

**UNIVERSITÀ DEGLI STUDI DI TORINO**

Dipartimento di Filosofia e Scienze dell'Educazione

Corso di Laurea Magistrale in Filosofia Teorica

Tesi di laurea in Epistemologia delle Scienze Umane

Anno accademico 2015/2016

*Gli esercizi spirituali ellenistici sono un modello  
per la moderna consulenza filosofica?*

Relatore

Professore

Giovanni Leghissa

Candidato

Andrea Corradini

Matricola 748287

## **Sommario**

### *Introduzione*

#### **CAPITOLO I**

##### **LA FILOSOFIA COME ARTE DELLA VITA**

1. Inquadramento storico: l'Ellenismo alla luce degli studi più recenti
  - 1.1. Filosofia come arte della vita
  - 1.2. L'ascesi come terapia delle passioni
2. Terapia, esercizio e saggezza nelle filosofie ellenistiche
  - 2.1. Cinismo
  - 2.2. Scetticismo
  - 2.3. Epicureismo
    - 2.3.1. Piacere, ascesi dei desideri, amicizia
    - 2.3.2. La conoscenza come terapia del Bene
  - 2.4. Stoicismo
    - 2.4.1. La cittadella interiore
    - 2.4.2. L'insegnamento della saggezza
3. Esempi di esercizi spirituali
  - 3.1. Discorso filosofico e ginnastica spirituale
  - 3.2. Ascesi
  - 3.3. L'io
  - 3.4. Attenzione al presente e vigilanza
  - 3.5. Premeditazione della morte
  - 3.6. La fisica

### **Conclusione**

#### **CAPITOLO II**

##### **LA CONSULENZA FILOSOFICA COME GUIDA PER LA VITA**

1. Breve storia della consulenza filosofica
2. Che cos'è la consulenza filosofica?
  - 2.1. Definizione
  - 2.2. Il consulente
    - 2.2.1. Il consulente è un filosofo?

2.3. Il consultante

2.3.1. Il consultante è un filosofo?

2.4. Oggetto

2.4.1. Il problema dell'ideologia

2.5. Metodo

2.5.1. Fasi della consulenza

2.6. Finalità

2.6.1. Finalità accessorie

Conclusione

### CAPITOLO III

## GLI ESERCIZI SPIRITUALI ELLENISTICI NON SONO UN MODELLO PER LA CONSULENZA FILOSOFICA

1. Definizione

2. Protagonisti

3. Oggetto

4. Metodo

5. Finalità

Conclusione generale

*Bibliografia*

*Sitografia*

## Abstract

“La consulenza filosofica è una versione moderna di un’antica tradizione (Hadot, 1995) che considera la filosofia rilevante per le vite quotidiane degli individui e capace di aiutarli a viverle più pienamente”.<sup>1</sup> Con queste parole il consulente filosofico israeliano Ran Lahav accosta due realtà molto lontane tra loro: gli esercizi spirituali ellenistici e la moderna consulenza filosofica. Secondo l’autore queste due realtà, per quanto siano distanti sia temporalmente che sostanzialmente, condividono un assunto, che le avvicina. Si tratta della volontà di rendere la filosofia utile per la vita. Essa è il filo rosso che collega la storia della pratica della filosofia – che da Socrate passa attraverso l’Ellenismo, per poi incontrare Montaigne, Voltaire, Spinoza e arrivare almeno sino a Nietzsche – della quale la consulenza filosofica è erede. Questa disciplina, però, allo stesso tempo si discosta da tale tradizione, in particolare nella caratterizzazione dei protagonisti, dell’oggetto, del metodo e delle finalità dell’esercizio filosofico. La consulenza filosofica, dunque, contiene importanti elementi di novità, dei quali occorre tenere presente. Per questo ho ritenuto opportuno approfondire l’accostamento proposto da Lahav e verificare se effettivamente la consulenza filosofica si collochi sullo stesso binario della filosofia ellenistica o se invece sia qualcosa di *diverso*. Inoltre, istituendo un confronto tra queste due realtà, è possibile collocare con maggiore precisione la consulenza filosofica nella storia della filosofia, affrontando (senza pretese di esaustività) i numerosi problemi che la teoria di questa pratica lascia ancora aperti.

Nel primo capitolo discuto la filosofia come stile di vita in epoca ellenistica. Tratto la forma, i metodi e i contenuti delle filosofie sorte in questi secoli, prestando particolare attenzione alla definizione degli esercizi spirituali. Poi, nel secondo capitolo, affronto la questione della consulenza filosofica. In questa fase l’intento è più critico e definitorio, ma avendo presente la vastità dei problemi che attanagliano la teoria della consulenza filosofica, ho scelto di collocarmi su un preciso filone di pensiero – prendendo anche delle posizioni personali, ma sempre sulla base di rimandi bibliografici. Infine, nel terzo e ultimo capitolo, intraprendo il serrato

---

<sup>1</sup> R. Lahav, *Comprendere la vita. La consulenza filosofica come ricerca della saggezza*, Apogeo, Milano 2004, p. 80.

confronto tra le due discipline. Il discorso, qui, potrebbe risultare a tratti schematico: ciò dipende in parte dal metodo che ho utilizzato per realizzare la comparazione, in parte dalla natura stessa del lavoro, che, essendo un confronto, possiede inevitabilmente dei caratteri sistematici. L'obbiettivo è mostrare in cosa la consulenza filosofica sia erede della tradizione degli esercizi spirituali e per quali elementi invece se ne discosti.

In definitiva, ciò che avvicina la consulenza filosofica agli esercizi spirituali ellenistici sono cinque *intenzioni* fondamentali. La prima è la volontà di rendere la filosofia utile per la vita, nelle modalità (divergenti) che ho descritto nel corso del lavoro. Quindi incontriamo la percezione, da parte dei praticanti, della “sensazione di non essere ciò che si dovrebbe essere” (Hadot, 2005) e di conseguenza il desiderio, da parte loro, di compiere un percorso filosofico per affrontare le proprie lacune. In particolare, per eseguire questo lavoro, la consulenza filosofica recupera e riadatta tre pratiche dalla filosofia ellenistica: l'*isosthénia*, la *parresia* e l'*epoché*. Il percorso filosofico, seppur per motivi diversi, ha per oggetto la ricerca della verità operante – una verità che non sia puramente astratta, ma che si rifletta nella vita quotidiana. Essa – che per l'Ellenismo ha valore universale, mentre per la consulenza filosofica situazionale – viene ricercata in collaborazione con una figura di riferimento (il consulente o il maestro). L'obbiettivo di tale collaborazione tra i protagonisti è il conseguimento della saggezza. Per entrambe le discipline essa consiste in una condizione più ideale che reale, verso la quale occorre tendere in modo asintotico, con la consapevolezza di non poterla mai possedere definitivamente. Il conseguimento della saggezza, dunque, passa attraverso un lavoro filosofico su di sé, che non riguarda solo la soluzione del problema contingente, ma che ambisce a trasmettere un *modus* per affrontare le questioni della vita.

Al di là di ciò, tuttavia, tra consulenza filosofica ed esercizi spirituali ellenistici si incontrano soltanto divergenze. I punti di contatto, dunque, si trovano solo sul piano delle intenzioni. Per questi motivi non si può concordare del tutto con l'affermazione di Lahav, secondo cui “la consulenza filosofica è una versione moderna di un'antica tradizione, che considera la filosofia rilevante per le vite quotidiane degli individui e capace di aiutarli a viverle più pienamente”.

La consulenza filosofica, infatti, non può essere una “versione moderna” – cioè una forma rinnovata, ma che allo stesso tempo si mantiene sullo stesso binario – dell’antica tradizione studiata da Hadot. Questa affermazione non tiene conto della critica mossa dallo storico francese a Foucault, secondo la quale non è possibile comprendere il senso della pratica filosofica antica rimanendo nella prospettiva delle tecnologie del sé. La filosofia antica, e in particolare quella ellenistica, impone al soggetto di andare oltre di sé per gettarsi nell’universale, perché solo tramite questa operazione è possibile completare il movimento di ascesi filosofica. A seguito di ciò, secondo Hadot, è scorretto definire la pratica della filosofia nell’antichità *solo* un complesso di “tecnologie del sé”, poiché tale dizione non tiene conto del movimento di exteriorizzazione a cui il soggetto deve invece sottoporsi. Meglio utilizzare la formula “esercizi spirituali” – l’unica espressione che rende conto del dovere, da parte del soggetto, di andare oltre-di-sé, perché contempla tutte e tre le dimensioni della soggettività antica, ovvero: il corpo, l’anima e l’universo.

Questo movimento di exteriorizzazione, questa tensione verticale che innalza il soggetto e lo immerge nella verità, rappresenta il principio di individuazione degli esercizi spirituali – rappresenta il loro tratto peculiare, caratteristico e distintivo. Ma tutto ciò esula completamente dalla dimensione della consulenza filosofica. Essa infatti non prescrive alcuno spostamento dell’individuo nell’universale, per il semplice fatto che non elabora a priori alcuna teoria filosofica di riferimento, che sostanzialmente i contenuti di quella verità universale, a cui poi al praticante è chiesto di innalzarsi. Ed è per questo che la consulenza filosofica si trova su un binario completamente diverso dalla tradizione degli esercizi spirituali affrontata da Hadot. Questi ultimi, infatti, acquistano significato solo all’interno della teoria filosofica che li prescrive. Per esempio, ha senso eseguire la premeditazione della morte, solo perché questo esercizio fa parte di una teoria filosofica, all’interno della quale la pratica che consiste nell’immaginare il momento della propria scomparsa, serve a conseguire gli obiettivi prescritti dalla teoria stessa. Più precisamente: la teoria filosofica afferma che per essere virtuosi occorre essere pronti a morire in qualunque istante, certi di aver sempre fatto il proprio dovere; dunque, è necessario immaginare il momento della propria morte, in modo da poter valutare la propria condotta e così deliberare se si sia davvero pronti per morire o se invece si debba ancora migliorare;

perciò, per essere virtuosi, occorre praticare la premeditazione della morte. Come si vede, questo esercizio spirituale non ha valore di per sé, ma acquisisce senso solo all'interno di una teoria filosofica, che lo giustifica.

La consulenza filosofica, al contrario, non è inserita in alcun quadro teorico predeterminato, solo alla luce del quale il suo esercizio acquisirebbe senso. Essa non è il punto di una mappa concettuale, ma è un'attività giustificata in se stessa. La consulenza filosofica consiste nella prestazione professionale di un servizio consulenziale mediante il quale le persone possono migliorare la capacità di saper vivere, confrontandosi con le modalità del ragionamento filosofico e così chiarificando la propria visione del mondo. La volontà che dispone una persona esperta in filosofia a prestare questo servizio è il desiderio di riavvicinare la filosofia alla quotidianità. E la consulenza filosofica non è il *mezzo* mediante il quale si realizza questo presupposto – come avviene, invece, per gli esercizi spirituali – ma è la sostanza stessa del riavvicinamento. È un nuovo modo di mettere in pratica gli strumenti della filosofia, che vengono *offerti* alle persone che lo richiedono. Essa quindi non porta la filosofia fuori dalle accademie, ma mette a disposizione (in una forma nuova) le modalità della riflessione filosofica: istituisce spazi di libero esercizio del pensiero facilitati da un professionista, nei quali ci si esercita al ragionamento filosofico. A seguito di questo lavoro, poi, il consultante potrà eventualmente elaborare una propria filosofia; ma in consulenza filosofica essa non gli è offerta già preconstituita.

Invece, la pratica ellenistica è essa stessa una teoria filosofica, di cui l'esercizio rappresenta solo un *momento* – il quale non ha valore in sé, perché acquisisce senso in quanto parte operativa della dottrina. L'esercizio spirituale, cioè, è una pratica della Verità, il cui svolgimento è condizione necessaria (ma non sufficiente) per elevarsi alla realtà universale delle cose. E in virtù di ciò, esso si discosta sostanzialmente dalla consulenza filosofica, la quale *non è* una pratica della Verità, perché non mira a elevare il soggetto verso quest'ultima, ma lavora affinché il consultante chiarifichi i propri presupposti concettuali e trovi le proprie verità situazionali, che guideranno la sua condotta. Ciò viene svolto *non* con l'intento di rendere l'ospite un filosofo (come avviene nella pratica filosofica ellenistica), ma di

renderlo più saggio – cioè più consapevole di sé, della propria vita e delle proprie scelte (passate e future).

Quindi, tornando all'affermazione di Lahav, si può concordare sul fatto che la consulenza filosofica consideri “la filosofia rilevante per le vite quotidiane degli individui e capace di aiutarli a viverle più pienamente” (anche se sarebbe più corretto parlare dell'*utilizzo* degli *strumenti* filosofici – cioè delle modalità del ragionamento filosofico – piuttosto che della filosofia in generale). Tuttavia, non per questo essa è una “versione moderna” dell'antica tradizione degli esercizi spirituali: le due discipline hanno in comune alcune intenzioni, ma concretamente la definizione, i protagonisti, l'oggetto, le metodologie e le finalità sono assolutamente lontane. Perciò la consulenza filosofica è una *novità* rispetto alla storia degli esercizi spirituali: essa non fa filosofia in modo pratico, non è la parte operativa di una teoria filosofica – ma *utilizza con finalità consulenziali gli strumenti filosofici*.