

FILOSOFIA PARA LA VIDA

ANTONIO T. DE NICOLAS

Profesor Emerito de Filosofia, State University of New York, en Stony Brook,
Estados Unidos.

PRESENTACIÓN

Si, como decia Nietzsche, «toda la Historia de la Filosofia es un esfuerzo sistemático para destronar a Platón», el libro de L. Marinoff, *Más Platón y menos Prozac*, es otro esfuerzo sistemático para devolver la Filosofia a sus orígenes. Y esto en el nombre de terapia individual. Si la proeza de esta aventura suena quijotesca, lo es. Si revolucionaria, también lo es. Es quijotesca no porque sea ilusoria o irrealizable, sino, al contrario, porque desde el principio consciente de la raza humana cada individuo se ha tenido que guiar por una filosofia, mas o menos veraz, mas o menos sublime, mas o menos eficaz para llevar a cabo nuestras vidas. En la ausencia del acto individual de filosofar, ideologías externas se han interpuesto entre individuo y vida con soluciones ya digeridas, impuestas, dogmáticas, bendecidas por la ciencia, la patria, la bandera, la iglesia, el partido político o el barbero de la esquina. Se necesita un Quijote para alzar la cabeza sobre este mar de inercia filosófica y lanzar el grito: «¡Hagamos Filosofia y vivamos mejor!». La Filosofia se echa a la calle con el fin de aliviar el sufrir humano. Y esta es la revolución que el presente libro propone. Los lectores de habla hispana tal vez no reaccionen tan sorprendidos como los lectores de habla inglesa. Tenemos antecedentes recientes en Ortega y Gasset de propuesta parecida, aunque esta nunca se haya llevado a cabo. Es difícil hacer revolución con un sólo miembro en el partido. La presente revolución sistematizada en *Más Platón y menos Prozac* tiene ya nombre oficial APPA (American Philosophical Practitioners Association) y cuenta con cientos de filósofos en sus filas en América y muchos más en Europa —Alemania principalmente— que es dónde empezó la revolución. No se han de alarmar los católicos tradicionales de que esa llamada revolucionaria sea a filosofar. Juan Pablo II, en la Encíclica *Fides et Ratio* exhorta a los católicos a que sean más filosóficos: «...muchos se tambalean durante

toda su vida hasta llegar al borde mismo del precipicio sin tener idea de a dónde van. Y esto sucede porque, a veces, los que por vocación están destinados a dar expresión cultural a sus pensamientos no se interesan ya en la verdad, sino en alcanzar éxitos rápidos en vez de dedicarse a la búsqueda paciente de lo que hace que la vida humana sea digna de ser vivida».

Y así es como nuestra tradición filosófica empezó con Pitágoras, según lo describe Iamblico: «Hay [pensadores] poseídos por el deseo de riquezas y lujo; otros, por el amor de poder y dominio, o por una loca ambición de gloria. Pero los más puros y de carácter más genuino son aquellos que se dedican a la contemplación de lo bello en las cosas, y es por eso por lo que sólo estos pueden ser llamados filósofos» [Libro 12]. Y como balance recordemos la proposición contraria de Epicéreo: «Vado es el argumento del filósofo que no alivia el sufrir humano».

MÁS PLATÓN Y MENOS PROZAC

El Profesor Lou Marinoff, que enseña en el City College de Nueva York y es el Presidente de la APPA, ha escrito un libro fácil de leer, simple en sus proposiciones, práctico en su aplicación y lleno de casos concretos donde la filosofía se usa para paliar las crisis del vivir. No hay crisis humana, problema humano, que no pueda ser solucionado con una buena dosis de filosofar. No el filosofar teórico de los manuales, sino el concreto y práctico de cada individuo con un filósofo. O como dice el subtítulo: aplicar la filosofía a los problemas de cada día. Pero las implicaciones del libro son tan revolucionarias que no tengo más remedio que presentarlo no en lo que dice sino en las presuposiciones en que se basa.

El libro está dividido en cuatro partes. La primera ataca el problema de frente: dónde falló la Filosofía y dónde ha vuelto a tener éxito recientemente. Discute luego los problemas de psicología: terapia por todas partes y ni un sólo pensamiento que pensar; y enseguida se vuelca sobre el método de la Filosofía como una práctica: cinco pasos para administrar problemas filosóficamente. La segunda parte del libro muestra, a través de la historia de la Filosofía, cómo administrar esos problemas cotidianos. En la tercera parte, el autor extiende el método individual para aplicarlo a grupos y organizaciones. Por fin, la cuarta parte del libro facilita una lista de clásicos, organizaciones pertinentes y un directorio de filósofos actuales con una lista adicional de lecturas y un Apéndice sobre el *I Ching* y cómo usarlo en la práctica de tomar decisiones.

Lo más revolucionario del libro está en la parte primera donde el autor resume el método para administrar problemas personales usando filosofía. Marinoff prescribe cinco pasos, bajo la abreviación acronímica de PEACE (paz), para conseguir salud individual: problema, emociones, análisis, contemplación y equilibrio. Aparte de los méritos que esta división pueda tener, por ejemplo vis-a-vis de la psicología donde sólo los dos primeros examinan el problema y las emociones que lo envuelven, cuentan, o los beneficios para los filósofos que este nuevo campo de consejeros pueda aportarles, o el hecho de que toda ayuda al individuo en crisis proveniente de las ciencias sociales es inaplicable a él, aún cuando a veces ayude, y que este campo fue el legítimo campo del filósofo profesional en sus inicios, cabe hacerse dos preguntas importantes. La primera, es si esta Filosofía está sólidamente anclada en la tradición filosófica. Y la segunda, si el método propuesto en este libro está de acuerdo con las ciencias contemporáneas, la neurobiología, por ejemplo. Es decir, puede cumplir este libro lo que promete?

LA TRADICIÓN FILOSÓFICA

El Profesor Marinoff repite el dicho de Whitehead: «La filosofía occidental es una nota al pie de los escritos de Platón». Platón, naturalmente, es una nota al pie de los escritos de culturas anteriores. La tradición filosófica, en este libro cubre la tradición humana de filosofar para resolver problemas, no sólo la tradición académica, y por eso encontramos capítulos dedicados al budismo, hinduismo e *I Ching*.

Los cinco pasos de PEACE, (problema, emociones, análisis, contemplación y equilibrio) corresponden a los cinco pilares de la metodología de Platón. En la Séptima Carta, Platón escribe: «por cada cosa que existe hay tres clases de objetos a través de los cuales nos llega el conocimiento; el conocimiento es el cuarto y hemos de añadir uno más, el quinto, que es el objeto mismo del conocimiento que es la realidad verdadera». Y, ¿cuáles son estos cinco pasos? Según Platón, son: el nombre, como lo describe en *Cratilo* y *Euthydemo*, la definición o descripción, como en *El Carmides*, *Laches*, *Euthyfron*, *Banquete*, *República*, la imagen o el hacer mundos visibles, como en el *Timeo*, la contemplación como en *La Apología*, *Critón*, *Gorgias*, *Critias* o en *Ion*, *Pedro*, *Filebo*, y finalmente el equilibrio, o el uso de las cuatro clases de objetos anteriores para llegar al quinto como en *La República*, *Sofista*, *Banquete*, *Leyes*. O, como Platón mismo escribe en la Carta Séptima (344 c-d): «Y después de haber practicado comparaciones detalladas de nombres y definiciones y percepciones visuales u otras de otros sentidos, y después de escrutarlos en detalle a través de disputas benévolas según el método de preguntas y respuestas y sin celos ni envidias, por fin en el ejercicio de estos actos llevados al más alto límite de los poderes

humanos, phronesis (la región cordial) inunda de luz cada objeto y la mente (nous)».

Y para que no haya dudas de hacia dónde va este método recordemos cómo Diógenes Laercio [(VIII 30)] repitiendo a Pitágoras dice que «el alma humana está dividida en tres partes: inteligencia (nous), el acto de razonar (phrenas) y la emoción (thymos)... La razón (phronimon) es inmortal, el resto es mortal».

Aquí hay que ir con mucho cuidado, porque el nombre «razón» ha sido usado por el más distinguido de los discípulos de Platón, Aristóteles, y los medievales que le imitaron, con un sentido y origen totalmente distinto. Según Aristóteles (Física, Libro 11, Cap. 3), «El conocimiento es el objeto de nuestra investigación y nadie se cree que sabe lo que es un objeto hasta que no comprende el 'por qué' de dicho objeto». Y ya sabemos que ese «por qué» son las cuatro causas (material, formal, final y eficiente) las que constituyen las bases epistemológicas de los universales, tan importantes en las ciencias y tan desastrosas para el examen y conocimiento del individuo, tanto que hasta el mismo Aristóteles lo reconoce y afirma que ciertas causas no pueden ser conocidas en términos universales y que el individuo cae en esta categoría «porque aunque es el hombre el principio cognoscitivo del hombre universal, tal hombre universal no existe, así que Peleus es el principio cognoscitivo de Aquiles, y tu padre de ti...» (Metafísica, Libro 11, Cap. 5).

La diferencia filosófica entre Platón y Aristóteles y los Medievales que le imitaron, está principalmente en lo que cada uno de ellos entiende por «razón». Es el mismo Aristóteles quien nos lo confirma, pues según él la metodología contemporánea de las ciencias sociales y aún a veces en las humanidades, es desde su origen en los medievales interpretando a Aristóteles inválida, ya que el individuo no puede ser conocido como tal sino en cuanto se ajusta a una norma conceptual —universal— preexistente. Y lo mismo se puede decir de cualquier otra ideología. Y por eso la necesidad de volver a Platón.

NEUROBIOLOGÍA Y FILOSOFÍA

Estudios recientes en neurobiología han cambiado el mapa cerebral y la forma de cómo crecamos, desde Aristóteles y los medievales, que nosotros los humanos conocemos y de cómo en la realidad conocemos. Lo que tenemos ahora es un nuevo paradigma que repite paso a paso el método filosófico de Platón. La Doctora María Colavito (1995) basándose en descubrimientos contemporáneos sobre psicología de la percepción (D'Aquili 1979), química del cerebro (Berlyne 1973), evolución del cerebro (Laughlin Jr. 1974), desarrollo cerebral (Routtenberg 1980), la obra de Mac

Lean sobre las tres estructuras cerebrales del lateral derecho del neocortex, particularmente el «módulo intérprete» ha descubierto este nuevo paradigma, llamado por su descubridora «biocultural». Biocultural quiere decir que biología y cultura actúan la una sobre la otra de forma que la una no se desarrolla sin la otra. Mediante esta interacción, la cultura se convierte en biología y la biología en cultura. El conocer se convierte en salud o en ausencia de ella y crisis. Y por eso es necesaria la filosofía. La cultura actúa sobre y estimula la biología, es decir, los cauces neurales de los cerebros, dando así lugar a la variedad de cerebros según cada uno de nosotros, y a la unidad y diversidad de culturas que conocemos. Culturas y cerebros pueden distinguirse unos de otros mediante el uso de ciertas funciones o la combinación de ciertas funciones que se ejercitan habitualmente. Nuestros hábitos son, literalmente, hábitos mentales, dependientes de qué cerebro ha sido activado y consecuentemente formado por ellos. Cada uno de nosotros nos definimos por el "patrón piloto" primario y este determina no sólo nuestros conocimientos sino también nuestra salud. En suma: a los 11 años tenemos ya tres cerebros primarios con los que funcionamos en el mundo, el reptilico-kinestésico, el olfativo-auditivo, y el mimético visual. A esta edad empiezan ya a formarse los otros dos cerebros, el mimético-simbólico-conceptual del hemisferio izquierdo del neocortex y el logo-digital del «módulo intérprete».

La crisis inicial humana se desarrolla en estas edades primarias ya que si los cerebros iniciales no se ejercitan, la falta de uso (crianza) los cancela. Sin embargo los cerebros del lateral izquierdo y los lóbulos frontales, centros estos de memoria, atención, lenguaje, creatividad, planeamiento, conciencia propia y decisión, aparecen más tarde y se desarrollan continuamente. Y este nuevo mapa cerebral tiene consecuencias para nosotros. La razón y la mente no son una, como la filosofía ha supuesto desde Aristóteles pasando por Descartes, sino que, al contrario, nuestros centros intelectivos son cinco como ya propuso Platón: el kinestésico, el olfativo, el visual mimético derecho, el conceptual mimético izquierdo y el digital nominalista llamado "módulo intérprete" por Gazzaniga (1978). Los tres primeros centros intelectivos reciben la información interna-externa directamente. Los dos del lateral izquierdo del neocortex la reciben solamente indirectamente del lateral derecho o de sus propios sistemas de sustitución, como la lógica. Estos dos sistemas intelectivos del lateral izquierdo del neocortex son dos sistemas de traducción, no de recepción. Son la base de las ideologías, sean religiosas o científicas. Lo peor del caso es que, una vez este sistema de "razón" es activado, o cancela los otros, atrofiándolos, o los destruye. Cuando un sistema cognoscitivo está en activo, los otros ni actúan, ni pueden actuar hasta que el sistema activo no pare su actividad.

Tal vez un ejemplo de la neurobiología clarifique lo que llevo dicho. Cuando un objeto, por ejemplo, una serpiente, se interpone a nuestro paso, el objeto aparece directamente en el tálamo. Una vez las vibraciones se traducen en imagen, sigue dos caminos, uno a los lóbulos frontales y el otro directamente a la amígdala. Si la

amgdala ha tenido experiencias previas de algo parecido la reacción en todo el cuerpo es de pánico, lucha o huida. mientras tanto los lóbulos frontales, donde se almacena nuestra memoria, examinan escenario a escenario los símbolos de la nueva percepción. Para cuando se da cuenta de que no era una serpiente sino una tira de goma y envía las señales apropiadas para la corrección del equivoco inicial al hipocampo, es muy difícil volver el cuerpo a la tranquilidad inicial anterior al incidente. Sin embargo, si el sujeto esta dotado de un sistema límbico sano (otro centro intelectual) la percepción inicial es mucho menos fuerte y ésta, con todas las otras percepciones del sujeto, se almacena en la parte anterior del cerebro, en los lóbulos frontales, como posibles escenarios a escoger en una vida que demanda de nosotros elecciones continuas.

La epistemología de Aristóteles, siendo el ejercicio habitual de un único cerebro, interfiere con este fluido pasar de la percepción, y usurpa con el universal la experiencia del sujeto. "La cara del sol (la Verdad) está cubierta por una infora de oro," como decía la Upanishad. Y lo peor es que, al tomar decisiones globales sobre el ecosistema del sujeto que usa esta sustitución de epistemología por ideología, se pone en riesgo continuo el cuerpo del individuo, que en la mayoría de los casos, ni cuenta, ni se le considera. Sin embargo, la epistemología de Platón, y la de este libro, basada en los cinco cerebros y que cuenta con los lóbulos frontales, hace posible la elección de varias posibilidades o como Platón le decía a Glaucón: "el saber escoger por hábito de entre las posibles opciones, la mejor." Y esto explica también los errores que nuestra razón, siguiendo a Aristóteles, ha cometido a través de los siglos, epistemológicamente elevando un instrumento de análisis, lenguaje y traducción -el lateral izquierdo del neocortex- a facultad cognoscitiva con poder de decisión sobre el resto de los cerebros y el cuerpo humano. Y aclara también cómo místicos, como Ignacio de Loyola, trataron de encontrar otro modo de elección, a lo Platón, a través de sus meditaciones y elecciones. Ni ayuda la crítica de esta actividad, pues aún la crítica se lleva a cabo por el mismo cerebro que la crítica, que no es más que el ejercicio del mismo hábito mental que se critica. Cómo salir de este laberinto? La solución está en volver a Platón; pero esta vez sabiendo el por qué de este retorno. En Platón retomamos al corazón ese cerebro independiente con sus nervios e información particular, con más fuerza eléctrica que el neocortex, capaz de transformar células cerebrales en las gliales propias y, como sabemos por experimentos con transplantes, hay memoria celular en las células del corazón e inmortalidad?), y hasta es capaz de transformar el DNA celular. Lo que Platón propone como Filosofía en acción, no teoría, es un recorrido sistemático- y apertura- por todas las avenidas del viaje neural y cortical de las posibilidades humanas y sus crisis. Es decir, Platón no propuso una ideología, sino al contrario una epistemología tan exacta que igual se puede aplicar al ciudadano griego de entonces como al español de hoy.

Tenemos cinco centros intelectivos, cinco epistemologías, que si se activan pueden

llevarnos individualmente a un balance total, y por eso hemos de diseñar sistemas de educación, y terapias que garanticen a cada individuo la posibilidad de activar esos cinco centros de intelectividad y no solamente uno. Filosofía como ideología nació en la epistemología falsa de presuponer que el universal es anterior al individuo, y la Filosofía como práctica vuelve a nacer al redescubrir los cinco centros epistemológicos invariables en cada individuo como la base de toda actividad, ideológica o epistemológica. Activar y mantener en ejercicio estos cinco centros intelectivos es parte de la crianza y de la educación. Pero esto es imposible si uno de los cerebros del lateral izquierdo o del derecho se impone a los demás, o con nombres y definiciones o con emociones. Y la proposición contraria, también verdadera, si el lateral izquierdo no se ejercita al máximo, el ecosistema humano tampoco va a funcionar en pleno goce de salud y equilibrio. Por eso el libro del Profesor Marinoff es tan importante.

La crisis individual es una crisis filosófica. El camino a recorrer es activar los cinco centros intelectivos y la terapia en el camino de la práctica, es el ejercicio de descubrir en cuil de esos centros cognoscitivos se esconde la crisis. Este viaje terapéutico es imposible si el practicante o el filósofo presumen que la actividad filosófica ha de ser reducida a la epistemología-ideología de Aristóteles a la epistemología-ideología de las ciencias sociales, emociones y estadísticas. Para que una terapia sea completa ha de incluir, al menos en potencia, los cinco pasos que el Profesor Marinoff propone en este libro, la totalidad de los cinco cerebros, la totalidad del mapa cerebral. Si uno de esos pasos se omite, ni la terapia será efectiva, ni el método un camino para descubrir los orígenes individuales de nuestras crisis. La verdad, decía Ortega, es lo que pone fin a nuestra ansiedad. El lector no encontrará mejor introducción a ese camino de terapia individual que la que Marinoff ha descrito en su libro, siguiendo las lecciones de la filosofía clásica de Platón y respaldado por los descubrimientos recientes de la neurobiología, sin olvidar la memoria y la imaginación como ha hecho el resto de la Academia. Después de todo, como decía Platón en Fedón, 107d, "los humanos no nos llevamos nada al otro mundo, excepto el resultado de nuestra educación y ejercicio".