

Un progetto di:



in partenariato con:



Con il contributo di:



Allegato A

Suggerimenti e approfondimenti sul tema L'Uomo è Natura: una relazione sacra e profonda

BIOFILIA

La biofilia è un'ipotesi scientifica proposta nel 1984 dal biologo statunitense Edward O. Wilson, e significa "amore per la vita".

Essa identifica la tendenza psicologica umana ad essere attratta da tutto ciò che è vivo e vitale, indica l'attrazione per la natura e la profonda nostalgia che proviamo nei suoi confronti.

Le prove a sostegno di questa ipotesi sono riconducibili a due capacità insite in ogni individuo:

- la fascinazione, ovvero l'attrazione involontaria agli stimoli naturali
- l'empatia asimmetrica, la partecipazione emotiva alle diverse forme di vita

La biofilia è quindi un istinto di cura e di protezione, che porta l'uomo a legarsi e connettersi con gli altri esseri viventi.

Per comprendere l'intensità di questo legame, occorre un duplice sguardo:

- Filogenetico, l'uomo come specie biologica nel suo rapporto con "Gaia", ovvero come l'evoluzione umana nella ricerca dell'habitat, si sia impressa nella genetica
- Ontogenetico, l'uomo come individuo nel suo rapporto con la Natura, ovvero come le esperienze e il vissuto entrano in relazione con l'ambiente natura

Lo psicologo e sociologo Eric Fromm, nei suoi studi trattò i temi legati alla pulsione di vita e alla pulsione di morte, che tradusse in biofilia e necrofilia.

Questo dualismo è presente in ogni individuo, si bilancia o si sbilancia in base alle condizioni sociali e culturali in cui egli vive.

La biofilia è amore per il vivente, l'espressione e lo sviluppo delle qualità umane, il suo opposto invece, la necrofilia, è l'attaccamento al passato, il timore per il futuro, vivere una vita non creativa, non sviluppare il proprio potenziale.

Un progetto di:



in partenariato con:



Con il contributo di:



IPOTESI DI GAIA

È un'ipotesi scientifica proposta nel 1979 dallo scienziato inglese James Lovelock.

Nel suo trattato, egli descrive le dinamiche fisiologiche che rendono la Terra un luogo adatto ad ospitare la vita.

Oggi gli scienziati considerano Gaia come un superorganismo, al cui interno le dinamiche sono interconnesse; ma un tempo soltanto i grandi mistici erano in grado di raggiungere la consapevolezza cosmica della propria relazione con il mondo naturale.

Gaia è un nome profondamente evocativo, la dea terra nella mitologia greca, e richiama la venerazione che fin dall'antichità l'uomo ha riservato alla Natura.

Dalla percezione di questa unità del mondo vivente, è sorto il mito della Madre Terra, il cui culto è il più antico di tutti, da più di 3.000 anni, ritrovandosi in moltissime culture:

- Tellus romana
- Jörd norrena
- Mati Zemlya slava
- Devi induista
- Quan-In cinese
- Pachamama andina

Gaia è molto di più di quello che noi consideriamo Natura, non è solo il bosco, le montagne, il mare che vediamo e attraversiamo, ma è anche ciò che era prima che si formassero.

Accettare Gaia significa comprendere che non possiamo fare a meno della Natura.

INTELLIGENZA NATURALISTICA

L'intelligenza naturalistica è l'ottava manifestazione di intelligenza umana, secondo la classificazione proposta da Howard Gardner nella sua *Teoria delle Intelligenze Multiple*.

È definita come l'abilità di entrare in connessione profonda con gli esseri viventi non umani e di apprezzare l'effetto che questa relazione ha su di noi e sull'ambiente esterno.

ECOLOGIA AFFETTIVA

È una disciplina scientifica da cui è stato pubblicato un libro del prof. Giuseppe Barbiero, docente di biologia e ricercatore di Ecologia all'Università della Valle d'Aosta.

L'ecologia affettiva è un ambito di ricerca al confine tra biologia e psicologia.

'Ecologia' perché è la branca della biologia che si occupa delle relazioni tra le creature viventi e l'ambiente circostante; 'Affettiva' perché all'interno di queste relazioni viene

Un progetto di:



in partenariato con:



Con il contributo di:



studiato il legame emotivo che lega l'Uomo alla Natura, e questo legame è di pertinenza psicologica.

ECOPSICOLOGIA

Nasce in California agli inizi degli anni Novanta, a partire dalla constatazione della correlazione tra il crescente disagio, individuale, sociale e l'ambiente urbano (degrado ambientale, cambiamenti radicali negli stili di vita).

La perdita di connessione con l'ambiente naturale viene considerata come una causa rilevante di malessere psichico.

L'ecopsicologia favorisce la riconnessione con la natura, per scaricare le tensioni, per rilassarsi, per l'introspezione.

BIBLIOGRAFIA

Arway Clemens G., *Effetto biofilia, Il potere di guarigione degli alberi e delle piante*, Edizione Macro, 2017

Barbiero Giuseppe, *Ecologia affettiva. Come trarre benessere fisico e mentale dal contatto con la Natura*, Edizione Mondadori, 2017

Barbiero Giuseppe e Rita Berto, *Introduzione alla biofilia*, Carocci, 2016

Danon Marcella, *Clorofillati - Ritornare alla Natura e rigenerarsi*, Feltrinelli, 2019

Danon Marcella, *Ecopsicologia*, Aboca, 2020

Francolini Bianchi Caterina, *Sento Dunque Sono. Riflessioni sulla biofilia*, tesina di diploma in Etologia Relazionale

Fromm Erich, *Avere o essere?*, Mondadori, 2021

Gardner Howard, *Educazione e sviluppo della mente. Intelligenze multiple e apprendimento*, Edizione Erickson, 2005

Goleman Daniel, *Intelligenza ecologica*, Rizzoli, 2009

Louv Richard, *L'ultimo bambino nei boschi. Come riavvicinare i nostri figli alla natura*, Rizzoli, 2006

Lovelock James, *Gaia. Nuove idee sull'ecologia*, Bollati Boringhieri, 2021

Un progetto di:



in partenariato con:



Con il contributo di:

