

Kategoria emocji w historii filozofii

W rozdziale tym dokonam przeglądu najważniejszych koncepcji emocji w dziejach myśli zachodniej¹. Filozofowie zastanawiali się nad tym, jaką naturę mają emocje, co stanowi ich istotę, czy są to zjawiska umysłowe, czy raczej cielesne. Jaką rolę odgrywają w życiu człowieka? W sposób szczególny interesować mnie będzie, czy i w jakim stopniu został uwzględniony przez różnych myślicieli aspekt motywacyjny emocji. Jaką funkcję pełnią emocje w życiu umysłowym i praktycznym człowieka? Celem rozdziału jest nakreślenie tła dla dalszych rozważań i podstawy do oceny koncepcji Petrażyckiego. Moja prezentacja z konieczności będzie skrótowa i selektywna. Analizy w tym rozdziale w większym stopniu przyjmują postać wskazówek i sugestii, jak emocje były rozumiane w historii filozofii, ewentualnie, jakie pytania i problemy w związku z emocjami były stawiane, aniżeli formę szczegółowych analiz różnych koncepcji emocji wraz z rekonstrukcją kontekstu historyczno-filozoficznego, w którym powstały, badaniem związków i wzajemnych wpływów oraz dalszych implikacji. Będzie to jednak prezentacja na tyle szczegółowa, aby na jej tle zobaczyć i ocenić koncepcję Petrażyckiego – na ile jest to koncepcja nowatorska i oryginalna, a na ile wpisuje się w jakiś nurt myślenia o emocjach obecny już w dziejach.

Filozofowie od zarania dziejów interesowali się emocjami. Niektórzy jedynie deklarowali swoje stanowisko w kwestii natury emocji i nie próbowali tworzyć ich teorii. Inni włączali się w debatę na temat emocji, choć nie opisywali ich w sposób systematyczny. Często robili po prostu uwagi na temat roli emocji w życiu poznawczym, moralnym lub społeczno-politycznym. Wielu z nich jednak poświęciło

¹ Rozdział ten stanowi rozwinięcie analiz wcześniej prezentowanych w artykule *Emotions in Philosophy. A Short Introduction* (Dąbrowski 2016).

emocjom znacznie więcej uwagi i całkowicie odrębne prace². Problematyka emocji podejmowana była przez przedstawicieli różnych subdyscyplin, nurtów i kierunków filozoficznych. Oto zestaw podstawowych pytań, z którymi mierzyli się myśliciele w dziejach filozofii: Czym są emocje? Jakie mają własności? Jak powstają emocje? Jak je poznajemy (u siebie i innych)? Ile jest emocji? Ile istnieje podstawowych emocji? Komu można je przypisać? Czy aniołowie i zwierzęta mają emocje? Czy Bóg ma emocje? Gdzie są one usytuowane? Do którego należą królestwa – ducha czy ciała? W jakiej relacji pozostają do rozumu (i poznawania)? Jaką rolę odgrywają w myśleniu, w argumentacji i dyskusji? Czy emocje są pasywne czy aktywne? Czy działają automatycznie? W jakiej relacji pozostają do woli? Są dobre czy złe (czy prowadzą do grzechu)? Czy możliwa jest kontrola emocji i ich sublimacja? Czy i jak bardzo wpływają na działanie? W jakim stopniu kierują życiem? W jakim stopniu – o ile w ogóle – przyczyniają się do szczęścia? Jakie pełnią funkcje (w życiu osobistym i społecznym)? Jaką funkcję pełnią w procesie wychowania i uczenia się? Jaką pełnią funkcję w życiu moralnym? Jaką funkcję pełnią w twórczości literackiej, poetyckiej i artystycznej? Jaką funkcję pełnią w metodologii nauk humanistycznych? Jaką funkcję pełni język w nazywaniu, kształtowaniu i wyrażaniu emocji? Tylko na niektóre z tych pytań udzielono interesujących i satysfakcjonujących odpowiedzi. Jednak wiele z nich wciąż czeka na adekwatne rozwiązania. Niektóre odpowiedzi zrodziły nowe pytania. Pewne pytania zostały uchylone lub przybrały inną postać. Z jakąś ich częścią zmagają się dzisiaj przedstawiciele nauk społecznych lub przyrodniczych.

Podstawowe terminy na oznaczenie uczuć czy emocji, jakimi filozofowie posługiwali się w starożytności, a później w średniowieczu, to greckie słowo *πάθος* (*pathos*) i łacińskie *passiō* (*passiōnis*), pochodzące od czasownika *pati* – ‘doznać’. Oba oznaczają różnego rodzaju doznania. *Passiō* zwykle tłumaczone jest jako ‘uczucie’, ‘namiętność’, ale też ‘cierpienie’ lub ‘męka’. W łacinie istniały też inne terminy, którymi posługiwali się piszący o emocjach, m.in. *affectus*, w znaczeniu: ‘stan ducha’, ‘usposobienie’, ‘uczucie’, ‘pobudzenie’ albo ‘wzruszenie’ lub też po prostu ‘afekt’. Ponadto *affectus* znaczyć może ‘gwałtowne wzruszenie’, ‘pożądanie’ lub ‘żądze’. Terminem tym chętnie posługiwał się Baruch Spinoza. Na poruszenia

² Problematykę emocji w mniejszym lub większym stopniu podejmowali m.in.: Sokrates, Platon, Arystoteles, Epikur, Zenon z Kition, Chryzyp, Panajtios z Rodos, Seneka, Epiktet, Marek Aureliusz, św. Augustyn, Awicenna, Anzelm z Canterbury, Piotr Abelard, Albert Wielki, św. Tomasz z Akwinu, Duns Szkot, W. Ockham, J.L. Vives, F. Suarez, R. Burton, R. Descartes, B. Pascal, T. Hobbes, B. Spinoza, J. Locke, N. Malebranche, B. de Mandeville, A. Ashley-Cooper (trzeci hrabia Shaftesbury), G. Berkeley, F. Hutcheson, T. Reid, D. Hume, J.J. Rousseau, C.A. Helvetius, A. Smith, I. Kant, J.G. Hamann, J.G. Herder, J.G. Fichte, G.W.F. Hegel, Novalis, F.W.J. Schelling, F. Herbart, T. Brown, F.E. Beneke, F. Nietzsche, G.H. Lewes, R.H. Lotze, A. Bail, S. Kierkegaard, W. Dilthey, F. Brentano, W. James, W. Windelband, T. Lipps, J. Dewey, L. Petrażycki, E. Husserl, M. Scheler, W. Witwicki, M. Heidegger, L. Wittgenstein, K. Ajdukiewicz, E. Stein, G. Ryle, O.F. Bollnow, J.P. Sartre i wielu innych (lista nie jest wyczerpująca).

duchowe i emocjonalne czasami używano też słowa *perturbātiō* (*perturbātiōnis*), które może znaczyć ‘niepokój’, ‘zamęt’, ‘zakłócenie’, ‘zaburzenie’, ‘wzruszenie’, ‘wzburzenie’ lub ‘namiętność’. Angielskie *emotion*, zapożyczone z francuskiego, początkowo było synonimem poprzednich i wyrażało wszelkie stany, które nie były wrażeniami, stanami intelektualnymi lub ściśle wolicjonalnymi. U niektórych myślicieli słowo to nabierało szczególnego znaczenia³. Najczęściej posługiwać się będę polskim odpowiednikiem tego terminu. Przez emocje będę rozumieć szeroką kategorię stanów, reakcji lub procesów emocjonalnych, do których należą m.in.: namiętności, afekty, odczucia, uczucia, sentymenty, nastroje, a czasami także pragnienia czy pożądanie.

Starożytność

Już starożytni dostrzegali ogromny wpływ emocji na człowieka, na to, kim jest, jak myśli i działa⁴. Wielu Greków wskazywało na rozum jako najpoważniejszą i najwyższą władzę, która umożliwiła nie tylko poznanie, ale też dobre działanie, mądre działanie, czy działanie w ogóle. Sokrates w Platońskim *Protagorasie* bronił motywującej roli rozumu:

Proszę cię, Protagorasie, odśloniżę mi jeszcze i ten punkt swego intelektu: jaki jest twój stosunek do wiedzy (*epistémē*)? Czy i ona przedstawia ci się tak jak wielu ludziom [...], że to nie jest w nas pierwiastek siły, to nie jest to, co nas prowadzi i co panuje, i rządzi. Ludzie zupełnie tak nie myślą o niej, tylko że wiedza nieraz bywa w człowieku, ale mimo to wiedza człowiekiem nie rządzi, tylko coś innego: raz afekt, raz rozkosz, raz ból, nieraz miłość, czasem strach. Krótko mówiąc, uważają wiedzę za rodzaj niewolnika, którego włoką za sobą te wszystkie inne czynniki. Więc czy tobie ona się też jakoś tak przedstawia, czy też ci się wydaje czymś pięknym, czymś, co potrafi władać człowiekiem, i byle tylko człowiek miał poznanie tego, co dobre i co złe, wówczas nie potrafi ulec niczemu ani robić nic innego, tylko to, co mu wiedza dyktuje, bo rozumu wystarczy człowiekowi zawsze do obrony w walce wewnętrznej? (Platon 1958d: 352 A–B).

Wielu jednak uwzględniało też inne czynniki, które wpływają na nasze wybory i życie. Platon i Arystoteles w swoich pracach otwarcie i wprost podjęli problematykę emocji. Analizowali je zwłaszcza w kontekście nauki o duszy. Platon

³ Nico H. Frijda utrzymuje, że słowo „emocje” zostało zapożyczone w XVII w. przez Kartezjusza (Descartes 1649/2001) z francuskiego słowa oznaczającego ‘bunt’ lub ‘nieposłuszeństwo’ i miało uzupełnić pojęcie namiętności (*passion*) w jego pierwotnym sensie (Frijda 2005: 89).

⁴ Na temat emocji u starożytnych zob. Annas 1992; Nussbaum 1994; Sihvola, Engberg-Pedersen 1998; Annas 2000; Sorabji 2000; Nussbaum 2001; Dixon 2003; Knuuttila 2004; Lorenz 2006; Price 2010 (tam też dalsza bibliografia).

w początkowym okresie przeciwstawiał nieśmiertelną i racjonalną duszę śmiertelnemu i irracjonalnemu ciału. Wszelkie żądze i emocje zlokalizował w ciele. Nie dostrzegał w nich niczego pozytywnego. Później w *Państwie* podzielił ludzką duszę na trzy odrębne części: rozumną, impulsywną (gniewną) i pożądlivą. Te trzy części duszy traktował jak gdyby były trzema oddzielnymi podmiotami, z których jeden dąży do zdobycia zrozumienia i wiedzy, drugi dba o swój szerzej pojęty interes, o zachowanie władzy i godności (tutaj jest miejsce dla woli i różnych uczuć), a trzeci (pełen pragnień i pożądań), dąży do natychmiastowej satysfakcji zmysłowej. Chociaż Platon podkreślał różnice między częścią rozumną i nierozumną, nie uważał części pożądlivej i emocjonalnej za całkowicie irracjonalne. Według niektórych badaczy Platon uznawał emocje za specjalną klasę fenomenów poznawczych⁵. Można też przyjąć, że umysł nie posiada odrębnych części, ale stanowi pewną całość i dysponuje trzema różnymi władzami (każda z nich ma służyć innym celom), a następnie uznać, że wszystkie te trzy władze są niezbędne, a żadna z nich nie jest uprzywilejowana – wbrew bardziej rozpowszechnionej interpretacji, zgodnie z którą rozum ma uprzywilejowaną pozycję i dominuje nad innymi lub nimi kieruje.

Z trójpodziałem duszy spotykamy się również w *Fajdroście*. Platon porównuje tam duszę do rydwanu, który został zaprzężony w parę koni. Woźnica symbolizuje rozum. Pierwszy koń – szlachetny – jest sprzymierzeńcem rozumu i symbolizuje element impulsywny. Drugi koń – narwany, trudny w powożeniu – symbolizuje pożądlivą i niezdiscyplinowaną część duszy. Emocje znajdują się zarówno w impulsywnej, jak i w pożądlivej części duszy. Popularna interpretacja głosi, że te trzy części są ze sobą w konflikcie. Woźnica-rozum stanowi najwyższą część ludzkiej duszy, która kieruje niższymi częściami. Można przyjąć, że części te są komplementarne i że każda z nich ma swoje zalety i wady. Woźnica nigdzie nie pojedzie bez koni, które dysponują potężną siłą. Musi więc liczyć się z nimi i dbać o nie. Sama energia koni na niewiele się zda, jeśli nie będzie kogoś, kto ją odpowiednio ukierunkuje. Nie osiągną mety ani same konie, ani sam woźnica. Tylko wspólnymi siłami mogą dosięgnąć celu⁶.

Interesujące analizy emocji znajdujemy w pracach Arystotelesa⁷. Jego zdaniem emocje odgrywają ważną rolę w życiu teoretycznym i praktycznym. Rozważania na

⁵ „Plato treats its emotional responses as cognitive. As the seat of admiration, honour, and pride, it can help the rational soul in its striving to reach knowledge and to behave in accordance with the true vision of the nature of human beings and their place in the universe. But in a disordered soul its passions nourish exaggerated aggression and vainglory” (Rep. 4.441e–442c; 9.581a–b, 586c–d) (Knuuttila 2004: 8).

⁶ Na temat motywacji u Platona zob. Cooper 1984, Klosko 1988; Lorenz 2006; Crittenden 2012.

⁷ Stagiryta podzielił filozofię na trzy części: 1) teoretyczną, która za swój cel ma wiedzę jako taką (składa się na nią m.in.: fizyka, matematyka i metafizyka); 2) praktyczną, która zajmuje się polityką

temat emocji pojawiają się u Arystotelesa zwłaszcza w jego filozofii politycznej i etyce oraz retoryce i poetyce.

Nauka o polityce, a więc funkcjonowaniu człowieka w przestrzeni publicznej zakłada określoną koncepcję człowieka i duszy. Koncepcja ta pomaga zrozumieć, jak człowiek powinien działać w społeczeństwie i jaką rolę w tym działaniu odgrywają emocje. Według Arystotelesa dusza jest jednością trzech części: rozumnej, zmysłowej i wegetatywnej. Część rozumna duszy dzieli się na rozum czynny i rozum bierny. W obrębie zmysłowej części duszy znajdują się zmysły, emocje i wyobrażenia. Zgodnie z podstawowym założeniem etyki Stagiryty człowiek dąży do ostatecznego celu, którym jest najwyższe dobro, czyli szczęście. Do celu tego dąży całą duszą, a zatem w dążeniu tym powinien wykorzystać również emocje. Jako że należą one do niższej części (zmysłowej) duszy, powinny podlegać kontroli rozumu. Uczucia są częścią duszy, są też jednak częścią ciała. Przeżycia duszy nie dadzą się bowiem oddzielić od materii: „Otóż zdaje się, że również wszystkie przeżycia duszy – odwaga, łagodność, strach, litość, zuchwalstwo, a wreszcie miłość i nienawiść – implikują ciało” (Arystoteles 1972: 403a).

Do podstawowych składników duszy według Stagiryty należą doznania przyjemności i przykrości: „Namiętnościami nazywam: pożądanie, gniew, strach, odwagę, zawiść, radość, miłość, nienawiść, tęsknotę, zazdrość, litość – w ogóle wszystko, czemu towarzyszy przyjemność lub przykrość” (Arystoteles 1996: 1105b). Przyjemność i przykrość z psychologicznego punktu widzenia to subiektywne doświadczenia, które motywują do działania i pod wpływem których podejmujemy decyzje (por. Arystoteles 2001: 1378a). Według Arystotelesa „wszelkiemu postępowaniu towarzyszy przyjemność lub przykrość” (Arystoteles 1996: 1104b)⁸. Filozof dopuszcza egoistyczny kierunek, ale wskazuje też na społecznie skonstruowaną rolę wielu emocji. Takie punkty widzenia podważa restrykcyjnie egoistyczny pogląd na motywacyjny aspekt emocji. Zasadniczo według Arystotelesa emocje służą dobrze wtedy, gdy wyznaczają przybliżone kierunki zachowania w różnych sytuacjach życiowych (Lagerlund, Yrjönsuuri 2002: 7).

i działaniem etycznym (obejmuje także inne dyscypliny pomocnicze, takie jak np. ekonomia i retoryka, które mogą być pomocne w dążeniu do szczęścia, co jest podstawowym celem nauki o polityce) i 3) wytwórczą, zajmującą się wytwarzaniem (*technē* i *poiesis*).

⁸ Wedle Arystotelesa miarą życia jest życie cnotliwe, a nie przyjemność. Zwolennikami hedonizmu etycznego w starożytności byli cyrenaicy i epikurejczycy. Twórcą tej pierwszej szkoły był Arystyp z Cyreny. Jego hedonizm streścić można w pięciu tezach: 1) przyjemność jest jedynym dobrem (przykrość jest jedynym złem); 2) przyjemność jest stanem chwilowym i ulotnym; 3) przyjemność jest natury cielesnej; 4) przyjemność nie jest tylko brakiem cierpienia, ale jest stanem pozytywnym; 5) przyjemności różnią się tylko intensywnością, natomiast nie różnią się między sobą jakością (nie ma przyjemności wyższych lub niższych, lepszych lub gorszych) (por. Lampe 2015). Najbardziej znanym przedstawicielem hedonizmu etycznego był Epikur, według którego do życia szczęśliwego wystarczy brak cierpienia.

Znacznie więcej analiz emocji znajdujemy w *Retoryce*. Dla Arystotelesa retoryka wiąże się ściśle z dialektyką (ale też z innymi dyscyplinami, zwłaszcza etyką i poetyką). Przedmiotem obu jest skuteczne przekonywanie innych, a ściśle rzecz biorąc – podważanie lub udowadnianie jakiegoś sądu. Retoryka rozwija „umiejętność metodycznego odkrywania tego, co w odniesieniu do każdego przedmiotu może być przekonywające” (Arystoteles 2001: 1356a). Na siłę przekonywania mają wpływ różne środki. Są to: 1) charakter mówcy – jego wiarygodność (aspekt etyczny), 2) oddziaływanie na słuchacza (aspekt perswazyjny, emocjonalny) i 3) jakość rozumowań – wiarygodność przesłanek zawartych w mowie (aspekt logiczny). Z perspektywy tematu tej pracy najważniejszy jest punkt drugi, który odkrywa przed nami szczególną rolę emocji w procesie motywującym do działania. Wypowiedzi zabarwione emocjonalnie wywierają wpływ na sądy i decyzje odbiorców: „Wiarygodność uzależnioną od nastawienia słuchaczy osiąga się wówczas, gdy mowa powoduje ich wzruszenie. Inne przecież wydajemy orzeczenia, gdy jesteśmy zasmuceni, niż kiedy się cieszymy, inne – nastawieni przyjaźnie niż usposobieni wrogo” (Arystoteles 2001: 1356a)⁹.

Kwestia emocji obecna jest również w *Poetyce*. W przeciwieństwie do Platona Arystoteles cenił artystów i poetów oraz ich twórczość, która oddziałuje także na sferę afektywną odbiorców. Za najbardziej doniosłą emocjonalnie uznał muzykę. Najwięcej jednak uwagi w swoich rozważaniach na temat twórczości i sztuki Stagiryta poświęcił tragedii. Tragedia to naśladowcze przedstawienie poważnej akcji w formie dramatycznej. Celem tragedii jest „wzbudzenie litości i trwogi”, co powinno doprowadzić odbiorców do oczyszczenia (*katharsis*). Dokładnie jednak nie wiadomo, jaki charakter ma owo oczyszczenie, religijny (przemiana ekstatyczna), etyczny (przemiana moralna), psychologiczno-terapeutyczny (psychiczne uporządkowanie), estetyczny (doznanie estetyczne) czy jeszcze jakiś inny (lub może stanowić ma swoiste połączenie kilku tych elementów). Dokładnie nie wiadomo też, co lub kto ma być podmiotem tego oczyszczenia. Według jednej z możliwych interpretacji oczyszczeniu ulec mają przeżycia odbiorców, co w rezultacie prowadzić powinno do przemiany osobowościowej (na ten temat zob. Oatley, Jenkins 2005: 17–18; Sosnowski 2011).

W *Fizjognomice* Arystoteles badał zmiany, jakie mogą zachodzić w ciele, w zachowaniu i wyglądzie istot żyjących. Głównym problemem fizjognomiki jest to, czy usposobienie i charakter człowieka (i zwierząt) w jakimś stopniu zależą od zmian cielesnych oraz czy ich charakter może być określony na podstawie wyglądu

⁹ Na temat roli emocji w modelu racjonalności Arystotelesa oraz roli emocji w polityce i prawie (emocji jako ważnego elementu mądrości sędowniczej), w kontekście jego *Etyki nikomachejskiej*, *Polityki* i *Retoryki* zob. Huppés-Cluysenaer, Coelho 2018.

zewnętrznego, czyli na podstawie analizy m.in.: budowy ciała i zachowania, owłosienia, a także wyrazu twarzy. Odpowiedź Stagyryty jest pozytywna: „Usposobienia zależą od ciała i nie są same przez się obojętne wobec zmian w ciele. [...] Ciało bywa w sposób oczywisty uczestnikiem doznań duszy, takich jak pożądania, lęki, udręki, i przyjemności” (Arystoteles 2003: 805a). A nieco dalej: „Wydaje mi się, że dusza i ciało w doznaniach swoich zależą wzajemnie od siebie. I gdy nastrój duszy ulega zmianie, zmienia zarazem powierzchowność, a znów gdy powierzchowność ulega zmianie, zmienia zarazem nastrój duszy” (Arystoteles 2003: 808b). A zatem, Arystoteles przyjmuje, że emocje mają wpływ na zmiany fizjologiczne oraz na ekspresję i zachowanie zwierząt i ludzi.

Jak widać powyżej, Arystoteles był świadomy wieloaspektowości emocji i wielości ich funkcji¹⁰. Emocje w dużej mierze mają charakter umysłowy, a dokładniej poznawczy i oceniający. Emocje informują o znaczeniu czy też wartości danej sytuacji dla życia. Emocjom towarzyszą przyjemne lub przykre doznania oraz zmiany fizjologiczne i ekspresyjne. Na gruncie filozofii Arystotelesa mamy więc do czynienia z wieloskładnikową, a dokładniej z pięcioskładnikową teorią emocji. W skład tej teorii wchodzi następujące elementy: 1) poznawczy (oceniający), 2) odcuciowy, 3) motywacyjny, 4) fizjologiczny i 5) ekspresyjny¹¹.

Stoicy dużo uwagi poświęcili filozofii praktycznej. To przesądza też o ich zainteresowaniu emocjami. Celem etycznego życia było dla nich szczęście, natomiast jedynym sposobem osiągnięcia tego stanu było życie zgodne z naturą (*convenienter naturae vivere*, Zenon z Kition). Dla stoików rozum był atrybutem przyrody i człowieka. A zatem życie zgodne z naturą to życie rozumne. Ale też cnotliwe, ponieważ rozum – jak przekonywali – gwarantuje człowiekowi nie tylko

¹⁰ Arystoteles rozważa też inne kwestie związane z problematyką emocji. Józef Pastuszka na przykład zwrócił uwagę na zainteresowania Arystotelesa rozwojem emocjonalnym człowieka: „Arystoteles podkreślał wpływ wieku na uczucia, np. uważał, że młodzież jest pobudliwa, zmienna, nie kocha pieniędzy, bo nie odczuwa ich braku” (Pastuszka 1971: 75).

¹¹ Wykładnię zbliżoną do tej, którą tu prezentuję, znaleźć można w pracy K. Oatleya i J.M. Jenkins. Przy czym kanadyjscy badacze oddzielnie traktują aspekt poznawczy i wartościujący, który wpływa na nasze sądy i wybory. Uczni wskazują na cztery elementy emocji: „Po pierwsze, emocje mają podstawę poznawczą: można je rozłożyć na części oparte na tym, co wiemy i w co wierzymy. Po drugie, emocje są zazwyczaj przyjemne lub nieprzyjemne – gniew jest zwykle nieprzyjemny. To rozróżnienie obowiązuje do dziś w myśleniu o emocjach jako pierwotnie pozytywnych lub negatywnych. Po trzecie, emocje zawierają bodziec do działania. W gniewie bodziec skłania do rewanżu, do wyrównania rachunku. Po czwarte, Arystoteles wskazuje, że emocje mają też skutki natury poznawczej – opierają się one naszych wartościowaniach zdarzeń i wpływają na nasze przyszłe sądy” (Oatley, Jenkins 2005: 16). Podobnie Simo Knuutila uważa, że strukturę emocji tworzą różne elementy: 1) ewaluacja stwierdza, że coś pozytywnego lub negatywnego przydarza się podmiotowi lub komuś innemu; 2) przyjemne lub przykre odczucie powiązane z tą ewaluacją; 3) element behawioralny: spontaniczny impuls do działania oraz 4) zmiany cielesne (por. Knuutila 2004: 32).

dotarcie do prawdy, ale i poznanie dobra. Do najpoważniejszych przeszkód w prowadzeniu życia rozumnego należą pragnienia i emocje, które miotają człowiekiem i często prowadzą go na bezdroża. Tutaj odkrywamy motywacyjny aspekt emocji. Według stoików emocje – bezpośrednio powiązane ze zwierzęcymi popędami przetrwania – motywują nas do działania, ale do działania egoistycznego, czyli niewłaściwego, ponieważ egoistyczne namiętności zwykle kierują nas w złą stronę (por. Lagerlund, Yrjönsuuri 2002). Mędrzy – w przeciwieństwie do zwykłych ludzi – dążą do przekraczania tak wąsko pojętego interesu własnego i uzyskania wolności od namiętności (*apatheia*). Kierują się racjonalną naturą rzeczywistości. Wolność od emocji i życie zgodne z racjonalną naturą to dwa aspekty podstawowego warunku dobrego życia.

Według Zenona emocje to bezrozumne (irracjonalne) poruszenia duszy, które sprzeciwiają się racjonalnej naturze ludzkiej. Do emocji należą przede wszystkim: pożądanie, strach, rozkosz i smutek (por. Laertios 1984: VII, 111). Dwie pierwsze dotyczą tego, co ma nastąpić w przyszłości: pożądanie – przyszłego dobra, strach – zła w przyszłości. Dwie kolejne osadzone są w teraźniejszości: rozkosz dotyczy aktualnego dobra, smutek – aktualnego zła. Te cztery podstawowe rodzaje emocji zawierają też inne stany, pochodne im lub podobne do nich. Stoicy zalecają daleko idącą ostrożność wobec emocji, jednak stoicka *apatheia* nie polega na całkowitym wyzbyciu się wszystkich emocji. Obok gwałtownych i silnych emocji, które zakłócają działanie rozumu, istnieją bowiem dobre (lub „intelektualne”) emocje, które nie sprzeciwiają się rozumowi. Należą do nich m.in.: radość, rozsądne pragnienie, życzliwość czy miłość.

U stoików istnieją przynajmniej dwie teorie emocji. Wedle pierwszej, przedstawicielem której był Zenon z Kition, emocje polegają na nieposłuszeństwie lub odrzuceniu sądów na temat świata, innych osób i samego siebie. Druga natomiast, reprezentantem której był Chryzyp, utożsamiała emocje z sądami. Laertios pisał: „Stoicy uważają, że namiętności są to pewne sądy [...], jak mówi Chryzyp w dziele *O namiętnościach*. Np. chciwość pieniędzy wynika według nich z przekonania, że pieniądź jest rzeczą piękną, podobnie pijaństwo, rozwiązłość i inne tym podobne namiętności” (Laertios 1984: 420). Rzecz w tym, że pieniądź nie jest „rzeczą piękną”, a zatem emocje to sądy fałszywe¹². W gruncie rzeczy według Chryzypa wszystkie emocje składają się z dwóch sądów: 1) sądu na temat tego, co jest przede

¹² Później podobnie twierdziło wielu innych myślicieli. Cyceron krytycznie odnosił się do perypatetyckiego podejścia do namiętności i opowiadał się za stoickim ich rozumieniem: „namiętności [...] pochodzą z mniemania” „mniemanie jest u nich słabym przyzwoleniem umysłu na to, co go uderzyło” (Cyceron 2009: 162). Plutarch twierdził, że „uczucia to są nędzne mniemania i sądy”, nędzne, bo zmienne, nigdy nieuchwytnujące stanów rzeczy w sposób adekwatny (por. Plutarch 1977: 7, 446f).

mną – że w grę wchodzi tu jakieś dobro lub zło (korzyść lub krzywda), i 2) sądu, w którym akceptuję ten stan rzeczy.

Według Chryzypa emocjom nie można ufać, ponieważ sądy wartościujące, które je tworzą, są fałszywe (jak te, że pieniądze, pijaństwo i rozwiązłość to coś pięknego). Tego rodzaju sądy (emocje) należy kontrolować i je eliminować. Chryzyp wypracował nawet praktykę terapeutyczną, która miała w tym pomóc. Nie ma tutaj miejsca na to, żeby bliżej przyjrzeć się temu problemowi. Warto jednak podkreślić, że w terapii tej nie chodzi o „zaciskanie zębów” i cierpliwe wyczekiwanie, aż emocje ustąpią, ani o zwykle wypieranie emocji lub zaprzeczanie im. Terapia stoicka wiąże się raczej z pewnego rodzaju intelektualną pracą. Dzięki tej pracy daną sytuację można zobaczyć w zupełnie innym świetle. Stoicy czynią tu założenie: to, co nas niepokoi, to nie rzeczy i sytuacje, ale to, w jaki sposób je postrzegamy. Próba innego spojrzenia na daną sprawę może doprowadzić do rozładowania napięcia czy wyeliminowania złych emocji¹³. Z tego wynika, że emocje nie są całkowicie mimowolne, spontaniczne i niezależne od nas, jak uważali niektórzy badacze emocji.

Niezależnie od tego, czy emocje są sądami, czy bazują na sądach, stoicy zgodnie uważali, że emocje mają przede wszystkim charakter poznawczy. A przy tym twierdzili, że emocjom zwykle towarzyszą wewnętrzne odczucia, które z kolei skorelowane były ze zmianami fizjologicznymi. Ściśle rzecz biorąc, nie stanowiły one jednak integralnego elementu emocji. Były to raczej poruszenia poprzedzające emocję. Idea ta pełniej obecna była u późniejszych stoików, w doktrynie pierwszych poruszeń (*primus motus*) lub pre-emocji (*propatheia*, łac. *antepassio* lub *propassio*). Pewne skurcze i zmiany cielesne mogły być też rezultatem działania emocji¹⁴. To wszystko prowadzi do wniosku, że emocje u stoików nie są wcale tak prostymi zjawiskami, jak bywają niekiedy prezentowane, i nie są wyłącznie sądami umysłu.

¹³ Wielu znawców zagadnienia podkreśla dużą skuteczność stoickiej terapii w różnych trudnych sytuacjach życiowych: w obliczu licznych problemów w rodzinie i pracy, w obliczu choroby i śmierci itd. Jednak nie daje dobrych efektów w poważniejszych sytuacjach kryzysowych i patologicznych, w załamaniach nerwowych, w depresji czy różnych innych jednostkach chorobowych. Ponieważ jest kierowana do osób w pełni używających rozumu, nie daje dobrych rezultatów w pracy z dziećmi (na ten temat zob. Galen 1991; Nussbaum 1994; Hadot 1998; Sorabji 2000; Robertson 2010; Łapiński 2015).

¹⁴ Na fizjologicznej stronie emocji koncentrowali się przede wszystkim Posejdonis i sławny lekarz Galen. Ten ostatni uważał, że emocje mogą być przyczynami wielu chorób, dlatego podkreślał ważną rolę diety (przede wszystkim zob. Galen, *De Placitis Hippocratis et Platonis* (PHP); na temat różnych interpretacji emocji u stoików zob. Annas 1992; Nussbaum 1994, 2001; Sihvola, Engberg-Pedersen 1998; Sorabji 2000; Knuuttiła 2004; Graver 2009. Na temat podstawowych założeń stoicyzmu zob. Edelstein 1966; Inwood 2003).