

L'Ecopsicologia de Theodore Roszak

Dins l'àmbit de les psicologies 'New Age' una de les més prometedores és l'ecopsicologia, propugnada pel pensador contracultural nord-americà Theodore Roszak (1933), especialment als seus llibres 'Person/Planet' (1977, trad. cast., Kairós) i 'The voice of the Earth. An exploration of ecopsychology' (1992). El punt de partida d'aquesta teoria són les tesis jüngüianes sobre arquetips col·lectius, posades en relació amb les teràpies humanistes i les teories de la comunicació elaborades a Palo Alto.

El fet determinant de l'ecopsicologia és l'existència d'un 'inconscient ecològic'. Està empíricament demostrat que els dibuixos infantils anteriors als cinc anys segueixen esquemes universals. Així si es demana a un nen inuït o a un nen xinès que dibuixin una casa, tots faran el mateix dibuix: una casa de planta baixa, amb un sol arbre i una mica d'herba. Aquest és el tipus d'habitatges propis de la sabana, és a dir, del lloc de què provenim els homo sapiens. És com si existís en cadascú de nosaltres un record infantil inconscient i universal (un 'arquetip' en llenguatge jüngüià) d'un 'indret originari', d'equilibri. De la mateixa manera, el color verd és calmant en totes les cultures i els espais mal il·luminats fan por a tot arreu. Tindríem, doncs, un record de l'evolució en la nostra ment.

Segons els ecopsicòlegs aquest inconscient ecològic que ens recorda la nostra primitiva animalitat primordial i feliç, està reprimint perquè en la societat industrial hem tallat els lligams que ens unien a la natura. El fet d'experimentar cada dia situacions culturals molt agressives (la vida apressada en les ciutats, la roba encotillada i formal, els espais de color gris, mal il·luminats, la frustració derivada de la impersonalitat, etc), es converteix en font de malestar psicològic i, a l'extrem, també de malaltia perquè es fa incompatible amb l'equilibri emocional natural. La competitivitat, el fet de buscar 'sempre més' que té un origen biològic, derivat del fet que els homes són 'animals neotènics', esdevé font d'angoixa, quan hom viu perpètuament en entorns artificials. La depressió és explicada, així com dificultat d'integrar els elements naturals en la pràctica cultural. L'ecopsicologia, en paraules d'Allen Kanner: 'posa l'accent en els lligams emocionals i espirituals, entre els éssers humans i la resta del món natural'.

En aquest sentit Roszak i els seus seguidors, recullen les intuïcions de Gregory Bateson i Palo Alto, per a qui el malestar psicològic deriva de les set idees errònies que guien la nostra civilització:

- 1.- 'nosaltres contra el medi natural'
- 2.- 'nosaltres contra els altres'
- 3.- 'el que importa és l'individu (l'empresa, el país) per si sol'
- 4.- 'podem i hem de controlar el medi natural'
- 5.- 'el vivim en un horitzó que s'expandeix infinitament'
- 6.- 'el determinisme econòmic és sentit comú'
- 7.- 'la tecnologia ens ho resoldrà tot'.

Aquestes vindrien a ser les hipòtesis que ens emmalalteixen i la situació que es tracta de revertir. Segons el propi Roszak digué en una intervenció a la Universitat d'Estiu de Gandia (1987) es tracta de: 'limitar la violència tecnològica, pensar en la qualitat de la vida i escoltar la veu de la terra'. En aquesta hipòtesi, el contacte directe amb la natura tindria un valor terapèutic, si s'aprèn a transformar l'ansietat i l'angoixa per experiències d'alegria, de devoció i amor. La natura tindria, doncs,

una funció tutorial per a l'equilibri emocional. La consciència ambiental constituïria el punt de partida del creixement personal. L'ecoterapeuta intenta modificar hàbits culturals, usant tècniques de respiració, exercicis d'autoconeixement, etc. que tendeixin a la reconciliació amb la natura –que seria la part reprimida del nostre inconscient. La salut mental està vinculada a un canvi en l'estil de vida. En aquest sentit els ecopsicòlegs usen molt la paraula 'sinèrgia', derivat de la teologia cristiana. Per al cristianisme l'home sol no val res, però l'home unit a Déu té un valor infinit. De la mateixa manera l'home unit a la natura té una capacitat d'autocentrament, de control emocional i d'empatia de valor infinit.

La sinèrgia implica també una reestructuració cognitiva: ens sentim malament perquè la nostra societat promou experiències que ens emmalalteixen: fer salut significa recuperar el sentit de la gratuïtat de la natura, de les experiències sensorials, de l'equilibri, etc. Aprendre a donar sentit als petits actes quotidians el començament de la reestructuració cognitiva.

En algunes concepcions ecopsicològiques hi té un paper clau la famosa 'hipòtesi Gaia' de James Lovelock (1979), segons la qual el planeta Terra és un ésser viu, una mena de ment col·lectiva o un sistema col·lectiu autoregulat format per éssers vius. Així, l'ecopsicologia seria una tesi estreta del fet que la natura (eco) és estructuralment una ment (psique). En conseqüència la natura no només guia (funció tutorial), sinó que cura. La funció terapèutica es realitza mitjançant medicina natural, ioga, etc.

L'ecopsicologia ha tingut derives clarament místiques (la col·lecció 'Earth Prayers' d'Elisabeth Roberts i Elias Amidon) i s'ha vinculat a opcions polítiques radicals, en l'esforç per viure en harmonia amb la terra. Però sobretot ha ajudat al creixement d'una psicologia ecològica feminista (Mary Gomes) a partir de reflexionar sobre la importància que prenen algunes metàfores femenines per designar la natura ('la terra mare', etc.). Recuperar el 'costat femení' dels humans i alliberar les emocions forma part del programa de l'ecopsicologia, cosa que no ha deixat de provocar conflictes, en la mesura que s'han considerat conceptes emotius o difícils de definir amb claredat. Fins i tot acceptant que l'ecologia i el feminisme siguin metàfores cal reconèixer que quan els individus adopten aquestes metàfores com a formes de vida, la seva vida és transformada des del punt de vista cognitiu. És aquí on l'ecopsicologia té un paper interessant a mig camí entre la filosofia i la teràpia.