

POLÍTICA, EMOCIONES Y ESPIRITUALIDAD
Madrid: Catarata (2023) ISBN: 978-84-1352-846-5
Natalia Millán Acevedo

***Emancipar la consciencia, tejer redes comunitarias y transformar
nuestros mundos.***

En este ensayo, Natalia Millán Acevedo nos propone ocupar el territorio público desde un registro afectivo que permita imaginar otros mundos, otra sociedad y otras organizaciones políticas. En estos tiempos de incertidumbre y tensión, donde las proclamas sobre la necesaria transición apelan a grandes pactos, actores y estructuras de decisión, traza con delicadeza un camino de regreso a lo íntimo y personal para pensar la vida, la naturaleza y la tierra. Todo un acto de valentía, tal como reconoce Yayo Herrero, quien prologa esta apuesta por volver a habitar el cuerpo para que nuestra vida y la de los otros se sostenga. Y es valiente porque teje con maestría y humildad un traje epistemológico que deshila las costuras de la racionalidad cartesiana de la academia, incorporando las cosmovisiones emancipadoras del Sur Global que celebran el pluriverso.

El ensayo se organiza en tres partes. En la primera, la autora hace un minucioso **repasso de las estructuras de poder que fragmentan las identidades** y ponen en peligro la vida en común.

Natalia Millán comienza esta revisión crítica –y propositiva– de los idearios hegemónicos denunciando el sesgo androcéntrico del *homo economicus* racionalista. Sostiene que la primacía de la mente racional ha situado al hombre en la cúspide de las especies desconociendo la emoción, el cuerpo y el espíritu. Frente a este discurso de poder, se acerca a la filosofía budista para enraizar su propuesta de emancipación política que pasa necesariamente por desmantelar el ego. El Antropoceno reproduciría también el título de propiedad y dominio sobre el planeta al servicio del bienestar, la comodidad y el placer de las personas. Un dominio que es, desde sus orígenes, patriarcal y colonial, y que ha definido la construcción de los valores y libertades democráticas convirtiéndolos en privilegios del hombre blanco, occidental, heterosexual y burgués. Estos sistemas de opresión y subordinación requieren, como argumenta sugerentemente, de una sanación personal y colectiva de denuncia del dolor íntimo y del altavoz de los feminismos negros, decoloniales y trans inclusivos. Solo así será posible revertir el epistemicidio de los territorios y cuerpos despojados, y soñar sociedades más sostenibles, amorosas y equitativas.

La autora disecciona con precisión y amabilidad las miserias que condicionan la construcción del yo social: el individualismo y el discurso del mérito que desconoce la responsabilidad de las instituciones y el bagaje familiar; la mercantilización de la intimidad emocional en las redes sociales; y la auto explotación. El resultado de esta telaraña neoliberal que cubre los cuerpos contemporáneos es una sociedad fragmentada, una mera agregación de singularidades que niega el papel de la política en la promoción del bien común. Un espacio de oportunidad que ha ocupado la extrema derecha – máxima expresión del individualismo y el auto emprendimiento– con la ayuda cómplice del utilitarismo al servicio del mercado del sistema universitario.

Narra con agudeza cómo esta expansión del ego encuentra falso alivio en el regazo de un capitalismo depredador que ha normalizado la desigualdad y ha degradado el planeta para el disfrute de unos pocos. La desafección cristaliza en una peligrosa deslegitimización de la democracia, capturada hoy por las élites globales y el autoritarismo, que estrecha lo público y aviva fronteras en un estrepitoso regreso al Estado-Nación. Frente a estos gigantes, Natalia Millán ofrece la autocontemplación, la paciencia, la lentitud y la compasión. Pero también bastiones enérgicos como la redistribución, los feminismos emancipadores y la justa distribución de la deuda ecológica que implica asumir el Capitaloceno.

Tras este diagnóstico reflexivo sobre las estructuras de poder que asfixian la vida propia y la colectiva, la segunda parte del ensayo analiza los **procesos de integración multidimensional de la consciencia para la transformación política**. Un objetivo que requiere de tres conquistas individuales: aceptar, imaginar y habitar.

Apoyándose en múltiples disciplinas y saberes –que van desde la Filosofía, la Neurociencia, la Psicología, la Economía, la Ciencia Política... a las doctrinas espirituales– Natalia Millán argumenta con solvencia analítica el impacto de la mente egoica rumiante en estos tiempos de individualismo y capitalismo extremo que impiden la escucha y la humildad frente a los otros. Esta soberbia neoliberal ha condicionado incluso la concepción de la vida en común y del desarrollo humano, medido en términos de productividad exponencial. La autora, experta en desarrollo sostenible, reconoce el impacto positivo de la Agenda 2030 como marco de acción política, aunque es consciente de sus sesgos racionalistas y antropocéntricos, así como de su complicidad capitalista. Es aquí precisamente donde defiende la legítima voz de las teorías posdesarrollistas decoloniales y ecofeministas para ampliar, complejizar y democratizar la definición del buen vivir. Entender que nuestro mundo es un pluriverso requiere de un espacio analítico integrador que proclame el compromiso con la tierra, la ecodependencia con la naturaleza y la interdependencia humana.

En ese reto individual de abrir la consciencia, Natalia Millán comparte su cartografía hacia la trascendencia y la espiritualidad. Un peregrinaje interno en el que cultivar la aceptación, distanciarse del ego, liberar el trauma y afrontar el envejecimiento hacia la muerte. Tal como advierte, la represión del dolor genera individuos fragmentados y vulnerables a la hegemonía del poder. Así lo ha evidenciado la Ciencia Política, demostrando el impacto que estas emociones negativas tienen en el auge de los populismos, la xenofobia o la polarización tóxica en la actual competición política nacional e internacional. Natalia lanza un envite a la academia para que –superando los remilgos de la cursilería y el buenismo– estudie también el efecto de las emociones positivas del individuo comunitario en calma y agradecido en la conquista de una mejor democracia. Este ejercicio individual de introspección que nos arraiga al metabolismo lento de la tierra nada tiene que ver con la mercantilización de la autoayuda que desconoce lo sistémico, porque la propuesta de libertad y sentido de la vida que propone es una defensa a ultranza de lo público, del bien común y la paz, y que exige, urgentemente, una transición social, cultural, ecológica y política.

La tercera parte del libro recoge la **propuesta política** para construir una sociedad más democrática, cooperativa y compasiva. La hoja de ruta que nos presenta la autora recorre los espacios mínimos de la cotidianidad, se expande en la comunidad, y se asoma al vértigo del espacio público: el inmediato y el que debemos imaginar para las generaciones venideras. Natalia Millán defiende la espiritualidad como una forma cotidiana de transformar el mundo en el entorno más cercano a través del servicio a los demás. Por ello, la primera de las herramientas emancipadoras para construir una *polis* más humana es la de tejer redes comunitarias que pongan el sistema de cuidados en el centro. La segunda es superar la concepción procedimental de la democracia, avanzando en derechos y garantías para toda la ciudadanía. Esta universalización de los derechos humanos requiere del discurso de los movimientos sociales más actuales y el de los pueblos originarios para narrar una nueva promesa democrática. La tercera herramienta que nos propone es forjar vínculos con el espacio público alejados de la épica que ha acompañado a los recientes desafíos bélicos y sanitarios de nuestro mundo. Solo así se podrá reemplazar el miedo y la obediencia por el noble compromiso con la gestión pública que resarce derechos, que salva, que garantiza, que acompaña y que cuida la vida todos los días. Por último, y la más ambiciosa, Natalia reta a la comunidad educadora a desarticular las estructuras de poder dentro del aula –las físicas, las humanas y las epistemológicas–, promoviendo el pensamiento crítico, la autonomía, la libertad y la búsqueda del sentido ético de la vida en las nuevas generaciones. El último epígrafe de esta tercera parte es sin duda la más íntima y personal, donde el ensayo se torna conversación con la lectora, en un tú a tú de palabras de aliento y confianza en una vida mejor que reconfortan las servidumbres de lo que pensamos es una minúscula existencia, y que, gracias a la esperanza contagiosa de Natalia, adivina espacios y designios más gigantes.

La obra de Natalia Millán es un regocijo de calma y compromiso para pensar la crisis ecológica y civilizatoria. Su propuesta de catarsis individual es la obligada antesala por la que sindicatos, partidos, movimientos e instituciones han de transitar para que la vida florezca en un lugar seguro para todas.

Recensión realizada por **Ana Belén Benito Sánchez**, *Universidad Complutense de Madrid*.