

En una pradera junto a un viejo cobertizo, una multitud de "comilones apasionados" y algunos granjeros rodean a Randal Breen. Esta es la granja de Breen, y las multitudes forman parte del modelo de negocio.

"Antes de hacer algo aquí, nos preguntamos: ¿es bueno para el animal, la tierra, el granjero y para las personas a las que alimentamos?" pregunta Breen.

Está hablando en un día de puertas abiertas sobre el esquema de agricultura de apoyo comunitario (CSA) de la granja, un modelo en el que las granjas distribuyen productos entre sus miembros a cambio de un apoyo financiero constante.

Reconstruyendo la conexión con la tierra

Este principio ha llevado a Scott Trudgett, a su familia y a la mayor parte de la multitud en un viaje de dos horas al oeste de Brisbane para visitar a Randal y Juanita Breen en su granja de 263 hectáreas en el Valle de Echo en las Tierras Altas del Sur de Queensland.

La mayor parte de la comida que solía comer la familia de Trudgett se compraba después del trabajo en un supermercado de bajo presupuesto. Ahora, por una suscripción y un compromiso inicial de 12 meses, reciben una caja mensual de carne y huevos directamente de la granja de los **Breen**.

Son una de las 80 familias inscritas en este CSA y hacen unas cuantas visitas a la propiedad cada año.

"Simplemente tenía sentido obtenerlo directamente de un granjero, conocíamos la calidad, podíamos ver la granja nosotros mismos", dice Trudgett.

"Es sobre reconstruir esa conexión con la tierra que hemos perdido", dice Mills.

Y en la granja, la tierra es lo primero. Los Breens crían a sus pollos a una décima parte de la tasa requerida para ser certificados como de libre pastoreo y rotan su rebaño de ganado entre potreros para permitir que la tierra descanse el tiempo suficiente. Es parte de su "plan de 100 años" para restaurar el suelo y la vegetación del paisaje, dice Randal.

La última parada del recorrido es el salón de despiece y empaque de la granja.

"No estoy seguro de esto", dice Kim, otro comilón apasionado de la ciudad.

Una vegetariana durante más de una década, Kim comenzó a comprar carne en la granja (venden cualquier excedente de productos después de abastecer a sus miembros del CSA) para abordar una deficiencia de hierro persistente y problemas de salud mounting.

"Me encantaba la sensación de comer carne y la forma en que mejoró mi salud, pero odiaba el hecho de lo que estaba haciendo - es un ser vivo y no quiere morir", dice.

"Aún lucho de cierta manera, es un intercambio por mi propia salud, pero si esto es lo que se necesita, visitar la granja."

Descansar en casa: la nueva forma de escapar de la rutina diaria

Podrías pensar que escapar de tu vida cotidiana implica mudarte a una granja en las Hébridas o

asistir a una serie de retiros rejuvenecedores. Pero, según el nuevo proyecto de libro de Emma Gannon, *Un Año de Nada*, podría ser tan sencillo como quedarse en casa. "No hice nada", escribe Gannon. "Deje de responder a los correos electrónicos. Utilicé mis ahorros. Dormí. Pedí prestado el perro de un amigo. Comí plátanos en la cama. Compré plantas miniatura. Leí revistas. Me acosté. No hice nada. Se sintió totalmente ajeno a mí."

Para Gannon, la excedencia fue impuesta después de experimentar agotamiento, causado por el cansancio crónico del estrés ocupacional. "Todo el tiempo, estaba manteniendo diarios", dice. "Escribí la 'nada' de mis días. Registré todas las cosas que noté, la gente que conocí, la amabilidad de los extraños, las coincidencias mágicas—los destellos más pequeños, más diminutos y alentadores."

Descansar con propósito

¿Estoy solo en sentir un estallido de envidia al leer la letanía de desidia de Gannon? No es ni siquiera que necesite un descanso. Recientemente, pasé unas relajantes vacaciones en Málaga. Admiré el Centro Pompidou, miré al mar hacia el lejano blur de Marruecos y engullí chocolate amargo lleno de naranja amarga del supermercado. En otras palabras, gloria. A mi regreso después de dos semanas, me zambullí de lleno en mi vida laboral recargado y listo para seguir adelante. Pero, inexplicablemente, días después, me encontré intensamente anhelando más tiempo libre y experimentando una insatisfacción de bajo nivel que solo se intensificó en los días siguientes.

¿Estaba teniendo algún tipo de colapso existencial? Me puse en contacto con la psicóloga Suzy Reading, autora de *Rest to Reset: The Busy Person's Guide to Pausing With Purpose*, en busca de consejos. Ella sugirió que, como muchas personas, probablemente lucho por identificar qué tipo de descanso necesito.

Informações do documento:

Autor: symphonyinn.com

Assunto: espèce 1xbet

Palavras-chave: **espèce 1xbet - symphonyinn.com**

Data de lançamento de: 2024-09-10