

“Cambiamento climatico e salute mentale”
Dall’ecologia della mente alla mente ecologica
Paolo Cianconi, Luigi Janiri
con Batul Hanife , Francesco Grillo

Recensione a cura di Lidia Merolli

La tesi degli autori viene sviluppata a partire dal presupposto dell’inseparabilità mente-corpo e della stretta connessione tra salute mentale e cambiamenti climatici.

Nel ricostruire storicamente l’andamento delle variazioni climatiche del nostro pianeta, gli autori ne individuano alla base una “causa antropica” (pag.7), definita come un insieme di fattori che hanno un impatto molto più veloce degli eventi geologici, e che ha effetti in scala planetaria.

Nei primi due capitoli, ne fanno una ricostruzione dettagliata.

Il cambiamento climatico è un sintomo secondario al modello di sviluppo vorticoso della nostra società a partire dal dopoguerra.

L’urbanizzazione e la crescita esponenziale dell’uso delle risorse, con l’impiego crescente di materiali fossili che producono gas serra avvolgendo l’emisfero come una coltre, hanno un’incidenza sull’aumento globale delle temperature.

I cambiamenti ambientali lenti e progressivi convergono verso quelli che gli Autori definiscono “tipping point” (pag.44), punti di non ritorno o di ribaltamento, in cui avviene una significativa variazione del regime ambientale da stabile ad alternativo.

Attualmente si sono già raggiunte diverse di queste soglie di non ritorno, che sembrano preludere ad un collasso irreversibile del nostro ambiente e della nostra civiltà.

Gli autori, a questo proposito, fanno riferimento al libro del filosofo Tim Mulgan che parla di un “mondo spezzato”, inabitabile (pag.55).

Il diffuso senso di minaccia e incertezza per l’incombere di fenomeni catastrofici e imprevedibili, diventa traumatico quando eccede la capacità dell’individuo di poterli elaborare.

In questo modo viene potenziato anche il vissuto di precarietà psichica, creando condizioni predisponenti o scatenanti di svariate patologie.

Ad essere minacciato è “Heimat”, il posto dove siamo nati e dove viviamo che rappresenta la specificità dell’individuo, a partire dalla propria costruzione identitaria nel luogo d’origine, e include casa, famiglia, infanzia e patria rappresentazione alla quale ci attacchiamo e che non ci possiamo permettere di perdere (pag. 210).

Non è garantito neanche il costituirsi di una *nicchia ecologica*, che per gli autori include, insieme alle condizioni dell’ecosistema, le esigenze e le strategie di sopravvivenza che permettono alla specie di adattarsi ai cambiamenti (pag. 64-65)

Gli autori propongono di affrontare il cambiamento climatico con un approccio multidisciplinare che comprenda aspetti psichici, biologici e socioculturali, lasciando aperta la riflessione su un uso corretto dell’informazione e dei media, tema sviluppato nel capitolo 13.

Tale approccio incrocia trasversalmente anche la spiritualità, nei suoi risvolti antropologici, sociologici e filosofici.

Ne è un esempio la lettura che ci propongono dell’enciclica “Laudato si”, di papa Francesco e il pensiero del teologo e filosofo Seyyed Hossein Nasr, fondatore dell’ambientalismo musulmano, che correla la distruzione dell’equilibrio tra uomo e natura alla distruzione dell’equilibrio tra Dio e Uomo (pag. 78-84).

Per individuare i possibili interventi di prevenzione, gli Autori riflettono sui concetti di *vulnerabilità* e *resilienza* (cap. 5-6-11).

La resilienza è la “*capacità di un sistema socio-ecologico di far fronte ad un evento o perturbamento pericoloso, rispondendo o riorganizzandosi in modi che mantengano la sua funzione essenziale, identità e struttura, mantenendo anche la capacità di adattamento, apprendimento e trasformazione*” (pag.116).

La resilienza rappresenta la capacità di sopravvivere ed adattarsi o come dicono gli autori *rimbalzare avanti* in situazioni catastrofiche (pag.117).

La sola *plasticità fenotipica* (pag.111-114) caratterizzata da quattro determinanti del rischio catastrofico ambientale - pericolo, esposizione, vulnerabilità e risposta -, potrebbe non essere sufficiente ad evitare l’estinzione della specie.

Di fronte alla minaccia di cambiamento catastrofico, gli autori definiscono *ecoparalisi* (cap. 5 e 10) uno stato in cui c’è una rinuncia all’azione e alla difesa, aggravato da un grande senso di paura.

Il cambiamento climatico in questa prospettiva è vissuto “*come una situazione-limite ... come una minaccia grave, irreversibile e insormontabile, traumatica e progressiva nella misura in cui, sia pur lentamente, segna un punto di non ritorno, per cui il mondo non potrà essere quello di prima*” (pag.282).

L’evento traumatico che si profila “*...mette in gioco la continuità di sé e dunque l’identità personale e la stabilità emotiva e cognitiva (Janiri et al., 2012)...La percezione traumatica di non poter controllare gli eventi corrisponde alla sensazione profonda e disperata ... in cui il soggetto realizza di non poter essere aiutato da nessuno... (pag.283) ... l’età e lo stadio di sviluppo al momento del trauma, la sensibilizzazione da traumi precedenti e fattori ereditari si aggiungono alla natura e gravità del trauma...(pag.284)*”.

Gli autori cercano di immaginare possibili modi per “*costruire la resilienza e a preparare i servizi e i terapeuti a gestire le difficoltà inerenti ai disastri legati al clima (pag.327)*”.

Per esprimere il senso di confusione che emerge nel riflettere sulla questione dei cambiamenti catastrofici che stanno coinvolgendo il nostro pianeta, Serres altrove scrive:

“la vita è multitemporale, policrona ... in noi i tempi sono mescolati tra loro come lo sono, ovunque nello spazio, in una molteplicità di spazi, l’ordine e il disordine” (in: Questo tempo che non passa, J.B. Pontalis, Borla, 1999, pag. 10).

Trovo inquietante constatare così tanta e apparente incuranza e sordità rispetto ad un mondo che sta cambiando in modo inarrestabile e minaccioso.

A chi il compito di proteggere il nostro mondo se non a noi stessi?

Saremo in grado di trasmettere il valore della conservazione di una natura incontaminata e/o la possibilità di una contaminazione vitale ed evolutiva?

Sembrano contrapporsi un mondo di adulti che si comporta in modo irresponsabile ed un mondo di giovani che, di fronte ad una situazione ambientale aggredita e depredata, tenta invece di creare idee per salvaguardare il pianeta.

L’estinzione sembrerebbe irrevocabile e recherebbe con sé il fallimento del processo creativo riparativo.

Come se l'attrazione verso il nulla facesse prevalere la pulsione di morte sulla pulsione di vita, un ribaltamento da madre-terra che nutre a madre-terra che distrugge.

Inoltre, “... se un organismo o un aggregato di organismi stabilisce di agire avendo di mira la propria sopravvivenza e pensa che questo sia il criterio per decidere le proprie mosse adattive, allora il suo progresso finisce col distruggere l'ambiente. Se l'organismo finisce con il distruggere il suo ambiente, in effetti avrà distrutto sé stesso” (pag.295).

Non posso che partire dalla minaccia traumatica che stiamo vivendo, per articolare un pensiero che consideri il trauma, la perdita, il processo del lutto, le pulsioni di vita e di morte.

L'impossibilità di accedere al lavoro del lutto ed alla elaborazione della perdita, impedisce di abbandonare l'investimento dell'oggetto perduto e di reinvestire in un nuovo oggetto, cioè in un “nuovo mondo”.

In altre parole, se non si riesce a dire “addio” a qualcosa che è stata distrutta c'è il rischio di rimanere “sotto le macerie” di un mondo spezzato e perduto.

Sembrerebbe che per gli autori chi è soggetto sia anche oggetto di distruzione, nello stesso tempo sintomo e causa.

Mi chiedo se l'evento catastrofico rievochi il fantasma originario apocalittico come espressione del desiderio distruttivo che conserviamo intatto nel nostro inconscio.

Se così fosse, l'alternarsi del processo continuo del costruire e distruggere rimanderebbe proprio alle pulsioni di vita e di morte e alla loro indissolubile connessione.

Tutto si distrugge e si ricrea, gli Autori sposano la tesi della speranza che il mondo venga preservato dalla distruzione.

Di fronte a queste domande non rimane che *immaginare* una sopravvivenza e una spinta che permetta di “ricostruire”.

Come per il personaggio di Caesar Catilina nel film *Megalopolis* di Francis Ford Coppola (Stati Uniti 2024) che vive in una realtà distopica, triste e ingiusta in cui c'è un enorme divario tra i ricchi e poveri, una società che sta morendo.

Sogna un mondo migliore e pensa di realizzarlo con un progetto visionario. Sarà quello il modo per salvare il suo mondo?

Ritornando alle parole di Michel Serres, sarà proprio la possibilità di essere visionari che ci permetterà di attraversare *l'ordine e il disordine* in

un *policronismo* di tempi e spazi, aprendo uno spiraglio ad una possibilità di “salvezza”?

Vorrei concludere con una frase del pittore Giovanni Anselmo:

“Io, il mondo, le cose, la vita, siamo delle situazioni di energia ed il punto è proprio di non cristallizzare tali situazioni, bensì di mantenerle aperte e vive in funzione del nostro vivere...” (citato nella mostra Oltre l’Orizzonte, MAXXI, giugno-ottobre 2024).