

Campsirago: "stabilire una empatia con la natura". E' la Libera Università del Bosco

 casateonline.it/articolo.php

September 7, 2020

Quale miglior luogo se non la verde località di **Campsirago** per presentare le tante attività proposte anche quest'anno dalla **Libera Università del Bosco** volte a riscoprire il rapporto tra uomo e natura.



"La Libera Università del Bosco, promossa dalla Cooperativa Liberi Sogni, è un progetto esperienziale di educazione ambientale e formazione in natura, che mira a sviluppare competenze e risorse utili nella relazione, non solo con gli ambienti naturali ed il paesaggio, ma anche con sé stessi e gli altri" ha spiegato nel pomeriggio di domenica 6 settembre Matteo, presidente della cooperativa, accogliendo gli ospiti curiosi di scoprire le nuove attività.



"La Libera Università del Bosco è aperta tutto l'anno e si realizza in gran parte all'aria aperta, in natura, nel cuore del Monte di Brianza, sede di saperi tradizionali e risorse preziose per un'economia sostenibile" ha continuato, spiegando come la LUB abbia scelto proprio la natura come ambiente di apprendimento per promuovere il benessere quale condizione ideale per lo sviluppo personale, l'acquisizione di nuove conoscenze e la creazione di relazioni empatiche.



"Dopo le incertezze ed i disagi che purtroppo tutti abbiamo subito in questi mesi essere qui, insieme nella natura, è un'opportunità meravigliosa" ha concluso ringraziando tutti i presenti ed i docenti dell'università che mettono a disposizione le loro diverse competenze ed attitudini promuovendo progetti dalle tante sfaccettature ma con un comune denominatore: scoprire e scoprirsi in natura.



"E' ormai confermato che la natura sia indispensabile per la nostra salute. L'approccio ecopsicologico, che deriva dalla psicologia ambientale, consiste nel portare la persona in natura sviluppando la percezione e l'attenzione ai suoni, alle superfici, alle piccole vite" ha spiegato Marcella Danon, docente in ecopsicologia.



"La capacità di porci in uno stato di presenza in natura ci permette di entrare in dialogo con essa, non più come fosse solo uno scenario, ma come un ambiente di cui noi siamo parte integrante. Questa stessa attenzione ed empatia che sviluppiamo nei confronti della natura la riportiamo anche verso noi stessi, rendendoci capaci di accogliere le nostre capacità, debolezze e paure. Ecco che la stessa attenzione che esercitiamo verso i dettagli del mondo che ci circonda ci predispone all'ascolto di noi stessi e degli altri".



Grazie all'aiuto di professionisti ed esperti di diverse discipline, quali storyteller, narratori, agronomi, forestali, biologi, artisti, artigiani, l'università propone corsi ed esperienze interdisciplinari che permettono di mettersi in gioco sotto ogni prospettiva.



Per scoprire tutte le numerose attività proposte, i sentieri ed i laboratori è consultabile il programma al sito www.unilub.it
Sa.A.

