

Wstęp do wydania drugiego

Książka *Emocje. Krótki kurs* jest poprawioną i zaktualizowaną wersją publikacji *Emocje. Nauka o uczuciach*, która po raz pierwszy ukazała się w 2001 roku. W obszarze badań nad emocjami wydarzyło się od tamtej chwili bardzo wiele, a obecne wydanie uwzględnia niektóre z dokonanych odkryć. Ogólne ramy opowieści pozostały jednak niezmienione.

W badania naukowe nad emocjami duży wkład wnieśli filozofowie epoki oświecenia. David Hume, Adam Smith i Thomas Reid pisali bardzo obszernie o uczuciach i namiętnościach. Myśliciele ci uważali, że emocje stanowią istotny element życia jednostkowego i społecznego. Smith jest nie tylko ojcem tak zwanej ponurej nauki (czyli ekonomii), ale też jednym z pionierów badań nad uczuciami (psychologii emocji). W swojej pierwszej książce, *Teorii uczuć moralnych*, twierdził, że emocje są nicią, z której utkane zostało społeczeństwo. Podobnie jak Hume i Reid, Smith nie postrzegał emocji i myśli jako nieprzejednanych wrogów. Wszyscy wymienieni myśliciele głosili, że bycie emocjonalnym jest rozumne i że żadna teoria umysłu nie może być kompletna bez uwzględnienia aspektu serca.

Romantycy odrzucili to stanowisko, przywracając jednocześnie bardziej tradycyjny pogląd, zgodnie z którym emocje są sprzeczne

z rozumem. W ich optyce człowiek stoi przed brutalnym wyborem między emocjami a rozumem, a jeśli będzie roztropany, podąży za tym, co mówi serce, a nie za tym, co dyktuje mu głowa. Powrót do niewinności jest w tym światopoglądzie równoznaczny z wysłuchiowaniem własnych uczuć, a nie z postępowaniem w zgodzie z logiką. Według romantyków tajemnice uczuć miały zostać ujawnione w domenie poezji, a nie nauki.

Sam skłaniam się zdecydowanie ku oświeceniowemu pojęciu emocji. W przeciwieństwie do romantyków nie jestem zdania, jakoby emocje stały w zasadniczej sprzeczności z rozumem, ani też nie twierdzę, że powinniśmy zawsze podążać za tym, co mówi serce, a nie za tym, do czego skłania nas głowa. Podobnie jak Adam Smith, uważam, że rozsądne działanie jest wynikiem harmonijnego współdziaływania emocji i rozumu. Sądzę, że istota pozbawiona emocji byłaby mniej, nie bardziej, racjonalna niż ludzie, ale także – że czasami lepiej jest słuchać tego, co mówi głowa, a nie tego, co sugeruje nam serce. Umiejętność rozstrzygnięcia, kiedy warto podążać za emocjami, a kiedy należy je ignorować, stanowi wartościowy talent, który nazywamy czasem „inteligencją emocjonalną”.

W tej książce postuluję powrót do koncepcji emocji jako sprzymierzeńców rozumu, a nie jego wrogów. Podobnie jak Smith i Hume, uważam, że badania naukowe nad emocjami są nie tylko możliwe, a ponadto – że niosą ze sobą ogromną wartość. Mój pogląd nie wynika bynajmniej z założenia, że doświadczenie emocjonalne jesteśmy w stanie zredukować do surowej formuły. Nie możemy jednak przeciwstawiać trzeźwego rozumowania głębokim uczuciom. Wierzę, że jeśli uda się nam lepiej zrozumieć emocje, będziemy mogli wieść bogatsze, a nie uboższe życie. Zaznajomienie się z najnowszymi postęпами nauki zajmującej się tymi tajemniczymi zjawiskami może być natomiast co najmniej ekscytujące.

Renesans naukowego zainteresowania emocjami przypadł na lata 90. XX wieku. Przez większość XX stulecia badania nad emocjami

prowadziła wąska grupa psychologów i jeszcze mniejsze grono antropologów. Współcześnie sprawy mają się jednak inaczej. Emocje są dzisiaj w modzie. Wielu antropologów odrzuca obecnie pogląd, zgodnie z którym emocje są uwarunkowane kulturowo. Psychologowie poznawczy przestali interesować się wyłącznie rozumowaniem, percepcją i pamięcią i zaczęli odkrywać na nowo znaczenie procesów afektywnych. Neuronaukowcy i badacze zajmujący się sztuczną inteligencją również dołączyli do tych wysiłków, dodając kolejne elementy do układanki. Prezentowana książka stanowi próbę syntetycznego przyjrzenia się tytułowej problematyce i złożenia tych elementów w całość.

Tak krótka książka nie jest oczywiście w stanie zawrzeć wszystkich aspektów tak złożonego obszaru badań. Niektóre niezwykle interesujące zagadnienia w obszarze badań nad emocjami jestem zmuszony odłożyć na bok. Czytelnicy nie znajdą w tej publikacji rozważań na temat rozwoju emocji u dzieci, choć badania nad tym zjawiskiem również rozwijają się w szybkim tempie. Nie ma tu też wzmianki na temat coraz obszerniejszego piśmiennictwa dotyczącego indywidualnych różnic w doświadczaniu emocji. Dokonany przeze mnie wybór tematów odzwierciedla moje własne zainteresowania i przekonania na temat tego, co najbardziej zaciekawi czytelnika.

Słowo „emocja” jest stosunkowo młode. Do końca XVIII wieku mówiono raczej o „namiętnościach”, „uczuciach” i „afektach”. Rozdział 1 otwiera prezentacja skomplikowanej historii tych pojęć. Następnie mowa w nim o różnorodności doświadczeń emocjonalnych w różnych kulturach. Każda kultura charakteryzuje się własnym klimatem emocjonalnym. Przedstawiając te różnice, opieram się na badaniach antropologicznych, w których udokumentowano tę międzykulturową zmienność. Współcześnie wielu antropologów twierdzi jednak, że w porównaniu z podobieństwami doświadczeń emocjonalnych w różnych kulturach, różnice między nimi są niewielkie. W rozdziale 1 dowodzę, że emocje stanowią

pewnego rodzaju „uniwersalny język”, który czyni z ludzkości jedną rodzinę. Nasze wspólne dziedzictwo emocjonalne sięga głębiej niż dzielące nas różnice kulturowe.

Ów współdzielony repertuar emocjonalny wynika z naszego wspólnego pochodzenia. Wszyscy ludzie są potomkami kilku tysięcy hominidów, które 100 tys. lat temu żyły na afrykańskich równinach. Wiele z naszych emocji ukształtowało się właśnie wówczas. Jeszcze więcej z nich ma historię sięgającą czasów przed hominidami. W rozdziale 2 omawiam historię ewolucji emocji i przekonuję, że emocje były – i nadal są – kluczowym czynnikiem przetrwania. Nie stanowią one jedynie dobra luksusowego. Wbrew tezom wygłaszanym przez wielu filozofów nie są one także przeszkodami stojącymi na drodze do rozumnego działania. Twórcy *Star Treka* błędnie zakładali, że Wolkanie, którzy nauczyli się tłumienia emocji, byłiby bardziej inteligentni niż ludzie. Pomijając Spocka, taka inteligentna, ale pozbawiona emocji istota po prostu nie mogłaby ewoluować¹.

Rzecz jasna żyjemy obecnie w środowiskach skrajnie odmiennych od tych, w których ewoluowali nasi przodkowie. W szczególności zaś dysponujemy wieloma środkami wywoływania szczęścia, o których nasi przodkowie nie mogli nawet marzyć. W rozdziale 3 omawiam „technologie kontroli nastroju” (*technologies of mood*), które obiecują nam drogę do szczęścia na skróty, począwszy od psy-

¹ Historia, na którą autor powołuje się wielokrotnie, nieco mija się z faktycznie przedstawioną w kolejnych odsłonach *Star Treka*. Wolkanie ewoluowali i osiągnęli swój ponadludzki poziom intelektualny jako istoty o wiele bardziej emocjonalne niż ludzie. Stworzyli świat pełen agresji i nieustających konfliktów, wręcz pozbawiony uniwersalnych zasad. Dopiero w wyniku osiągnięcia poziomu intelektualnego, który autorzy sagi tak eksponują, doszli do wniosku (początkowo jeden z nich – Surak), że jeśli nie opanują emocji i nie przyjmą jakiegoś uniwersalnego kodeksu etycznego – to, zwłaszcza w związku z osiągniętą niezwykłą technologią militarną (co samo w sobie jest dowodem posiadanej już wówczas inteligencji) – doprowadzą do zagłady swojego gatunku (przyp. red.).

choterapii i sztuki, a skończywszy na lekach i medytacji. Rozważam ich skuteczność i omawiam niebezpieczeństwa związane z omijaniem okrężnej drogi do szczęścia, jaką zaprojektował dla nas dobór naturalny.

W rozdziale 4 wyjaśniam wpływ emocji na zdolności *poznawcze* człowieka takie jak: pamięć, uwaga i percepcja. Siła oddziaływania emocji na te zdolności czyni oparte na emocjach technologie niezwykle powabnymi dla reklamodawców i polityków. Odwoływanie się do uczuć umożliwia zmianę nastawienia ludzi bez konieczności prezentacji solidnych argumentów lub dowodów. Rozdział zamyka prezentacja najnowszych badań w dziedzinie psychologii i neuronauki empatii.

W ostatnim czasie wkład w debatę nad emocjami wniosła sztuczna inteligencja. Począwszy od wczesnych lat 90. XX wieku informatycy coraz bardziej interesują się konstruowaniem maszyn emocjonalnych, a robotycy mają już na tym polu pewne osiągnięcia. W ostatnim rozdziale omawiam najnowsze postępy w tym obszarze i rozważam, dokąd mogą nas one doprowadzić. Czy uda nam się zbudować roboty mające dokładnie takie uczucia jak my? I jakie konsekwencje będzie nieść taka technologia? Postęp badań w tym obszarze jest bardzo duży, więc aby uwzględnić zmiany, jakie dokonały się od czasu publikacji z 2001 roku, napisałem ten rozdział od nowa.

Nie roszczę sobie prawa do ostatecznego zdania na temat emocji. Naprawdę solidna teoria emocji być może na zawsze pozostanie poza naszym zasięgiem. Niemniej badania naukowe nad emocjami uważam za fascynujące i pouczające. Mam nadzieję, że ta książka sprawi, iż czytelnicy podzielą mój entuzjazm.

Dylan Evans
październik 2018