultural e histórico parecido al mío»



@maltita@neopaquita.es

Te queremos, Rickie

En la España del felipismo crepuscular existió un antecedente a Netflix, Prime Vídeo o Disney+ (o Disney Plus, o Disney Plas). Se llamaba Canal+ (o Canal Plus, pero no Plas; de aquella no existía el Plas). Emitía parte de su programación en abierto como técnica promocional, así que podías ver algunas series sin necesidad de decodificador. Una de esas series se titulaba "Es mi vida", que en latinoamérica conocisteis como "El mundo de Ángela". Llegó en el mejor momento: una joven Claire Danes perfecta para el drama, un Jared Leto que todavía no tenía su propia secta y yo, como espectador, lo viví en plena adolescencia.

La historia era menos coral que otras series de instituto de su época y todo giraba alrededor de una incomprendida Ángela. Sus padres. El mal chico al que quería. El buen chico que la quería. Su amiga mala influencia y su amigo (y mejor personaje de la serie) Rickie. La primera impresión sobre Rickie fue inmejorable. Su peinado era atípico. Su ropa colorida. El pendiente en su oreja. Estaba con sus amigas en el baño de las chicas y se maquillaba con ellas en el instituto. Otra alumna entró y se quedó mirando. La mala influencia echó a la intrusa de aquel santuario y el trío siguió a la suya. En aquella época había cierto estereotipo de gay latino en la ficción de Estados Unidos, pero yo era muy pequeño para reconocer esos códigos y Rickie era para mí el gigachad rodeado de amigas que rompía códigos y ocupaba los espacios sin límite. Mi héroe de juventud.

La serie avanzó. Descubrí que Rickie no era popular entre sus compañeros varones. No me pareció relevante, sus dos amigas tampoco eran las animadoras del instituto. Era una historia sobre los Otros, los Marginados. Era una historia que hablaba de mí. Y es que la adolescencia es puro drama. Oh, y de amores no correspondidos. Lo que me gustan a mí los amores no correspondidos. Y llegué al momento en el que Rickie se quebró...

Entre lágrimas, Rickie confesó a Ángela, casi reprochó, que estaba sufriendo en silencio. Cuando estaban en el instituto, Rickie las acompañaba al baño de las chicas porque, si las esperaba fuera, los matones le pegaban. La escena que lo empezó todo, la transgresión de espacios, se derrumbó en mi mente. Mi héroe confesaba que el acto de seguir a las chicas le producía una enorme vergüenza. Era una humillación por la que pasaba para evitar los golpes.

Rickie no dejó de ser mi héroe. Me descubrió los conceptos de discriminación y de espacio seguro antes de que pudiera ponerles nombre. Sirvió de base para fijar años más tarde y con antelación mi punto de vista en debates que se abrieron sobre espacios seguros en los San Fermínos o qué lavabos debían utilizar las personas trans. Porque las historias tienen poder performativo.



@tortuguito@mastodon.social

Introducción a la sección de crianza

Cuando llega un bebé al mundo y te lo ponen en brazos comienza la gran aventura de la crianza. Bueno en realidad es algo que viene de antes. Ya durante el embarazo nos ponen a prueba y bombardean con todas las cosas que hemos de hacer para nuestros bebés . La idea es hablar de todo eso en otro momento, estas líneas son para introducir una sección y darle contexto.

Hemos regalado una vida y toca ver cómo crece, madura, florece.....acompañando. Y no es tarea fácil .

Tenemos un montón de condicionantes que como educadores, sí no sólo madres y padres, también abuelos, tíos y maestros dejamos una huella en la crianza, nos invitan a movernos en un sentido u otro. La sociedad, nuestros allegados incluso gente que no nos conoce de nada nos quieren imponer su punto de vista respecto a cómo educar y criar a nuestros peques y por supuesto, nosotros mismos con nuestras vivencias y nuestro instinto , el día que hayamos pasado, nuestro carácter y el de peques nos damos una direccionalidad.

Desde aquí se aboga por la crianza respetuosa, responsable o positiva. Soy la primera que sabe que cuesta, pero es una decisión que tanto como madre como profesional me parece la más correcta y no me arrepiento. Desde esta óptica se van a abordar diferentes temas intentando dar orientación y alguna idea. También se añadirán cosas desde el punto bio/sanitario, por deformación profesional.

Os dejo un par de cosillas que he encontrado buceando un poco por la Red y aquí termino esta introducción. Espero os sirva de algo y nos veamos en más artículos.

Según Unicef la crianza respetuosa se basa en los cinco ítems siguientes>

- . Crianza libre de violencia.
- . Diversidad, libertad y autonomía .

- . Crianza compartida.
- . Respeto de los derechos de la infancia.
- . Afectividad consciente, educar desde el afecto, percepción del cariño.

La crianza respetuosa es ante todo amor, empatía, respeto, coherencia y un aprendizaje continuo, según crianzarespetuosa.com

Necesitan sentir que les aceptamos. Desde saberse aceptados, respetados y amados incondicionalmente podrán desarrollar todo su potencial, según Míriam Tirado, consultora de crianza y periodista .



Lyrae, febrero 2025.

@Hirundo_sylvatica@masto.es

El sueño del bebé

Cuando nació mi primer bebé acudía a una escuela de yoga especializada en maternidad, recuerdo con cariño cómo íbamos presentando a nuestros retoños según iban llegando y contábamos peripecias de madre primeriza. Nunca se me olvidará. Pasé mi primera noche en vela y les dije que estábamos bien pero con sueño y una de las madres experimentada contestó sin dudar “ser madre es vivir con sueño”. En aquel momento me impactó, ahora, dos maternidades después comparto su punto de vista.

Pero ¿por qué? Mi mente inquieta me ha obligado a indagar y aquí os comparto una breve sinopsis del desarrollo del sueño de los peques para poder intentar entender y respetar también su forma de dormir que, como tantas otras cosas debe ir madurando a lo largo de la infancia.

Hay varios puntos que debemos tener en cuenta.

1. Dormir es un proceso evolutivo que se va adaptando a las necesidades del individuo. Esto es, no duerme igual un feto, que un bebé, un joven, un adulto o un anciano. A lo largo de nuestra vida las necesidades cambian y nuestra forma de dormir también.
2. No se puede enseñar a nadie a dormir. Sólo se puede acompañar el proceso, respetarlo y adaptarse, pues, aunque hay líneas generales cada bebé es diferente y por lo tanto el sueño también lo es.
3. El bebé nace con dos fases de sueño diferenciadas que aparecen ya durante el tercer trimestre de embarazo de forma independiente del sueño de la madre.
4. Entre los 7 y los 10 meses aparecen todas las fases del sueño, como en el adulto.
5. Entre los 5 y los 6 años el sueño ya es muy similar al de los adultos.

6. Durante toda nuestra vida tenemos despertares nocturnos. Cuando somos mayores ya estamos acostumbrados y les usamos para cambiar de postura, arrojarnos etc. sin darnos cuenta.

En el dormir entran muchos temas muy complejos, pero voy a dar sólo un pequeño bosquejo. El sueño de un adulto se divide en ciclos que suelen durar entre hora y media y dos horas. A su vez se compartimenta en distintas fases que van cambiando a lo largo de la noche. Así durante la primera mitad de ésta los ciclos tienen más fases de sueño profundo, para poder descansar más y durante la segunda mitad hay más sueño de tipo REM que es más ligero y se hace más trabajo de tipo mental, se aprende, limpian toxinas del cerebro y esas cosillas.

Se sabe que durante el tercer trimestre de embarazo los fetos también duermen y de hecho pasan la mayor parte del tiempo soñando. Tienen una fase de sueño tranquila y la REM durante la que hacen reajustes neuronales. Es en ésta fase en la que pasan casi todo su tiempo durmiente.

Y entonces nacen y son bebés. Durante el primer trimestre de vida el sueño tiene las mismas fases que durante el final del embarazo, pasan casi todo el tiempo durmiendo, independientemente de que sea de día o de noche y según se duermen entran en fase REM que es en la que están casi todos sus ciclos de sueño para poder aprender mejor. El problema está en que suelen tener despertares tras cada ciclo y a éstas edades suelen durar entre una hora y una hora y media.

Hasta los siete meses se pasa por la época en la que más cambia el sueño de la vida. El bebé no entra ya directamente fase REM. Se empieza a dormir más durante la noche y bajan las horas que pasan durmiendo diariamente. Aparecen además más fases distintas de sueño ligero con ciclos entre la hora y la hora y media de duración. Hay micro despertares entre ciclos a modo de “ensayo”, así que el sueño en este periodo es un poco más inestable, aunque suele volver a conciliarse pronto.

Desde este momento y hasta los dos años aproximadamente es bastante habitual que haya despertares hacia la segunda mitad de la noche y que al bebé le cueste dormirse por un tema de ansiedad por separación.

Me vais a permitir un pequeño inciso a cerca de la ansiedad por separación. La primera infancia es una época de maduración durante la que suceden los cambios más alucinantes y profundos de nuestra existencia. Hasta los nueve meses aproximadamente los bebés no son conscientes de que son individuos diferentes de su cuidador principal. En esa época es en la que se dan cuenta de que no son la misma

persona, son entes diferentes y les produce ansiedad. Es una época de muchas lágrimas. Lloran por miedo a la soledad. Aún necesitan cuidados constantes, saber que alguien está a su lado siempre y por eso lo pasan y nos hacen pasar una época terrorífica. Especialmente por la noche. Eso de caer en un sueño comatoso, sin tener capacidad de supervivencia y no saber si te van a atender es, bueno, lo que genera la temida ansiedad por separación.

Una vez superado éste periodo la forma de dormir se va pareciendo más a la del adulto. La última gran crisis se suele dar con los terrores nocturnos, sonambulismo etc. Que se dan por un déficit de sueño cuando dejan de dormir la siesta alrededor de los tres o cuatro años.

Y así ya entre los cinco a seis años debería ir ya todo como la seda. Me refiero a dormir del tirón por las noches, excepto en contadas ocasiones por algún refriado, nervios o algo así. Si bien es cierto que a la hora de acostarse un cuento, canción de cuna, música suave, ruido blanco o luz suave ayudan a relajarse y dormir mejor. Tampoco es algo que le venga mal a un adulto sin olvidar que cada persona es diferente y tiene sus propios patrones de sueño.

Hasta aquí llegaría este mínimo resumen de la evolución del sueño del bebé. Espero haber ayudado un poco a entender el porqué de tanto despertar y de que los pequeños nos obliguen a dormir a base de siestas.

Mucho ánimo a quienes estáis “viviendo con sueño”, es una etapa muy dura pero es parte del desarrollo y no hay píldoras mágicas. Paciencia, ayuda de nuestro círculo de apoyo, amor y respeto creo que son las claves para sobrevivir a este periodo.



Lyrae, febrero 2025.

@Hirundo_sylvatica@masto.es

A lo mejor no te lo habían dicho antes...

...pero no tienes que ser la mejor

Nota de la autora: En este texto se usa el femenino genérico.

En los últimos tiempos he pensado mucho en los derechos. En concreto, en que no se acaba de entender todavía lo que es un derecho. Por eso, cuando hablamos del derecho al trabajo digno, por poner un poner, fastidia mucho más que una titulada universitaria con dos máster y 4 idiomas viva bordeando el umbral de la pobreza que si lo hace alguien que se las apañó para acabar la ESO (o ni eso). Por eso, también, cuando hablamos de los derechos de las mujeres tendemos a señalar a las referentes, a las que consiguieron lo imposible, y llenamos las paredes de los institutos de *Marie Curies*. Casi podría parecer que la señora que arrastra el carrito por los pasillos limpiando las aulas no tiene los mismos derechos en tanto que mujer que Marie Curie porque no ha conseguido dos premios Nobel. A donde quiero ir a parar es que los derechos no son una cuestión de meritocracia o de caridad, que no hay un tribunal popular que tenga la potestad de juzgar quién sí y quién no merece ser tratado con dignidad.

Creo que esto es algo que al sistema le interesa, claro. Si la meritocracia es real (*spoiler*: no lo es) puedo encontrar sentido a lo que pasa en el mundo: yo tengo lo que tengo porque me lo he ganado y quien recibe reveses de la vida es porque se lo ha ido buscando (menos cuando me pasa a mí, que hay que ver qué injusto es el mundo). Además, esta idea hace que estemos más pendientes de juzgar si alguien merece o no tener algo que de unirnos para conseguirlo todas.

Por si eso fuera poco, emplea otra manera bastante efectiva de separarnos: nos pone a competir. Nos hace compararnos con quien lo hace mejor que nosotras y, si tenemos las fuerzas, nos incita a guerrear por ese primer puesto (si no las tenemos se nos condena a quedar atrás, entre las *fracasadas*). Se nos transmite que hay que intentar darlo todo siempre y que hay ciertas cosas que solo tienen sentido si vas a estar entre las mejores. Y mientras estamos compitiendo, en efecto, no colaboramos.

Hace algún tiempo escribí unos versos que me permito compartir aquí contigo:

«Hay quien nace para brillar bajo los focos
y otros nacemos para iluminar rincones
que también merecen luz.»

Creo que es así. No le quito mérito a las personas que consiguen lo imposible y que logran inspirar a generaciones enteras, pero somos las luciérnagas las que construimos el mundo. Somos las que cuidamos de nuestras amigas y vecinas, las que inspiramos y educamos a las nuevas generaciones, las que nos contamos chistes cuando necesitamos reír y las que nos prestamos pañuelos cuando no podemos evitar llorar. Somos las que trenzamos comunidades, lo que, hoy por hoy, me parece que es lo único que nos permite soportar la vida sin perder del todo la salud y las ganas de vivir.

Me permito extrapolar esta reflexión a nuestro querido Fediverso. Durante las migraciones ocasionadas por el declive de las grandes redes sociales he visto cómo se comparaban cifras de usuarios, de actividad, de interacciones... Pero es que no importa. No necesitamos ser la comunidad más grande, ni la más popular, ni la más divertida (ya sabéis que Mastodon no es divertido :P). Lo que importa es que seamos una comunidad, un lugar de encuentro en el que tejer redes y darse apoyo, compartir información, arte, aprendizajes... Y creo que eso lo somos. Probablemente no vayamos a ser la mejor red social en ningún ranking pero, ¿qué más da eso? (Por no hablar de quiénes hacen los rankings y con qué intereses).

Así que, por si no te lo habían dicho antes: no tienes que ser la mejor. En nada. No hace falta. Eres suficientemente buena siendo como eres y los gestos de amor, cariño, cuidado y lucha que llevas a cabo cada día dejan su huella. No te dejes vencer por el derrotismo y la desesperanza.

Seguimos batallando desde los bordes e iluminando los rincones. Juntas.



Por Bettie @Bettie@masto.es



El arcoíris de Jaime

Jaime, es un adolescente de 16 años que está cursando la preparatoria. Vive junto a sus padres y tres hermanos, siendo este el menor de la familia. Cuando los deberes no lo aprietan, disfruta de leer historietas de superhéroes y ver series.

En la escuela, Jaime no tiene muchos amigos, y no es porque no le guste socializar; todo lo contrario. Lo que ocurre es que siente que no encaja en cualquier lugar: A diferencia de los chicos de su edad, él es tranquilo, reservado; muy aplicado en los estudios y no le gusta meterse en problemas. Mientras la mayoría tiene su primer amor, Jaime se mantiene a raya; no ha encontrado alguien que le llame la atención.

Hasta que un día, regresando al salón de clases después del receso, se choca de frente con Víctor, un chico de 17 años de un grado superior al suyo, que había ingresado a la escuela hace un par de semanas.

—Lo siento, compa. Venía de prisa y no te vi —se disculpó.

—Tranquilo, nadie es inmune de chocarse con alguien en los pasillos de la prepa —rió Víctor, tomando con humor lo sucedido.

—Gracias por entender. Por cierto, soy Jaime.

— Yo Víctor; ¡Mucho gusto! —respondió estrechándole la mano.

—¿En qué sala estás, Jaime? No recuerdo haberte visto antes.

—Primer año, sala A. Yo tampoco recuerdo haberte visto.

—Supongo que es porque soy nuevo; empecé hace dos semanas aquí —comentó Víctor, de aire jovial y voz serena.

—Oohh, eso explica todo —rió tontamente Jaime. Un rector se acerca a los chicos, avisándoles que debían regresar a sus salones. Se despiden, prometiendo volverse a encontrar en el mismo sector. Y así lo hicieron, comenzaron a reunirse en el horario de receso, en el mismo pasillo donde se conocieron. Pasaron semanas, después meses, tiempo suficiente para que Jaime y Víctor forjaran una bonita amistad.

Un día en el que se hallaba estudiando en su habitación para un examen de matemáticas, Jaime se puso a pensar en todo lo vivido con Víctor, desde el primer

momento en el que lo vio hasta ese entonces; recordando las conversaciones sobre comics y series en el pasillo del instituto, ya que ambos poseen intereses similares. También recordó las veces en las que se reunieron fuera de la escuela, cuando estudiaban juntos algo que el otro no entendía bien; las visitas donde se quedaban a dormir en la casa de alguno, incluso conversaciones serias que tuvieron donde se aconsejaron mutuamente. Fue allí que llegó a la conclusión de que lo que sentía por Víctor, era mucho más que un cariño amistoso; empezó a gustarle a nivel romántico, reconociendo que quería estar con él como pareja.

De repente se sobresaltó: ¿Cómo le explicaría a su gran amigo aquellos sentimientos? Pese a su corta edad, Jaime tenía consciencia sobre el rechazo, pues había sido testigo de como las chicas rechazaban a sus compañeros cuando estos se les declararon frente a todo el instituto. Pero Jaime no le temía al rechazo; temía no ser comprendido por sentir diferente a esos muchachos de su salón. Confundido, decidió ir a dormir porque ya era casi la medianoche. Posiblemente, luego le pediría consejo a un hermano. Una vez se dejó caer en la cama, el cansancio lo venció.

Esa noche, tuvo un sueño hermoso y mágico, de esos que si lo cuentas nadie te creería: En el sueño, Jaime se encontraba en una tierra desconocida que le recordaba a los cuentos de hadas que le leían de niño, y en los que aún seguía creyendo. Empezó a caminar por aquel sitio que se trataba de un bosque, siguiendo el aroma de unas flores que lo habían cautivado; así que decidió guiarse por el olfato para dar con el origen de tal dulce fragor.

Minutos después, lo detuvo la voz cálida de una mujer. Miró en todas las direcciones para encontrarla, y al fin la vio: Un hada con un vestido dorado y alas plateadas cuyo brillo se reflejaban con la luz del sol, estaba de pie frente a él.

—¡Hola, Jaime! ¿Cómo estás?

—Hola, hermosa criatura. Estoy bien... pero... ¿Cómo sabes mi nombre? —Preguntó un poco desorientado.

—Lo sé porque soy un hada, y las hadas sabemos muchas cosas.

—¿De verdad?

—De verdad, joven. También sé de tus sentimientos hacia tu amigo, quien es un buen chico, por cierto.

—Lo sé, hada; supongo que eso es lo que me atrajo de él.

—Te atrajo su calidez, sencillez; madurez, y una paciencia que no todos los adolescentes de esa edad la tienen desarrollada.

—Lo describiste muy bien, hermosa hada. Necesito que me digas algo: ¿Cómo le explico a Víctor lo que siento? —El hada le sonrió, liberando polvo feérico de manera involuntaria. Toma las manos del adolescente y mirándolo a los ojos, le dice lo siguiente:

—Jaime, la mejor forma de declarar tu amor es siendo tú mismo. Exprésalo con las palabras que dicte tu corazón. Está bien que tengas miedo, pues es la primera vez que te atrae alguien de verdad; es comprensible que temas ser rechazado o incomprendido. Aunque, tienes que saber que el miedo también es importante, puesto que en estas experiencias nos permite madurar, y tú eres un capullo que lentamente está floreciendo; y para florecer tienes que experimentar, para experimentar tienes que sentir, y para sentir tienes que vivir. A veces, el miedo es como una tormenta que nos atrapa; una tormenta que cuando finaliza, somos recibidos por los rayos del sol que nos alumbró, abrigando cada partícula de nuestro ser. O también, puedes ser recibido por un hermoso arcoíris, como ese; ¡Mira! —Le dijo el hada entusiasmada. Al levantar la mirada, Jaime se topó con un bello arcoíris que empezó a expandirse en el cielo.

—Muchas gracias por tus palabras; no sé cuál será la respuesta de Víctor, pero no dejaré que mi miedo a lo malo sea más fuerte que yo.

—Con mucho gusto, Jaime. Estoy muy orgullosa de ti por intentarlo. ¡Buena suerte! —Exclamó el hada.

Acto seguido, agita su varita mágica, y Jaime vuelve poco a poco a la tierra, despertando al amanecer.

—¡No manches! ¿Qué fue lo que acabo de soñar? —Pensó, a la par que se arreglaba para ir al instituto.

En el horario de receso, se reunió con Víctor en el patio, y no perdió segundo y le confesó todo: —Víctor... te conozco desde hace varios meses y te has ganado mi confianza; te convertiste en mi amigo, en mi brother, hemos compartido tantas cosas. Y además... seré directo: Lo que siento por ti es más que el cariño de dos mejores amigos: Me gustas, Víctor; eres la primera persona que me gusta en mi corta vida y no sabes lo bonito que se siente. Sé que tal vez no comprendas lo que yo siento, porque mi forma de sentir amor es diferente a la de muchos chicos del instituto; pero quiero que sepas lo que siento por ti.

—Conmovidó, Víctor limpia las lágrimas con una servilleta que traía en su bolsillo del uniforme, y responde a la declaración:

—Jaime, dicen que soy uno de los chicos más estudiosos de mi salón; por algo me apodaron el Nerd, y no me molesta. Otra cosa muy diferente es el amor, para declarármele a alguien soy muy tímido. Pero ahora que me dices esto, quiero que sepas que siento lo mismo por ti: Desde hace días estuve pensando en esto, y me di cuenta de que me gustas mucho. No sabía cómo decírtelo, y cuando me confesaste tus sentimientos, me sorprendió, porque no imaginé que eso se hiciera realidad. Me haría muy feliz tener una relación contigo, ser novios. No me importa el qué dirán, porque la gente siempre encontrará un motivo para criticar. En fin, estos sentimientos son recíprocos, Jaime.

—Emocionados, los chicos se abrazan, más fuerte que nunca. De forma inesperada, comienza a llover y los que estaban en el patio se van, pero Jaime y Víctor no se inmutan. Menos de un minuto después, la lluvia cesa, siendo reemplazada por un reconfortante sol. Cuando Jaime levanta la mirada, se percata de que hay un arcoíris muy visible cubriendo el cielo. Al unísono con el primer beso de los chicos, se aclara la silueta de un hada que le da forma al arcoíris del amor.

Fin.



Por Mélfzefynn; @Mel_Zefynn@mast.lat

Los justicieros del amor

En un lugar muy lejano, existen tierras donde habitan todo tipo de seres mágicos. Aunque cada quien tiene su sitio, todos conviven en paz y armonía, sin importar la especie.

Uno de estos sitios mágicos es la tierra de las hadas, conocida también como Fairyland. Allí se encuentran todo tipo de hadas, desempeñando el papel que le corresponda a cada quien.

Pero en esta historia, voy a hablarles de un hada en particular, que es nada más y nada menos que la princesa de las hadas. Como princesa, esta linda hadita amada por los habitantes de Fairyland, desempeña muchas funciones. Las más destacadas son cuidar la naturaleza, sanar y defender el amor en todas sus formas habidas y por haber, siendo considerada un hada justiciera. Cuando las cosas se ponen difíciles, enfrenta a los enemigos usando armas como la daga, el arco o la espada que a veces es creada con la propia luz. Cuando no es menester un arma, utiliza el don de la palabra para que el enemigo entre en razón.

Un día, sus padres le contaron algo terrible: Su tío, el hermano de su papá, estaba preso en un lugar oculto. Su carcelero era un hada oscura que repudiaba el amor, sobre todo el amor entre dos seres del mismo género, y se dedicaba a capturar a los homosexuales para hacerles mucho daño. Entre ellos, el hermano del rey de Fairyland.

Furiosa porque este señor seguía cometiendo crímenes imperdonables y triste por la situación de su tío al que nunca había podido conocer, decidió hacer algo al respecto. Con ayuda de los dioses, localizó el lugar oculto donde el tío y muchos homosexuales estaban presos. Luego, respiró profundo para juntar fuerzas, tomó sus armas porque presentía que esa misión sería muy complicada, reunió a toda su gente y se puso en marcha.

Al llegar a la cárcel, se hicieron invisibles con la magia y entraron, disfrazados de una fuerte ráfaga de viento que hizo caer a los guardias al suelo. Una vez dentro, la princesa buscó a su tío, quien de inmediato la reconoció. Él sabía de su existencia porque se lo contó aquel villano, pero le dijo repetidamente también que nunca volvería a ver a su familia ni a conocer a sus sobrinos.

—Hola, tío. He venido a salvarte. No te preocupes, no vine sola. El que está junto a mí es mi hermanito.

—Le dijo la princesa, abrazando a un hada casi adolescente con todo el amor del mundo.

—¡Por las barbas de nuestro creador! Ustedes son los hijos de mi hermano, a los que nunca pensé que conocería.

—En efecto, somos nosotros, y hoy hemos venido a liberarte a ti y a todos esos hombres y mujeres que cumplen una condena injusta. —Sonrió la princesa. Acto seguido, ella y los suyos les quitaron las cadenas a los presos, quienes les agradecieron con lágrimas en los ojos, sin antes hacerles una reverencia a los príncipes de Fairyland.

Cuando estaban a punto de escapar, apareció el hada oscura que dirigía toda la operación.

—¿Qué creen que hacen? —Dijo ferozmente.

—Liberando a esta gente inocente, señor. —Le respondió la princesa hada con calma.

—¿Y quién te da el derecho de soltar a esta gente indigna? —Le preguntó el ser oscuro, mirándola fijamente para intimidarla, cosa que no logró porque la princesa fue entrenada para evitar ser asustada por este tipo de miradas.

—La verdadera pregunta aquí es: ¿Quién te da el derecho de encerrar a tantos seres que no han cometido ningún delito? —Lo enfrentó la princesa.

—Sí lo han hecho, niña. Amar es un delito, sobre todo cuando son amantes del mismo género: Dos hombres o dos mujeres no pueden estar juntos. —Luego de haber escuchado esas palabras de odio, a la princesa se le hirvió la sangre. Aun así, intentó dialogar con él.

—Señor, el amor no conoce de género, cultura, frontera o especie. Dos seres se pueden amar sin importar si son dos hombres o dos mujeres, y su amor es tan válido como el amor que se tiene la pareja compuesta por un hombre y una mujer. Es injusto que todos ellos estén encarcelados y sean torturados cuando no le han hecho daño a nadie. Lo único que quieren es ser felices. Déjelos ir, por favor. —Ni lo sueñes, estúpida. Digas lo que me digas no me harás cambiar de opinión. Ahora, apártate tú y

llévate a los tuyos, que debo seguir casando homosexuales para que paguen por sus crímenes. A menos que quieras formar parte de esta prisión por estar de su lado.

—Entonces, el villano se le acercó para atraparla, y con un movimiento audaz, ella sacó su daga y lo atacó. Eso lo hizo retroceder, permitiendo que los amigos-ayudantes de la princesa se prepararan por si era necesario defenderla.

—No toleraré su odio un segundo más. Vas a pagar por cada uno de tus maltratos. —Dijo la princesa. El hombre intentó hierla, pero en su lugar recibió muchos dagazos y espadazos de parte de la princesa y sus amigos-ayudantes. Al darse cuenta de que él no iba a cambiar de ninguna forma, la princesa lo ejecutó con una espada de luz, convirtiéndolo en cenizas. Luego de acabar con el jefe y todos sus malvados guardias, los príncipes y sus seguidores hicieron desaparecer ese macabro lugar.

Después de agradecerles infinidad de veces, los ex prisioneros fueron llevados a sus hogares, así como el tío de los príncipes volvió al suyo: Fairyland. Allí lo recibieron con los brazos abiertos y mucha alegría. Su hermano, el rey, lo abrazó fuertemente, sin poder contener la emoción de tener a su hermano devuelta.

Los reyes felicitaron a sus hijos por realizar una hazaña tan valiente, y a la princesa por dirigirla con madurez.

A partir de ese día, ya no se habló más de Homofobia en esas tierras.

Fin.



Por Mélfzefynn; @Mel_Zefynn@mast.lat

Amnesia

Me desperté con amnesia en el peor lugar imaginable: una nave espacial a la deriva.

Además, tenía la peor compañera de viaje posible: una Inteligencia Artificial que odiaba a los humanos y quería asesinarme.

¿Cómo sobreviví? Nos hicimos amigas. Las dos nos sentíamos muy solas.

Minotauro

Harto de fingir ser algo que no era, el Minotauro se puso su mejor vestido de lentejuelas, tacones altos y una peluca ecológica, y abandonó el laberinto.

El guardián

El guardián que protegía la cripta era un monstruo viejo, triste y moribundo.

Se lo llevaron a casa y lo cuidaron con cariño el resto de sus días.

Murió feliz.



Pablingo

@pagarcia@mastodon.social

La casa desnuda

Entramos y el olor a aceite de la máquina de coser y las mermeladas nos dan la bienvenida.

Mis padres y los tíos ya habían arreglado todo, pero había que desvestirla.

Cada uno de nosotros tenía una historia escrita en alguna parte de esa casa.

Detrás del bargueño, estaba el agujero por donde se veían las capas de papel hasta llegar a la pared, me llevé un pedazo de cada uno, no pude llevarme la última capa, esa que yo solo conocía; algunos primos, los más chicos no pudieron llevar nada de ese pequeño tesoro.

En el fondo estaba la escalera construida por él, sobre el muro lindero, esa escalera que nos daba como premio los nísperos del vecino, ahora solo llegaba a un muro blanco alto, muy alto. La bajé y la dejé acostada en el piso, eso fue mi despedida

Ser

Tirarse al piso, rodar, ensuciarse, transpirar de tanto correr a ningún lado, hacer equilibrio en un tronco, mirar como las olas vuelven al mar por encima de tus pies, marearse... marearse para el otro lado pensando que se va arreglar la primer mareada

... correr las palomas intentando agarrarlas, esconderse en el ropero y ver el polvo en el rayo de luz que entra por la rendija, tomar agua de la canilla sin poner las manos, hacer globitos con la saliva, tragarla y atorarse de tanto reír...

Eso, tan simple y tan complejo, ser niño.



Álvaro González Novoa
@alvin@veganism.social

Un mastodonte entra en una cacharrería

Un mastodonte entra en una cacharrería y, a pesar de sus andares pausados, no puede evitar llevarse por delante algunas figuritas de Lladró, un Sagrado Corazón de escayola, la escupidera de porcelana de Meissen. El comerciante, horrorizado, busca al cornac, pero no hay cornac alguno. Los mastodontes son independientes.

—Lo siento —dice el mastodonte, un poco avergonzado—. Solo quería comprar ese juego de té del escaparate.

—¡Está bien, está bien! Pero, al menos, podrías haberte arrimado al lado izquierdo de la pared. Así habrías roto los botijos, que no los compra nadie.

—Ah, ¿es que tiene botijos? ¿No me vendería un par? Son muy ecológicos, ¿sabe? ¡Y lo que se ahorra uno en refrigeración y botellas de un solo uso!

—Claro. ¿Algo más?

—Ese perrete de ahí. Y un gato para que le haga compañía. Me gusta mirar gatos los sábados.

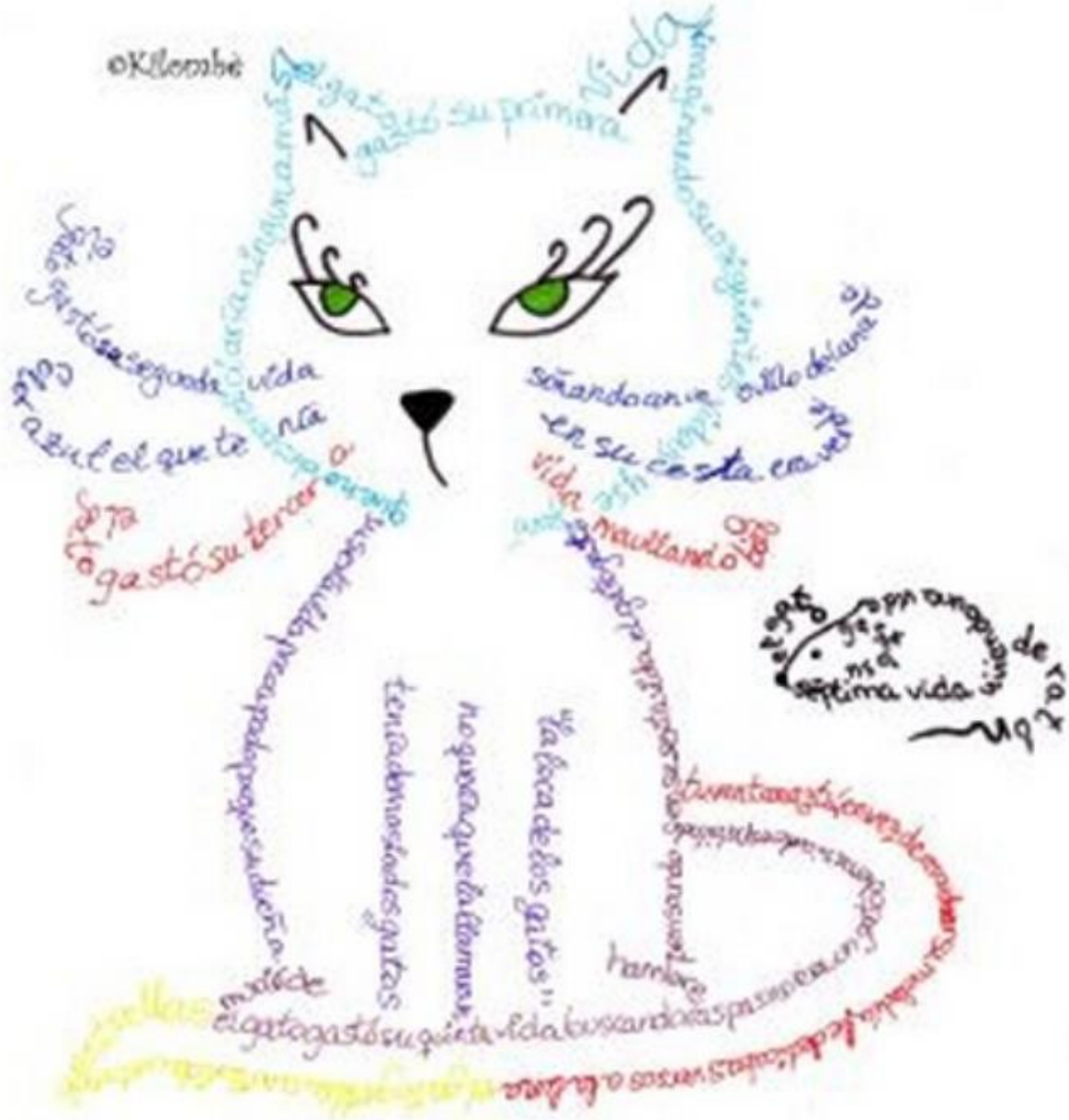
—Querrá que se lo envuelva todo muy bien, supongo... No sea que se le rompan...

—Sí, claro —sonríe el mastodonte, indiferente al sarcasmo del tendero—. Este para la tía Paquita, este para la prima Hortensia, este para mi amigo Trankten...

Cargando el paquete en su trompa, con sus andares basculantes y pausados, sonriendo entre sus inofensivos colmillos, el mastodonte vuelve a casa.



Vidas



El gato gastó su primera vida imaginando sus siguientes vidas. Y se juró que no desperdiciaría ninguna más.

El gato gastó su segunda vida soñando con un ovillo de lana de color azul. El que tenía en su cesta era verde.

El gato gastó su tercera vida maullando bajo tu ventana. Y tú, en vez de escuchar su melodía, le dedicabas versos a la luna...

El gato gastó su cuarta vida contando estrellas.

El gato gastó su quinta vida buscando raspas. No era un gato demasiado espabilado. Murió de hambre pensando en su sexta vida.

El gato gastó su sexta vida preocupado porque su dueña tenía demasiados gatos. No quería que la llamaran «la loca de los gatos».

El gato gastó su séptima vida viviendo una vida de ratón.



@kilombe@mast.lat

Cuentos de un mundo descosido: origen

Cuentan que el menor de 365 hermanos tuvo que seguir la tradición familiar de diseñar su propio universo.

Él era el último y el más pequeño así que sólo contaba con las sobras de lo que habían usado sus hermanos, y con todo lo que habían desechado por inútil.

Ante la risa burlona de los demás dioses que estaban muy orgullosos de sus propias creaciones, este dios que, aunque era bienintencionado, también era un poco torpe, comenzó su tarea.

Uniendo los retazos hizo estrellas, galaxias, planetas, satélites e incluso gente. Como era un costurero mediocre, y el hilo era de mala calidad, a menudo se le rompían las estrellas y quedaban feos agujeros en su lugar.

Sin desesperarse prosiguió con su tarea. Su mundo era desmesuradamente enorme y desgarrado, pero él había llegado a amarlo...

Sus hermanos le advirtieron que las costuras eran frágiles y que no resistirían, pero él les ignoró. Después de todo bastaba con remendarlo a medida que se descosía. Y así sucedió : durante eones y eones el pequeño dios se la pasó remendando su gigantesco, y deforme pero amado, mundo descosido.



@irisvankirsten@fedi.lat

Cómo estar informado de lo que sucede en Europa

Bruselas. Reunión ministerial de alto nivel. Un coche oficial llega, el ministro se baja, hace unas declaraciones a la prensa, con varias banderas de fondo, y entra al edificio.

Y así 27 veces, una por cada ministro. Y el mes que viene, igual.



Sí, quizá a la política europea le falta un poco de *storytelling*. Pero hay que reconocer que a los corresponsales en Bruselas no les ponen las cosas fáciles cuando se trata de buscar imágenes que ilustren la actualidad europea. Los temas cambian, los personajes, al cabo de los años, también. Pero el ritual permanece y con él esa sensación de que estamos siempre viendo lo mismo.

La información europea tiene muchos más colores, sabores, y formatos, y merece la pena explorarlos. En este artículo he seleccionado tres iniciativas (2 newsletters y 1

podcast), que ayudan a entender Europa desde tres perspectivas diferentes. Primero, la Europa política (la que los medios llaman “Bruselas”). Después, la Europa que es la agregación de los países que la forman y de sus características particulares. Por último, la Europa que formamos los ciudadanos, en la que las relaciones personales vencen a las fronteras.

Abrimos con “**What’s up EU**”, una newsletter semanal escrita a caballo entre París, Londres, y Bruselas. Dos cosas la hacen especial:

- El foco. No es un batiburrillo de informaciones, sino que entran en detalle en un tema principal.
- La didáctica. Lo explican de forma sencilla y breve, sea la crisis de la industria automovilística europea, la simplificación administrativa, o la geopolítica de la inteligencia artificial. Contextualizan las declaraciones de los líderes europeos, y muestran el impacto de la postura europea en el contexto mundial.

-- “What’s up EU”: <https://whatsupeuenglish.substack.com/> --

Como apuntábamos, a veces a la Europa política se la llama “Bruselas”. Aun así, el ojo entrenado puede distinguir si el hemicycle que muestran en televisión es en efecto el de Bruselas (el marrón, el de las sesiones intermedias), o el de Estrasburgo (el azul, el de los plenarios). Europa, sin embargo, es mucho más que las instituciones.

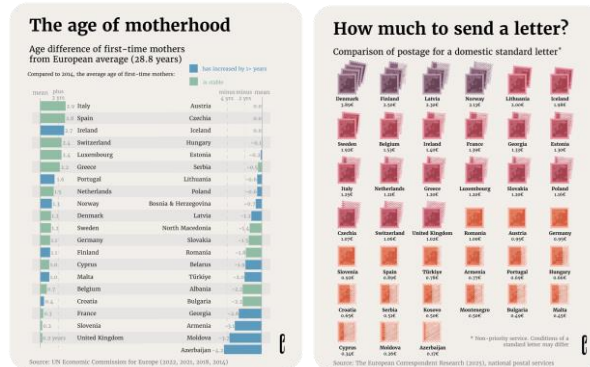
El mejor vehículo para saber lo que pasa en los países de toda Europa es “**The European Correspondent**”. Es un proyecto reciente (de 2022) y coral (colaboran 140 periodistas). Cada día de la semana se centran en una zona del continente (Norte, Sur, Este, Oeste, o Centro) y eligen las historias más relevantes de cada área.

Hay temas que son más comunes de lo que parecen. Por ejemplo, en uno de los últimos números se menciona el aumento de osos, lobos y linces en los bosques de Suecia, Rumanía, Letonia y Eslovaquia. Varios países estarán en una situación similar y les vendrá bien saber lo que sucede en otros sitios.

Algunos temas son muy particulares de una región, y puede ser muy importante que se entiendan también desde lugares distantes. Por ejemplo, cómo gestiona Finlandia su larguísima frontera con Rusia es un problema particular finlandés que afecta a todo el continente. Los límites de The European Correspondant son geográficos, no políticos, y por tanto nos informará del arresto del alcalde de Estambul, de las tensiones generadas dentro de Serbia por la República Sprska, y de la posible resolución del conflicto entre Armenia y Azerbaiyán.

Combinan dos formatos: artículos propios, y resúmenes de contenido de otros medios, comentados por sus corresponsales. Prestan especial atención a las visualizaciones de datos, tanto que han editado un pequeño libro con las más interesantes de estos años.

Cada día, cierran con una recomendación cultural europea (un libro o una canción).



-- The European Correspondent: <https://www.europeancorrespondent.com/> --

Volvemos a Bruselas. Acaba la reunión que abría este artículo y salen los ministros. Cada uno de ellos va a hablar con los medios de comunicación de su país, en su idioma, para darles su visión de lo que ha ocurrido.

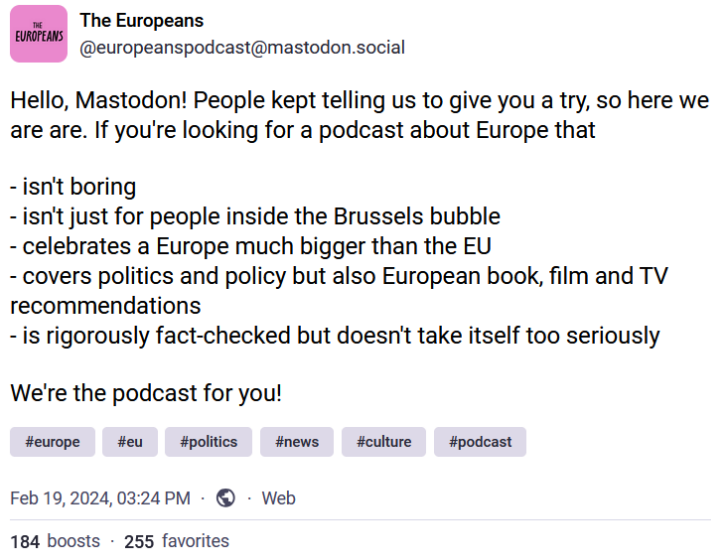
Esa visión nacional es la que los medios luego amplificarán en cada país. No la voz común europea, sino la voz particular de su ministro. Cuando toque echarle la culpa a Europa, se le echará. Cuando toque cantar las alabanzas, en cambio, serán las del propio país. La visión de Europa está siempre mediada por la política nacional: estamos en manos del ministro de turno.

El mejor antídoto para esto es el podcast **The Europeans**. Primero, no escuchemos a los ministros. Y segundo, hablemos de Europa en conjunto.

The Europeans nació en 2017 como un proyecto de dos amigos, profesionales de la comunicación y el espectáculo, que salieron del Reino Unido y siguieron en contacto, uno en Amsterdam (Dominic Kraemer), y otra en París (Katy Lee).

Abordan los temas serios con informalidad, y los informales con seriedad. En episodios recientes han tocado tanto las elecciones alemanas como el club de baños fríos de Amberes. Han hablado de la crisis transatlántica y también del culebrón del árbol de navidad del Vaticano. Tienen capítulos especiales donde hacen periodismo de investigación, siempre con un poso optimista.

The Europeans están en Mastodon. Cuando se hartaron de caminar en la podredumbre de Twitter, empezaron a buscar rutas alternativas. Varios de sus seguidores sugerimos Mastodon, que ellos no conocían. ¡Y les encantó!



-- The Europeans: <https://www.europeanspodcast.com/> --

Estos son tres ejemplos de periodismo paneuropeo fundamentales para estar enterados de cómo funciona la Europa institucional, la Europa de los diferentes países, y la Europa de la ciudadanía.

Hay muchas otras opciones. Aquí va una lista para que cada cual encuentre el medio europeo que mejor se adapte a sus gustos o interés.

Voxeurop – Periodismo europeo independiente en múltiples idiomas (muchas veces sus artículos están disponibles también en español). Es una cooperativa europea con miembros en más de 30 países. Suele realizar piezas en profundidad.
<https://voxeurop.eu/en/>

Long Story Short - ¿Quieres saber en 5 minutos cual es la noticia europea de más relevancia? Ese es el trabajo de Evi Kiorri y su podcast.
<https://www.europod.eu/podcast/long-story-short/>

The Conversation – Aquí sólo escriben autores afiliados a alguna institución académica. Así se obtiene rigor académico con estilo periodístico. Una de sus newsletters está dedicada a Europa. <https://theconversation.com/europe>

EU Observer – Periodismo sin ánimo de lucro acerca de la UE financiado por los lectores desde el año 2000. <https://euobserver.com/>

Euractiv – Su web tiene versiones en 10 lenguas diferentes. Cuenta con gran variedad de newsletters en varios idiomas, enfocados a la actualidad institucional europea. <https://www.euractiv.com/newsletters/>

European Politics and Policy at LSE – La London School of Economics hace su propio resumen de la actualidad europea, con un enfoque académico. <https://blogs.lse.ac.uk/europblog/>

Investigate Europe – Periodismo de investigación a cargo de un equipo de varios países europeos. <https://www.investigate-europe.eu/>

MediaFaro – Una iniciativa sin ánimo de lucro que selecciona las historias más relevantes de otros medios. Y las promociona, por ejemplo, en Mastodon. <https://mediafaro.org/>

European Geopolitical Journal – Una pequeña newsletter de gran calidad, analizando las consecuencias internacionales de los movimientos europeos. <https://europeangeopoliticaljournal.substack.com/>

InQ-On-Politics – Otra newsletter modesta, que analiza la actualidad siempre comparándola con los valores europeos. - <https://inqglobal.substack.com/>

Por último, quizá la newsletter más pequeña de todas las citadas aquí. Con poco más de 200 suscriptores, la mía propia, **The European Perspective**. Escribo historias de gente y temas europeos, con patas en tres o cuatro países. Busco responder a la pregunta de si existe una forma propia de entender el mundo, una perspectiva europea. <https://europeanperspective.news/>

¡Enriquece tu buzón con la mejor información paneuropea!



Rafa Font
[@rafa_font@mastodon.online](https://mastodon.online/@rafa_font)

Aura

Me desperté con la luz azulada que entraba a través del ventanuco. Mientras me desperezo frente al tocador, el no-tan-innecesario espejo me devuelve la imagen de un ser con el pelo fosco, encrespado, con medias lunas purpúreas descansando bajo las pestañas inferiores.

Me dirijo a la cocina. Mientras me preparo la maravillosa comida deshidratada, fijo la vista en el dispensador de las dosis individuales de MDMA. ¿Cuánto tiempo llevo sin usarlas? Recuerdo, durante los entrenamientos en Tierra, que nos obligaban a inyectarla para evitar la posible ansiedad producida por el miedo a lo desconocido, para poder abordar las situaciones límite con calma, para no caer en la locura. Ja. La locura era pasarse horas bajo los efectos de esa mierda. Lo único que me producía estrés era estar allí con esa gente, en la Tierra. No la he inyectado desde entonces. Aquí, la tranquilidad y la paz es igual que la oscuridad: inmensa.

Un leve pitido del compartimento me indica que es hora de ponerse en marcha. Me dirijo a la cabina de control y repaso las anotaciones del día anterior: corrijo, borro, modifico, añado. ¿Alguien lo va a leer? Da igual, se lo prometí a má y a pá. Introduzco las coordenadas del próximo planeta a explorar y disfruto del corto viaje: oscuro, pequeños fragmentos de roca a esquivar, nuevos descubrimientos en el radar que guardo en la consola. Pienso qué estoy haciendo. Por qué. ¿Es culpa de la insatisfacción de no haber obtenido respuestas a mis preguntas cuando era tan solo una niña? Veía películas y noticias donde los extraterrestres siempre eran zoomorfos o humanoides. ¿Acaso no existían formas de vida inteligente con formas diferentes, nuevas para el ojo humano? Como en «Solaris», aquella novela de un tiempo tan lejano donde todavía eran los humanos los que escribían las historias. El aterrizaje me saca de mis pensamientos. Nuevo planeta, parece inmenso. Estaré unos cuantos días, aunque el tiempo en cada uno, en cada galaxia, es diferente.

Me pongo el exotraje, compruebo la carga de oxígeno y todos los componentes que

me mantienen a salvo, aunque la consola no lo detecta como un sitio hostil. Exotraje, visor de escaneo, cierro las compuertas y salgo a la aventura. Recolecto material de supervivencia con la multiherramienta. ¿Vale la pena todo este sacrificio? Es el pensamiento más recurrente, mi eterno compañero de viaje. El escáner muestra los habituales puntos verdes (flora) y rojos (fauna). Híbridos extraños que ni siquiera la máquina más moderna de IA hubiera imaginado. De repente, veo un punto marrón. ¿Marrón? Es la primera vez. No deja de salir el mensaje «Objeto no identificado». Me voy acercando más hasta distinguir... algo. No sabría describirlo, se parece al destello de una estrella, a un fuego fatuo balanceándose. El escáner sigue sin reconocerlo. Estoy a escasos centímetros, da la impresión de que me ve, aunque no le veo ojos. De que me huele, aunque no le veo nariz. Se para en seco ante mí. Fotografío con el visor de escaneo. El ambiente entre ambas partes es de tranquilidad. Nos quedamos unos minutos mirándonos, o lo que creo que es una mirada de su parte. Silencio absoluto. A lo lejos hay más «destellos» como este. ¿Esta? ¿Esto? No les hago caso, me tiene como hipnotizada, absorta ante su presencia.

Y, entonces, comprendo y las lágrimas recorren mis mejillas tras el casco.



@aud@frikiverse.zone

Constitución

—Vamos a empezar —dijo Roger Bartlett después de recogerse el pelo con un pequeño palo de madera.

Estaba anocheciendo y en aquel lugar recóndito y abandonado soplaba un fuerte viento que parecía que fuera a apagar la hoguera alrededor de la que Roger Bartlett se había sentado junto a las pocas decenas de seguidores que habían sobrevivido a *la persecución*. Además, Roger Bartlett necesitaba concentrarse en lo que tenía que decir, y el vaivén de su propia melena al viento le dificultaba enormemente la concentración.

La guerra había terminado, si es que a aquello se le podía llamar guerra. Más bien había sido una masacre, una huida desesperada que había conducido a Roger Bartlett y al resto de supervivientes a aquellas montañas. Una masacre en la que los zahranianos habían estado muy cerca de acabar con todos aquellos a los que llamaban “ímpíos”. Una masacre que no había sido otra cosa que el último capítulo de las interminables confrontaciones, intentos de exterminio, de limpieza, de dominio, que se remontaban a los tiempos más remotos.

Hasta donde llegaba la memoria colectiva, todos los Roger Bartlett, incluso desde antes del *largo viaje*, habían sido objetivo de los diferentes grupos religiosos que, a la larga, habían desembocado en el culto a Zahran. El primer Roger Bartlett, de hecho, ya había tenido problemas con los financiadores de su proyecto, la Nueva Noé, que habían sido, precisamente, quienes le habían obligado a aceptar la preeminencia del pensamiento religioso sobre cualquier otra visión de las cosas.

Mientras Roger Bartlett intentaba aclarar sus pensamientos en medio de una ventisca que movía árboles, ropas y las tiendas en las que la comunidad tenía que pasar la que sería la primera de muchas noches en su nuevo hogar, miró a su hijo. Pese a estar sucio y con tristeza en su rostro, Roger Bartlett no pudo dejar de sentir una mezcla de orgullo y amargura.

“Por él y por mi amada Ramsie, que no pudo llegar hasta aquí” pensó. “Por ellos y por todas las personas que se quedaron por el camino”.

—Queridas compañeras y queridos compañeros —empezó a hablar después de ponerse en pie y dar unos pasos alrededor del fuego—. Sé que podéis pensar que estamos al final de un camino, pero nada más lejos de la realidad. No estamos al final de ningún camino. Bien es cierto que quienes hemos llegado hasta aquí somos una

ínfima parte de quienes salimos huyendo de la intolerancia, de la represión y de la tortura. Bien es cierto que todas y todos echamos de menos a alguien que se sacrificó para que pudiéramos llegar hasta aquí. Pero creedme que esto no es el final, sino el inicio, el inicio de lo que será una vida dura, ardua y de mucho trabajo, pero también una vida de paz, de desarrollo y de unión con la naturaleza. Aquí y ahora empieza nuestro futuro.

Roger Bartlett intentó ordenar sus ideas aprovechando el murmullo que se había levantado entre los asistentes.

—Yo no nací siendo Roger Bartlett —continuó tras una pausa—. Vosotros y vosotras me elegisteis. Mientras otros se preguntaban con palabras de desprecio cómo una simple jardinera podía liderar nada, vosotros y vosotras me concedisteis este honor. Por eso, quisiera someter mi liderazgo nuevamente a vuestra aprobación. Esta simple jardinera sabe perfectamente que cualquiera de vosotras y de vosotros está tanto o más capacitado que yo para ocupar el puesto de Roger Bartlett. Por eso quisiera que votáramos, y que eligiéramos a tres personas, que serán los triarcontes de nuestra nueva ciudad.

Unos votaron a Hiltz, otros votaron a Eve, otros tantos a Denis, y el resultado final colocó a Roger Bartlett en tercera posición después de Hendley y de Ashley. No obstante las otras dos triarcontes le cedieron el uso de la palabra.

Por su parte, Roger Bartlett, volvió a sentarse junto al fuego con la intención de reducir distancias con quienes a partir de aquel momento iban a ser sus conciudadanos.

—Lo primero que tenemos que hacer —empezó nuevamente a hablar— es redactar un acta de constitución. Si a bien tenéis, me gustaría llamar a nuestro pueblo Tadamun, que significa solidaridad, pues la solidaridad tiene que ser el pilar fundamental de nuestra convivencia. Denis, ¿nos queda papel?

—Muy poco —respondió Denis, rebuscando entre diversos fardos—, pero creo que tendremos suficiente para redactar esta acta. Más adelante podremos fabricar más.

—Escribe entonces —ordenó, y luego hizo una nueva pausa para encontrar las palabras adecuadas—. Lo primero que haremos será extirpar de nuestra sociedad cualquier clase de violencia física o verbal. Los conflictos que la propia convivencia produzca serán resueltos de manera pacífica.

»También me gustaría prohibir el proselitismo. No la religión. Las creencias de cada una son de cada una. Por eso nadie tendrá la potestad de imponer esas creencias a nadie.

—Creo que estará bien —intervino Denis, pese a no ser triarconte— prohibir cualquier clase de acaparamiento de bienes para poder asegurar su reparto.

—Tienes razón, Denis —aseveró Roger Bartlett—. Por favor, apunta tu propia iniciativa. Si alguien ha de pasar hambre en Tadamun, la pasaremos todas y todos.

—Como órgano de gobierno —intervino Ashley, que había permanecido callada hasta el momento—, podríamos crear una asamblea representativa, una ekklesía, como hacían los antiguos.

—¿Os parece bien que esta ekklesía controle la gestión del comercio que podamos tener con otros lugares y de los recursos naturales que podamos encontrar?

—Ya hemos visto el mal que la iniciativa privada puede hacer a las capas más débiles de la población —afirmó Roger Bartlett—. Todas las actividades de Tadamun deberían estar supervisadas y aprobadas por su ekklesía. En Tadamun, todas y todos trabajaremos por el bien de todas y todos.

»Ahora será mejor que vayamos a dormir. Nos esperan largos días de trabajo. Mañana formaremos comisiones de trabajo. Necesitaremos encontrar comida, plantas que cultivar, escuelas para nuestras hijas y nuestros hijos... A partir de mañana, ningún otro hombre o mujer llevará el nombre de Roger Bartlett. Ese nombre pertenece al pasado, y Tadamun pertenece al futuro. A partir de mañana solo seremos Ashley, Hendley y Iunacole, vuestras triarcontes, vuestras servidoras.



Franz Helgon

@dilemaexistencial@neopaquita.es

La energía de la revolución

Principios de los 90's. siglo XX

(Leuven, Bélgica)

– Todo esto que acabas de decir está muy bien, Dirk, es decir, aquí todos somos muy conscientes de los riesgos de las centrales nucleares y está claro que queremos explorar otras posible fuentes de energía...pero tengo una duda que no me deja dormir... ¿cómo podemos avanzar concretamente y empezar a producir energía nosotros mismos? ...a Relinde o a mí no tienes que convencernos, estamos claramente de tu lado, pero otra gente, como por ejemplo sin ir más lejos mi propia familia, necesitan ver algo concreto, en funcionamiento, para apoyar el movimiento-

El silencio se apodera durante un instante de la reunión.

Por un momento nos vemos como suelen vernos los adultos, padres y funcionarios... ellos no creen que seamos más que un grupo “muy mono” de jóvenes activistas, pero se ríen de nuestra idea que podemos cambiar el mundo. Pero es que esa es nuestra fuerza y motivación, queremos realmente cambiar el mundo, empezando por producir nuestra propia energía localmente de manera limpia y renovable.

– No te preocupes- dice Dirk, con esa media sonrisa tan suya- ya tengo una idea. ¿Os suena el molino abandonado de Rotselaar?

Hoy en día, el Molino de Rotselaar es un próspero proyecto de cohousing con su propia panadería, un huerto de hortalizas orgánicas, un centro de visitantes y, por supuesto, la pequeña central hidroeléctrica de la cooperativa Ecopower, germen de la actual Federación Europea de Cooperativas de Energía Renovable (RESCOOP) que agrupa a mas de dos mil cooperativas compuestas a su vez por alrededor de un millón y medio de personas socias en todo el continente.

Primavera 2010

(Barcelona)

¡¡Llamado a la **Revolución Integral**!!

Llamado a lxs activistas del decrecimiento, de la permacultura, de la agroecología, de las ciudades y pueblos en transición, de la autogestión, del anarcosindicalismo y otros sindicalismos combativos, de la ecología social, de la economía solidaria, de la autonomía, del vivir sin capitalismo. A todxs lxs activistas que se sientan incluidxs.

Para toda la gente que se sienta suficientemente cercana para acudir, desde la península ibérica y sus alrededores.

Convocamos un encuentro de 4 días, de puesta en común y coordinación de todas las redes y movimientos que trabajan y apuestan por las alternativas al capitalismo, al autoritarismo, al patriarcado...

Queremos conocernos más y aprender a trabajar coordinadas, tanto en el ámbito global, como en los múltiples ámbitos locales y sectoriales. Somos redes nuevas, no tan nuevas y veteranas. Tenemos en común nuestra oposición al sistema capitalista y la apuesta y priorización de la construcción de alternativas. Ahora tenemos la ocasión de colaborar todxs de forma más integral. La mejor forma de empezar es organizar este evento juntxs.

Queremos poner en común y alimentar prácticas que caminan hacia otra forma de vivir... en un momento crucial por la crisis del sistema.

Soñamos con ejemplarizar y multiplicar los proyectos y las coordinaciones que existen en lo local para avanzar en la senda de nuevos modelos socioeconómicos.

atte:

Centro de Coordinación del encuentro “Redes en Red”

Verano 2010.

(Web de Noticias Positivas)

“Mañana dará inicio en la localidad zaragozana de Ruesta el encuentro “Redes en Red, tejiendo alternativas”. Un espacio que busca promover alianzas entre las personas que piensan que es necesario superar el sistema capitalista actual para dar lugar a un mundo más justo, democrático y sostenible.

En esta reunión van a participar colectivos de carácter muy heterogéneo, dedicados a temas tan variados como el decrecimiento, la permacultura, el anticapitalismo, la autogestión, la igualdad de género, el anarcosindicalismo o la economía solidaria. El principal objetivo es construir vías de cooperación y entendimiento entre todas estas corrientes.

– *En lugar de buscar lo que nos separa, buscamos lo que nos une*, explica a Noticias Positivas **Magnolia, miembro del centro de coordinación de Redes en Red.**

Esta entidad nació en el pasado mes de diciembre con el propósito inicial de organizar el encuentro de Ruesta, aunque su intención es continuar promoviendo iniciativas similares tras la finalización del mismo.

Redes en Red fue impulsada inicialmente por activistas de Podemos Vivir sin Capitalismo, Ecologistas en Acción, Red de Permacultura Ibérica, CGT, Movimiento Zeitgeist, Xarxa pel Decreixement, Caracol Zaragoza y REAS (Red de Economía Alternativa y Solidaria). Se trata de un espacio abierto al que pueden sumarse todas las personas que quieran colaborar.

Ya han confirmado su presencia en este encuentro unas 450 personas

(finalmente asistirán unas 300).

Todas ellas tienen a su disposición un completo calendario de actividades en el que se abordan multitud de asuntos, como son vivienda, economía alternativa y solidaria, trabajo asalariado, ecología práctica, soberanía alimentaria, educación, energía, transporte, salud, relaciones humanas y vida comunitaria, comunicación alternativa, centros sociales y ocio.”

Febrero de 2012.

Proyecto Autogestionado CanKalzada (Girona)

– *A ver, a ver... vamos a organizarnos que si no, no avanzamos* – dice **Magnolia**, con tono tranquilo pero firme – *esto de las asambleas está muy bien y puede parecer muy democrático pero aquí de momento hay mucha gente que no ha hablado ni una sola vez. Y los que si lo estáis haciendo, sois casi todos del arquetipo “hombres blancos universitarios”, y eso se nota en que algunos, con todo el cariño, os eternizáis en el uso de la palabra* –

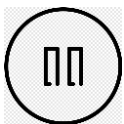
Gente, – continua imparable, libre, loca- lo primero que tenemos que hacer es una fiesta ¿no?, yo es que si no puedo bailarla, no es mi revolución.

De inmediato vari@s de la sala la miramos con complicidad.

REVOLUCIÓN!! De esto es lo que hemos venido a hablar ¿no? otro mundo posible pero sin esperar a ese futuro nunca alcanzable... Crear el mejor lugar posible aquí y ahora: la EUTOPIA.

Así que nos ponemos manos a la obra para celebrar la **revolución integral** con una fiesta, una rave psytrance que grite a los cuatro vientos: Amor, Unidad, Paz y Respeto. Una fiesta en medio del campo, en la que al final no tuvimos que recoger ni un solo vaso, porque la gente se llevó consigo toda la basura que generó.

Y durante un tiempo intenso, hermoso, logramos vivir dentro de un gran ejercicio de “colectivización del amor”...

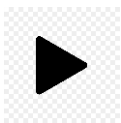


Espera, espera...¿revolución integral?

– Si!! una herramienta para construir contrapoder desde la base, partiendo de la autogestión, autoorganización y democracia directa, y que nos permita transitar de la dependencia de las estructuras del sistema, hacia un escenario de libertad con plena conciencia y donde todo el mundo pueda desarrollarse en igualdad de condiciones y oportunidades. Una propuesta constructiva de desobediencia y autogestión generalizada para reconstruir la sociedad desde abajo (en todos los ámbitos y de forma integral) y recuperar las relaciones humanas afectivas, de proximidad y basadas en la confianza.

– Pero eso existe de verdad??-

– Así es querida, por increíble que parezca, aún existen Cooperativas Integrales que defienden y trabajan según esos principios, de hecho nosotres empezamos a formar parte de ella en 2024.-



Primavera 2024.

Grupo de trabajo “Ecotopías” de Extinction Rebelión España.

– A mí me parece que lo de protestar disruptivamente está muy bien y por supuesto que llama la atención, es más, me encanta eso de que somos “la alarma de incendios

del mundo “...pero también creo que es nuestro deber mostrar las alternativas que ya están en funcionamiento, porque si no lo hacemos, corremos el riesgo de ayudar a que las personas queden tan inmovilizadas por el miedo que no sean capaces de seguir creyendo que podemos cambiar el mundo.

– ¿Y qué propones específicamente?- Me pregunta Trex, pronombre elle – porque sinceramente no sé si nosotres tenemos ahora mismo la capacidad para encontrar y difundir todas esas otras formas de vivir.

*– Es tan fácil- respondo con una gran sonrisa- como dedicarle un par de semanas a rastrear a les que ya lo han hecho y crear una gran repositorio central con esa info. Es que ya tengo los titulares y todo: ¿sabías que la legislación europea tan favorable a las comunidades energéticas fue puesta en marcha gracias a la presión del lobby ciudadano de RESCOOP? o ¿sabías que unos meses antes del 15M se pusieron en marcha los primeros proyectos de la **revolución integral** y que a día de hoy algunos de ellos aún siguen en pie?*

– Espera, espera, para el carro. a mi es que eso de las comunidades energéticas me suena un poco a estafa piramidal- interviene afiladamente David, pronombre el- en el pueblo de mis adres las están promoviendo Edinor (que es filial de Petronor) la Cámara de Comercio y la Caixa...y estaréis de acuerdo conmigo que nada bueno puede venir de estas grandes empresas.

– Veras David, es que esas no son comunidades energéticas de verdad, yo hablo de las que son realmente participadas por la ciudadanía...sinceramente a día de hoy estoy convencida que son la herramienta más potente que se haya puesto nunca en manos de la ciudadanía en materia de energía. Entiendo tu desconfianza, pero ya existen muchísimos proyectos en marcha por toda España, eso querrá decir algo positivo digo yo ¿no? ...además su origen es uno de los mejores ejemplos de cómo la ciudadanía organizada y dispuesta a soñar, puede llegar a influir directamente en la redacción de normativas europeas...

Invierno de 2017.

Bruselas

Si me hubieran dicho hace 30 años, que la aventura que empezamos en **el molino de Rotselaar**, nos llevaría un día a reunirnos directamente con europarlamentarios para discutir la creación de las leyes de impulso a la energía comunitaria, sinceramente me hubiera reído, felicitando eso si a quien me lo hubiera dicho por su imaginación tan optimista, pero dudando muchísimo de que fuera a suceder realmente.

Pues bien, aquí estamos, a punto de crear conjuntamente el primer borrador que pondrá en marcha una transición energética justa y en manos de la ciudadanía.

En 2018 se aprobó la primera directiva europea para facilitar la creación de comunidades energéticas.

A día de hoy (Marzo 2025), en España, existen más de 600 proyectos de energía comunitaria.



Emmanuel Silva

@trex@masto.es



25