

Considerazioni personali tratte dalla lettura del testo “Comprendere la vita” di Ran Lahav

Leggendo questo lavoro di Lahav ho apprezzato molto l'originalità e la radicalità della tesi dell'autore. Pensare che nella consulenza filosofica, il filosofo sia impegnato unicamente attraverso il rapporto dialogico a rendere il consultante più saggio, è assai affascinante. Tuttavia, pur condividendo molte delle premesse fatte dall'autore che chiarivano in modo preciso la distinzione tra il lavoro del counselor filosofico e lo psicoterapeuta o psicanalista freudiano, non condivido appieno la tesi dello stesso. O meglio, la mia posizione non si potrebbe definire così “romantica” come quella di Lahav.

Questo per almeno due motivi interdipendenti.

Il primo riguarda il consultante.

Occorre innanzitutto pensare che la grandissima parte dei consultanti che richiedono una consulenza, vengono dal counselor perché sono stanchi di trovarsi in una certa situazione di disagio o di dolore e vogliono superarla. Vengono insomma, per presentare un loro problema specifico e si affidano ad un esperto (che dovrebbe essere il counselor appunto) pensando che lui stesso sarà in grado di dare una soluzione definitiva. Insomma, la gran parte dei consultanti viene dal counselor per risolvere un loro problema senza pensare di intraprendere un processo di crescita personale (che vorrebbe dire appunto un “diventare più saggi”): l'acquisire maggior saggezza non è che si aspettano.

Per capire come la maggior parte dei consultanti siano indotti a pensare di risolvere un loro problema senza mettersi in gioco personalmente, ci possono essere molte spiegazioni tra le più varie e diverse.

Alcune possono essere queste:

Per prima cosa alcuni consultanti sono persone semplici, di cultura medio-bassa e quindi si aspettano dal consulente filosofico una vera e propria consulenza, cioè un insieme di consigli e di soluzioni che una specie di *esperto factotum* dovrebbe saper dare.

Poi c'è il classico consultante nevrotico, il quale si aspetta che un esperto decida per lui, o gli dica che cosa deve o non deve fare per uscire dalla situazione in cui lui stesso dice di non essersi cacciato (perché è sempre colpa di qualcun altro come i genitori, i colleghi, la società etc), è quel consultante che cerca insomma proprio

quello che un counselor non potrà mai dargli e cioè un alibi per deresponsabilizzarsi e non mettersi in gioco.

Poi, sicuramente ci sono degli aspetti culturali che ci influenzano un po' tutti, per quanto riguarda l'approccio ai problemi che incappiamo quotidianamente. Per esempio, nella nostra cultura è sempre più diffusa la mentalità che se ci troviamo di fronte ad uno ostacolo mica dobbiamo per forza saltarlo ! Se è possibile meglio aggirarlo! La tecnica (intesa nel senso di apparato tecnico-scientifico) oggi è anche questo: un moltiplicatore di vie di fuga. La tecnica, cioè, ci offre oggi un sacco di modalità per aggirare gli ostacoli senza superarli, per evitare i problemi senza risolverli realmente e quindi senza crescere a livello personale (basta un pillola e dormiamo tranquilli, in barba a ciò che ci impedisce di essere sereni e dormire bene). Con questo approccio e con queste aspettative alcuni consultant arrivano dal counselor filosofico, aspettando che un esperto, un *homo technicus* appunto, dall'alto delle sue conoscenze risolve per loro le difficoltà che li attanagliano. In questo senso potremmo anche dire che la figura del counselor diventa una nuova via di fuga, perché anche in questo caso il mettersi in gioco e il crescere a livello personale viene a mancare.

Un altro motivo che è strettamente legato al precedente è l'incapacità culturalmente ereditata che abbiamo nell'ascoltare: nell'ascoltare l'altro e soprattutto noi stessi. La nostra cultura occidentale, incentrata su una forma di conoscenza che si basa su un paradigma del "vedere" e non più dell'ascoltare (come accadeva nelle culture antiche, parlate dal linguaggio dei racconti, cioè del *mythos*) ci ha portati progressivamente a perdere dimestichezza con la capacità di "ascoltarsi". Ciò significa che non siamo più abituati a prestare attenzione a quello che il nostro corpo, le nostre sensazioni, le nostre fantasie e sogni ci comunicano quotidianamente, preferendo ignorarli magari ricorrendo ad un facile e comodo rimedio come una pillola.

Un altro aspetto culturale riguarda il pensare solamente a breve e a brevissimo termine. Oggi l'uomo post-moderno (per usare un'espressione cara al sociologo Bauhmann), pretende di togliersi dagli impicci e dalle situazioni dolorose il prima possibile, trovando le soluzioni più facili e brevi. Per questo fattore tempo, vanno benissimo le scorciatoie che la tecnica può offrire loro: ad esempio il ricorrere ad un ansiolitico piuttosto di "comprendere" (uso comprendere nel senso diltheyano del termine) ciò che procura ansia, un pillola di Viagra piuttosto di "comprendere" la propria impotenza etc. Ecco allora che un paio di sedute di consulenza vengono viste come il modo più veloce e immediato di "risolvere" il problema (sarebbe meglio dire, aggirare il problema). Anche in questo caso non ci può essere crescita, perché il lavoro che si fa su se stessi richiede del tempo, che non significa necessariamente un numero ampio di sedute (generalmente nella consulenza filosofica il numero di sedute sono statisticamente assai inferiori rispetto a quelle che sono necessarie per esempio in una terapia psicanalitica) ma significa un periodo necessario per elaborare e rielaborare certi contenuti o tematiche che sono uscite nel corso del setting filosofico. Insomma, il maturare o il crescere in senso noetico, implica un certo lasso di tempo (che non si può certo quantificare in giorni o settimane ovviamente) che

può essere abbastanza breve, a seconda comunque del problema trattato e dal cammino personale che sta intraprendendo il consultante.

Queste possono essere alcune interpretazioni sul perché il consultante abbia aspettative ben diverse dal setting filosofico (ben più immediate e precise) che non sia quella più generale e fumosa del “diventare un po’ più saggi”.

Il secondo aspetto che ripeto, è interdipendente al primo, riguarda il counselor.

Il counselor, pur sapendo che il suo lavoro è molto diverso da quello che generalmente il consultante si aspetta, non deve ignorare tali aspettative. Ciò significa che se un consultante porta un problema o un disagio da risolvere, è primariamente questo che deve fare: aiutare il consultante a superare l’ostacolo che in quel momento lo sta bloccando e che proprio per questo gli procura disagio e sofferenza.

Da questo punto di vista, personalmente vedo la consulenza filosofica *primariamente* come una forma di aiuto. Perché è questo quello che il consultante ci chiede e per cui viene da noi (counselors): un aiuto, una mano che lo possa tirar fuori da una situazione. Che poi questo aiuto non venga dato secondo le aspettative del consultante è un’altra questione che non andiamo ad approfondire ulteriormente.

Dunque, se c’è, a mio avviso, una finalità primaria nella consulenza filosofica direi che questa è “l’instaurare una relazione di aiuto”, e cioè nell’aiutare il consultante a risolvere o a superare quel particolare problema o disagio che viene a presentarci, perché è questo quello che ci chiede la persona che viene da noi ed è questo quello che ci domanda (e non un generico “essere più saggi”).

Detto questo, sembrerebbe che il mio punto di vista sia molto diverso da quello proposto da Lahav.

Apparentemente è così.

Dico apparentemente, perché in realtà a mio modo di vedere c’è un punto di contatto tra i due punti di vista, che è questo: la soluzione di un problema personale (esistenziale o relazionale etc) implica *necessariamente* una crescita e una maturazione (o in altre parole una maggiore saggezza).

Con questo cosa voglio dire? Voglio dire che certamente l’attività di counseling filosofico consiste nell’aiutare il consultante ad uscire da una determinata situazione di disagio o sofferenza ma questo il counselor lo potrà fare solo nella misura in cui riuscirà ad analizzare e poi ampliare le prospettive, il campo di valori, la weltanschauung del consultante e cioè, ancora una volta, solo nella misura in cui riuscirà a portare il consultante ad acquisire una maggiore saggezza.

Nelle caso dell’attività di counseling, infatti, aiutare a risolvere un problema personale significa innanzitutto aiutare il consultante a vedere il problema da altri punti di vista che fino a quel momento non aveva mai visto, aiutarlo a sciogliere un dilemma significa, innanzitutto, ampliare le possibilità di scelta che fino a quel momento non aveva mai preso in considerazione. Questo vuol dire che certamente, superare il problema significa non trovarsi più in quella situazione di blocco, di disagio o di sofferenza per il quale aveva chiesto un aiuto ma significa anche *necessariamente* che il consultante non è la stessa persona di prima perché la soluzione del problema ha implicato un ampliamento delle sue prospettive, del suo campo di valori, un’acquisizione di nuovi significati (qui intesi nella loro sfumatura

esistenziale che riguardano la *sfera noetica*), in altre parole ha implicato un “diventare più saggi”.

Per quanto riguarda l’idea che nella consulenza filosofica sia centrale la crescita nella dimensione noetica del consultante, credo che questo punto sia sufficientemente chiaro, tuttavia ritengo interessante riprendere la distinzione tra malattia (in senso medico), patologia psichica (in senso psicoterapeutico) e problema o disagio (oggetto invece delle attività di counseling filosofico) per capire come e in che modo il superamento di tali stati di sofferenza possano implicare o meno il coinvolgimento attivo del “paziente” (nel senso di colui che sta subendo e provando uno stato di sofferenza) responsabilizzandolo o meno.

Ovviamente quello che andrò a proporre sarà una rigida schematizzazione che non renderà giustizia alle infinite sfumature tra concetti di malattia, disturbo, patologia che il reale ci presenta ma sarà una griglia mi auguro sufficientemente chiara per vedere il grado di coinvolgimento del paziente o del consultante nelle diverse forme di sofferenza.

Nel caso della malattia (nel senso medico) è molto evidente come la guarigione da essa non dipenda strettamente da una crescita personale del paziente, anzi il più delle volte possiamo dire che la persona che è guarita dalla malattia (in senso medico) è “la stessa persona di prima”.

Ancora oggi, nel nostro linguaggio (l’analisi linguistica è preziosa perché ci suggerisce molti significati di natura filosofica) la malattia in senso medico viene sostanzializzata o cosalizzata e cioè la malattia viene vista come un “qualcosa che ha una sua specifica esistenza al di fuori di noi”, che noi “prendiamo” quando ci ammaliamo (entra in noi) oppure “superiamo” (cioè ne siamo liberati) quando guariamo. Quasi sempre la sostanzializzazione della malattia coincide con l’identificazione di un agente patogeno (ex forme virali, batteri) oppure oggetti organici che possiamo asportare (ernia, ciste etc).

Un esempio banale: l’influenza. Quando siamo influenzati e quindi ci sentiamo ammalati, diciamo che “abbiamo preso” l’influenza; dal punto di vista medico potremmo riformulare l’espressione dicendo che “abbiamo preso” una forma virale, cioè dei virus hanno attaccato il nostro organismo ed ora sono in noi. Il superamento e la guarigione dello stato influenzale implica la distruzione o la scomparsa di tale agente patogeno (che è la causa della malattia) ma nient’altro. Ecco allora che il “guarire da una banale influenza” non implica necessariamente una personale crescita (un cambiamento nella persona, una maturazione, un “diventare più saggi”), in quanto la causa dello stato di malattia è determinata da una causa specifica ed esterna a noi che “abbiamo preso” e dalla quale possiamo liberarci grazie all’aiuto di qualche farmaco e di un po’ di riposo.

Nel caso della patologia psichica le cose si fanno un po’ più complicate perché il disturbo riguarda appunto la sfera psichica. In questo caso, è vero che alcune patologie (come alcune gravi forme di schizofrenia) hanno una causa biologica (determinate, per esempio da lesioni della corteccia cerebrale) ma, a parte questi casi limite, diciamo che in psicologia e in psicoanalisi gli stati patologici hanno altre

cause spesso di natura inconscia (traumi infantili, rimozione di desideri inaccettabili, etc.) non riconducibili a qualcosa di biologico.

Tuttavia l'impianto positivistico e deterministico di gran parte della psicologia e psicanalisi moderna ripropone una sostanzializzazione dei disturbi patologici tipico dell'interpretazione medica. Per esempio, in psicanalisi le cause della patologie vengono "reificate" e "cosalizzate" in quanto pensate come presenti in una particolare "regione" della psiche, a sua volta non materiale, che è l'inconscio; cause che nessuno può "vedere" e analizzare in senso medico ma che si possono in qualche modo scorgere e identificare dopo una attenta analisi delle forze inconse che si manifestano nei sogni, nelle fantasie, nelle libere associazioni del paziente etc.

Sono queste cause (conflitti inconsci) l'origine del disturbo e una volta identificate e tolte il paziente è di nuovo in salute, cioè libero da quei sintomi patologici di cui quelle cause erano l'origine.

Ora, va detto che nel caso della psicanalisi e della psicoterapia non vi può essere vera guarigione se non vi è una ristrutturazione della persona, e cioè un cambiamento nell'equilibrio delle "forze interne" di quella persona stessa. Ristrutturazione della persona significa una nuova unità funzionale della mente e cioè una riunificazione della vita mentale dopo che il conflitto inconscio è stato portato alla coscienza ed è stato superato. Occorre sottolineare però, che riunificazione della mente significa sicuramente maggior salute mentale ma non significa necessariamente maggior saggezza. Possiamo dire, infatti, che il cliente che ha superato il conflitto inconscio può al massimo avere una maggiore conoscenza di sé, avendo magari riportato alla coscienza dei ricordi o dei lati della propria personalità che prima gli erano oscuri ma non per questo possiamo affermare che la sua *weltanschauung* si sia modificata, che il suo campo di valori e di prospettive si sia allargato e via dicendo. Insomma il paziente guarito da una psicoterapia è un persona che ha guadagnato in salute mentale ma non per questo è necessariamente più "saggio".

Per quanto riguarda invece il disturbo o il disagio che può essere affrontato in un setting di counseling filosofico è chiaro che in questo caso non ha alcun senso parlare di reificazione o cosalizzazione del disturbo in quanto il disagio è presente e si manifesta solo sul piano ideale. E' dunque evidente che il superamento di tale disturbo implichi necessariamente un chiarimento concettuale e un ampliamento delle proprie prospettive. Potremmo anche dire che l'oggetto dell'analisi del counselor è la struttura *ideale* (che si riferisce cioè alla connessione di idee e di concetti) della *weltanschauung* del consultante, struttura costituita dai vari significati e valori alla quale essa rimanda, dalle conseguenze e interconnessioni che ineriscono ai concetti presenti in essa etc.

Ciò che caratterizza il lavoro del counselor filosofico e lo distingue da altre tipologie di counseling, infatti, è proprio l'analisi concettuale che solo un filosofo può fare bene, in quanto frequentatore abituale delle strutture concettuali di quella rete di idee che noi tutti "viviamo" anche se non necessariamente articoliamo in parole (per intenderci è il "linguaggio" così come lo intendeva Wittgenstein), rete costituita da specifiche connessioni logiche, concettuali e da altre connessioni ideali. Queste connessioni, come ha detto bene Lahav, non sono né banali né arbitrarie ma sono

date nel linguaggio e per questa ragione possono essere evidenziate e chiarite solo con un attento esame filosofico.

In questo senso, risolvere un problema in un setting filosofico significa quindi ampliare le connessioni ideative, moltiplicare le prospettive su quella questione, aprire nuovi orizzonti semantici: insomma significa fornire al consultante nuovi punti di vista, che modificheranno non solamente la sua visione di quel problema particolare che prima gli procurava disagio e sofferenza ma anche del suo stesso "welt". In questo senso, possiamo dunque dire che il consultante uscirà dal setting filosofico "più saggio" di prima, in quanto porterà con sé nuove risorse che prima non aveva e che gli potranno servire per affrontare e vivere altre situazioni esistenziali anche molto diverse fra loro.

Concludendo, in che modo allora il mio punto di vista differisce seppur di poco da quello Lahaviano?

Riassumendo, potrei rispondere così: dal mio punto di vista lo scopo del setting filosofico è e resta il dare un aiuto a chi, in quel momento, ce lo sta chiedendo (che è appunto il consultante). Certamente di fatto, aiutare un consultante a superare il suo problema, significa necessariamente aiutarlo a renderlo più saggio e questo è un aspetto straordinario che caratterizza la consulenza filosofica e la distingue da altre tipologie di consulenze, aspetto che comporta un arricchimento del consultante (e a volte anche dello stesso counselor!) che non ha prezzo.

Tuttavia, se per Lahav lo scopo della consulenza filosofica è il rendere più saggi, mentre il superamento del problema solo una tappa fondamentale per il raggiungimento di tale fine, dal mio punto di vista, lo scopo della consulenza filosofica (in quanto "consulenza") è il superamento del problema prospettato dal consultante, mentre l'acquisizione di una maggiore saggezza, una necessaria nonché piacevolissima conseguenza di tale superamento.