

MAIJA JANKOVSKA

EMOCIJAS

Ievads

Cilvēks ir ne tikai domājoša, bet arī emocionāla būtne. Mēs tiecamies pasauli tvert ne tikai racionāli, bet diendienā piedzīvojam priekus, bēdas, satraukumus, pacilātību, bailes, mīlestību, naidu. Īpaši emocionāli mēs mēdzam kļūt situācijās, kas būtiski ietekmē mūsu eksistenci. Tādos gadījumos prasība būt racionālam var būt grūti izpildāma. Mediķu ikdienā šādas situācijas nav retums, jo nekas tik ļoti nesašūpo mūsu ikdienu kā sava vai sev tuvu cilvēku slimība, kā arī vēl vairāk – nāves tuvums un pati nāve. Adevāti reaģēt uz savu, pacientu, pacientu tuvinieku emocionalitāti var izrādīties nopietns izaicinājums. Tomēr šis raksts nesniegs praktiskus padomus, kā attiekties pret savām un citu cilvēku emocijām. Filosofija ļoti reti sniedz šādus padomus.

Viens no iespējamajiem veidiem, kā skaidrot, kas ir filosofija (kas gan neizsmēļ visu, ar ko filosofi nodarbojas), ir raksturot to kā tādu intelektuālu nodarbi, kas par savu aplūkojuma objektu izvēlas šķietami pašsaprotamu un ikdienišķu lietu un tad parāda, ka tā nebūt nav pašsaprotama, turklāt tās ikdienišķums nepadara to vieglāk izprotamu, bet drīzāk gluži pretēji – mēs esam pie tās tik ļoti pieraduši, ka ir grūti izlauzties no ikdienišķumam raksturīgās neapzinātības un refleksijas trūkuma. Mēģinājums atbildēt uz jautājumu, kas ir emocijas, ir tieši šāda veida filosofiska problēma.

Raksta mērķis ir mēģināt radīt izpratni par emociju dabu, kā arī paskatīties, kāda saikne pastāv starp emocijām un domāšanu. Viena no klasiskām cilvēka definīcijām apgalvo, ka cilvēks ir domājošs

dzīvnieks. Kāda loma šī domājošā dzīvnieka dzīvē ir emocijām? Vai mēs varam racionāli kontrolēt savas emocijas, piemēram, nospriest, ka nav pamata baidīties, un vairs nebaidīties? Vai varbūt emocijas ietekmē mūsu racionalitāti, piemēram, sliktā noskaņojumā manis veiktās nākotnes prognozes var būt krietni negatīvākas nekā citās situācijās, lai gan abos gadījumos gaidāmā rezultāta iegūšana tiek pamatota racionāli un atšķiras tikai fakti, kurus atlasu, lai pamatotu savu pozīciju? Taču pirms pievēršanās emociju un domāšanas attiecībām būtu jānoskaidro, kas ir pašas emocijas, un tas nav vienkāršs uzdevums.

Kas ir emocijas? Pieļauju, ka kādam varētu rasties vēlme ātri ieskatīties svešvārdu vārdnīcā, cerībā, ka ar to taču vajadzētu pietikt, lai varētu atbildēt uz šo jautājumu. Varu izdarīt pakalpojumu – lūk, šādu vārda “emocija” skaidrojumu piedāvā skaidrojošā vārdnīca: emocija ir “neiropsihiskās pašregulācijas komplekss, uzbudinājums, kas izpaužas specifiskā pārdzīvojumā un reaģēšanā dažādās situācijās”. Vēl turpat tiek pieminēts, ka emocijas var būt pozitīvas un negatīvas. Domāju, vairums piekritīs, ka šāds skaidrojums neko daudz nepasaka.

Problēmas rada arī attiecību noteikšana starp emocijām un citiem līdzīgiem fenomeniem: kā un vai emocijas atšķiras no jūtām, izjūtām, noskaņojumiem? Vai “jūtas” varētu būt vārda “emocijas” ekvivalents, vai, citiem vārdiem, “emocijas” skatāmas tikai kā svešvārds, kas patiesībā apzīmē to pašu, ko “jūtas”? Un, ja tā tiešām ir, kādas ir “jūtu” attiecības ar “izjūtām” un “noskaņojumiem”. Ja šo dažādo līdzīgo apzīmējumu gadījumā varētu domāt, ka tas ir tikai terminoloģijas jautājums (tādējādi to atrisināt varētu, ja mēs vienotos lietot šos vārdus kā sinonīmus, vai nu pieņemot, ka to nozīme ir pilnīgi vienāda, vai arī ka pastāv ne pārāk būtiskas atšķirības), tad daudz mulsinošāks varētu būt jautājums par emociju saistību ar citām jomām, kuras parasti netiek primāri saistītas ar emociju sfēru. Šādas jomas ir estētika un morāle.

Mēs mēdzam runāt par morālām jūtām. Var jautāt, kā šīs jūtas atšķiras no tām jūtām, kuras mēs saucam par emocijām. Ir filosofi (piemēram, britu apgaismības laika domātājs D. Hjūms), kas teiktu, ka būtisku atšķirību nav. Cilvēks izjūt emocionālu pacilātību, kad ir iemīlējis, un arī tad, kad saskaras ar morāli cēlu rīcību. Piemēram, skatoties raidījumu “Latvijas lepnums”, daudzi cilvēki savilņojumā raud, kas ir ļoti emocionāla izpausme, par to, cik Latvijā ir labi cilvēki, kas savukārt ir morāls spriedums. Citi filosofi (piemēram, vācu klasiķis I. Kants) savukārt iebilstu, norādot, ka, lai gan šādas emocionālas izpausmes mēdz būt klātesošas morālu spriedumu gadījumā, tomēr pēc būtības morāle ir kaut kas pilnīgi atšķirīgs no emocijām – Kanta gadījumā morāle ir balstīta visām domājošām būtņēm piemītošā racionalitātē, kas ļauj ar prātu izspriest, ka viena rīcība uzskatāma par morāli pieņemamu, bet cita – ne.

Līdzīgi var jautāt par estētikas jomu – vai emocionālie pārdzīvojumi būtiski atšķiras no estētiskajiem. Tādu estētikai piederīgu jomu gadījumā kā literatūra, teātris, kino līdzība liekas acīmredzama – lasot romānu vai sekojot līdzī notikumiem filmā vai teātra izrādē, mēs pārdzīvojam līdzī galvenajam varonim gandrīz tā, it kā aprakstītie / parādītie notikumi atgadītos ar mums pašiem. Interesanti, ka tieši no šīm jomām visbiežāk mēs iemantojam ideju par to, ka tieši emocionālā pasaule ir būtiskākā cilvēka eksistencē (kāda gan jēga no dzīves bez mīlestības? kāda nozīme ir naudai, spīdošai karjerai, ja galu galā nākas izjust vientulību? utt.). Arī mūziku, pat tādu, kurā netiek izmantots teksts, iespējams raksturot, izmantojot emocijas apzīmējošus vārdus atkarībā no tā, kādas emocijas skaņdarbs spēj radīt. Noteiktus emocionālus noskaņojums spēj raisīt arī vizuālā māksla, tēlniecība utt. Vai ar šādiem novērojumiem pietiek, lai teiktu, ka emocionālie pārdzīvojumi ir līdzīgi estētiskajiem pārdzīvojumiem? Un atkal atbilde varētu būt gan jā, gan nē. No vienas puses, iespējams uzsvērt iepriekš saskatīto līdzību, bet, no otras puses, var akcentēt atšķirīgo, un arī šajā gadījumā, lai uzrādītu atšķirīgo, palīdzīgu roku var sniegt Kants.

Estētikas jomā Kants ir uzsvēris, ka estētiskam pārdzīvojumam ir raksturīga neieinteresētība, – tas nozīmē, ka estētiska pārdzīvojuma gadījumā manas izjūtas, saskaroties ar estētiskā vērojuma objektu, neietekmē tas, kādās attiecībās attiecīgais objekts ir ar mani. Piemēram, lai es atzītu, ka glezna ir skaista, nav nepieciešams, lai tā piederētu tieši man (protams, var gadīties arī tādas situācijas, kurās šī te neieinteresētība tiek pārkāpta – mākslinieks, greizsirdības vadīts, varētu nespēt saskatīt kāda mākslas darba estētiskās kvalitātes tikai tāpēc, ka to ir radījis viņa konkurents –, taču šādā gadījumā runa nav par estētisku pārdzīvojumu tīrā formā jeb tādu, kas ir neieinteresēts).

Citādi ir ar emocijām. Viens no to iespējamiem raksturojumiem ir tāds, ka emocijas gluži pretēji vienmēr ir saistītas ar zināmu ieinteresētību – emocionāls uzbudinājums rodas tieši tāpēc, ka emociju objekts kaut kādā ziņā attiecas uz mani. Cilvēki mēdz kļūt emocionāli, ja kāds sāk kritizēt viņu uzskatus, izskatu, tuvus cilvēkus un jebko citu, ko kritizētais cilvēks kaut kādā veidā asociē ar sevi pašu. Palikt objektīvam un “bezpartejiskam” šādā situācijā ir daudz sarežģītāk nekā tad, ja kritika ir skārusi ar personu nesaistītas lietas.

Rakstā es necentīšos sniegt izvērstu atbildi uz iepriekšējās rindkopās uzdotajiem jautājumiem, ļaujot lasītājam pašam spriest, vai, viņaprāt, morālās jūtas atšķiras no emocijām un vai estētiskie pārdzīvojumi atšķiras no emocionāliem pārdzīvojumiem. Iepriekšējo rindkopu patiesais mērķis bija satricināt raksta sākumā minēto nereflektēto pašsaprotamību, kādā parasti tiek tvertas emocijas, tādējādi parādot, ka jautājums “kas ir emocijas?” nebūt nav vienkārši atbildams un sākotnēji raisa drīzāk apjukumu nekā skaidrību. Ko visbiežāk dara filosofis,

kas nonācis šādā apjukuma un neskaidrības stāvoklī? – Vēršas pie saviem priekšgājējiem, lai noskaidrotu, kādi risinājumi attiecīgajai problēmai ir piedāvāti filosofijas vēsturē.

Lai šī pārsprieduma izejas pozīcijas tomēr nebūtu pārāk neskaidras, ir jāatzīmē, ka, pirmkārt, “emocijas” un “jūtas” skatītas kā ļoti tuvi sinonīmi, kaut gan pamatā rakstā pieturos pie vārda “emocijas” (vārdiem “izjūtas” un “noskaņojumi” piemīt nedaudz atšķirīgas nozīmes nianse, taču tās netiks aplūkotas), otrkārt, ar emocijām tiks saprasts tas fenomenu kopums, kas parasti ar šo vārdu tiek apzīmēts (mīlestība, naidis, prieks, bēdas utt.), pieņemot, ka morāle un estētika pieredzē ir saistītas ar emocijām, taču konceptuāli tās iespējams skatīt kā nošķirtas jomas, un, treškārt, runājot par šī raksta struktūru, jānorāda, ka pēc tam, kad būs aplūkots, kādus risinājumus emociju problēmai ir piedāvājusi filosofijas vēsture, tiks vērsta uzmanība uz mūsdienās aktuālu diskusiju starp diviem emociju skaidrojuma virzieniem, kas tiek dēvēti par kognitīvajām un sajūtu teorijām. Visbeidzot, raksta noslēgumā, ņemot vērā abās raksta daļās paustās idejas, notiks atgriešanās pie sākotnēji pieteiktā jautājuma par to, kādas attiecības emocijām ir ar racionalitāti.

Pārskats par emociju problemātiku filosofijas vēsturē

Pats vārds “emocijas” ir relatīvi jauns, līdz ar to antīko filosofu tekstos, ar kuriem tiks sākts šis vēsturiskais pārskats, tāds neparādās – to sāk lietot 16. gadsimtā, gan ne tajā nozīmē, kādā tas lietots šodien (sākotnēji šo vārdu lieto, lai apzīmētu ar sociālo dzīvi saistītus fenomenus – tādus kā sociālās pārmaiņas, aģitācija, uzbudinājums), 17. gadsimtā ar to sāk apzīmēt ļoti spēcīgas sajūtas, kaislības, un mūsdienu nozīmi, kurā šis vārds apzīmē ne tikai karstasinīgas, bet jūtas vispār, “emocijas” iegūst vēl vēlāk, tikai 19. gadsimtā. Līdz ar to var jautāt, cik adekvāti ir šo filosofiski vēsturisko pārskatu sākt ar antīko filosofiju. No vienas puses, šī perioda filosofi savos darbos pievēršas tādām tēmām kā baudas, bailes, mīlestība un citām, kuras mūsdienās mēdz skatīt emociju kontekstā, taču, no otras puses, tas nenozīmē, ka arī tolaik šie fenomeni tika tverti šādā nozīmē. Var uzdot pavisam provokatīvu jautājumu: vai mums vispār būtu emocijas tad, ja nebūtu paša vārda “emocijas”, ar kuru tās tiek apzīmētas? Lai gan emocionālu pārdzīvojumu gadījumā cilvēks nenoliedzami kaut ko sajūt, tomēr varētu pieņemt, ka visu emocionālo pārdzīvojumu kopumu būtu jāklasificē citādi. Iznākumā viss šis kopums, kas ierasti apzīmēts ar vārdu “emocijas”, izšķīstu, pašam vārdam vispār zaudējot jēgu (piemēram, vai mīlestības un baiļu pārdzīvojumi tiešām ir pietiekami līdzīgi, lai būtu pamats tos skatīt kā piederīgus vienai un tai pašai fenomenu grupai? vai mīlestība ir tikai emocija, vai tai ir arī citi aspekti? un vai tādas ir bailes?). Neraugoties uz minētajiem iebildumiem, autori, kas mūsdienās

pievērsušies emociju filosofiskam aplūkojumam, visbiežāk savos pārspriedumos iekļauj idejas, kas patapinātas arī no tiem filosofiem, kuru dzīves laikā attiecīgais jēdziens vēl neeksistēja, tāpēc arī šī raksta filosofiski vēsturiskā daļa tiks sākta jau ar antīko filosofiju.

Platona pamatideja par emocijām var tikt raksturota šādi: “Pēc Platona domām, emocionālas reakcijas bieži sevī ietver aplamus lietu novērtējumus. Tās piesaista dvēseli pasaulīgām lietām tādā veidā, kas traucē dvēseles domājošās daļas augstākās darbības (domāšana Platona filosofijā hierarhiski atrodas augstākajā stāvoklī, salīdzinot ar citām dvēseles spējām, tostarp emocijām – M. J.). Emocijām vajadzētu tikt stingri kontrolētām, pakļaujot tās pastāvīgam pārvērtējumam, bieži vien noraidot to rosinātās uzvedības.” (*Knuuttila*, 2004: 5) Kā jau tas iezīmējas citātā, Platona filosofija piedāvā noteiktu dvēseles modeli, kurš gan Platona dzīves laikā izmainās, tomēr pamatideja paliek nemainīga – prāts ir pārāks, un tam ir jākontrolē emocijas. Šī ideja, domājams, ir skaidra un saprotama, jo arī ikdienā mēs bieži vien par emocijām domājam šādā veidā. Tas, kas mūsdienu cilvēkam varētu likties mulsinoši, ir šī nianse, ka emocijas mūs piesaista pasaulīgajām lietām, savukārt prāts ļauj tiekties pie kaut kā augstāka. Pirmkārt, nošķīrums starp pasaulīgo un augstāko jeb pārpasaulīgo sfēru nerelīģiozām cilvēkiem varētu skanēt svešādi un, iespējams, pat nepieņemami, otrkārt, pat ja mēs pašu nošķīrumu izvēlētos pieņemt, būtu iespējams iztēloties veidu, kā uzrādīt pretējas attiecības starp pasaulīgo / pārpasaulīgo realitāti un emocijām / racionalitāti, t. i., emocijas saistīt ar kādu augstāku realitāti, savukārt racionalitāti – ar pasaulīgo. Piemēram, varam iztēloties situāciju, kurā cilvēks, noteiktu emociju vadīts, tiecas pēc pārpasaulīgā (vai tas būtu Dievs, kādi ētiski ideāli, Māksla vai arī Gudrība, kuras meklējumiem aicina pievērsties Platons), taču viņa racionālais prāts, pragmatisku motīvu vadīts, aicina pievērsties savas pasaulīgās eksistences nodrošināšanai, tādējādi neatstājot laiku tām lietām, kas saistītas ar pārpasaulīgo.

Īsumā raksturojot atšķirības, kas laika gaitā parādās Platona dvēseles koncepcijas izmaiņās, var izdalīt agrīno, vidējo un vēlīno periodu. Agrīnajā periodā var runāt par nošķīrumu starp prātu, emocijām¹ un iekāri jeb alkatību, no kuriem pēdējie divi (emocijas un iekāre) radikāli atšķiras no pirmā (prāta), jo atšķirībā no prāta emocijas un iekāre skatītas kā tādas, kas noris ķermenī,

¹ Apzīmējums “emocijas” ir ļoti neprecīzs sengrieķu valodā izmantotā jēdziena *thumos* tulkojums. Precīzāk būtu teikt, ka *thumos* apzīmē noteiktu emociju spektru, kas saistīts ar pašapziņu, pašapliecināšanos, lepnumu. Latviešu valodā tulkotajā darbā “Valsts” parādās jēdziens “niknums”, “dedzība”. Precīzs jēdziena atveidojums būtu atsevišķas diskusijas vērts, taču šajā rakstā autore, atsaucoties uz citu pētnieku darbiem, atļausies *thumos* saprast vienkārši kā noteikta veida emocijas.

nevis dvēselē. Vidējā perioda darbos Platons saglabā šo trīsdaļīgo nošķirumu, taču tagad gan prāts, gan emocijas un iekāre skatītas kā dvēseles trīs daļas. Tieši šī koncepcija parasti ir izvirzīta Platona filosofijas priekšplānā.² Slavenajā dialogā “Valsts” Platons raksta par prātu, kas tiecas pēc zināšanās un gudrības un, vēlams, kontrolē pārējās dvēseles daļas, par iekāri, kas tiecas gūt tūlītēju baudu un izvairīties no ciešanām, un par trešo dvēseles daļu, kas izpaužas ar pašapziņu un pašapliecināšanos saistītās emocijās. Šīs emocijas var nosliekties vai nu prāta, vai arī iekāres virzienā, tiecoties vai nu pēc gudrības, vai baudas. Būtiski, ka šīs koncepcijas ietvaros ar emocijām saistītā dvēseles daļa vairs netiek skatīta kā ķermeniska, iracionāla (tātad pretēja racionalitātei jeb prātam); balstoties emocionālos vērtējumos, cilvēks var izdarīt noteiktas izvēles, ietekmēt savu rīcību, tāpat kā to dara prāts un iekāre, tādējādi atkarībā no tā, kura dvēseles daļa ir dominējošā (vienā brīdī tā var būt viena, bet citā – cita), atšķiras arī cilvēku rīcība. Visbeidzot vēlīnajos darbos Platons izmaina dvēseles struktūru, uzrādot tai divas daļas: reflektējošo prātu un emocijas, kuras iespējams pakļaut racionālai pārliecināšanai un noteiktiem paradumiem, piemēram, cilvēks var iemācīties nekļūt nikns katru reizi, kad nedabū to, ko vēlas (*Knuuttila*, 2004: 7–24).

Atšķirībā no Platona Aristotelis nebija tik noraidošs pret emocijām. Aristotelis uzsvēra, ka cilvēks ir ne tikai racionāls, bet arī sabiedriska būtne, tādējādi laba dzīve (kas ir tas, pēc kā cilvēks tiecas) ietver arī labas attiecības ar līdzcilvēkiem, kas savukārt nozīmē to, ka cilvēkam ir jāspēj atbilstoši emocionāli reaģēt (mūsdienās to mēdz dēvēt par emocionālo inteliģenci). Var teikt, ka Aristoteļa filosofijā emocijas ir sociāli iemācītas; tas nozīmē, ka man ir jāiemācās justies sabiedriski atzītā veidā (piemēram, nekļūt niknam katru reizi, kad nedabūju to, ko vēlos, – tātad šeit ir zināma līdzība ar Platona vēlīno koncepciju). Šāda attieksme pret emocijām un to veidošanos iekļaujas Aristoteļa izpratnē par ētiku. Jau no mazotnes mūs māca rīkoties atbilstoši noteiktai situācijai, kas ar laiku iesakņojas mūsu uzvedībā, tādējādi ar laiku kļūstot par paradumu, turklāt runa nav tikai par rīcībām, kas var tikt novērtētas kā ētiskas vai neētiskas, bet arī to, kādā veidā cilvēks reaģē emocionāli. Saskanīga sabiedriskā dzīve ir traucēta ne tikai tad, ja kāds rīkojas slikti, bet arī tad, ja cilvēks neprot tikt galā pats ar savām emocijām, kas gan nenozīmē, ka emocijas būtu jāmēģina izskaust, bet gan jācenšas ievērot samērību, kas ir viens no Aristoteļa ētikas stūrakmeņiem.

Ētika nav vienīgais skatpunkts, no kura Aristotelis aplūko emocijas, citu emociju aspektu viņš izvirza, pievēršoties retorikai. Šādi raugoties, emocijas var definēt kā sajūtas, kas spēj ietekmēt cilvēku uzskatus (*Lyons*, 1980: 33). Mūsdienu politiskajās diskusijās, piemēram, diezgan regulāri tiek konstatēts, ka

² Lai lieki nesarežģītu tekstu turpmāk, atsaucoties uz Platona idejām par emocijām, tiks domāta tieši šī, vidējā perioda, koncepcija.

politiski apzināti manipulē ar vēlētāju emocijām, lai naidīgi noskaņotu pret savu konkurentu un par labu sev, pie reizes novēršot uzmanību no problēmām, kas, racionāli skatoties, vēlētājam varētu būt pat svarīgākas.

Neraugoties uz to, ka Platons un Aristotelis atšķirīgi vērtēja emocijas (Platons negatīvāk, Aristotelis pozitīvāk), tomēr viņi abi bija vienprātis, ka cilvēkam ir emocijas un, lai gan tās var censties kontrolēt, nav iespējams tās pavisam izskaust. Citādi uzskatīja helēnisma laikā dzīvojošie filosofi stoīķi. Viņuprāt, no emocijām var un vajag atteikties, jo tikai tā var nodrošināt labu dzīvi.

Stoīķi uzskatīja, ka viss pasaulē ir pakļauts dievišķajam prātam, kas nosaka ikviena likteni. Kā jau prāts, tas ir racionāls, un arī cilvēka dvēsele ir pilnībā racionāla. Emocijas savukārt ir iracionālas. Stoīķi izšķīra **četras dažādas emociju** grupas: 1) baudas, kas ir iracionāla pacilātība par kaut ko patīkamu un klātesošu, 2) sāpes, kas ir iracionāla izjūta par kaut ko nepatīkamu un klātesošu, 3) iekāres, kas ir iracionāla tiekšanās pēc kaut kā tāda, ko cilvēks atzīst par labu, 4) bailes, kas ir iracionāla tieksme izvairīties no kaut kā tāda, ko cilvēks atzīst par bīstamu. Līdz ar to divi no emociju veidiem (baudas un sāpes) ir tādi, kas saistīti ar pašreizējo, aktuālo izjūtu, kas var būt pozitīva vai negatīva, un divi veidi ir tādi, kas attiecas uz nākotnes gaidām, un atkal – nākotne var rādīties pozitīva un raisīt iekāri vai arī negatīva un raisīt bailes.

Būdamas iracionālas, emocijas ir uzskatāmas par dvēseles traucējumiem, un no tām būtu jāatbrīvojas. Emocijas ir saistītas ar egoistisku tendenci satraukties par sevi pašu, taču cilvēks, kurš kā racionāla būtne ir apzinājies savu vietu kosmosā, spēj atteikties no savas patmīlības un paskatīties uz sevi objektīvi – ne kā visuma centru, bet tikai kā vienu no daudziem. Parasti tiek uzskatīts, ka labas dzīves pamatā ir veselība, bauda, skaistums, spēks, bagātība, slava utt. Lai gan tās ir labas lietas, taču tās nav patiesais labas dzīves pamats, jo cilvēks pats tās nevar ietekmēt. Tā vietā nākas paļauties uz dievišķo saprātu jeb likteni, un vienīgais, ko cilvēks spēj kontrolēt, ir paša attieksme pret notiekošo, kā arī centieni dzīvot tikumisku dzīvi, kas arī ir labas dzīves pamatā. Iracionālai emocionalitātei šādā dzīves ideālā nav vietas. Stoīķi arī sniedz skaidrojumu tam, kādēļ visbiežāk cilvēki nedzīvo atbilstoši šim ideālam un nedara visu, lai būtu tikumīgi, tā vietā tiecoties pēc bagātības, varas, skaistuma, baudām, – pie vainas ir nepareizie, sabiedrībā valdošie uzskati, kurus cilvēks pārņem jau no pašas bērnības, un tādējādi tie ir tik dziļi iesakņojušies, ka ir grūti sadzirdēt saprāta balsi, kas sakņojas visu cauraudošajā dievišķajā prātā (*Knuuttila, 2004: 47–58*).

Platons, Aristotelis un stoīķi, protams, nebija vienīgie, kas antīkajā pasaulē apcerēja emocijas, tomēr tieši viņu idejas atstājušas vislielāko ietekmi uz tālāko domas attīstību. Tas attiecas arī uz nākamo filosofijas vēstures posmu – viduslaikiem, kuros veidojās kristīgā filosofija. Nevar noliegt, ka iepriekš aplūkotā koncepcija ideāli ļoti labi iekļaujas kristietības pamatnostājā. Izvairīšanās no

kaislībām, paškontrole, pievēršanās dievišķai realitātei atbilst izpratnei par kristīgās dzīves ideāliem. Daudzi viduslaiku domātāji savās idejās izmantoja antīkās filosofijas mantojumu. Kā piemēru var minēt svēto Augustīnu, kurš savos uzskatos lielā mērā ietekmējās no Platona, taču attiecībā uz emociju aplūkojumu interesantāk ir vērst uzmanību uz viņa stoiķiem veltīto kritiku.

Augustīns uzskatīja, ka stoiķu prasība izvairīties no emocijām ir kļūdaina. Pat tādas emocijas, kas primāri saistās ar kaut ko nepatīkamu (bailes, sāpes, ilgās utt.), ir ļoti nozīmīgas cilvēka dzīvē. Taču galvenā problēma ir saistīta ar to, ka stoiķu aizstāvētajā apātijā nav vietas mīlestībai, kurai ir centrālā loma kristietībā un bez kuras nav iedomājama laba un tikumiska dzīve (*Schmitter*, 2010). Slavens ir Augustīna izteikums “Mīli un tad dari, ko gribi!”, kas var tikt skatīts kā Augustīna ētikas kodols. Runa šeit gan nav par jebkuru mīlestību – arī patmīlīgums ir sava veida mīlestība, taču Augustīns neapgalvo, ka tāda mīlestība ir laba un var kalpot par morāles pamatu. Primāri domāta ir mīlestība pret Dievu, kas gan nav vienīgā tikumiskā mīlestība, taču noteikti visaugstākā. Ja cilvēks mīl Dievu, tad šīs jūtas neizbēgami vadīs pareizu izvēļu izdarīšanā, līdz ar to pie šāda nosacījuma cilvēks var rīkoties, kā vien vēlas, mīlestība pret Dievu neļaus rīkoties neētiski.

Mīlestības slavinājums un citi atzinīgi vārdi, kas veltīti emocijām, gan nenozīmē, ka viduslaiku filosofijā attieksme pret emocijām ir bijusi tikai pozitīva. Ne visas emocijas liek tiekties pie Dieva. Lielākoties tās saistītas ar tiekšanos pie izteikti pasaulīgām lietām un pie savu savtīgo tieksmju apmierināšanas, kas, protams, netiek skatīts kā kaut kas pozitīvs. Pats Dievs bieži vien raksturots kā būtne, kas ir brīva no emocijām.

Jauno laiku filosofija iezīmē sava veida pavērsienu emociju aplūkojumā. Ja viduslaiku filosofija lielā mērā reflektēja par idejām, ko pauduši antīkās filosofijas autori, tad jauno laiku filosofi tiecas piedāvāt jaunu, pašu pieteiktu emociju problemātikas risinājumu. Franču domātājs R. Dekarts savas filosofiskās meditācijas sāk, norādot, ka visas zināšanas, ko esam izglītības ceļā ieguvuši, neraisa uzticību, un tā vietā mums pašiem ir jācenšas rast tādas atziņas, kuras nekādi nav iespējams apšaubīt. Pēc tam, kad viņš ir veicis vispārēju apšaubīšanas darbu (sākot ar priekšgājēju idejām un beidzot ar ko tādu, ko reti kurš atļaujas apšaubīt, – pašas ķermeņa eksistenci³), viņš nonāk pie tā, ko nekādi nevar apšaubīt, – tās ir pašas šaubas vai, citiem vārdiem, domāšana. Izejot no šī neapšaubāmā sākumpunkta, ko Dekarts ir formulējis slavenajā izteikumā “Domāju, tātad esmu”, viņš nonāk

³ Dekarts uzdod jautājumu, kā var zināt, ka ķermenis tiešām pastāv, varbūt pastāv kāds ļauns spēks, kas ielicis mūsu prātā ideju, ka pastāv ķermenis, taču īstenībā mēs tikai sapņojam un nekāda ķermeņa nav (Dekarts, 2008: 63–65).

atpakaļ pie tā, ka ķermenis tomēr pastāv. Argumentācijas gaita, kādā viņš to izdara, gan ir cits temats, taču šeit aplūkotā tēma “emocijas” Dekarta koncepcijā ir cieši saistīta ar ķermeniskumu, tāpēc to bija svarīgi atzīmēt.

Bet nu par emocijām. Arī savu apcerējumu, kas veltīts emocijām, Dekarts sāk ar nožēlu, apgalvojot, ka antīkā filosofija neko prātīgu par tām nav pateikusi, tāpēc viņam šīs tēmas iztirzājums būs jāsāk no nekā (*Descartes*, 1989: 18–19). Dekarts emocijas interpretē kā subjektīvus, ķermeniskus uztvērumus, un līdzās citiem ķermeniskajiem uztvērumiem (sajūtām, ko gūstam no maņu orgāniem, un iekāres) tās bieži noved mūs pie maldiem (cilvēks mēdz pārskatīties, pārklausi, spēcīgu vēlmju un emociju gadījumā rīkoties veidos, kas pašam nav izdevīgi). Tajā pašā laikā bez ķermeniskajiem uztvērumiem nevar iztikt, jo tikai tādējādi ir nodrošināma mūsu cilvēciskās eksistences vienība – vienība, kas pastāv starp garu un ķermeni. Atšķirībā no citiem ķermeniskajiem uztvērumiem emocijas ir saistītas arī ar dvēseli. Šī saistība ar dvēseli darbojas kā motivējošs spēks, kas liek dvēselei apjaust, kādas viļņošanās notiek ķermenī (*Schmitter*, 2010). Piemēram, baiļu gadījumā dvēselē ienāk ķermeniska nepieciešamība bēgt. Jāatzīmē, ka emocijas, pēc Dekarta domām, ir pasīva reakcija uz ķermeniskiem impulsiem, kurus cilvēks izjūt subjektīvi un kuros nav domāšanas klātesamības.

Galvenā problēma, kas izriet no šīs koncepcijas, varētu būt tāda, ka veids, kādā Dekarts apraksta emocijas, īsti neļauj saprast, kā emocijas nošķiramas no citiem ķermeniskiem uztvērumiem – arī sajūtas, kas, piemēram, rodas brīdī, kad iestājas saaukstēšanās (pēkšņs nogurums, drebuļi utt.), var tikt raksturotas kā subjektīva apjausma par procesiem, kas norisinās ķermenī, taču parasti mēs šīs sajūtas nesaucam par emocijām.

Dekarts ar savu emociju traktējumu aizsāk virzienu, kuru var uzskatīt par dominējošu līdz pat 20. gadsimta vidum. Šī virziena pamatdoma ir, ka emocija ir identificējama ar sajūtu, taču vairāk uzmanības šim jautājumam tiks pievērsta raksta nākamajā daļā.

Ļoti atšķirīgas vēsmas skatījumā uz emocijām ienes romantisma kustība. Visā emociju aplūkojuma vēsturē nav neviena cita skatījuma, kas emocijas paceltu tādās augstumos kā romantisms. Tas, ko izdara romantisms ar emocijām, ir izteikta to estetizācija. No šī skatījuma izriet, ka emocijas ir pamatā cilvēka spējai būt radošam un novērtēt skaisto. Pretstatā apgaismības ideāliem, kuru kontekstā attīstās romantisms un kuros uzsvars ir likts uz izziņu un morāli, šis virziens īpašu lomu piešķir estētikai, tādējādi, sasaistot emocijas ar šo cilvēka garīgās dzīves jomu, arī pašas emocijas iegūst jaunu jēgu, ļaujot romantiķiem apgalvot, ka emocijām ir centrālā loma cilvēka eksistencē. Interesanti, ka pēc tam, kad noticis emociju pārvērtējums caur estētikas prizmu, var tikt izmainīts arī to saattiecinājums ar morāli un izziņu. Var tikt uzdoti jautājumi, kādā veidā emocijas, kas

parasti skatītas kā iracionāla pasaules tveršanas forma, var piedāvāt pilnīgāku skatu uz pasauli un attiecībām ar līdzcilvēkiem. Romantiķi piedāvāja skatīties uz izziņu un morāli kā tādu, kurā būtiska ir ne tikai atsvešināta racionalitāte, bet tādas emocionālas izpausmes kā degsme, aizrautība, kaisme, ar kādu cilvēks tiecas pēc patiesības un labā (*Moscovici, 2007: 4–5*).

Turpinot iepriekš pieteikto, Dekarta aizsākto virzienu, kurā emocijas ir skatītas kā sajūtas, ir jāatzīmē 19. gadsimta otrajā pusē un 20. gadsimta sākumā dzīvojošā amerikāņu filosofa V. Džeimsa ieguldījums virziena attīstībā. Ja Dekarts emocijas skatīja kā ķermeniskas sajūtas, kas tomēr atrodas mijiedarbībā ar garu, tad Džeimsa koncepcija ir krietni radikālāka – emocijas skatāmas tīri ķermeniskos ietvaros. Pēc šī filosofa domām, emocijas var aprakstīt šādi: cilvēks ar saviem maņu orgāniem uztver kādu objektu, tas izraisa fiziskas pārmaiņas cilvēka ķermenī (sirdspukstos, elpošanas tempā, sejas un citu muskuļu tonusā utt.), rezultātā cilvēks pārdzīvo subjektīvu izjūtu par notikušajām izmaiņām. Lai gan uztvere ir uzskatāma par tādu, kas piederīga garīgām funkcijām, tomēr Džeimsa koncepcijā šī garīgā izpausme skatāma tikai kā emocijas cēlonis, kas nav ietverts pašā emocijā. Arī subjektīvā izjūta par notikušajām pārmaiņām ir tikai blakusparādība ķermeniskajām norisēm. Ļoti neierasti skan Džeimsa apgalvojums: lai gan veselais saprāts mums apgalvo, ka mēs izjūtam skumjas un tāpēc raudam, taču patiesībā mēs raudam un tādēļ jūtam skumjas. No šāda skatījuma izriet, ka ar fizioloģiskām atšķirībām vajadzētu pietikt, lai būtu iespējams nošķirt vienu emociju no otras, taču trūkst eksperimentālu pierādījumu tam, ka tā tiešām varētu būt – virkne emociju ir tādas, kurās paātrinās sirdspuksti, elpošanas ātrums (*Lyons, 1980: 13–15*). Nedaudz citādi ir ar izmaiņām, kas notiek sejas izteiksmēs, – ir pētījumi, kas uzrāda paralēles starp noteiktām sejas izteiksmēm un tām atbilstošām emocijām, taču jebkurā gadījumā jautājums par to, kas bija pirmā – vista vai ola jeb fiziskas izmaiņas ķermenī vai subjektīvā sajūta –, paliek neatbildēts.

Pievēršoties 20. gadsimta pirmās puses filosofijai, var izdalīt divas nozīmīgas pieejas, kas emociju izpētē ietekmējušas arī tādus domātājus, kas paši sevi attiecīgajiem virzieniem nepieskaita: tā ir fenomenoloģija un ikdienas valodas filosofija.

Fenomenoloģijas pamatā ir doma, ka filosofijas primārais uzdevums ir pētīt apziņas struktūras un to, kā dažādi fenomeni parādās apziņā, tādējādi vērstoties pret objektivizējošo dabaszinātņu nostādni. Fenomenoloģija aicina atgriezties pie pašām lietām, zinātnisko skaidrojumu skatot tikai kā abstraktu, sekundāru zīmju valodu, kas nespēj izgaismot cilvēka un īstenības attiecības, samērot cilvēku ar pasauli (ir milzu atšķirība, vai cilvēks tiek skatīts kā viens no septiņiem miljardiem pasaules iedzīvotāju vai arī pats kā savas pieredzes centrs; no fenomenoloģijas skatpunkta manas attiecības ar īstenību nosaka tas, ka es esmu savas pieredzes centrs, fakts, ka es esmu arī viens no septiņiem miljardiem

citu zemes iedzīvotāju, nozīmi iegūst no tā, ka šis fakts ir nonācis manā apziņā). No šī apraksta izriet, ka fenomenoloģisks skatījums uz emocijām ir tāds, kurā tiek meklēta atbilde uz jautājumu, kādā veidā cilvēks izjūt emocijas, nevis, piemēram, kādi neurofizioloģiski procesi ir to pamatā. Protams, arī visi līdz šim aplūkoti domātāji nav skaidrojuši emocijas šādā dabaszinātniskā manierē, tomēr nekad iepriekš nav bijusi tik liela nepieciešamība aizstāvēties pret aizspriedumiem, – ka pie patiesām zināšanām var nonākt tikai empīrisku pētījumu rezultātā. No daudzajām tēmām, kas ir nozīmīgas fenomenoloģijas kontekstā, var izvirzīt divas, kas ir īpaši aktuālas, apcerot emocijas: tas ir jautājums par intencionalitāti un to, kādā veidā interpretēt ķermeni un ķermenisko pieredzi. Abi šie jautājumi pagaidām netiks aplūkoti, atliekot tos uz nākamo nodaļu, jo tie ir nozīmīgi tajā aprakstīto jautājumu kontekstā. Šim brīdim pietiks, ja tiks akcentēta personiskā pārdzīvojuma nozīme emociju aplūkojumā. Lai gan emocijas var tikt skatītas atrauti no šīs perspektīvas, tomēr šāds skatījums ir neizbēgami nepilnīgs.

Otrs minētais virziens – **ikdienas valodas filosofija** – savā pieejā liek uzsvaru nevis uz tādu, tikai subjektīvi tveramu lietu kā apziņu, bet gan uz valodu, kurai turpretī var piekļūt ikviens valodas lietotājs. Šis virziens piedāvā analizēt to, kādā veidā tiek lietota valoda un kas tiek saprasts ar noteiktiem vārdiem, nevis meklē lietu būtību. Apzīmējums “ikdienas”, iespējams, ir nedaudz maldinošs, jo ar to netiek domāts, ka šī virziena pārstāvji interesējas tikai par veidiem, kādos noteikti vārdi tiek lietoti sadzīviskās sarunās. Arī zinātnisku tekstu var aplūkot, izejot no ikdienas valodas filosofijas pozīcijām. Šī virziena “ikdienišķums” balstās apstākļi, ka analizēts tiek tas, kādā veidā valoda darbojas, kā veidojas lietoto vārdu nozīmes, ļaujot arī salīdzināt, kā vārdu lietojums atšķiras dažādos diskursos – vai tas būtu sadzīviskais, zinātniskais, reliģiskais vai vēl kāds cits diskurss (*Parker-Ryan, 2012*). Piemēram, vārdu “filosofija” un “filosofēšana” nozīme izteikti atšķiras atkarībā no tā, vai tie lietoti akadēmiskajā vidē, kādas iestādes statūtos vai sabiedriskajā transportā. Pirmajā gadījumā ar “filosofiju” tiek saprasta akadēmiska disciplīna, kurai piemīt atbilstoša, šajā vidē atzīta pieeja, ko var nodēvēt par filosofēšanu, otrajā gadījumā runa drīzāk ir par attiecīgās iestādes principiem un vērtībām, savukārt, saskaroties ar apzīmējumu “filosofēšana” sabiedriskajā transportā, visticamāk, vārda lietotājs nievājoši ir vēlējis norādīt uz bezjēdzīgu, subjektīvu, bezatbildīgu spriedelēšanu, no kuras pilnīgi noteikti nav nekāda praktiska labuma.

Arī emocijas ir iespējams analizēt, aplūkojot, kādā veidā vārds tiek lietots. Piemēram, tādu emociju kā bailes iespējams analizēt kā konceptu, kas lietojumā uzrāda saikni ar citiem neemocionāliem konceptiem, kas apzīmē tipiskas situācijas, kādās bailes rodas (tumsā, saskarē ar zirnekļiem un čūskām, pirms eksāmena utt.), simptomus, kas liecina par bailēm (plaši atvērtas vai, pretēji, cieši aizvērtas acis, svīšana, drebošas rokas utt.) un darbībām, kas ir tipiska reakcija

uz bailēm (bēgšana, saukšana pēc palīdzības utt.). Izejot no šiem trim aspektiem, iespējams analizēt jebkuru emociju. Principā, balstoties šādos raksturojumos, iespējams iemācīties vārdus, kas apzīmē dažādas emocijas, tā, lai varētu veiksmīgi lietot tos komunikācijā, taču ir atšķirība starp spēju lietot vārdu un īstu izpratni par tā nozīmi. Minētie trīs aspekti nesniedz pietiekamus nosacījumus, lai kaut ko nodēvētu par konkrēto emociju (*Lyons, 1980: 47–48*). Nepietiek ar to, ka, gaidot eksāmenu, man trīs rokas, es svīstu un pēkšņi aizskrienu prom, lai droši varētu identificēt bailes, iespējams, es esmu pēkšņi saslimusi.

Iepriekšējā rindkopā aplūkotā trīs aspektu pieeja, protams, nav vienīgā, kādā iespējams veikt emociju analīzi, balstoties ikdienas valodas filosofijas pieejā. Tā ir viens no šīs pieejas iespējamajiem variantiem, kuru izstrādājis britu filosofs E. Kenijs, balstoties ikdienas valodas filosofijas aizsācēja L. Vitgenšteina idejās.

Noslēdzot pārskatu par dažādajām **emociju koncepcijām filosofijas vēsturē**, var atzīmēt arī dažas no psiholoģijā attīstītajām teorijām, kas pievērsušās emociju aplūkojumam. Nav daudz tēmu, kuru ietvaros abu šo jomu – filosofijas un psiholoģijas – saskarsme būtu tik cieša, tāpēc būtu vērts īsumā ieskicēt arī psihologu devumu tēmas iztirzājumā.

Kā pirmo var minēt **evolūcijas teoriju**, kuras nostādne ļoti atšķiras no līdz šim aplūkotajām koncepcijām. Šī pieeja orientējas uz emociju vēsturisko attīstību, skaidrojot, kādēļ noteiktas emocijas ir attīstījušās. Emociju attīstība tiek saistīta ar dabisko atlasī – attīstās tās emocijas, kas nodrošina veiksmīgu adaptāciju pasaulē, kā arī savu gēnu nodošanu nākamajām paaudzēm (*Johanson, 2009*). Piemēram, bailes no zirnekļiem daudzos gadījumos var būt nepamatotas un grūti izskaidrojamas (it sevišķi Latvijas apstākļos, kur nevienas indīgas zirnekļu sugas nav), taču evolūcijas teorija to varētu skaidrot kā no senseniem laikiem mantotu aizsardzības reakciju, kas kādreiz bijusi nozīmīga, jo cilvēks pavadīja laiku brīvā dabā (atšķirībā no vairuma mūsdienu cilvēku) un tādās vietās, kur indīgi zirnekļi ir sastopami. Bailes no šiem posmkājiem ļāvušas izdzīvot, kas savukārt ir priekšnoteikums, lai indivīds varētu vairoties un nodot savus gēnus tālāk, tostarp arī gēnos iekodētās bailes no zirnekļiem. Cits piemērs – tiek uzskatīts, ka pastāv atšķirība starp sievieti un vīrieti greizsirdību. Vīriešus vairāk uztrauc tas, ka viņu sievietēm varētu būt seksuālas attiecības ar citu vīrieti, savukārt sievietei drīzāk piedos vīrieša sānsolus, ja tie ir bijuši tikai fiziska rakstura, nekā samierināsies ar to, ka vīrietis ir iemīlējis citā sievietē. No evolūcijas teorijas skatpunkta šī atšķirība tiek skaidrota, balstoties atšķirīgajās situācijās, kādās abi dzimumi ir iesaistīti ar savu gēnu nodošanu – vīrietim ir jāsaņemas, vai viņš ir savas sievietes bērnu īstais tēvs, kurpretim sievietei šāda problēma nav aktuāla, taču sievietei ir jāsaņemas par to, ka viņas vīrietis varētu no viņas novērsties un pārstāt rūpēties par viņas bērniem, kas savukārt samazina bērnu izredzes nodzīvot pēc iespējas veiksmīgāku dzīvi un izplatīt mātes gēnus, radot viņai veiksmīgus mazbērņus, mazmazbērņus utt.

Biheiviorisms savukārt ir teorija, kas zīmīga ar to, ka savā pieejā izteikti centusies norobežoties no filosofiskas pieejas psihisku norišu skaidrojumā, tā vietā tuvinoties dabaszinātnēm un pievēršoties empīriski novērojamas uzvedības pētniecībai, subjektīvi tveramas psihes norises atstājot bez ievērības. Viens no šīs pieejas slavenākajiem pārstāvjiem B. F. Skiners emocijas skaidroja saistībā ar tādām uzvedības formām, kas veicina cilvēkam vēlamās situācijas nodrošināšanu. Piemēram, ja kāds ir rīkojies man nepieņemami, tad tas izraisa tādu emociju kā dusmas. Dusmojoties es sāku uzvesties citiem cilvēkiem nepatīkamā veidā (paceļu balsi, sataisu briesmīgu sejas izteiksmi). Cilvēks, uz kuru es dusmojos, nevēlas vairs pieredzēt šādu manu uzvedību, tāpēc vairs nerīkojas man nepieņemamā veidā. Tādējādi es ar savu uzvedību esmu panākusi vēlamās situācijas nodrošināšanu. Problēma ar šādu skaidrojumu – ja nu es slēpju savas patiesās emocijas un uzvedos tā, it kā būtu apmierināta, vai tas atceļ to, ka emocija, kuru šobrīd patiesībā pārdzīvoju, ir dusmas? Un vai tiešām visas emocijas ir interpretējamas kā tādas, kas orientētas uz sev vēlamā stāvokļa nodrošināšanu? Kāds labums, piemēram, ir no sērām par kaut ko pilnībā zudušu? Mana neapmierinātība taču nevar to vairs nekādi atgriezt (*Lyons*, 1980: 17–22).

Visbeidzot, nevar nepieminēt **psihoanalīzi**, kas savukārt no visām psiholoģiskajām teorijām emociju aplūkojumā ir atstājusi uz filosofiju vislielāko ietekmi. Šīs teorijas ietvaros uzsvars ir likts uz psihes neapzinātajiem procesiem. Pats tās dibinātājs Z. Freids nav izstrādājis vienotu, sistemātisku pārskatu par emocijām, tā vietā vēršot uzmanību uz atsevišķām emocijām, kas būtiskas klīniskajos gadījumos. Ja tomēr mēģina rast kādu vispārēju emociju raksturojumu, tad jāatzīmē viņa ideja, ka daudzu aktuālajā brīdī piedzīvotu emociju pamats nav vis tā brīža situācija, bet gan kāds traumatisks notikums, kas norisinājies kaut kad agrā bērnībā un kas tagad tiek nejauši asociēts ar pašreizējo notikumu, kas atmiņā atmodinājis toreiz piedzīvoto emocionālo pārdzīvojumu. Tā kā šis agrīnais notikums ir bijis traumatisks, tad bērns nav spējis ar to samierināties un izspiedis no savas apziņas neapzinātajā. Savā ziņā līdzīgs ir franču filosofa Ž. P. Sartra skatījums uz emocijām. Viņš uzskatīja, ka emocijas saistītas nevis ar neapzināto, bet gan tās izpaužas kā reakcija uz nespēju samierināties ar realitāti, tā vietā radot citu, emociju iekrāsotu, pasauli. Piemēram, situācija manī atmodina kādu vēlmi, ko nav iespējams apmierināt, tāpēc es sāku uz pasauli skatīties caur dusmu prizmu (*Lyons*, 1980: 25–28).

Kognitīvās un sajūtu teorijas emociju skaidrojumā

Pēc šī vēsturiskā pārskata varam pievērsties mūsdienās aktuālām filosofiskām debatēm, kas veltītas emociju problemātikai. Kā jau iepriekš norādīts, jautājums par emocijām filosofijā nekad nav bijis uzmanības centrā, taču arī

pie šīs nelielās uzmanības, kas veltīta emociju iztirzājumam, var konstatēt periodus, kad filosofu interese pieaug, pat ja tik un tā pievērstā uzmanība ir neliela, salīdzinot ar to, kas veltīta citiem jautājumiem, kaut vai, piemēram, prātam un domāšanai. Šādu intereses palielināšanos var konstatēt 20. gadsimta otrajā pusē, un tā nav norimusi arī šobrīd. Attiecīgais periods ir arī pietiekami ilgs, lai tā laikā emociju filosofijā varētu iezīmēties tēmas, kas nu jau kļuvušas klasiskas. Par šādu klasisku tēmu ir uzskatāms strīds starp divu emociju teoriju virzieniem, kuri tiek dēvēti par kognitīvajām teorijām un sajūtu teorijām (dažos gadījumos otrās tiek dēvētas arī par nekognitīvajām teorijām). Īsumā raksturojot abus šos virzienus, var teikt, ka kognitīvās teorijas ir tādas, kas apgalvo, ka emocijas ietver sevī kognitīvu saturu (domas, uzskatus, spriedumus), savukārt sajūtu teorijas liek uzsvāru uz ķermeniskām sajūtām, kas saistītas ar emocijām (piemēram, izjūtot tādu emociju kā kauns, būtiskais ir tas, kā es sajūtu karstumu vaigos, kuru citi var novērot kā nosarkšanu, kā arī mana sirds sāk sisties straujāk utt.).

Tas, ka diskusija starp kognitīvo un sajūtu teoriju pārstāvjiem ir aktuāla mūsdienās, nenozīmē, ka būtu pavērts pilnīgi jauns tematisks lauks emociju izpratnē. Savā ziņā arī iepriekšējo laiku filosofus iespējams klasificēt kā vienam vai otram virzienam piederīgus (antīkās un viduslaiku filosofijas pārstāvji parasti iekļaujas kognitīvajā virzienā, uzsverot emociju un prāta mijiedarbību, savukārt no jaunajiem laikiem līdz pat 20. gadsimta vidum dominējošas ir sajūtu teorijas, kas izceļ emociju ķermeniskos aspektus), taču, pirmkārt, iepriekšējo laiku filosofi paši sevi neidentificēja kā piederīgus šādiem virzieniem, un, otrkārt, nepastāvēja domu apmaiņa starp abu virzienu pārstāvjiem, no kuriem katrs censtos pierādīt savas pozīcijas pārákumu.

Iemesls tam, kādēļ pastāv šāds strīds, meklējams pašu emociju dabā, kura nebūt nav viendabīga, tādējādi ļaujot gan kognitīvajām, gan sajūtu teorijām parādīt savas stiprās puses. Filozofs Dž. Princs norāda:

“Emocijām piemīt īpašības, kas ir vērstas abos virzienos – īpašības, kas liek emocijām izskatīties diezgan saprātīgām, un īpašības, kas liek tām izskatīties diezgan padumjām. Tās kalpo kā paraugs mūsu dzīvnieciskās dabas pamatimpulsiem, tajā pašā laikā izraisa cilvēcīgākos un humānākos mentālos repertuārus. Atkarībā no tā, kam tiek pievērsta uzmanība, emocijas var parādīties gan kā mūsu vienkāršākie instinkti, gan arī kā izsmalcinātākie no mūsu sasniegumiem. Šī dubultā daba padara emocijas ne tikai aizraujošas, bet arī mulsinošas.” (Prinz, 2003: 69)

Tas, ka kāds ir pievērsies emociju kognitīvajiem, saprātīgajiem aspektiem, gan vēl nenozīmē, ka emocijas uzreiz tiks novērtētas kā visaugstākā cilvēcības izpausme (atcerēsimies kaut vai Platona nostāju – jā, emocijas nav vienkārši

ķermeniski impulsi, tās mijiedarbojas ar prātu, spēj nosliekties arī saprātīgā virzienā, taču dvēseles hierarhijā tās nekad neizkonkurēs prāta īpašo vietu), tajā pašā laikā, protams, ir iespējams arī izteikti pozitīvs emociju novērtējums, piemēram, romantisma idejās.

Iepriekšējā rindkopā citētais Princa raksts sniedz vienu no veiksmīgākajiem pārskatiem par debatēm, kas risinājušās starp kognitīvajām un nekognitīvajām teorijām⁴, tāpēc turpmākais teksts tiks veidots, pamatā balstoties Princa pētījumā.

Princa savu pārskatu sāk ar **nekognitīvo teoriju** virzienu, norādot, ka arī šī teoriju grupa nav viendabīga. Nekognitīvo teoriju virziena radikālāko formu veido tās teorijas, kas emocijas identificē ar tīrām sajūtām, apgalvojot, ka neko citu emocijas arī neietver. Tas nozīmē, ka, piemēram, tādu emociju kā mīlestība veido tikai ķermeniskie uztvērumi, kādi parasti tiek pārdzīvoti, kad esam iemīlējušies, – ieraugot mīļoto cilvēku, sirds sāk sisties straujāk, un mēs piedzīvojam sajūtu, kas ir gandrīz kā pacelšanās virs zemes. Un tas arī ir viss, bez šīm ķermeniskajām sajūtām nekā cita vairs nav. Pārējais ir tikai emocijas pavadošas domas, cerības, uzskati, kas nav ietverti pašās emocijās. Principā no šādas teorijas skatpunkta arī pašam mīlas objektam vajadzētu būt sekundāram. Filosofiskajā terminoloģijā šo fenomenu dēvē par **intencionalitāti** jeb vērstību uz kādu objektu.

Parasti intencionalitātes jēdzienu izmanto, raksturojot apziņu un domāšanu – mana apziņa un manas domas vienmēr ir par kaut ko, nav iespējams, ka tās nav vērstas uz kādu objektu. Nepastāv doma, kurai nav pilnīgi nekāda satura. Emociju kontekstā intencionalitātes problēma ir viens no tematiem, par kuru tiek aktīvi diskutēts kognitīvo un sajūtu teoriju strīda ietvaros. Kā minēts, sajūtu teorijas nepiedāvā skatīt emocijas kā intencionālas, savukārt kognitīvās teorijas apgalvojumu, ka emocija vienmēr ir vērsta uz kādu objektu, izmanto, lai pamatotu savu pamatnostādni, ka emocijas pēc būtības ir tuvas citiem kognitīviem procesiem, jo tiem piemīt šī kopīgā iezīme.

⁴ Princa ir viens no tiem, kurš izvēlas apzīmējumu “nekognitīvās teorijas”, kas, no vienas puses, ir precīzāks apzīmējums, jo pie šī virziena ir pieskaitāmas ne tikai tādas teorijas, kas emocijas skaidro tieši kā ķermeniskas sajūtas, bet arī tādas, kas emociju un ķermeņa saikni skata plašāk, ne tieši kā sajūtas, taču, no otras puses, šāds apzīmējums arī ir mazāk izsakošs. Pats apzīmējums “kognitīvs” un “kognīcija” jau ir pietiekami mulsinošs – kognitīvie zinātnieki risina bezgalīgas diskusijas par šo viņu zinātnē centrālo jēdzienu patieso nozīmi. Apzīmējums “nekognitīvs” tādējādi ir vēl problemātiskāks. Šī otrā aspekta dēļ raksta autore ir izvēlējusies par labu apzīmējumam “sajūtu teorijas”.

Atgriežoties pie tīrajām sajūtu teorijām, jānorāda: kā jau tas parasti ir ar radikālām teorijām, tās ir stipri apšaubāmas, turklāt visbiežāk nevar atrast nevienu cilvēku, kas īstenībā pārstāvētu šādu teoriju. Ja kāds argumentē pret radikālu teoriju, tas visbiežāk nozīmē, ka kritiķis ir uzkonstruējis “salmu vīru” jeb “putnubiedēkli”⁵, kuru pats cenšas pēc tam apkarot.

Somatiskās teorijas ir mērenāka nekognitīvo teoriju versija, kurā tiek apgalvots, ka emocijas ir kā atbildes reakcija uz noteikta veida pārmaiņām ķermenī, tostarp hormonu līmeņa izmaiņām. Šīs pieejas pārstāvji aktīvi izmanto empīriskus pētījumus: piemēram, ir atklāts, ka cilvēki ar noteikta veida smadzeņu bojājumiem, kas neļauj pilnībā tvert atsevišķas izmaiņas ķermenī, piedzīvo arī atbilstošu emociju līmeņa samazināšanos. Taču šādai teorijai iespējams iebilst, ka ķermeniskās reakcijas neveido emociju saturu, bet gan tikai tās pavada (*Prinz*, 2003: 70–71). Līdzīgi mēs nošķiram mākoņus un lietu – tas, ka mākoņi vienmēr pavada jeb ir klātesoši lietus gadījumā, neliek mums teikt, ka mākoņi ir lietus, lai gan tie ir visciešākajā mērā saistīti.

Arī **kognitīvo teoriju** gadījumā var izšķirt dažādus to veidus – tīri kognitīvās teorijas, kas apgalvo, ka emocija ir spriedums (vai kāds cits kognitīvs process), un jauktās teorijas, kurās emocijas tiek skatītas kā tādas, kas ietver gan kognitīvo, gan nekognitīvo komponenti, taču tā nav uzskatāma par emociju, ja tai nav arī šī kognitīvā aspekta.

Apgalvojums, ka emocija ir spriedums, skan nedaudz dīvaini. Parasti ar spriedumu tiek domāts kaut kas apzināts, vārdos artikulēts, kā, piemēram, tiesneša spriedums, vai arī ikdienišķāka spriešana par to, kā labāk būtu rīkoties, kā attiekties pret kādu jautājumu, utt. Doma, ka šādā veidā darbojas arī emocijas, nešķiet pārlicinoša. Emociju gadījumā es nevis spriežu, bet reaģēju spontāni. Taču uz spriedumu var paskatīties arī citādi. R. Solomons ir domātājs, kurš kļuva slavens ar skandalozo apgalvojumu, ka emocijas ir spriedums, taču viņš norāda, ka spriedums var būt arī neapzināts un neartikulēts. Viņš norāda, ka arī dzīvnieki izdara spriedumus – tie izspriež, vai ēst kaut ko vai neēst, doties vienā virzienā vai otrā, kas gan nenozīmē, ka šie spriedumi notiek apzināti (kur nu vēl artikulēti), taču kaut kāds lēmums ir izdarīts. Tāpat emocijas mūsos var ienākt vai nu apzināti, vai neapzināti (*Solomon*, 2003: 10). Piemēram, pastāv mīts, ka leģendārā dziesma *Gloomy Sunday* izraisa neapraķstāmas skumjas, kas pārsteidzoši bieži ir novedusi cilvēkus, tostarp pašu dziesmas komponistu R. Seresu, pie pašnāvības, līdz ar to saprātīgam cilvēkam droši vien vajadzētu censties izvairīties no šīs dziesmas klausīšanās – šādā gadījumā var runāt par emociju kā vairāk vai mazāk

⁵ Ar “salmu vīru” un “putnubiedēkli” domāts klasisks argumentācijas kļūdas veids, kurā argumentētājs, uzrādot sava pretinieka kļūdas, pārspilējot sagraza viņa teikto, tādējādi sākot cīnīties pret pozīciju, kuru neviens patiesībā nepārstāv.

apzinātu spriedumu –, taču, ja fonā ir ieslēgts radio un pēkšņi tiek atskaņota šī dziesma, tad skumjas var iezagties gluži nemanāmi, tādējādi emocija izpaužas kā neapzināts spriedums par to, cik viss ir briesmīgi un ka varbūt ir jādara sev gals.

Tīri kognitīvām emociju teorijām var iebilst, ka ir grūti atspēkot to, ka emociju gadījumā tiek pārdzīvotas arī ķermeniskas sajūtas. Ar šādu kritiku nācās saskarties arī Solomonam. Viņa teorijas agrīnajā versijā ķermeniskas sajūtas tik tiešām bija ignorētas, taču vēlāk filozofs savu teoriju pārstrādāja, savdabīgā veidā tajā iekļaujot arī ķermeniskās sajūtas. Viņaprāt, arī ķermeniskās sajūtas ir sava veida spriedumi – tās ir ķermeņa spriedumi. Šo neierasto ideju Solomons pamato, izmantojot filosofa G. Raila nošķirumu starp divu veidu zināšanām – zināšanām par kaut ko jeb faktiskām, teorētiskām zināšanām un zināšanām, kā kaut ko izdarīt, jeb praktiskām zināšanām (Solomon, 2003: 12–15). Visbiežāk cilvēki ar zināšanām saprot tieši faktiskās zināšanas, piemirstot par praktiskajām zināšanām, kuras visbiežāk izpaužas neartikulētā jeb vārdos neizteiktā veidā. Piemēram, klavierspēle ir praktiskas zināšanas, kuras, protams, pavada arī teorētiskas zināšanas, taču neviena teorētiska atziņa šajā gadījumā nevar atsvērt to, vai mani pirksti zina, ko darīt uz klavieru taustiņiem, vai nezina. Analogiski var runāt par emociju ķermeniskajiem aspektiem kā spriedumiem – saskaroties ar patīkamo, ķermenis var izspriest (visbiežāk neapzināti), ka ir vērts pasmaidīt, bet mēs varam arī izvēlēties smaidīt apzināti, cerībā, ka tas izraisīs garastāvokļa uzlabošanos pat tad, ja nekas labs patiesībā nav noticis.

Kā **jaukto teoriju** piemēru var minēt R. Lacarusa (*Richard Lazarus*) vērtējuma teoriju (*appraisal theory*), kurā tiek apgalvots, ka emocijas ietver sajūtas, ko radījuši vērtējoši spriedumi, un katra no emocijām ir saistīta ar kādu no sešām vērtējuma dimensijām, kas izpaužas kā atbildes uz sešiem jautājumiem:

- 1) vai ir noticis kaut kas tāds, kas attiecas uz maniem mērķiem;
- 2) vai tas saskan ar maniem mērķiem;
- 3) vai tas skar manu ego;
- 4) vai vajadzētu kādu vainot vai pretēji – atbalstīt;
- 5) kādā veidā ar to iespējams sadzīvot;
- 6) ko es varu sagaidīt no nākotnes.

Ja cilvēks nonāk situācijā, kurā tiek skarts kāds no minētajiem jautājumiem, raisās emocija, kas ir kā vērtējums notiekošajam. Piemēram, tādu emociju kā dusmas no šīs teorijas viedokļa var skaidrot šādi:

- 1) ir uzradies kaut kas tāds, kas ietekmē manus mērķus;
- 2) tas traucē to realizāciju;
- 3) tādējādi tiks iedragāta mana pašapziņa;
- 4) ir jāvaino tas, kurš izraisījis šo stāvokli;
- 5) vienīgais veids, kā samierināties ar situāciju, ir paust agresiju;
- 6) taču tas, visticamāk, neuzlabos situāciju.

Ne katrai emocijai ir jāizriet no visām sešām dimensijām vienlaicīgi, taču vismaz kādai no sešām ir jābūt aktuālai (*Prinz, 2003: 73*).

Lacarusas teorijas kritiķi norādījuši uz vairākiem problemātiskiem tās aspektiem. Šajā rakstā tiks rekonstruēti divi nozīmīgākie iebildumi.

Pirmkārt, atbilstoši šai teorijai emocija tāpat rodas, balstoties vērtējuma spriedumā, taču dzīvē bieži gadās tā, ka mēs sākotnēji esam situāciju novērtējuši vienā veidā, tas ir izraisījis noteiktu emociju, pēc tam mēs esam uzzinājuši jaunus faktus, kas liek mainīt savu vērtējumu, taču emocija paliek sākotnējā (piemēram, kāds mūs sadusmo, pēc tam mēs uzzinām, ka nav bijis pamata, bet dusmas neatkāpjas). Uz šo iebildumu Lacaruss ir atbildējis, norādot, ka šī emociju nekontrolējamā puse saistīta ar emociju nekognitīvo aspektu (jo viņa teorija, kā jau minēts, pieder pie to teoriju grupas, kas nenoliedz arī šādu nekognitīvu aspektu klātbūtni emocijās), turklāt var gadīties arī tā: lai gan apzināti mēs mainām savu vērtējumu, tomēr neapzināti paliekam pie iepriekšējā sprieduma, kā tas ir, piemēram, aizspriedumu gadījumā – zināt, ka lielākā daļa musulmaņu nav teroristi un ir gluži normāli cilvēki, ir viena lieta, taču ir gadījumi, kad cilvēki turpina uz katru šīs ticības pārstāvi skatīties ar aizdomām.

Otrkārt, Lacarusas teorijas kritiķi var vaicāt, kā ar šo teoriju skaidrot gadījumus, kad kāda emocija tiek izraisīta, izmantojot tīri fiziskus līdzekļus, piemēram, noteiktas emocijas var tikt izraisītas narkotiku ietekmē, vai arī nevainīgāks piemērs – piespiežot sevi pasmaidīt, visbiežāk cilvēki tik tiešām sāk justies labāk. Šādos gadījumos nekāda vērtēšana nenotiek. Pats Lacaruss nav atbildējis uz šo iebildumu, taču iespējamais arguments varētu būt tāds, ka šādos gadījumos runa nav par īstām emocijām, bet gan sajūtām, kas tikai atgādina emocijas (*Prinz, 2003: 74–75*).

Aplūkoto debašu kopsavilkums varētu būt šāds:

- Nekognitīvo teoriju izskaidrošanas potenciāls ir vājš. Tās nespēj skaidrot mijiedarbību, kas pastāv starp emocijām un domāšanu, kā arī emocijām piemītošo intencionalitāti jeb vērstību uz kādu objektu. Nekognitīvajās teorijās emocijas nav jēgpilnas.
- Kognitīvās teorijas savukārt spēj piedāvāt to, kas ir iztrūkstošs nekognitīvajās teorijās, taču nenovērtēts paliek ķermeniskais aspekts, it īpaši tādos gadījumos, kad ķermeniskas norises raisa emocijas, kurās tādu kognitīvu procesu kā spriešanas un vērtēšanas līdzdalība ir apšaubāma.

Lai gan strīds starp kognitīvajām un sajūtu teorijām savu kulmināciju piedzīvoja pasen (pagājušā gadsimta 80. gados), tomēr vēl joprojām filosofi, kas savos apcerējumos pievēršas emociju problemātikai, ļoti bieži pozicionē sevi kā piederīgus vienam vai otram virzienam. Tajā pašā laikā ir vērojama tendence abas pozīcijas tuvināt, skatot emocijas kā sava veida tiltu starp apzināto un neapzināto, kognitīvo un ķermenisko.

Šī raksta autore uzskata, ka strīda sakne lielā mērā meklējama tajā, ka abu virzienu pārstāvji turpina darboties gara un ķermeņa duālisma paradigmā. Ar gara un ķermeņa duālismu tiek saprasts skatījums uz garu un ķermeni kā divām atšķirīgām substancēm, no kurām pirmā ir nemateriāla, bet otra – materiāla. Ja tās ir atšķirīgas substances, tad rodas virkne filosofisku problēmu, no kurām galvenā ir: kādā veidā norisinās gara un ķermeņa mijiedarbība? Citiem vārdiem – kā ir iespējams tas, ka tādas nemateriālas lietas kā domas spēj ietekmēt matēriju jeb ķermeni un, pretēji, kā ķermeniskas norises spēj ietekmēt gara dzīvi? 20. gadsimtā daudzi filosofi fenomenologi ir mēģinājuši atrisināt šo problēmu, duālismu atceļot, un nevis reducējot garu uz fizisko pasauli, apgalvojot, ka cilvēka garu var izskaidrot, pētot smadzenes, bet gan akcentējot, ka mūsu ķermenis nav vienkārša matērija (kā gaļas blāķis), bet tā ir dzīva miesa, kas ir tādu procesu caurstrāvota, ko ierasti asociējam ar gara pasauli, un tāpat arī cilvēka garīgā pasaule nenotiek kaut kā atrauti no ķermeniskās, visa mūsu uztvere norisinās ķermeniski.⁶

Ja atsakās no ķermeņa un gara duālisma, tā vietā akcentējot tos abus kā vienotu lietu jeb miesu⁷, tad, pēc autores domām, šeit aplūkotajam strīdam starp kognitīvajām un sajūtu teorijām lielā mērā zūd jēga. Nevarētu gan teikt, ka līdz šim neviens filozofs nav iedomājies iet šajā virzienā. Arī pats Princs savā teorijā piedāvā pārinterpretēt ķermeni kā tādu, kurš ir nevis materiāla lieta, bet gan tādu, kurā mēs esam iemiesoti. Viņš pats gan sevi redz kā nekognitīvā virziena pārstāvi un iepriekš aprakstītā V. Džeimsa sekotāju, tomēr, pēc autores domām, nedaudz mainot akcentus, viņa pozīciju varētu skatīt arī kā tādu, kas strīdu ir pārvarējusi.

Nobeigums

Jautājums par emociju attiecībām ar racionalitāti, kas tika pieteikts jau pašā raksta sākumā, labi iekļaujas iepriekšējā nodaļā aprakstīto kognitīvo teoriju ietvaros, it sevišķi tad, ja tiek akcentēta to tuvība, mijiedarbība, kā tas ir šī raksta gadījumā. Tomēr, ņemot vērā tikko aprakstīto piedāvājumu novērst strīdu, atceļot ķermeņa un gara dualitāti, piederība kognitīvo teoriju grupai nav obligāta.

Viens no emociju raksturojumiem, kas regulāri parādās dažādajās emociju koncepcijās, ir to neuzticamība. Arī ikdienā bieži tiek uzskatīts, ka emocijas aptumšo mūsu prātus, neļaujot saprātīgi spriest par sevi, apkārtējiem cilvēkiem,

⁶ Sīkāk ar šīm idejām var iepazīties, piemēram, franču fenomenologa M. Merlo-Pontī tekstos.

⁷ Autori, kas tiecas atcelt gara un ķermeņa duālismu, ir ieviesuši terminoloģisku nošķirumu starp “ķermeni” un “miesu”, ar “ķermeni” domājot materiālo substanci, savukārt ar “miesu” apzīmējot gara caurausto ķermeni, kurā attiecīgais duālisms ir pārvarēts. Nošķiruma saknes meklējamas jau minētā filosofa M. Merlo-Pontī idejās.

notiekošo. Šādi novērojumi kalpo par pamatu tam, lai pretnostatītu emocijas racionalitātei, kura turpretim skatīta kā uzticama un tāda, kas ļauj objektīvi, atsvešināti paraudzīties uz lietām.

Šo vispārpieņemto uzskatu iespējams kaut nedaudz iedragāt, salīdzinot emocijas un racionalitāti, balstoties tajā, cik lielā mērā mēs spējam tās izvēlēties. Izejas punkts tātad ir pieņēmums, ka emocijām mēs ļaujamies pasīvi, savukārt domas saistītas ar noteiktām izvēlēm. Vai šis pieņēmums ir adekvāts?

Vispirms par racionalitāti – domāšana šī vārda stingrā nozīmē vienmēr ir sakārtota aktivitāte, ar to saprotot, ka tā nav domāšana, ja tā nepakļaujas loģikas likumiem un tai nepiemīt jēgpilns secīgums (haotisku, savstarpēji pret-runīgu domu jūklis, kas gluži nekontrolēti iešaujas prātā un tad atkal nozūd, šādā šaurā vārda izpratnē nav domāšana). Taču atbilde uz jautājumu, vai domas vienmēr ir voluntāras (jeb apzināti izvēlētas), ir noliedzoša. Jau pieminētais filozofs R. Solomons šajā kontekstā norāda: “Domas ne vienmēr parādās kā organizēta aktivitāte (kā tas ir domāšanas gadījumā), bet drīzāk tās rodas vismaz trīs dažādos veidos, kurus var rezumēt kā “radītas” (*conjured up*), kad, piemēram, risinu kādu problēmu vai cenšos atcerēties atbildi uz kādu jautājumu; “ierosinātas” (*invited*), kā tas ir tad, kad esmu strādājis pie kādas problēmas risinājuma, vakarā pārtraucis tā risināšanu, bet atbilde pēkšņi pie manis atnāk nakts vidū; un “neierosinātas” (*uninvited*), kā tas ir tad, kad doma “iešaujas” prātā, kad es to nemaz neesmu vēlējis vai paredzējis. Šī trejādā domas iezīme ir īpaši nozīmīga, atbildot uz jautājumu, vai un kādā nozīmē kāds var izvēlēties emocijas, jo ir taisnība, ka ir iespējams gan izvēlēties domu (ar domāšanas palīdzību), gan domai uzrasties neaicinātai.” (*Solomon, 2003: 7*) Tātad, lai gan domāšana stingrā nozīmē ir kontrolēta, izvēlēta jeb voluntāra, tomēr domas var būt arī nekontrolējamas. Kad tas ir pateikts, mēs varam piekrītoši māt ar galvu, jo nav iespējams, ka savā pieredzē nevaram rast gadījumus, kad domas ienākušas prātā gluži nejauši. Sākotnējais priekšstats tādējādi ir daļēji iedragāts.

Pievērsoties emocijām, ir skaidrs, ka daļa no tām uzrodas gluži negaidīti. Vai mēs spējam radīt jeb izvēlēties emocijas un arī “sagatavot augsni” tam, lai nākotnē raisītos noteiktas emocijas? Par spīti tam, ka daudzi filozofi ir norādījuši uz emociju iezīmi nevaldāmu kaislību veidā apspiest prātu, tomēr viņi arī aicina strādāt pie tā, lai emocijas kontrolētu (Platona filosofija), pavisam izskaustu (stoīķu mācība), vai arī pakāpeniski apgūt, kā ievirzīt emocijas sociāli pieņemamās formās (Aristoteļa piedāvājums). Tātad arī uz emocijām var attiecināt tās pašas trīs formas, kuras tika attiecinātas uz domām. Bez pilnīgi nejaušajām, negaidītajām emocijām ir arī tādas, ko mēs izvēlamies, un tādas, kuras uzrodas it kā pašas, taču patiesībā to pamatā ir apgūta prasme emocionāli reaģēt pieņemamā veidā. Tas, ko iespējams panākt, šādā veidā skaidrojot emocijas, ir tāds skatījums, kurā cilvēks ir vairāk vai mazāk atbildīgs par savām emocijām.

Izmantotā literatūra

1. Dekarts, R. (2008) *Meditācijas par pirmo filozofija* / Tulk. A. Rītups. – Rīga: Liepnieks & Rītups.
2. Kants, I. (2000) *Spriestspējas kritika* / Tulk. R. Kūlis. – Rīga: Zvaigzne ABC.
3. Merlo-Pontī, M. (2007) *Acs un gars* / Tulk. M. Rubene. – Rīga: Laikmetīgās mākslas centrs.
4. Platons (2001) *Valsts* / Tulk. G. Lukstiņš. – Rīga: Zvaigzne ABC.
5. Descartes, R. (1989) *The Passions of the Soul* / Transl. by S. H. Voss. – Indianapolis: Hackett Publishing Company.
6. Hume, D. (1989) *A Treatise of Human Nature*. – Oxford: Clarendon Press.
7. Johanson, G. (2009) Theories of Emotion // *Internet Encyclopedia of Philosophy* // <http://www.iep.utm.edu/emotion/#H2>
8. Knuuttila, S. (2004) *Emotions in Ancient and Medieval Philosophy*. – Oxford: Oxford University Press.
9. Lyons, W. (1980) *Emotion*. – Cambridge: Oxford University Press.
10. Moscovici, C. (2007) *Romanticism and Postromanticism*. – Lanham: Lexington Books.
11. Parker-Ryan, S. (2012) Ordinary Language Philosophy // *Internet Encyclopedia of Philosophy* // (<http://www.iep.utm.edu/ord-lang/>)
12. Prinz, J. (2003) Emotion, Psychosemantics, and Embodied Appraisals // *Philosophy and the Emotions* / A. Hatzimoysis (ed.). – Cambridge: Oxford University Press.
13. Schmitter, Amy M. (2010) 17th and 18th Century Theories of Emotion // *The Stanford Encyclopedia of Philosophy* / Edward N. Zalta (ed.) // http://plato.stanford.edu/archives/win2010/entries/emotions-17th18th/
14. Solomon, R. C. (2003) Emotions, Thoughts and Feelings: What is a 'Cognitive Theory' of the Emotions and Does it Neglect Affectivity? // *Philosophy and the Emotions* / A. Hatzimoysis (ed.). – Cambridge: Oxford University Press.