

ÍNDICE

PRÓLOGOS:

Reciclaje periodístico, por Encarna Samitier, directora de <i>20 Minutos</i>	9
Un paseo por la vida, por Asun Ruiz, directora de SEO/ BirdLife	13
INTRODUCCIÓN. UN FUTURO ECOFEMENINO. NATURAL MENTE	17
Y todo por una letra	21
¿Somos la especie inteligente?	22
1. MÁS NATURALEZA	27
Naturaleza es femenino	27
Roncos de gritar en jaulas de cristal	29
Puro orgullo gay	32
El pájaro es la libertad	34
Prohibido contar estrellas	36
Las golondrinas se van de luna de miel	38
La nieve no es blanca	41

Caperucita nos engañó con el lobo	43
Feliz con alegrías del jardín	45
No despiertes al oso	47
Las aves no beben a sorbos	49
El misterio de la música tiene alas	51
El día en que canté silencio y sonó música	53
2. MÁS MUNDO RURAL	59
Esperanza tiene nombre de mujer	59
Benditos veraneantes	61
Ponga una oveja bombero en su bosque	63
La España de los muertos sin vivos	65
Los últimos sabios de la Tierra	67
¿Está la vida rural abocada al fracaso?	69
Llanto por la España sin nadie	71
Contra la ansiedad, baños de bosque	73
3. MEJOR MUNDO URBANO	79
Las ciudades revolucionan a Darwin	79
El silencio será eléctrico	81
La vida es un frenesí [consumista]	84
Paraísos sanadores a las puertas de la ciudad	86
Paseos que curan cuerpo y alma	88
Rascacielos de madera	91
¿Qué hace una gaviota en Madrid?	93
Bébeté Ordesa en una cerveza	95
4. MÁS VIDA SANA	101
Cuando lo nuevo es volver a lo viejo	101
Échale huevos, de gallinas felices	103
El despertar verde llega a nuestra mesa	106
En los fogones está el futuro del planeta	108
España es un país de cerdos	110

La comida de Navidad nos hizo sabios	112
Menos plástico en la sopa	114
Morcilla vegana	116
¿Nos hacemos todos vegetarianos?	118
Piratas en el desierto del Sáhara	120
¿Qué demonios estamos comiendo?	122
Saborea la huerta	125
5. MÁS EDUCACIÓN	131
Hombres: los reyes del escaqueo	131
¡Acabemos con las papeleras!	133
Apúntate a la búsqueda activa de silencio	135
El número de tontos es infinito	137
La elefanta más triste del mundo	140
Los cigarrillos también matan a la naturaleza	142
Un iceberg de plástico	144
¿Son los zurdos seres geniales?	145
6. MEJOR TURISMO	151
Momentos veraniegos de oro	151
Deja de hacer el idiota con las piedras	153
El turista más elegante lleva prismáticos	156
Maldito móvil	158
¿Parques nacionales o parques temáticos?	160
Somos los guiris de nuestras ciudades	162
Turistas con alas	165
Vacaciones en un metro cuadrado	167
7. PREOCUPACIONES VARIAS	173
Todos somos animales y sufrimos	173
Síndrome del nido vacío	175
Oler es conocer por narices	177
¿Para qué sirven los espacios protegidos?	179
Prisioneros de un mayo sin calandrias	181

Se nos va la pinza con las pseudociencias	183
Ni nos fumigan ni Elvis está vivo	186
Te estamos vigilando	188
Carta a Stephen Hawking, el sabio de las estrellas	190