



Bioethical Education and Attitude Guidance for Living Environment

MATERIALI EDUCATIVI



Erasmus+

MATERIALI DIDATTICI

Autori: Pier Giacomo Sola, Maddalena Nicoletti

Traduzione a cura di: Pier Giacomo Sola, Maddalena Nicoletti

Grafica: Pixabay

Ringraziamenti:

Vogliamo ringraziare gli studenti, insegnanti, educatori, ricercatori e tutti coloro che hanno partecipato al progetto e che, con le loro idee, supporto e incoraggiamento, hanno contribuito alla produzione di questo documento.

Copyright

I materiali possono essere utilizzati secondo la licenza:
Creative Commons License Non-Commercial Share Alike



Nota bene

Questo progetto è stato finanziato con il sostegno dell'Unione Europea, del programma Erasmus+ e dell'agenzia nazionale Erasmus+ della Croazia (Agencija za mobilnost i programe Europske unije). Questo documento riflette solo le opinioni degli autori, e la Commissione non può essere ritenuta responsabile per qualsiasi uso che possa essere fatto delle informazioni in essa contenute.



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



AGENCY FOR
MOBILITY AND
EU PROGRAMMES



beagle
Bioethical Education
and Attitude Guidance
for Living Environment

Introduzione

1. Bioetica ambientale: definizione e categorie

La **bioetica ambientale** è quella branca della filosofia ambientale che estende i tradizionali confini dell'etica – normalmente circoscritti solo agli esseri umani - per includervi anche gli esseri viventi non umaniⁱ. La bioetica ambientale si può anche definire come la branca della filosofia che si occupa delle relazioni morali esistenti tra esseri umani e ambiente e del valore e dello status morale dell'ambienteⁱⁱ.

La necessità di una bioetica "ambientale" nasce dal fatto che molti dei problemi ambientali che ci troviamo ad affrontare mettono a dura prova l'idea classica che gli unici soggetti portatori di interessi morali siano gli esseri umani. La bioetica ambientale ha aperto un nuovo filone di ricerca filosofica con l'intento di verificare se e come la comunità morale possa aprirsi ad includere anche soggetti non umani e non paradigmatici, considerandoli come "pazienti morali"^{iii,iv}. In altri termini, il problema fondamentale che la bioetica ambientale affronta è questo: l'uomo ha dei doveri morali nei confronti della conservazione e della tutela del mondo non umano? se sì, quali?

Il dibattito è così fervido che molto spesso si parla di "bioetiche" ambientali (al plurale) e non di "bioetica" ambientale (al singolare) perché esistono molti approcci diversi a questo argomento. Per esempio l'antropocentrismo, la teoria della liberazione animale, la teoria dei diritti degli animali, il biocentrismo, l'ecocentrismo - solo per citarne alcune - sono tutte teorie che forniscono una diversa giustificazione etica a favore della necessità della tutela dell'ambiente^v.

Con il presente contributo non si intende avallare l'una o l'altra teoria. Il progetto BEAGLE ha, tra gli altri, lo scopo di offrire metodi e strumenti innovativi per l'insegnamento e l'apprendimento della bioetica ambientale nelle scuole. In quest'ottica pertanto abbiamo sviluppato alcuni strumenti e attività basati sulla "**mindfulness**".

2. Cos'è la mindfulness? Perché è utile nell'esplorare i problemi di bioetica ambientale? Quale ruolo può svolgere nell'educazione dei ragazzi?

La "mindfulness" è il processo psicologico che ci fa riportare l'attenzione al momento presente. "Essere nel momento presente" significa essere consapevoli, significa prestare attenzione a quello che avviene dentro e fuori di noi, senza vergognarsi e senza fuggire da informazioni o sensazioni che non ci piacciono o che non vorremmo accettare^{vi}. "Mindfulness" significa prestare attenzione in un modo particolare: ossia



intenzionalmente, nel momento presente e in modo non giudicante^{vii}.

Questa attitudine si può sviluppare attraverso la meditazione o attraverso altre pratiche contemplative.


Anche se la mindfulness deriva dalla tradizione buddista, è importante sottolineare che non si tratta né di una pratica religiosa né di una pratica spirituale. Infatti la tecnica moderna è stata sviluppata negli anni '70 del secolo scorso dal medico statunitense Jon Kabat-Zinn, che definì la mindfulness come “la facoltà, comune a tutti gli esseri umani, di promuovere la chiarezza di pensiero e l’apertura del cuore. Per praticare questo tipo di meditazione non occorre aderire a nessuna corrente religiosa o culturale”. Al contrario, “praticare la mindfulness può essere di grande giovamento anche a coloro che non intendono adottare alcuna tradizione buddista o usarne il lessico”^{viii}. Infatti i ricercatori occidentali, i medici, gli insegnanti, gli educatori e gli allenatori che utilizzano la mindfulness nei loro programmi, insegnano a sviluppare questa facoltà indipendentemente dalle credenze religiose e dalle tradizioni culturali a cui loro stessi appartengono.

Le ricerche indicano che la mindfulness contribuisce a promuovere il benessere personale, suscitando una maggior empatia e compassione verso noi stessi, verso gli altri e verso l’ambiente, e contribuisce a chiarire i propri valori ed obiettivi. Per tali ragioni i programmi che si basano sul protocollo MBSR (Mindfulness Based Stress Reduction) o simili sono stati adottati in molti paesi del mondo e vengono usati nelle scuole, nelle prigioni, negli ospedali, in centri per il recupero dei veterani di guerra e in molti altri contesti.

Quando si parla di “**mindfulness ambientale**” (“**Environmental Mindfulness**”) si fa riferimento alla pratica di mindfulness applicata all’ambiente naturale, nel senso che praticare la presenza mentale può contribuire a **coltivare una coscienza “non dualistica”**, a sviluppare **atteggiamenti e comportamenti compassionevoli verso tutto ciò che non è umano** e può **favorire la transizione verso un modo di vivere sostenibile**.

Molti autori^{ix} hanno evidenziato che l’attuale crisi ecologica nasce dal nostro pensiero dualistico, che ci porta a considerare **la nostra mente come una cosa separata dal nostro corpo e ci fa considerare noi stessi come entità separate dal mondo che ci circonda**. Il nostro pensiero dualistico ci impedisce di percepire il valore intrinseco della natura e ci porta di conseguenza a trattare la natura come uno strumento al nostro servizio^x.

La mindfulness, e in questo caso la mindfulness ambientale, può aiutare la nostra società a passare da un pensiero dualistico fondato sulla dicotomia soggetto/oggetto, ad un pensiero - o coscienza - non dualistico, che ci consente invece di fare esperienza della intersoggettività o dell’“inter-essere”^{xi}. “Intersoggettività” o “inter-essere” sono termini che indicano il sentire e il sapere che l’“altro” è un nostro “simile”, la cui esistenza e il cui benessere sono legati alla nostra stessa esistenza e al nostro stesso benessere. Da questa integrazione nascono l’amore per la vita e un profondo rispetto per qualsiasi altra forma di vita^{xii}. Praticare la mindfulness può quindi portare ad ottenere questi risultati^{xiii}:


- 
- cambiare il modo in cui percepiamo le ragioni della crisi sociale ed ambientale che stiamo attraversando;
 - aiutarci ad attuare le azioni necessarie per costruire una società più sostenibile (per esempio sensibilizzando le persone rispetto ai rischi ambientali e cambiando le loro abitudini nei confronti dell'ambiente; sensibilizzando le persone verso la necessità di ridurre la sofferenza; supportando i governi nei piani di tutela ambientale);
 - coltivare la compassione e i nostri valori morali intrinseci, che a loro volta conducono ad attuare azioni dirette al bene comune;
 - aiutarci a mettere in discussione le strutture e le relazioni di potere a qualsiasi livello e a considerarne le conseguenze;
 - praticare la mindfulness con bambini e studenti all'aria aperta, fuori dalle classi, li aiuta a mettersi in contatto con la natura, ad apprezzarne il valore e a costruire un legame con essa. Praticare la mindfulness aiuta gli studenti a fermarsi, a fare esperienza del momento presente e a provare gratitudine per tutta la natura, che ci consente di vivere la vita di ogni giorno^{xiv};
 - la pratica della mindfulness aiuta inoltre i bambini a sviluppare la cosiddetta "intelligenza naturalistica"^{xv}.

Per quanto riguarda i risultati sinora raggiunti dalla mindfulness ambientale, da un lato occorre rilevare che sono pochi gli studi che indagano la relazione tra mindfulness e sostenibilità e che formulano l'ipotesi che la mindfulness, e uno stile di vita con maggiore presenza mentale, promuovano atteggiamenti e abitudini sostenibili per l'ambiente. Mancano inoltre studi che verificano gli effetti della mindfulness ambientale nel lungo periodo, sia dal punto di vista quantitativo che qualitativo^{xvi}.

Dall'altro lato occorre però rilevare che esistono numerosi esempi pratici di tecniche di mindfulness utilizzate per sensibilizzare le persone (inclusi bambini e studenti) nei confronti dei temi ambientali e della sostenibilità, specialmente nei paesi anglosassoni. Molti insegnanti di mindfulness, educatori, allenatori e praticanti ritengono che la pratica della mindfulness nelle scuole, nei posti di lavoro e in altri luoghi contribuisca a rendere le persone più sensibili nei confronti dell'ambiente e contribuisca a far comprendere il concetto di sostenibilità e a metterlo in pratica^{xvii, xviii}.

Non vi è dubbio che l'obiettivo di educare ai problemi ambientali sia un obiettivo di grande rilevanza, e per tale ragione sarebbe utile inserire la pratica della mindfulness (ambientale) tra gli strumenti educativi. Infatti, come si è notato poco sopra, nel corso dell'ultimo decennio sono già stati fatti molti tentativi per sviluppare e per mettere in pratica lezioni e programmi di mindfulness ambientale per bambini (specialmente nei paesi anglosassoni), allo scopo di aiutarli a scoprire e a sviluppare una più stretta relazione con l'ambiente^{xix}.

Una ricerca molto recente condotta su 44 lezioni di mindfulness ambientale ha confermato che queste lezioni sono molto utili per fare comprendere agli studenti che la vita umana e il mondo naturale sono strettamente interconnessi e che



interdipendenti^{xx}. La stessa ricerca ha però anche messo in evidenza che le lezioni analizzate si pongono solo marginalmente l'obiettivo di insegnare ai ragazzi comportamenti virtuosi nei riguardi dell'ambiente. Pertanto le autrici della ricerca concludono rilevando che sarebbe necessario sviluppare lezioni di mindfulness ambientale in collegamento con altre aree del curriculum scolastico e che sarebbe inoltre necessario che queste lezioni forniscano agli studenti conoscenze su come comportarsi nei confronti dell'ambiente.

Workshop

Il presente contributo muove dalle esperienze pratiche citate e dalle conclusioni della sopra citata ricerca con lo scopo di sviluppare alcune nuove idee e contenuti diretti ad insegnanti e studenti, di stimolare la consapevolezza degli studenti riguardo all'interconnessione e all'interdipendenza dell'esistenza umana e dell'ambiente, e di fornirgli competenze per comportarsi in modo virtuoso nei confronti dell'ambiente. I nostri sforzi sfociano nella proposta di alcuni workshop basati sulla mindfulness ambientale che descriviamo qui di seguito.

- ⁱ https://en.wikipedia.org/wiki/Environmental_ethics
- ⁱⁱ STANFORD ENCYCLOPAEDIA OF PHILOSOPHY. (2002). *Environmental Ethics*. Substantive revision Jul 21, 2015. <https://plato.stanford.edu/entries/ethics-environmental/>
Vedi anche: ANDREOZZI, M. (2015). *Le sfide dell'etica ambientale. Possibilità e validità delle teorie morali non-antropocentriche*. Edizioni Universitarie di Lettere Economia Diritto. Milano.
- ⁱⁱⁱ ANDREOZZI, M. *Ibid* .
ROLSTON, H. III. (1991). *Environmental Ethics: Values in and Duties to the Natural World*. Published in: *The Broken Circle: Ecology, Economics, Ethics*. F. Herbert Bormann and Stephen R. Kellert, Eds. Yale University Press. New Haven. ISBN 0-300-04976-5.
<http://www.ecospherics.net/pages/RolstonEnvEth.html>
- ^{iv} per una definizione di "paziente morale" vedi: Allegri F. (2017). *Obbligo morale. Breve introduzione alle teorie etiche della condotta*. Edizioni LED. pag. 75.
<https://www.ledonline.it/ledonline/822-Obbligo-morale/822-Obbligo-morale.pdf>
- ^v YANG, T. (2006). *Towards an egalitarian global environmental ethics*. Environmental ethics and international policy. ISBN 978-92-3-104039-9 – © UNESCO
- ^{vi} ERICSON, T. & KJØNSTAD, B. & ANDERS, B. (2014). *Mindfulness and sustainability*. Ecological Economics. 104. 73–79. 10.1016/j.ecolecon.2014.04.007.
https://www.researchgate.net/publication/262491494_Mindfulness_and_sustainability
- ^{vii} KABAT-ZINN, J. (1994) *Wherever You Go, There You Are: Mindfulness Meditation in Everyday Life*. Hyperion. New York.
- ^{viii} LUDWIG DS, KABAT-ZINN J. *Mindfulness in Medicine*. JAMA. 2008;300(11):1350–1352. doi:10.1001/jama.300.11.1350
- ^{ix} Vedi per esempio: EVERNDEN, L. L. N. (1993). *The natural alien: Humankind and environment* (2nd ed.). University of Toronto Press. Toronto
LAING, R. D. (1980). *What is the matter with mind?* In K. Satish (Ed.), *The Schumacher lectures* (pp. 1-19). Sphere Books. London.
- ^x Questo concetto è stato espresso non solo dagli studiosi ma anche – seppure con forme diverse e in un diverso contesto culturale – da Papa Francesco nella sua Enciclica *Laudato Si* (2015) e da diversi leader buddisti (vedi per esempio: NHAT HANH, T. (2013) *Lettera d'amore alla Madre Terra*.)
- ^{xi} "Inter-essere" è una parola relativamente recente, coniata dal Monaco buddista Thich Nhat Hanh per descrivere l'interconnessione che esiste tra tutti gli elementi dell'universo. Vedi:
NHAT HANH, T. *What is Interbeing?* Estratto da *Teach Breathe Learn* by Meena Srinivasan.
<http://www.rinagpatel.com/blog/2016/9/2/what-is-interbeing-by-thich-nhat-hanh>
- ^{xii} BAI, H., SCUTT, G. (2009). *Touching the Earth with the Heart of Enlightened Mind: The Buddhist Practice of Mindfulness for Environmental Education*. Canadian Journal of Environmental

- Education, v14 n1 p92-106. <https://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ842742.pdf>
- xiii WAMSLER C., *ibid.* WAMSLER, C., BROSSMANN, J., HENDERSSON, H. et al. Sustain Sci (2018) 13: 143. <https://doi.org/10.1007/s11625-017-0428-2>
- xiv COOK DEEGAN, P. (2014). *Outdoor Mindfulness Exercises for Earth Day*. Updated April 21st 2015. <https://www.edutopia.org/blog/outdoor-mindfulness-exercises-earth-day-patrick-cook-deegan>
- xv Secondo il pensiero di Gardner, le persone che hanno un'intelligenza di questo tipo sono più in armonia con la natura e generalmente amano conoscere ed esplorare la natura. Vedi: GARDNER, H. (2011). *Frames of Mind: The Theory of Multiple Intelligences*. Basic Books. New York. CHERRY, K. (2019). *Gardner's Theory of Multiple Intelligences*, Verywellmind, Updated April 03, 2019. <https://www.verywellmind.com/gardners-theory-of-multiple-intelligences-2795161>
- xvi ERICSON, T. & KJØNSTAD, B. & ANDERS, B. (2014). *Mindfulness and sustainability*. Ecological Economics. 104. 73–79. 10.1016/j.ecolecon.2014.04.007. https://www.researchgate.net/publication/262491494_Mindfulness_and_sustainability
- xvii ERICSON T. & KJØNSTAD B. & ANDERS B. (2014). *Ibid.*
- xviii Si veda per esempio:
CONFINO, J. (2012). *Interview. Beyond environment: falling back in love with Mother Earth, Zen master Thich Nhat Hanh explains why mindfulness and a spiritual revolution rather than economics is needed to protect nature and limit climate change.* <https://www.theguardian.com/sustainable-business/zen-thich-naht-hanh-buddhidm-business-values>
NHAT HANH, T. (2013). *Love letter to the Earth*. Parallax Pr.
NHAT HANH, T. (2014). *Falling in Love with the Earth*. Statement for the United Nations Framework Convention on Climate Change. <https://plumvillage.org/letters-from-thay/thich-nhat-hanhs-statement-on-climate-change-for-unfccc/>
HAUCK C. (2016). *How Mindfulness Can Save the Planet*. <https://www.mindful.org/how-mindfulness-can-save-planet/>
SOFER, O. J. (2018). *Mindfulness of Body, Mindfulness of Earth*. <https://www.mindfulschools.org/personal-practice/mindfulness-body-mindfulness-earth/>
- xix Esempi di mindfulness ambientale per i bambini: SALAZAR SHAPIRO, D. (2018). *The Magical Mindful Day*. DeGaS Publishing. San Diego, CA
THE SOUND OF CELESTE. (2016). 5 Nature-based Mindfulness Activities For Young Children. <http://theparentcollaboratory.com/5-nature-based-mindfulness-activities-for-young-children-a-guest-blogger/>
ST. ANDREWS SAMAKEE INTERNATIONAL SCHOOL: <http://www.standrews-samakee.com/about-samakee/environmental-mindfulness/>
YBTT & THE MINDFUL PANDA. (2018). *10 Activities For Practicing Mindfulness In Nature With Kids*. <https://www.yourbodythetemple.com/mindfulness-in-nature-with-kids/>
- xx MORGAN B. & ALBRECHT N. (2019). *Environmental Mindfulness Lessons for Children: A Content Analysis*. https://www.researchgate.net/publication/332221737_Environmental_Mindfulness_Lessons_for_Children_A_Content_Analysis