

ECOPSICOLOGIA E NÃO-VIOLÊNCIA: UM DIÁLOGO A FAVOR DA VIDA



Como nos relacionamos com os ambientes físicos nos quais convivemos, com a natureza, conosco mesmos e com os outros seres vivos? Reconhecemos nosso impacto sobre o planeta e as consequências de nossas ações sobre ele? Como temos cuidado da Vida, como um todo? Vários cientistas têm nomeado a era geológica que vivemos de Antropoceno, reconhecendo o efeito, por vezes, destruidor, das atividades humanas sobre o clima da Terra e o funcionamento dos ecossistemas.

Desastres climáticos, escassez de recursos não-renováveis causada pela exploração desenfreada, fome, desigualdade social, fundamentalismos, tudo isto pode fazer que a vida no planeta não sobreviva num futuro muito próximo. Por outro lado, a reflexão sobre estas questões e sobre nosso papel na construção de uma outra história abre campo para infinitas novas possibilidades de transformação, ressignificação, renovação e coexistência. Nas palavras de Joanna Macy, como manter a esperança frente a um mundo que morre e como, através de nossa atuação, podemos deter ou mesmo reverter os efeitos daquilo que nós mesmos, como humanidade, estamos causando?

A Ecopsicologia, abordagem transdisciplinar derivada fundamentalmente da Ecologia Profunda, da Psicologia e das Ciências da Vida, visa investigar e compreender de que modos nossa influência sobre a vida no planeta impacta a nossa própria vida e, especialmente, nossa saúde mental, nas dimensões intrapsíquica, interpessoal e social. Ao mesmo tempo, nos oferece uma compreensão mais apurada sobre as causas e influências humanas para o estabelecimento das dinâmicas que nos trouxeram até este desafiador momento histórico e como podemos, individual e coletivamente, atuar de forma a transformar nossas relações conosco mesmos, com os outros seres e com a Terra, de forma a construirmos formas de coexistência mais alinhadas com o cuidado e a manutenção da vida e do planeta. Essa é, também, a proposta fundamental da não-violência, o que possibilita que ambas as abordagens dialoguem perfeitamente.

Angelica Rente é psicóloga Gestalt-terapeuta, psicoterapeuta dialógica, arquiteta e urbanista, arteterapeuta e arte-educadora com aperfeiçoamento em Arte e Cultura Contemporâneas. Coordenadora de grupos na abordagem fenomenológica, facilita grupos e processos utilizando recursos como processos circulares, expressão artística e práticas corporais. Desde 2013 faz parte de uma comunidade de aprendizes no percurso da Comunicação Não-Violenta, das Práticas Restaurativas e da Não-Violência, tendo como principais mentores Dominic Barter e Michael Nagler, sob cuja orientação realizou a Certificação em Estudos da Não-Violência oferecida pelo Metta Center for Nonviolence (Califórnia, EUA). Investiga a Psicologia Ambiental e a Ecopsicologia há vários anos, tendo participado de diversas práticas em Ecologia Profunda, bioconstrução e permacultura, no Brasil e na Europa. A partir de sua vivência diária em busca de incorporar a não-violência em sua atuação como psicoterapeuta, educadora, cidadã e mãe, tem realizado partilhas, conversas e grupos de prática sobre Comunicação Não-Violenta e suas contribuições para a criação e sustentação de espaços de diálogo, colaboração e respeito mútuo. Iniciadora do projeto Rodas de Empatia que, desde 2014, oferece rodas de escuta em locais públicos das cidades de São Paulo e Rio de Janeiro. Autora do blog Ação Transformativa.