

TERAPIA DE LO NATURAL

Señora directora:

La reciente iniciativa "Te Falta Sur", lanzada por la **Universidad San Sebastián** en colaboración con la Ruta Escénica Lagos y Volcanes, representa un importante avance en el enfoque integral de la salud, algo que debemos reconocer. Este programa, que incorpora la naturaleza como complemento a las terapias farmacológicas, no solo es innovador, sino que también se sustenta en una base sólida de argumentos científicos, filosóficos y espirituales que quisiera exponer.

Desde una perspectiva científica, Peter Wohlleben, en su obra "La Vida Secreta de los Árboles", nos explica cómo los bosques y sus habitantes no solo sobreviven, sino que prosperan gracias a una compleja red de comunicación y apoyo mutuo. Los estudios científicos corroboran estas observaciones, demostrando que el contacto con la naturaleza tiene efectos positivos profundos en la salud humana. La reducción de los niveles de cortisol, la mejora del estado de ánimo y el fortalecimiento del sistema inmunológico son solo algunos de los beneficios bien documentados de la llamada "terapia forestal".

No obstante, la ciencia no es el único

enfoque a través del cual debemos considerar esta iniciativa. La filosofía clásica también ofrece un marco invaluable para comprender la relación entre el ser humano y la naturaleza. Aristóteles, en su "Ética a Nicómaco", planteaba que la vida buena se alcanza mediante la armonía con el entorno natural. Platón, en sus diálogos, sostenía que el orden moral se refleja en el orden natural. Del mismo modo, las enseñanzas del taoísmo, especialmente en el "Tao Te Ching (El camino a la virtud)" de Lao-Tsé, promueven la idea de vivir en sintonía con los ritmos naturales del universo. Este programa no hace sino revivir estos principios antiguos.

Por último, consideremos la dimensión espiritual de esta iniciativa. San Agustín, en sus "Confesiones", hablaba de cómo la contemplación de la naturaleza podía llevar a una mayor comprensión de lo divino. Tomás de Aquino, en su "Suma Teológica", veía la naturaleza como un reflejo del orden divino, cuyo estudio y contemplación acercan al ser humano a Dios. En este sentido, el programa "Te Falta Sur" ofrece más que un tratamiento médico.

La integración de la naturaleza en el tratamiento de la salud, es una iniciativa que debemos aplaudir y apoyar. No solo se basa en fundamentos científicos robustos, sino que también encuentra resonancia en las tradiciones filosóficas y espirituales que han guiado a la humanidad durante siglos. En un mundo cada vez más agobiado por la ansiedad y el estrés, este programa nos recuerda la importancia de reencontrarnos con nuestro entorno natural para lograr

un verdadero bienestar de nuestro cuerpo, mente y espíritu.

Llino González Quezada