

Curarsi l'anima

La svolta pratica della filosofia è inafferrabile eppure viva e piena di promesse, ma sembra rispondere alle richieste del tempo. Come la caccia allo Snark.

di Paolo Cervari

Che cosa sia la consulenza filosofica è un *ti esti*, una domanda prettamente filosofica (non a caso il *che cos'è* guida l'interrogazione di una delle poche tecniche strutturate nate dell'alveo delle pratiche filosofiche, il Dialogo Socratico). Una domanda che farebbe tremare i polsi a chiunque l'affronti, specie se filosofo, dunque ben consapevole della terribile difficoltà del definire, e per di più se *practionner*, ovvero filosofo pratico (alias *Consulente Filosofico*), e dunque gravato del compito di definire quel che fa, cosa che, tra l'altro, ha già fatto versare fiumi d'inchiostro, spesso poco conclusivi, a molti tra filosofi e consulenti filosofici.

Sullo "specifico" della consulenza filosofica ci si è arrovellati al punto che, in Phronesis (Associazione Italiana per la Consulenza Filosofica) siamo giunti in qualche caso a dirci: "se ne parliamo ancora me ne vado", il che indica non certo una pochezza della materia, quanto forse di chi vi pensa su.... Allora? Questa introduzione ha una svolta per l'appunto... pratica: vista la difficoltà di definire in modo universale la Consulenza Filosofica (d'ora in poi CF), procediamo secondo metodi "pratici", simili a quelli dei filosofi analitici: vediamo insomma che se ne dice in giro e proviamo a estendere un poco ancora la questione.

Prima un breve inquadramento per chi non ne sa nulla. La CF viene quasi sempre fatta nascere in Germania negli anni '80 con Gerd Achembach, che prese a ricevere consulenti (nel suo vocabolario "ospiti") nel suo studio per parlare dei loro problemi. Problemi di vita, pratici, esistenziali, etici: dalle separazioni allo sgomento di fronte

alla morte, dal senso della vita a un particolare dilemma morale che metta in conflitto principi propri e della propria comunità di riferimento, dalle difficoltà ad accettare o gestire l'alienazione prodotta dal lavoro alle interrogazioni più o meno ciniche o romantiche sull'amore. Il *metodo* utilizzato da Achembach (che nega di avere un metodo) si basava su un incontro aperto e privo di preconcetti o pregiudizi tra le menti o gli animi che dir si voglia, e un conseguente dialogo filosoficamente orientato dal punto di vista degli strumenti e delle tecniche discorsive utilizzate. Accoglienza, rispetto del pensiero e del vivere altrui, accettazione dell'altro facevano e fanno parte dell'approccio.

Dall'incipit achembachiano (tralasciando altri prodromi in ambito psicoterapeutico e di consulenza aziendale), la nuova "pratica filosofica" si è sviluppata abbastanza velocemente non solo in Germania, ma anche in Scandinavia, Olanda, Inghilterra, U.S.A e quindi un po' in tutti i paesi occidentali e fin nella Cina. Come tutti i movimenti in "statu nascenti" comporta molto entusiasmo, parecchia confusione, dimorfismi linguistici, polemiche (poche a dire il vero), dibattiti, sperimentazioni più o meno avanguardistiche, contaminanti e oltranziste (vi sono Philosophical Practicioners che usano il gioco della sabbia, altri i tamburi sciamanici) e tutto un fiorire di iniziative, scambi e dibattiti che hanno dimostrato grande vitalità e capacità di affermarsi anche nel gran circo mediatico.

Insomma, a partire dall'inizio del terzo millennio la CF o Pratica Filosofica era ormai affermata nel mondo coi nomi dei suoi tuttora

attuali e più storici decani: oltre ad Achembach, Shlomit Schuster, Louis Marinoff, Eckart Ruschmann, Ran Lahav e tanti altri che non cito per mere ragioni di spazio (molti testi sono pubblicati da Apogeo in un'apposita collana).

Bene torniamo alla questione dello Snark (spiego dopo l'arcano senso celato nella parola): che ne dicono loro? Premesso che alcuni elementi del dialogo achembachiano sono rimasti abbastanza caratteristici, in particolare l'accoglienza, il rispetto, l'apertura, l'assenza di pregiudizi, l'amore per la verità (i quali sono altrettanti aspetti della filosofia in quanto tale) cercherò di elencare qui sotto alcuni pareri, piuttosto che definizioni.

La caratteristica più provocatoria del cosiddetto fondatore della CF, ovvero Gerd Achembach, è la negazione di un metodo, e quindi per certi versi di una definizione positiva, anche se personalmente sono propenso a pensare che Achembach negando il metodo in realtà voglia negare il pregiudizio. Una sua importante "seguace", Schuster, non ha difficoltà da una parte a dire che la CF sia una "cura filosofica del sé" in grado di indurre effetti di benessere e risoluzione di malesseri mentali, condividendo peraltro con Achembach una forte connotazione negativa delle psicoterapie, da cui la CF si distinguerebbe nettamente. Per Ran Lahav la CF è fondamentalmente una riflessione e riconfigurazione delle "visioni del mondo" delle persone che può indurre effetti terapeutici, pur senza averne l'intenzione. Molti consulenti insistono su un effetto o mossa che dir si voglia simile all'epokè husserliana, che consente una sorta di "sollevamento" o distacco dalla, per usare

un'espressione di Annette Prins-Bakker, "identificazione col problema" (sia detto per inciso, ciò mi ricorda irresistibilmente una delle mosse chiave del buddhismo: guardarsi soffrire come se si fosse un altro... ma il confronto con l'Oriente ci complicherebbe ulteriormente le cose). E se molti consulenti prendono le distanze dalla psicoterapia (di solito e in particolare dall'"intenzionalità" terapeutica), vi è chi non esita a pensare la CF come vicina e intrecciata alla psicoterapia, come fanno per esempio Louis Marinoff o il cinese Chung-Ying Chen, che sostiene una pratica a forte connotazione psicoanalitica. Consimili divergenze di vedute avvengono con altrettanta problematicità per quanto riguarda il grado di neutralità e partecipazione del consulente, il ruolo ovvero la focalizzazione sul problem solving, l'irrinunciabilità dell'orientamento alla verità (su cui insiste il presidente di Phronesis, Neri Pollastri, per esempio), l'importanza dell'educazione al filosofare... per citare solo i problemi più importanti.

Insomma la materia, come si vede anche solo da queste prime brevissime note, è dibattuta e d'incerta definizione. E dunque? Credo che un piccolo passo in più in direzione del successo di questa caccia allo Snark, ovvero di questo oggetto misterioso che è la CF, si possa fare, in modo molto coerente con la pratica, appunto, dicendo quel che ne penso io... in tutta sincerità, umiltà e volontà di rispettare e comprendere tutti coloro che in qualche modo si dicono o si sono detti Consulenti Filosofici.

Una prima ineludibile caratteristica mi sembra quella assenza di pregiudizi che da una parte innerva gran parte del lavoro di Achembach e dall'altra costituisce a mio parere l'anima stessa della filosofia. Filosofare significa interrogare, mettere in discussione tutto, compreso il discorso stesso che si sta facendo, financo per mettere in discussione sé stesso. Credo che questa volontà di non

porre limiti al metadiscorso ovvero all'allargamento dei limiti della ricerca sia una caratteristica distintiva, e abbastanza potente da separare la consulenza filosofica (e la filosofia) da qualsiasi discorso scientifico – e forse anche artistico o più in generale tecnico e produttivo, vale a dire poetico.

Un'altra caratteristica che mi sembra comune tanto alla CF che alla filosofia (en passant ricordo che per molti consulenti la CF è fare filosofia tout court) è un'intenzionalità che chiamerei chiarificatrice, ovvero, in termini più forti, un ideale regolativo che valorizza la verità. La chiarificazione, l'illuminazione, la maggior comprensione, così come le scienze hanno proprio dalla filosofia ereditato, sono regolate da criteri normativi riconducibili ai concetti di efficienza, eleganza, organicità (come esempio emblematico tirerei in ballo il rasoio di Occam). Questa chiarificazione è inoltre vista come un ampliamento degli orizzonti e delle potenzialità, come una liberazione, un bene, cosa che implica un collegamento tra gnoseologia ed etica.

Il bene di cui sopra consiste in qualcosa dell'ordine del sapere, della consapevolezza, in molti casi della saggezza, con una varianza della grandezza del sapere in questione che può andare dal semplice problem solving di un dilemma etico specifico alla ricerca della suprema verità (si passi l'ironia) e addirittura della sublime trascendenza. E qui si può aprire – e subito richiudere – la questione del confronto con discipline o concezioni come il taoismo o lo yoga, il sufismo o lo zen, che volendo cogliere lo stesso obiettivo, utilizzano pratiche più "pratiche", quali tra le altre le tecniche di respirazione, ovvero più in generale la manipolazione del corpo e della mente (per esempio con manovre autosuggestive che sono certamente minoritarie, ma non inesistenti, nella filosofia occidentale).

Tant'è vero che in generale non si può evitare di notare l'importanza e l'indispensabilità, se non l'esclusività, del lavoro sul

concetto e sul pensiero ideazionale, espresso prevalentemente col linguaggio, come metodologia specifica della CF: il percorso è in generale soprattutto cognitivo (da cui forti analogie con le psicoterapie cognitive) e l'impatto sulle emozioni può avvenire solo per il medium del ragionamento, così come per esempio ben descrive Martha Nussbaum (filosofa molto frequentata dai consulenti filosofici) nel suo *Terapie del desiderio* parlando delle filosofie ellenistiche come procedure e attività il cui scopo era tra gli altri quello di regolare e ben gestire le passioni, in vista della imperturbabilità (vedi l'articolo seguente).

Di conseguenza, questo orientamento pratico/operativo dell'asse cognizione-emozione ci porta a considerare l'orientamento al maggior benessere proprio della CF. Se pure moltissimi consulenti tendono a distinguersi dagli psicoterapeuti (peraltro per motivi principalmente giuridici) credo tuttavia che in tutti sia presente un orientamento all'aiuto, al condurre il consultante sulla strada di quel "bene" che libera e affranca. Al punto che Schlomit Schuster, per esempio, nel mentre che tuona contro le malefatte della psicoterapia mostra una tendenza all'empatia e al *caring* che, già grondando da ogni sua frase scritta, trova conferma evidente nella sua persona e nel suo modo di porsi con gli altri qualora si abbia, come è capitato a me, la fortuna di incontrarla.

Se non forse il concetto di empatia, sicuramente quelli di accoglienza e rispetto sono comuni a tutti i Consulenti Filosofici, ne deriva, piaccia o no, una certa connotazione democratica della pratica, (peraltro nata ad Atene nell'epoca di Pericle, non dimentichiamolo) e un certo orientamento alla ricerca di un bene che può e deve essere anche comune. In questo senso credo si possa affermare che la CF comporta necessariamente un aspetto comunitario, pertanto sociale per non dire addirittura

orientato a quella che un tempo si chiamava salute pubblica (in particolare Petere Raabe insiste sugli aspetti preventivi della CF per le piaghe sociali e sofferenze diffuse come la tossicodipendenza o i comportamenti devianti, disadattivi e sociopatici). Cosa che, tra l'altro fa sì che sia molto difficile confinare la CF nella pratica one to one giacchè è grupale in sé, sociale per natura: la filosofia non mira forse all'universalità?

di concetti, o idee, credo sia una questione importante. Perché lo Snark è un'invenzione poetica che non esisterebbe senza *snake* e *shark*, che sono in primo luogo... parole!

Certamente, e tuttavia la CF dà molto valore al particolare, cerca la strada per il generale senza scordarsi del caso singolo da cui prende le mosse, sia esso un racconto, una persona, un fatto, un esempio o un'emozione. Sta proprio qui, credo, la ragione per cui nella CF sembra sia sempre in gioco qualcosa dell'ordine del pensare in modo nuovo, del creare concetti, del ristrutturare idee o esperienze, come se il pensiero avesse valore solo quando trova in lotta con lo scabro e confuso concerto di "ciò che c'è", quel momento germinativo in cui la tradizionale meraviglia filosofica si traduce, in un istante di sublime godimento, nell'eureka gioioso di chi si ritrova così a galleggiare non più solo sull'acqua, ma sulle nuvole del cielo delle idee.

Momento che non dura, purtroppo, perché la verità non si possiede. Come diceva Jacques Lacan, infatti, la verità parla, il che vuol dire che non si pone mai al di fuori di un farsi carico del dire, di una responsabilità, di un soggetto e di un desiderio.

Motivo per cui la verità cercata nella CF, (sia essa pure felicità o l'illuminazione), mi sembra somigli allo SNARK, quella strana bestia che in *Alice nel paese delle meraviglie* tutti cercano e nessuno trova: misto di *snake* e *shark*, serpente e squalo, ibrido introvabile e forse inventato, si dà proprio nel sottrarsi, causando una ricerca senza fine che è premio a sé stessa. Insomma: chi vuole il Graal solo per sé, mai lo troverà. E che tutto questo possa avere a che fare col linguaggio come creazione