

Explorando los efectos de “El Trabajo que Reconecta de Joanna Macy” (TQR)

Felipe Landaeta Farizo
www.holotropica.cl

En Febrero de 2019 asistí al intensivo de El Trabajo que Reconecta en El Manzano (Chile). Fue una experiencia muy movilizadora, tanto por las vivencias personales, los contenidos revisados y por la comunidad que se reunió para aprender y reflexionar sobre temáticas vinculadas a la naturaleza. Fue fascinante poder encontrarme con un grupo de seres humanos movilizados por el crecimiento personal y por el deseo de impulsar cambios en nuestros contextos a favor de la vida.

Durante el TQR surgió en mi la motivación de querer compartir parte de estos contenidos en la universidad y con estudiantes. Pareció una gran oportunidad el introducir estas temáticas que son tan necesarias y contingentes. En el retiro me pregunté por el material bibliográfico y los estudios previos realizados en esta área, y me di cuenta que era necesario comenzar a investigar. A pesar de la gran influencia y reconocimiento que tiene Joanna Macy en diferentes ámbitos, no se habían realizado estudios respecto “la bajada práctica” que tiene su trabajo y obra. La investigación podría ser tanto una contribución al campo de estudio donde se cruzan psicología y ecología, así como una forma de invitar a reflexionar sobre estos temas de alta relevancia.

Para esto me reuní con Rocío Cerda, psicóloga y profesora universitaria, con quien nos hicimos la siguiente pregunta de investigación: **¿Cuál es el impacto percibido del intensivo de El TQR?**, la que exploramos a través de 6 entrevistas a personas residentes en Chile (3 mujeres y 3 hombres).

La forma de recoger información experiencial, profunda y vívida fue a través de entrevistas semi-estructuradas, las que buscaban indagar en 3 momentos de tiempo: (a) el período previo al TQR para explorar las razones para participar; (b) las experiencias y vivencias durante el retiro; y (c) los efectos percibidos posteriores. De esta forma pensamos que podríamos comenzar a explorar este terreno.

Al analizar las respuestas de las personas encontramos lo siguiente:

- (a) **La experiencia del TQR** posee ciertas cualidad vivenciales que incluían la importancia de experimentar rituales, la promoción de una mayor autoconsciencia y del darse cuenta de los propios procesos, la experiencia de conexión con una realidad más grande y de sentirse uno con la naturaleza, así como la resolución de temas o asuntos emocionales.
- (b) **Los efectos del TQR** que son percibidos más allá del retiro incluyeron los niveles emocional/psicológico y conductual.
 - A nivel emocional/psicológico se reportó una mayor comprensión de procesos

emocionales, así como una sensación de que el proceso continuaba más allá del retiro. Para algunas personas se presentaron desafíos posteriores al volver a la vida cotidiana, lo que se consideró parte del proceso. Asimismo, la mitad de los participantes reportó un efecto en las relaciones interpersonales, lo que parece ser consecuencia del darse cuenta durante el retiro.

- A nivel conductual se reportó una mayor responsabilidad en relación al cuidado de la naturaleza, así como la transferencia de los aprendizajes al contexto personal, laboral y/o proyecto de trabajo. Esto último podría estar relacionado con las motivaciones de formación en esta área que reportaron quienes participaron del estudio.

(c) Una tercera categoría de resultados fue el reconocimiento de **elementos del contexto que afectan la experiencia y resultados del TQR**. Uno de estos elementos son las expectativas personales, que en el caso del grupo entrevistado se relacionaron principalmente con intereses teóricos y de aprender nuevas metodologías. Además, el contexto de realización del taller pareció tener una gran relevancia, incluyendo las características propias del lugar físico y del grupo humano, así como la importancia del facilitador y de las metodologías utilizadas para tener una experiencia positiva.

A partir de estos resultados, algunas de las reflexiones realizadas son las siguientes:

En relación a la cualidad ritual del TQR parece importante contar con un *mindset* adecuado o una actitud que facilite ingresar al estado mental para los ritos, así como la importancia de que esto suceda en un contexto grupal. Pareciera que el poder del TQR radica, en parte, en la capacidad de crear rituales grupales significativos. Esta cualidad ritual invita a afrontar las dinámicas con una actitud y apertura interior que parece facilitar el acceso a una profundidad de la experiencia diferente a dinámicas o juegos en la naturaleza.

Los rituales durante el TQR parecen facilitar la conexión con información más profunda que la accesible en el estado de vigilia, dando así acceso a contenidos simbólicos y emocionales de carácter personal (relacionados con la experiencia del individuo) y transpersonales (más allá del individuo). Esto es similar a los estados de trance y ritos de paso.

El acceso a información significativa y las experiencias más allá del propio ego corporal sugieren el contacto con realidades transpersonales (o arquetípicas), sugiere que durante las dinámicas se producen estados expandidos de consciencia, similares a los que se producen en dinámicas y rituales que se realizan en diferentes culturas y que se han implementado en distintos tiempos y lugares del mundo.

Los reportes de sentirse parte de algo más grande y que trasciende al individuo (y de experimentarse como parte de la naturaleza) nos hacen confirmar desde un plano

experiencial los pilares teóricos del TQR (ecología profunda, ecopsicología, perspectiva sistémica, tradiciones espirituales). Podemos aseverar, desde las vivencias de las personas entrevistadas, que la identidad va más allá de los límites del ego y cuerpo individuales, y de que los seres humanos nos encontramos en íntima conexión con el mundo natural.

El reconocimiento de la interdependencia con el mundo natural parece generar un efecto que puede impulsar a un cambio de valores y de visión de mundo. El TQR parece cumplir su objetivo de crear consciencia de la interdependencia básica con la vida. La profundidad de la información y los análisis han continuado en el tiempo, pues vemos que la dimensión terapéutica del TQR tiene profundos alcances, lo que seguramente nos llevará a seguir investigando y difundiendo lo que vamos aprendiendo de este hermoso trabajo.