



## IL FUTURO DEI BAMBINI E' NEL PRESENTE

*tracce degli incontri, narrazione delle idee*

*Martedì 10 settembre, ore 21:00  
Spazio La Colombina - Casatenovo*

# ECOPSICOLOGIA

Principi e strumenti per imparare a progettare e condurre attività e percorsi nella natura,  
con la natura e per la natura

Marcella Danon, Scuola di Ecopsicologia Ecopsichè

Ecopsicologia è:

- Una sinergia tra Ecologia e Psicologia
- Un'educazione alla cittadinanza terrestre
- Un allenamento per cambiare il punto di vista su noi stessi e sul mondo
- Una celebrazione della vita e della sua varietà
- Una guida alla conoscenza di sé, in quanto individuo
- Una guida alla conoscenza di sé, in quanto sapiens... per poter portare ognuno il suo contributo personale alla vita

## **Come l'ecopsicologia può contribuire a costruire il futuro dei bambini nel presente.**

*nella libera interpretazione di chi ha raccolto appunti e spunti durante la serata*

L'Ecopsicologia ci aiuta ed accompagna a tradurre i seguenti temi in pratiche orientate alla riconnessione con la natura.

- L'ecopsicologia focalizza l'attenzione su quali spazi creare perchè i bambini possano scoprire cosa hanno dentro e cosa "c'è fuori" - Una scienza che si occupa dell'anima della casa e della casa dell'anima.
- Valorizza l'ascolto: lasciare spazio all'ascolto, consapevoli che i bambini sono molto più vicini degli adulti all'inconscio ecologico che tutti noi esseri umani abbiamo. Nell'ascolto accompagnamo i bambini nello scoprire il mondo e, sempre nell'ascolto, loro ci aiutano a recuperare un contatto più intimo con la nostra identità.
- E' orientata alla "cittadinanza terrestre" - Edgard Morin - la consapevolezza cioè che ciò che succede in ogni parte del mondo ci



riguarda tutti e ciascuno. Non abitiamo solo il "nostro territorio", abitiamo tutti insieme il "nostro pianeta".

- Pone l'accento su Interazione, Interconnessione, Comunicazione.
- Valorizza naturalmente la Biodiversità, grazie alla quale la vita esiste.
- Orienta l'attenzione al processo di DIVENIRE CIO' CHE SIAMO IN GRADO DI DIVENIRE dando spazio e valore alla creatività e all'espressività naturale.
- Da' valore alla bellezza: il degrado esterno dell'ambiente ha una diretta relazione con il degrado interno ad ogni essere umano. Questo pone l'attenzione sulla qualità dell'habitat dove viviamo che influenza "come stiamo".
- Utilizza i concetti di Intelligenza Emotiva e Intelligenza Ecologica, D. Goleman, in cui si pone attenzione alla "capacità di prendere in considerazione il contesto prima di agire". Promuovendo l'abilità di costruire un presente in armonia con tale contesto.
- Si rivolge al mondo come qualcosa che ci riguarda profondamente.
- Pone attenzione al valore del senso di appartenenza al sistema vivente Umanità - Terra.
- Punta a risvegliare la consapevolezza di essere Parte Attiva del mondo.
- Unifica, non separa, l'ecosistema interno da quello esterno ma ne osserva le interconnessioni lasciandosi stupire.
- Pone grande attenzione alle relazioni, ponte fra gli esseri viventi, orientandosi alla loro qualità.
- Pone al centro l'attenzione, il rispetto, l'empatia. Non giudica, non interpreta, ascolta.
- Ci porta l'immagine di 150000 generazioni che hanno abitato il nostro pianeta. Ci testimonia che, di queste, solo le ultime 250 hanno "perso" la naturale connessione con la Terra. Abbiamo tutta l'energia che serve per aiutare i bambini a ritessere l'unione con il tutto. Ricominciamo l'evoluzione.
- Sa che nessuno di noi è "troppo piccolo" per poter cambiare qualcosa.

*La Gioia di farsi contagiare  
La Meraviglia di ciò che c'è  
La Semplicità ...*

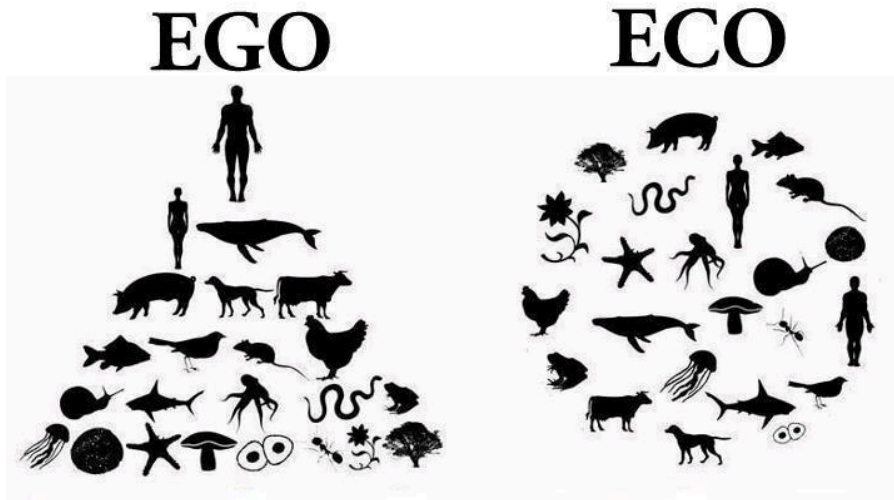
### *Raccolto operativo*

- Percorso sensoriale bendato
- "Pellegrinaggio" senza fretta di arrivare alla meta
- Crea il tuo dono al Pianeta Terra
- Scegli un animale, inventa una storia e mettila in scena
- Una Cornice con cui guardare il Mondo

Perchè il progresso ci ha fatto credere fin qui che la natura fosse un gadget e stiamo scoprendo che l'ambiente naturale è parte di noi e noi parte di lui. Ce ne eravamo dimenticati. E agiremo per ricordarlo ai nuovi, "piccoli" Esseri Umani.



La sostenibilità è un concetto che implica la capacità di cambiare il punto di vista su noi stessi e sul mondo.

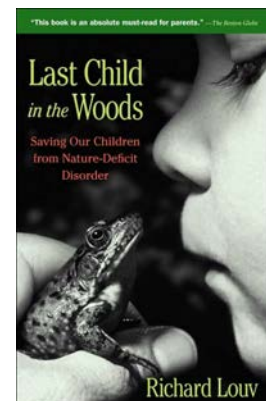


Dobbiamo cambiare il punto di vista sul nostro ruolo nella vita scoprire che quello che facciamo influenza l'evoluzione della vita sul Pianeta Terra



## NDD - Nature Deficit Disorder


La perdita di contatto con la terra, con la comunità della Creazione, si traduce in vuoto esistenziale, solitudine, incapacità di cogliere il senso della vita.



A vibrant red-eyed tree frog is perched on a green leaf. The frog has a green body with a yellow stripe along its side and large, bright orange eyes with black pupils. Its legs are also orange and yellow. The background is a soft, out-of-focus green.

risvegliando  
la percezione sensoriale,  
la degustazione delle emozioni,

l'attenzione ai dettagli,  
la capacità di meravigliarsi,  
la curiosità e l'empatia  
nei confronti della diversità...

A close-up portrait of a wolf's face. The wolf has thick, brown and grey fur and is looking directly at the camera with a calm expression. The background is a blurred forest scene with trees and foliage.

invitando ad andare incontro al mondo,  
come a qualche cosa che ci riguarda profondamente

e suggerendo di imparare dai nostri fratelli maggiori  
a riconoscere e ritrovare anche la nostra parte selvatica







L'Ecopsicologia è l'arte  
di risvegliare nelle persone  
la consapevolezza di essere parte attiva  
nel processo evolutivo della vita sul pianeta Terra

## Il focus dell'Ecopsicologia:

### Creare una rete di relazioni di qualità:

- con se stessi
- con le persone che ci stanno vicine
- e con quelle che ci stanno lo
- con gli altri esseri senzienti
- con il mondo
- con la vita



## **SPUNTI PER LA CREAZIONE DI GIOCHI ED ESERCITAZIONI... ECOPSIKOLOGICAMENTE ORIENTATE**

**Incontro, nel silenzio, con la natura interiore**

**Allenamento di attenzione, ascolto, rispetto, empatia**

**Anche nei confronti del mondo esterno**

**Valorizzare il potere della condivisione e dell'incontro**

**Sviluppando fiducia e sensibilità**

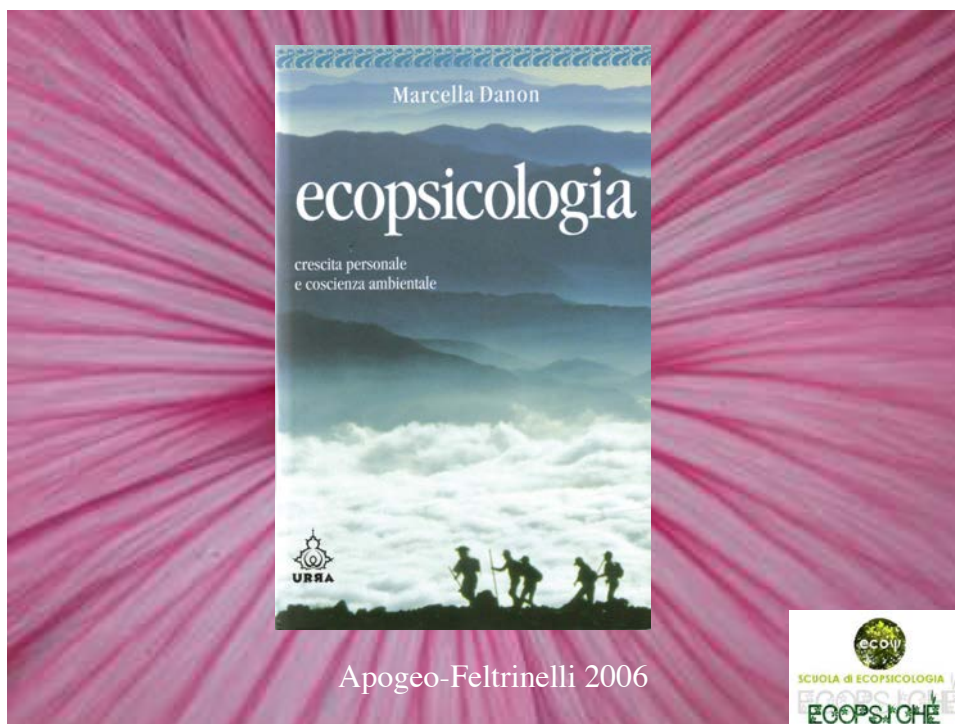
**Lavoro con gli archetipi e le fiabe**

**Nuovi pellegrinaggi e meditazioni camminate**

**Contatto con l'acqua per risvegliare le emozioni**

**Spazio alla creatività... danza, disegno, teatro, manipolazione argilla**

**E, soprattutto, ricordarci cosa ci divertiva quando eravamo bambini!**



# ECOPSICOLOGIA

l' incontro in aforismi e spunti

Essere ciò che siamo...  
e divenire ciò che siamo capaci di divenire è l'unico scopo della vita  
SPINOZA

Edgar Morin: Cittadinanza terrestre (sociologo)  
Jeremy Rifkin: Coscienza biosferica (economista saggista)  
Leonardo Boff: Coscienza planetaria (teologo della liberazione)  
Thomas Berry: Era ecozoica (ecologo, teologo)

«Laggiù, in basso c'è la terra, un pianeta bianco-azzurro bellissimo,  
splendente: la nostra patria umana!  
Dalla luna lo tengo tutto sul palmo della mano.  
E da questa prospettiva non ci sono divisioni... formiamo tutti un unica Terra».  
John W. Young  
Astronauta, Apollo 16, aprile 1972

«La terra non ci appartiene...  
...siamo noi ad appartenerele»  
Pierre Rabhi

"Non possiamo restaurare la nostra salute e il nostro benessere se non  
restauriamo la salute del pianeta"  
Theodore Roszak (storico della cultura che negli anni '90 ha coniato il termine  
"ecopsicologia")

M.D.:  
L'ambiente naturale  
è parte della nostra storia... è parte di noi.  
Il nostro benessere individuale e sociale,  
la nostra stessa sopravvivenza,  
sono profondamente legati alla natura.

La sostenibilità è un concetto che implica la capacità  
di cambiare il punto di vista su noi stessi e sul mondo.

Dobbiamo cambiare il punto di vista sul nostro pianeta  
E scoprire che quello che facciamo  
influenza l'evoluzione della vita sul Pianeta Terra





La perdita di contatto con la terra,  
con la comunità della Creazione,  
si traduce in vuoto esistenziale, solitudine,  
incapacità di cogliere il senso della vita.

La sostenibilità è un concetto che implica la capacità  
di cambiare il punto di vista su noi stessi e sul mondo.

L'Ecopsicologia è l'arte  
di risvegliare nelle persone  
la consapevolezza di essere parte attiva  
nel processo evolutivo della vita sul pianeta Terra

Amiamo la terra perché siamo la terra  
[http://www.lifegate.it/it/eco/people/essere/eco\\_psicologia/  
amiamo\\_la\\_terra\\_perche\\_siamo\\_la\\_terra.html](http://www.lifegate.it/it/eco/people/essere/eco_psicologia/amiamo_la_terra_perche_siamo_la_terra.html)

Cambiare... per cambiare il mondo  
[http://www.lifegate.it/it/eco/people/essere/eco\\_psicologia/  
cambiare\\_per\\_cambiare\\_il\\_mondo.html](http://www.lifegate.it/it/eco/people/essere/eco_psicologia/cambiare_per_cambiare_il_mondo.html)



Un paragrafo di Ecopsicologia – Cresciuta personale e coscienza ambientale,  
Urra-Feltrinelli 2006 (Marcella Danon):

## Ecopsicologia per la cittadinanza terrestre

«L'andare in natura, lo stupirsi dinanzi ad essa  
non è solo evadere dalla realtà artefatta delle città.  
E' anche riconoscere la più vasta complessità del creato,  
è scorgere il labile filo che lega il nostro personale destino  
a quello del mondo, è insomma una ricerca di senso,  
un lento procedere verso e dentro noi stessi».  
*Francesco Bevilacqua*  
*Elogio dello stupore*

La crescita personale prepara il terreno per la nascita di una coscienza ambientale, allarga orizzonti, sensibilità, percezioni e consapevolezza. Ma l'obiettivo dell'ecopsicologia non si ferma qui, perché quello di cui c'è davvero bisogno è un modo completamente nuovo di concepire noi stessi e il mondo, in cui superiamo quella gola profonda che sembra separarci dal mondo e riconosciamo davvero di esserne parte. La cittadinanza terrestre è un concetto ancora nuovo, che riassume quanto visto insieme sinora in tutte queste pagine, e che si propone come obiettivo in tutti gli ambiti, dal terapeutico all'educativo, dal politico al sociale, dal professionale al personale. «Un essere umano è parte dell'intero che chiamiamo Universo, una parte limitata nel tempo e nello spazio. Ha esperienza di sé, dei suoi pensieri e sentimenti, come se fosse separato dal resto, una sorta di illusione ottica della sua coscienza. Questa illusione è per noi come una prigione, che ci limita ai nostri desideri personali e all'affetto per poche persone che ci sono vicine. Il nostro compito deve essere liberarci da questa prigione, ampliando al nostra cerchia di compassione per includere ogni creatura vivente e l'intera natura nella sua bellezza», è una famosa frase di Albert Einstein.

Come sviluppare questo senso di compartecipazione con il mondo è un campo ancora tutto da inventare e da costruire, in cui l'ecopsicologia si propone come aiuto, all'inizio del cammino, sino al momento in cui tutta la psicologia sarà "eco" e sarà coinvolta nel ridisegnare in un'ottica completamente nuova la concezione del rapporto tra uomo e ambiente.

Il lavoro pratico da fare e da proporre in questa fase è quello di allargare ulteriormente i confini, di stimolare a livello mentale ed emotivo la risonanza con l'ambiente e con gli esseri viventi, animali e umani, nel suo insieme. Si tratta di porre le basi per un diverso punto di vista sulla realtà, in cui non si è più soli, non si sarà mai più soli. Si tratta di risvegliare il piacere di chiedersi dove e come il nostro contributo personale potrà essere più utile e necessario, di dare un senso alla vita sempre e comunque, non per il dovere di farlo, ma per il piacere di essere una nota che caratterizza con la sua presenza una più vasta sinfonia.

E' una grande crescita interiore quella che accompagna l'apertura a una coscienza planetaria e potrebbe essere proprio questa la prossima tappa evolutiva dell'essere umano, concepito non più come estraneo o addirittura padrone del pianeta, ma come espressione più dinamica e versatile della vita stessa. «Dio dorme nella pietre, respira nelle piante, sogna negli animali e si sveglia nell'uomo», ci viene detto dalla tradizione nativa americana, il cui contributo culturale diventa più prezioso che mai, giacché essa è intrisa di reverente rispetto nei confronti dell'intero creato e l'ecopsicologia vi aggiunge solo poco di nuovo.

*Ecopsiché, Scuola di Ecopsicologia . [www.ecopsicologia.it](http://www.ecopsicologia.it)*

