

Witold Nowak

<https://orcid.org/0000-0002-3799-1851>

Uniwersytet Rzeszowski

## ..... O gniewie. Z filozofii emocji

Od początków refleksji moralnej gniewliwa porywczosć sytuowana była wśród naczelných wad ludzkich. Lekarz rzymski Galen (II w. n.e.) w swej humoralnej typologii temperamentów uczynił z gniewliwości zasadę temperamentu cholearycznego, nieobarczonego co prawda w jego czasach tak złymi skojarzeniami, jak temperament melancholijny, ale też niewaloryzowanego powszechnie tak wysoko, jak temperament sangwiniczny<sup>1</sup>. W kulturze chrześcijańskiej nieuporządkowany lub nieuzasadniony gniew (łac. *ira*) uznawany był za jeden spośród siedmiu grzechów główných, sprzeciwia się on bowiem wyrażonemu w Nowym Testamencie przykazaniu miłości bliźniego<sup>2</sup>.

Starożytni rozpatrywali gniew i inne afekty w perspektywie etyki doskonalenia, a także w ramach filozofii polityki, jako czynnik szczególnie rozbijający spójność społeczną. Współcześnie dostrzegamy jeszcze inne aspekty uczuć, takich jak gniew. Z gniewu nierzadko wyrasta sztuka (sztuka protestu), a gniew objawiający się jako obywatelskie nieposłuszeństwo prowadzi do zmian politycznych. W gniewie tkwi ogromna energia, dlatego jego budzenie lub uśmierzanie – i w ogóle sterowanie nim, czyli nadawanie mu kierunku przez wskazywanie wroga w postaci jednostki, grupy, organizacji czy instytucji – jest jedną

.....  
<sup>1</sup> Zob. R. Klibansky, E. Panofsky, F. Saxl, *Saturn i melancholia. Studia z historii, filozofii, przyrody, medycyny, religii i sztuki*, przeł. A. Kryczyńska, Kraków 2009; C. Ripa, *Ikonologia*, przeł. I. Kania, Kraków 1998.

<sup>2</sup> Zob. D. Piekarz, *(Nie) święty gniew. Co Biblia mówi o złości?*, Kraków 2019.

z głównych trosk polityków sprawujących władzę w społeczeństwach<sup>3</sup>. Peter Sloterdijk ujmuje wręcz politykę jako sztukę zarządzania afektywną irytacją i śledzi dzieje funkcjonalizacji gniewu od czasów starożytnych do komunizmu. Gniew wykazuje zatem wielką ambiwalencję: może niszczyć ludzkie instytucje i burzyć spójność społeczną, może też jednak – dokonując przepracowania relacji społecznych – wtórnie jednoczyć ludzi na pogłębionym poziomie<sup>4</sup>.

Filozofia współczesna długo zachowywała rezerwę względem świata emocji. Zmiany dokonały się pod wpływem zwrotu afektywnego, który pojawił się w humanistyce – zwłaszcza w *cultural studies* i w literaturoznawstwie – w latach 90. XX wieku<sup>5</sup>. Zwrot ów wyszedł poza postkartezjańskie i postkantowskie paradygmaty skupione na poznaniu, uznając, iż to afekt jest często tym, co poprzedza reprezentację<sup>6</sup>.

## Protekcyjna rola gniewu

Według definicji Arystotelesa gniew to „złączona z bólem żądza jawnej zemsty za okazaną bez powodów wzgardę nam samym bądź komuś z naszych bliskich”<sup>7</sup>. Gniew związany jest zatem z: a) wzgardą lub poniżeniem, b) dotykającym mnie lub kogoś mi bliskiego, c) które są niesprawiedliwe lub nieuzasadnione, d) którym towarzyszy cierpienie, i e) które łączą się z pragnieniem odwetu. Definicja Arystotelesa ukazuje złożoność emocji gniewu, mamy w nim bowiem zarazem cierpienie, jak i przyjemność; ta ostatnia wiąże się z wyobrażanym odwetem na winowajcy.

W *Etyce nikomachejskiej* filozof twierdzi, że umiarem w odniesieniu do gniewu jest łagodność. Jest ona środkiem, który zbliża się do niedostatku – niezdolności

3 Zob. P. Sloterdijk, *Gniew i czas. Esej polityczno-psychologiczny*, Warszawa 2011; M.P. Markowski, *Wojny nowoczesnych plemion. Spór o rzeczywistość w epoce populizmu*, Kraków 2019.

4 Zob. N. Bommarito, *Virtuous and Vicious Anger*, „Journal of Ethics & Social Philosophy” 11 (2017) nr 3, s. 1–28.

5 Zob. *Kultura afektu – afekty w kulturze. Humanistyka po zwrocie afektywnym*, red. R. Nycz, A. Dauksza, A. Łebkowska, Warszawa 2015.

6 *Tradycja kartezjańska po zwrocie afektywnym. Mieke Bal: „Reasonable Doubt”*, red. M. Gomulska, W. Koziół, G. Sułkowska Kraków 2019; zob. też K. Wigura, *Wynalazek nowoczesnego serca. Filozoficzne źródła współczesnego myślenia o emocjach*, Warszawa 2019; *The Oxford Handbook of Philosophy of Emotion*, ed. P. Goldie, Oxford 2009.

7 Arystoteles, *Retoryka*, 1378 a 30–33, w: Arystoteles, *Retoryka – Poetyka*, przełożył, wstępem i komentarzem opatrzył H. Podbielski, Warszawa 1988, s. 146.

do gniewu. Nadmiarem jest tu gniewliwość, porywczosć. Łagodność nie oznacza dla Stagiryty niezdolności do gniewu: łagodny jest ten, kto gniewa się z właściwych powodów i na tego, na kogo należy, a także kto gniewa się wtedy i tam, gdzie trzeba oraz dopóki trzeba. „Człowiek bowiem łagodny chce [...] żywić w sercu gniew w sposób zgodny z nakazami rozumu”<sup>8</sup>. Naczelny nakaz rozumu to postępować, kierując się znajdującą się pośrodku trwałą dyspozycją: „Bo ci, którzy się nie gniewają dlatego, dlaczego gniewać się należy, zdają się być głupi, a podobnie i ci, co się gniewają w niewłaściwy sposób, w niewłaściwym czasie i na niewłaściwe osoby; zdaje się bowiem, iż człowiek taki jest niewrażliwy i nieobraźliwy, a nie umiając się gniewać, jest też niezdolny do obrony; niewolniczą zaś rzeczą jest znosić spokojnie zniewagi i nie ujmować się za swymi przyjaciółmi”<sup>9</sup>.

Gniew jest naszą bronią w sytuacjach zagrożenia godności, zarówno własnej, jak też naszych przyjaciół lub rodziny. Tam, gdzie stoik Seneka będzie widział dowód wzniosłości ducha mędrca – który lekceważy uszczypliwości lub zniewagi głupców – Arystoteles widzi usposobienie niewolnicze, dobrowolnie godzące się na znoszenie obelg. Rozumny gniew zabezpiecza, jego zdaniem, ludzi przed popadaniem w zamieszanie wewnętrzne i w resentment. Sprawia, że nie trwamy w swoistym zatruciu, jakie powoduje niezrealizowana zemsta i brak sprawiedliwej odpłaty za uczynione nam zło, lecz reagujemy na obrazy w miarę szybko, energicznie i adekwatnie<sup>10</sup>. Nawołująca do olimpijskiego spojrzenia na ludzi i ich wady – wyrażona przezeń między innymi formułą-obrazem wielkiego zwierza, który z obojętnością słucha „szczekania małych piesków” (*O gniewie*, II 32.3) – koncepcja Seneki jest elitarna i nieustannie zagrożona nieszczerością, Arystotelesa – bliższa zdroworozsądkowemu ujęciu spraw<sup>11</sup>.

Nadmierne popadanie w gniew ujawnia się na różne sposoby. Może dotyczyć gniewania się na niewłaściwe osoby i z niewłaściwych przyczyn, nieadekwatnego stopnia zagniewania i długości trwania gniewu, a także szybkości, z jaką ludzie wpadają w gniew. Nie jest możliwe, aby jeden człowiek postępował

---

8 Arystoteles, *Etyka nikomachejska*, przełożyła, opracowała i wstępem poprzedziła D. Gromska, Warszawa 1956, 1125 b 35, s. 144.

9 Arystoteles, *Etyka nikomachejska*, 1126 a 5–10, s. 145.

10 Duchowe zatrucie tego rodzaju to Nietzscheański *ressentiment*, uraza, która zabarwia nasze sądy moralne i tworzy fałszywą świadomość. Zob. M. Scheler, *Resentiment a moralność*, przeł. J. Garewicz, Warszawa 2008.

11 Zob. też J. Korwin-Łopuszański, *Gniew i strach w „Etyce” Arystotelesa*, „Roczniki Filozoficzne” 39 (1981) z. 2, s. 49–73.

źle we wszystkich wymienionych aspektach: „To bowiem nie byłoby nawet możliwe. Bo to, co złe, samo siebie niszczy i jeśli osiągnie swą pełnię, staje się nie do zniesienia”<sup>12</sup>. Aby określić kogoś mianem porywczego, wystarczy, jeśli wpada w gniew nazbyt szybko lub z niewłaściwych przyczyn, przeciwko nie tym osobom, co trzeba i w gniew silniejszy aniżeli trzeba. Zaletą osób porywczych jest to, iż ich gniew szybko ostyga. Odpłacając pięknym za nadobne, nie tłumią w sobie gniewu. Gorszi są cholerycy: „Cholerycy grzeszą silnie nadmiarem [porywczowości] i wpadają w gniew przy każdej okazji i o byle co”<sup>13</sup>. Innym przypadkiem są ludzie zacięci, ci bowiem nie rozładowują gniewu natychmiast, lecz długo utrzymują go w sobie. Idą oni przez życie – niemili dla innych, a także dla siebie samych – przygnieceni ciężarem swego gniewu, toteż trudno im pomóc. I wreszcie ludzie, którzy gniewają się o to, o co gniewać się nie należy, i do tego gniewają się dłużej aniżeli trzeba i nie spoczną dopóty, dopóki nie pomszczą swojej krzywdy. Ich charakter także należy określić jako trudny. Nie należą oni do rzadkości, bowiem mściwość tkwi w naturze ludzkiej bardzo głęboko.

Z analiz Arystotelesa wypływa wniosek, że w sytuacji, gdy ktoś uderza w nasze poczucie godności, powinniśmy rozładowywać gniew szybko, stanowczo i adekwatnie do obrazy. Takiej postawy winniśmy też uczyć dzieci w procesie wychowania. Jedynie wyrobiwszy w sobie ów nawyk unikniemy wewnętrznego pomieszania i zatrucia serca wskutek fałszywych, nasączonych resentymentem wartościowań. Aby było to w pełni możliwe, powinniśmy być osobami dojrzałymi moralnie, które mają stabilne poczucie swojej wartości – nie są ani zarozumiałe, ani zbyt nieśmiałe – znają właściwą hierarchię wartości i potrafią ich bronić. Oczywiście mówimy tu jedynie o sytuacjach bezpośredniej obrazy, które nie wyczerpują spektrum gniewnych reakcji. Dla takich sytuacji jeszcze wiek temu istniała, nierzadko nadużywana, społeczna instytucja pojedynku honorowego, która pozwalała obrażonemu rozładować gniew i obronić godność<sup>14</sup>. Dziś wszelka przemoc została scedowana na państwo i to jego urzędnikom powierza się rozwiązanie spraw o zniesławienie lub obrażę<sup>15</sup>. Jest

12 Arystoteles, *Etyka nikomachejska*, 1126 a 10, s. 145.

13 Arystoteles, *Etyka nikomachejska*, 1126 a 15, s. 145.

14 Zob. B. Szyndler, *Pojedynki*, Warszawa 1987.

15 Na temat dziejów włączania przemocy do monopolistycznych kompetencji państwa jako istotnego elementu procesu cywilizacji zob. N. Elias, *O procesie cywilizacji. Analizy socjo- i psychogenetyczne*, przeł. T. Zabłudowski i K. Markiewicz, Warszawa 2011, s. 258–271 i 521–532.

to spowodowane między innymi rozmiarami współczesnych społeczeństw, zagęszczeniem życia miejskiego i narastaniem wieloznaczności w doraźnych relacjach międzyludzkich. Wieloznaczność ta – mająca źródło w braku zakorzenionych w wartościach stabilnych kodeksów zachowań i wzorców *savoir-vivre* – sprawia, iż często nie wiemy, czy czyjeś zachowanie względem nas należy uznać za obraźliwe czy nie<sup>16</sup>.

Drugi wniosek z rozważań Stagiryty to ten, iż właściwy środek w kwestii okazywania gniewu niełatwo ująć w słowa. Wiele zależy tu od sytuacji oraz wycucia. Ważne są rozum, doświadczenie i dobry smak. Nieduże odstępstwa od środka cieszą się nawet niekiedy aprobatą, wszak „czasem [...] chwalimy zarówno tych, którzy pozostają poniżej średniej miary, i zwiemy ich łagodnymi, jak też tych, co skorzy są do gniewu, i nazywamy ich sposób postępowania prawdziwie męskim, ponieważ tacy właśnie ludzie nadają się do rządzenia”<sup>17</sup>. Ocena czyjegoś postępowania zależy zatem w pewnym stopniu od okoliczności.

## Łagodność i wybaczenie

Gniew był szczególnie piętnowany przez szkołę stoicką, niezwykle wpływową pod koniec epoki starożytnej. Stoicy wyróżnili cztery główne rodzaje afektów<sup>18</sup>: pożądanie, obawę, cierpienie i przyjemność. Tym czterem rodzajom podporządkowanych jest wiele podgatunków namiętności, w tym gniew jako podgatunek pożądania. Pożądanie wspiera się na fałszywym mniemaniu i fałszywym sądzie dotyczącym przyszłego zła. Jego podgatunkami są takie afekty, jak gniew, żądza, zachłanność, ambicja i im podobne. Co się tyczy gniewu, to należą tu także jego poszczególne formy, jak rozdrażnienie, niechęć, uraza, oburzenie, wściekłość i inne.

Stoicy starej szkoły – Zenon i Chryzyp – uchylił pogląd Platona, iżby namiętności zakładały istnienie w duchu ludzkim pewnych nierozumnych sił, wrócili zaś do poglądu Sokratesa, który tłumaczył wypadki zaślepienia namiętnościami intelektualistycznie: jako błąd poznawczy i skutek niewiedzy. Namiętności mają swe źródło w rozumie, a dokładniej – są błędami rozumu. Z tego powodu nie

<sup>16</sup> Zob. M. Krajewski, *Incydentologia*, Warszawa 2017, s. 13n.

<sup>17</sup> Arystoteles, *Etyka nikomachejska*, 1126 b, s. 146.

<sup>18</sup> Na temat dziejów stosowanej w tym kontekście terminologii (emocje, afekty, namiętności, uczucia) zob. K. Wigura, *Wynalazek nowoczesnego serca*, s. 64–68. Słowo „afekt” (łac. *affectus*) dominowało zarówno u stoików, jak i u filozofów średniowiecza, a potem u inspirowanego się tą tradycją Barucha Spinozy.

wystarczy jedynie je łagodzić czy temperować, konieczne jest dążenie do ich całkowitego wykorzenia w człowieku. Mędrzec – zabiegając o prawość swego rozumu oraz o dającą szczęście apatię (gr. *apatheia*) – wyplenia namiętności już w momencie ich narodzin<sup>19</sup>.

Koncepcję tę widzimy u Seneki, który rozpatruje tematycznie gniew w dwóch pismach: *O gniewie* (*De ira*) i *O łagodności* (*De clementia*). Gniew jest w jego ujęciu namiętnością specyficznie ludzką, powiązaną z rozumem: „bo chociaż gniew jest wrogiem rozumu, nie rodzi się nigdzie tam, gdzie nie ma rozumu”<sup>20</sup>. U zwierząt spotkamy popędy, zawziętość, wściekłość, agresję, nie spotkamy jednak gniewu, podobnie jak nie spotkamy rozwiązłości. Za przyczynę główną gniewu Seneka uznaje błąd rozumu, czyli błędny osąd sytuacji. Ważną przyczyną gniewu jest też nadmierna godność własna, zatem błędny osąd w sprawie tego, ile jesteśmy warci<sup>21</sup>.

Gdy namiętności opanowują człowieka, mącą jego rozum, a zatem zdolność osądu. Nawet wymierzanie kary – aby zachowała ona sprawiedliwy charakter – powinno się według Seneki odbywać bez gniewu, lecz z rozwagą. Namiętności są niestabilne i nie mogą być oparciem przy osądzaniu ludzi: „Namiętność prędko wygasa, rozum jest równomierny”<sup>22</sup>. Sam rozum jest dostatecznie dobrym narzędziem, aby zdać się w życiu do wszystkiego, wyposażyła nas w ten instrument sama natura.

Gniew wiedzie do smutku jako do swego następstwa: „Właśnie smutek jest towarzyszem gniewnej zapalczowości, i wszelki gniew obraca się w smutek po zawstydzeniu lub klęsce”<sup>23</sup>. O ile „właściwe i naturalne dla cnoty jest cieszyć się i radować”<sup>24</sup>, o tyle gniew ściśle spleta się ze smutkiem i jego odmianami,

19 Z czasem grecka, stoicka *apatheia* nabrała konotacji ujemnych – była utożsamiana z wadą lenistwa, gnuśności. Obronę apatii jako warunku moralności przyniosły dopiero pisma Immanuela Kanta, dla którego apatia moralna polega na tym, iż uczucia pochodzące z wrażeń zmysłowych tracą swój wpływ na uczucie moralne: poszanowanie obowiązujących norm uzyskuje przewagę nad tymi uczuciami. Zob. I. Kant, *Metafizyczne podstawy nauki o cnotcie*, przekład i wstęp W. Galewicz, Kęty 2005, s. 78n.

20 L. A. Seneka, *O gniewie*, I 13.4, w: L. A. Seneka, *Mysli*, wybrał opracował i przełożył S. Stabryła, Kraków 1987, s. 69.

21 Seneka mówi: „choć gniewne oburzenie pochodzi z nadmiernej godności własnej...” (L. A. Seneka, *O gniewie*, III 5. 6–8, s. 109).

22 L. A. Seneka, *O gniewie*, I 17.5, s. 77.

23 L. A. Seneka, *O gniewie*, II 6.2, s. 81

24 L. A. Seneka, *O gniewie*, II 6.2, s. 79.

np. goryczą. Ani gniew, ani smutek nie przystoją człowiekowi cnotliwemu. Nie mógłby on wtedy być przykładem dla innych, nie byłby też szczęśliwy.

Mędrzec jest wyrozumiały wobec gniewliwych, nie jest ich wrogiem, lecz korektorem. Jeśli musi karać, karze z rozwagą. Unika mściwości, podobnie jak wystrzega się okrucieństwa – karze krótko, rozumnie, bez złej delektacji. Nie gniewa się też na naturę i jej prawa, lecz uznaje ich konieczny charakter. Takim mędrcelem może się stać każdy, wszak ujarzmienie gniewu jest – podobnie jak opanowanie każdej namiętności – w naszej mocy. „Duch osiąga wszystko, cokolwiek sobie rozkaże”<sup>25</sup>. Oprócz siły ducha, czyli stałości dobrego charakteru – stanowiącej przywilej najlepszych – dla każdego dostępne są też środki bardziej trywialne: „Na gniew najlepszym lekarstwem jest czas”, zwłoka (*maximum remedium irae mora est*)<sup>26</sup>. Ponadto należy stale walczyć ze sobą (*Pugna tecum ipse!*) poprzez chowanie gniewu na samym dnie serca i znoszenie go. Warto zacząć od praktyk ciała imitujących łagodność: „wypogódźmy oblicze, złagodźmy głos, chodźmy swobodniejszym krokiem. Stopniowo za tymi zewnętrznymi zmianami pójdą wewnętrzne”<sup>27</sup>.

Seneka przywołuje kanoniczny dla stoicyzmu pogląd o występowaniu w świecie powszechnej sympatii. Ustanowionym przez naturę celem ludzi jest wzajemna pomoc: „Życie ludzkie opiera się na życzliwości i zgodzie, i nie strachem, ale wzajemną miłością wiąże się w sojusz i wspólną pomoc”<sup>28</sup>. Ludzie „urodzili się do wspólnego życia, a społeczeństwo może być zdrowe tylko dzięki wzajemnej opiece i miłości swych członków”<sup>29</sup>. Tymczasem gniew działa przeciw naturze – rozdziela: „Ludzie pragną się łączyć, gniew chce rozdzielać; człowiek chce pomagać, gniew – szkodzić; człowiek wspierać nawet nieznanym, gniew – uderzać nawet w najbliższych”<sup>30</sup>. Co, więcej, gniew zaślepia ludzi porywczych na tyle, że samych siebie wystawiają na niebezpieczeństwo, aby tylko zaszkodzić innym<sup>31</sup>.

25 L. A. Seneka, *O gniewie*, II 12.3, s. 85.

26 L. A. Seneka, *O gniewie*, II 29.1, s. 97.

27 L. A. Seneka, *O gniewie*, III 13 1–2, s. 117.

28 L. A. Seneka, *O gniewie*, I 5.3, s. 71.

29 L. A. Seneka, *O gniewie*, II 31.7, s. 101.

30 L. A. Seneka, *O gniewie*, I 5.2, s. 69.

31 W opisie Seneki uderza tanatyczna i samozwrotna natura gniewu. Jest on, niczym popęd śmierci (*Tanatos, destrudo, mortido*) u późnego Sigmunda Freuda siłą, która niszczy to, co spoila miłość. Według Freuda, który przedstawił swój pogląd w *Aktualnych uwagach o wojnie i śmierci* (1915), popęd miłości (*Eros*) skłania ludzi do jednoczenia się we wspólnoty, narody i wreszcie w ludzkość, tymczasem popęd śmierci (*Tanatos*) rozdziela te twory, niszc-

Gniew nie tylko zaćmiewa nasz umysł, ale powoduje zapętlenie w wirze namiętności – utrzymuje go „miłość błędu”. Widać to szczególnie w przypadku okrucieństwa. Jest ono skrajną i bardzo trudną do wyjaśnienia formą gniewu, a przy tym „złem najmniej ludzkim”<sup>32</sup>. „Między innymi bowiem najgorszą klątwą okrucieństwa jest: mus upierania się przy nim i niemożność odwrotu ku lepszemu życiu. Bo zbrodnia musi zasłaniać się zbrodnią. Któż bowiem bardziej nieszczęśliwy niż człowiek, który już musi pozostać złym?”<sup>33</sup>. Gdy władca – zamiast zjednywać do siebie poddanych łagodnością – pogrąży się w okrucieństwach, nie może polegać na nikim i czuć się bezpieczny, bowiem wrogo nastawiają się doń nawet jego siepacze: „Tak ustanowiła natura, że cokolwiek urosło na cudzym strachu, samo nie jest odeń wolne”<sup>34</sup>. Seneka ujmuje to nawet zwięźle: „Co przeraża, samo także drży”<sup>35</sup>.

Okrucieństwo – owo „upodobanie we krwi i ranach” – hańbi okrutnika, dowodząc miękkości, a nie twardości jego charakteru: „Nic bardziej nie rozpala popędliwości niż wyuzdana i niecierpliwa swawola: z duszą należy obchodzić się twardo, aby odczuwała jedynie miazdzące ciosy”<sup>36</sup>. Z czasem *crudelitas* niszczy swego sprawcę, ponawiane akty okrucieństwa wiodą go bowiem do zaślepienia w gniewie i szaleństwa.

Uznanie łagodności za najskuteczniejsze narzędzie w sprawowaniu władzy jest sporne. Co najmniej od Nicolò Machiavellego i jego *Il Principe* (1532) zaczęto zalecać srogość i budzenie lęku jako lepsze instrumenty, dzięki którym władca nie tylko rządzi poddanymi, ale też może rządzić długo<sup>37</sup>. Zalecenia te, co istotne, rościły sobie pretensje do miana polityki realistycznej, wspartej na bieżącym doświadczeniu i na obserwacji dziejów sprawowania władzy.

---

czy je od wewnątrz, wywołując wybuchy destrukcyjnej agresji i wojny. Ponadto, jako odpowiedzialny także za skłonności rywalizacyjne, popęd śmierci cechuje ludzi bezwzględnych, aktywnych, niepobłażających sobie. Zob. Z. Freud, *Aktualne uwagi o wojnie i śmierci*, w: Z. Freud, *Pisma społeczne*, przeł. A. Ochocki, M. Poręba, R. Reszke, Warszawa 1998, s. 31n.

32 L. A. Seneka, *O łagodności*, I 25.1, w: L. A. Seneka, *Mysli*, s. 359.

33 L. A. Seneka, *O łagodności*, I 13.2, s. 351.

34 L. A. Seneka, *O gniewie*, II 1.4, s. 83.

35 L. A. Seneka, *O gniewie*, II 1.4, s. 83.

36 L. A. Seneka, *O gniewie*, II 25.4, s. 91.

37 Przykładem zarządzania przez budzenie lęku oraz przez terror są rządy Stalina, zwłaszcza w latach 1936–1938 nazywanych czasem wielkiego terroru lub wielkiej czystki. Zob. R. Conquest, *Wielki terror*, przeł. W. Jeżewski, Warszawa 1997. Dzieje Rosji również wcześniej poznały takie strategie sprawowania władzy; zob. K. M. F. Platt, *Terror i wielkość. Iwan i Piotr jako rosyjskie mity*, przeł. K. Sosnowska, Warszawa 2013.



Seneka, który przez pięć lat będąc ministrem Nerona, dobrze poznał mechanizmy rzymskiej polityki, nie był człowiekiem naiwnym. Chwaląc łagodność oraz potępiając przy tym gniew i okrucieństwo, narysował ideał władcy leżący na antypodach ówczesnej rzeczywistości Rzymu. Usiłował wskazać kierunek i pchnąć rzeczywistość ku ideałowi, zamiast – jak to czynił Machiavelli – cynicznie akceptować realia<sup>38</sup>.

Zasadniczo Seneka potępił gniew w każdej jego postaci. Zaciekłość w gniewie posuwająca się aż do okrucieństwa jest według niego oznaką nikczemnego charakteru, a ten nie przystoi władcy, choć – czego sam Seneka doświadczył w kontaktach z Neronem – niejeden rzymski cesarz taką nikczemność przejawiał. Do powyższych argumentów dochodzą jeszcze te z obszaru współżycia społecznego i *savoir-vivre*. Kto jest mianowicie gniewliwy, nie zyska przyjaciół, nie zjedna nikogo. „Powinniśmy współżyć z osobami możliwie najbardziej łagodnymi i uprzejmymi, jak najmniej niespokojnymi i zgryźliwymi”<sup>39</sup>. Dopuszcza Seneka co najwyżej pewną teatralizację gniewu, czyli udawanie go dla celów dydaktycznych i wychowawczych. Można na przykład imitować gniew po to, aby pobudzić ośpałych słuchaczy. Niekiedy też jesteśmy zmuszeni wzbudzić strach w ludziach, do których nie przemawiają argumenty rozumowe, wtedy znów imitujemy rozgniewanie<sup>40</sup>. Sporny jest pogląd Seneki, sprzeczny z poglądem Arystotelesa, iż „Gniew nie jest korzystny nawet w bitwach, czy też na wojnie”<sup>41</sup> oraz że lepsze rezultaty przynosi tu męstwo oparte na rozwadze. Wiele przykładów bitew dowodzi, że zostały wygrane dzięki obudzeniu u walczących słusznego gniewu względem wroga. W kwestii tej Montaigne trafnie zostawił nas z aporią: gniew stanowi wprawdzie broń, lecz jest to broń osobliwa, to raczej ona włada nami aniżeli my nią. Pozwalając zatem w nadziei

---

38 „Nieraz bowiem wychodziło na zdrowie to, co zgubne” (L. A. Seneka, *O gniewie*, I 12.6, s. 75).

39 L. A. Seneka, *O gniewie*, III 8.1, s. 113.

40 L. A. Seneka, *O gniewie*, II 14.1, s. 85.

41 L. A. Seneka, *O gniewie*, I 11.8, s. 73. Popędliwy gniew nie jest wskazany u dowódcy. O dobrym dowódcy mówi Sun Zi, że „Jest surowy w obliczu nieporządku i spokojny w obliczu szału. To jest mistrzostwo panowania nad emocjami” (Sun Zi, *Sztuka wojenna*, przeł. M. Wiśniewska-Wyrwas, Ożarów Mazowiecki 2017, s. 63–64). Szał może jednak przynosić korzyści, gdy opanuje żołnierzy: „U twoich żołnierzy wściekłość musi być bodźcem do zabiwania wroga, a łupy muszą być bodźcem do jego pokonania” (Sun Zi, *Sztuka wojenna*, s. 14).

wygranej, aby niósł nas zaślepiający gniew, wydajemy się na pastwę nieprzewidywalnego i ryzykujemy wszystko<sup>42</sup>.

Potępienie wady gniewu łączy się u Seneki z pochwałą łagodności. Zalecając ją, odradza on kierowanie się litością. Litość to wada ludzi słabych, załamujących się na widok cudzych nieszczęść: „Litość to zgryzota duszy (*aegritudo animi*) spowodowana widokiem cudzej niedoli lub też smutek wywołany przez cudze nieszczęścia, które uważa się za niezawinione”<sup>43</sup>. Zgryzota taka nie dosięga mędrca, ponieważ nie ma on pretensji do losu i akceptuje konieczność.

Z łagodnością łączy się wybaczenie. Seneka dopuszcza je, ale jedynie w wersji selektywnej: „Nie należy [...] przebaczać wszystkim bez wyboru. Kiedy bowiem zaciera się różnica między dobrymi a złymi, powstaje zamęt i epidemia występków. Trzeba więc wykazywać umiar, który pozwoli odróżnić dusze dające się uleczyć od nieuleczalnie chorych. I nie można stosować łagodności bez różnicy i bez wyboru, ani też zupełnie nie wykluczać, gdyż przebaczenie wszystkim jest takim samym okrucieństwem, jak nieprzebaczenie nikomu”<sup>44</sup>. Ostatecznie należy zachowywać środek, oscyłować ku biegunowi człowieczeństwa<sup>45</sup>.

Seneka wniósł do filozofii subtelne analizy psychologiczne, badając ludzkiego ducha w aspekcie jego najdrobniejszych poruszeń<sup>46</sup>. Odkrył sumienie, a za główny czynnik decydujący o samowychowaniu człowieka uznał wolę. O ile zatem dawni stoicy dzielili ludzi na mądrych i głupich, o tyle Seneka przełamał ten intelektualizm i wprowadził podział na ludzi dobrej i złej woli. Akcentował grzeszność człowieka, i to grzeszność nieusuwalną: „każdy mówiący, że nie jest winny, świadczy się ludźmi, a nie własnym sumieniem”<sup>47</sup>, a „Jeśli chcemy być sprawiedliwymi sędziami wszystkich spraw, to bądźmy przede wszystkim przekonani o tym, że nikt z nas nie jest bez winy”<sup>48</sup>. Te maksymy o ogólnym sapiencjalnym charakterze mogłyby stać się źródłem szczegółowych rozważań

42 M. de Montaigne, *O gniewie*, w: M. de Montaigne, *Próby*, przeł. T. Żeleński (Boy), t. 2, Warszawa 1957, s. 503.

43 L. A. Seneka, *O łagodności*, II 5.4, s. 363.

44 L. A. Seneka, *O łagodności*, I 2.2, s. 339.

45 Na temat systematycznej analizy wybaczenia zob. R. Piłat, *Krzywda i zadośćuczynienie*, Warszawa 2003.

46 Na temat nowatorstwa myśli Seneki zob. G. Reale, *Historia filozofii starożytnej*, t. 4: *Szkoły epoki cesarstwa*, przeł. E. I. Zieliński, Lublin 2012, s. 100–120.

47 L. A. Seneka, *O gniewie*, I 14.3, s. 75.

48 L. A. Seneka, *O gniewie*, II 28.1, s. 93. Ten i podobne fragmenty – „wszystko, co potępiamy u innych, znajdziemy we własnej duszy” (*O gniewie*, III 26.4, s. 121) – sprawiały, że

na temat problemu winy i wybaczenia, Seneka wszakże nie rozwinął swej refleksji w tym kierunku.

## Podsumowanie

Gniew w wersji nieumiarkowanej i ślepej bywa destrukcyjny. Potrafi silnie zaślepić nasz osąd i spowodować nieodrabialne szkody: w gniewie można powiedzieć rzeczy trudne do odwołania, zerwać przyjaźń, ranić kogoś lub nawet zabić. Rozumnie moderowany gniew pełni natomiast wiele istotnych funkcji w ludzkim życiu<sup>49</sup>. Przede wszystkim chroni naszą godność i godność naszych bliskich przed próbami jej poniżenia. Istotna jest wychowawcza rola gniewu, którą wykorzystują rodzice oraz różnego rodzaju nauczyciele. Ich gniew z powodu złego zachowania lub błędnego sposobu myślenia wychowanków może być nawet nieco teatralizowany, ważne jednak, aby wyraźnie piętnował zło i przestrzegał przed powtarzaniem złych czynów.

Gniew pełni też istotną rolę socjotwórczą, dostarcza bowiem energii sprzeciwu wobec niesprawiedliwości i innych rodzajów społecznego zła. Taki gniew sąsiaduje z oburzeniem i stwarza okazję do społecznej przemiany. Będąc rozgniewani i konfrontując się w tym stanie ze złem, możemy dążyć nie tylko do mściwej odpłaty sprawcy zła, jesteśmy bowiem w stanie zmienić swoją intencję. Możemy zacząć działać w zamiarze poprawy międzyludzkich relacji i stworzenia takich warunków społecznych, w których pewne rodzaje zła – na przykład psychiczne dręczenie (ang. *mobbing*) w jakiejś instytucji albo narzucanie niesprawiedliwych cen produktów w handlu – nie będą możliwe lub będą mało prawdopodobne. Ten rodzaj gniewu Martha Nussbaum nazwała „gniewem przemiany”. Jest to gniew racjonalny i normatywnie właściwy, a jego treść da się wypowiedzieć w stwierdzeniu: „To oburzające. Trzeba coś z tym zrobić”. Celem jest poprawa warunków życia: „Często [...] dostrzegając normatywną irracjonalność gniewu, zwłaszcza w charakterze odpłaty, rozsądna osoba przesuwana się z płaszczyzny agresji w kierunku bardziej efektywnego myślenia o przyszłości i zadaje pytanie, co tak naprawdę można zrobić dla zwiększenia własnego i społecznego dobrostanu. [...] Przemiana jest ścieżką, którą może

---

.....  
wykształceni chrześcijanie mogli niekiedy myśleć o Senecie jako o – jak to wyraził Tertulian – *anima naturaliter christiana*.

49 Zob. N. Bommarito, *Virtuous and Vicious Anger*, s. 7n; *On Anger*, eds. A. Callard, D. Chasman, J. Cohen, Cambridge (Massachusetts) 2020.

podążać jednostka, ale może być ona zarazem – tak jak u Ajschylosa – ewolucyjną ścieżką dla społeczeństwa”<sup>50</sup>.

Najważniejsza nauka, jaka płynie z rozważań o gniewie, to właśnie nauka o jego przemaganiu i o wybaczeniu. Niezwykle istotne jest rozważenie warunków, na jakich powinniśmy wybaczyć komuś jego krzywdzące nas lub naszych bliskich postępowanie, a także rozważenie koncepcji, zgodnie z którą wybaczenie winno być w ogóle bezwarunkowe. Są to już jednak zagadnienia do podjęcia przy innej okazji.

## Bibliografia

- Arystoteles, *Etyka nikomachejska*, przełożyła, opracowała i wstępem poprzedziła D. Gromska, Warszawa 1956.
- Arystoteles, *Retoryka*, w: Arystoteles, *Retoryka — Poetyka*, przełożył, wstępem i komentarzem opatrzył H. Podbielski, Warszawa 1988, s. 3–296.
- Bommarito N., *Virtuous and Vicious Anger*, „Journal of Ethics and Social Philosophy” 11 (2017) nr 3, s. 1–28.
- Castiglione B., *Książka o dworzaniu*, przekład, wstęp i opracowanie A. Borowski, Kraków 2018.
- Conquest R., *Wielki terror*, przeł. W. Jeżewski, Warszawa 1997.
- Elias N., *O procesie cywilizacji. Analizy socjo- i psychogenetyczne*, przeł. T. Zabłudowski i K. Markiewicz, Warszawa 2011.
- Freud Z., *Aktualne uwagi o wojnie i śmierci*, w: Z. Freud, *Pisma społeczne*, przeł. A. Ochocki, M. Poręba, R. Reszke, Warszawa 1998, s. 29–78.
- Kant I., *Metafizyczne podstawy nauki o cnocie*, przekład i wstęp W. Galewicz, Kęty 2005.
- Klibansky R., Panofsky E., Saxl F., *Saturn i melancholia. Studia z historii, filozofii, przyrody, medycyny, religii i sztuki*, przeł. A. Kryczyńska, Kraków 2009.
- Korwin-Łopuszański J., *Gniew i strach w „Etyce” Arystotelesa*, „Roczniki Filozoficzne” 39 (1981) z. 2, s. 49–73.
- Krajewski M., *Incydentologia*, Warszawa 2017.
- Kultura afektu — afekty w kulturze. Humanistyka po zwrocie afektywnym*, red. R. Nycz, A. Dauksza, A. Łebkowska, Warszawa 2015.

---

<sup>50</sup> M. Nussbaum, *Gniew i wybaczenie. Uraza, wielkoduszność, sprawiedliwość*, przeł. J. Kolczyńska, Warszawa 2016, s. 18.

- Markowski M. P., *Wojny nowoczesnych plemion. Spór o rzeczywistość w epoce populizmu*, Kraków 2019.
- Montaigne M. de, *O gniewie*, w: M. de Montaigne, *Próby*, przełożył i wstępem opatrzył T. Żeleński (Boy), t. 2, Warszawa 1957, s. 494–503.
- Nussbaum M., *Gniew i wybaczenie. Uraza, wielkoduszność, sprawiedliwość*, przeł. J. Kolczyńska, Warszawa 2016.
- On Anger*, eds. A. Callard, D. Chasman, J. Cohen, Cambridge (Massachusetts) 2020.
- Piekarczyk D., *(Nie) święty gniew. Co Biblia mówi o złości?*, Kraków 2019.
- Piłat R., *Krzywda i zadośćuczynienie*, Warszawa 2003.
- Platt K. M. F., *Terror i wielkość. Iwan i Piotr jako rosyjskie mity*, przeł. K. Sosnowska, Warszawa 2013.
- Reale R., *Historia filozofii starożytnej*, t. 4: *Szkoły epoki cesarstwa*, przeł. E. I. Zieliński, Lublin 2012.
- Ripa C., *Ikonomia*, przeł. I. Kania, Kraków 1998.
- Scheler M., *Resentyment a moralność*, przeł. J. Garewicz, Warszawa 2008.
- Seneka L. A., *O gniewie*, w: L. A. Seneka, *Mysli*, wybrał, opracował i przełożył S. Stabryła, Kraków 1987, s. 69–128.
- Seneka L. A., *O łagodności*, w: L. A. Seneka, *Mysli*, wybrał, opracował i przełożył S. Stabryła, Kraków 1987, s. 337–365.
- Sloterdijk P., *Gniew i czas. Esej polityczno-psychologiczny*, Warszawa 2011.
- Sofsky W., *Traktat o przemocy*, przeł. M. Adamski, Wrocław 1999.
- Sun Zi, *Sztuka wojenna*, przeł. M. Wiśniewska-Wyrwas, Ożarów Mazowiecki 2017.
- Szyndler B., *Pojedynki*, Warszawa 1987.
- The Oxford Handbook of Philosophy of Emotion*, ed. P. Goldie, Oxford 2009.
- Tradycja kartezjańska po zwrocie afektywnym. Mieke Bal: „Reasonable Doubt”*, red. M. Gomulska, W. Koziół, G. Sułkowska, Kraków 2019.
- Wigura K., *Wynalazek nowoczesnego serca. Filozoficzne źródła współczesnego myślenia o emocjach*, Warszawa 2019.
- .....

## Abstrakt

### *O gniewie. Z filozofii emocji*

Gniew jest jedną z najsilniejszych emocji negatywnych i od starożytności uznawany był za jedną spośród głównych ludzkich wad. Temat gniewu jest wszechobecny w kulturze i manifestuje się na różne sposoby – gniew ma różne oblicza. Pozostaje

jednak zawsze związany z problemem natury ludzkiej. Główna część artykułu jest poświęcona prezentacji – opisowi i analizie – filozoficznego podejścia do gniewu. W kulturze Zachodu dwa główne poglądy na gniew zostały sformułowane przez Arystotelesa i stoików. Najbardziej jednoznaczną dezaprobatę gniewu przedstawił Seneka. W *O gniewie* i *O łagodności* uznał on gniew za przynoszący wstyd brak opanowania i pomieszanie wewnętrzne. Ważnym, lecz trudnym do opisania rodzajem gniewu jest resentment. Ostatecznie artykuł wskazuje na cnotę łagodności jako mogącą nas uchronić przed niebezpieczeństwami spowodowanymi błędem nierozumnego gniewu.

**Słowa kluczowe:** gniew, łagodność, wybaczenie

.....

## Abstract

*On anger. The philosophy of emotions*

Anger is one of the strongest and negative feelings and from ancient times was defined as one of the most important people's vices. Theme of anger is omnipresent in the culture and manifests itself in different ways – anger has many faces. However it is always associated with the problem of human nature. The main part of this paper is devoted to the presentation of philosophical attitude – description and interpretation – to the anger. In Western culture two main views on anger were formulated by Aristotle and stoics. It is emphasized that the most unequivocal disapproval of anger we can find in Seneca. In *On anger* and *On mildness* Seneca condemned anger as shameful lost of self-control and muddle-headedness. An important and difficult to describe type of anger is resentment. Finally, the paper indicates the virtue of mildness which can help us to avoid the threats from the fault of unreasonable and vicious anger.

**Keywords:** anger, mildness, forgiveness