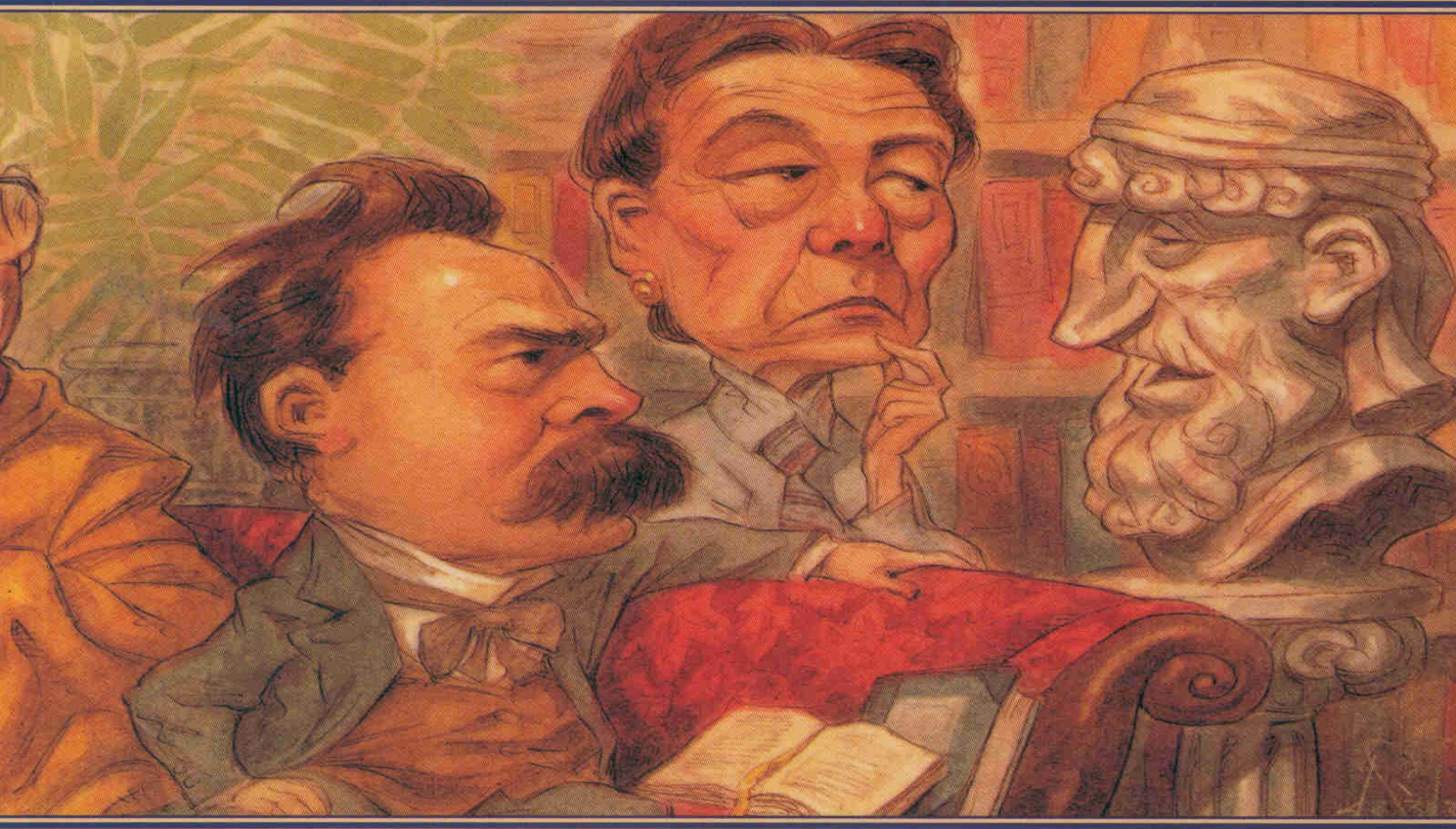
LOU MARINOFF

MAIS PLATÃO



MENOS PROZAC

A FILOSOFIA APLICADA AO COTIDIANO

"Uma excelente iniciação para aqueles que não conseguem distinguir, nos desafios filosóficos, o verdadeiro caminho do pensamento humano."
Paulo Coelho

RECORD

Resumo de Mais Platão, Menos Prozac

Platão logo tornará os psiquiatras obsoletos. No lugar de divãs e conversas intermináveis, o tratamento é a filosofia. Nada de terapia psicanalítica e de antidepressivos. Mais Platão, Menos Prozac mostra como identificar um problema, expressar emoções construtivamente, analisar opções e contemplar uma filosofia que ajude a escolher a melhor opção, resgatando o equilíbrio pessoal.

O autor Lou Marinoff é o principal líder, nos Estados Unidos, dessa nova corrente de pensamento que aplica a filosofia ao dia-a-dia, utilizando as obras dos maiores pensadores da história para ajudar as pessoas a resolverem seus próprios problemas.

Professor de filosofia no City College de Nova York, Lou Marinoff acredita que a maioria dos problemas psicológicos atuais podem ser atenuados pelo "aconselhamento filosófico". Em seu escritório, Marinoff recebe uma clientela muito semelhante à que vai aos consultórios de muitos terapeutas novaiorquinos.

São homens e mulheres angustiados, com problemas afetivos e profissionais, à procura de soluções para os seus conflitos. Mas quem procura o dr. Marinoff não está interessado em manter longas conversas, discutindo toda a sua vida desde as primeiras lembranças da infância.

Nem quer encontrar a saída dentro de um frasco de antidepressivos. Quem vai ali busca uma nova filosofia. Através do aconselhamento filosófico proposto por Marinoff, Platão, Aristóteles, Kant e Kierkegaard, entre outros, são mais úteis que Freud, Lacan e Jung para pensar em questões corriqueiras como conflitos amorosos, mudanças profissionais e o temor da morte.

O movimento surgiu em 1981 na Alemanha, com Gerd Achenbach, e hoje tem seguidores na Holanda, nos Estados Unidos, Canadá, Japão, Inglaterra, França, Israel, África do Sul e Hong Kong, entre outros países.

Mais Platão, Menos Prozac traz estudos de casos extraídos das

experiências dos principais conselheiros filosóficos e mostra a eficácia da filosofia aplicada aos problemas cotidianos. O livro analisa, ainda, como ocorreu o crescimento acelerado do aconselhamento filosófico e retoma o cerne da filosofia: colocar a vida em perspectiva.

Lou Marinoff, Ph.D, é diretor executivo da American Society for Philosophy, Counseling and Psychotherapy, professor de filosofia no City College de Nova York, pioneiro do movimento prático filosófico na América do Norte e presidente da American Philosophical Practitioners Association.

"Platão ou Kierkegaard, Wittgenstein ou Kant? Após anos de divã e doses de Prozac, (...) uma nova chance de resolver seus dilemas emocionais e ter acesso a suas neuroses." - The Observer "Uma excelente iniciação para aqueles que não conseguem distinguir, nos desafios filosóficos, o verdadeiro caminho do pensamento humano." - Paulo Coelho

Acesse aqui a versão completa deste livro