

NOTES

LA FILOSOFIA COM A TERÀPIA

MARGARITA MAURI,
UNIVERSITAT DE BARCELONA

L'interès per donar resposta a tot allò que sorprengué l'home antic fou el motor que impulsà primer l'explicació mítica, i després, l'explicació racional. La curiositat, barrejada amb l'admiració i la necessitat, van donar lloc a explicacions on totes les coses quedaven ordenades per la presència i acció dels déus sobre la naturalesa i els homes. L'explicació mitològica va donar progressivament pas a una altra classe d'explicació en què els déus van anar perdent terreny; començaven així els primers passos de la Filosofia que hom situa al voltant del segle VII i assenyala amb un nom propi, el de Tales de Milet. Des d'aquell primer savi vinculat a la Filosofia fins als nostres dies les explicacions s'han succeït conformant el que avui en diem la Història de la Filosofia occidental.

En origen, el filòsof era el savi que acumulava en la seva persona tot el saber de la seva època de forma que poca diferència hi devia haver entre anomenar algú 'filòsof' o anomenar-lo 'savi'. Corrent els temps, la Filosofia com a saber començà a distingir-se d'altres formes de saber que la Filosofia no incloïa; així, a l'edat Mitjana, el saber teològic és diferencià clarament del filosòfic i segles més tard, el coneixement filosòfic s'anà distanciant d'altres sabers com el matemàtic, el físic o l'històric, fins a arribar a l'actualitat en què, moltes vegades, s'ha diluït tant el contingut del saber filosòfic que, per a moltes persones, no deixa de ser un coneixement merament ornamental.

Com assenyala MacIntyre¹, hi ha dues formes d'acostar-se a la Filosofia que són reveladores de dues intencions diferents: a) llegir els filòsofs per veure què han dit, o bé b) llegir-los per veure què ens diuen que ens sigui de profit per a les nostres vides. La primera d'aquestes formes d'interès per la Filosofia la trobem exercida per l'anomenada Filosofia acadèmica, que és la que hom troba a les aules universitàries, la filosofia pròpia dels especialistes, amb l'ús d'un aparell conceptual i terminològic especialitzat on l'interès està posat en

1. La relación de la filosofía con su pasado; en *La filosofía en la Historia*; R. Rorty, ed., Barcelona, Paidós, 1990, cap. 2.

2. *La sabiduría recobrada*; Madrid, Oberón, 2002.

entendre els filòsofs, posar-los en relació i interpretar-los. Al costat d'aquesta filosofia acadèmica Mònica Cavallé² ens parla de la Filosofia com una forma de viure. Es tracta de veure la Filosofia com aquell coneixement que permet comprendre la realitat per orientar la pròpia vida. La Història de la Filosofia és, de fet, el desenvolupament de la idea que la contemplació, el cercar la saviesa i el coneixement milloren l'existència humana. Aquesta i no altra ha estat la intenció del coneixement filosòfic, un coneixement guaridor de l'ànima que havia d'ajudar les persones a viure millor. Això suposa que s'atribueix a la Filosofia la capacitat de canviar-nos, convençuts que el saber filosòfic és un saber que transforma; és el que Cavallé anomena 'la filosofia com a saviesa' que contraposa a la filosofia especulativa o acadèmica, que quan la tenim, ens dona un coneixement, però no transforma el nostre ésser, no ens canvia.

A l'empara de la idea que el coneixement filosòfic és transformador de la vida, s'ha desenvolupat tota una línia de treball que pren la Filosofia com un saber en què pot basar-se una teràpia que ajudi a orientar la vida personal. Tal com la defineix S.C. Schuster³, la *Philosophy Practice* és l'intent de vincular el pensament filosòfic a les activitats de la vida quotidiana a través de converses entre una persona i un terapeuta⁴. Schuster es dedica amplament a dibuixar el perfil d'aquestes persones que entren en relació per dur a terme una pràctica filosòfica. El terapeuta no és ni un psicòleg ni un psiquiatra; es tracta més aviat d'un bon coneixedor de la Filosofia que ha fet l'esforç de llegir-se els filòsofs mirant de treure dels seus textos orientacions per a la vida pràctica. No és un expert en filosofia acadèmica sinó en la filosofia com a saber orientador de la praxi. No cal dir que entre les moltes qualitats que ha de tenir el terapeuta s'hi ha de trobar la d'haver sabut de quina manera portar a la realitat vital individual el contingut filosòfico-especulatiu de filòsofs com Sartres o Kierkegaard, per exemple. El terapeuta es presenta a si mateix com algú capaç d'oferir consells filosòfics a la persona que ho necessita, amb el benentès que la persona a qui s'ofereix consell no ha de ser mai un malalt. L'assessor filosòfic filosofa, de la mà del filòsof més adient al cas, amb aquell que li demana consell sobre una qüestió o una circumstància problemàtica de la seva vida. D'aquesta manera, la Filosofia pot servir per ajudar al qui la pateix a entendre o a acceptar una situació, a prendre una decisió, o a reorientar la vida personal.

El mètode seguit pel terapeuta és el diàleg i cal saber abans de començar la teràpia, diu Schuster, si la persona necessitada de consell està en condicions de ser ajudada. Schuster aplica dos criteris per decidir si la teràpia filosòfica pot resultar efectiva: cal conèixer abans de començar si el client és

3. *Philosophy Practice*; Praeger, Westport (Connecticut), 1999.

4. A aquesta activitat se la coneix a casa nostra amb el nom d'assessorament filosòfic.

capaç o no de seguir un diàleg, i b) veure si el client escolta i si és capaç de respondre al que se li demana. Està clar que només en la mesura que el diàleg —que suposa una entesa a través de la paraula— sigui possible, la teràpia filosòfica pot aconseguir el seu propòsit.

Ja sigui d'una o d'una altra manera, la filosofia com a forma de viure o la filosofia com a teràpia, del que es tracta en ambdós casos és de prendre per base les idees dels filòsofs per entendre la pròpia vida o per ajudar una altra persona a entendre la seva. Amb aquesta intenció A. Bottom⁵ porta al nostre present els ensenyaments de la vida i obra de filòsofs com Sòcrates, Sèneca, i Sant Agustí entre d'altres als que hi podríem afegir Aristòtil i Boeci. El fil conductor de Bottom és intentar mostrar que amb la seva conducta i escrits els filòsofs ens poden ensenyar a viure. Així, el mètode socràtic, que en una primera part despulla al qui creu estar en possessió de la veritat per donar pas a una segona part en què els qui dialoguen busquen plegats la veritat, ens ajuda a veure com n'és d'important tenir idees pròpies, i també ens fa veure que no es pot donar res per cert fins no haver-ho raonat i argumentat. Però en el cas de Sòcrates, també la seva vida té una traducció pràctica a la nostra quotidianitat. Davant la condemna a mort, Sòcrates no s'espanta, i amb la seva actitud dóna a entendre que no és tant important el que diuen els altres com les raons que tenen per dir-ho, ni que els altres siguin molts, ja que la validesa d'una idea no rau en la quantitat de persones que la sostinguin sinó en la força dels arguments.

També Sèneca, amb tota la tradició estoica darrere, pot aportar certa claredat a la nostra necessitat d'orientació. La raó com a guia i l'actitud racional com a mètode per fer front a la vida ens permeten copsar les vertaderes dimensions de la realitat i aprendre a no esperar-ne el que no ens pot oferir, atès qui som i les circumstàncies que ens envolten. Viure pensant en la possibilitat de la dissort i havent patit que el que considerem nostre només ens ha estat cedit en préstec, estalvia moltes voluntats contrariades. Sèneca creu en el poder alleugeridor de les paraules filosòfiques⁶ quan les empra, per exemple, per consolar Màrcia, que fa temps que plora la pèrdua del seu fill. La Filosofia es posa al servei de consolar Màrcia per la via de fer-li entendre que l'acceptació d'uns fets que no pot canviar i que mai no han depès d'ella és l'actitud més raonable, i, de fet, és l'única actitud digna de l'ésser humà. El raonament ens situa per sobre dels fets, ens en fa conscients i dóna pas a l'acceptació.

5. *El consol de la filosofia*; Barcelona, La Magrana, 2001

6. P. Laín Entralgo analitza el poder guaridor de la paraula fent un recorregut històric que va d'Homer a Aristòtil: *La curación por la palabra en la antigüedad clásica*; Barcelona, Anthropos, 1987.

Dins del mateix pensament estoic, Boeci és consolat per la Filosofia que en forma de dona se li apareix⁷ a la presó mentre espera l'execució de la sentència que l'havia condemnat a mort. L'obra de Boeci és una invitació a reconsiderar el sentit de la vida humana per tal de veure que l'única guia segura d'aquest viatge és la raó.

Si per a molts filòsofs la Filosofia té una finalitat orientadora de la praxi, quan del que parlem és d'una de les seves branques, l'Ètica, aquesta finalitat es posa encara més de relleu. A propòsit d'això, diu Aristòtil⁸ que l'única finalitat de considerar què és la virtut només pot ser la de posar en pràctica les conclusions a què arribem, perquè, altrament, estaríem perdent el temps. Quan allò de què tracta la Filosofia és de veure com podem dur una vida plena, quina ha de ser la decisió moralment més bona, o quin és el nostre deure moral, està clar que la teoria apunta aquí a una pràctica obligada, i que si no és així, costa d'entendre la raó de l'especulació filosòfica teòrica. Per això diu Aristòtil que haver considerat què és el moralment convenient i no fer-ho és com anar al metge i no seguir la pauta terapèutica que prescriu⁹.

Tornem al començament, a preguntar-nos pel sentit de la Filosofia, per alguns només un saber especulatiu, per altres, un saber transformador, i altres afegirien que també és una teràpia. El crit d'atenció que prové d'aquestes dues darreres formes de concebre la Filosofia ens recorda que des dels seu origen la Filosofia ha estat un saber sobre i per a la vida humana i que potser es pot qüestionar el sentit d'aquelles filosofies que només són vàlides per a ser escrites, però que fallen quan algú vol viure conforme a elles¹⁰. S'ha dit sovint que la Filosofia és un saber inútil, i aquesta inutilitat que per als clàssics era allò en què radicava la grandesa de la Filosofia –perquè indicava que qui s'hi acostava només podia fer-ho mogut per un interès mancat d'altra finalitat que no fos el propi saber filosòfic–, és avui dia vista amb ulls més crítics. Però si considerem la capacitat de transformació que pot tenir el saber filosòfic per aquella persona que s'hi apropa buscant un coneixement que porti alguna cosa a la seva manera de mirar la realitat, haurem de concloure potser que el saber filosòfic és el primer dels sabers, aquell saber necessari perquè altres coneixements puguin resultar útils.

7. *La consolació de la filosofia*; Tr. V. Fàbrega, Barcelona, Laia, 1989

8. *Ètica a Nicómaco*; Tr. J. Marías/M. Araujo, Madrid, Centro de Estudios Constitucionales, 1981

9. Seria interessant condicionar quina classe de 'traïció' filosòfica cometem quan convertim el contingut dels escrits de filosofia moral dels autors en textos especulatius sense cap lligam amb la praxi.

10. El Dr. F. Canals, catedràtic de Metafísica de la Universitat de Barcelona, deia que si no es pot viure conforme al sistema filosòfic defensat per un autor, cal qüestionar la validesa d'aquell sistema filosòfic.