

# Katarzyna de Lazari-Radek

---

## Czym jest przyjemność? : Czy definicja Henry'ego Sidgwicka jest wciąż aktualna?

---

Etyka 49, 23-40

---

2014

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](http://bazhum.muzhp.pl), gromadzącej zawartość polskich czasopism humanistycznych i społecznych.

Tekst jest udostępniony do wykorzystania w ramach dozwolonego użytku.

## Czym jest przyjemność? – Czy definicja Henry’ego Sidgwicka jest wciąż aktualna?<sup>1</sup>

Katarzyna de Lazari-Radek, Uniwersytet Łódzki

Utylitarysta hedonista twierdzi, że jego moralnym obowiązkiem jest bezstronne maksymalizowanie przyjemności dla możliwie jak największej liczby istot zdolnych do jej odczuwania. Czym jednak jest owa przyjemność? Henry Sidgwick, filozoficznie najbardziej skrupulatny z hedonistów, definiuje przyjemność jako „pożądaný stan świadomości”. W pierwszej części artykułu przyjrę się szczegółowo temu, co Sidgwick miał do powiedzenia w kwestii przyjemności. W części drugiej przedstawię niektóre najnowsze wnioski badań empirycznych i zastanowię się, jaki wpływ mogą one mieć na definiowanie przyjemności przez Sidgwicka. Czy pragnienie zawsze towarzyszyć musi przyjemności? Czy świadomość jest koniecznym warunkiem do jej zaistnienia? Czy można porównywać ze sobą przyjemności i cierpienia? Wnioski skłonią mnie do postawienia pytania wyjściowego do kolejnych rozważań o możliwość użycia badań naukowych w dyskusjach filozoficznych.

Utylitarysta hedonista twierdzi, że jego moralnym obowiązkiem jest bezstronne maksymalizowanie przyjemności dla możliwie jak największej liczby istot zdolnych do jej odczuwania. Pogląd taki, niegdyś wyznawany przez Benthama, Milla i Sidgwicka, a następnie zarzucony na rzecz utylitaryzmu preferencji, dziś ma swych nowych zwolenników<sup>2</sup>. Być może swoisty renesans hedonizmu podyktowany jest lepszym zrozumieniem natury ludzkiej. Z badań współczesnych psychologów i neurobiologów wynika jednoznacznie, że doświadczanie przyjemności jest podstawą zdrowego, dobrze funkcjonującego organizmu ludzkiego, który może w pełni rozwijać swój dobrostan<sup>3</sup>.

Czym jest to, co hedonista chce maksymalizować? Czym jest owa przyjemność? Henry Sidgwick, filozoficznie najbardziej skrupulatny z hedonistów, definiuje

1 Projekt został sfinansowany ze środków Narodowego Centrum Nauki przyznanych na podstawie decyzji numer DEC-2013/09/B/HS1/00691.

2 Wśród najbardziej znanych są: Fred Feldman, Roger Crisp i Peter Singer.

3 Berriage, Kringelbach, *Affective neuroscience of pleasure: reward in humans and animals*, „Psychopharmacology” (2008) 199, s. 457.

przyjemność jako „pożądany stan świadomości”. Jego definicja sugeruje, że przyjemność jest uczuciem, które jako samo uczucie jest przez nas traktowane jako pożądane. W niniejszej pracy zadaniem moim będzie przyjrzenie się, czy ta klasyczna definicja przyjemności da się utrzymać w obliczu współczesnych badań z zakresu psychologii i neurobiologii. Czy przyjemność musi być doświadczeniem świadomym? Czy w momencie doświadczania przyjemności musimy jej jednocześnie pożądać? Czy przyjemność i cierpienie są uczuciami współmiernymi? Skąd wiemy, że maksymalizujemy przyjemność – tj. w jaki sposób można ją mierzyć? Dzięki niebывалemu rozwojowi biotechnologii, a przede wszystkim technik obrazowania mózgu, nasze rozumienie uczucia przyjemności znacznie się pogłębiło. Wiedza zaczerpnięta z nauk empirycznych może mieć wpływ na nasze sądy normatywne.

W pierwszej części artykułu przyjrę się szczegółowo temu, co Sidgwick miał do powiedzenia w kwestii przyjemności. W części drugiej przedstawię niektóre najnowsze wnioski badań empirycznych i zastanowię się, jaki wpływ mogą one mieć na definiowanie przyjemności przez filozofa, o którego książce (*The Methods of Ethics*) Derek Parfit powiedział, że: „zawiera największą ilość prawdziwych i ważnych twierdzeń”<sup>4</sup>.

## 1. Sidgwick o przyjemności

### 1. 1. Definicja przyjemności

Trzej klasycy utilitaryści Bentham, Mill i Sidgwick za ostateczne dobro [*ultimate good*] godne bezstronnej maksymalizacji uznają szczęście, czyli taki stan świadomości, w którym przyjemności jest więcej niż cierpienia. Szczęście i przyjemność są dla nich tym samym<sup>5</sup>. Bentham pisze o przyjemności w pierwszym zdaniu *Wprowadzenia do zasad moralności i prawodawstwa*, a następnie definiuje zasadę użyteczności, jako taką, która „aprobuje lub gani wszelką działalność zależnie od tego, czy wykazuje ona tendencję do powiększania czy zmniejszenia szczęścia”<sup>6</sup>. Mill zaś wyjaśnia: „Przez szczęście rozumie się przyjemność i brak cierpienia; przez nieszczęście – cierpienie i brak przyjemności”<sup>7</sup>. Sidgwick często używa wyrażenia: „szczęście lub przyjemność”.

Zdefiniowaniu pojęcia przyjemności najwięcej miejsca i filozoficznej troski poświęca Sidgwick, w swojej książce *The Methods of Ethics*. W odróżnieniu od Benthama czy Milla, nie przyjmuje podstawowych terminów za dane, a odwrotnie: wszystkie je najpierw precyzuje. Pisze, że zdaje sobie sprawę, iż tak powszechnie

4 D. Parfit, *On What Matters*, vol.1, Oxford University Press, Oxford 2011, s. xxxiii.

5 Teza głosząca, że szczęście i przyjemność jest tym samym może być trudna do utrzymania nawet przez hedonistów. Por. K. de Lazari-Radek, P. Singer, *The Point of View of the Universe*, OUP, Oxford 2014, s. 246–252.

6 J. Bentham, *Wprowadzenie do zasad moralności i prawodawstwa*, tłum. B. Nawrocyński, PWN, Warszawa 1958, s. 18.

7 J. S. Mill, *Utilitaryzm*, tłum. M. Ossowska, PWN, Warszawa 2005, s. 10.

używane pojęcia, jak „szczęście” i „przyjemność” są „mętne i wieloznaczne” i „dla dobra dyskusji naukowej” wymagają sprecyzowania<sup>8</sup>. Jego dociekania są szczegółowe i wieloetapowe.

Na początku swoich rozważań nad przyjemnością, Sidgwick definiuje ją jako **„pewnego rodzaju uczucie, które pobudza wolę do działań, zmierzających do zachowania czy wytworzenia go”**<sup>9</sup>. Ten odczuwany bodziec wolicjonalny [*volitional*] nazywa pragnieniem. Analogicznie, cierpienie jest „uczuciem, które pobudza do działania, zmierzającego do zniesienia go”, a odczuwany bodziec wolicjonalny to awersja. Przyjemność jest uczuciem, które wzbudza w nas pragnienie podtrzymywania tego stanu. Czy to oznacza, że cokolwiek, czego pragnę, jest przyjemnością? „Czy istnieją pożądania i awersje, których przedmiotem nie jest przyjemność czy cierpienie?”<sup>10</sup>, zastanawia się Sidgwick.

Na to pytanie twierdząco odpowiedział przed Sidgwickiem Mill, zakładając, że pożądanie czegoś i uznanie czegoś za przyjemne jest tym samym. Mill pisze: „pragnąc jakiejś rzeczy i poczytywać ją za przyjemną, tak samo jak odwracać się od niej i uważać ją za przykrą, to zjawiska zupełnie nierozłączne czy też raczej dwie strony jednego i tego samego zjawiska, ściślej mówiąc, dwie różne nazwy dla tego samego faktu psychologicznego”<sup>11</sup>. Sidgwick przedstawia kilka argumentów za odrzuceniem Millowskiego hedonizmu psychologicznego<sup>12</sup> i konkluduje, że: „Doktryna mówiąca, iż przyjemność (czy brak cierpienia) jest celem wszystkich działań człowieka nie może być poparta ani przez wyniki introspekcji, ani przez wyniki zewnętrznej obserwacji i wnioskowania: zdaje się być raczej rezultatem arbitralnego i nieuprawnionego połączenia obu”<sup>13</sup>.

Nasze „świadome impulsy”, jak to nazywa, wcale nie zawsze są nakierowane na przyjemność czy uniknięcie cierpienia. Istnieje w nas wiele pragnień, które za przedmiot obierają coś innego niż przyjemność. Co więcej, wydaje się całkiem prawdopodobne, że najważniejsza część doznawanej przez nas przyjemności zależy właśnie od tych impulsów. W dziedzinie moralności widać to najlepiej na przykładzie bodźca, który popycha nas w kierunku celu konkurującego najbardziej z przyjemnością – celu jakim jest „umiłowanie cnoty dla niej samej, lub pragnienie uczynienia tego, co jest słuszne jako takie”<sup>14</sup>. Autor *The Methods* czyni kolejną obserwację, iż niekiedy tym więcej doznajemy przyjemności, im mniej skupimy na jej zdobyciu, tzn. im mniej

8 Sidgwick, *The Methods of Ethics*, wyd. 7., Hackett Publishing Company, Cambridge 1999, przedruk z wydania *The Methods of Ethics*, Macmillian, London 1907, s. 120.

9 Tamże, s. 42.

10 Tamże, s. 43.

11 J. S. Mill, *Utylitaryzm*, dz. cyt., s. 53.

12 Sidgwick, *The Methods of Ethics*, dz. cyt., s. 43–44.

13 Tamże, s. 53.

14 Tamże, s. 52.

do niej świadomie dążymy. Przyjemności intelektualne, jakich doznajemy na przykład w wyniku podjęcia badań naukowych, pojawiają się w momencie, gdy zapomnimy o sobie i swoich odczuciach, a umysł nasz kieruje się z zapałem i ciekawością ku owym badaniom. Również sprawianie przyjemności innym, wszelkie akty życzliwości mogą przynosić nam przyjemność, choć ich celem nie jest, przynajmniej bezpośrednio, przynoszenie przyjemności nam samym.

Sidgwick nie zgadza się z Millem, że wszelkie nasze pragnienia nakierowane są na doznawanie przyjemności, z drugiej strony, nie chce się również zgodzić, że „istnieje jakaś mierzalna jakość uczucia, wyrażonego za pomocą terminu »przyjemność«, która jest niezależna od związku tego uczucia z naszą wolą [*volition*]”<sup>15</sup>. Nie ma, zdaniem Sidgwicka, żadnej wspólnej jakości, która sprawiałaby, że doznawane przez nas uczucia nazywamy przyjemnością, poza jedynie tym, że istnieje związek między przyjemnością a pragnieniem, czy też wolą, związek wyrażony za pomocą terminu „pożądany” [*desirable*]. Dlatego też w kolejnym kroku, Sidgwick definiuje przyjemność jako „**uczucie, które – gdy odczuwane przez istoty inteligentne – jest przynajmniej *implicite* rozumiane/pojmowane/odbierane [*apprehended*] jako »pożądane« [*desirable*] lub – w wypadku dokonywania porównań – jako preferowane [*preferable*]**”<sup>16</sup>.

Taka definicja niesie ze sobą szereg problemów interpretacyjnych. Po pierwsze, Sidgwick mówi w niej o istotach inteligentnych, które są w stanie pojmować przyjemności w pewien określony sposób. Trudno sobie wyobrazić, by filozof chciał przez to powiedzieć, że ludzie są jedynymi istotami, które mogą doświadczać przyjemności. Dalej, Sidgwick używa słowa „apprehend”, które można tłumaczyć jako „**uchwycić zmysłem**”/”**odbierać**”, ale również jako „**pojmować**”/”**rozumieć**”. Nie ma pewności, które znaczenie Sidgwick miał na myśli. Czy mogło mu chodzić o kognitywne uchwycenie przyjemności i przeprowadzenie namysłu? Gdyby tak było, w jaki sposób zdefiniowałby przyjemność odczuwaną przez zwierzęta, które nie są w stanie przeprowadzić namysłu nad tym, czego doświadczają, nawet „*implicite*”? W końcu, problemem jest zinterpretowanie kluczowego dla powyższej definicji przyjemności pojęcia „pożądany” [*desirable*]. Słowo to w języku angielskim może oznaczać 1) taki, który jest faktycznie pożądany, albo 2) taki, którego należy pożądać.

Sidgwick pozwala szybko rozprawić się z pierwszym problemem. Kilka stron dalej, ma początku kolejnego rozdziału, przedstawia definicję przyjemności, którą traktuje jako podsumowanie tego, co powiedział do tej pory. Nie mówi już o „istotach inteligentnych”, lecz „istocie zmysłowej”. Píše: „**Zdefiniujmy przyjemności jako uczucie, które zmysłowa istota w czasie, gdy je odczuwa, pojmuje/traktuje/odbiera**

15 Tamże, s. 127.

16 Tamże, s. 127.

[*apprehend*] *implicite* czy też *explicite* jako/za *pożądane*"<sup>17</sup>. Tłumaczy, że podmiot uznaje uczucie za *pożądane* ze względu na nie samo, a nie „ze względu na jakieś obiektywne warunki czy konsekwencje tego uczucia/doznania, czy też na jakiegokolwiek fakty, które bezpośrednio wchodzi w zakres wiedzy czy sądu innych osób niebędących podmiotem odczuwającym”<sup>18</sup>. Wydaje się zatem, że i angielskie słowo „*apprehend*” można tłumaczyć jako „odbierać”, tak by pozbawić go pierwiastka kognitywnego. Ze słów Sidgwicka wynika bowiem, że podmiot doświadcza pewnego doznania i tylko ze względu na to doznanie, choćby tylko *implicite*, odbiera je jako *pożądane*. Nie wydaje się, by do tego potrzebny był namysł. Taką interpretację ułatwia również użycie słowa „*implicite*”.

W jaki sposób należy rozumieć termin „*pożądany*” [*desirable*]? Pod koniec *The Methods of Ethics*, Sidgwick reasumując swoje argumenty i przedstawiając definicję ostatecznego dobra, pisze o *przyjemności* jako o „**pożądanym stanie świadomości**”. Tłumaczy, że jego twierdzenia zakładają: „1) że nic nie jest *pożądane* oprócz *pożądanego* uczucia oraz 2) że fakt, iż jakieś doznanie jest *pożądane* może być bezpośrednio rozpoznane tylko przez istotę zmysłową w momencie doświadczenia tego doznania, i dlatego ten konkretny sąd istoty zmysłowej trzeba traktować jako ostateczny...”<sup>19</sup>. Tak pojmowaną *przyjemność* filozof porównuje z innymi elementami *świadomego* doświadczenia takimi jak akty *chcenia* [*volitions*] czy *poznania* [*cognitions*] i pyta, czy również one mogą być „*pożądane*”. Sidgwick uznaje, że *poznanie*, rozumiane jako *przemijające* doświadczenie psychiczne jednostki trzeba traktować jako *neutralny* element *świadomości*, w odniesieniu do jego *bycie* „*pożądanym*”. To samo możemy powiedzieć o *aktach* *chcenia* [*volitions*], jeśli nie będziemy brali pod uwagę ani *towarzystw* im *uczuc*, ani tego, jak odnoszą się do *obiektywnych* norm czy *zasad*. Nie oznacza to oczywiście, że nie jesteśmy w *stanie* *pragnąć* innych *rzeczy* poza *przyjemnością*. Wybieramy *poznanie* *prawdy*, *kontemplację* *piękna*, *pielęgnowanie* *cnót*, możemy też *chcieć* *zaznać* *wolności*. Ale jeśli wybieramy *powyższe* *wartości*, a nie *przyjemność*, to nie z *uwagi* na *sam* *obecny* *stan* *naszej* *świadomości*, *lecz* ze *względu* na *wpływ* *tych* *wartości* na *przewidywalny* *stan* *świadomości* w *przyszłości*, lub ze *względu* na to, że *traktujemy* je jako *obiektywnie* *dobre*.

Ten drugi przypadek, gdy nasz wybór podyktowany jest *przekonaniem* o *istnieniu* *obiektywnych* *wartości*, Sidgwick ilustruje *przykładem* *osoby*, która *woli* *znać* *prawdę*, chociaż ta *przyniesie* jej *cierpienie*, niż *polegać* na „*ogólnie* *akceptowanej* *fikcji*”. Według Sidgwicka, w takiej sytuacji tym, co się *preferuje*, nie jest „*świadomość* *poznania* *prawdy*”, *lecz* *relacja* *pomiędzy* *umysłem* i *czymś*, „*co*, *jak* *wskazuje* *samo*

17 Tamże, s. 131.

18 Tamże.

19 Tamże, s. 398.

pojęcie prawdy, jest niezależnie od naszego poznania i co w związku z tym nazywam obiektywnym”. Istnienie takiej relacji potwierdzić może uczucie rozczarowania, jakiego doświadczamy, gdy okazuje się, iż to, co uważaliśmy za prawdę, tym nie jest, a nasze preferencje były mylne. Gdyby nasz wybór dotyczył rzeczywiście tylko dwu przemijających stanów świadomości, odkrycie, że wybór ten był błędny, nie miałoby wpływu na naszą ocenę. Preferowanie „prawdy” nad stan świadomości, uznany za przyjemniejszy, spowodowane jest tym, iż wierzymy, że nasze pojmowanie prawdy zgodne jest z pewnym ideałem, będącym obiektywnym i ważnym dla wszystkich umysłów, i nie mającym nic wspólnego z moim obecnym stanem świadomości<sup>20</sup>.

To, że gotowi jesteśmy wybrać taką „idealną wartość” nie oznacza jeszcze, jak twierdzi Sidgwick, że nasz wybór jest słuszny. Odróżnić trzeba bowiem naszą preferencję czy też nasz wybór, jakiego dokonujemy wyłącznie ze względu na to, że traktujemy nasz stan świadomości jako pożądany, tj. przyjemny w danej chwili (ewentualnie ze względu na przyszłe przyjemne stany), od preferencji czy też wyboru, jakiego dokonujemy ze względu na to, że traktujemy coś jako wartość idealną. Sidgwick, jako hedonista, konsekwentnie poddaje w wątpliwość sensowność preferowania prawdy, piękna czy wolności jeśli z tymi wartościami nie łączy się przyjemny stan świadomości. Odwołując się do, jak to nazywa „swoich najbardziej podstawowych intuicji” pisze, że „gdy zastanowimy się nad tym w spokojnej godzinie [*sit down in a cool hour*], możemy uzasadnić sami przed sobą wagę, jaką przypisujemy jakimukolwiek z tych przedmiotów, jedynie wówczas, gdy rozważymy jego przyczynianie się, w taki bądź inny sposób, do szczęścia istot odczuwających”<sup>21</sup>.

Celem obecnych naszych rozważań nie jest uzasadnienie tej intuicji Sidgwicka. Jego rozważania w tej materii mogą nam się jednak przydać do rozwikłania problemu interpretacyjnego. Sidgwick zdaje się twierdzić, że jeśli w tej chwili rozpoznaję u siebie jakiś stan świadomości i biorę pod uwagę tylko ten stan, to, o ile go pragnę, stan ten jest uczuciem, które nazywamy przyjemnością. Konstytutywną częścią przyjemności jest to, że jej pragnę w momencie jej odczuwania. Oznacza to z kolei, że angielskie słowo „*desirable*” można tłumaczyć w tym kontekście jako „pożądane”, a nie jako „takie, którego należy pożądać” czy „godne pożądania”.

## 1.2. Mierzenie przyjemności

Sidgwick zdaje sobie sprawę, że aby przyjemność mogła być dobrem maksymalizowanym w praktyce, trzeba założyć, że tego rodzaju doznania można porównywać z wystarczającą dla celów praktycznych dokładnością oraz empirycznie ustalać, które

20 Tamże, s. 399.

21 Tamże, s. 401.

są mniej, a które bardziej przyjemne. Działanie to łączy się z kolei z następującymi dwoma twierdzeniami: po pierwsze, że wszystkie przyjemności są jakościowo takie same, a różnią się wyłącznie intensywnością, czyli ilością, po drugie, że wszelkie przyjemności i cierpienia są współmierne.

Mill w jednym z najbardziej znanych fragmentów *Utylitaryzmu* pisze, że „lepiej być niezadowolonym Sokratesem niż zadowolonym głupcem”<sup>22</sup>. Konkluzja ta wypływa z jego założenia, iż przyjemności można różnicować nie tylko pod względem ilości, jak chciał Bentham, ale również pod względem ich jakości. Sidgwick znów nie zgadza się z Millem; pisze: „przyjemności należy poszukiwać proporcjonalnie do jej bycia przyjemną”, a skoro przyjemny to taki, który jest pożądanym „nie można preferować mniej przyjemnej świadomości, nad bardziej przyjemną”<sup>23</sup>. Aby nazwać odczuwane przez nas w różnym czasie uczucia tym samym terminem – przyjemność, musi coś je łączyć. Zdaniem Sidgwicka łączy je tylko to, że w momencie ich odczuwania, myślimy o nich jako o pożądanym czy też preferowanym. Skoro tak, to „nie można bez popadania w wewnętrzną sprzeczność powiedzieć, że uczucie mniej przyjemne może być kiedykolwiek bardziej preferowane aniżeli uczucie bardziej przyjemne”<sup>24</sup>.

Oczywiście zdarza się, że uznajemy za lepsze i wybieramy to uczucie, które jest dla nas mniej przyjemne. Jednak jeśli tak postępujemy to nie z uwagi na to, iż rzeczywiście przedkładamy „mniej przyjemną przyjemność” nad „bardziej przyjemną przyjemność”. Tym, co wpływa na nasz wybór, jest pewna „jakość stanu świadomości”, różna od jakości, jaką jest przyjemność tego stanu. Na przykład, możemy wybrać coś, co przyniesie nam mniejszą przyjemność ponieważ chcemy czuć się akceptowani społecznie, chcemy czuć się dumni, etc.

*Wysnuwam w związku z tym wniosek, iż gdy o jednym rodzaju przyjemności orzeka się, iż jest on jakościowo wyższy [superior] od innego, choć mniej przyjemny, to wówczas nie preferuje się w istocie uczucia, lecz coś w psychicznych czy fizycznych warunkach bądź relacjach, w jakich to uczucie pojawia się, rozumianych jako poznawalne obiekty naszego powszechnie podzielanego myślenia*<sup>25</sup>.

Jeśli uda nam się oddzielić uczucie od wszelkich jego warunków i elementów towarzyszących i rozważyć tylko je samo, nie będziemy w stanie, zdaniem Sidgwicka, odnaleźć w nim żadnej innej preferowanej jakości, niż „bycie przyjemnym”, która to jakość może przez odczuwającą ją podmiot być mierzona ilościowo<sup>26</sup>. Drugie założenie Sidgwicka dotyczy współmierności przyjemności i cierpienia. Filozof twierdzi, że

22 J. S. Mill, *Utylitaryzm*, dz. cyt., s. 14.

23 H. Sidgwick, *The Methods...*, dz. cyt., s. 121.

24 Tamże, s. 128.

25 Tamże.

26 Tamże.



przyjemność i cierpienie pozostają ze sobą w ustalonej relacji ilościowej, tj. dają się ze sobą zestawić i porównać w ten sposób, aby można było określić, które z tych uczuć przeważa<sup>27</sup>. Sidgwick jest zdania, że przyjemności i cierpienia można przedstawić na pewnej skali – rozciągającej się od największego dobra do dobra najmniejszego, aż do punktu „zero”, w którym nie odczuwamy ani przyjemności ani cierpienia, a następnie – od najmniejszego cierpienia do cierpienia największego; przy czym cierpienie traktowane jest jako „ujemna ilość przyjemności”. Przy takim ujęciu, przyjemności i cierpienia mogą się równoważyć<sup>28</sup>. W ten sposób filozof odrzuca tzw. paradoks Epikura, wedle którego stan, w którym nie odczuwamy żadnego bólu (według Sidgwicka – hedonistyczne zero) jest równy najwyższej możliwej przyjemności. Zdaniem autora *The Methods*, zarówno obserwacja jak i zdrowy rozsądek wskazują, iż nie tylko jesteśmy w stanie doświadczać pozytywnych uczuć przyjemności, ale również stan taki jest dla nas naturalny.

*Natura nie jest dla człowieka aż tak skąpa: jak długo zdrowie nam dopisuje, a cierpienie i trud nie doskwiera, samo wykonywanie zwykłych codziennych czynności życiowych jest, zgodnie z moim doświadczeniem, częstym źródłem umiarkowanych przyjemności<sup>29</sup>.*

### 1.3. Retrospekcja przyjemności

Te dwa założenia umniejszają problemy związane z kalkulacją przyjemności, nie niwelują ich jednak całkowicie. Sidgwick twierdzi, że człowiek ma i powinien mieć w zwyczaju porównywanie przyjemności i cierpienia, posługując się kryterium intensywności. Problem polega na tym, iż nie jesteśmy w stanie zapamiętać stanu naszej świadomości z przeszłości. W sytuacji, gdy mamy przypomnieć sobie swój stan świadomości z przeszłości, oceniamy go jako bardziej lub mniej przyjemny, nie zastanawiając się tak naprawdę nad tym, jaki był on w rzeczywistości. Stoimy przed podobnym problemem, gdy próbujemy ocenić, czy pewne przyjemne doznania były bądź nie były warte wyrzeczeń, jakie musieliśmy ponieść, aby osiągnąć założony cel. Musimy przyznać, zdaniem Sidgwicka, że po pierwsze, takie kalkulacje są tak naprawdę przypadkowe i pobieżne, po drugie – są złudne i nigdy nie wiadomo, w jakim stopniu<sup>30</sup>. Iluzoryczność naszych kalkulacji przyjemności zauważył już Platon, który uznał, iż owa iluzoryczność stanowi dostateczną podstawę do tego, by nie ufać wnioskowi naszej świadomości, dotyczącym aktualnej przyjemności. Twierdził on, że

<sup>27</sup> Tamże, s. 123.

<sup>28</sup> Tamże, s. 124.

<sup>29</sup> Tamże, s. 125.

<sup>30</sup> Tamże, s. 140.

intensywność przyjemności cielesnych jest iluzoryczna, gdyż stany naszej świadomości poprzedzone cierpieniem były tylko stanami wolności od cierpienia, a więc tym, co Sidgwick nazwał hedonistycznym zerem. Zdaniem Sidgwicka, przyjemność nie może być czymś iluzorycznym, gdyż jeśli jest odczuwana, to istnieje naprawdę – uczucia mają realne istnienie, jeśli je postrzegamy. A w przypadku oceniania przyjemności i cierpienia, nie ma lepszej instancji, niż własna świadomość. Prawdą jest jednak, że instancja ta jest niedoskonała. Podstawą oceny jest porównanie obecnego stanu świadomości z przeszłymi stanami, już nieodczuwalnymi (które zatem nie są już stanem świadomości a tylko jej przedstawieniem), jedynie przywołanymi w naszym umyśle. Problem zasadza się niejako w naszej pamięci i niemożności „odczucia” minionego stanu. Nawet wtedy, gdy porównujemy dwie lub więcej aktualnie doznawanych przyjemności, należy wziąć pod uwagę to, że mogą one na siebie nawzajem wpływać, nie pozwalając nam ocenić każdej z nich z osobna i wybrać tej która przyniesie największą nadwyżkę przyjemności nad cierpieniem.

Te ostatnie konkluzje prowadzą Sidgwicka do stwierdzenia, iż „nasza ocena hedonistycznej wartości przeszłych przyjemności i przykrości jest podatna na występowanie pewnego błędu, którego wielkości nie możemy dokładnie obliczyć, ponieważ przywołana przyjemność różnych odczuć zmienia się w nieokreślony sposób wraz ze zmianami aktualnego stanu przywołującego ją umysłu”. Z tego samego powodu możemy mieć trudności z przewidywaniem, na jakie uczucia będziemy podatni w przyszłości. Nie tylko nasza wrażliwość na przyjemność i cierpienia może się zmienić, lecz również okoliczności ich pojawienia się, co może mieć decydujący wpływ na nasze przyszłe wybory. Z problemów tych należy sobie zdać sprawę, nie są one jednak przyczynkiem do tego, by zaniechać czy odrzucić twierdzenie, że to właśnie przyjemność jest ostatecznym dobrem wartym bezstronnej maksymalizacji<sup>31</sup>.

## 2. Badania w dziedzinie psychologii i neurobiologii

Sidgwick poszukiwał wsparcia dla swych filozoficznych tez w naukach empirycznych. Czytał i omawiał Herberta Spencera, biologa i socjologa brytyjskiego, Sir Williama Hamiltona, szkockiego metafizyka, wykorzystującego w filozofii psychologię, Georga Stoute'a, psychologa angielskiego, czy Wilhelma Wundta, niemieckiego naukowca nazywanego „ojcem współczesnej psychologii”. Odnosił się do ich prac, krytykował je i stawiał własne tezy. Czy po 100 latach twierdzenia Sidgwicka dadzą się obronić w świetle odkryć współczesnej, niezwykle pręźnie rozwijającej się psychologii czy neurobiologii? W tej części pracy porównam rozważania Sidgwicka z tezami stawianymi przez naukowców.

31 Tamże, s. 147.

## 2.1. Związek przyjemności i pożądania

W 1954 J. Olds i P. Milner zainstalowali w mózgach szczurów elektrody i nauczyli je stymulować swój mózg poprzez naciskanie przycisku. Okazało się, że szczury naciskały przycisk tysiące razy, robiły to bez opamiętania, niekiedy zagładzając się na śmierć<sup>32</sup>. Skłoniło to owych psychologów do wyciągnięcia wniosku, że szczury aktywowały tzw. „ośrodek nagrody” i sprawiały sobie przyjemność. Wnioski z tego eksperymentu wykorzystywane były często przez przeciwników hedonizmu, którzy sugerowali, że hedonizm wspiera taką wizję świata, w której wszyscy zostaniemy w naszych domach i zajmujemy się naciskaniem przycisków stymulujących nasze mózgi. Wykorzystywane były również przez lekarzy psychiatrów, którzy w ten sposób postanowili leczyć swoich pacjentów. Umieszczanie elektrod w mózgach ludzi nie dało niestety jednoznacznej poprawy ich dobrostanu. Osoby poddawane takiemu „leczeniu” nie wyrażały zachwytu nad swoim stanem, nie określały go mianem „przyjemny”, rzadko mówiły, że „dobrze się czują”<sup>33</sup>. Zaobserwowano natomiast to, że najczęstszą reakcją było wzbudzanie kompulsywnego pragnienia, którego pacjenci nie mogli zaspokoić i stąd, podobnie jak szczury, stymulowali swoje mózgi tysiące razy<sup>34</sup>. Część współczesnych neurobiologów jest zdania, że procesy zachodzące w naszych mózgach, a związane z odczuwaniem przyjemności, są znacznie bardziej złożone niż chcieli to widzieć Olds and Milner. Kent Berridge i Morten Kringelbach są jednymi z tych, którzy uznali, że to, czego doświadczali owi pacjenci było pragnieniem, ale nie przyjemnością i w związku z tym postawili tezę, że można rozdzielić pragnienie, czy też motywację, od przyjemności. Definiują oni przyjemność jako „pozytywną hedonistyczną nakładkę (...) subiektywną reakcję »lubienia« na hedonistyczny wpływ bodźca.” Pragnienie zaś jako „proces motywacyjny (...), który sprawia, że bodziec jawi nam się jako atrakcyjny (...) nie jest tym samym, co przyjemność. Dlatego też można »chcieć« nagrody i niekoniecznie ją »lubić«”<sup>35</sup>. Takie odkrycie neurobiologów nie stanowi jeszcze problemu dla Sidgwicka. Wręcz przeciwnie, wspiera jego krytykę psychologicznego hedonizmu Milla – Sidgwick powiedział, że nie wszystko, czego pragniemy jest przyjemnością. Ważniejszym i trudniejszym pytaniem dla jego stanowiska będzie jednak to, czy można „lubić”, ale nie „chcieć”. Autor *The Methods* stwierdził bowiem, że nie można nie chcieć czegoś, co nazywam przyjemnością.

Adam Shriver, amerykański filozof zajmujący się zagadnieniem cierpienia, uważa, że tak. Zwraca uwagę, że uczucia przyjemności i cierpienia generowane są przez różne

32 Olds and Milner, *Positive reinforcement produced by electrical stimulation of septal area and other regions of rat brain*, „Journal of Comparative and Physiological Psychology”, Vol 47(6), Dec 1954, 419–427.

33 K. C. Berridge, *Pleasures of the Brain*, „Brain and Cognition”, 2003 June, 52(1), s. 106–28.

34 K. C. Berridge, Kringelbach, „Affective neuroscience of pleasure: reward in humans and animals”, dz. cyt., s. 471.

35 Tamże, s. 473.

obszary mózgu. To z kolei ma wpływ na relację między doświadczaniem przyjemności, oceną przyjemności i motywacją. Najnowsze badania zdają się wskazywać, że w przypadku przyjemności wszystkie te trzy aspekty mogą zachodzić oddzielnie. Można, na przykład, doświadczać masażu pleców, ale nie myśleć o nim jako przyjemnym i nie być motywowanym do tego, by kontynuować to doświadczenie. Można również doświadczać masażu, oceniać go jako przyjemny, ale nie być motywowanym do jego kontynuacji. Taki fenomen – oddzielenia odczuwania czegoś przyjemnego od jakiegokolwiek motywacji kontynuowania tej przyjemności, jest rzadki. Występuje on u osób z obniżoną ilością dopaminy w organizmie, tzn. u osób z depresją kliniczną. Nie ma jednak powodu, by nie brać go pod uwagę<sup>36</sup>.

Takie odkrycie w neurobiologii może stanowić problem dla Sidgwicka. Powiedział on przecież, że jedyną rzeczą łączącą wszystkie doświadczenia, które nazywamy „przyjemnością” jest to, że w momencie ich odczuwania odbieramy je jako pożądane. Co w sytuacji, w której odczuwam przyjemność, ale nie pragnę jej i nie mam żadnej motywacji do tego, by ją kontynuować? Jak zauważa Shriver, nie tylko podważa to definicję Sidgwicka, ale również może podważyć sensowność hedonizmu jako teorii dobrostanu. Jedną z zalet hedonizmu jest to, że spełnia tzw. „warunek rezonowania”<sup>37</sup>, tzn. promuje dobro, na którym podmiotowi moralnemu zależy. Osobie, która chce dbać o swój dobrostan może nie zależeć na prawdzie, odwadze, czy intelektualnym rozwoju. Jeśli jednak zdefiniujemy przyjemność, jak chciał to Sidgwick, jako „pożądany stan świadomości”, to z definicji przyjemność jest czymś, co musi rezonować u osoby ją odczuwającej. Shriver zastanawia się, czy jeśli osoba odczuwająca przyjemność nic sobie z niej nie robi, nie zależy jej na tym, by ten stan kontynuować, to można na przykład powiedzieć, że przyjemność ma wpływ na jej dobrostan? Pisze:

*(...) jeśli w tych dziwnych przypadkach, ktoś odczuwa przyjemność choć nie ma motywacji do tego, by ją odczuwać przed jej pojawieniem się, ani nawet do jej kontynuowania w trakcie, wówczas trudno jest zrozumieć co to znaczy, że osoba ta naprawdę przeżywa to doświadczenie. W skrócie, osobie takiej wszystko jest jedno czy odczuwa przyjemność czy nie, a upieranie się, że przyjemność wpływa na jej dobrostan nie ma sensu...*<sup>38</sup>

W jaki sposób można próbować bronić definicji Sidgwicka? Możemy podważać metodologię, na której Shriver opiera swoje twierdzenia. Powołuje się on na badania ludzi z obniżonym poziomem dopaminy, którzy nie mają motywacji do tego,

36 A. Shriver, *The Asymmetrical Contributions of Pleasure and Pain to Subjective Well-Being*, „Review of Philosophy and Psychology”, (2014) 5, s. 139–141.

37 Zob. P. Railton, *Facts and Values*, CUP, Cambridge 2003, s. 47.

38 A. Shriver, *The Asymmetrical...*, dz. cyt., s. 145.

by odczuwać przyjemność. Badanie tych osób oparte jest na testach „Snaith-Hamilton Pleasure Scale”<sup>39</sup>. Przed rozpoczęciem badania jego autorzy kierują do biorącego w nim udział następujące zdanie: „Kwestionariusz ma określić Pani/Pana umiejętność odczuwania przyjemności przez ostatnie kilka dni”<sup>40</sup>. Jest to zatem test sprawdzający nasze retrospekcje, wspomnienia, a nie przyjemność w chwili jej odczuwania. Osoby te oceniają swoje przeszłe doświadczenia (na przykład wdychanie zapachu świeżego chleba) jako przyjemne. Jak zobaczymy za chwilę, oceny dotyczące przeszłych doświadczeń różnią się od oceny sytuacji w danej chwili. Można zapytać, skąd wiemy, że osoby te naprawdę odczuwały przyjemność, a nie posługiwały się słowami, których używa się zazwyczaj? Być może niski poziom dopaminy rzeczywiście obniża zdolność odczuwania przyjemności, a nie tylko zmniejsza motywację tych osób.

Załóżmy jednak, że badania były przeprowadzone poprawnie, a osoby badane poprawnie oceniły swoje stany. Co oznacza ich osąd komunikujący, iż odczuwały przyjemność, to znaczy lubiły stan, w jakim się znajdowały, ale nie miały motywacji do jego kontynuowania? Czy można lubić, lecz nie chcieć w ogóle? Jak odróżnić sytuację, w której odczuwam pewną pozytywną inklinację lubienia czegoś, lecz w ogóle tego nie chcę, od sytuacji, w której odczuwam owo lubienie, ale choć w minimalnym stopniu tego chcę, preferuję coś innego? Sidgwick nie zakłada przecież, że jedyną rzeczą jakiej pragnę jest przyjemność. Mówi jedynie, że aby nazwać coś przyjemnym, muszę uznać, że uczucie, którego doświadczam jest samo w sobie czymś pożądanym. Mogę jednak pożądać wielu innych rzeczy dużo bardziej. Wydaje się, że badanie, na które powołuje się Shriver nie jest w stanie odpowiedzieć na postawione wyżej pytania.

## 2.2. Współmierność przyjemności i cierpienia

Z badań neurobiologów Shriver wyciąga jeszcze jeden istotny wniosek. Twierdzi, że Sidgwick myli się co do tego, iż „cierpienie uznać można za ujemną ilość przyjemności, i że (...) odpowiednio jakiegokolwiek sądy dotyczące przyjemności mogą odnosić się, po oczywistych zmianach wyrażień/słów, do cierpienia”<sup>41</sup>. Przypomnijmy, że w celu maksymalizowania przyjemności i minimalizowania cierpienia w praktyce, Sidgwick założył konieczność istnienia współmierności przyjemności i cierpienia, tak by można było „odejmować” od siebie ilości tych doznań.

Shriver powołuje się na najnowsze wyniki badań dotyczących cierpienia, które głoszą, że brak powiązania między doświadczeniem, oceną a motywacją, występujący w przypadku przyjemności, nie występuje w przypadku cierpienia. Chociaż możemy

39 R. P. Snaith, et al, *Scale for the Assessment of Hedonic Tone*, „British Journal of Psychiatry”, (1995), 167, 99–103.

40 Tamże, s. 102.

41 H. Sidgwick, *The Methods...*, dz. cyt., s. 125.

odczuwać cierpienie i nie oceniać go jako nieprzyjemne, jeśli już coś odczuwamy jako nieprzyjemne, nie możemy pozostać obojętni na to, czy tego doświadczamy, czy nie. W przypadku cierpienia, które oceniamy jako nieprzyjemne, zawsze będziemy zmotywowani do tego, by to cierpienie się zakończyło<sup>42</sup>. Shriver konkluduje, że nie można mówić o współmierności tych dwu uczuć. Cierpienie ma niewspółmiernie większy wpływ na nasz dobrostan, niż przyjemność. Podsumowuje:

*Przyjemności i cierpienia są różnego rodzaju doświadczeniami, istniejącymi po to, by rozwiązywać różne problemy, generowanymi przez różne obszary mózgu, i które mają bardzo różne powiązanie z naszym systemem motywacyjnym. Prowadząc filozoficzne rozważania nad dobrostanem, należy zajmować się nimi osobno<sup>43</sup>.*

Czy twierdzenie Sidgwicka o współmierności przyjemności i cierpienia musi upaść? Filozofowie często stawiają swe tezy w oparciu o teoretyczne schematy. Mówią na przykład: jeśli ktoś był na poziomie dobrostanu równym -7 hedonów<sup>44</sup>, a my możemy jego dobrostan powiększyć do -5 hedonów, to jest to ważniejsze niż powiększenie czyjegoś dobrostanu z +5 hedonów do +7 hedonów. Trzeba najpierw zapytać, co stoi za tymi liczbami. Można się zgodzić, że czymś lepszym, z moralnego punktu widzenia, będzie zapewnienie komuś, kto śpi na ulicy, dachu nad głową, niż podarowanie milionerowi nowego jachtu. Przynajmniej intuicyjnie rozumiemy, że więcej dobra uczyniliśmy w pierwszym przypadku, niż w drugim. Nie wydaje się, by Sidgwick temu przeczył. Nie wydaje się również, by chciał przypisać obu tym działaniom taką samą wartość liczbową. Możemy przecież przyjąć, że w pierwszym przypadku powiększamy czyjś dobrostan o 5 hedonów, a w drugim o 0,00005 hedona.

Pomysł Shrivera o zajmowaniu się przyjemnością i cierpieniem oddzielnie jest także trudny do zrealizowania w życiu praktycznym. W jaki sposób miałyby to wyglądać? Czy zawsze najpierw mielibyśmy umniejszać ból, a dopiero później sprawiać przyjemność? Tzw. negatywny utilitaryzm jest wyjątkowo trudny do obrony zarówno w teorii jak i w praktyce<sup>45</sup>. Obserwacja własnych doświadczeń nasuwa nam bowiem refleksję, że umniejszenie bólu przynosi nam przyjemność.

42 Wei, F., and M. Zhuo, *Potentiation of sensory responses in the anterior cingulate cortex following digit amputation in the anaesthetized rat*, „Journal of Physiology” 2006, 532: 823, za A. Shriver, *The Asymmetrical contributions of Pleasure and Pain to Subjective Well-Being*, dz. cyt., s. 143–144.

43 A. Shriver, *The Asymmetrical contributions of Pleasure and Pain to Subjective Well-Being*, dz. cyt., s. 151.

44 Hedon – umowna jednostka przyjemności, zapożyczona od F. Feldmana z *Pleasure and the Good Life*, Clarendon Press, Oxford 2004, s. 25-6.

45 Zob. m.in. R. N. Smart, *Negative Utilitarianism*, „Mind”, (October 1958) 67 (268): 542–543.

### 2.3. Czy przyjemność musi być świadomym doświadczeniem?

To nie koniec wyzwań przed jakimi stoi Sidgwicka definicja przyjemności. Filozof mówi o przyjemności jako o pożądanym stanie świadomości. Zarówno to określenie, jak i inne fragmenty *The Methods* wskazują, że bycie świadomym uczucia jest warunkiem doświadczenia przyjemności. Czy można mówić o doświadczeniu przyjemności jeśli nie jesteśmy jej świadomi?

Poszukując odpowiedzi na to pytanie, możemy odwołać się do najnowszych badań nad przyjemnością, opublikowanych w antologii *Pleasures of the Brain*, składającej się z prac najwybitniejszych neurobiologów. Na początku książki wszyscy jej autorzy odpowiadają krótko na najbardziej ogólne pytania dotyczące przyjemności. Pierwsze pytanie brzmi: „Czy przyjemność jest z konieczności uczuciem świadomym, czy może reakcje hedonistyczne mogą być niekiedy nieświadome?” Filozof z niejaką satysfakcją może odnotować, że naukowcy zajmujący się empirycznie przyjemnością nie dają zgodnych odpowiedzi na to pytanie.

Berridge uważa, że przyjemność może być nieświadoma. Pisze: „Można powiedzieć, że istnieje coś takiego jak nieświadoma przyjemność, gdy mózg generuje pozytywną hedonistyczną reakcję »lubienia« [*liking*], z której to reakcji dokonujący introspekcji umysł nie zdaje sobie sprawy”<sup>46</sup>. Jonathan Schooler i Iris Mauss zgadzają się z Berridge, że można doświadczać przyjemności i nie być tego świadomym. Możemy doświadczać czegoś i w danym momencie nie zdawać sobie sprawy z natury owego doświadczenia<sup>47</sup>. Przedstawiają oni przykład takiej nieświadomej przyjemności w postaci tego, co Csikszentmihalyi nazwał „przepływem”. Przepływ jest stanem euforycznym, którego doświadczamy, będąc całkowicie zaangażowani w jakąś czynność dla niej samej. Badania nad „przepływem” wskazują, że stan taki jest możliwy, gdy nie myślimy ani o sobie, ani o tym, co w danej chwili odczuwamy. Schooler and Mauss cytują Csikszentmihalyi, który pisze:

*(...) podczas doświadczenia [przepływu] ludzie niekoniecznie są szczęśliwi ponieważ są zbyt zaangażowani w daną czynność, aby mieć luksus wglądu w swoje subiektywne stany. Bycie szczęśliwym odwróciłoby uwagę i zakłóciłoby przepływ. Jednak po wszystkim, gdy doświadczenie mija, ludzie mówią, że byli w najbardziej pozytywnym stanie, jaki kiedykolwiek można odczuć*<sup>48</sup>.

Wyjaśnić należy, że to, o czym piszą Scholler i Mauss oznacza, że nie jesteśmy świadomi, czy też nie prowadzimy świadomego namysłu nad swym stanem w chwili

46 M. L. Kringsbach, K. Berridge (red.), *Pleasures of the Brain*, OUP, Oxford 2010, s. 7.

47 J. Schooler, I. Mauss, *To be Happy and to Know it*, [w:] *Pleasures of the Brain*, dz. cyt., s. 244.

48 Csikszentmihalyi, *If we are so rich, why aren't we happy?*, „American Psychology”, 54, 1999, s. 821–827, za J. Schooler i I. Mauss, *To be Happy...*, dz. cyt. s. 245.

jego odczuwania. Jednak po wszystkim, jesteśmy w stanie określić stan, w jakim się znajdowaliśmy i zdajemy sobie sprawę z jego zaistnienia. Schooler nazywa to „tymczasową dysocjacją meta-świadomości”<sup>49</sup>.

Jak wspomnieliśmy, nie ma zgody między neurobiologami. Niektórzy twierdzą, że nie da się zdefiniować przyjemności bez elementu świadomego. Anthony Dickinson, brytyjski neurobiolog, na przykład, uznaje, że „przyjemność jest z konieczności świadomym doświadczeniem ponieważ doświadczenie to uzasadnia przypisanie pozytywnej wartości przedmiotom, ludziom czy wydarzeniom”. Jednocześnie przyznaje, że reakcje behawioralne, chociażby takie jak uśmiech, które towarzyszą doznaniu przyjemności, mogą być nieświadome<sup>50</sup>.

Ponad 100 lat przed Csikszentmihalyi, Sidgwick zastanawiał się na tym, jaki wpływ na intensywność przyjemności w danej chwili może mieć świadome jej doznawanie. W *The Methods of Ethics* tłumaczy:

*Skoro przyjemność istnieje tylko wtedy, gdy ją odczuwamy, im bardziej jesteśmy jej świadomi, tym więcej jej mamy: zdawałoby się, że im bardziej zwracamy na nią uwagę, tym bardziej powinniśmy być jej świadomi*<sup>51</sup>.

Z drugiej strony, zauważa, niezwykle silne uczucie może ulec pomniejszeniu, jeśli jednocześnie zaczynamy prowadzić nad nim namysł. Widać to wyraźnie, gdy chcemy mierzyć nasze uczucia. Jeśli zamiast przeżywać przyjemność zastanawiamy się, ile jej jest, staje się ona od razy mniejsza. W jaki sposób zatem pogodzić to z założeniem, że przyjemność istnieje tylko o tyle, o ile jesteśmy jej świadomi? Sidgwick dochodzi do wniosku, że sama świadomość uczucia, która jest jego „nieodzownym i nieodłącznym warunkiem”, nie zmniejsza go. Dopiero namysł introspektywny, który nie dotyczy odczuwanej w danej chwili przyjemności jako takiej, ale raczej mierzenia jej, porównywania i przypominania sobie o przyjemnościach minionych, sprawia, że uczucie obecne zmniejsza swą intensywność<sup>52</sup>.

## 2.4 Mierzenie przyjemności – jaźń doznająca oraz jaźń pamiętająca

Zanim przejdziemy do podsumowania naszych rozważań nad odpowiednią definicją przyjemności, powiedzmy jeszcze kilka słów na temat możliwości mierzenia przyjemności w kontekście najnowszych badań. Pamiętamy, że Sidgwick zdawał sobie sprawę z trudności, przed jakimi stanie każdy, kto będzie chciał mierzyć ilość przyjemności, czy szczęścia. Czy w tej chwili jesteśmy w stanie lepiej poradzić sobie z tym problemem?

49 Schooler, 2002, *Re-representing consciousness: Dissociations between experience and meta-consciousness*, „Trends Cogn. Sci” 6, 339–344.

50 M. L. Kringelbach, K. Berridge (red.), *Pleasures of the Brain*, dz. cyt., s. 7.

51 Sidgwick, *The Methods...*, dz. cyt., s. 139.

52 Tamże, s. 139–140.



Przyjemność jest traktowana jako doświadczenie subiektywne. Do oceny doznania wykorzystywany jest osąd osoby, która go doświadcza. Istnieje realna szansa, że w niedalekiej przyszłości będzie można mierzyć przyjemność za pomocą pomiaru pracy mózgu. Wciąż jednak trzeba będzie wykazać, że podobne stany mózgu da się przełożyć na to, co relacjonuje osoba odczuwająca. Co w sytuacji, w której subiektywna ocena nie będzie przystawać do obrazu pracy mózgu?

Jednym z najbardziej uznanych naukowców wierzących w sens mierzenia przyjemności i szczęścia jest Daniel Kahneman. Wraz ze swoimi współpracownikami wymyślił aplikację na telefon komórkowy, która ma „na bieżąco” mierzyć poziom zadowolenia czy przyjemności. Uczestnicy eksperymentu dostają o różnych porach dnia powiadomienia na telefon z pytaniami dotyczącymi oceny samopoczucia w danej chwili, tego co robią, etc.<sup>53</sup> W ten sposób tworzony jest wykres, na którym jest punkt zero, czyli stan pośredni, taki, który możemy określić mianem „obojętny” oraz stany: dodatni i ujemny. Podobnie jak Sidgwick, Kahneman ocenia czyjś stan, sumując pozytywne i negatywne doświadczenia.

Wynik, jaki otrzymamy z pomiaru naszego stanu świadomości w danej chwili, różnić się będzie od rezultatu badań, jakie Kahneman przeprowadził, pytając o nasze retrospekcje na temat doświadczeń minionych. Jednym z bardziej znanych badań Kahnemana jest test z wykorzystaniem kolonoskopii. Pacjenci A i B przechodzący kolonoskopię mieli co 60 sekund określić poziom bólu doświadczanego w danej chwili. Pacjent A był poddawany badaniu przez 8 minut, badanie skończyło się w chwili, gdy odczuwał ostry ból. Pacjent B badany był przez 24 minuty, badanie zakończyło się w momencie odczuwania niewielkiego bólu. Z zarejestrowanego wykresu widać było, że pacjent B odczuwał 3-krotnie więcej bólu niż pacjent A. Gdy badanie się skończyło, pacjenci zostali zapytani o ocenę całej procedury, o to jak bardzo była nieprzyjemna i czy skłonni byliby poddać się jej ponownie. Ich oceny były zadziwiające. Pacjent A ocenił procedurę dużo gorzej niż pacjent B, mimo tego, że jego procedura była dużo krótsza i odczuwał o wiele mniej bólu.

Kahneman wysunął wniosek, że na naszą retrospektywną ocenę doświadczanego bólu ma wpływ tzw. „zasada szczytu i końca” oraz „ignorowanie czasu trwania”. Ważne jest, by nieprzyjemne doświadczenie nie kończyło się w momencie odczuwania silnego bólu. Najwyraźniej zapamiętujemy to, co przydarza się na końcu. Dla naszych wspomnień nieistotne jest natomiast, jak długo doświadczenie trwa<sup>54</sup>.

Kahneman tłumaczy, że każdy z nas ma dwie jaźnie [*selves*] – jaźń doznającą i jaźń pamiętającą. Która z nich powinna się liczyć bardziej? Przyznaje, że „[s]ą to

53 Każdy może wziąć w tym udział. Trzeba pobrać aplikację ze strony [www.trackyourhappiness.org](http://www.trackyourhappiness.org).

54 D. Kahneman, *Pułapki myślenia*, tłum. P. Szymczak, Media Rodzina, Poznań 2012, s. 503–505.

kwestie, nad którymi filozofowie mogliby długo dyskutować<sup>55</sup>, sam uznaje jednak, że z żadnej nie możemy zrezygnować.

*Teoria dobrostanu, która ignoruje rzeczywiste pragnienia ludzi, jest niemożliwa do utrzymania. Z drugiej strony teoria, która ignoruje to, co się rzeczywiście dzieje w życiu ludzi i skupia się wyłącznie na tym, co sądzą o swoim życiu, też jest nie do utrzymania. Musimy wziąć pod uwagę zarówno jaźń pamiętającą, jak i doznającą, bo ich interesy nie zawsze są zbieżne<sup>56</sup>.*

Możemy się zastanowić, czy rzeczywiście obie jaźnie są tak samo ważne. Kahneman pisze, że „Czas, który ludzie spędzają na rozmyślaniu o ważnej chwili należy dodać do jej trwania, co zwiększy jej wagę<sup>57</sup>”. Nie wydaje się, by zdanie to było do końca precyzyjne. Czas spędzony na rozpamiętywaniu nie zwiększa trwania ważnej chwili – chwila radości, której doznaję, gdy rodzi się moje dziecko nie staje się dłuższa dlatego, że pamiętam o niej przez lata i często wspominam z przyjemnością. Jest raczej tak, że tamten moment sprawia, że przeżywam wiele innych przyjemnych chwil, podczas których wspominam tamten stan. Można by powiedzieć, że czas, który ludzie poświęcają na rozmyślanie o ważnych chwilach, składa się na obecne doświadczenie i wpływa na jaźń doświadczającą. Prawdą jest zatem, jak chce Kahneman, że jednostki identyfikują się ze swoją jaźnią pamiętającą i dbają o swoją historię, doświadczając czegoś lepszego, gdy pamiętają pozytywną historię ze swojego życia. Tak dalece jak dbanie o swoją historię ma wpływ na jakość obecnych doświadczeń, jakie mamy, będziemy je dodawać do całkowitej korzyści jaźni doświadczającej, bez przypisywania specjalnej wagi jaźni pamiętającej. Jeśli jednak nasze przeszłe chwile nie mają wpływu na to, co przeżywamy teraz, dlaczego mielibyśmy uznawać je za ważne?

Dzięki licznym badaniom psychologicznym nasze rozumienie subiektywnych ocen naszej przyjemności jest dużo pełniejsze. Daje to nadzieję na lepsze mierzenie naszych doświadczeń, oraz wyciąganie wniosków, które pozwolą nam lepiej maksymalizować przyjemności. To z kolei powinno prowadzić do zwiększania naszego dobrostanu.

## Podsumowanie

Henry Sidgwick chciał widzieć przyjemność jako świadome uczucie, które w chwili doświadczania traktujemy jako pożądane. Współczesna neurobiologia i psychologia stawia pewne wyzwania takiemu rozumieniu przyjemności. Co prawda potwierdza

55 Tamże, s. 546.

56 Tamże, s. 545–6.

57 Zdanie to zostało źle przetłumaczone w wydaniu polskim. Por. D. Kahneman, *Pułapki myślenia*, dz. cyt., s. 545 ze zdaniem w oryginale: „The time that people spend dwelling on a memorable moment should be included in its duration, adding to its weight.” [w:] D. Kahneman, *Thinking, Fast and Slow*, Penguin Books, 2001, s. 409.

Sidgwickowską krytykę Milla, iż pragnąć czegoś i odbierać to jako przyjemne, to nie to samo, gdyż nie wszystko czego pragniemy jest przyjemne, jednak podważa założenie autora *The Methods of Ethics*, że aby nazwać doświadczenie przyjemnością trzeba uznać je za pożądane. Badania ostatnich lat sugerują, że przyjemność i pragnienie są odrębnymi procesami i mogą występować osobno. Moglibyśmy przyjąć rezultaty tych badań. Potrzeba jednak wówczas doprecyzowania, czym jest doświadczenie przyjemności rozumiane jako „lubienie”. Kolejną kwestią, którą należy rozważyć w obliczu badań neurobiologów jest to, czy przyjemność z konieczności musi być procesem świadomym. Na tym przykładzie zaobserwować można, jak trudno jest osiągnąć zgodę w naukach empirycznych. Jest to również dobry moment, aby postawić pytanie bardziej fundamentalne i dla naszych rozważań uprzednie, mianowicie – jaka winna być relacja między rozważaniami filozoficznymi, a rezultatami doświadczeń empirycznych? Szczegółową odpowiedzią na to pytanie zajmę się już gdzie indziej, teraz wskażę jedynie możliwy kierunek prowadzenia rozważań.

Z jednej strony filozof rozumie, że przynajmniej w niektórych kwestiach powinien wesprzeć się na badaniach naukowych, aby nie być posądzonym o całkowite teoretyzowanie bez związku z rzeczywistością. Z drugiej jednak, widzi, że nauka empiryczna często sama nie jest pewna swych wniosków. Przyznać trzeba, że perspektywa rozważań filozoficznych jest szeroka, a stawiane pytania wynikają z uprzednio założonych celów. W tym wypadku, celem filozofa jest ustalenie, czym jest to, co czyni nasze życie lepszym w naszej ocenie. Przyjemność jest zatem o tyle czymś istotnym, o ile rzeczywiście ma na nas pozytywny wpływ. Założyć można, że taki wpływ ma doświadczenie, którego 1) jesteśmy świadomi w chwili jego występowania, 2) jesteśmy świadomi po jego występowaniu, 3) nie jesteśmy świadomi, ale można wykazać, że i tak ma pozytywny na nas wpływ. Na chwilę obecną uznajmy zatem, że procesu biochemicznego zachodzący w naszej głowie, o ile nie wpływa pozytywnie na naszą subiektywną ocenę, nie można nazwać przyjemnością. Można go nazwać procesem X, ale nie przyjemnością.

## Abstract

### What Is Pleasure? – Is Henry Sidgwick’s Definition Still Valid?

Hedonistic utilitarians claim that our moral duty is to maximize, impartially, the pleasure of as many beings as possible. But what is pleasure? Henry Sidgwick, the most careful writer of the classical utilitarians, defined it as “desirable consciousness”. The aim of this paper is, first, to elaborate on his definition and, second, to compare it with the recent neuroscientific findings on what happens in the brain when we experience pleasure. Is it necessarily a conscious feeling? Is desire common to all feelings that we call pleasure? Can we compare pleasures and pains? In the end, the discussion will lead us to pose a question about the methodology of using scientific studies in philosophical discussions.