

Anna Jedynak

Porozumienie bez przemocy

Etyka 42, 23-36

2009

Artykuł został opracowany do udostępnienia w internecie przez Muzeum Historii Polski w ramach prac podejmowanych na rzecz zapewnienia otwartego, powszechnego i trwałego dostępu do polskiego dorobku naukowego i kulturalnego. Artykuł jest umieszczony w kolekcji cyfrowej bazhum.muzhp.pl, gromadzącej zawartość polskich czasopism humanistycznych i społecznych.

Tekst jest udostępniony do wykorzystania w ramach dozwolonego użytku.

Porozumienie bez przemocy

Porozumienie bez przemocy to nazwa metody komunikowania się, opracowanej i wdrażanej w życie przez szwedzkiego psychologa Marshalla Rosenberga. Ma na celu kontakty międzyludzkie wolne od agresji i sprzyjające wzajemnemu zrozumieniu. Jej twórca zapraszany jest w różne miejsca na całym świecie, by uczyć PBP skonfliktowane strony. Odwiedził także Polskę, wydana tu została jego książka¹, odbywają się warsztaty PBP pod patronatem Polskiej Wspólnoty Pokoju, prowadzone przez kompetentnych trenerów.

PBP nie powołuje się na żadną inspirację filozoficzną, a nadto wolne jest od wszelkiego teoretyzowania. Ma na względzie wyłącznie praktykę. Sprowadza się do reguł postępowania i zmierza do wykształcenia pewnych postaw i nawyków. Formułuje instrukcje w niezmiernie prosty sposób, nie próbując ich uzasadniać ani pogłębiać (w czym podobne jest do medycyny chińskiej). Z punktu widzenia PBP filozofia zdawać się może nazbyt abstrakcyjna i oderwana od życia, a z punktu widzenia filozofii PBP może wydawać się w ogóle niezwiązane z tym, co stanowi główne zajęcie filozofa: z próbą zrozumienia świata i naszego własnego w nim miejsca.

Jednakże z kilku powodów PBP może interesować filozofa. Żadna praktyka społeczna nie kształtuje się w myślowej próżni, lecz — często nieświadomie — opiera się na pewnej postawie wobec świata i ludzi, z której w bardziej przemyślany i pogłębiony sposób zdają sprawę właśnie filozofowie. Nie inaczej jest w wypadku PBP. Postawy przez nie kształtowane wydają się powiązane z pewnymi klasycznymi stanowiskami filozoficznymi. Im bardziej PBP odżegnuje się od teoretyzowania, tym pilniejsze zdaje się zbadanie tych powiązań, gdyż może ono ukazać PBP w szerszym kontekście. Jeśli bowiem znamy wzajemne relacje i konsekwencje różnych stanowisk filozoficznych, ich mocne i słabe strony, jeśli wiemy, do jakich działań motywują, jakiego typu ludziom odpowiadają, to możemy odnieść tę wiedzę także do związanych z tymi stanowiskami praktycznych postaw. Ułatwia to ocenę tych ostatnich, bilans ich wad i zalet, przewidywanie społecznej roli i potrzeb, jakie mogą zaspokoić.

¹ M.B. Rosenberg, *Porozumienie bez przemocy. O języku serca*, tłum. M. Kłobukowski, Wydawnictwo Jacek Santorski & Co, Warszawa 2003.

Drugi powód to ewentualne zwrotne oddziaływanie PBP na filozofię. Nauka i praktyka społeczna z jednej strony kształtują się pod wpływem pewnych idei, a z drugiej — oddziałują na obszar naszego doświadczenia i na nasz sposób odbioru świata, domagając się tym samym świadomej i uporządkowanej refleksji filozoficznej *ex post*. Stymulują zatem filozofię, a niekiedy ją wyręczą, gdy okazuje się, że do empirycznych rozstrzygnięć zaczynają kwalifikować się problemy uprzednio wyłącznie spekulatywne. Nadto nauka i praktyka społeczna stanowią czasem poligon doświadczalny filozofii, która może przekonać się, jak „pracują” w praktyce jej idee.

Trzeci powód to wspomniana już ocena PBP. Aksjolog biorący na warsztat życie społeczne może chcieć rozważyć, jakie wartości pozwala PBP realizować, za jaką cenę (czyli kosztem jakich to innych wartości), jaki jest jego bilans i czy warto je stosować.

Tekst niniejszy składa się z czterech części:

1. Krótka charakterystyka zasad PBP.
2. Ujawnienie jego podstaw filozoficznych.
3. Jego konsekwencje dla filozofii.
4. Jego ocena.

1. Zasady porozumienia bez przemocy

PBP przewiduje komunikację spostrzeżeń, uczuć, będących reakcją na te spostrzeżenia, potrzeb i próśb — i w zasadzie tylko tego. (Podobne zalecenia znane są np. w treningach mediacyjnych pod nazwą *komunikatów „ja”*). Nie przewiduje PBP wypowiedzi, które określa jako „oddzielające od życia”, zaliczając do nich interpretacje spostrzeżeń, porównania, osądy, oceny i żądania. Dlaczego tak? Oto, co sądzi Rosenberg:

Mówiąc w ten drugi sposób, zdajemy się prezentować jakąś naszą wizję świata, która może okazać się niezgodna z czyjąś inną wizją. Może wtedy dojść do konfliktu, podczas gdy komunikacja na poziomie uczuć nie jest brzemienne w niezgodne opisy świata. A jednak wolimy oceniać zdarzenia, zamiast wyrażać uczucia, jakie one w nas budzą. Jest to zarówno skutkiem zwyczajów społecznych i słabego kontaktu z emocjami, jak i przyczyną umacniania tych zwyczajów oraz dalszego odcinania się od własnych zasobów emocjonalnych. Wyrażamy uczucia „w przebraniu” osądów, rozkazów czy werdyktów. Nie mając pełnego kontaktu z własnymi uczuciami, nie jesteśmy w stanie wziąć za nie odpowiedzialności. Sądzimy, że nasze reakcje są naturalnym i nieuchronnym skutkiem tego, co dzieje się wokół (*zrobiłem tak, bo szef mi kazał, bo mnie zdenerwowałaś, bo wszyscy tak robią, bo musiałem, bo...*). Tymczasem zewnętrzne zdarzenia są tylko katalizatorem naszych reakcji, a nie ich przyczyną. Przyczyna tkwi w nas. Wypierając się jej, formułujemy zdania, presuponujące brak możliwości wyboru. Wtedy to, co czujemy, myślimy czy robimy, wydaje nam się obiektywnie uzasadnione, „jedynie słuszne” i stajemy się coraz bardziej skłonni do wywierania nacisków na innych.

Można zaoponować: Ale przecież są pewne pryncypia! Pewne rzeczy są w sposób oczywisty dobre, a inne złe! Czy mamy udawać, że tak nie jest? A Rosenberg na to: nie chodzi o to, czy tak jest, ale o to, jakim językiem o tym mówimy. Nawet najoczywistsze dla nas sprawy wyrazić możemy „językiem serca”, to znaczy językiem spostrzeżeń, uczuć, potrzeb i prośb. Zamiast mówić o tym, jakie rzeczy są, można mówić o tym, jak je postrzegamy, jakie odczucia w nas wywołują, czego w związku z tym potrzebujemy i co chcielibyśmy, aby rozmówca zrobił. I nie chodzi tu tylko o wstawki w rodzaju: *moim zdaniem czy jak mi się wydaje*, pozostawiające miejsce na omyłność mówiącego w rozpoznaniu, jak to naprawdę jest, lecz o przesunięcie akcentu na to, co jest naprawdę ważne. A ważne są nie etykiety przyklejane różnym wycinkom rzeczywistości, lecz ludzkie przeżycia i pragnienia, dzielenie się sobą nawzajem, empatia, wychodzenie naprzeciw cudzym potrzebom i budowa wspólnej płaszczyzny porozumienia.

Nauka wypowiedzania się według schematu: *spostreżenia — uczucia — potrzeby — prośby* nie jest łatwa. Adepti PBP notorycznie myślą uczucia z myślami, ocenami, prognoząmi, wyobrażeniami na własny temat czy wyobrażeniami o tym, co sądzą o nich inni. Podobnie trudne okazuje się odróżnianie prośb od żądań. Rosenberg proponuje prosty test: pozorna prośba jest w istocie żądaniem, gdy towarzyszy jej przekonanie, że inni są zobowiązani je spełnić, że odmowa byłaby czymś nagannym. Reakcja na odmowę jest wtedy z reguły nieprzyjazna.

Nie mniej ważny punkt nauki PBP to słuchanie cudzych komunikatów. Ludzie na ogół nie przemawiają „językiem serca”. PBP uczy, cokolwiek oni mówią, słysząc w ich wypowiedziach tylko przekaz spostrzeżeń, uczuć, potrzeb i prośb. Uczy, jak nie zważać na autorytatywnie wypowiedzane osądy czy żądania, lecz u podstaw krytyki, osądu czy sprzeciwu dostrzegać pewne niezaspokojone potrzeby czy zawiedzione nadzieje, a u podstaw napastliwego ataku — jakieś niewypowiedziane prośby. Rzecz w tym, aby wyczuć słuch tylko na ten aspekt cudzych wypowiedzi, bagatelizując całą resztę. Kluczem do tego ma być empatia.

Kolejny punkt to reakcje na komunikaty „odcinające od życia”, zwrócone przeciw nam. Możliwe są cztery typy reakcji, które w kolejności od najmniej do najbardziej skutecznych w budowaniu porozumienia przedstawiają się następująco: 1. Można gwałtownie zaoponować i odbić piłeczkę, krytycznie osądzając rozmówcę (ten typ reakcji jest najczęstszy). 2. Można w poczuciu winy krytyczny osąd skierować na siebie, przyznając w duchu rację rozmówcy. 3. Można przejść do „języka serca”, koncentrując się na własnych uczuciach spowodowanych atakiem, najczęściej negatywnych, i postarać się udzielić sobie samemu wsparcia emocjonalnego. 4. Najtrudniejsza i najrzadziej spotykana jest koncentracja na uczuciach i potrzebach rozmówcy, których nie wyraził wprost, lecz np. w formie napastliwego ataku. Oprócz umiejętności usłyszenia ich w jego wypowiedziach potrzebna jest jeszcze umiejętność zogniskowania na nich uwagi i zareagowania właśnie na nie. Odnoszenie się do ludzi tak, jak gdyby mówili „językiem serca”, choć przecież tego nie robią, nie

pozostaje na nich bez wpływu. Jeśli reagujemy tylko na istotne z punktu widzenia PBP drugie dno ich wypowiedzi, to z czasem oni sami zaczynają we własnych kwestiach „słyszeć” tę właśnie warstwę, obejmującą uczucia i potrzeby. Stają się bardziej świadomi własnego wnętrza i tego, o co w istocie im chodzi. Wskutek tego także na innych zaczynają patrzeć w ów nowy sposób, uwrażliwiając się na ich uczucia i potrzeby.

Zasady PBP wydają się proste, bo istotnie prosty jest ich opis. Jednak stosowanie ich wcale nie jest proste. Trening PBP jest znacznie bardziej żmudny i pracowity, niż może się to wydawać komuś pobieżnie z jego zasadami zaznajomionemu.

2. Filozoficzne podstawy porozumienia bez przemocy

Filozoficzną podstawę znajduje PBP przede wszystkim w subiektywizmie, ale także w empiryzmie. Oba te nurty obecne są w poglądach Hume’a. Oba wiążą się z jego minimalizmem poznawczym. Empiryzm i subiektywizm Hume’a znalazły kontynuację w filozofii współczesnej: na płaszczyźnie epistemologicznej — w formie neopozytywizmu czy empiryzmu logicznego, a na aksjologicznej — w formie subiektywizmu metaetycznego, którego tezy uogólnić można na wszelkie problemy metaaksjologiczne.

Te dwa wątki filozofii Hume’a znajdują analogię w dwóch podstawowych punktach schematu komunikacji PBP: empiryzm — w postulacie komunikowania spostrzeżeń, subiektywizm zaś — w postulacie komunikowania uczuć.

W myśl empiryzmu Hume’a, przekonania o świecie, wykraczające poza bezpośrednie dane doświadczalne, są wątpliwe i stanowią nadużycie poznawcze. W szczególności nieuzasadnione są wszelkie próby odpowiedzi na pytanie: „dlaczego...?”. W PBP przekonaniu temu odpowiada postulat komunikowania spostrzeżeń i osobistych doświadczeń, ale nie interpretacji, diagnoz czy prób wyjaśniania spostrzeżeń i doświadczeń. Jednak nie w celu osiągnięcia rzetelnej wiedzy ten postulat został wysunięty, lecz w celu osiągnięcia owocnej i harmonijnej komunikacji.

Epistemologiczni spadkobiercy Hume’a, empiryści logiczni, poszli dalej i zdezwułowali wypowiedzi wykraczające poza bezpośrednie doświadczenie jako metafizyczne i pozbawione sensu. Postulowali utrzymanie teorii naukowych w bardzo wąskich granicach bezpośredniego doświadczenia. Zdaje się, że wspomniany postulat PBP odpowiada we współczesnej filozofii najwcześniejszemu stadium empiryzmu logicznego, kiedy to jeszcze nie upowszechnił się w nim antypsychologizm, a kryteria sensowności formułowane były najbardziej restrykcyjnie. Rosenberg proponuje ściśle trzymanie się w konwersacji czystych spostrzeżeń, dotyczących faktów zewnętrznych lub własnych stanów psychicznych. Wypowiedzi te są analogiczne do zdań obserwacyjnych w ujęciu empiryzmu logicznego. Już uogólnienia czy użycie takich słów jak *często* czy *rzadko* uważa za interpretacje. Są te wyrażenia u niego analogiczne do wyrażenia teoretycznych u neopozytywistów. Oczywiście, nie w imię sensowności wypowiedzi swoje postulaty Rosenberg wysuwa, bo w ogóle nie stawia

problemu statusu zdań, lecz w imię owocności komunikacji. W wypowiedziach wykraczających poza przepisany schemat dostrzega tylko tyle treści, ile dałoby się jej wyrazić, trzymając się tego schematu, tzn. w cudzych osądach czy interpretacjach gotów jest słyszeć wyraz uczuć, potrzeb i oczekiwań — i nic więcej. „Odcinające od życia” wtręty uważa nie tylko za zbędne, ale i za szkodliwe. Podobnie wczesni empiryści logiczni dostrzegali w teorii tylko tyle treści, ile dawało się jej wyrazić w odpowiednich zdaniach obserwacyjnych. Metafizyczne wtręty w nauce uważali nie tylko za zbędne, ale i za szkodliwe, stwarzające pozór wiedzy, a w istocie hamujące jej rozwój.

Postulaty najwcześniejszego empiryzmu logicznego okazały się nierealne (eliminowały z nauki na przykład zdania ogólne) i były sukcesywnie liberalizowane, a pojęcie sensowności empirycznej — poszerzane. Podobny proces daje się obserwować w praktyce PBP. Ścisłe przestrzeganie jego zaleceń wydaje się nierealne, a próby idące w tym kierunku nierzadko prowadzą do wypowiedzi rażąco sztucznych. Owa sztuczność jest wkalkulowana w koszta treningu; należy przez nią przejść w celu opanowania podstawowych zasad metody, potem zaś dopuszczalne są odstępstwa od zasad pojmowanych ściśle. Ale nie są to odstępstwa dowolne ani przypadkowe, lecz takie, o których doświadczony adept wie, że nie zaburzą harmonijnej komunikacji, uczynią natomiast jej tok bardziej swobodnym i naturalnym. Stosowanie ich jest pewną sztuką, gdyż nie rządzą nimi już żadne zasady, lecz tylko wycucie. Nie tak się rzeczy miały w wypadku przemyślanego, formalnego liberalizowania kryteriów sensowności empirycznej. Z kolei w kwestiach aksjologicznych, według Hume'a, oceny (tak etyczne, jak i estetyczne) są zakorzenione w uczuciach. Oceniamy dodatnio to, co budzi pozytywne uczucia, a ujemnie — to, co budzi uczucia negatywne. Zwodniczy jest sposób mówienia, który sugeruje, że ocena odnosi się do samego przedmiotu. Przekonanie to podziela Rosenberg i demaskuje ów złudny, jego zdaniem, sposób mówienia. Uczy adeptów PBP najpierw docierać do własnych uczuć, kryjących się w wypowiedziach oceniających, a potem — do uczuć ich rozmówców.

Późniejszy subiektywizm metaetyczny stawia wprost pytanie o status ocen. I odpowiada: skoro oceny wywodzą się z uczuć, to ostatecznie wypowiedzi oceniające redukują się do wypowiedzi o uczuciach. Nie ma w ocenie nic ponad opis stanu psychicznego, wywołanego w podmiocie przez przedmiot.

Notoryczna nierozstrzygalność sporów aksjologicznych pobudziła rozważania metaetyczne i prawdopodobnie wpłynęła na ukształtowanie subiektywizmu metaetycznego. Jałowość owych sporów zrodziła podejrzenie, że są one zasadniczo nierozstrzygalne, a zatem — pozorne. (Podobnie za zasadniczo nierozstrzygalne, a zatem za pozorne, uważali empiryści logiczni problemy metafizyczne). I rzeczywiście: jeśli wypowiedź: *to a to jest dobre* zinterpretujemy jako: *to a to budzi moją aprobatę* — okaże się, że oceny pozornie niezgodne wcale niezgodne nie są, bo może być przecież tak, że to samo budzi u różnych osób różne uczucia.

Subiektywizm w estetyce bazuje na podobnych rozważaniach. Wypowiedź: *to jest piękne* można zinterpretować jako: *to mi się podoba* lub: *patrzę na to* (czy: *słucham tego*) z *przyjemnością*, lub: *lubię na to patrzeć*, a wypowiedź: *to jest brzydkie* można zinterpretować jako: *to mi się nie podoba*. Można się spierać o to, jakie rzeczy są: dobre czy złe, piękne czy brzydkie. Ale nie można się spierać w kwestii stanu psychicznego i uczuć rozmówców. Każdy jest ekspertem od samego siebie i sam wie najlepiej, co czuje. (Pomijamy tu poglądy skrajnych behawiorystów, o których dowcip powiada, że witają się rano słowami: *dzień dobry, widzę, że się dobrze czujesz, a jak ja się czuję?*).

Powiązanie PBP z subiektywizmem na płaszczyźnie aksjologicznej jest ewidentne. Rosenbergowi chodzi o utracenie sposobności do konfrontacji stanowisk i dlatego oceny chce zastąpić wypowiedziami o uczuciach. Podobnie jak w wypadku zasad PBP, odpowiadających subiektywizmowi epistemologicznemu, nie podnosi się tu problemu statusu jakichkolwiek zdań. Jest tylko postulat nieposługiwania się zdaniem pewnego typu w imię koncyliacyjności, nadania konwersacji bardziej osobistego charakteru, głębszego dzielenia się sobą nawzajem i budowy porozumienia.

Tak więc schemat PBP osiąga zamierzony efekt: komunikacja spostrzeżeń, uczuć, potrzeb i prośb nie naraża rozmówców na niezgodę. Nawet jeśli dwie osoby dostrzegły w tym samym miejscu i czasie co innego i jedna z nich się myli, to relacje ze spostrzeżeń są prawdziwe: spostrzeżenie, nawet jeśli błędne, miało miejsce. Podobnie ludzie mogą w obliczu tych samych realiów doznawać przeciwstawnych uczuć i nie ma w tym żadnej sprzeczności, zatem nie ma o co się spierać. A gdy pragną i potrzebują niezgodnych stanów rzeczy i potrzeby te sobie nawzajem komunikują — to choć same potrzeby są niezgodne, w wypowiedziach niezgodności nie ma. Podobnie nie ma ich w prośbach o zaspokojenie przeciwstawnych potrzeb. Żadne prośby sformułowane w trybie rozkazu nie mogą być niezgodne, bo rozkazy nie są zdaniami w sensie logicznym. A zdania rozpoczęte zwrotem: *proszę cię, abyś...* również nie są na niezgodność narażone, bo są wypowiedziami performatywnymi, a takowe uznać należy albo za pozbawione wartości logicznej, albo za prawdziwe same przez się: skoro prośba została wypowiedziana, to wyrażające ją zdanie jest prawdziwe; skoro mówię, że proszę, to jest prawdą, że proszę.

Czy zatem na gruncie realizacji zasad PBP wszelka niezgoda traci rację bytu? Na poziomie werbalnym — tak. Ale jest przecież jeszcze poziom działań. Nawet jeśli ludzie pragną stanów rzeczy wykluczających się nawzajem, to zdania, w jakich wypowiadają swe uczucia, potrzeby i prośby, nie są niezgodne. Niezgodne natomiast okażą się ich działania, gdy zechcą oni swe pragnienia urzeczywistnić.

Również i ten wątek znajduje odzwierciedlenie w filozofii, poprzedzającej PBP. Przyjrzyjmy mu się bliżej.

Subiektywizm metaetyczny miał na celu wykazanie pozornego charakteru sporów etycznych. Wywołał jednak krytykę ze strony tych, którzy uznali, że z zadania tego wywiązał się w sposób przesadny. Subiektywistyczna interpretacja sporów nie

pozostawia miejsca na żadną niezgodę: każdy mówi o swoich odczuciach i każdy ma rację. A przecież, argumentowali krytycy, nie mamy poczucia, że w kwestiach moralnych wszyscy się ze wszystkimi ochoczo zgadzają. Nie jest tak, że gdy dwóch ludzi odmiennie ocenia to samo, to każdy po prostu przyjmuje do wiadomości zdanie drugiego bez najmniejszej chęci sprzeciwu. Subiektywista odparłby na to, że taki stan rzeczy bierze się zapewne ze złudzenia co do statusu ocen, które to złudzenie subiektywizm właśnie rozwiewa. Ale jest to za słaby argument, by oddalić wątpliwości krytyków.

Z rozważań takich powstał emotywizm, stanowiący złagodzenie subiektywizmu. Głosi on, że oceny nie są zdaniami w sensie logicznym, bo niczego nie stwierdzają, lecz tylko wyrażają uczucia, podobnie jak wykrzykniki czy przekleństwa. Według subiektywizmu ocena zdaje sprawę z uczuć mówiącego, według emotywizmu natomiast jest bezpośrednim wyrazem tych uczuć. Emotywizm odróżnia zdania na temat postaw od samych postaw. W zdaniach na temat postaw nie dopatruje się niezgody, ale dostrzega ją w samych postawach: ludziom co innego się podoba i czego innego chcą. Nadto do innych, niekiedy przeciwstawnych stanów rzeczy skłonni są dążyć — bo wyrazem postaw są nie tylko emocjonalne wypowiedzi, ale przede wszystkim pewne określone dążenia.

Czy emotywizm nie wskazuje pewnych istotnych ograniczeń PBP? Nasuwa się tu przypuszczenie, że tak. Skutkiem zastosowania zasad PBP może być zgoda, ale tylko na poziomie werbalnym. Dopóki w myśl tych zasad powstrzymujemy się przed wypowiedzianiem zdań, które mogą okazać się niezgodne, żadna niezgoda w poglądach nie nastąpi, ale może ujawnić się głęboka niezgoda w postawach. Załóżmy, że ludzie przekazali sobie, co czują, czego potrzebują i o co proszą siebie nawzajem. Wymiana informacji przeszła gładko, nie pojawiły się żadne niezgodne zdania, tylko że ludzie ci chcą rzeczy, których nie można zrealizować łącznie. Czy powiemy, że osiągnęli porozumienie bez przemocy albo że komunikowali się bez przemocy?² Wszak do użycia przemocy (fizycznej czy tylko werbalnej) motywuje przede wszystkim niezgodność postaw, a nie — samych poglądów, niepowiązanych z żadnymi postawami.

Każdy z dwóch baranów stojących naprzeciw siebie na wąskiej kładce zakomunikować może temu drugiemu uczucie niechęci doń, pragnienie swobodnego przejścia przez kładkę bez przeszkód, potrzebę, by ten drugi się usunął i prośbę, by to uczynił. Mogą one zajmować łącznie takie postawy bez żadnej sprzeczności i świat, w którym tak się dzieje, jest do pomyślenia. Ale nie do pomyślenia jest świat, w którym każdy z nich skutecznie realizuje swoją potrzebę, bo same ich postawy, związane z nimi dążenia i ewentualne działania już są niezgodne. Gdy barany przystępują do akcji w celu realizacji swoich potrzeb — czy powiemy, że komunikowały się bez przemocy albo że osiągnęły porozumienie, bo wszak każdy

² PBP to nie całkiem adekwatne tłumaczenie angielskiego Non-Violence Communication, w skrócie NVC.

z nich rozumie, o co temu drugiemu chodzi? Raczej nie. Niezgoda w postawach zajmuje zwykle miejsce pierwszoplanowe, usuwając w cień daleko mniej istotną zgodę co do opisu postaw.

Tak więc PBP, zinterpretowane w duchu subiektywizmu, wydaje się skuteczne. Subiektywizm usuwa podstawę sporów i to samo czyni program PBP, znajdujący w nim najwyraźniej filozoficzną podstawę. Wątpliwości pojawić się mogą, gdy sięgniemy do emotywizmu, poszerzającego perspektywę subiektywistyczną. Chciałoby się powiedzieć: na poziomie postaw i działań PBP, wbrew swojej nazwie przyjętej w języku polskim, nie może gwarantować porozumienia. Wątpliwe, czy cokolwiek mogłoby je zagwarantować. Ale...

3. Konsekwencje porozumienia bez przemocy dla filozofii

...ale w praktyce zasady PBP okazują się niezwykle skuteczne, gdyż w znacznej mierze łagodzą konflikty. Także na poziomie postaw i dążeń. Odnotowane zostały takie przypadki stosowania PBP, jak np. powstrzymanie silniejszego napastnika przed agresją. Emotywizm rozważał poglądy na temat postaw i same postawy *in abstracto*, nie biorąc pod uwagę skutków wzajemnej interakcji jednych i drugich. Czysto teoretycznie traktował całość postaw i poglądów u różnych podmiotów jako zwykłą sumę części. Ale całość nie zawsze jest sumą części — na jej kształt często wpływają wzajemne relacje tych części, pozwalające uzyskać nową jakość.

Zdaje się, że tak właśnie jest w wypadku PBP. Kształtuje się ono w działaniu. Wyrasta z praktycznych problemów, z wysiłków osiągnięcia porozumienia metodą prób i błędów. I to właśnie praktyka okazuje, że interakcje na poziomie poglądów dotyczących postaw niekiedy wpływają na same te postawy, pozwalając przekształcić je w duchu autentycznego porozumienia.

Postawy formują się pod wpływem przekonań, a dialog wzbogaca przekonania. Zatem wymiana poglądów powodować może zmiany w postawach. W szczególności własny interes nie jest zdefiniowany sztywno i niezmiennie, lecz może podlegać korektom wraz ze zmianą perspektywy poznawczej. A nasze potrzeby i prośby, jakie skłonni jesteśmy kierować do innych, związane są właśnie z tym, co uważamy za swój interes. Rosenberg jest zdania, że zmiany interesów i postaw mogą iść w jednym z dwóch przeciwstawnych kierunków. Kierunki te wyznaczone są przez to, czy „nasz” interes obejmuje wyłącznie naszą, wąsko pojętą pomyślność, czy też obejmuje także pomyślność innych.

Opozycja „mój interes” i „cudzy interes” jest bowiem często pozorna, tak jak pozorna bywa opozycja między kierowaniem się przy podejmowaniu decyzji rozsądkiem a kierowaniem się emocjami. Można bowiem z powodzeniem uwzględnić emocje w rozsądnej kalkulacji; nie muszą być one ślepe, a rozsądek nie musi być od nich odcięty. Bywa tak, że jesteśmy w zwykły, ludzki sposób zainteresowani czyimś losem i z jakichś względów zależy nam na czyjejs pomyślności. Wtedy dobrostan tych osób leży w naszym szeroko pojętym interesie. Nasz interes określony jest nie

tylko przez sprawy bezpośrednio nas dotyczące, ale i przez nasze uczucia, wywołane sprawami bardziej odległymi. Uczucia aktywizują wolę, a wola pozwala zdefiniować interes. W tym sensie nie ma na świecie czystej wody altruistów. Ci bowiem, którzy stawiają na pierwszym planie dobro innych, czynią to we własnym, szeroko pojętym interesie, motywowani np. współczuciem.

Otóż zmiany w postawach mogą iść w kierunku zawężenia lub poszerzenia obszaru własnego interesu. Pewne wypowiedzi (np. oceny, zwłaszcza krytyczne, czy żądania) Rosenberg nazywa „odcinającymi od życia” właśnie dlatego, że wywołują poczucie zagrożenia i odruch obronny, a w konsekwencji wzmacniają poczucie partykularnego, wąsko pojętego interesu, odcinając od interesu pojętego szerzej. Mówiąc językiem potocznym: stajemy się mniej skłonni do tego, by brać w naszych poczynaniach pod uwagę czy choćby tylko dostrzegać uczucia i potrzeby rozmówców.

Coś zgoła przeciwnego dzieje się w wypadku porozumiewania się „językiem serca”. Gdy rozmówca komunikuje bezpośrednio swoje spostrzeżenia, uczucia, potrzeby i prośby, lepiej rozumiemy jego postawę i interesy. Łatwiej wtedy o empatię, a stąd już tylko krok do poszerzenia obszaru własnego interesu. Podobny skutek następuje, gdy rozmówca słucha naszych komunikatów, wypowiedzianych językiem PBP. Empatyczne, uważne, otwarte, wolne od interpretacji, pouczeń i osądów słuchanie jest w dzisiejszym świecie dobrem bardzo pożądanym i trudno osiągalnym. Rozmówca, od którego otrzymujemy ten cenny dar, sam staje się dla nas kimś cennym, a w konsekwencji jesteśmy skłonni jego interes włączyć w orbitę naszych interesów. Nasza świadomość staje się mniej ograniczona i mniej partykularna. Postępuje budowa tego, co Rosenberg nazywa „wspólnotą w człowieczeństwie”³.

Jednak rozważania niniejsze nie są utrzymane w jego stylu. On sam nie posługuje się pojęciem interesu, jako zbyt zobiektywizowanym (i tego ostatniego terminu też by nie użył). Nie próbuje wyjaśniać działania ani skuteczności zasad PBP ani nawet ich zalecać. Konsekwentnie stosuje zasady własnej metody, pisząc o swoim pragnieniu docierania do własnych i cudzych uczuć i potrzeb i rozwijania takich kontaktów międzyludzkich, które nazywa „dawaniem z serca”.

Z jednej więc strony mamy czystą praktykę (PBP), a z drugiej — czystą teorię w postaci stanowisk filozoficznych. Ukazywanie ich powiązań może pozwolić rozwijającej się teorii uwzględnić wyniki działań praktycznych, a praktykę — lepiej rozumieć.

Praktyka może kształtować filozofię w różny sposób. Na przykład, może być tak, że rozwój nauki pozwala zakwalifikować do empirycznego rozstrzygnięcia pewne problemy pierwotnie filozoficzne. Ale nie takiego wpływu można się spodziewać w wypadku zagadnień etycznych czy metaetycznych. PBP raczej nie pokaże, że emotywizm jest prawdziwy czy też, że jest fałszywy. Innego rodzaju wpływ można

³ Podobne podejście charakterystyczne jest dla upowszechnianego od ponad dwudziestu lat miękkiego stylu negocjacji.

odnotować w wypadku wspomnianej ewolucji logicznego empiryzmu, którego zbyt restrykcyjne postulaty liberalizowane były właśnie ze względu na faktyczną praktykę naukową. Trudno było o tę liberalizację, dopóki tezie neopozytywistycznej, określającej warunki sensowności wyrażen, przypisywano charakter deskryptywny. Jeśli praktyka nie zgadzała się z tą tezą, było to tym gorzej dla praktyki, a nie dla tezy. Liberalizacja zdawała się bardziej uzasadniona, gdy potem — zapewne pod wpływem kłopotliwych pytań o status samej tej tezy — uznano, że teza ma charakter preskryptywny, że stanowi pewien program, oparty na projektującym pojęciu sensu. Wszak programy można kształtować dowolnie, kierując się ich pragmatyczną przydatnością.

Otóż wydaje się, że PBP może oddziaływać na emotywizm, o ile tezę tego ostatniego interpretowalibyśmy jako pewien program — nie jako deskryptywną odpowiedź na pytanie o status ocen, lecz jako słabszą, preskryptywną odpowiedź na pytanie o to, jaki status i z jakich względów warto ocenom nadawać czy też w jaki sposób dobrze byłoby z pewnych względów status ocen interpretować. (O możliwości preskryptywnej interpretacji stanowisk metaetycznych wspominałam przy innej okazji⁴).

Według emotywizmu wypowiedzi oceniające mają w istocie status aktów ekspresji emocji. PBP natomiast bierze pod uwagę szerszy wachlarz wypowiedzi: nie tylko ewidentne oceny, ale także zabarwione oceniająco interpretacje faktów, wyjaśnienia czy żądania. I dostrzega w nich ekspresję nie tylko emocji, lecz także potrzeb, dążeń i życzeń pod adresem otoczenia, krótko mówiąc — ekspresję postaw, wykraczających poza same emocje. Skorygowanym przez PBP emotywizmem byłby więc — jeśli wolno użyć takiego wyrażenia — preskryptywny „postawizm”⁵. W myśl tego stanowiska:

1. Ze względu na owocność komunikacji celowe jest interpretowanie wypowiedzi oceniających jako ekspresji postaw lub opisu postaw (niekiedy na marginesie pełnienia także innych funkcji).
2. Wypowiedzi różnych ludzi na temat ich własnych postaw nie mogą pozostawać ze sobą w niezgodzie.
3. Same te postawy mogą być niezgodne.
4. Utrzymane w duchu zasad PBP uzewnętrznianie własnych postaw i poświęcenie uwagi cudzym postawom sprzyja komunikacji, budzi zainteresowanie partnerami

⁴ A. Jedynak, *Pluralizm metaetyczny*, „Etyka” 2003, t. 36, s. 77–86.

⁵ Podobnie na gruncie ekspresywizmu spotykamy krytykę poglądu emotywisty Ayera, że postawy sprowadzają się do emocji; por. S. Blackburn, <http://consciousness.anu.edu.au/jackson/blackburnreview.pdf> 1.07.2008

dialogu i empatię, a przede wszystkim — pozwala określić na nowo własny interes poprzez włączenie węg interesów innych ludzi.

5. W konsekwencji niezgodność postaw ulega znacznemu osłabieniu. Nawet jeśli konflikty nie całkiem gasną, to są łatwiejsze do rozwiązania.

4. Ocena porozumienia bez przemocy

Po analizie metody PBP, stroniącej od analiz, przyszedł czas na ocenę tejże metody, podchodzącej z wielką rezerwą do ocen. Stosowanie zasad PBP może przynieść niewątpliwe korzyści. Komunikacja, respektująca te zasady, uwrażliwia nas zarówno na nasze własne wnętrze, jak i na wnętrze innych osób, buduje autentyczne zrozumienie i bliskość między ludźmi, pozwala znaleźć zadowalające rozwiązania w sytuacjach trudnych i konfliktowych, rozbraja agresję (aczkolwiek dla uwiarygodnienia tego przeświadczenia pożądane wydaje się przeprowadzenie eksperymentalnych badań psychologicznych, testujących skuteczność PBP z zachowaniem rygorów naukowości). Pozostaje zapytać: za jaką cenę? Bo nie ma rozwiązań idealnych i w ślad za korzyściami idą zwykle zastrzeżenia i obiekcje, a istotną sprawą jest bilans jednych i drugich. A więc: jakie zastrzeżenia może budzić PBP i czy da się je uchylić?

1. PBP odwołuje się do ostrego rozgraniczenia „języka serca” i „języka odcinającego od życia”, postuluje posługiwanie się tym pierwszym, a zaniechanie drugiego i w tym celu uczy odróżniać uczucia od myśli. Tymczasem ostrość tego rozgraniczenia można kwestionować. Uczucia nie są reakcją na same tylko postrzeżenia, ale także na myśli, w szczególności dokonujące interpretacji spostrzeżeń, choć nie tylko na takie. Rozczarowanym można być tylko wtedy, gdy porównuje się sytuację aktualną z sytuacją pożądaną, a niezrealizowaną, i porównanie to wypada na niekorzyść tej pierwszej. Strach — przynajmniej w świecie ludzkim — bierze się z wyobraźni i przypuszczeń dotyczących tego, co może się zdarzyć. Z faktu, że wiele uczuć powstaje w reakcji na pewne myśli, korzysta szeroko terapia kognitywna, która stara się wpłynąć na przekonania klienta, aby wskutek tego nastąpiła zmiana w jego życiu emocjonalnym. Być może czyste uczucia, odcięte od wszelkich myśli, zróżnicowane byłyby tylko ze względu na stopień pobudzenia. Czy byłyby to jednak takie uczucia, jakie znamy z introspekcji? Można wątpić. Raczej nazywa się je emocjami, a nazwę *uczucia* odnosi się do zinterpretowanych emocji.

Podobnie w filozofii nauki neopozytywiści byli przekonani o ostrej dychotomii między wyrażeniami obserwacyjnymi a teoretycznymi. Na tej dychotomii zbudowali swoją koncepcję. Obserwacje miały stanowić niewzruszony, empiryczny fundament poznania, na którym miał się stabilnie wspierać gmach wiedzy teoretycznej. Okazało się jednak, że teorii nie można ostro odgraniczyć od obserwacji, że nie istnieją czyste, nieuprzedzone żadnym nastawieniem obserwacje; że zawsze postrzegamy świat i werbalizujemy spostrzeżenia na gruncie jakichś uprzednich założeń; że zatem w pewnym sensie teoria poprzedza obserwacje. Z jednej strony teorie wspierają się na

obserwacjach, a z drugiej — zdajemy sprawę z obserwacji zawsze w świetle pewnych założeń teoretycznych. Ale nawet jeśli nauka wydaje się oparta na błędnym kole, jej empiryczną podstawą pozostają zdania możliwie najmniej uwikłane w teorie. Przy tym uwikłanie obserwacji w teorie nie jest obecnie w filozofii nauki uważane za zło konieczne. Ujawnienie teoretycznego skażenia obserwacji nie obaliło dorobku filozofii nauki, lecz wniosło do refleksji nad nauką twórczy ferment i zaowocowało stworzeniem alternatywnych modeli jej uprawiania.

Zdaje się, że coś podobnego można zauważyć w wypadku PBP. Nie ma czystych uczuć, podobnie jak czystych obserwacji. Obserwacje skażone są teoretycznie, a uczucia skażone są myśleniem. Wzajemnej współzależności obserwacji i teorii odpowiada współzależność myśli i uczuć. Jedne są reakcją na drugie i *vice versa*. Można powziąć wątpliwość co do metody komunikacji, zakładającej ściśle rozgraniczenie myśli i uczuć.

Jednak nieostrość tego rozgraniczenia nie skazuje nas na posługiwanie się językiem „odcinającym od życia”. Podstawą komunikacji bez przemocy mogą być zdania, mieszczące się w jej schemacie, jak najmniej uwikłane w myśli wykraczające poza ten schemat. Kontynuując analogię, nie trzeba wcale uważać wpływu takich myśli na uczucia za zło konieczne. Udział myśli w kształtowaniu uczuć nie musi podważać podstaw PBP. Przeciwnie, może je wzbogacić. Sięgnijmy raz jeszcze do metaetyki.

Emotywizm nie był jedyną korektą subiektywizmu. Kolejną korektę wymusił zarzut, że subiektywizm nie przewiduje miejsca na udział rozumowania w decyzjach o charakterze moralnym. Przyjęto zatem, że nie wszelkie odczucia mają być w uzasadnianiu ocen miarodajne, lecz tylko te poprzedzone rozważnym namysłem. Ponieważ rozważny namysł przedstawia się u roztropnych osób podobnie, rozsądna argumentacja moralna może zbliżyć do siebie reakcje emocjonalne różnych ludzi na te same kwestie moralne. Choć tak zmodyfikowany subiektywizm nadal upatruje kryterium słuszności ocen moralnych w indywidualnych ludzkich odczuciach, wskazuje jednak płaszczyznę porozumienia między ludźmi i możliwość racjonalnego dyskursu w sprawach dobra i zła.

Podobnie wpłynąć może na PBP ujawnienie udziału myśli w powstawaniu uczuć — może sprzyjać osiągnięciu porozumienia. Praktyka PBP zna takie przypadki, gdzie jednej ze stron bardzo trudno było o empatię i zrozumienie, dopóki nie dowiedziała się, jakimi to myślami, wspomnieniami czy wyobrażeniami „skażone” były uczucia drugiej strony.

2. Dla PBP, podobnie jak dla subiektywizmu, charakterystyczne jest minimalistyczne ograniczenie perspektywy poznawczej: nie pytam, jaki świat jest, lecz jak ja go postrzegam i jak na niego reaguję. Subiektywista epistemologiczny nie może niczego powiedzieć o zewnętrznym świecie, niezależnym od obserwatora. Subiektywista aksjologiczny nie może niczego powiedzieć o tkwiących w świecie wartościach. Ale też subiektywiści nie mają takich aspiracji, uważając te dziedziny

albo za nieistniejące, albo przynajmniej za niepoznawalne. Z kolei adept PBP ma się wyrzec aspiracji do wypowiedzania szeregu sądów o świecie. Nie ma oceniać, wyjaśniać, interpretować ani żądać.

Stosowanie PBP nie wymaga jednak deklaracji światopoglądowej w duchu subiektywizmu, lecz raczej mówienia językiem subiektywisty. Nie przesądza ono, czy wypowiedziom „odcinającym od życia” odpowiada cokolwiek w rzeczywistości, czy też nie, ani czy są one uzasadnione. Żąda jedynie ich zaniechania, nie wchodząc w ich status. Dla niektórych ludzi żądanie to może być jednak trudne do spełnienia.

Adept o mentalności subiektywisty niczego na spełnieniu tego żądania nie traci, co więcej, mówiąc językiem PBP może czuć się bardziej w zgodzie z sobą samym niż posługując się językiem obszerniejszym. Ale jeżeli czuje się raczej obiektywistą, to nawet jeśli powstrzyma się przed komunikowaniem osądów, krytyki czy interpretacji cudzych działań, może mu być bardzo trudno zachować klimat komunikacji w duchu PBP, gdy nadal wypowiada tego typu kwestie we własnych myślach. Jeśli uważa je za wartościowe poznawczo, dobrze byłoby, gdyby na czas komunikacji w myśl zasad PBP „wziął je w nawias”, nie przywiązywał do nich wagi. Nawet milczące osądy kształtują klimat komunikacji i jakoś na nią wpływają. PBP opiera się nie na mechanicznie stosowanych technikach, lecz na pewnym wewnętrznym nastawieniu. Czy jest ono dostępne dla obiektywisty? Być może, ale tylko, jeśli stać go będzie na daleko idącą elastyczność. Przynajmniej czasem obiektywny świat i wpisane weń niektóre powinności, wartości i prawidłowości muszą dla niego tracić na znaczeniu.

Przykładu podobnej postawy dostarcza obiektywista i kognitywista Marian Przełęcki, który odwołuje się do potępienia krzywdzicieli, zarówno ze względów moralnych (bo „nasza troska o innych nie powinna wyłączać nikogo [...] dotyczy to także krzywdziciela”), jak i pragmatycznych (bo „zmianę jego stanowiska często łatwiej możemy osiągnąć, występując nie z kategorycznym żądaniem wysuwającym w imię sprawiedliwości, lecz tylko z prośbą zwróconą do jego miłosierdzia”)⁶. Choć Przełęcki nie wątpi, że krzywda jest złem, potępienie krzywdziciela traci dla niego na znaczeniu wobec sprawy ważniejszej, jaką jest motywowana altruizmem pomoc krzywdzonemu, a także troska o krzywdziciela.

3. PBP w centrum uwagi stawia ludzkie uczucia i potrzeby, co może odwołać od pełnego, bezinteresownego zaangażowania w świat i jego sprawy — od takiego zaangażowania, które każe zapomnieć o sobie samym i o zważaniu na własne przeżycia. Zwykle towarzyszy ono jakiejś pasji i sprawia, że życie nabiera intensywności i wyrazistości. Być może stała świadomość swoich uczuć i potrzeb i gotowość do ich wysłowienia stoi na przeszkodzie takiemu zaangażowaniu.

Dwie ostatnie obiekcje są podobne, bo w obu chodzi o opozycję: świat — przeżycia ludzkie. Przewyciężenie obu wymaga elastyczności, kierowania uwagi czasem na

⁶ M. Przełęcki, *Protest przeciw krzywdzie czy pomoc krzywdzonemu?* w tegoż: *O rozumności i dobroci*, Wydawnictwo Naukowe Semper, Warszawa 2002, s. 165–166

zdarzenia w świecie, a kiedy indziej na przeżycia własne czy rozmówców, zależnie od sytuacji i od potrzeb chwili.

Co ciekawe, właśnie stosowanie PBP może nas tej elastyczności nauczyć. Stojąc jego zasady, opieramy swoje poczucie tożsamości na przeżyciach, a nie na sądach o sobie i świecie. A przeżycia są mniej sztywne niż sądy i zmieniają się wraz z sytuacją. Człowiek o poczuciu tożsamości ukształtowanej raczej na bazie przeżyć jest bardziej elastyczny niż ten, kto swoje poczucie tożsamości kształtuje na bazie sądów. Ten pierwszy łatwiej przystosowuje się do nowych warunków, szybciej reaguje na zmiany, łatwiej mu zgodzić się z innymi i na nowo określić swój interes. Ale też, być może, w sytuacjach granicznych łatwiej posuwa się do działań wątpliwych moralnie. Może istnieje jakaś granica optymalnej elastyczności; może od jej nadmiaru chroni duża wrażliwość moralna i zorientowanie uczuć moralnych na szeroki wachlarz spraw, a nie na wąski, partykularny interes.