



# Postmoderna primjena antičke mudrosti

*Bujanje literature filozofije kao umijeća življenja*





# Filozofska praksa

Pojam “filozofska praksa” oblikovao

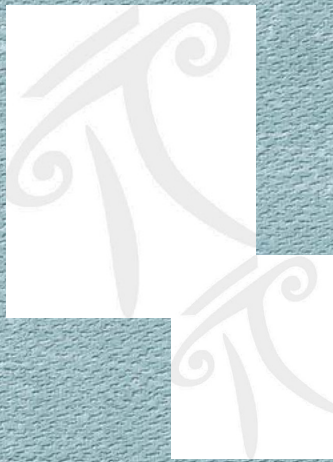
Gerd Achenbach 1981. osnivanjem svoga

**Instituta za filozofsku praksu**

Filozofska praksa je profesionalno filozofsko životno savjetovanje. Događa se u praksi (ordinaciji / uredu) filozofa.







# Filozofska praksa

U filozofskoj praksi filozofa se ne treba kao profesora (povijesti) filozofije, nego mu se dolazi kao filozofu.

Konkretni oblik filozofije je filozof.

Filozof je istodobno kao institucija filozofska praksa.





# Filozofska praksa

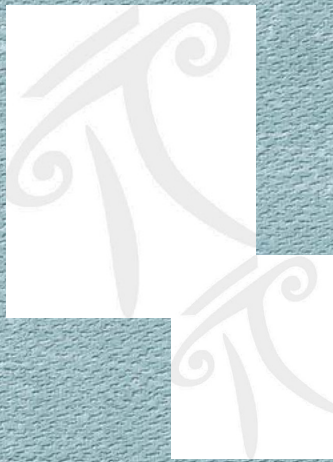
Filozofska praksa je slobodni razgovor.

Ne propisuje nikakve filozofeme, ne pruža nikakve filozofske uvide.

Ona pokreće mišljenje.

Filozofira.





# Filozofska praksa

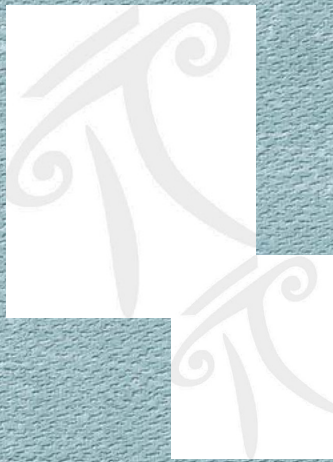
To čini zajedno s onim tko traži savjet.

Ne susreće ga kao slučaj kojega smješta u neku kategoriju, nego kao pojedinca.

Pomaže mu: olabavljenjem ili uklanjanjem njegovih blokada.

Filozofska praksa ne zna točna rješenja za pojedinca, ali za pomoći da se ide naprijed.



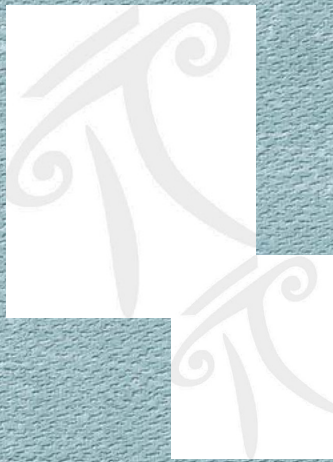


# Filozofska praksa

Filozofska praksa / savjetovanište organiziranja.

Poduzetništvima i organizacijama filozofi pomažu pri rješavanju temeljnih poteškoća.



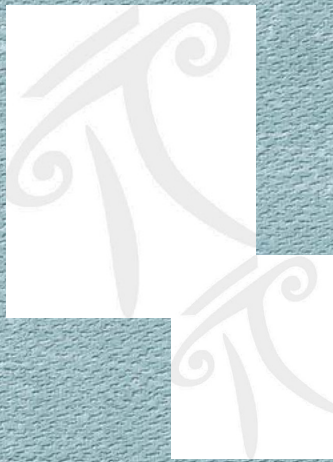


# Filozofska praksa

1982. nastanak Društva za filozofsku praksu.

Trend širenja.

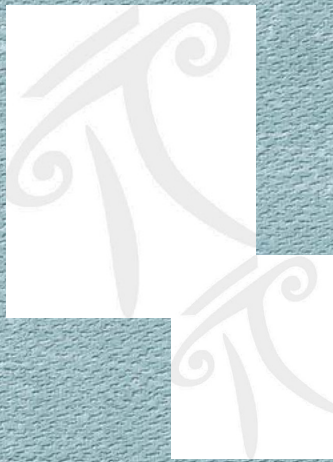




# Filozofska praksa

Obnova antiške prakse poznate iz vremena Sokrata, sofista, stoika, epikurejaca...





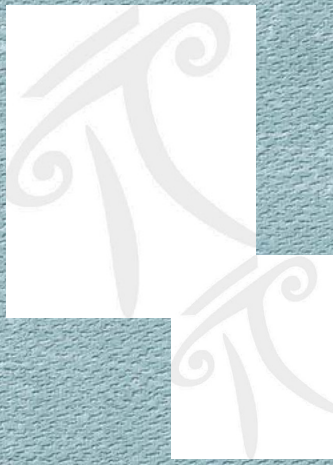
# Filozofska praksa

Rehabilitacija filozofije kao umijeća življenja.

Upute za ostvarenje samoga sebe.

Rehabilitacija pojmova: savjet, mudrost, mudrosna pravila.





# Filozofska praksa

Filozofska se praksa razlikuje od:  
sveučilišne filozofije i od terapije.

Filozofsko savjetovalište: suradnja s bliskim područjima i praksama.

Suvremeni oblici filozofiranja.





# Lou Marinoff

*Platon, a ne prozac!*

*Primjena vječne mudrosti na svakodnevne probleme*



# Louis Joshua Marinoff

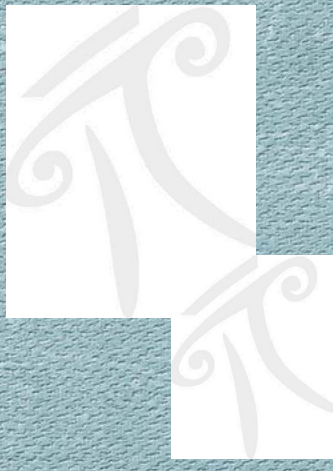
rođen 18. listopada 1951.

Profesor filozofije na City College of New York

utemeljitelj Američkog društva praktične filozofije







# Platon, a ne prosac!

Nezadovoljstvo psihološkom ili psihijatrijskom terapijom.

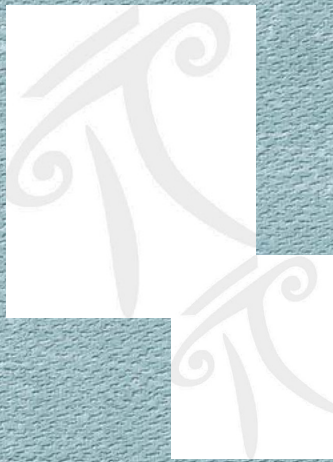
Filozofsko savjetovanje

Povjerenje u vjerske ustanove - blijedi

Psihologija i psihijatrija - došle do svojih granica

Ljudima treba dijalog, a ne dijagnoza





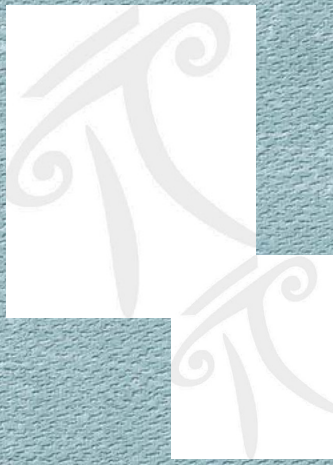
# Platon, a ne prosac!

Dobro je imati sugovornika.

Dobrobiti promišljenog života: mir, stabilnost, integritet.

Potreban: filozofski stav.





# Platon, a ne prosac!

Iskustvo je veliki učitelj.

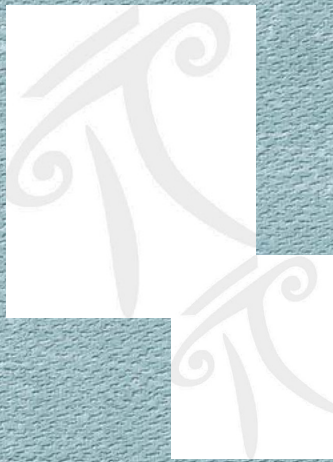
Misliti kritički - postavljati stvari u širu sliku.

Možemo promijeniti ono što vjerujemo.

Filozofija: vještina postavljanja pitanja

Tradicija od tisuće godina





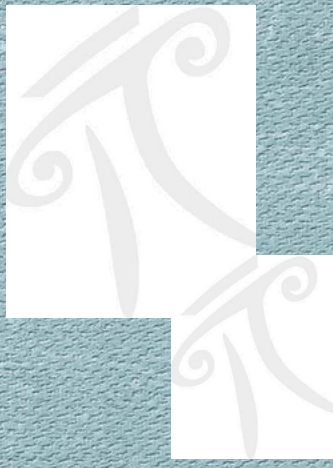
# Platon, a ne prosac!

Ipak, filozofija je osobna stvar.

Misliti vlastitom glavom - potrebno ohrabrenje!

Filozofsko savjetovanje: mir se postiže razmišljanjem, a ne lijekovima.





# Platon, a ne prosac!

Cilj: poznavati samoga sebe!

Filozofsko savjetovanje: “terapija za zdrave”!





# Platon, a ne prosac!

Amerika - terapeutsko društvo - predmet terapije

Mnoštvo knjiga o samopomoći

Mnogo tv emisija





# Platon, a ne prosac!

Razlike između:

- psihološkog
- psihoanalitičkog
- psihijatrijskog
- filozofskog

pristupa savjetovanju





# Filozofija, psihijatrija, psihologija

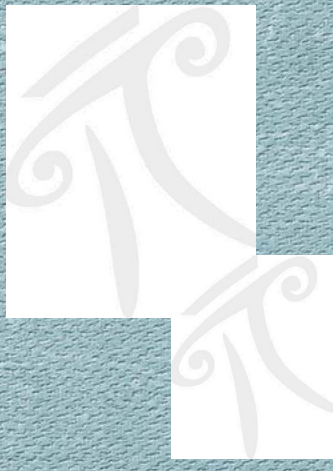
Filozofija i znanost su nekada bile ista stvar.

Kako svijet funkcionira? - pitanje iz filozofije preselilo u znanost.

Medicina: znanost i umijeće istovremeno.

Freudovska psihoanaliza: mnogo ogranaka (nalik religiji)





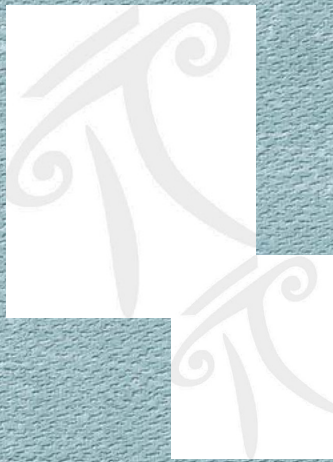
# Freudeova filozofija psihijatrije

Načelo: mentalni problemi bi se trebali moći pojasniti terminima fizičke bolesti.

Duševna je bolest uzrokovana nekom bolešću mozga.

Dijagnostički priručnik: porast dijagnoza. Interesi farmaceutske industrije.



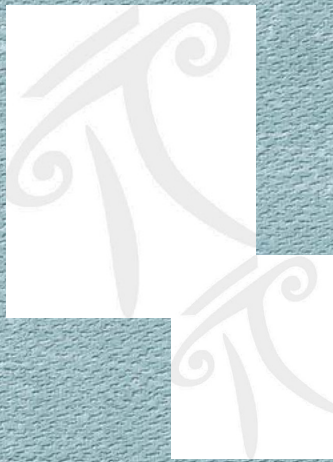


# Filozofija

U najvećem broju slučajeva, osobna nesreća, sukobi unutar skupina, gruba neuljudnost, besramni promiskuitet, epidemija zločina i orgijastičko nasilje nisu proizvod društva koje je duševno bolesno, nego sustava koji - u nedpstatku vizionarskog državnštva i filozofske vrline - dopušta društvu da postane moralno poremećeno. Iako su filozofi uglavnom šutjeli o svemu tome, filozofski savjetnici mogu pomoći u ponovnoj uspostavi moralnog reda, a s time i “duševnog zdravlja” u našem potpuno demoraliziranom građanstvu. **Moralni red nije lijek, no ima sjajne popratne pojave.**

*Platon, a ne prosac!, 41*





Psihologija - iz humanističkih se smjestila u društvene znanosti.

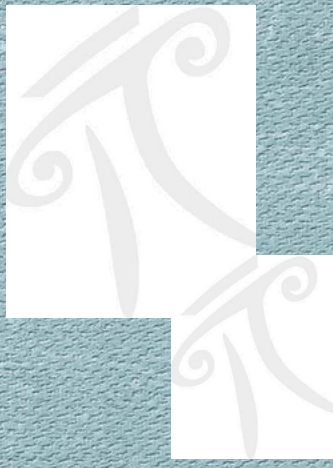




# 4 lica depresije

1. Uzrok depresije - **greška u mozgu**. Fizička bolest. Genetika. Ima i druge posljedice.
2. Uzrok depresije - **stanje u mozgu**. Biološki uzrok. Posljedica uzimanja nekih tvari (droga, alkohol). Fizička i/ili psihička ovisnost.
3. Uzrok depresije - neriješena **trauma** iz djetinjstva (problem iz prošlosti). Psihološki problem.
4. Uzrok depresije - **trenutačno stanje** u životu osobe. Osobni problem (finacije, odnos, lom, moralna dilema). Nema tjelesnog, psihološkoj, kemijskog uzroka u mozgu ili neke traume iz prošlosti.





# 4 lica depresije

1. i 2. slučaj - medicinska pomoć. Lijekovi.

Ipak, oni neće riješiti problem na dnu depresije. Opet će biti potreban razgovor.

3. i 4. slučaj - terapija razgovorom - preporučljiva. Psihologija zna ophoditi s neriješenim problemima iz prošlosti.

4. problem - najbolje filozofsko savjetovalište





# Filozofsko savjetovanje

Pronaći samoga sebe - filozofski zadatak.

Lijekovi nemaju utjecaja na svijet izvan nas.





# Terapeut (*therapein* - biti prisutan)

Simpatija, suosjećanje, moralna potpora

Običan razgovor s brižnim sugovornikom

Sposobnost slušanja, razumijevanja, promjena pogleda na stvari, probuđivanja nade

Stil rada - već pomoć

Ravnovjesje psiholoških i filozofskih uvida

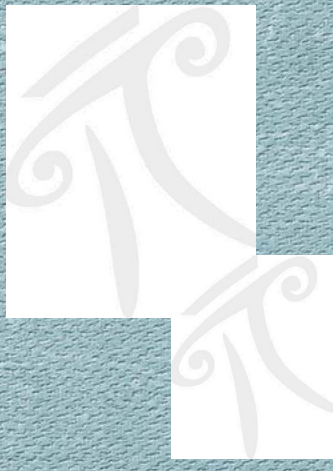


# Pet koraka filozofskog savjetovanja

- problem
- emocije
- analiza
- kontemplacija
- ravnoteža







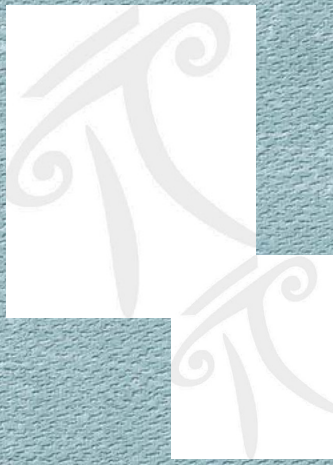
# 1. problem

Identificirati.

Definirati problem.

Problem je lako opaziti, ali nije uvijek jednostavno prepoznati ga i definirati.





## 2. emocije

Problem potiče neke emocije.

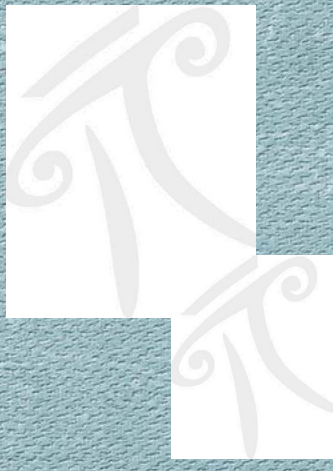
Prepoznati emocije.

Usmjeriti ih konstruktivno (izbjeći destrukciju!)

Ovdje psihologija i psihijatrija često završavaju s radom.

Razne kombinacije emocija. Otkriti koje.





## 3. analiza

Nabrojiti i ocijeniti mogućnosti rješenja problema koje imamo na raspolaganju.

Idealno rješenje: pomiriti vanjsku i nutarnju stranu.



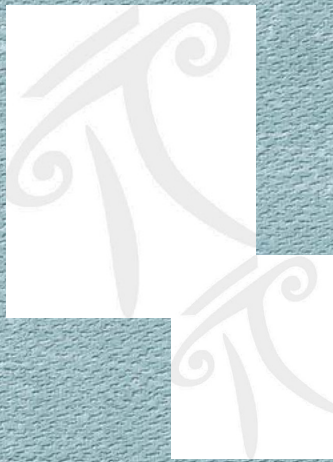


## 4. kontemplacija

Korak unatrag: pregled dosadašnjih koraka i pregled cjeline.

Sve staviti pod jedan filozofski pogled.





## 5. stanje ravnovjesja

Svijest o problemu i rješenjima.

Spremnost na djelovanje.





# Alain de Botton

*Utjeha filozofije*



# Alain de Botton

Rođen 20. 12. 1969. u Zürichu

švicarsko engleskog podrijetla







# Uzori utjehe

Utjeha za neprihvaćenost - Sokrat

Utjeha za novčanu oskudicu - Epikur

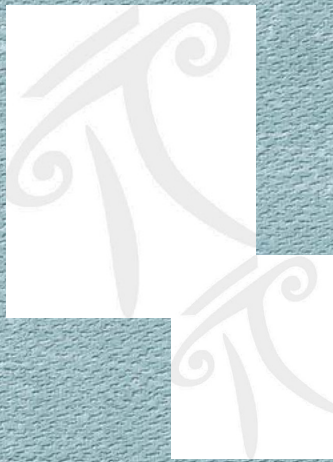
Utjeha za frustracije - Seneka

Utjeha za neprimjerenost - Montaigne

Utjeha za slomljeno srce - Schopenhauer

Utjeha za poteškoće - Nietzsche





# Priča - ne filozofija

Alain de Botton priča priče o filozofima. Utješne. Odgojne.

Ne filozofira s njima.

Piše popularnim jezikom za široku publiku. Ne za filozofe.

Ne potiče se čitatelje na filozofiju.

Daje im primjere.





# Naslov

*Utjeha filozofije*

Točnije bi bilo: *Utjeha filozofa*

Ako postoji utjeha filozofiranja, onda se ona ne nalazi u ovoj knjizi. Treba je tražiti drugdje.

Strategija: klasična homilija ili suvremeni motivator.

Ne analizira složenost shvaćanja čovjeka u našem vremenu.

Tko želi znati kako bi mu filozofi mogli pomoći da živi bolje - treba čitati filozofe!





Marta C. Nussbaum

*The Therapy of Desire*  
*Theory and Practice in Hellenistic Ethics*



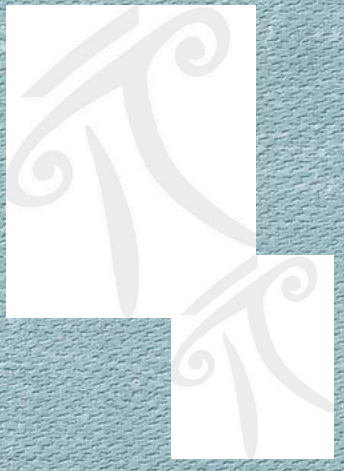
# Martha Craven Nussbaum

rođena 6. svibnja 1947.

Profesorica prava i etike na Sveučilištu u Chicagu







# Terapija žudnje

Ključ: helenistički filozofi su filozofiju uspoređivali medicinom

Filozofija je trebala izliječiti od duhovnih bolesti.

Platonu je filozofija služila za otkriće vječnih istina / ideja.

Helenistima - etičke spoznaje su trebale odgovoriti na ljudske stvarne potrebe i žudnje i pokazati istinu za koju se isplati živjeti.





# Terapija žudnje

Traženje istine o ljudskom dobru - tri puta:

1. nutarnja dosljednost
2. suglasje najdubljih i često skrivenih želja pojedinaca s "ljudskom prirodom".
3. suglasje s drugim vidovima svjetonazora i znanja.





# Terapija žudnje

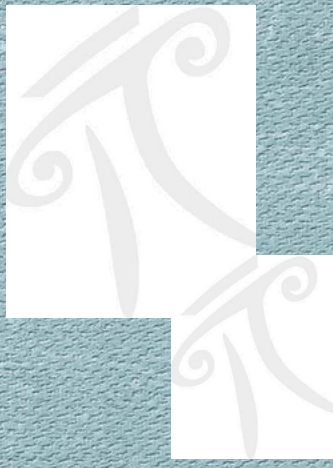
Helenističkim je filozofima priroda bila prožeta vrednotama.

Etika je usmjerena na djelovanje.

Traži iscjeljenje otkrićem istine.

Ono ne dolazi jednostavnim otkrićem istine, nego se traži mišljenje koje je u stanju odsjeći emotivne iskrivljenosti i pronaći kontekst filozofskog prijateljstva.





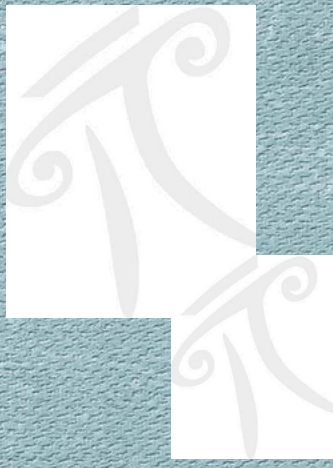
# Emocije

Što se emocijama?

Aristotel smatrao da su emocije intencionalne. Zato ih se može podvrći racionalnoj korekciji.

Za Aristotela krepost nije u odsutnosti emocija. On traži zlatnu sredinu.





# Epikur

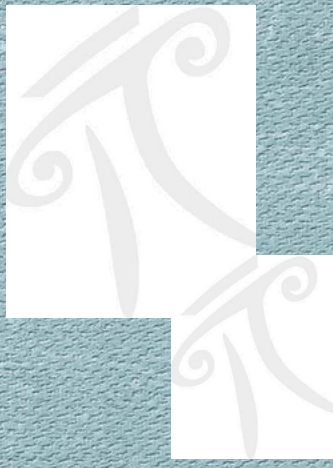
Epikur se udaljava od Platona, od traženja objektivne istine.

Proglašava: užitak i odsutnost boli su jedino dobro. (Dokaz: nepokvarena djeca i zdrave životinje).

Platon: čisti um otvara istinu.

Epikur: tjelesni užitak.





# Epikur

Prirodne žudnje - društvene žudnje (isprazne)

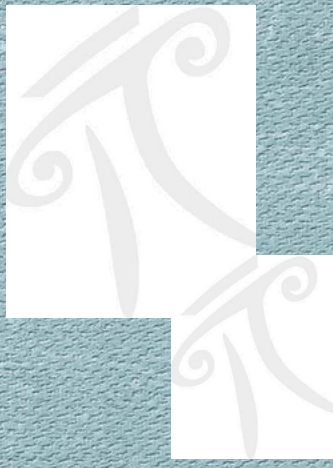
Terapija: razumom se osloboditi ispraznih žudnji.

Škola: nalik samostanu.

Učenje: autoritativno, napamet.

Duhovno iscjeljenje: samo-kritikom i učenjem.





# Epikureizam - Lukrecije - kritika

Lukrecije, *De rerum natura*

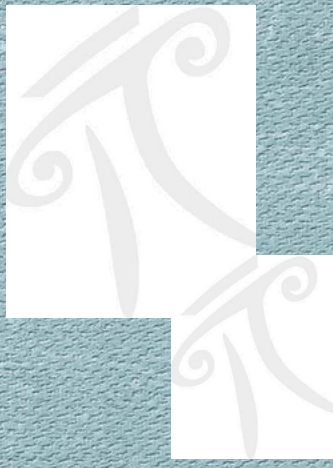
bira tri teme - ljubav, smrt, srdžbu.

Kritika epikureizma:

- seksualnost nas ne odvlači od čistog i božanskoga mira
- smrt i ranjivost život čine dragocjenim
- Lukerciju koji nas sprema da nećemo dugo biti na životnoj gozbi odgovara da ne želimo niti s nje otići prerano.

Život bi bio siromašan bez privrženosti kao što su ljubav i prijateljstvo.





# Skepticizam

Skepticizam traži kako nadići negativna životna iskustva: niječući istinu bilo kojega vjerovanja.

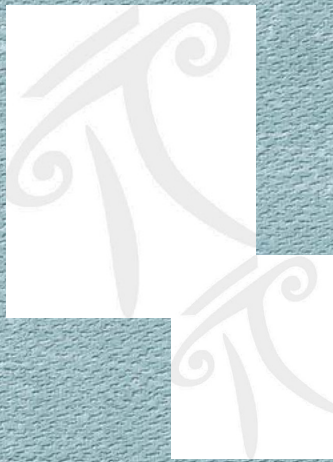
Ako te boli, trpiš. Vjeruješ li da je bol loša, trpiš još više.

Niječu da život ima svrhu i da ima dobrog života. Stvari se samo jednostavno događaju.

Odreknemo li se ciljeva, oslobađamo se emocija koje se navezuju na vjerovanje. Tako se oslobađamo srdžbe, straha, ljubomore, ogorčenosti, zavisti, strastvene ljubavi, silovitosti, arogancije...

Odričući se na ovaj način - kaže Nussbaum - pretvaramo se u samotnjake.





# Stoicizam

Oslobođenje od emocija - cilj stoika.

Stoicizam je samo-propisivanje i samo-priprava lijeka koji je vlastita filozofija.

Vjerovali su u racionalnoga i kreposnog boga.

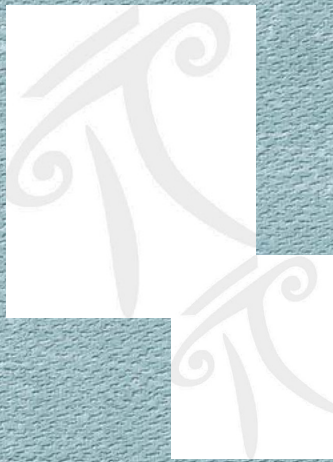
Dobrota nije čisto ljudska.

Duša je duboka i nespoznatljiva.

Učenje ne može biti samo akademsko, nego je način života (*way of life*).

Život treba biti aktivan, budan, kritički i posvećen istini.





# Stoicizam

Stoicima je vrlina dobro. Nutarnje. Nije joj potrebno ništa izvana

Vanjska dobra: zdravlje, blagostanje, izgled, imanje. Nebitna.

Dobro - stanje duše.

Dobra u odnosu: prijateljstvo, politička prava, ljubav - nebitna.

Sreća ne igra ulogu u kreposti.

Krepostan čovjek - samodostatan i cjelovit u svakom trenutku.





# Seneka - odgovori

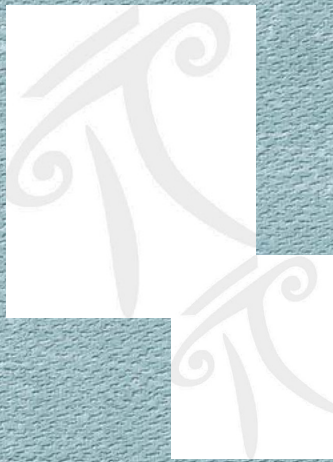
*Seneka:* Čak i kada se dogodi zlo - čovjek ne mora odgovoriti srdito.

*Nussbaum:* To bi značilo ne vidjeti zlo, nedostatak ozbiljnosti pogleda na život i vrednote.

*Seneka:* I u odnosu prema tiranima - izbjeći srdžbu, smijati se ili htjeti ne znati previše. Alternativa - suicid.

*Nussbaum:* Suicid je barem priznanje o važnosti zla. Potrebno se zauzeti za pravednost borbom protiv nepravde.





# Terapija žudnje

Važna knjiga.

Opisuje prethodnike kršćanskih monaha i redovnika i kasnijih pokreta protiv kulture.

Helenistička filozofija tražila mir u vremenu nemira i nesigurnosti.

Kritizira Foucaulta i tendenciju zatvaranja u skrb za samoga sebe.

Ljudi su konačna i ranjiva bića. Moraju živjeti sa svojim granicama.

Ranjivost se ne rješava povlačenjem u samoću i odvajanjem od drugih. Tim se gubi previše ljudskoga.