



Per una terra che vive: Psicologia ed educazione ambientale di Claudia Panico

*La natura selvaggia è sia una condizione geografica che uno stato d'animo
(Ass. It. Wilderness)*

La crisi ecologica e sociale

Di fronte alla crisi globale che stiamo affrontando siamo costretti a porci delle domande sulla qualità della relazione fra noi stessi, la nostra società e il mondo naturale. Dagli anni Sessanta, in cui Rachel Carson pubblicò *Primavera silenziosa*, a oggi, le lotte e le campagne di molti gruppi ecologisti hanno fatto crescere la consapevolezza del livello di degrado ambientale che abbiamo prodotto. Grazie a questi sforzi, e purtroppo anche a causa delle sempre più evidenti alterazioni del clima terrestre, ormai anche a livello governativo si moltiplicano le iniziative internazionali (Rio de Janeiro '92, Berlino '94 e così via) volte a regolamentare l'impatto che le attività umane hanno sull'equilibrio globale del pianeta. Queste iniziative sono fondamentali perché mirano a influire sulle scelte economiche mondiali, tuttavia i tempi che richiedono per la loro decisione, e le difficoltà di applicazione alle quali possono andare incontro, sono tali che ci lasciano l'impressione che nulla avvenga o cambi. Accanto a ciò, l'avanzare della crisi economica e occupazionale, insieme all'abbassamento della qualità della vita cittadina, all'aumento della violenza urbana e allo spettro di sempre nuove epidemie (ebola, Aids, mucca pazza), favoriscono l'aumentare del senso di disagio e impotenza insieme che affliggono la quotidianità della maggioranza di noi.

L'incertezza del futuro

Il disagio diffuso nella società industriale postmoderna non è più ascrivibile solo a patologie dei singoli, ma anche a una "vita quotidiana patologica" che è carente delle fonti di nutrimento fondamentali per una sana personalità: fiducia nel prossimo, fiducia nel futuro, senso di solidarietà e collaborazione, un'educazione attenta allo sviluppo dei valori personali, senso di collegamento con il mondo naturale. Tutto ciò è stato sostituito da una cultura del conflitto in cui la separazione e la diffidenza sono il pane quotidiano, e in cui la soddisfazione dei propri bisogni avviene attraverso il possesso di oggetti, denaro o posizione sociale. Tutto ciò non colma però il profondo vuoto esistenziale che si crea e che ha bisogno di risposte ben diverse. Inoltre, per la prima volta nella storia dell'umanità, alle fonti di insicurezza con le quali ci confrontiamo dai primordi della nostra esistenza come specie, si è aggiunta l'incertezza sul futuro che stiamo preparando per noi e per i nostri figli, un futuro che potrebbe essere come l'oggi che conosciamo, ma anche molto diverso, per esempio gravato da contaminazioni radioattive, o con una sovrappopolazione tale che la produzione mondiale di cibo risulti insufficiente, o con un livello di inquinamento atmosferico talmente elevato da impedire l'esposizione ai raggi solari e all'aria. Prima di oggi, infatti, anche se ci trovavamo di fronte a crisi personali o collettive, sapevamo di poter contare su qualcosa che non cambiava, e che avrebbe continuato a rimanere invariato: il verde dei prati e l'azzurro del mare, il calore del sole e la carezza purificatrice della pioggia. Era un abbraccio materno che la natura ci offriva, e il simbolo concreto che ci ricordava come dopo qualunque tempesta, anche la più distruttiva, torna sempre il sereno. Oggi, alle soglie del duemila, questi simboli sono ancora vivi dentro di noi, e vivo è anche il bisogno emotivo di avere un terreno solido sul quale appoggiarci mentre affrontiamo le tempeste della vita.

Il vissuto emotivo

Ma nella realtà questa sicurezza assoluta non c'è più. Per la prima volta nella storia dell'umanità ci confrontiamo con il rischio concreto della distruzione della Terra, perché abbiamo il potere per farlo. Nella realtà dobbiamo convivere con la paura del futuro e anche con il senso di impotenza che deriva dal sentire di non poter fare nulla, ma di essere trascinati verso una meta che non conosciamo e non vogliamo. Rimanere in contatto emotivo e consapevoli quotidianamente di tutto questo avrebbe un impatto enorme sulle nostre vite. Come possiamo vivere con questa consapevolezza senza esserne travolti o cadere nell'apatia e nella rassegnazione? Noi vogliamo vivere, vogliamo gioire, cerchiamo quotidianamente il benessere. Come possiamo arginare la tempesta emotiva, la frustrazione e l'impotenza che ci investono ogni volta che leggiamo il giornale o affrontiamo un'estate in cui i giorni di pioggia sono superiori a quelli di sole? Una delle strategie praticate è la rimozione dell'emozione, e la sua sostituzione con l'indifferenza o il cinismo. Passiamo indifferenti sulle notizie che ci informano delle previsioni climatiche per i prossimi trent'anni come se riguardassero gli abitanti di un lontano pianeta, e come passiamo indifferenti di fronte agli *homeless* che popolano le nostre città. Oppure ci rifugiamo in un universo New Age che risponde in modo semplicistico e vuoto ai nostri bisogni più profondi di amore, sicurezza, appartenenza. La quantità di dolore e paura che ci bombarda ogni giorno è semplicemente troppa: non possiamo continuare a ignorare questo fatto. Siamo di fronte a bisogni ai quali pensiamo che sia necessario e anche possibile dare una risposta positiva e concreta.

La visione olistica

I due problemi non sono separati e in antitesi, da un lato la soluzione della questione ecologica, dall'altro la cura di una società malata. Sono un unico problema. John Seed, ecologista australiano, dice: *"Per me è ovvio che le foreste non possono essere salvate una alla volta, né che il pianeta possa essere salvato affrontando un problema alla volta: senza una profonda rivoluzione nella consapevolezza umana, tutte le foreste presto scompariranno. Psicologi al servizio della Terra che aiutano gli ecologisti a raggiungere una comprensione più profonda di come facilitare radicali cambiamenti nel cuore e nella mente dell'uomo: sembra essere a questo punto la chiave"* (T. Roszak, *Ecopsychology*). Abbiamo a lungo considerato il mondo naturale come un territorio selvaggio, fonte di potenziali pericoli o di ricchezze. Come un territorio da addomesticare, sottomettere e sfruttare. Ci siamo considerati detentori del diritto di fare questo, padroni o al limite "custodi" del mondo naturale in virtù della nostra superiorità. Questo atteggiamento antropocentrico ora mostra la sua debolezza nei frutti che ha prodotto. Dice Sri Mata Amritanandamae: *"L'essere umano non è diverso dalla natura, egli ne fa parte. L'esistenza stessa degli esseri umani sulla Terra dipende dalla natura. Infatti noi non proteggiamo la natura. È la Natura che ci protegge... Se l'equilibrio della Natura è rotto, l'armonia della vita umana sarà essa stessa incrinata, reciprocamente"*. Sembra allora che questa crisi sia una sfida per cambiare la modalità di rapporto tra noi e la natura, un cambiamento che coinvolge il modo in cui ci rapportiamo socialmente e con noi stessi. Infatti, per realizzarlo è necessario passare a un ulteriore livello di coscienza evolutiva. Un livello nel quale il confine tra sé e non sé si allarghi sempre di più, fino a includere la Terra intera. Normalmente siamo abituati a considerare che ciò che è all'interno della pelle sia me e ciò che è fuori non lo sia. Tuttavia, ora stiamo leggendo queste parole, e i concetti che rappresentano raggiungono la nostra corteccia cerebrale, così che il "processo" che sono io che scrivo, ora si è esteso fino a voi. È vero che la pelle ci separa l'uno dall'altro, e che viviamo in un mondo popolato da oggetti ed esseri diversi. Tuttavia, a un livello più profondo, non c'è separazione tra noi, e anche con l'ambiente che ci circonda c'è un'interconnessione continua. La pelle è un ponte che permette la trasmissione e il collegamento tra il nostro sé interno e un sé esterno, più ampio. Noi stessi siamo un flusso di materia, energia, pensiero, che è trasformato di volta in volta dalle nostre esperienze e intenzioni.

La rinuncia alla separatezza

Joanna Macy descrive molto bene questo processo:

*"Sperimentare il mondo come un sé esteso e la sua storia come la nostra storia estesa non significa resa o annullamento della nostra individualità. Il fegato, le gambe e i polmoni che sono 'miei' sono altamente distinti da quelli di ogni altro, grazie a dio, ed ognuno ha un distinto ruolo da giocare. Il più ampio 'Sé' che scopriamo oggi non è unità indifferenziata. Il nostro riconoscimento di questo può essere la terza parte del dispiegamento della coscienza che cominciò molto tempo fa, come il terzo movimento di una sinfonia. Nel primo movimento, la nostra infanzia come specie, non sentivamo separazione dal mondo naturale intorno a noi. Alberi, rocce e piante ci circondavano con una presenza vivente così intima e pulsante quanto quella dei nostri corpi. In quella intimità primaria, che gli antropologi chiamano 'participation mystique', eravamo uno con il nostro mondo così come nel ventre materno. Poi la auto consapevolezza sorse e ci diede distanza dal mondo. Avevamo bisogno di quella distanza per prendere decisioni e stabilire strategie, per poter misurare, giudicare, e guidare le nostre valutazioni. Con l'emergere del libero arbitrio, l'espulsione dal giardino dell'eden, cominciò il secondo movimento - il solitario ed eroico viaggio dell'io. Oggi, desiderando riappropriarsi di un senso di globalità, alcuni di noi tendono a svilire il movimento di separazione dalla natura, ma esso ha portato grandi vantaggi per i quali possiamo essere grati. L'occhio distante che osserva ci ha portato gli strumenti della scienza, e una visione senza prezzo del vasto e complesso ordine del nostro mondo (...). Ora, avendo raccolto questi guadagni, siamo pronti a ritornare. Il terzo movimento comincia. Avendo acquisito distanza e una percezione sofisticata, possiamo guardare indietro e riconoscere chi siamo stati tutto il tempo. (...) Siamo il mondo che conosce se stesso. Possiamo rinunciare alla nostra separatezza. Possiamo tornare di nuovo a casa - e partecipare nel nostro mondo in un modo più ricco, responsabile e significativamente bello di prima, nella nostra infanzia" (J. Macy, *World as lover, world as self*). Nelle nostre relazioni questo significa passare dalla visione in cui uno vince e l'altro perde a una visione in cui la vittoria è tale solo se è di entrambi. Questo è valido sia se le parti sono due esseri umani, sia se sono l'uomo e il mondo naturale, o l'uomo e la sua interiorità. Il nostro benessere allora non può prescindere dal benessere dell'ambiente, perchè l'uno non è diverso dall'altro. Vinceremo solo se anche Gaia vincerà. Le nostre scelte saranno positive solo se saranno tali anche per la Terra, gli animali, il nostro vicino, i nostri figli, il nostro cuore.*

Ristabilire il flusso tra pensiero, emozione e azione

Per sviluppare nella realtà tutto questo, affinché non rimanga solamente una delle tante soluzioni teoriche che hanno costellato la nostra educazione, abbiamo bisogno di riaprirci alla nostra interiorità, a quella parte di noi che nell'intimo, anche se nascosta, anche se frustrata da tante esperienze, non smette di spingerci verso la ricerca di un benessere completo, profondo, duraturo. *"Il fattore che collega gli uomini con la Natura è la loro innocenza innata. Quando vediamo un arcobaleno o le onde dell'oceano, non risentiamo sempre la gioia innocente di un bambino? Pur sviluppando la sua intelligenza e la sua conoscenza scientifica, l'uomo non dovrà più dimenticare i sentimenti del suo cuore, che gli permettono di vivere in accordo con la Natura e le sue leggi fondamentali..."* (Sri Mata Amritanandamae). Abbiamo bisogno di trovare dei modi di gestire le nostre emozioni che siano veramente efficaci, e non un'anestesia. Abbiamo bisogno di sentire che il nostro bisogno di amore e appartenenza è anche quello del nostro vicino. E abbiamo bisogno di andare oltre le barriere delle differenze di specie e di genere, e ristabilire quel collegamento di piacere e risanamento che deriva dal contatto con la natura, con gli animali, con le nostre radici ambientali. La natura non è fuori di noi, piuttosto noi siamo natura e siamo dentro di lei. Allontanarci dal contatto con i ritmi, i suoni, le sensazioni della natura, e identificarci con la nostra mente, ci ha convinto che tutto ciò di cui abbiamo bisogno è vita culturale e sociale, che lì sta' la nostra essenza. Ci stiamo dimenticando che affinché una mente esista e funzioni, ha bisogno di un corpo; e che un corpo, per vivere e funzionare, non ha bisogno solo di cibo e di un tetto, ma anche di aria pulita, di acqua pura, di rispetto per

i suoi ritmi e per i suoi tempi di ricarica. Ci stiamo dimenticando che oltre alla mente e al corpo siamo fatti di emozioni e passioni. Che abbiamo bisogno di bellezza. Riscoprire le nostre radici naturali significa allora dare nutrimento a tutto questo, alle sorgenti della nostra vitalità, alla culla nella quale la cultura e la società possono crescere in una direzione di salute e rispetto per i suoi membri.

Copyright by Anima e Corpo 1997