


# Permanentny uśmiech – analiza środków i narzędzi wzmocnienia afektywnego

**Piotr Litwin**   
Instytut Filozofii  
Uniwersytet Jagielloński  
[piotr.plitwin@gmail.com](mailto:piotr.plitwin@gmail.com)

**Artur Gunia**   
Zakład Kognitywistyki, Instytut Filozofii  
Uniwersytet Jagielloński  
[artur.gunia@uj.edu.pl](mailto:artur.gunia@uj.edu.pl)

Przyjęto 19 sierpnia 2021; zaakceptowano 27 lipca 2022; opublikowano *Online First* 28 września 2022.

## Abstrakt

Celem artykułu jest analiza trwającej w środowisku filozoficznym debaty na temat możliwości wykorzystywania najnowszych osiągnięć naukowych z zakresu farmakologii, psychiatrii czy technologii informatycznej w zamiarze usprawniania sfery emocjonalnej człowieka. Perspektywa przedstawicieli ruchu transhumanistycznego uznaje, że wzmocnienia afektywne niosą ze sobą potencjał uwolnienia wszystkich świadomych istot od cierpienia oraz zapewnienia im szczęścia przez całe życie. W artykule analizowane są główne argumenty transhumanisty i filozofa Davida Pearce'a i jego programu Imperatywu Hedonistycznego. Następnie podejmuje się refleksję nad rolą i strukturą emocji w ludzkim życiu, a także nad warunkami, które musiałyby spełnić środki umożliwiające osiągnięcie „permanentnego uśmiechu”, to jest nad metodami wzmocnienia afektywnego, które ograniczałyby negatywne oddziaływanie emocji na jednostkę. Analiza teoretycznych założeń projektu transhumanistycznego zostaje rozszerzona o przegląd obecnie dostępnych środków farmakologicznych oraz informatycznych, które przyczyniałyby się do wzmocnienia afektywnego człowieka i innych istot świadomych. Prowadzona analiza skupiać będzie się na dwóch rzędach ludzkiej sfery afektywnej: (1) emocjach i (2) metaemocjach. Wykazuje się, że wszelkie interwencje transhumanistyczne powinny uwzględniać kwestię autentyczności sądów wydawanych na poziomie metaemocjonalnym.

**Słowa kluczowe:** wzmocnienie afektywne; wzmocnienie poznawcze; transhumanizm; substancje psychoaktywne; Imperatyw Hedonistyczny

## 1. Wprowadzenie

Nadrzędnym celem transhumanizmu jest przewyciężenie cielesnych i umysłowych ograniczeń dzięki wykorzystaniu zaawansowanej technologii. Obecne dyskusje transhumanistów i komentatorów tej idei agregują problematykę transhumanizmu do trzech nadrzędnych tak zwanych superproblemów: a) superdługowieczności (ang. *super-longevity*), b) superinteligencji (ang. *super-intelligence*), c) superdobrobytu (ang. *super-wellbeing*) – czasem także nazywaną super-szczęśliwością (ang. *superhappiness*). Wszystkie te problemy wymagają podejścia interdyscyplinarnego i ściśle wiążą się z symbiozą człowieka z technologią (Pearce, 2014a; Salaita, 2015).

Celem superdługowieczności jest przesunięcie górnej granicy wieku ludzkiego. Problem superinteligencji wiąże się ze stworzeniem inteligencji niezależnej od człowieka, stworzeniem inteligentnego środowiska oraz obejmuje także usprawnienie władz umysłowych człowieka poprzez wykorzystanie rozwiązań technologicznych. Najistotniejsze jest jednak to, że superinteligencja pod względem zdolności poznawczych powinna znacznie przewyższać inteligencję człowieka w dosłownie każdej dziedzinie zainteresowań (Bostrom, 2016). Z kolei trzecim głównym obszarem zainteresowań transhumanistów, będącym niewątpliwie związanym z dwoma wymienionymi superproblemami, jest superdobrobyt.

Jeśli spojrzeć na źródła problemu superdobrobytu, można się zorientować, że człowiek od zawsze chciał być szczęśliwy, niestety, nie zawsze było to możliwe. Uniemożliwiają mu to warunki zewnętrzne, jak nieprzewidywalna natura, niepewne warunki społeczno-polityczne, jak i warunki wewnętrzne związane z własnym doświadczeniem, emocjami czy popędami. Realizacja superdobrobytu w perspektywie transhumanistycznej łączy w sobie założenia abolicjonizmu bioetycznego oraz koncepcji liberalnych, demokratycznych i proekologicznych. Warto wyjaśnić, że sam termin „superdobrobyt” (z tłumaczenia angielskiego *super-wellbeing*) jest dosyć niefortunny. Pod tym pojęciem mieszczą się zagadnienia odnoszące się do dobrobytu, czyli ponadprzeciętne dostatanie warunki materialne oraz do dobrostanu, czyli subiektywnego postrzegania przez osobę poczucia szczęścia, pomyślności i zadowolenia z życia. Dobrobyt więc należy rozumieć jako warunki bytowe gwarantujące wysoki poziom życia oraz satysfakcję w sferze kulturalnej. Według koncepcji neoliberalnych najprostszym miernikiem dobrobytu jest poziom PKB *per capita*. W koncepcjach społeczno-politycznych podstawowymi warunkami zaistnienia stanu dobrobytu w społeczeństwie jest zabezpieczenie obywatelom dochodów na wysokim poziomie, niewystępowanie jawnego lub ukrytego bezrobocia, powszechny dostęp do opieki medycznej i oświaty na wszystkich szczeblach nauczania oraz ubezpieczenia społeczne. Natomiast przez „dobrostan” należy rozumieć subiektywnie postrzegane przez osobę poczucie szczęścia i pomyślności. Pojęcie to obejmuje doświadczenie przez człowieka pozytywnych emocji, niski poziom szkodliwych nastrojów, a także wysoki poziom zadowolenia z życia. Stąd też

może bardziej trafnym terminem w kontekście analizy tego problemu byłby „superszczęśliwość”, który oprócz dostatku materialnego i spokoju wewnętrznego obejmowałby koncepcje szczęścia, które można odnieść do greckiego rozumienia *eudajmonii* (gr. *εὐδαιμονία*). Termin ten w tradycji filozoficznej przede wszystkim rozumiany jest jako powszechny cel ludzkich dążeń, szczęście polegające na posiadaniu najwyższej miary rozmaicie pojmowanych dóbr, choć był on też inaczej postrzegany. Dla Platona i Sokratesa *eudajmonia* była stanem poczucia doskonałości swojego życia. *Eudajmonię* osiągał ten, kto na starość, patrząc wstecz na swoje życie, mógł powiedzieć, że przeszedł przez nie w godny sposób, robił zawsze to, co do niego należało, i że nie żałuje swoich decyzji. Dla Arystotelesa oraz dla Epikura *eudajmonia* była stanem ducha, który osiąga się w momencie zrównoważonego zaspokojenia wszystkich swoich potrzeb, zarówno cielesnych, jak i duchowych. Tymczasem u hedonistów *eudajmonia* była równoważna odczuwaniu przyjemności. Osoba, która w danym momencie odczuwa więcej pozytywnych niż negatywnych bodźców, jest według hedonistów automatycznie w stanie *eudajmonii*. Natomiast dla stoików *eudajmonia* była stanem wewnętrznym, dostępnym wyłącznie ludziom oświeconym, który osiąga się przez spokojną akceptację zewnętrznych zdarzeń, niezależnie od tego, czy były pozytywne, czy nie, a także poprzez rezygnację z dążenia do przyjemności za wszelką cenę, oraz uczciwe i rzetelne spełnianie swoich obowiązków (Bocheński, 1993; Copleston, 1998; Tatarkiewicz, 1995).

Powracając jednak do założeń transhumanistów, to zapewnienie powszechnego dobrobytu i szczęścia będzie, ich zdaniem, możliwe nie tylko dzięki zmianom polityczno-społecznym, ale w dużej mierze ma też polegać na redukcji wielu negatywnych, wewnętrznych doświadczeń. Ciągłe sporo ludzkich zachowań jest zdeterminowanych genetycznie do osiągnięcia pierwotnego celu, jakim było przetrwanie, a nie szczęście. Stąd w człowieku wciąż tak wiele emocji i popędów zakodowanych w biochemii mózgu, które w dzisiejszym świecie są niepotrzebne, niekorzystne oraz wpływają depresyjnie na jednostki (Pearce, 2007). Zwalczenie tych negatywnych stanów już od wieków wiązało się ze stosowaniem środków poprawiających nastrój, takich jak alkohol, opiaty czy środki psychoaktywne, jednak ich efekty były krótkotrwałe, a w dłuższej perspektywie zaburzały podstawowe procesy poznawcze. Redukcja negatywnych efektów ludzkich popędów oraz emocji, a także eliminacja stanów depresyjnych, braku wiary w swoje możliwości czy redukcja poczucia samotności ma dokonać się dzięki neurofarmakologii (Pearce, 2014c). Planowane koncepcje wewnętrznego dobrostanu to między innymi zastosowanie środków farmakologicznych do selektywnego wymazywania pamięci (na przykład traumatycznych przeżyć). Istotną rolę w zapewnieniu superdobrobytu odgrywać mają badania genetyczne na linii rozrodczej, polegające na eliminacji genów skłonnych do stanów depresyjnych, gniewu, agresji, lęków czy też odpowiedzialnych za wysoki próg bólu. W ich miejsce należy „wstawiać” geny sprzyjające wzrostowi inteligencji, dobremu samopoczuciu i odporności na stany stresogenne. Transhumaniści podkreślają znaczenie także takich metod jak bezpośrednia

stymulacja mózgu czy też implantacja stymulatorów elektrycznych wewnątrz ciała (zwłaszcza czaszki). Rozwiązania te miałyby ciągle lub w adekwatnych momentach pobudzać ośrodki przyjemności w układzie limbicznym. Równocześnie metody te rodzą wątpliwości, czy człowiek nie popadnie w jałowy hedonizm, gdzie pigułki, genetyka i rozwiązania informatyczne będą dezintegrować pewne naturalne procesy, takie jak chociażby autokreacja, poczucie odpowiedzialności czy wychowanie dzieci przez rodziców wedle uznanych przez nich wartości.

Zapewnienie superdobrobytu ma charakteryzować powszechność, lecz dostęp do powyższych metod przebiegać w oparciu ma o dobrowolność ich stosowania. Jedną z głównych wolnościowych koncepcji decydowania o sobie w transhumanizmie jest koncepcja wolności morfologicznej (ang. *Morphological Freedom*) zaproponowana przez Maxa More'a (1993). Jest to projekt prawa cywilnego, według którego każdy mógłby świadomie decydować o swoim ciele. Koncepcję tę później rozszerzył Anders Sandberg (2013). Prawo do życia i wolności implikuje prawo do własnego ciała: człowiek jest wolny, gdy jego ciało jest wolne. Z połączenia wymienionych praw oraz świadomości rozwoju technologicznego wyłania się wolność morfologiczna. Ludzie wyznają różne koncepcje szczęścia oraz różnią się potrzebami zapewniającymi im najlepsze przeżycie, dlatego muszą dysponować swobodą realizacji własnej drogi do szczęścia i przetrwania. Zdaniem Sandberga, człowiek już dziś jest istotą o charakterze technologicznym, dzięki czemu życie, a tym bardziej szczęście jest możliwe dzięki korzystaniu z wielu narzędzi. Wolność morfologiczna miałaby być prawem cywilnym, w którym każdy miałby swobodę do modyfikowania swojego ciała w oparciu o świadomą zgodę. Każdy więc powinien mieć personalną autonomię co do wyboru chociażby chirurgii, leczenia, technologii (między innymi implantów i inżynierii genetycznej) ingerujących w obręb jego własnego ciała. Obecnie wolność morfologiczna wydaje się mocno ograniczona. Debaty w kwestiach medycznej prywatności, praw kobiet do swoich ciał, doping, praw reprodukcyjnych, eutanazji są często ignorowane, co nie pozwala na dyskusję o swobodzie w odniesieniu do własnego ciała, tym samym ograniczając ludziom prawo do szczęścia i niecierpienia.

Superdobrobyt będzie także możliwy dzięki redukcji negatywnych zjawisk zewnętrznych. Zewnętrznymi dystrybutorami cierpienia są nie tylko kataklizmy, klęski żywiołowe, wojny, ale także chaos i przeciążenie informacyjne, zagrożenia prywatności, nieustanna zmienność świata, dyskryminacja, poczucie niemocy kontrolowania swojego życia czy ograniczenia ze strony władz państwowych (Bauman, 2011). Panaceum dla tych zagrożeń ma być umocnienie się ustrojów liberalnych i demokratycznych. James Hughes (2004) proponuje demokrację transhumanistyczną (ang. *democratic transhumanism*) nastawioną na techno optymizm i przekonanie, że dzięki nauce i technologii zapewniona będzie równość, solidarność i bezpieczeństwo publiczne. Wykorzystanie inteligentnych technologii wspomagających ludzką cielesność czy

inteligentnych agentów ograniczających zewnętrzne zagrożenia oraz ich powszechny dostęp znieś bariery między ludźmi, którzy mogli się czuć dyskryminowani ze względu na swoją orientację seksualną, niepełnosprawność czy pochodzenie. Stąd wiara w techno-progresywizm, czyli w to, że postęp technologiczny niesie pozytywne zmiany w przemianach społecznych. Niemniej, pojawiają się spore wątpliwości, czy w świecie sterowanym dzięki technologiom, w którym troski można zniwelować dzięki środkom farmakologicznym, narzędzia te nie staną się elementem biopolityki. Nadzieje są kuszące, ale i obawy są w pełni uzasadnione. Ostatecznie jednak obecny stan rzeczy jest daleki od powszechnego dobrobytu, poczucia szczęścia i braku cierpienia.

Technooptymistyczne nadzieje warto przytemperować, odwołując się do bardziej sceptycznych głosów. Stanowiska biokonserwatywne słusznie wskazują, że uproszczona wizja dopatrująca się w rozwoju technologii rozwiązań wszelkich naszych problemów jest ahistoryczna. Patrząc na rozwój nauki chociażby z perspektywy Kuhna czy Lakatosa, zobaczymy, że w naszej historii do czynienia mamy raczej ze zmianami w myśleniu i rewolucjami paradygmatycznymi niż ze stopniowym pozytywistycznym postępem (Kuhn, 1970; Lakatos, 1995). Nie powinniśmy zakładać, że wraz z rozwojem osiągamy coraz to nowsze i lepsze sposoby rozumienia samych siebie, usprawniania własnego życia i osiągnięcia cnót moralnych. Finalnie jednak, posiłkując się sceptycyzmem i metodyczną ostrożnością, proponujemy przeprowadzenie analizy technooptymistycznych założeń transhumanistów, które stoją za programem wzmocnień afektywnych, oraz warunków, w których dopuszczalne byłoby usprawnianie naszych emocji.

## **2. Analiza koncepcji Superdobrobytu według Davida Pearce'a**

Zapewnienie superdobrobytu czy też superszczęśliwości ma się opierać na założeniach abolicjonizmu bioetycznego. Jest on ugruntowany w filozofii moralnej, a za cel stawia eliminację zjawisk wywołujących ból zewnętrzny i wewnętrzny (Mikołajko, 2012). W ramach abolicjonizmu bioetycznego podejmowane są argumenty natury etycznej i moralnej w związku z użyciem nanotechnologii, biotechnologii, technologii informatycznych i nauk kognitywnych, które mają wyeliminować cierpienie u wszelkich czujących form życia oraz maksymalizację dobrostanu, dobrobytu i szczęścia. Termin „abolicjonizm” na gruncie bioetycznym zaproponował w 1986 roku Lewis Mancini. Przedstawia on hipotetyczne użycie stymulacji mózgu w celu zniesienia takich czynników cierpienia jak lęk, duszności czy mdłości. Zaznacza również, że wykorzystanie neurotechnologii pozwoli na poprawę zdolności poznawczych czy zmysłu moralnego.

Kluczowe założenia abolicjonizmu bioetycznego przedstawia Pearce, założyciel Stowarzyszenia Transhumanistycznego i ważny współtwórca Transhumanist FAQ – jednego z głównych dokumentów przedstawiający założenia myśli

transhumanistycznej<sup>1</sup>. Koncepcję abolicjonizmu zainspirowała filozofia utylityzmu Jeremy'ego Benthama w trochę zmienionej formie utylityzmu negatywnego oraz koncepcje filozofii hedonistycznej.

Utylityzm negatywny jest etycznym systemem wartości, który rzuca wyzwanie moralnej symetrii między przyjemnością a bólem. Nie kwestionuje poprawy szczęścia u [osób] zadowolonych. Jednak przypisuje szczególną wartość w sensie moralnym podjęciu działań, które mają na celu zminimalizowanie bądź eliminację cierpienia. [...]. [Koncepcja ta] wynika z głębokiego współczucia z powodu skali i intensywności cierpienia pojawiającego się w świecie (Pearce, 2007a)<sup>2</sup>.

Pearce (2007b) w projekcie *The Abolitionist Project* postuluje, by zastosować technologię do zniesienia biologicznych podłoży wszelkiego rodzaju nieprzyjemnych doświadczeń. Redukcja ma przede wszystkim dotyczyć doświadczeń bólu, zarówno fizycznego, jak i psychicznego. Zdaniem Pearce'a, wprowadzenie do naszego zewnętrznego środowiska inteligencji pod postacią autonomicznych maszyn oraz rozwiązań z zakresu sztucznej inteligencji to tylko drobny element, który ma przybliżyć nas do zniesienia cierpienia. Istotne jest również środowisko wewnętrzne i dobrostan nas samych. Człowiek jest zalewany i obciążany wielością informacji, które wytwarzają w nim wielkie uczucie bólu psychicznego i emocji, takich jak samotność, wykluczenie, niepokój egzystencjalny, smutek, lęk czy depresja, obniżając przy tym motywację i radość z życia. Abolicjoniści uznają, że niektóre negatywne odczucia powinny być dobrowolne i nie trwać tak długo. Dlatego Pearce propaguje koncepcję Imperatywu Hedonistycznego, który miałby stać się fundamentalnym prawem człowieka (i nie tylko) oraz dotyczyć konieczności stosowania technologii w celu wyeliminowania cierpienia u wszelkich świadomych istot.

Imperatyw Hedonistyczny przedstawia, w jaki sposób nanotechnologia i inżynieria genetyczna umożliwią wyeliminowanie awersyjnych doświadczeń ze świata żywego. Wciągu następnych tysiącleci, albo i później, biologiczne podstawy cierpienia zostaną całkowicie zlikwidowane. Tym samym pojęcia „fizycznego” i „psychicznego” bólu przejdą do historii. Biochemia<sup>3</sup> codziennych niezadowolonych będzie genetycznie wycofywana. Złe samopoczucie będzie zastąpione przez biochemię błogości. Materia i energia zostaną wkomponowane w zadowolone z życia superistoty przepełnione dobrostanem. Stan umysłu na-

---

<sup>1</sup> Warto dodać, że Pearce jest silnym propagatorem otwartej nauki, stąd jego publikacje nie pojawiły się w formie artykułów w czasopismach naukowych czy w wydaniach książkowych, lecz są dostępne na jego stronach internetowych bądź jako wykłady w serwisie YouTube. Zob. [https://about.me/david\\_pearce](https://about.me/david_pearce).

<sup>2</sup> Autorzy wszystkich tłumaczeń na potrzeby artykułu: Piotr Litwin i Artur Gunia.

<sup>3</sup> Pearce uważa, że wiele niekorzystnych stanów wpisanych jest w biochemie organizmów. Tym samym często szczęście jest nieosiągalne, gdyż niekorzystne stany są uwarunkowane genetycznie.

szych potomków będzie zróżnicowany i niezrozumiały w porównaniu z dzisiejszym stanem. Jednak wszyscy będą podzielać jedną wspólną cechę, którą będzie wzniosłe i wszechogarniające szczęście (Pearce, 2007a).

Zdaniem Pearce'a, nawet jeśli cierpienie wynika z czynników zewnętrznych, jak naturalne kataklizmy, choroby, głód czy brak wolności spowodowany nie-demokratycznymi rządami, to dominujące w tej sytuacji pozostają czynniki wewnętrzne dotyczące sfery psychicznej. W odniesieniu do człowieka wiele stanów psychicznych jest uwarunkowanych; są to przede wszystkim pierwotne emocje i popędy. Stany te – między innymi lęk i agresja – pojawiły się u człowieka pierwotnego i pozwalały mu na lepsze przetrwanie w trudnych warunkach. Jednak w dzisiejszym świecie popędy te działają na jednostkę depresyjnie i oddalają go od nadrzędnego celu, jakim jest szczęście. Eliminacja negatywnych stanów możliwa będzie dzięki wykorzystaniu dokonań biotechnologicznych. Należą do nich:

1. *Wireheading*, czyli bezpośrednia stymulacja ośrodków przyjemności za pomocą wszczepionych elektrod w mózgu. Metoda ta umożliwi przerywanie bólu fizycznego oraz psychicznego, a także – dzięki wirtualnym agentom – nieodbieranie niepotrzebnych informacji (Pearce, 2008);
2. Projektowanie utopijnych leków (ang. *utopian designer drugs*), które dostarczyłyby przyjemności, umożliwiły pełną funkcjonalność przez całe życie, wzmacniały doznania, redukowały popędy czy usprawniały procesy uczenia i myślenia, nie wywołując przy tym efektów ubocznych. Leki te pozwoliłyby na selektywne wymazywanie pamięci, między innymi zdarzeń traumatycznych (Pearce, 2014c). Szczególnym rozwiązaniem byłoby wdrożenie specjalnych systemów dozowania i regulacji związków chemicznych, między innymi dopaminy, serotoniny czy endorfiny, by poziom nastroju był zawsze optymalny. Dodatkowo pozwoliłoby to na osiągnięcie hiper-motywacji, która bez ingerencji fizjologicznej jest niemożliwa (Pearce, 2014a);
3. Inżynieria genetyczna, która ma sprawić, że reprodukcja nie będzie genetyczną loterią, a przyszłe pokolenia unikną możliwych wad. Odnosi się to zwłaszcza do redukcji genów warunkujących pierwotne popędy (Pearce, 2009).

Szczególnym aspektem wpływającym na poczucie szczęścia i zadowolenia przez jednostkę są odczuwane przez nią emocje oraz sposób ich uświadamiania. Dlatego w realizacji superszczęśliwości ważna jest kwestia użycia środków psychoaktywnych (prekursorów utopijnych leków w rozumieniu Pearce'a), które mają aktywować dane emocje i uświadamiać doświadczenie emocjonalne. Problem ten – zarówno w myśli transhumanistycznej, w perspektywie neurobiologicznej, jak i społecznej – trudno jednoznacznie analizować i oceniać.

### 3. Czym jest szczęście? Analiza kontekstowa

#### 3.1. Hedonistyczna bieżnia i limity naszego szczęścia

Warto zwrócić uwagę na problematyczną relację między szczęściem a satysfakcją i wygodą życia we współczesnym świecie. Z roku na rok nasze życie staje się coraz bezpieczniejsze, coraz bardziej zautomatyzowane i wygodne, a także pojawiają się coraz to nowsze sposoby na realizowanie siebie i poprawianie swojego dobrostanu. Jak wiadomo, mowa tu o sytuacji w rozwiniętych państwach. Nie da się, oczywiście, sprowadzić szczęścia do jednej tylko zoperacjonalizowanej zmiennej, choć podejmuje się próby pomiaru zadowolenia z życia w różnych państwach, czego przykładem jest coroczny *World Happiness Report*<sup>4</sup>. Dzięki sięgnięciu po rozwiązania technologiczne, w tym uczenie maszynowe, możliwe stały się próby przewidywania subiektywnej jakości życia (*QoL* – *Quality of Life*) oraz jej zmian w wyniku wprowadzanych interwencji i polityk społecznych (Jannani i in., 2021).

Pomimo rosnących „wskaźników szczęścia”, zmagamy się z problemami wykluczenia<sup>5</sup>, nadmiaru cierpienia czy wysokimi statystykami samobójstw<sup>6</sup>. Ponadto, depresja pozostaje jedną z najpowszechniejszych i najgroźniejszych chorób cywilizacyjnych<sup>7</sup>. Należy także zauważyć, że wyjątkowo trudno jest utrzymać stałą satysfakcję w życiu. Sami możemy zaobserwować, że szczęście to ulotne uczucie, a gdy już przywyknijemy do pewnego poziomu życia, to zaczynamy odczuwać niedosyt. Prawdopodobnie mogą być za to odpowiedzialne zarówno procesy psychologiczne i społeczne, zmuszające nas wciąż do poszukiwania nowych doznań i niezadowolenia z tego, co mamy, jak i nasz własny mózg. Mechanizmy negatywnego feedbacku w naszym układzie nerwowym mogłyby doprowadzić do sytuacji, w której nawet w „idealnym świecie” bylibyśmy ostatecznie znudzeni, przygnębieni czy też ogarnięci lękiem.

W psychologii na określenie powyższego problemu używa się pojęcia „hedonistycznej bieżni” (ang. *hedonic treadmill*<sup>8</sup>, zob. Diener i in., 2009). Odnosi się ono

<sup>4</sup> Najbardziej aktualny raport pochodzi z 2021 roku i bierze pod uwagę wpływ pandemii COVID-19 na samopoczucie ludzi. Zob. <https://worldhappiness.report/ed/2021/> (10.02.2022).

<sup>5</sup> W 2019 roku odsetek młodych ludzi w wieku 16–29 lat zagrożonych ubóstwem lub wykluczeniem społecznym w UE wyniósł 25,1 %, czyli objął 18,6 mln młodych ludzi, przy czym kobiety są zagrożone nieco bardziej niż mężczyźni. Zob. [https://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php?title=Young\\_people\\_-\\_social\\_inclusion](https://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php?title=Young_people_-_social_inclusion) (14.08.2021).

<sup>6</sup> W ponad 70 państwach wskaźnik samobójstw wynosi ponad 10 samobójstw na 100 000 mieszkańców w ciągu roku, dla Polski wskaźnik ten wynosi 9,3, z czego 16,5 dla mężczyzn i 2,4 dla kobiet, co jest jednym z najwyższych wskaźników w Europie. Zob. dane z roku 2019 <https://apps.who.int/gho/data/node.main.MHSUICIDEASDR?lang=en> (14.08.2021).

<sup>7</sup> Według WHO, w roku 2019 na całym świecie na depresję cierpiało ponad 264 miliony ludzi w każdym wieku, co czyni ją najbardziej powszechnym zaburzeniem psychicznym. Zob. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/depression> (14.08.2021).

<sup>8</sup> Co tłumaczyć można jako „hedonistyczna bieżnia” lub „hedonistyczny kierat”, proponujemy jednak pierwszą wersję.



do ludzkiej tendencji do utrzymywania się na relatywnie stałym poziomie zadowolenia i szybkiego powrotu do tego stanu, nawet pomimo wyjątkowo pozytywnych (lub negatywnych) wydarzeń i zmian w życiu (Bottan i Truglia, 2011). Według zwolenników tej teorii wszelkie wydarzenia, interwencje oraz wpływ środowiskowy przynoszą człowiekowi radość tylko krótkoterminowo, ponieważ ludzie z czasem powracają do swojego „hedonistycznego” punktu odniesienia. Tym samym, koncepcja hedonistycznej bieżni zdaje się sugerować, że subiektywne dobre samopoczucie jest tak naprawdę determinowane przez geny i mózg człowieka, a poziomu szczęścia nie można zmienić na stałe – co zdają się sugerować między innymi badania nad bliźniętami, które wychowały się w różnych warunkach socjoekonomicznych, edukacyjnych, rodzinnych czy kulturowych, a pomimo tego za większość różnic i fluktuacji w ich samopoczuciu (mierzonym kwestionariuszem *Multidimensional Personality Questionnaire*) odpowiadały geny (Lykken i Tellegen, 1996).

Temat genetycznego uwarunkowania ludzkiego samopoczucia nie jest jednak wcale przesądzony. Analizy dotyczące dziedziczenia hedonistycznego potencjału każdego człowieka prowadzono poprzez porównywanie identycznych bliźniąt dwujajowych. Badania prowadzone w ramach tego paradygmatu poddano krytyce, między innymi ze strony Clifforda Sosisa. Jego zdaniem, na podstawie statystyk poprzecznych, jak i badań długookresowych opisujących samopoczucie bliźniąt, nie możemy wyciągnąć jasnego wniosku na temat uwarunkowania naszej hedonistycznej bieżni (Sosis, 2014). Wariacja w satysfakcji życiowej rodzeństwa może również w dużym stopniu wynikać z czynników środowiskowych, a traktowanie tego problemu jako przesądzonego może niebezpiecznie skierować nas do wniosku, jakoby czynniki społeczne i warunki życiowe były mniej ważne od odpowiedniego wyregulowania naszych neuronów. Z tego powodu powinniśmy dążyć nie tylko do bezpośredniej ingerencji w nasze geny, ale również do troski o swój byt oraz rozwijanie prawidłowej relacji z otoczeniem i własnym doświadczeniem osadzenia w świecie, przykładowo poprzez rozwój własnego metapoznania (Eichbaum, 2014).

Zdaniem transhumanistów, można przezwyciężyć problem uwarunkowania naszych genów. Jednym z elementów programu Imperatywu Hedonistycznego jest rekalkibracja opisanego limitu doznań w naszej głowie, tak abyśmy w zupełnie nowy sposób doznawali emocje. Teoretycznie, inżynieria genetyczna mogłaby pozwolić na przekroczenie ograniczeń. Dodatkowo, technologie informatyczne (możliwe do bezpiecznej implementacji) i neurofarmakologia mogłyby umożliwić zmianę wspomnianego powyżej punktu odniesienia, aby pozwolić człowiekowi stać się szczęśliwym permanentnie, a nie tylko przez krótki okres, po którym wróciliby do swojego typowego stanu zdeterminowanego przez geny (Diener i in., 2009). Ponadto, nawet jeśli uznamy, że pewne negatywne stany afektywne są dla nas korzystne – na przykład ból, który

ostrzega nas przed zagrożeniem dla zdrowia i wyzwala negatywne emocje, takie jak strach, smutek czy cierpienie – wciąż moglibyśmy pozbyć się fenomenologicznego doświadczenia, pozostawiając tylko informacyjny aspekt.

Zdaniem Pearce'a, ostatecznym celem transhumanistycznej poprawy dobrostanu ludzi powinna być zmiana naszych genów oraz rekaliibracja spektrum odczuwanych emocji, tak abyśmy żyli w takim stanie świadomości, którego nie chcielibyśmy zmienić ani odrzucić. Można łatwo stwierdzić, że obecnie żyjemy w czasach, w których nie uznajemy swojego „standardowego” stanu świadomości za idealny z różnych przyczyn. Jednakże na obecnym etapie rozwoju nauki nie jesteśmy jeszcze w stanie modyfikować naszych genów, co pozwoliłoby nam pokonać zjawisko hedonistycznej bieżni. Zatem możemy dążyć do poprawy naszego samopoczucia na określony czas, a także tworzyć nawyki, dzięki którym nasz punkt odniesienia dobrego samopoczucia będzie dla nas satysfakcjonujący.

### **3.2. Maszyna doświadczeń i odpowiedź Pearce'a**

Jednakże, czy chodzi nam tylko o szczęście? Według filozoficznej koncepcji hedonizmu prawdopodobnie tak; uznajemy decyzje i zdarzenia za dobre, jeśli przyniosły nam pozytywne emocje i przyjemność lub zmniejszyły odczuwane cierpienie. Złe natomiast są zdarzenia, które zwiększają cierpienie lub odbierają nam przyjemność i pozytywne emocje. W przypadku, kiedy przyświecają nam takie ideały, powinniśmy dążyć do opracowania technologii, dzięki której wszyscy ludzie mogliby nieustannie doznawać szczęścia. Jednakże, czy tego właśnie chcemy?

Warto tutaj odwołać się do eksperymentu myślowego zaproponowanego przez filozofa Roberta Nozicka (2013). Wyobraźmy sobie, że naukowcy stworzyli Maszynę Doświadczeń (ang. *Experience Machine*). Tak długo, jak będziemy w jej środku, nasz mózg i ciało będą bez przerwy stymulowane przyjemnymi doznaniem, a my będziemy mogli przeżyć dowolne doświadczenia, jakich zapragniemy. Czy zgodzimy się na podpięcie do takiej Maszyny? Z perspektywy hedonistycznej nasze życie będzie pod każdym względem lepsze w Maszynie niż poza nią. Koncepcja ta spotkała się w filozofii już z wieloma odpowiedziami, zarówno pozytywnymi, jak i negatywnymi (Bramble, 2016; Kawall, 1999; Silverstein, 2000; Weijers, 2014). Głosy pochwalające pomysł Nozicka zwracają uwagę na przykład na aspekt „autentyczności” emocji (Silverstein, 2000). Głosy przeciwne uzasadniane są brakiem możliwości wyznaczenia linii demarkacyjnej pomiędzy „prawdziwym” a „nieprawdziwym” doznaniem (Asplund i Gustavsson, 2017).

Szczególnie warto jednak przyrzeć się temu, jak na interesujący nas tutaj zarzut odpowiadają sami transhumaniści. Pearce w eseju „Superhappiness. Ten Objections To Radical Mood-Enrichment” (2019) odpowiedział na dziesięć głosów krytycznych wobec swojego projektu radykalnego usprawniania nastroju ludzi. Jego zdaniem, takie maszyny mogą powstać w przyszłości, jednak ich założenia nie odpowiadają temu, co oferuje nam pomysł zmian genetycznych i pokonania hedonistycznej bieżni. Emocje i doświadczenia w takiej przyszłości wciąż byłyby autentyczne, więc nie jest konieczna dyskusja nad konsekwencjami Maszyny Doświadczeń. Ponadto przytacza on przykład marzeń sennych, które również nie są prawdziwymi przeżyciami, a jednak nasz mózg w fazie REM jest w stanie zaferować nam podczas snu wiele emocji i doznań. Pearce zapytuje, czy zwolennicy autentyczności emocji (wysuwając argument z eksperymentu Nozicka) postulują również pozbywanie się marzeń sennych, chociażby poprzez specjalnie dobrane środki farmakologiczne.

Pearce przytacza jednak kolejny argument nawiązujący do „autentyczności” emocji i zwraca uwagę, że nasze obecne doświadczenia emocjonalne są w gruncie rzeczy wynikiem uwarunkowań ewolucyjnych. Jest to zauważalne w doświadczeniach estetycznych, czego przykładem – według tego filozofa – może być to, że heteroseksualny mężczyzna doświadczy intensywniejszej reakcji biologicznej (a tym samym bardziej pozytywnych uczuć, większego podniecenia) na widok młodszej niż starszej kobiety. Zdaniem Pearce’a, nie byłoby niczym złym, aby skorzystać z usprawnień neurofarmakologicznych i technologicznych w celu zmiany tej percepcji na taką, która bardziej będzie dopasowana do naszych potrzeb i wartości, a nie tylko podporządkowana ślepych zasadom ewolucji i przekazywaniu dalej genów (Pearce, 2019).

Warto jednak ten argument poszerzyć. Zauważmy, że obecnie nie potrzebujemy dokonywać zmian w naszych mózgach ani stosować neurofarmakologii w celu zmodyfikowania niektórych naszych doświadczeń estetycznych i emocjonalnych. Przykładem niech będą wszelkie metody technologiczne i komputerowe usprawniające wygląd, głos oraz inne cechy naszej prezencji – chociażby filtry do zdjęć obecne na wielu portalach społecznościowych, takich jak Instagram, Snapchat i Tik Tok (Brown Jarreau i in., 2019; Hong i in., 2020). Dostępnych jest również wiele specjalnych aplikacji pozwalających na retusz twarzy, w tym na wrażenie „odmłodzenia”. Do takich aplikacji należą: FaceApp<sup>9</sup>, Photolemur<sup>10</sup>, Fotogenic<sup>11</sup> i wiele innych<sup>12</sup>. Proces ten może postępować

---

<sup>9</sup> Zob. <https://play.google.com/store/apps/details?id=io.faceapp&hl=pl&gl=US> (20.07.2022).

<sup>10</sup> Zob. <https://photolemur.com/> (20.07.2022).

<sup>11</sup> Zob. <https://play.google.com/store/apps/details?id=com.hde7.fotogenic&hl=pl&gl=US> (20.02.2022).

<sup>12</sup> Na rynku pojawia się bardzo wiele aplikacji pozwalających na automatyczne przekształcanie fotografii. Aplikacje te wykorzystują techniki sztucznej inteligencji, w tym rozwiązania

coraz dalej: już teraz stopniowo w sferze internetowej kreujemy nowe tożsamości (Finder, 2006; Moore i in., 2017), które zmieniają nasze interakcje społeczne, a tym samym mogą dostarczać nowych doświadczeń i emocji (Haugtvedt i in., 2005), a także wpływać na nasz dobrostan w „życiu fizycznym” (Baker i in., 2009; Gorini i in., 2008).

Potencjał usprawnienia technologicznego nie ogranicza się tylko do naszej wizualnej prezencji. Może to dotyczyć również internetowych tożsamości budowanych „od zera”, na przykład poprzez stworzenie własnego awatara na platformie świata wirtualnego Second Life czy też w internetowej grze komputerowej, jak i „nadbudowywania” i usprawniania swojej dotychczasowej tożsamości poprzez kreowanie obrazu własnej osoby w mediach społecznościowych w sposób nie do końca odpowiadający naszemu „Ja” w świecie rzeczywistym. Niewizualne i werbalne aspekty interakcji międzyludzkich to również potencjalne pole dla technologicznych usprawnień. Jest to widoczne także w (istotnej dla naszego życia) sferze intymnej i romantycznej: relacje nawiązane przez Internet są coraz powszechniejsze i mogą się znacząco różnić o tych, które znamy wyłącznie ze świata „realnego”, na przykład przez większy nacisk na osobowość i dialog, a mniejsze na chociażby percepcję wyglądu (Whitty i Carr, 2006).

### ***3.3. Metaemocje i dwurzędowa sfera afektywna***

W powyższym przeglądzie pokazano, jak rozwiązania technologiczne na gruncie farmakologii i technologii informatycznych mogą wpływać na pojawianie się określonych emocji. Można jednak zapytać, w jaki sposób emocje te są uświadamiane i odczuwane. W dalszej analizie warto odnieść się do filozoficznej koncepcji „metaemocji” zaproponowanej przez Jägera i Bartsch. Metaemocje to emocje, które możemy mieć w odniesieniu do naszych własnych emocji; tworzy to pewną dwurzędową strukturę odnoszenia się i rozumienia stanów doświadczanych przez podmiot (Jäger i Bartsch, 2006). W ramach takiej dwurzędowej struktury możemy zarówno intencjonalnie poznawać świat emocjami (reagować adekwatnie na bodźce i zdarzenia wokół nas oraz oceniać je), jak i później odnosić się intencjonalnie do własnych stanów emocjonalnych. Przykładowo, „metaemocją” nazwalibyśmy stan bycia zawstydzonym przez to, że przestraszyliśmy się i nie podjęliśmy się skoku ze spadochronem, lub poczucie winy, a nawet gniewu, gdy przyłapaliśmy samych siebie na tym, że przyjemność sprawiło nam złamanie ważnej dla nas zasady moralnej (na przykład okłamanie kogoś). Ponadto, opierając się na pojęciu metaemocji, możemy zrozumieć, jak to możliwe, że potrafimy oceniać własne uczucia i na przykład rozumieć niektóre nasze stany jako pożądane lub pozytywne, a niektóre jako

---

z zakresu uczenia maszynowego i uczenia głębokiego (ang. *deep learning*), tym samym wykorzystują dane opierające się na pewnych kanonach piękna, wieku czy wyglądu i do nich dopasowują przetwarzane fotografie.

negatywne i warte poprawy. To właśnie na tym drugorzędowym poziomie może dochodzić do refleksji podmiotu nad samym sobą i własną sytuacją życiową, a to umożliwia chociażby samodoskonalenie i dążenie do tego, co ktoś uznaje za dobre życie.

Postulowane przez transhumanistów metody wzmocnienia afektywnego<sup>13</sup> mogłyby okazać się korzystne w procesie pracy z własnymi emocjami. Przykładowo, technologie w koncepcji *quantified self*<sup>14</sup> oferują nam możliwość identyfikacji emocji, informowania siebie samych o nich oraz refleksji nad własnymi emocjami, chociażby pod postacią wykrywania doświadczanego przez nas gniewu czy niepożądanych przez nas nawyków (Lupton, 2016). Ponadto, środki farmakologiczne, szczególnie z grupy substancji psychodelicznych, mogą pozwalać na lepsze zrozumienie i uświadomienie sobie własnych emocji i doświadczeń, co może nas doprowadzić do refleksji nad swoim dobrostanem i własnymi stanami mentalnymi (Gashi i in., 2021).

W dyskusjach dotyczących transhumanistycznego postulatu usprawniania ludzkich emocji regularnie powraca problematyka „autentyczności” rzeczonych stanów emocjonalnych (Kaczmarek, 2015). Ze strony biokonserwatywnej podnoszone są argumenty, jakoby ingerencja w naszą sferę afektywną mogła zaburzyć doświadczanie naszego życia w sposób autentyczny. Przede wszystkim powinniśmy jednak rozróżnić omawiane przez nas koncepcje. Zastanawiając się nad swoimi przeżyciami, możemy rozpatrywać tożsamość jako odkrywaną lub jako konstruowaną (Bublitz, 2013; Sayers, 1999). W przypadku pierwszej mamy do czynienia ze stałą tożsamością i możemy na nią patrzeć przez pryzmat autentyczności istotowej, zaś w mówiąc o tożsamości, którą konstruujemy, mamy na myśli autentyczność narracyjną.

Myśląc o autentyczności istotowej, będziemy doszukiwać się esencji stojącej za tożsamością człowieka, na przykład konkretnego genomu i wyznaczanych przez niego cech danej osoby. Jednakże nie możemy ograniczać stanów afektywnych jedynie do pewnego „naddatku” naszych codziennych przeżyć. Istotny jest również aspekt kognitywny emocji, ponieważ ich poznawczy charakter umożliwia nam dokonywanie adekwatnej oceny sytuacji, w której się znajdujemy, oraz umożliwia odpowiednie adaptowanie się do otaczających warunków (Nussbaum, 2003). Emocje stale się zmieniają i na nas wpływają, jednak ta

---

<sup>13</sup> Przez „wzmocnienie afektywne” należy rozumieć regulację stanów emocjonalnych adekwatnie do zaistniałej sytuacji, tak by mogły one wpływać na dodatnią aktywację pozostałych władz poznawczych i budowanie pozytywnego nastroju. Wzmocnienie afektywne odnosi się do wspierania inteligencji emocjonalnej poprzez lepsze rozpoznanie emocji, a także będzie dotyczyć budowania adekwatnej sytuacji emocjonalnej w otaczającym środowisku (Gunia, 2019).

<sup>14</sup> *Quantified Self* (też *lifelogging*) to koncepcja, według której ludzie wykorzystują urządzenia monitorujące różnego rodzaju parametry, by w konsekwencji udoskonalać zachowanie człowieka, a także podnosić wydajność i kontrolować zdrowie.

relacja nie jest jednostronna: emocje dostarczają nam informacji o naszym stanie, zaś my reagujemy na nasze emocje, dzięki czemu możemy oceniać ich adekwatność oraz wykorzystywać dostarczane informacje zwrotne do samorozwoju i lepszego rozumienia swoich doświadczeń (Bailen i in., 2019). Z tego powodu w toku analizy skłaniać będziemy się ku autentyczności narracyjnej.

Rozpatrzmy pozytywne i negatywne aspekty poznawcze emocji. Pewną część naszych emocji możemy doceniać i traktować jako godziwe sądy na temat rzeczywistości, inną część zaś jako niepożądane stany (na przykład nadmierny stres lub lęk przed skokiem ze spadochronem). W bardziej skrajnych przypadkach nasze stany afektywne mogą działać przeciwko nam i dostarczać nam zaburzonego obrazu świata, jak w przypadku depresji (Bailen i in., 2019). Z tego powodu tak ważne są drugorzędowe sądy, które wydajemy na poziomie metaemocjonalnym. Możemy czuć się zadowolony z odczuwanych przez nas stanów lub rozczarowani własną reakcją na jakieś wydarzenie. Metaemocje pozwalają nam w adekwatny sposób kierować własną tożsamością, określać swoje cele, jak i upewniać się, że działamy w zgodzie z naszymi wartościami (Miceli i Castelfranchi, 2019).

To właśnie zachowanie ciągłości w narracji o naszym życiu, którą prowadzimy na poziomie metaemocjonalnym, decyduje o autentyczności naszego doświadczenia. Z tego powodu możemy dowolnie ingerować w nasze emocje pierwszego rzędu, zarówno konwencjonalnymi i znanymi nam już sposobami, jak i poprzez transhumanistyczne wzmocnienia afektywne. Postawę sceptyczną powinniśmy przyjąć natomiast względem prób wygaszania lub przekomponowywania naszych drugorzędowych emocji. Nie powinniśmy, oczywiście, z góry wykluczać takich rozwiązań, ponieważ każdy człowiek powinien mieć prawo do świadomego kontrolowania swojego życia emocjonalnego; jeżeli tylko zaistnieje możliwość pozbycia się negatywnych i niechcianych metaemocji, to nie możemy mu tego zabronić. Warto podkreślić, że wszelkie ingerencje w nasze stany afektywne należy podejmować z rozwagą oraz ze świadomością tego, z jakimi zmianami w mechanizmach, strukturze i funkcjach naszych doświadczeń będzie się to wiązało. Choć początkowo metaemocje były pojęciem teoretycznym i filozoficznym, to coraz częściej prowadzone są nad nimi badania empiryczne (Bailen i in., 2019; Beer i Moneta, 2012), co pozwala wypracować „program badawczy” zajmujący się tym tematem.

Istnieje ryzyko, że program transhumanistyczny dążący do usprawnienia emocji wyłącznie na poziomie fizjologicznym i neurochemicznych mógłby popaść w problem ze zdefiniowaniem, które konkretnie emocje chciałoby się zmieniać i poprawiać. Taki proces wybierania emocji do ulepszenia wymaga najpierw podjęcia refleksji nad tym, które emocje uważamy za pożądane, a które za warte wygaszenia lub eliminacji. Często przytaczanym przez transhumanistów pomysłem jest pozbycie się stanu afektywnego bólu, co pomogłoby wyeliminować

wać cierpienie. Jest to, oczywiście, cel godny pochwały, ale nie możemy zapominać o tym, że sam ból (i związany z nim chociażby strach) spełnia także istotną funkcję ostrzegawczo-ochronną. Informuje o zagrażającym w następstwie urazu czy choroby uszkodzeniu tkanek wyzwała odruchową, behawioralną odpowiedź organizmu mającą na celu ograniczenie do minimum skutków tego uszkodzenia (Dobrogowski i in., 2011). Zdaniem między innymi Pearce'a, w takiej sytuacji moglibyśmy podjąć próbę wyeliminowania fenomenologicznego doznania bólu przy pozostawieniu aspektu ostrzegającego (Pearce, 2007).

Trudno stwierdzić, czy inżyniera genetyczna w tym przypadku okazałaby się korzystna; ból spełnia funkcję informacyjną nie tylko dzięki działaniu rozumu, ale też właśnie przez to, że doznajemy negatywnej metaemocji nakierowanej na doświadczany ból i oceniamy ten stan jako niepożądany. Zauważmy, że ból jako stan afektywny cechuje się nie tylko negatywnym odczuciem oraz mechanizmem informacyjno-obronnym (Duncan, 2000), ale również ma duży wpływ motywacyjny oraz może być podłożem do doświadczeń mistycznych czy duchowych. Podobnie sytuacja mogłaby wyglądać z agresją oraz smutkiem, których całkowite wygaszenie miałoby negatywne skutki, ponieważ uniemożliwiłoby obronę (w przypadku pierwszego ze stanów) oraz poczucia empatii z innymi (w przypadku drugiego).

Odnosząc się jeszcze do poziomu metaemocjonalnego, warto zauważyć, że może on być wyjątkowo zależny od warunków kulturowych i norm społecznych, co pozwala nam na odejście od czysto fizjologicznego rozumienia dobrostanu i szczęścia. Spójrzmy przykładowo na zjawisko *guilty pleasure* („grzeszna przyjemność” lub „wstydliva przyjemność”), czyli odczuwania przyjemności ze sztuki, która nie jest powszechnie uznawana za estetyczną lub wartościową (Sołodki, 2016). Nie jest to wcale rzadka metaemocja, gdy czujemy się winni, że czerpiemy przyjemność z oglądania kiepskiego serialu lub słuchania w zaciszu domowym gatunku muzyki krytykowanego przez naszą grupę społeczną. Lub odwrotnie, możemy wręcz czerpać przyjemność z tego, że czujemy się winni lub zawstydzeni. Bardziej dosadnym przykładem kulturowego wpływu na funkcjonowanie metaemocji może być przywołanie sytuacji osoby, która odczuwa niechęć i negatywnie ocenia swoje uczucia i pożądanie wobec osoby tej samej płci, lub też przyjemność doznawaną z fetyszu seksualnego, ponieważ żyje w dość pruderyjnej i konserwatywnej kulturze (Sołodki, 2016). Z wymienionych powyżej powodów moglibyśmy obawiać się, że te emocje, które obecnie w naszym kręgu społecznym i kulturowym uważamy za godne usprawnień biomedycznych, wcale nie są konieczne tymi samymi emocjami, które musielibyśmy w sobie udoskonalić, aby osiągnąć dobre życie.

#### 4. Analiza substancji psychoaktywnych, ich wpływ procesy poznawcze i emocjonalne

Dużym problemem indywidualnym, jak i społecznym jest to, że obecnie szukamy rozwiązań w sposób niezbyt rozsądny. Bardzo często staramy się zmienić i chwilowo „poprawić” swój stan świadomości poprzez spożywanie alkoholu. To substancja z grupy depresantów, której skutki uboczne i potencjał do niszczenia naszego zdrowia zdecydowanie przewyższa przyjemne efekty uzyskiwane podczas upojenia (MacDonald i in., 2005; Nutt i in., 2010). Być może, oznacza to, że jesteśmy świadomi, iż wszelkie wpływanie na swoje samopoczucie za pomocą substancji musi się wiązać z kosztami. Żadna substancja, którą dysponujemy obecnie, nie jest pozbawiona skutków ubocznych. Warto jednak dokonać analizy dostępnych środków, aby określić możliwości i właściwości potencjalnej substancji zapewniającej „permanenty uśmiech”. W toku rozważań weźmiemy jednak pod uwagę aspekt metaemocjonalny i zastanowimy się nad tym, czy pod wpływem konkretnych środków człowiek pozostaje nadal w pełni świadom odczuwanych emocji i może nimi racjonalnie manipulować.

Szczególną grupę substancji stanowią leki nootropowe powodujące usprawnienie funkcji intelektualnych, uwydatniając pamięć roboczą, motywację i uwagę. Część środków należy uznać za inwazyjne, gdyż wpływają na biochemię mózgu i stosowanie ich może skutkować uzależnieniem. Niemniej środki nootropowe wpływają głównie na funkcje poznawcze, takie jak pamięć czy koncentracja, w mniejszym stopniu natomiast na stany afektywne, więc nie do końca spełniałyby interesujące nas kryteria. Korzystną zaletą leków nootropowych oraz wszelakich substancji psychoaktywnych jest ich aspekt temporalny, czyli fakt, że ich efekty ustają po pewnym czasie od zażycia. Tym samym mogą one dowolnie zmieniać nasze emocje pierwszego rzędu, zaś ich wpływ na metaemocje pozostaje w najgorszym wypadku tymczasowy, co pozwala na podejmowanie eksperymentów w obrębie naszej tożsamości narracyjnej bez zaburzenia autentyczności doświadczeń. Oczywiście, dzieje się tak przy założeniu, że w użytkowniku nie wykształci się zależność od substancji.

Popularnym wspomagającym środkiem, znacznie przekraczającym koncepcje środków nootropowych, jest Prozac (substancja czynna to fluoksetyna), lek przeciwdepresyjny powodujący zwiększenie stężenia neuroprzekaźnika serotoniny w przestrzeni międzysynaptycznej. Stosowany jest głównie w leczeniu bulimii, zespołu napięcia przedmiesiączkowego (ang. *Premenstrual syndrome*, PMS), zespołu lęku napadowego i depresji w przebiegu zaburzenia afektywnego dwubiegunowego. Środek wzmacnia uwagę, wyzwala pozytywne emocje i chęć samodoskonalenia oraz sprawia, że osoba po jego zażyciu ma wrażenie większych możliwości w kreowaniu swojego życia. Efektem jest też poprawa nastroju oraz kontrolowanie emocji, stąd popularnie Prozac nazywany jest „lekiem na szczęście” (Kaczmarek, 2015; Melosik, 2013; Tyszkowska i Podogrodzka, 2013). Stosowanie Prozacu wpływa korzystnie nawet na relacje zawodowe. Dzięki właściwościom przeciwdepresyjnym jest możliwa dłuższa



i wzmóŜona aktywność procesów poznawczych, nawet pod silnym wpływem czynników stresogennych.

Wzmocnienie afektywne wynikające z korzystania z Prozacu oraz obietnica zwiększonej kontroli nad własnymi odczuciami pozwalają nam podejrzewać, że substancja ta nie zaburzyłaby naszych procesów metaemocjonalnych. Jednakże długotrwałe stosowanie prowadzi do zaburzeń innych układów somatycznych (DeGrazia, 2000), w tym również do problemów ze snem, osłabienia oraz spadku libido i niepokoju. Wymienione skutki uboczne stanowią już zagrożenie dla odczuwania naszych emocji autentycznych w sposób. Emilia Kaczmarek zwróciła uwagę, że stosowanie takich leków jak Prozac powoduje powolne przemiany, a choć z biegiem czasu utoŜsamiamy się z naszymi nowymi emocjami, to jednak nagła i szokująca sytuacja (na przykład brak uczucia smutku po śmierci bliskiej osoby) może nas wytrącić z równowagi i pokazać nam, jak radykalna reorganizacja dokonała się w naszej sferze afektywnej (Kaczmarek, 2015).

Różnorodne środki stymulujące, na przykład amfetamina i jej pochodne, również mogą nosić znamiona wzmocnienia afektywnego. Środki te są silnie pobudzające, wzmacniają przy tym koncentrację, stąd stosowane są jako środki wspomagające proces uczenia się. Na uwadze trzeba mieć to, że są one inwazyjne i mogą wywoływać wiele efektów niepoŜądanych, zarówno w układzie nerwowym, jak i innych układach. Ponadto posiadają właściwości zmieniające stan świadomości, są również silnie uzależniające (Soetens i in., 1993) i toksyczne. Wysoki potencjał uzależniający tych środków wiąŜe się z ryzykiem uszkodzenia prawidłowych relacji w naszej dwurzędowej strukturze emocjonalnej. Osoba korzystająca z substancji mogłaby nie rozpoznawać, czy odczuwane przez nią emocje są jej własnymi, czy jedynie wynikiem nadmiernego pobudzenia lub głodu narkotykowego (w przypadku chęci przyjęcia kolejnej dawki).

Liczne środki psychodeliczne, jak na przykład LSD (dietyloamid kwasu D-lizergowego), w pewnych ilościach oddziałują na sposób ekspresji i kreatywność artystyczną (Janiger i De Rios, 1989), jednak zwiększone ich ilości i częstsze stosowanie mogą prowadzić do zaburzeń psychicznych (Halpern i Pope Jr, 2003). Co istotne, w przypadku przyjmowania LSD istotny jest kontekst i pozytywny nastrój osoby zażywającej, w przeciwnej sytuacji pojawia się ryzyko wystąpienia tak zwanego *bad tripa*<sup>15</sup> (czyli efektu „złej podróŜy”), objawiającego się paranoją, lękami i koszmarnymi doznaniemami (Gashi i in., 2021), co kłóci się z naszym celem znalezienia utopijnego leku. Prawdopodobnie alternatywne stany świadomości mogą okazać się bardzo stymulującymi sferami możliwymi

---

<sup>15</sup> Termin ten w anglojęzycznej literaturze naukowej znany jest również jako *challenging experiences* (trudne doświadczenia), *acute intoxication from hallucinogens* (ostre zatrucie halucynogenami) lub *psychedelic crisis* (kryzys psychodeliczny). W języku polskim nie dysponujemy jednoznacznym terminem medycznym na określenie tego zjawiska.

do zwiedzania przez psychonautów<sup>16</sup>, ale takie podróże stają się możliwe dopiero, gdy nasze doczesne życie jest już odpowiednio poukładane (Lorenc, 2019). Warto odnotować, że na gruncie psychiatrii podejmowane są próby stworzenia substancji, która oferowałaby pozytywne efekty psychologiczne halucynogenów, lecz bez wywoływania zmian w percepcji lub halucynacji (Dong i in., 2021).

Substancjami wartymi uwagi są enaktogeny, na przykład MDMA (3,4-Metylenodioksymetamfetamina), która w XX wieku była z zainteresowaniem wykorzystywana przez terapeutów jako wsparcie w konwencjonalnej psychoterapii (Passie, 2018), lecz z czasem została zdelegalizowana w licznych państwach. Od kilku lat trwają jednak działania na rzecz ponownej legalizacji tej substancji, gdyż okazuje się ona bardzo dobrym wsparciem w terapii opornego na leczenie zespołu stresu pourazowego (ang. *posttraumatic stress disorder*, PTSD) (Więckiewicz i in., 2021). Terapeutyczny potencjał enaktogenów wynika z trzech jej działań. Po pierwsze, MDMA podnosi poziom oksytocyny, co przekłada się na wzrost zaufania do relacji terapeutycznej. Po drugie, substancja ta aktywuje brzuszno-przyśrodkową korę przedczołową oraz obniża poziom aktywności ciała migdałowatego, co umożliwia pacjentowi powrót do traumatycznych wspomnień, ponowne ich przetworzenie i wygaszenie negatywnego ładunku emocjonalnego, który przedtem uniemożliwia zintegrowanie tego wspomnienia. Po trzecie, wzrostowi ulega poziom kortyzolu i noradrenaliny, co umożliwia pobudzenie procesów poznawczych, związanych z uczeniem się i wygaszaniem ładunku emocjonalnego (Mithoefer i in., 2011; Passie, 2018; Wagner i in., 2017).

Oznacza to, że osoba przyjmująca enaktogen przeprowadza pod okiem terapeuty analizę swoich własnych doświadczeń (Mithoefer i in., 2019). Sama substancja działa jak katalizator umożliwiający bardziej klarowne spojrzenie na własne wspomnienia, jednak nie ingeruje ona w narrację prowadzoną przez samego pacjenta. To dzięki niej kontroluje on sytuację i na poziomie metaemocjonalnym dokonuje oceny swoich pierwszorzędowych uczuć i reakcji emocjonalnych. Tym samym MDMA, zażywana w odpowiednich warunkach, umożliwia leczenie traum (Bedi i in., 2010), jednak widoczny potencjał pozwala nam podejrzewać, że substancja ta byłaby korzystna również jako środek wzmocnienia afektywnego oraz poznawczego.

Ponadto MDMA mogłaby być jednym z najbardziej obiecujących kandydatek na „substancję szczęścia”, gdyż działanie enaktogenu wpływa na funkcjonowanie ciała migdałowatego, przez co zanika stres, niepokój oraz wstyd. Pozwala to na nawiązywanie głębszych i bardziej intymnych relacji z innymi oraz na lepszy kontakt z własnymi emocjami; badacze porównują ten stan (również na poziomie fizjologicznym) ze stanem doznawanym tuż po orgazmie (Passie

---

<sup>16</sup> Psychonauta to osoba doświadczająca celowo wywołanych zmian świadomości (doświadczeń psychodelicznych) w celu poznania swego umysłu poprzez bezpośrednie doświadczenie.

i in., 2005). Pojawiają się jednak problemy: MDMA jest substancją neurotoksyyczną, a także bardzo szybko powoduje wytworzenie się w organizmie tolerancji na jej działanie. Oznacza to, że przy regularnym przyjmowaniu konieczne byłoby ciągle zwiększanie dawek, co mogłoby doprowadzić do przedawkowania, a ostatecznie śmierci. Poza tym działanie tej substancji jest stosunkowo krótkotrwałe. Z tych powodów, co również zaznacza w swoim tekście Pearce (2020), działanie MDMA powinniśmy traktować jedynie jako wizję tego, do czego moglibyśmy dążyć, aby rozwinąć jego projekt Hedonistycznego Imperatywu.

Relatywnie nowym, ale coraz bardziej rozwijającym się fenomenem w środowisku użytkowników substancji psychoaktywnych jest mikrodawkowanie, czyli regularne przyjmowania małych (subfarmakologicznych) dawek psycho delików (Lappin i in., 2013) lub substancji z innych grup. Nie dysponujemy jeszcze zbyt wieloma danymi empirycznymi na temat długofalowych efektów na stan zdrowia i dobrostan osób zaangażowanych w takie praktyki, jednak pojawiające się doniesienia są bardzo obiecujące. Według badań z 2019 roku mikrodawkowanie może się przyczynić do osłabienia objawów depresji i stresu oraz większej możliwości skupienia uwagi i poprawy nastroju (Polito i Stevenson, 2019). Autorzy badań zaznaczają, że takie efekty mogą wynikać ze specyfiki prób badawczych i niejako efektu placebo: praktyk tych podejmują się zwykle osoby, które wierzą, że odczują oczekiwane efekty.

Warto jednak zaznaczyć, że z powodu nielegalności substancji psychoaktywnych badania nad nimi pozostają utrudnione (Lorenc, 2019). Z tego powodu nie jest możliwe określenie, jak konkretnie rozpowszechniony jest fenomen mikrodawkowania, a także jakie efekty może on zapewnić użytkownikowi. Badania najczęściej przeprowadzane są już na osobach, które same deklarują, że angażują się w takie praktyki, co może znacząco wpływać na próbę badawczą. Oznacza to, że obecnie zdani jesteśmy jedynie na próby podejmowane przez samych zwolenników tego podejścia, natomiast o efektach różnych substancji możemy dowiedzieć z introspektywnych raportów zamieszczanych na stronach internetowych przeznaczonych dla „psychonautów”, którzy dzielą się ze sobą doświadczeniami i uzyskanymi efektami po różnych substancjach. Przykładem są chociażby polskie fora internetowe: [Hyperreal.info](http://Hyperreal.info) oraz [Neurogroove.com](http://Neurogroove.com)<sup>17</sup>.

## 5. Podsumowanie

---

<sup>17</sup> Warto zaznaczyć, że na tej stronie obowiązuje pewnego rodzaju „metodologia”, w ramach której autorzy opisujący swoje doświadczenia jasno określają warunki, w których przyjmowali substancję, między innymi: własny nastrój, dotychczasowe doświadczenie, towarzystwo, konkretne dawkowanie substancji oraz odczuwane efekty z podziałem na kolejne godziny pozostawania pod jej wpływem.

Dużym problemem, który można zauważyć w programach i wizjach snutych przez transhumanistów, jest duże skupienie na wewnętrznym cierpieniu człowieka oraz nadmierny redukcjonizm. Co prawda, sam Pearce temu nie zaprzecza, zaznaczając, że kieruje się on „naukowym naturalizmem”, czyli przekonaniem, że wszelkie formy interwencji polegające na poprawianiu dobrostanu człowieka ostatecznie sprowadzać będą się do zmian neurochemicznych. Tym samym pomysły usprawnień zewnętrznych, zmian systemu i sytuacji, w jakiej żyjemy, a także skupianie się na sferze psychicznej wydają się drogą naokoło.

Echa tego dylematu można zauważyć w filozofii Marka Fishera, który postulował odejście od indywidualizowania problemu i zwracał uwagę, że nawet gdy już stwierdzimy, że nieszczęście (lub depresja) spowodowane są niedoborem serotoniny u człowieka<sup>18</sup>, to wciąż musimy podjąć refleksję nad tym, dlaczego w ogóle u tej osoby wystąpił wspomniany deficyt (Fisher, 2009). Warto zwrócić uwagę na podkreśloną przez Marthę Nussbaum istotną rolę emocji i ich aspektu kognitywnego w konstytuowaniu się po części świadomości i tożsamości jednostki poprzez doznawanie różnych stanów i uczuć w reakcji na zdarzenia w otaczającym nas świecie, systemie czy też społeczeństwie (Nussbaum, 2003). Na gruncie nauk empirycznych ważnym aspektem emocji jest ten motywacyjny, ponieważ pozwala człowiekowi sprawnie podejmować lepsze decyzje. Zrozumiałe jest, że myśl transhumanistyczna chciałaby właśnie tę część człowieka usprawnić. Jednakże nie możemy zapominać o aspekcie kognitywnym emocji, ponieważ to od niego w dużej mierze zależeć będzie, czy własne życie będziemy postrzegać i rozumieć jako „dobre”, a nie tylko „przyjemne” (co zapewniłaby nam bezpośrednia stymulacja ośrodków przyjemności w mózgu).

Kontynuując debatę na temat poznawczego aspektu naszych doświadczeń emocjonalnych, pamiętajmy o sferze metaemocjonalnej, w której podejmujemy refleksję nad swoimi własnymi doświadczeniami. To na tym poziomie możemy „poczuć”, czy nasze reakcje emocjonalne są adekwatne do oczekiwań lub pożądane oraz samemu decydować o tym, od których emocji wolimy się dystansować, a które traktujemy jako wynik prawidłowej analizy sytuacji społecznej, w jakiej się znaleźliśmy. Na tym gruncie to nadal my, jako osoby, zachowujemy naszą podmiotowość i autentyczność. Tym samym dopuszczalne jest ingerowanie w nasze emocje pierwszorzędowe, ponieważ wprowadzenie transhumanistycznych rozwiązań będzie jedynie uzupełnieniem podejmowanych już przez nas działań. Przykładowo podczas sesji terapeutycznej, czy też przyjmując opisaną w poprzednim fragmencie substancję, wpływamy na nasze emocje, jednak wciąż na poziomie metaemocjonalnym kontrolujemy sytuację, pozostajemy wierni swoim wartościom i celom, a także prowadzimy narrację na temat

---

<sup>18</sup> Co istotne, opublikowany w ostatnim czasie systematyczny przegląd parasolowy wskazuje, że „serotoninowa teoria depresji” nie odnajduje potwierdzenia w badaniach (Moncrieff i in., 2022).

swojej tożsamości. Z tego samego powodu akceptowalne i jak najbardziej pożądane są interwencje, dzięki którym moglibyśmy usprawnić aspekt kognitywny naszych emocji – czego przykładem jest potencjalnie lecznicze działanie MDMA. Istotny tutaj pozostaje aspekt temporalny wszelkich interwencji transhumanistycznych: zarówno farmakologia, jak i rozwiązania technologiczne działają jedynie przez pewien czas, co pozwala porównać ze sobą doświadczenia przed lub po skorzystaniu z nich i zachować ciągłość w prowadzonej przez siebie narracji. Wymaga to jednak, oczywiście, świadomego korzystania z takich rozwiązań, gdyż zawsze będą się one wiązały zarówno z korzyściami, jak i kosztami.

W przeciwieństwie do tego, oferowane przez inżynierię genetyczną permanentne zmiany w strukturze naszych doświadczeń oraz sposobach odczuwania emocji mogłyby znacząco zaburzyć sposób, w jaki rozumiemy swoje położenie w świecie. Nie znamy odpowiedzi na to, w jaki sposób takie ingerencje mogłyby na nas wpłynąć. Dlatego rozsądniejsze okazałoby się oparcie programu wzmocnień afektywnych na środkach, których efekty są temporalne i w momencie wykrycia jakichkolwiek nieprawidłowości zachowujemy możliwość wycofania się z danego działania. Nie oznacza to, że całkowicie wykluczamy możliwość usprawnienia sfery emocjonalnej człowieka w sposób permanentny, lecz jedynie sugerujemy zachowanie ostrożności, przynajmniej dopóki nie dysponujemy wystarczającą wiedzą na temat struktury i mechanizmów naszych emocji.

Transhumaniści tacy jak Pearce przyjmują, że emocje są irracjonalnymi siłami, które po prostu przydarzają się nam – ich biernym nośnikom – lub też uznają emocje za prehistoryczny relik, które wspierały instynkt ludzi żyjących w nieprzewidywalnym buszu. Przyjmując takie założenia, łatwo jest planować inżynierię genetyczną czy tworzenie utopijnych leków, jednak może to oznaczać zbyt silny redukcjonizm. Warto także podjąć refleksję nad sferą społeczną naszego dobrostanu, pozwalając na bardziej holistyczne podejście do tematu wzmocnień afektywnych. Ponadto wprowadzenie trwałych zmian dzięki inżynierii genetycznej lub nieustannej stymulacji ośrodków przyjemności mogłoby zmienić sposób, w jaki doświadczamy dwurzędowego poziomu uczuć (jak wspomniano przy omawianiu metaemocji), nie oferując nam żadnej pewności, że kognitywny aspekt usprawnionych emocji wciąż pozwalałby na tworzenie adekwatnych sądów na temat otoczenia i naszej sytuacji.

W debatach biokonserwatywnych, gdzie argumentuje się przeciwko nadmiarowym wzmocnieniom, pojawia się także przekonanie, że należy chronić dotychczasową kondycję ludzką, bo jest ona ważna dla nas, stanowi nośnik naszych wartości, dlatego też przyszłe pokolenia powinny mieć szansę je poznawać, a wszelkie zabiegi ulepszania gatunku ludzkiego mogą zatracić to, co przez wieki było cenione (Cohen, 2012; Lewandowski, 2018). Zredukowanie czy wręcz pozbawienie człowieka części emocji czy odczuwania bólu doprowadzić mogłoby do utraty porozumienia między pokoleniami, rozdzielając je

wręcz na dwa gatunki: zdolny oraz niezdolny do odczuwania stanów afektywnych. To w konsekwencji mogłoby wymagać nowych nośników i źródeł wartości ludzkich.

Poszukiwanie utopijnego leku nie da nam panaceum. Konieczna jest również świadomość balansu zysków i strat związanych z zażywaniem każdej substancji, jak i odpowiedniej edukacji społecznej na temat środków psychoaktywnych, ich działania i efektów. Podobnie z inżynierią genetyczną i rekalicacją naszego spektrum odczuwanych emocji: mogą wydawać się fascynujące, jednak przeprowadzenie takiego programu interwencyjnego bez pochylenia się nad problemem adekwatności i autentyczności naszych emocji mogłoby zaburzyć rozumienie własnych doświadczeń i utrudnić ocenę własnych przeżyć, celów i wartości na poziomie drugorzędowym. Metaemocje są poznawczymi sądami na temat naszej obecnej sytuacji życiowej i samo ich zmodyfikowanie bez podjęcia interwencji w obrębie czynników, które je wywołały, mogłoby przesądzić o nieautentyczności nowych doświadczeń.

Zastanawiające jest, czy redukcja cierpienia pozwoli na zwiększenie produktywności, kreatywności i motywacji jednostek. Czy jednak taki stan nie pozbawi uczucia zdziwienia, zachwytu czy kontemplacji, prowadząc do uprzedmiotowienia osób i sprowadzając je do automatu? Do myślenia daje również to, czy na przykład pozbywanie się traumatycznych doznań nie pozbawi społeczeństwa tych aspektów, które decydują o człowieczeństwie. Oczywiście, te pytania są ważne, jednak w świecie pełnym bólu, nieszczęścia i nienawiści powinniśmy dążyć do wypracowania metod pozwalających ograniczyć te zjawiska, które szczególnie nas odczłowieczają.

Na koniec warto jednak zaznaczyć, że opisywane środki wciąż odnoszą się jedynie do subiektywnego poczucia szczęścia i oferują niejako „program negatywny”, czyli zwalczanie emocji, których nie chcielibyśmy mieć. Nie otrzymujemy natomiast „programu pozytywnego”, który zapewniłby nam sens i poczucie dobrego życia, do czego konieczna jest realizacja nie tylko codziennych potrzeb, lecz także tego, co nazwalibyśmy „metapotrzebami”, czyli pragnieniami dotyczącymi sensu, spełnienia czy wyższych wartości, takich jak dobro, sprawiedliwość, prawda czy piękno (Maslow, 1967; Podeschi, 1983). Odpowiedź na problem poprawy dobrostanu i osiągnięcia szczęścia znacząco zależy od zakładanego przez każdego człowieka sensu tych pojęć; transhumanistyczne wzmocnienia afektywne mogą nam dostarczyć potencjalnych rozwiązań w zakresie regulowania emocji pierwszego rzędu, jednak osiągnięcie autentycznej satysfakcji z życia oraz naszych warunków bytowych może wymagać bardziej zaawansowanych środków niż zażycie zwykłej „pigułki szczęścia”.

## **Bibliografia**

- Asplund, E. i Gustavsson, E. (2017). The Experience Machine and Psychiatric Drugs. *Philosophy Now*, 122, 32–33.
- Bailen, N. H., Wu, H. i Thompson, R. J. (2019). Meta-emotions in daily life: Associations with emotional awareness and depression. *Emotion*, 19(5), 776–787. <https://doi.org/10.1037/emo0000488>
- Baker, S. C., Wentz, R. K. i Woods, M. M. (2009). Using virtual worlds in education: Second Life® as an educational tool. *Teaching of Psychology*, 36(1), 59–64.
- Bauman, Z. (2011). *44 listy ze świata płynnej nowoczesności*. Kraków: Wydawnictwo Literackie.
- Bedi, G., Van Dam, N. i Redman, J. (2010). Ecstasy (MDMA) and high prevalence psychiatric symptomatology: Somatic anxiety symptoms are associated with polydrug, not ecstasy, use. *Journal of Psychopharmacology*, 24(2), 233–240.
- Beer, N. i Moneta, G. B. (2012). Coping and Perceived Stress as a Function of Positive Metacognitions and Positive Meta-Emotions. *Individual Differences Research*, 10(2).
- Bocheński, J. M. (1993). *Zarys historii filozofii*. Kraków: Philed.
- Bostrom, N. (2016). *Superinteligencja. Scenariusze, strategie, zagrożenia*. Gliwice: Helion.
- Bottan, N. L. i Truglia, R. P. (2011). Deconstructing the hedonic treadmill: Is happiness autoregressive? *The Journal of Socio-Economics*, 40(3), 224–236.
- Bramble, B. (2016). The experience machine. *Philosophy Compass*, 11(3), 136–145.
- Brown Jarreau, P., Dahmen, N. S. i Jones, E. (2019). Instagram and the science museum: A missed opportunity for public engagement. *Journal of Science Communication*, 18(2).
- Bublitz, J.-C. (2013). My mind is mine!? Cognitive liberty as a legal concept. W: Hildt, E. i Franke, A. G. (eds.). *Cognitive Enhancement. An Interdisciplinary Perspective*. Dordrecht: Springer Netherlands. 233-264.
- Cohen, G. A. (2012). *Finding oneself in the other*. Princeton University Press.
- Copleston, F. (1998). *Historia filozofii, t. Grecja i Rzym*. Warszawa, PAX.
- DeGrazia, D. (2000). Prozac, enhancement, and self-creation. *Hastings Center Report*, 30(2), 34–40.
- Diener, E., Lucas, R. E. i Scollon, C. N. (2009). Beyond the hedonic treadmill: Revising the adaptation theory of well-being. W: E. Diener (ed.) *The science of well-being* (s. 103–118). Springer.
- Dobrogowski, J., Zajączkowska, R., Dutka, J. i Wordliczek, J. (2011). Patofizjologia i klasyfikacja bólu. *Polski Przegląd Neurologiczny*, 7(1), 20–30.

- Dong, C., Ly, C., Dunlap, L. E., Vargas, M. V., Sun, J., Hwang, I.-W., Azinfar, A., Oh, W. C., Wetsel, W. C., Olson, D. E. i Tian, L. (2021). Psychedelic-inspired drug discovery using an engineered biosensor. *Cell*, 184(10), 2779-2792.e18.
- Duncan, G. (2000). Mind-body dualism and the biopsychosocial model of pain: What did Descartes really say? *The Journal of medicine and philosophy*, 25(4), 485-513.
- Eichbaum, Q. G. (2014). Thinking about Thinking and Emotion: The Metacognitive Approach to the Medical Humanities that Integrates the Humanities with the Basic and Clinical Sciences. *The Permanente Journal*, 18(4), 64-75. <https://doi.org/10.7812/TPP/14-027>
- Finder, A. (2006). For some, online persona undermines a resume. *New York Times*, 11.
- Gashi, L., Sandberg, S. i Pedersen, W. (2021). Making “bad trips” good: How users of psychedelics narratively transform challenging trips into valuable experiences. *International Journal of Drug Policy*, 87, 102997.
- Gorini, A., Gaggioli, A. i Riva, G. (2008). A second life for eHealth: Prospects for the use of 3-D virtual worlds in clinical psychology. *Journal of medical Internet research*, 10(3), e21.
- Gunia, A. (2019). *Wzmocnienie poznawcze w kontekście transhumanistycznym: teoria, praktyka oraz konsekwencje wpływu technologii kognitywnych na człowieka*. Praca Doktorska, Kraków, Uniwersytet Jagielloński.
- Halpern, J. H. i Pope Jr, H. G. (2003). Hallucinogen persisting perception disorder: What do we know after 50 years? *Drug and alcohol dependence*, 69(2), 109-119.
- Haugtvedt, C. P., Machleit, K. A. i Yalch, R. (2005). *Online consumer psychology: Understanding and influencing consumer behavior in the virtual world*. Psychology Press.
- Hong, S., Jahng, M. R., Lee, N. i Wise, K. R. (2020). Do you filter who you are?: Excessive self-presentation, social cues, and user evaluations of Instagram selfies. *Computers in Human Behavior*, 104, 106159.
- Hughes, J. (2004). *Citizen cyborg: Why democratic societies must respond to the re-designed human of the future*. Westview Press.
- Janiger, O. i De Rios, M. D. (1989). LSD and creativity. *Journal of psychoactive drugs*, 21(1), 129-134.
- Jannani, A., Sael, N. i Benabbou, F. (2021). Predicting Quality of Life using Machine Learning: Case of World Happiness Index. *2021 4th International Symposium on Advanced Electrical and Communication Technologies (ISAECT)*, 1-6. <https://doi.org/10.1109/ISAECT53699.2021.9668429>
- Kaczmarek, E. (2015). Autentyczność emocji w bioetycznym sporze o ulepszanie człowieka. Czy „pigulka szczęścia” może dać prawdziwe szczęście? *Etyka*, 51, 9-23.



- Kawall, J. (1999). The experience machine and mental state theories of well-being. *Journal of Value Inquiry*, 33(3).
- Kuhn, T. S. (1970). *The structure of scientific revolutions*. Chicago University of Chicago Press.
- Lakatos, I. (1995). Nauka i pseudonauka. I. Lakatos, *Pisma z filozofii nauk empirycznych, tłum. W. Sady*. PWN, Warszawa, 360–361.
- Lewandowski, W. (2018). Postawa konserwatywna a udoskonalanie ludzi. *Filozofia w Praktyce*, 4.
- Lorenc, M. (2019). *Czy psychodeliki uratują świat?* Wydawnictwo Krytyki Politycznej.
- Lupton, D. (2016). *The quantified self*. John Wiley i Sons.
- Lykken, D. i Tellegen, A. (1996). Happiness Is a Stochastic Phenomenon. *Psychological Science*, 7(3), 186–189.
- MacDonald, Z., Tinsley, L., Collingwood, J., Jamieson, P. i Pudney, S. (2005). *Measuring the harm from illegal drugs using the Drug Harm Index*.
- Mancini, L. (1986). Brain stimulation to treat mental illness and enhance human learning, creativity, performance, altruism, and defenses against suffering. *Medical hypotheses*, 21(2), 209-219.
- Maslow, A. H. (1967). A theory of metamotivation: The biological rooting of the value-life. *Journal of Humanistic Psychology*, 7(2), 93–127.
- Melosik, Z. (2013). *Rekonstrukcje szczęścia w społeczeństwie neoliberalnym: Prozak jako sposób na życie*.
- Miceli, M. i Castelfranchi, C. (2019). Meta-emotions and the complexity of human emotional experience. *New Ideas in Psychology*, 55, 42–49. <https://doi.org/10.1016/j.newideapsych.2019.05.001>
- Mikołajko, Z. (2012). Piknik na skraju Apokalipsy. *Znak*, (691), 34-39.
- Mithoefer, M. C., Feduccia, A. A., Jerome, L., Mithoefer, A., Wagner, M., Walsh, Z., Hamilton, S., Klosinski, B., Emerson, A. i Doblin, R. (2019). MDMA-assisted psychotherapy for treatment of PTSD: study design and rationale for phase 3 trials based on pooled analysis of six phase 2 randomized controlled trials. *Psychopharmacology*, 236(9), 2735–2745.
- Mithoefer, M. C., Wagner, M. T., Mithoefer, A. T., Jerome, L. i Doblin, R. (2011). The safety and efficacy of ±3, 4-methylenedioxymethamphetamine-assisted psychotherapy in subjects with chronic, treatment-resistant posttraumatic stress disorder: The first randomized controlled pilot study. *Journal of psychopharmacology*, 25(4), 439–452.
- Moncrieff, J., Cooper, R. E., Stockmann, T., Amendola, S., Hengartner, M. P. i Horowitz, M. A. (2022). The serotonin theory of depression: A systematic umbrella

- review of the evidence. *Molecular Psychiatry*, 1–14. <https://doi.org/10.1038/s4-1380-022-01661-0>
- Moore, C., Barbour, K. i Lee, K. (2017). *Five dimensions of online persona*.
- More, M. (1993). Technological self-transformation. *Extropy*, 10(4), 15-24.
- Nozick, R. (2013). The experience machine. *Ethical Theory an Anthology*.
- Nussbaum, M. C. (2003). *Upheavals of thought: The intelligence of emotions*. Cambridge University Press.
- Nutt, D. J., King, L. A. i Phillips, L. D. (2010). Drug harms in the UK: A multicriteria decision analysis. *The Lancet*, 376(9752), 1558–1565. [https://doi.org/10.1016/S-0140-6736\(10\)61462-6](https://doi.org/10.1016/S-0140-6736(10)61462-6)
- Passie, T. (2018). The early use of MDMA (‘Ecstasy’) in psychotherapy (1977–1985). *Drug Science, Policy and Law*, 4, 2050324518767442.
- Passie, T., Hartmann, U., Schneider, U., Emrich, H. M. i Krüger, T. H. (2005). Ecstasy (MDMA) mimics the post-orgasmic state: Impairment of sexual drive and function during acute MDMA-effects may be due to increased prolactin secretion. *Medical Hypotheses*, 64(5), 899–903.
- Pearce, D. (2007a). *Hedonistic Imperative*. <http://happymutations.com/ebooks/david-pearce-the-hedonistic-imperative.pdf>. (25.08.2021)
- Pearce, D. (2007b). *The abolitionist project*. <http://www.abolitionist.com/>. (25.08.2021)
- Pearce, D. (2008). *Wirehead Hedonism versus paradise engineering*. <http://wireheading.com>. (27.08.2021)
- Pearce, D. (2009) *The Reproductive Revolution Selection Pressure in a Post-Darwinian World*. <http://www.reproductive-revolution.com/index.html> (15.08.2021)
- Pearce, D. (2014a). *The Future Science of Wellbeing*. <https://www.youtube.com/watch?v=GRmgAAPPgp8>. (27.08.2021)
- Pearce, D. (2014b). *What is Transhumanism? - The 3 Supers*. <https://www.youtube.com/watch?v=zhKzzahPrss> (15.08.2021)
- Pearce, D. (2014c). *The good drug guide*. <http://www.biopsychiatry.com/>. (05.07.2021)
- Pearce, D. (2019). *Superhappiness. Ten Objections To Radical Mood-Enrichment* <https://www.superhappiness.com/index.html#experience> (06.07.2021)
- Pearce, D. (2020). *The Good Drug Guide: New mood-brighteners and antidepressants*. <https://www.biopsychiatry.com/> (25.08.2021)
- Podeschi, R. L. (1983). Maslow’s dance with philosophy. *Journal of Thought*, 94–100.
- Salaita, M. (2015). *How Transhumanism Works*. <http://science.howstuffworks.com/life/genetic/transhumanism.htm>. (10.07.2021)

- Sandberg, A. (2013). Morphological freedom—Why we not just want it, but need it. The transhumanist reader. W: M. More i N. Vita-More (red.). *The Transhumanist Reader: Classical and Contemporary Essays on the Science, Technology, and Philosophy of the Human Future*, Wiley-Blackwell. 56-64.
- Sayers, S. (1999). *The concept of authenticity*. University of Kent, Canterbury.
- Silverstein, M. (2000). In defense of happiness: A response to the experience machine. *Social Theory and Practice*, 26(2), 279–300.
- Soetens, E., D'Hooge, R. i Huetting, J. (1993). Amphetamine enhances human-memory consolidation. *Neuroscience letters*, 161(1), 9–12.
- Sołodki, P. (2016). O doświadczeniu guilty pleasure. EKRANy, 1(29) [http://ekrany.org.pl/kino\\_wspolczesne/o-doswiadczeniu-guilty-pleasure/](http://ekrany.org.pl/kino_wspolczesne/o-doswiadczeniu-guilty-pleasure/) (15.06.2021)
- Sosis, C. (2014). Hedonic possibilities and heritability statistics. *Philosophical Psychology*.
- Tatarkiewicz, W. (1995). *Historia filozofii. Tom 1*. PWN, Warszawa.
- Tyszkowska, M. i Podogrodzka, M. (2013). Stygmatyzacja na drodze zdrowienia w chorobach psychicznych—czynniki bezpośrednio związane z leczeniem psychiatrycznym. *Psychiatry. Pol*, 47(6), 1011–1022.
- Wagner, M. T., Mithoefer, M. C., Mithoefer, A. T., MacAulay, R. K., Jerome, L., Yazar-Klosinski, B. i Doblin, R. (2017). Therapeutic effect of increased openness: Investigating mechanism of action in MDMA-assisted psychotherapy. *Journal of Psychopharmacology*, 31(8), 967–974.
- Weijers, D. (2014). Nozick's experience machine is dead, long live the experience machine! *Philosophical Psychology*, 27(4), 513–535.
- Whitty, M. T. i Carr, A. N. (2006). *Cyberspace romance: The psychology of online relationships*. Palgrave Macmillan.
- Więckiewicz, G., Piegza, M. i Pudło, R. (2021). History of MDMA (ecstasy): From synthesizing until today. *Psychiatry*, 18(2), 42–44.

## Permanent smile – analysis of affective enhancement measures and tools

**Abstract:** The aim of the article is to analyze the ongoing philosophical debate about the possibility of using the latest scientific achievements in the field of pharmacology, psychiatry, or information technology to improve the emotional sphere of a human being. According to the transhumanist movement affective enhancement has the potential to liberate all conscious beings from suffering and to provide them with happiness for a lifetime. In the article, we analyze the main arguments of the transhumanist and philosopher David Pearce and his program about Hedonic Imperative. We propose to reflect on the role and

structure of emotions in our lives, as well as on the features enabling the achievement of a "permanent smile", that is, on the methods of affective enhancement that would limit the negative impact of emotions on an individual person. Besides we do a review of the presently available pharmacological and information technology solutions which could lay the foundations for the affective enhancement of man and other conscious beings. Main analysis, we will focus on two levels of our affective structure: (1) emotions and (2) meta-emotions in order to demonstrate that any transhumanist intervention should take into consideration the authenticity of our meta-emotional judgements.

**Keywords:** affective enhancement; cognitive enhancement; transhumanism; psychoactive substances; Hedonistic Imperative

**Piotr Litwin:** Student kognitywistyki na Uniwersytecie Jagiellońskim. Członek Collegium Invisibile oraz analityk Stowarzyszenia Demagog. Jego główne przedmioty zainteresowań obejmują strategię nabywania i zmieniania przekonań przez ludzi, szczególnie na przykładzie dezinformacji i teorii spiskowych. Z perspektywy filozoficznej nurtują go pytania dotyczące metod usprawniania naszego rozumienia świata poprzez wzmocnienia poznawcze lub afektywne.

**Artur Gunia:** Filozof, informatyk, kognitywista, adiunkt w Zakładzie Kognitywistyki Uniwersytetu Jagiellońskiego. Jego zainteresowania badawcze dotyczą: wzmocnienia poznawczego przy wykorzystaniu technologii rzeczywistości rozszerzonej i mieszanej oraz ich wpływu na procesy poznawcze, filozofii transhumanistycznej, zwłaszcza kwestii wolności morfologicznej i cyborgizacji, aspektów technicznych i etycznych w kontekście decyzji moralnych w pojazdach autonomicznych. Jest autorem pracy doktorskiej pt. „Wzmocnienie poznawcze w kontekście transhumanistycznym. Teoria, praktyka oraz konsekwencje wpływu technologii kognitywnych na człowieka” i kilkunastu artykułów naukowych z zakresu oddziaływania technologii informatycznych na zdolności poznawcze człowieka.