

*El asesoramiento filosófico: ¿una terapia?**

Resumen

La Práctica Filosófica tiene lugar en el asesoramiento que realiza un filósofo con un cliente que le plantea un problema vital suyo. Este encuentro se realiza siempre mediante el diálogo. Sin embargo, este diálogo siempre está condicionado por unos presupuestos metafísicos del filósofo asesor porque, de hecho, estos condicionan toda acción del filósofo. En este dialogar conjunto, el cliente clarifica su relación con el entorno y le permite comprenderlo mejor. Esta comprensión genera en él un bienestar. El bienestar que gana nuestro cliente no parece responder al resultado de una terapia si se toma la palabra en su significado actual, que tiene su origen en un cambio semántico al ser tomada del griego por el latín: la curación de un mal físico. El proceder de las terapias, alternativas o no, tampoco responde a la forma de comprender los problemas que es característica de la filosofía. En definitiva, las terapias no consideran al ser humano en su totalidad, como si pretende hacerlo la filosofía.

Palabras clave: Práctica Filosófica, asesoramiento filosófico, terapia, salud

Philosophical counseling: A Form of Therapy?

Abstract

Philosophical Practice is the counselling that a philosopher provides to a client who exposes a vital problem of hers. This encounter always takes place by means of dialogue. However, this dialogue is always conditioned by the metaphysical assumptions of the philosophical counsellor, for, in fact, they condition his whole activity. Through this joint dialogue, the client clarifies her relationship with the world surrounding her, thus enabling her to understand it better. Such an understanding brings about well-being. The well-being that our client gains does not seem to respond to the result of a therapy, should this word be taken in its present meaning, which has its origin in a semantic change occurring when the Greek word was translated into Latin: the healing of a physical malady. The procedure of therapies, be they alternative or not, does not respond either to the way of understanding problems which is characteristic of philosophy. In short, therapies do not consider the human being as a whole, whereas philosophy does.

Keywords: Philosophical Practice, Philosophical Counselling, Therapy, Health

* Internationale Gesellschaft für Philosophische Praxis, Alemania

** Los contenidos de este artículo son una elaboración de dos clases magistrales dadas, por invitación de Rayda Guzmán, en las dos convocatorias del Máster en *Práctica Filosófica y Acción Social* ofrecido por la Universitat de Barcelona entre 2007 y 2009.

Artículo recibido en mayo de 2011 – Arbitrado en octubre de 2011

Apuntes Filosóficos. Vol. 20. Nº 39 (2011): 81-99.

INTRODUCCIÓN

La Práctica Filosófica consiste en la aplicación de recursos filosóficos, tanto conceptuales como metodológicos, y conocimientos de Historia de la Filosofía en la resolución de problemas concretos que presentan tanto individuos –sobre cuestiones o dificultades personales–, como organizaciones –sobre la posible mejora de sus relaciones, tanto internas como externas– a un filósofo que les hace de asesor. El asesoramiento filosófico, pues, es ese tipo de asesoramiento que pone en marcha, que aplica todo el saber filosófico del filósofo asesor para la resolución de aquellos problemas concretos que se le plantean.

La Práctica Filosófica es, por lo tanto, la actividad que realiza un profesional de formación filosófica, más o menos amplia, y desde los presupuestos y contenidos de la Historia de la Filosofía con una persona o grupo de personas para resolver los problemas que estos individuos presentan al filósofo, es decir, para asesorarlo filosóficamente. Si bien la tipología de estos problemas puede ser muy variada, yo me circunscribo en este escrito a los problemas vitales de individuos concretos, es decir, no consideraré el asesoramiento filosófico en el ámbito de las organizaciones, instituciones o empresas.

PRÁCTICA FILOSÓFICA Y DIÁLOGO

La Práctica Filosófica requiere del filósofo asesor cuestionarse y plantearse aspectos que yo considero ontológicamente previos a la cuestión del método y que atañen a la esencia misma de la Práctica Filosófica: el *procedere* y los modelos comprensivos de la Práctica Filosófica, o lo que yo también llamo “presupuestos metafísicos” del asesoramiento.

Mucho antes que un método, necesitamos un aparato conceptual comprensivo, una cosmovisión que nos “oriente” en nuestro quehacer como asesores filosóficos y en tanto que filósofos. En última instancia es una necesidad vital, y este es el sentido de la Práctica Filosófica. Es, incluso, la explicación de aquella preocupación en los inicios de la Filosofía por la utilidad práctica de la Filosofía.

Considero, pues, que un planteamiento más fundamental sobre el asesoramiento filosófico debe tratar la forma en que, mayoritariamente, los asesores filosóficos dirigen o debieran dirigir su asesoramiento a clientes. En este sentido, es aceptado de forma generalizada que todo asesoramiento discurre a través

del diálogo¹. Y el diálogo debe entenderse frente al otro *procedere* más propio de las prácticas psicológicas como es el del monólogo. Esta manera de hacer propia de la psicología y la psiquiatría está basada en aquella premisa freudiana de que el paciente debe expresarse libremente para poder, así, revelar los verdaderos contenidos del Ello ocultos en el Inconsciente. Esta no es más que una oposición, entre otras, para diferenciar entre estas prácticas terapéuticas y el asesoramiento filosófico².

Que el asesoramiento filosófico transcurra por medio del diálogo, tiene su justificación en el hecho de que en él siempre se da un encuentro entre un visitante, o visitantes, y un filósofo asesor. De ahí que Achenbach insiera la Práctica Filosófica en la tradición del pensamiento dialógico abierta por Feuerbach³. Efectivamente, un diálogo, atendiendo a su etimología griega, es un *dia-logos*: un logos que fluye entre y desde aquellos que hablan, es decir, una situación en que se comparte un logos⁴. Y, por lo tanto, no es un monólogo, es decir, un *mono-logos*, el logos particular de uno solo, y mucho menos una confrontación de monólogos. Con esto, se hace evidente para la Práctica Filosófica la necesidad de reflexionar sobre el mismo dialogar como lugar de encuentro entre visitante y asesor. Sobre todo, porque el diálogo está en la base de la forma de vida según los filósofos de la antigua Grecia, ya que una adscripción a una de las escuelas de entonces (Academia, Liceo, epicúreas, estoicas o escépticas) implicaba no solo una tendencia filosófica, sino también una forma concreta de vida⁵.

LOS PRESUPUESTOS METAFÍSICOS

A través de la Filosofía de la Ciencia, sabemos cómo los científicos estuvieron condicionados en sus investigaciones y en la propuesta de sus teorías por unas ideas que no eran nada científicas y que, incluso, les llevaron a realizar afirmaciones

¹ Cf. Raabe, Peter, 2001: p. 47.

² Aquí solo atenderé a las distinciones formales y no a las de contenido.

³ Cf. Achenbach, Gerd B., “Grundzüge eines Curriculums für die Philosophische Praxis”, conferencia en el encuentro anual de la IGPP, Internationale Gesellschaft für Philosophische Praxis (Sociedad Internacional para la Práctica Filosófica), en Hannover, Alemania, el 29 de octubre de 2005. Editado en las actas del mencionado congreso: VV. AA., *Beratung und Bildung*, Berlín, Gutknecht, Himmelmann y Stamer (eds.), Lit Verlag, 2006, p. 120.

⁴ Cf. Hadot, Pierre, 1995, p. 103.

⁵ Cf. Hadot, Pierre, 1995, pp. 163-164.

y formulaciones científicas que contradecían la “objetividad” de los datos por ellos observados. Estas ideas preconcebidas no científicas y condicionantes de la misma actividad científica son lo que se conoce como presupuestos metafísicos. La misma adopción o rechazo de un nuevo paradigma científico frente a otro tiene, a menudo, muy pocas explicaciones estrictamente científicas⁶.

Así pues, de igual manera, el asesor filosófico posee tanto unos conocimientos académicos de la historia de la filosofía como unas concepciones filosóficas asumidas, que le condicionan tanto en sus investigaciones como en su práctica en el asesoramiento. Es decir, el diálogo del asesor filosófico con su cliente está siempre condicionado por los presupuestos metafísicos de aquél.

Ciertamente, todo filósofo toma partido por determinados filósofos y por determinadas corrientes históricas. Así ocurre con todo asesor, que se arrima a aquellos pensamientos filosóficos que le pueden parecer más operativos y más clarificadores del devenir humano, y que, por eso mismo, le servirán mejor en su tarea como asesor filosófico, pues asesorará en la vida de personas que van a su consulta. En este sentido podemos decir que nos encontramos básicamente ante cuatro “modelos comprensivos” o presuposiciones metafísicas⁷: la concepción mayéutica, la fenomenológica, la crítica y la hermenéutica⁸.

MODELO MAYÉUTICA

Este modelo responde a presuposiciones basadas en planteamientos platónico-socráticos: la existencia de unas esencias, de una verdad, a las que cada

⁶ Cf. Kuhn, Thomas S., *La estructura de las revoluciones científicas*, México, Fondo de Cultura Económica, 1975, especialmente pp. 77, 168, 171, 172-173, 237 y 264.

⁷ Toda taxonomía es parcial en un doble sentido: 1) toda categorización establece fronteras entre cada categoría que podrían dejar fuera objetos de la clasificación y que, por ello, restarían sin clasificar; 2) toda categorización se realiza desde la parcialidad, es decir, a partir de criterios parciales o subjetivos más o menos justificados. De hecho, no hay profundos estudios sobre los presupuestos metafísicos de los diferentes filósofos prácticos en el mundo. En general, las supuestas obras introductorias a la Práctica Filosófica (cf. la Bibliografía) recalcan más en las metodologías de los más conocidos asesores filosóficos para luego centrarse sobre la práctica concreta de quien escribe el manual. Es por esto que desde aquí arriesgo esta clasificación que seguro es corregible y mejorable.

⁸ Cabría mencionar un quinto modelo, como he expuesto en el mencionado máster, y que denomino modelo psicologicista. Ya entonces aduje razones para no considerarlo como modelo estrictamente filosófico, es por ello que aquí obvio su exposición.

uno puede tener acceso. En este sentido, el asesor filosófico no hace más que facilitar ese acceso mediante el diálogo. Esta forma de ayuda a la revelación de la verdad es lo que en Sócrates se conoce como la mayéutica (“la ayuda al parto”, recuérdese que su madre era comadrona). Esta forma de acceso al conocimiento mediante la actuación del filósofo “comadrona” queda reflejada, como es bien conocido, en el pasaje del esclavo del diálogo platónico del *Menón* (81a-86b).

“Este modelo mayéutico está ampliamente difundido en los Países Bajos debido a la difusión que por esas tierras ha tenido el diálogo socrático en su planteamiento nelsoniano⁹. En este enfoque hay que encuadrar al filósofo holandés Ad Hoogendijk, más especializado en la atención a empresas que a individuos, en su uso múltiple de diálogos. En nuestro contexto hispano predomina el socrático, que pretende clarificar las concepciones o ideas del visitante para poder reflexionar sobre ellas. La mayéutica es esa técnica de la asistencia al parto que pretende hacer consciente al cliente de sus “hábitos” de pensamiento, así como ayudarlo a considerar y evaluar de una forma crítica las visiones o concepciones que posee¹⁰. Menos difundido está el diálogo buberiano, con el que se pretende llevar al cliente en sus reflexiones hacia un estadio fuera de sus propias ideas o cosmovisiones”¹¹.

Estos planteamientos aparecen ampliamente justificados si consideramos que la mayoría de los argumentos que se utilizan cotidianamente tienen su origen en prejuicios, por lo que esas afirmaciones corresponden de hecho al ámbito de la doxa. Esos prejuicios, empero, no son simples opiniones o concepciones de carácter mítico que tienen su origen en las interacciones simbólicas¹², es decir, creencias inculcadas por la familia o la sociedad o cultura, sino que a menudo se nos presentan en forma de “teorías científicas” (p. ej. las generalizaciones

⁹ Según Schuster, 1999: pp. 58-62.

¹⁰ La mayéutica es, pues, la “técnica socrática, llamada de la partera, que permite al otro ser consciente de sus hábitos de pensamiento, así como ayudar a evaluar críticamente las concepciones del consultante”, Schuster, 1999: p. 48. (La traducción es mía.)

¹¹ Cf. Schuster, 1999: p. 48.

¹² El mito proporciona modelos de actuación para los individuos de una sociedad determinada, “el mito tiene (...) “vida”, en el sentido de proporcionar modelos a la conducta humana y de conferir por eso mismo significación y valor a la existencia.”, M. Eliade, *Mito y realidad*, Barcelona, Editorial Labor, 1983: p. 8.

hechas por las estadísticas o investigaciones de laboratorio, las cuales, a veces, ocultan los casos desfavorables). Es por ello que la Práctica Filosófica se plantea aquí como el modo de clarificar la “verdad”¹³. En cualquier caso, no obstante, parece que esta verdad oculta que debe ser alcanzada no es una verdad absoluta, sino esa verdad que en cada caso está oculta por las creencias y las opiniones que condicionan el pensamiento y la comprensión del cliente.

En este sentido, Cencillo reclamaba para sí, y para el uso terapéutico de la filosofía, la mayéutica. Así, para él, es una forma de diálogo que permite hacer aflorar aquello que el cliente no puede o no sabe decir, y que, por lo tanto, tiene como objetivo “movilizar al paciente y superar los silencios “flácidos” que se producen, o sus resistencias al hablar”¹⁴. No obstante, hay que resaltar el vocabulario habitual de Cencillo, del cual ya tenemos dos ejemplos en esta cita: “paciente” y “resistencias”. La primera palabra ya nos dice de su visión del asesoramiento como terapia, en su sentido más actual y no en el griego, mientras que la segunda palabra responde al lenguaje psiquiátrico. Es por ello que mejor habría que encuadrar la manera de Cencillo como una psicología con planteamientos o recursos filosóficos, y es que no se puede negar que él insiste en las “formas” propias de la filosofía, frente a las más usuales de psicología y psiquiatría, en su trato con los “pacientes”: “ni descalificar, ni afirmar insistentemente lo que el paciente niega o no ve claro, ni sugerirle soluciones o significados que el terapeuta ve claro, y el paciente no ve, como si fueran objetivos y necesarios”¹⁵.

Un caso radical del uso del pensamiento mayéutico en una aplicación sistemática y extrema –por lo menos según se aprecia en todos los *workshops* que he presenciado de él– es el filósofo asesor O. Brenifier. En esta óptica también pueden encuadrarse los múltiples materiales didácticos para niños y jóvenes que el filósofo francés ha elaborado y publicado.

El problema del planteamiento mayéutico es que fácilmente deviene la concepción, el presupuesto metafísico, de que en el asesoramiento filosófico se trata de desvelar aquello que está oculto¹⁶, de lo inconsciente. El riesgo, pues,

¹³ Cf. Schuster, 1999: p. 49.

¹⁴ Cencillo, 2002: p. 155.

¹⁵ Cencillo, 2002: pp. 159-160.

¹⁶ En este sentido debe entenderse la crítica que realiza Achenbach a través del concepto de *Unterlegen*, que hace referencia a lo que “se encuentra debajo”.

es claro: cabe la posibilidad de que un planteamiento mayéutico derive en un psicologismo de corte freudiano.

MODELO FENOMENOLÓGICO

Sobre la fenomenología hace Merleau-Ponty un repaso en su introducción a su estudio sobre la percepción¹⁷. En él nos recuerda que se trata de acceder a la realidad tal y como se nos presenta en el mundo, en su simple existir¹⁸, es pues una filosofía de carácter descriptivo. Por ello es necesaria aquella *epojé*, desnudar la realidad de sus interpretaciones, incluso de las científicas. El mundo ya está ahí antes de ser percibido.

Si antes decía que el modelo mayéutico se justificaba por el predominio de la doxa, de la mera opinión, en el discurso cotidiano. Este mismo planteamiento está detrás del modelo fenomenológico, que intenta dilucidar la cuestión de la doxa con otra orientación: la que mencionábamos con Merleau-Ponty, es decir, el dirigirse a las cosas mismas desprovistas de todo juicio, de todo prejuicio¹⁹.

Todo enfoque fenomenológico pretende revelar cuál es la dimensión objetiva del mundo y de los objetos y acontecimientos de este para que el cliente se aperciba de que él se los presenta siempre de forma no neutral, es decir, siempre con una determinada significación y predisposición. En esa relación intencional de un yo con el mundo, el yo tiende a adoptar miradas cargadas simbólicamente por el entorno social y cultural. Por ello la fenomenología pretende hacer reflexionar al cliente sobre sus percepciones, pero sin llegar a juzgarlas; solo reflejarlas tal cual se dan en la conciencia²⁰.

¹⁷ Merleau-Ponty, Maurice, *Phénoménologie de la perception*, Saint-Amand, Éditions Gallimard, 1989.

¹⁸ En este sentido, el existencialismo de Sartre es directamente deudor de la fenomenología de Husserl. Así, véase p. ej. *Une idée fondamentale de la phénoménologie de Husserl: l'intentionnalité*, y más ampliamente *L'être et le néant*.

¹⁹ Cf. Merleau-Ponty, *op. cit.*: pp. I-V.

²⁰ "Al utilizar la fenomenología en el asesoramiento filosófico, el asesor está llamado a incitar al cliente a reflexionar sobre sus percepciones y sobre sus pensamientos sobre sus percepciones sin que, inmediatamente, los juzgue o se juzgue a sí mismo. En una investigación fenomenológica, el filósofo es llamado a motivar al cliente a reflexionar sobre sus estados mentales y a describirlos." Raabe, 2001: p. 18. La traducción es mía.

Hay filósofos prácticos que piensan que el uso de la fenomenología en el asesoramiento es solo el primer paso, aunque necesario, para poder abordar los problemas. De hecho, parece obvio que desde la fenomenología tan solo se clarifican los problemas y sus elementos, pero estos “quedan ahí”, sin resolver. Es por esta razón que desde esta postura hay quien reclama un segundo paso: el paso hacia el modelo hermenéutico.

MODELO HERMENÉUTICO

Es Heidegger quien nos brinda esa conexión entre fenomenología y hermenéutica, ya que si bien estamos lanzados al mundo, este no está vacío de significación, es decir, nos encontramos inmersos en una facticidad, en un mundo de significaciones dadas por nuestra concreta cultura, y que hará falta desvelar. De hecho, es el modo de ser propio del ser-ahí (*Dasein*) que es el ser humano, es decir, el comprender no es un comportamiento, una manera de actuar entre otras del ser humano, sino que en todo actuar, en toda acción ya se está comprendiendo.

La palabra “hermenéutica” proviene del griego y muy probablemente surgiera a partir del nombre del dios Hermes. Este dios era el mensajero de los dioses del Olimpo y hacía de intermediario entre estos y los seres humanos. Él les otorgó el lenguaje y la escritura. Así pues, “traducía” los mensajes divinos a los humanos. Como toda traducción ya es una interpretación, la hermenéutica es el estudio de los textos para su correcta interpretación.

Para nosotros, el referente más significativo es Schleiermacher, que defendía que la comprensión de un texto dependía de la comprensión del autor y del momento del autor. El referente más conocido quizá sea Gadamer, discípulo directo de Heidegger, y que desarrolló aquellos planteamientos heideggerianos, según los cuales la hermenéutica no es tanto un método como una forma de análisis de la experiencia de la realidad y del pensar la realidad²¹.

El cliente nos ofrece su “texto”, su “discurso” de cómo vive él su situación o problema, “discurso” que hay que interpretar o comprender. El modelo hermenéutico pretende, pues, ayudar al visitante a articular su discurso sobre su

²¹ Cf. Gadamer, Hans-Georg, *Verdad y método*, (“Prólogo a la segunda edición”), Salamanca, Ediciones Sígueme, 1984 (traducción de la 4ª edición alemana de 1975), p. 19.

vida para facilitarle la comprensión de esta, sus problemas, sus situaciones, su entorno, sus relaciones, etc.²².

En este sentido parece aproximarse a este modelo Achenbach cuando frente a la concepción del *Unterlegen* propone la interpretación (en alemán *Auslegen*, que literalmente significa “lo que aflora”). También cabe considerar a Rayda Guzmán o a Petra von Morstein como asesoras pertenecientes a este modelo.

MODELO DEL PENSAMIENTO CRÍTICO

El *critical thinking* se centra en el aspecto formal de las aseveraciones o discursos de los visitantes y sale a la caza y captura de falacias o sofismas, contradicciones e inducciones. La herramienta ideal aquí es, obviamente, la lógica. Se trata, pues, de clarificar con el cliente las inferencias erróneas que realiza en su exposición y clarificación de lo que le pasa. No se busca, en consecuencia, tanto hacerle ver la falsedad de sus premisas como la falta de racionalidad y lógica en sus razonamientos. Las posibilidades que nos abre el pensamiento crítico vienen referidas al siguiente silogismo²³: si los sentimientos están basados en creencias, y las creencias pueden ser modificadas por la significación del pensamiento crítico; entonces los sentimientos pueden ser modificados por la significación del pensamiento crítico²⁴.

En la medida en que el británico Tim Lebon ofrece gran profusión de materiales metodológicos para la toma de decisiones (*decision-making*)²⁵, podría encuadrarse de facto en este modelo. Ello a pesar de que él mismo presenta ese material como recurso o herramienta para poder tomar decisiones sabiamente (*wise decision-making*), lo cual lo acercaría al modelo mayéutico.

²² “En otras palabras, el reto del filósofo asesor es intentar comprender al cliente ayudándolo tanto a comprender como a articular sus problemas, inquietudes y problemas en una dialéctica en espiral, y hacerlo en el ámbito de los parámetros políticos, sociales, relacionales y personales de su propia vida y en la vida en general –esto es, comprender ambos su “con-texto” particular y universal.” Raabe, 2001: p. 19. La traducción es mía.

²³ Silogismo hipotético o de la transitividad del condicional: $(A \rightarrow B) \wedge (B \rightarrow C) \rightarrow (A \rightarrow C)$.

²⁴ Según E. Cohen, citado por Raabe, 2001: pp. 70-71.

²⁵ Cf. su página web: <http://www.decision-making.co.uk/> (página en inglés). (Última visita 25.01.2011).

ETIMOLOGÍA DE "TERAPIA"

El objetivo de la Práctica Filosófica es, ciertamente, mejorar la vida de las personas que recurren al asesoramiento filosófico. Incluso, cabe decir, que consigue hasta mejoras en el estado físico de esas personas. Justo es, pues, preguntarse por la posibilidad de una curación.

El estudio filológico de la palabra "terapia" nos dice que en castellano y catalán esta palabra tiene su origen en el latín, que a su vez tomó la palabra del griego. Sin embargo, en este transitar de la palabra de una lengua a otra –en tanto que secuencia fonemática con sus adecuaciones a las fonéticas propias de cada una de las lengua –, se produjeron interesantes e importantes cambios semánticos. El uso griego de la palabra estaba vinculado a la referencia del cuidado y la atención de la persona en su globalidad o, como a menudo se dice, al cuidado del alma. Y esta actuación se realizaba en el ejercicio de la filosofía en Grecia, porque la filosofía permite actuar sobre uno mismo o sobre los otros en un sentido educativo, formativo y "terapéutico" mediante la transformación del alma. Y es por esta razón que en la filosofía antigua P. Hadot ve como aspecto preeminente y distintivo lo que él llama *exercice spirituel*, es decir, "una práctica destinada a operar un cambio radical del ser", del alma²⁶. Más adelante veremos cómo nos lo plantea Hadot.

Si "terapia" significaba en Grecia "cuidado del alma", cuando el latín la incorpora a su acerbo de vocablos lo hace para incluirla dentro del ámbito de la medicina abandonando el ámbito del alma para incorporarse al uso lingüístico vinculado al trato exclusivo con el cuerpo. Prueba de ello es que al necesitar una palabra latina para significar el antiguo cuidado del alma, se recurre a un nuevo vocablo: "cura". Y de igual manera lo hace el castellano, si bien en esta lengua su uso se considera anticuado hoy en día. De hecho, la relación de este vocablo con la cura del alma es y ha sido tan débil que de hecho ha generado nuevas palabras vinculadas a la salud física y corporal: "curación", "curandero". Aunque también ha derivado otros vocablos vinculados al significado de "cuidado" o "atención": "curioso".

Lo cierto es que el significado de "terapia" en la antigua Grecia se ha perdido. Hoy en día terapia y curación son términos que van de la mano en su

²⁶ Cf., en este sentido, Hadot, Pierre, 2006: pp. 270-274.

vinculación exclusiva al trato de las alteraciones fisiológicas y, como veremos a una metodología muy concreta que se aleja de la característica de la Filosofía. Algo de aquel significado originario en Grecia queda en determinados usos de la palabra cuidado (cf. la expresión de despedida “¡cuídate!”).

¿CURACIÓN EN EL ASESORAMIENTO FILOSÓFICO?

De hecho, no es extraño que quien viene angustiado por un problema relate problemas de insomnio o intestinales, dolores en el pecho o cuadros de ansiedad, por poner algún ejemplo. Y todos esos síntomas desaparecen a lo largo de las sesiones. Por ello, sí cabe preguntarse si el asesoramiento filosófico es una terapia, porque evidentemente tiene efectos terapéuticos. Y más aún, hay quienes sí hablan del carácter terapéutico de la filosofía²⁷.

En breve podríamos decir que el asesoramiento puede tener en algunos casos efectos curativos pero, sin embargo, no los pretende. De hecho es así porque se parte del presupuesto de que esos síntomas no corresponden a patologías de origen fisiológico, sino que son manifestaciones corporales de problemas filosóficos, somatizaciones.

Como refiere L. Marinoff²⁸, la mayoría de las depresiones tienen su origen en una situación actual que nos desborda, e incluso aquellas que pueden tener su origen en la infancia también podrían ser tratadas por la filosofía en vez de la psicología. En general podemos decir que la mayoría de las personas que se dirigen a un psicólogo, lo hacen teniendo, de hecho, un problema filosófico. (Aquí damos por supuesto unos significados concretos de curación y terapia, los significados que se derivan del uso de estas palabras en la actualidad y que designan el efecto y la actividad que usualmente se asignan a las actividades médica y psicológica²⁹.)

La IGPP (Sociedad Internacional para la Práctica Filosófica de Alemania), creada por G. Achenbach, tiene como una de sus frases preferidas la siguiente: “ella (la Práctica Filosófica) no se considera una forma alternativa de

²⁷ Cf. “Terapia y Asesoramiento: una reflexión nómada”, conferencia de R. Guzmán para el Máster en *Práctica Filosófica y Acción Social* de la Universitat de Barcelona, 2007-08.

²⁸ Cf. *Més Plató i menys Prozac*, en el apartado “Les quatre cares de la depressió”, Barcelona, Edicions B, 2002, pp. 65-66.

²⁹ Para una visión más amplia del concepto de terapia cf. el citado artículo de R. Guzmán.

terapia, sino como una alternativa a la (psico)terapia”³⁰. Por lo tanto, el asesoramiento filosófico no debe entenderse como otra terapia más en la profusión actual de técnicas y rituales terapéuticos, sino que es una actividad de ayuda a las personas que se puede practicar más allá de las terapias, es decir, con independencia de que se esté siguiendo o no un proceso terapéutico. Es más, en la mayoría de los casos es el mejor complemento a las terapias psicoterapéuticas, especialmente si solo se limitan a recetar medicamentos y no ayudan a afrontar las dificultades de la vida.

SÍNTOMAS Y PROBLEMA

Frente a la terapia, el asesoramiento no se limita a considerar el estado del cliente o visitante a la búsqueda de síntomas, sino que considera también, y sobre todo, sus relaciones con el entorno. En este sentido hay que considerar que al filósofo no le interesan las alteraciones fisiológicas o los trastornos de la percepción, las “alucinaciones” en sí mismas, sino cómo estas interfieren en la percepción e interacción con la realidad. Desde esta perspectiva, lo que realmente cuenta para la intervención del filósofo asesor es que el cliente tenga clara conciencia de que su relación con su entorno es problemática. De hecho, el cliente acude a la consulta cuando él o ella siente que lo necesita –en aquellos casos en que han acudido a la consulta forzados por terceras personas, según mi experiencia, está garantizado el fracaso–. Así, se puede decir que nuestra tarea es facilitar recursos filosóficos para que el cliente pueda hacer una correcta evaluación de ese entorno y entonces pueda intentar un cambio en esa relación “fallida” entre la persona y su entorno.

Ello es así porque el filósofo parte de problemas, o más precisamente de los problemas que reporta el cliente, lo cual implica que los problemas vienen siempre referidos a la relación de la persona que nos visita con su entorno. Es cierto que los problemas tienen un origen mental y que ello no impide que tengan sus consecuencias somáticas. Pero ahí radica la distinción entre el filósofo y el terapeuta: este parte de los síntomas que ofrece el paciente, mientras que el filósofo obvia los síntomas (de hecho hay quien los llama signos de malestar) para

³⁰ Cita de la página principal de la web de la asociación: <http://www.igpp.org>. La traducción del alemán es mía. Hay versión en inglés. (Última visita 25.01.2011).

ir a clarificar el problema que les subyace. A nosotros, los filósofos, nos atañe el problema vital o existencial. Lo cual no impide constatar que la clarificación de los problemas tiene como consecuencia la desaparición de los síntomas.

Quien se dirige a un médico, a un psicólogo, a un cura o a un filósofo desea que algo cambie, ya sea en él o en su entorno. Si mi mundo es mi lengua³¹, entonces bastaría con cambiar mis pensamientos. Pero dicho así, podríamos caer fácilmente en determinadas terapias, como por ejemplo la conductista: si cambio mi conducta puedo cambiar la reacción de mi entorno. O, por ejemplo, podríamos caer en determinadas psicologías que alimentan los llamados “libros de autoayuda” y que predicán el “pensamiento positivo”: “tenga usted pensamientos positivos y será feliz”. Pero el asesoramiento filosófico no actúa según estos patrones.

En este sentido, las terapias se plantean las causas de un problema y su solución (o curación) en el mismo plano en que se da el problema, buscando una alternativa que elimine el problema, siguiendo el modelo de la medicina, en el cual el fármaco va encaminado a eliminar el síntoma. La filosofía, sin embargo, busca trascender el nivel del problema para analizar sus componentes, para entender los presupuestos o, incluso, los prejuicios que provocan la aparición de esa situación problemática. De esta manera, a lo mejor no se resuelve el problema, porque sencillamente se diluye, es decir, se reconoce que ese no era un problema. O se descubre que el verdadero problema se sitúa en otro lugar (de hecho este suele ser uno de los momentos más dramáticos en la consulta).

La irrenunciable relevancia del método en la práctica científica tiene como consecuencia que las terapias hayan adquirido un proceder excesivamente rígido, tan rígido que fácilmente desatienden las preocupaciones y las particularidades de los pacientes. Desde un punto de vista terapéutico, es importante entender lo que el paciente dice para poder determinar con exactitud los síntomas. Sin embargo, este querer entender profundamente un síntoma puede llegar a extremos que resultan incomprensibles: el psicólogo le había puesto por tarea valorar de 0 a 10 el pánico que sentía cada vez que cogía el coche, como consecuencia, se centraba tanto en su pánico que era incapaz de salir del garaje de casa³².

³¹ Cf. Wittgenstein, Ludwig, *Tractatus logico-philosophicus*, 5.6 y 5.62.

³² Relatado por un cliente en mi consulta.

Es cierto que nuestra sociedad facilita de diversas maneras la propensión a acercarse a todo tipo de terapias, especialmente cuando esgrime como valor irrenunciable la inmediatez, y en este sentido las terapias ofrecen (sea luego cierto o no) soluciones rápidas. Inmediatez que traiciona el proceder apresurado de los terapeutas, que a su vez se ve reforzado por las condiciones en que se atienden a los enfermos: saturación, falta de personal, etc. De cualquier manera estos procederes, centrados en los síntomas y su curación, olvidan normalmente el trato con la persona.

RELACIÓN TERAPÉUTICA Y RELACIÓN FILOSÓFICA

Solo cuando se considera en su conjunto a la persona y su relación con su entorno, podemos llegar a tener una legítima comprensión del problema que le afecta. Como bien reconoce la hermenéutica, en el origen de la comprensión, como modo de ser propio del ser humano, está la concepción fenomenológica heideggeriana del “ser ahí”, de la facticidad de la existencia humana, es decir, todo individuo está siempre vinculado a un mundo de significaciones que lo orienta y condiciona en sus actuaciones:

“La analítica temporal del estar ahí humano en Heidegger ha mostrado (...), que la comprensión no es uno de los modos de comportamiento del sujeto, sino el modo de ser del propio estar ahí. En este sentido es como hemos empleado aquí el concepto de “hermenéutica”. Designa el carácter fundamentalmente móvil del estar ahí, que constituye su finitud y su especificidad y que por lo tanto abarca *el conjunto de su experiencia del mundo*.”³³

Sin embargo la comprensión no se puede limitar exclusivamente al asesor, también el cliente ha de llegar a comprender su situación para poder afrontarla. Por ello, el dictamen o juicio del asesor es absolutamente irrelevante. Piénsese, por ejemplo, en el caso de una madre que aconseja a su hija: “Este chico no te conviene, solo quiere aprovecharse de ti”. Todos sabemos que hasta que la hija

³³ Gadamer, Hans-Georg, *Verdad y método*, Ed. Sígueme, Salamanca, 1984, p. 12. La cursiva es mía, y con ella quiero remarcar la impropiedad de considerar al individuo aislado de su mundo, como mostró M. Heidegger en *Ser y tiempo*, especialmente en la Primera Sección, cf. § 12-18, § 25-34.

no se dé cuenta de ello por sí misma, no dejará la relación. Un dictamen o juicio solo puede ser, por lo tanto, operativo si lo realiza el cliente. Por el contrario, el juicio del paciente no determina su curación, es el médico quien con su dictamen y la correspondiente prescripción permite la curación del enfermo.

Ese saber necesario para dictaminar y prescribir sitúa al terapeuta en una clara relación jerárquica de poder frente al paciente. Relación que desde la filosofía se denuncia y se intenta minimizar, justamente porque, como hemos visto, en nuestro caso no es operativo. Es el filósofo el que debe atender las necesidades de comprensión del cliente para que este alcance la deseada comprensión de su situación, y para que una vez clarificada pueda acometer la tarea de toma de decisiones³⁴.

No se puede negar que nuestro cliente acude al filósofo con una doble precomprensión o pre-juicio: por un lado recurre a nosotros con la confianza de que la persona que le asesorará tiene cierta experiencia y sabe ayudar a resolver problemas; por otro lado también suele presuponer que un filósofo actúa de forma diferente a lo que él conoce y por ello alberga renovadas esperanzas de solución.

La insistencia en la necesidad de la comprensión se justifica por los presupuestos que orientan el asesoramiento filosófico tal y como lo expongo aquí. Anteriormente ya decía que la hermenéutica filosófica y la fenomenología hermenéutica heideggeriana constituyen el marco de comprensión de las experiencias y problemáticas a que debe hacer frente el filósofo asesor. Y es en este sentido que pienso, siguiendo a Wittgenstein, que el estar en el mundo de toda persona, y por lo tanto, también el encontrarse en medio de un problema difícil (o aparentemente imposible) de resolver, no es más que estar (¿atrapado?) en una forma de vida o, lo que es lo mismo, en un juego del lenguaje:

“Yo descubrí repentinamente esta idea capital de Wittgenstein, que me parece indiscutible y que tiene unas consecuencias enormes: el lenguaje no tiene como única tarea el nombrar o designar objetos o la de traducir los pensamientos; el acto de comprensión de una frase es mucho más cercana de lo que uno cree de lo que se llama habitualmente comprender un tema musical. Exactamente, no

³⁴ T. Lebon y D. Arnaud tienen material muy útil sobre *decision-making* (toma de decisiones) colgado en internet: <http://www.decision-making.co.uk>; el material está en inglés.

había, por lo tanto, “el” lenguaje, sino los “juegos de lenguaje”, situándose siempre, decía Wittgenstein, en la perspectiva de una actividad determinada, de una situación concreta o de una forma de vida.”³⁵

Aquel saber de la psicología no solo establece esa relación jerárquica sino que además considera al paciente como una persona enferma, deficitaria y por ello aislable, como ha denunciado, entre otros, M. Foucault. Esto es así porque la psicología nace como estudio de la locura, y esta es la razón por la cual en todo quehacer psicológico subyace la visión (prejuicio) de que la persona está enferma, mermada, cuando no disociada:

“Se dirá que todo saber está ligado a formas esenciales de crueldad. El conocimiento de la locura no es una excepción. Pero sin duda esta relación es, a propósito de la locura, singularmente importante. (...); pero sobre todo, porque es esta la que secretamente ha fundado la posibilidad de toda psicología. No se puede olvidar que la psicología “objetiva” o “positiva” o “científica” ha encontrado su origen histórico y su fundamento en el seno de una experiencia patológica.”³⁶

Si la terapia parte de teorías concretas y modelos de enfermedad, síndromes o trastornos en los cuales poder encuadrar los casos que se presentan, el asesoramiento parte de la apertura hacia la comprensión de la situación particular y concreta del cliente, o visitante, como prefiere decir G. Achenbach. Son presupuestos metafísicos los que determinan la radical distancia entre la terapia y el asesoramiento: mientras que la primera establece el origen de todo conflicto en una alteración fisiológica u orgánica o bien en unos contenidos ocultos en el “inconsciente”, el segundo lo radica en una incompleta o errónea comprensión de la propia vida. Es de resaltar que la psicología está condicionada por el mismo lastre que la ciencia en general y por ello de su práctica médica: un doble condicionamiento cartesiano, tanto el metodológico como el antropológico. Metodológicamente, la ciencia depende siempre de la aplicación de un método preestablecido y ello implica la generalización de la casuística frente a la atención

³⁵ Hadot, Pierre, 2006: p. 11. La traducción es mía.

³⁶ Foucault, Michel, *Maladie mentale et psychologie*, P.U.F “Quadrigue”, Paris, 1995, p. 87. La traducción es mía.

individualizada, personalizada. Por otro lado, la concepción del cuerpo humano y en general de todo ser vivo en Descartes se caracteriza por su funcionamiento y organización mecanizadas, así, en toda o enfermedad o problemática subyace una disfunción de ese mecanismo. Esta visión, desgraciadamente, se proyecta sobre la dimensión anímica del individuo.

Si bien la hermenéutica filosófica, el *critical thinking* o los recursos de *decision-making* son herramientas adecuadas para el asesoramiento filosófico, cabe determinar en cada caso particular cuáles son los conceptos por clarificar y el problema por comprender y resolver o disolver. Este planteamiento, abierto, no predeterminado, de considerar cada cliente como caso único, dependiente de la comprensión que realiza el mismo visitante, etc., permite afirmar que la distinción entre terapia y asesoramiento es pertinente:

“Cuando hablo sobre Práctica Filosófica, digo que esta praxis ni es terapia, ni consuelo espiritual, ni otra cosa concreta. No ofrezco ninguna etiqueta convencional con la cual se pueda identificar el objeto en cuestión. Y esta fisura con lo convencional es, según mi parecer, fructífera, pues propicia también la reflexión sobre las usuales –y con ello nada críticas– imágenes de terapia, consuelo espiritual y parecidos.”³⁷

FILOSOFÍA Y VIDA

Siguiendo los planteamientos de Hadot³⁸, distinguimos tres tipos de relación entre discurso filosófico y vida filosófica. Primeramente la relación en la que “el discurso filosófico justifica teóricamente la vida que uno lleva”. En segundo lugar aquella en que “el discurso es un medio privilegiado por el cual el filósofo puede adaptarlo a sí mismo”. Tiene una finalidad formadora (corresponde a lo que Hadot llama “exercice spirituel”). Se pueden distinguir en este tipo dos formas opuestas: un discurso teórico y dogmático (p. ej. propio de los discursos epicúreos y estoicos) y otro más libre que deja al individuo la actividad de búsqueda de respuestas (propio de la dialéctica socrática). Y por último,

³⁷ Lindseth, Anders, *Zur Sache der Philosophischen Praxis*, V. Karl Alber, Munich, 2005, p. 18. La traducción es mía.

³⁸ Cf. Hadot, Pierre, 1995: pp. 269-275.

tenemos el discurso que es una forma de ejercicio espiritual de la forma de vida filosófica (propio de la dialéctica platónica).

Es cierto que el discurso filosófico y la vida filosófica son irreductibles, una no es la otra, la vida filosófica, la manera de vivir, ciertas disposiciones interiores escapan a la expresión del discurso filosófico; ahora bien, no es menos cierto que la una no puede desligarse del otro. Justamente, tras Platón y Aristóteles, se denomina sofista a aquellos cuyas experiencias no trascienden en su discurso, o cuyo discurso no rige su vida, en definitiva, a aquellos en los que se haya una discordancia entre su vida y su discurso supuestamente filosófico.

CONCLUSIÓN: DEL CUIDADO

A veces resulta práctico establecer los límites de la propia actividad diferenciándose de los ámbitos más próximos, de esta manera podemos alcanzar una mejor comprensión de nuestro quehacer y podemos ofrecer una mejor explicación de lo que realizamos.

La palabra terapia en su uso habitual no refleja el significado originario en la Grecia clásica, ya que hoy en día se refiere a una práctica sistematizada encaminada, principalmente, a eliminar unos síntomas. Por su parte, la Práctica Filosófica permite que los clientes que asisten a la consulta de un filósofo asesor accedan a través del diálogo a una situación más reconfortante en su vida cotidiana e incluso les permite el alivio de una sintomatología de claro carácter psicossomático. En este sentido, y dado que no se atiende primariamente a esas alteraciones orgánicas, el asesoramiento filosófico no contribuye a esa curación propia de cualquier terapia, alternativa o no.

Pero el bienestar sí es un objetivo de la la Práctica Filosófica, el alcanzar una “vida buena” (en terminología aristotélica), es decir, una vida feliz, una mejora de la vida espiritual, en definitiva, aprender a cuidar de sí mismo. Y a todo esto sí hacía referencia el término originario de la terapia en Grecia.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Esta bibliografía se limita a una selección de autores contemporáneos que han escrito sobre la Práctica Filosófica y a aquellos más conocidos por la Historia de la Filosofía y que conforman mis presupuestos metafísicos.

Barrientos, José: *Introducción al asesoramiento y la orientación filosófica*. Ediciones Idea: Las Palmas de Gran Canaria, 2005.

Cencillo, Luis: *Cómo Platón se vuelve terapeuta*. Syntagma Ediciones: Madrid, 2002.

Hadot, Pierre: *Qu'est-ce que la philosophie antique?*, Gallimard: Paris, 1995.

Hadot, Pierre: *Exercices spirituels et philosophie antique*, Études augustinienes: Paris 1993.

Hadot, Pierre: *La philosophie comme manière de vivre*, Albin Michel: Barcelona, 2003.

Heidegger, Martin: *Sein und Zeit*, Max Niemeyer Verlag, Tübingen, 1986.

Lindtseth, Anders: *Zur Sache der Philosophischen Praxis*, V. Karl Alber: Munich, 2005.

Marinoff, Lou: *Philosophical practice*. Academic Press: San Diego, 2002.

Nietzsche, Friedrich: *Also sprach Zarathustra*, Kritische Gesamtausgabe VI 1, Walter de Gruyter, Berlin, 1968.

Nietzsche, Friedrich: *Jenseits von Gut und Böse*, Kritische Gesamtausgabe VI 2, Walter de Gruyter, Berlin, 1968.

Nietzsche, Friedrich: *Zur Genealogie der Moral*, ídem.

Raabe, Peter: *Philosophical counseling. Theory and practice*. Praeger Publishers: Westport, 2001.

Sartre, Jean-Paul: *La transcendance de l'ego*, Vrin, Paris, 1988.

Sartre, Jean-Paul: *Une idée fondamentale de la phénoménologie de Husserl: l'intentionnalité*, Situations I, Éditions Gallimard, Saint-Amand, 1984 (1948).

Sartre, Jean-Paul: *La liberté cartésienne*, ídem.

Sartre, Jean-Paul: *L'être et le néant*, Éditions Gallimard, Saint-Amand, 1990 (1976).

Schuster, Shlomit: *Philosophy practice. An alternative to counseling and psychotherapy*. Praeger Publishers: Westport, 1999.

Wittgenstein, Ludwig: *Tractatus logico-philosophicus*, Werkausgabe B. I, Suhrkamp Verlag, Frankfurt am Main, 1989.

Wittgenstein, Ludwig: *Philosophische Untersuchungen*, ídem.