

Imprimir

Llegó a mis manos el libro: «Psicología ecológica: Ecoansiedad y solastalgia: semillas conmovidas ecoterapéuticas» de Daniel Turó y no pude resistir la tentación de leerlo. La cantidad de temas que articulaba dentro de un mismo libro despertó inmediatamente mi curiosidad. Psicología, ecología, trauma, filosofía, arte, espiritualidad, crisis climática, Jung, budismo, cine, ecoterapia... Quise descubrir de qué manera podía sostenerse una arquitectura tan amplia sin perder profundidad en el camino.

Y quizás lo primero que aparece durante la lectura es precisamente eso: la sensación de estar ante un texto que no intenta compartimentar la experiencia humana, sino comprenderla como una red de conexiones donde lo psicológico, lo ecológico, lo simbólico y lo cultural dejan de funcionar como territorios separados.

No siempre es fácil escribir sobre aquello que todavía está tomando forma en la conciencia colectiva. La ecoansiedad pertenece justamente a ese territorio. Durante mucho tiempo permaneció en una especie de periferia emocional, como si el sufrimiento ligado al deterioro ambiental no terminara de encontrar legitimidad dentro del lenguaje cotidiano. Hoy empieza a ocupar otro lugar. Ya no vive únicamente en círculos ecologistas o académicos; se ha desplazado hacia el centro de la experiencia contemporánea.

El libro recoge ese movimiento con bastante lucidez.

A lo largo de sus páginas aparece un intento serio de ordenar y dar profundidad a conceptos que muchas personas experimentan de manera difusa: ecoestrés, duelo ecológico, trauma climático, solastalgia, mecanismos de negación, retardismos sociales, estados de disociación colectiva frente a la crisis ambiental. Y uno de los aciertos del texto consiste precisamente en no abordar estos fenómenos únicamente desde la teoría, sino desde la complejidad emocional que los sostiene.

La ecoansiedad no aparece tratada como una simple patología individual. El libro insiste, de forma implícita y explícita, en que hay una dimensión profundamente racional en el malestar contemporáneo. Resulta difícil permanecer emocionalmente intactos ante la conciencia

progresiva del deterioro ecológico, especialmente cuando la información científica convive con niveles enormes de inacción política, económica y social. Ese desfase entre consciencia y capacidad de respuesta atraviesa silenciosamente gran parte de la vida moderna.

La solastalgia introduce quizás una de las dimensiones más profundas del libro. Hay algo particularmente conmovedor en esa experiencia de seguir habitando un lugar que ya no devuelve la misma sensación de pertenencia. El paisaje continúa físicamente presente, aunque emocionalmente empieza a sentirse alterado, erosionado, distante. Como si la memoria del mundo y el mundo real dejaran poco a poco de coincidir.

Daniel Turó no se limita a describir estos procesos desde una sola corriente psicológica. El texto establece puentes constantes entre distintas tradiciones de pensamiento: desde el cognitivismo y la psicología humanista hasta la psicología profunda junguiana, la ecología profunda de Arne Naess, el pensamiento simbólico de Hillman, las ideas de Timothy Morton sobre la ecología oscura, e incluso referencias al pensamiento oriental e indígena.

Ese cruce interdisciplinar podría haberse convertido fácilmente en una acumulación caótica de referencias. Sin embargo, el libro consigue mantener una cierta coherencia interna porque todas esas corrientes orbitan alrededor de una misma pregunta de fondo: qué ocurre con la vida psíquica cuando el vínculo entre el ser humano y el mundo natural empieza a fracturarse.

La respuesta nunca aparece formulada de manera cerrada. Y probablemente ahí reside parte de la honestidad del texto.

Hay momentos en los que el libro se desplaza hacia territorios muy conceptuales y otros en los que adquiere una textura casi meditativa. El lenguaje oscila entre la reflexión analítica y una sensibilidad más simbólica, permitiendo que ciertas ideas respiren fuera de la rigidez académica. Esa decisión estilística aporta riqueza y amplitud, aunque también exige un lector dispuesto a moverse entre distintos niveles de lectura sin necesidad de recibir definiciones permanentemente estabilizadas.

Me resultó especialmente interesante el recorrido que plantea sobre los distintos grados de conciencia ecológica y las formas psicológicas de respuesta frente a la crisis climática. El libro muestra cómo el negacionismo no siempre opera desde la ignorancia explícita, sino también desde mecanismos defensivos más complejos: saturación, disociación emocional, evitación, impotencia aprendida o desplazamiento del conflicto. En ese punto la obra adquiere una profundidad muy contemporánea, porque deja de mirar únicamente “el problema ecológico” para empezar a observar la arquitectura emocional de la sociedad actual.

También hay algo valioso en la voluntad del autor de no permanecer únicamente en el diagnóstico. Hacia el final aparecen espacios más orientados a la ecoterapia, la transformación cultural, el cambio de paradigma y la construcción de narrativas futuras menos dominadas por la distopía. La incorporación del arte, el cine y la literatura abre además una dimensión particularmente fértil: la imaginación colectiva como espacio de regeneración simbólica.

Ese aspecto me parece importante. Las crisis profundas no se sostienen solo con datos; también dependen de las imágenes interiores que una cultura tiene sobre el futuro. Y en ese sentido el libro parece preguntarse constantemente qué tipo de relatos necesitamos construir para no quedar atrapados únicamente en la devastación.

Quizás uno de los elementos más interesantes de esta obra sea precisamente su carácter inacabado. Daniel Turó reconoce el libro como un proceso abierto, dispuesto a revisarse, ampliarse y transformarse. Esa actitud dialoga bastante bien con la naturaleza misma del tema que aborda. La relación entre ecología, conciencia y salud mental todavía está en pleno desarrollo y probablemente continuará expandiéndose durante las próximas décadas.

Al terminar la lectura queda una sensación difícil de resumir del todo. No tanto la impresión de haber recibido respuestas definitivas, sino la de haber recorrido un mapa emocional e intelectual que intenta nombrar algunas de las transformaciones más silenciosas de nuestro tiempo.

La ecoansiedad o la lenta erosión emocional de habitar un mundo exhausto

Y quizás ahí aparece una de las preguntas más profundas que deja el libro flotando: qué sucede dentro del ser humano cuando el mundo que lo rodea empieza lentamente a perder su capacidad de parecer eterno.

Sandra Campos, Abogada, ecologista, máster en proyectos de ciudad. Universidad de Barcelona, directora del 4t Seminario Internacional de Convivencia Planetaria: Construimos Biociviltización - Barcelona <http://biocivilizacion.org/que-es-biocivilizacion/>

Foto tomada de: Amazon