

Enciclopedia

Psicofilosofia

Una alternativa filosofica alle psicoterapie

di Lino Missio

Che cosa è la psicofilosofia?

La psicofilosofia è una disciplina che rientra a tutti gli effetti nelle scienze umane, in modo specifico, nelle scienze che studiano il cervello e la mente umana. Scopo principale della psicofilosofia è quello di fornire metodologie di natura filosofica al fine di poter dare un supporto, un aiuto ed un orientamento a singoli e a gruppi nell'ambito di quei processi esistenziali, decisionali e relazionali, non classificabili come psicopatologie.

Lo psicofilosofo, questo è il nome di chi svolge questa professione, non cura nevrotici o psicotici, compito esclusivo degli psicologi e psichiatri, ma utilizza le proprie conoscenze e competenze nel campo della filosofia, al fine di prevenire queste malattie, intervenendo, dopo una analisi approfondita, nella filosofia di vita dei propri clienti.

Psicofilosofia, perché?

Oggi, sempre più che nel passato, si tende a "patologizzare" ogni forma di comportamento umano che risulta al di fuori dei **canoni** previsti. Questo atteggiamento ha portato ad una lunga classificazione di malattie mentali, escludendo del tutto, la libertà di pensiero e di azione dell'uomo.

È per questo motivo che alla Psicofilosofia va riconosciuto uno spazio dove operare, per difendere quelle che sono le scelte dell'intelletto umano.

Cosa è un problema per la psicofilosofia?

I problemi non esistono. È una forte affermazione, ma è proprio così. I problemi nascono solo nel momento in cui ciò che vogliamo fare si scontra con la realtà che ci circonda, ma se cambiamo i nostri obiettivi, ecco che i problemi spariscono. Per risolvere i nostri problemi dobbiamo cambiare il mondo, ma il mondo non è al di fuori di noi ma si trova nella nostra mente. Noi siamo immersi in un universo di onde elettromagnetiche. È il nostro cervello che interpreta il mondo, che crea i colori, i suoni, gli odori e le emozioni. È nella nostra mente che la realtà prende forma.

Come cambiare con la psicofilosofia

Dunque il mondo è dentro di noi, e solo noi possiamo cambiare il tessuto della realtà.

Ogni persona vive in base ad un programma, ad una filosofia di vita, risultato

dell'interazione che i nostri geni hanno con l'ambiente (educazione, costumi, ecc...). Una visione più completa della realtà, anche di quei suoi lati più nascosti, difficili da individuare a causa della rigida struttura mentale, ci permette di avere una corretta interpretazione del senso della vita. Di conseguenza, possiamo costruirci una filosofia di vita più consona alla nostra personalità, alle nostre necessità e al nostro stile di vita.

E' proprio in questo ambito che lo psicofilosofo interviene, dando, così, modo ad ogni individuo di porre le basi per una nuova filosofia di vita da seguire.

Tra i testi presenti nel sito:

[La filosofia incontra la mente umana](#)

Tratto da: "Io preda del mio sosia" di Lino Missio- ERGA - 2005

Libri consigliati:

- Gerd B. Achenbach

[La consulenza filosofica. La filosofia come opportunità per la vita](#) -

Apogeo 2004

- Ran Lahav

[Comprendere la vita. La consulenza filosofica come ricerca della saggezza](#) - Apogeo 2004

- Lou Marinoff

[Platone è meglio del prozac](#) - Piemme 2001

- Lou Marinoff

[Le pillole di Aristotele. Come la filosofia può migliorare la nostra vita](#) -

Piemme 2003

- Umberto Galimberti

[La casa di psiche. Dalla psicoanalisi alla pratica filosofica](#) - Feltrinelli 2005