

# Was ist Philosophische Praxis ?

Mit dieser Frage, „*was etwas ist*“, beginnt bereits jede Philosophische Praxis!

Philosophische Praxis meint ein doppeltes: zum einen ist eine Philosophische Praxis ein Ort und eine Institution, die ähnlicher einer Rechtsanwaltskanzlei oder einer Arztpraxis den Raum und den Rahmen für das, was sich in ihr ereignen soll, nämlich das Praktizieren von Philosophie, bereitstellt.

Zum anderen ist Philosophische Praxis das praktische Üben von Gedanken, Vorstellungen und Theorien in der Wirklichkeit des Lebens. Praxis meint ein konkretes Tätigsein, das Üben von etwas.

Im Mittelpunkt steht dabei das philosophische Gespräch mit all seinen Schattierungen und Möglichkeiten. Ziel ist die dialogische Freiheitspraxis.

Philosophische Praxis ist keine Psychotherapie, es wird nicht behandelt und es werden keine *Ratschläge* erteilt, sondern Philosophische Praxis ist der Versuch, gemeinsam **LEBENSKUNST** zu praktizieren.

Philosophische Beratung versteht sich als Reflexion und Modifikation des Selbst- und Weltbezugs des Klienten. Damit ist gemeint, dass sich der Philosoph gemeinsam mit seinem Klienten dialogisch mit dessen persönlicher Lebensphilosophie auseinandersetzt. Dabei geht es um das Wachwerden für die Art der derzeit implizit vertretenden

Philosophie und den Bezug dieser persönlichen Lebensphilosophie zur gegenwärtigen Lebenssituation des Klienten. Oftmals folgt diesem (Selbst-)Verstehensprozess die Entwicklung von alternativen Sichtweisen auf das eigene Leben und damit die Möglichkeit zur Änderung der jeweiligen Lebenssituation.

1981 eröffnete Dr. Gerd B. Achenbach die erste **Philosophische Praxis** der Neuzeit. Der von ihm geprägte Begriff wird als “professionell betriebene philosophische Lebensberatung” beschrieben, die “in der Praxis eines Philosophen geschieht.”

Dieser Gedanke, dass Philosophie auch immer einen Praxisbezug in sich hat, aus dem sich eine spezifische Beratungskompetenz entwickeln lässt, war

der akademischen Philosophie in ihrem Elfenbeinturm lange Zeit abhanden gekommen. Dabei war die Beratung, vor allem auch die Individualberatung bei Lebensfragen, in der antiken Philosophie immer eine zentrale Aufgabe. So fragt Seneca rhetorisch in seinem Brief an Lucilius: "Willst Du wissen, was die Philosophie dem Menschengeschlecht verspricht? **BERATUNG!**"

## Was ist Philosophische Praxis?

- Der geschützte Raum für ergebnisoffenes Denken
- Im eigenen Verstehen verstanden werden
- Der Ort zum Infragestellen des vermeintlich Selbstverständlichen

- Das Laboratorium für die Entwicklung des Neuen
- **Die Statthalterin unbeschädigten Lebens**
- Der Stachel im Fleisch
- Die Stärkung der Selbstdistanzierungskompetenz
- Der Widerstand gegen die neoliberale Zurichtung des Individuums
- Die Ermutigung zum unkonventionellen Leben
- Ein Denken gegen die Zeit
- Die Alternative zu anderen

Beratungsformen wie Coaching,  
Psychotherapie oder Seelsorge

- Das Übungsfeld philosophischer Lebenskunst
- Der Weg zu innerer Freiheit und Lebendigkeit
- **Die Lampe höher hängen!**
- Der Ausgangspunkt zur Übernahme von Verantwortung für Denken und Handeln
- Das Gegengift für die Zumutungen der Zeit
- Der Blick in den Spiegel
- Die Möglichkeit, sich wieder an sich

selbst zu erinnern

- Die Bildung des Menschen zum Menschen
- Den roten Faden finden, der die Ereignisse des Lebens zu einer Biografie verspinnt
- Vivifizieren und Dephlegmatisieren
- In Philosophischer Praxis werden Fragen, Denkweisen und Einsichten sinngemäß erfahrbar gemacht.
- Philosophische Praxis ist die Begleitung und Selbstaufklärung von Menschen in Fragen nach dem Guten Leben durch einen Philosophen
- Vertiefende Informationen:

# Grundlagen Philosophischer Praxis:

Philosophische Praxis basiert auf dem Staunen, der Liebe zur Weisheit und der Kommunikation. „Der Anfang aller Philosophie ist das Staunen“, so Aristoteles. Wer philosophiert, wundert sich und merkt plötzlich, dass das Selbstverständliche sich gar nicht so von selbst versteht, dass das Normale und alltäglich Bekannte gar nicht so normal ist, wie es uns erscheint. Philosophische Praxis stellt das bisherige Wissen über die Welt in Frage, denn wer philosophiert, ist auf der Suche nach Wahrheit.

**Philosophie ist die Liebe (philia) zur Weisheit (sophia).** Nach Platon ist es der „eros“, der die Philosophierenden zur Wahrheit treibt. Dies bedeutet, dass die



Philosophierenden die Weisheit nicht besitzen, sondern auf dem Weg zu ihr sind; sie begehren sie. In diesem Sinne ist Philosophische Praxis etwas dynamisches, etwas, das immer wieder neu geschieht, ein Erweitern des eigenen Horizontes.

Gleichzeitig ist Philosophie auch immer ein kommunikativer Prozess, bei dem Menschen sich im Gespräch austauschen. **„Die Wahrheit beginnt zu zweien“**, so Karl Jaspers. In der Kommunikation muss sich die eigene Philosophie bewähren, muss den Fragen und Einwänden des Anderen standhalten oder sich den besseren Argumenten beugen.

Konkrete Anlässe für Philosophischer Praxis: **“Wenn das Leben Fragen stellt...”**

Weitere Informationen zur  
Philosophischen Praxis unter:

[www.psychosozialeberatung.org](http://www.psychosozialeberatung.org)