



## **Cultura Regenerativa**

*Una nueva conciencia para vivir en armonía con la comunidad de la vida*

### **Ejercicio de Autoevaluación.**

#### **Motivación.**

Como hemos estado estudiando el desarrollo regenerativo consiste en desarrollar la capacidad en las personas, comunidades y los sistemas naturales para renovarse, evolucionar y prosperar, en armonía y bienestar. Para ello, es fundamental que cada uno de nosotros pueda regenerar su propio pensamiento, comprensión y conexión con la comunidad de la vida. Sea esto, restaurarse a sí mismo para adoptar una cultura regenerativa.

Más allá de la teoría, el deseo, la intención y la necesidad, adoptar y practicar una cultura regenerativa, "ser un regenerador practicante", requiere estimular, ejercitar y fortalecer nuestra capacidad de sentir lo que es emergente, lo que es esencial, y donde existe potencial, priorizando el bienestar común. Tanto en tiempo presente como en el futuro.

¿Pero cómo podemos vivir la regeneración sin renunciar las condiciones de comodidad, confort y practicidad del mundo actual, creando condiciones propicias para la vida? ¿Cómo poder ser coherentes entre: ¿nuestra intención, la convicción y la acción?

Por retadores que parezcan estos interrogantes, lo cierto es que como dijo Mahatma Gandhi: "Si podemos cambiarnos a nosotros mismos, las tendencias del mundo también van a cambiar". De tal manera, que: "Todos estamos en capacidad de ejercer un liderazgo transformador en nuestras familias, nuestros centros de estudio, de trabajo, nuestras comunidades. Nada de lo que hagamos será demasiado pequeño, porque es la suma de todos nuestros actos lo único que puede cambiar el curso de la historia, lo único que puede salvarnos". (Echeverría, C. 2021).

Con el fin de propiciar la creación de una estrategia personal para adoptar y practicar una cultura regenerativa seguidamente se ofrece un ejercicio de autoevaluación, para hacer una reflexión de la forma en la que hemos interiorizado nuestros aprendizajes sobre el desarrollo regenerativo y la eventual renovación de nuestra cosmovisión.

Practicar una cultura regenerativa, al igual que lo hacen los sistemas vivos, es mantenerse en evolución permanente. Aprendiendo de ellos mismos, adaptándose, creciendo de manera constante y en dinámico equilibrio. Por ello es recomendable plantearse esta autoevaluación de manera periódica y así poder apreciar el trayecto recorrido en el camino de la regeneración.



## ***Cuestionario de autoevaluación.***

### *I-. Restauración personal.*

---

La restauración personal y la renovación de la cosmovisión guarda una directa relación, con el despertar de la conciencia, (capacidad de sentir lo que es emergente), poder evaluar nuestros propios actos, lo que nos afecta y como afectamos o incidimos en otros.

- a-. ¿En qué aspectos de su vida puede identificar un despertar de la conciencia?
- b-. ¿Podría señalar áreas de oportunidad y mejora en sus interrelaciones personales?
- c-. ¿Ha evidenciado aspectos de ética, moral y valores en su vida, que se han renovado?
- d-. ¿Ha integrado a su vida nuevos elementos que sean para servir a un propósito mayor?
- e-. ¿Ha cambiado de alguna forma su percepción sobre los conceptos de bienestar y prosperidad? (¿Cómo y por qué?
- e-. ¿La forma en que ha interiorizado los fundamentos del desarrollo regenerativo, se ha traducido en hábitos que constituyen un ejemplo para otros?

### *II-. Holismo y pensamiento sistémico.*

---

El enfoque holístico, junto al pensamiento sistémico, son valiosos instrumentos para desarrollar y amplificar la práctica del desarrollo regenerativo. Cultivar la habilidad de ver las cosas como un todo, considerando su globalidad e interacciones facilita vernos como miembros de un sistema mayor, propulsando que nuestras acciones estén siempre alineadas con la colectividad y el bien común antes que nuestros propios intereses.

- a-. ¿Cuántos de sus propósitos personales responden al bien común?
- b-. ¿Le resulta fácil y natural pensar en el bien común, tanto con en sus propios intereses?
- c-. ¿Identifica en Ud. motivaciones, intereses y reflexiones capaces de inspirar a otros, para servir a la colectividad, y el bien común?
- d-. ¿Al tomar decisiones suele descomponer el asunto en partes, u observa los hechos de forma integral, considerando las consecuencias y no solo la resolución o el resultado esperado?



### III-. Sentido de pertenencia.

El sentido de pertenencia, como el sentimiento de identidad que generamos con respecto al lugar nos acoge y se desarrollan nuestras vidas, es fundamental para transformar la forma en que interactuamos, y nos relacionamos con nuestro entorno físico-espacial.

La vida es un proceso planetario, co-creativo y colaborativo. Del cual somos expresiones y participantes. Justamente porque somos vida, tenemos la capacidad y el potencial de crear condiciones propicias para la vida. (Wahl, D. 2016). De tal manera, que a mayor nuestro arraigo e identidad con la comunidad o el lugar al que pertenecemos, mayor será nuestro potencial para para crear condiciones propicias para la vida, y responder de forma práctica a los retos planetarios.

- a-. ¿Podría definir cuál es el lugar al que Ud. pertenece?
- b-. ¿Como calificaría la identidad y relación que Ud. tiene con el lugar al que pertenece?
- c-. ¿De qué manera contribuye al lugar al que pertenece?
- d-. Detalle formas o acciones para fomentar bienestar y prosperidad el lugar al que pertenece.

### IV-. Ciudadanos de la comunidad de la vida.

Ser un ciudadano de la comunidad de la vida, es un concepto que trasciende vivir en armonía con la naturaleza, procurando acciones centradas en reducir y mitigar los impactos ambientales. Es estar en equilibrio y consonancia con toda forma de existencia. Es vivir desde la comprensión del funcionamiento de los sistemas vivos, alineándonos con los principios de la naturaleza Aprender de ella para ver dónde y cómo intervenir y así transformar nuestra relación estos.

- a-. ¿Cómo demuestra su responsabilidad con el medio ambiente?
- b-. ¿Su compromiso personal con el medio ambiente inspira a otros?
- c-. ¿Qué áreas de oportunidad identifica en Ud. en cuanto al cuidado del medio ambiente?
- d-. ¿Cuál es su nivel de afinidad con la complejidad y el caos que caracteriza la naturaleza?
- e-. ¿Cuál o cuáles de los atributos que caracterizan los sistemas vivos en la naturaleza cree necesario integrar en su cotidiano quehacer, para mejorar su relación con la comunidad de la vida?