

UNITED WISDOM

Радость и удовольствие: что мы хотим сохранить

Человек и внутренний мир

Andrey Zarinsh & Maria Evilkut

I18 · RU

@andrey.zarinsh @ilkutki

Радость и удовольствие: что мы хотим сохранить

Эпиграф

«И удовольствие завершает деятельность».

Аристотель, «Никомахова этика», книга X, глава IV в прочитанной английской версии Project Gutenberg №8438: «And Pleasure perfects the Working». Редакционный перевод короткой фразы; слово «завершает» обозначает философский смысл доведения деятельности до полноты, а не её прекращение.

О чём эта статья

Представим удачный вечер. Вкусная еда, музыка, разговор, долгожданная встреча. Уже по дороге домой хочется решить, что именно было хорошим. Блюдо хотелось бы попробовать ещё раз; случайную реплику друга — сохранить в памяти; ощущение, что вы наконец занимаетесь своим делом, — продолжить иначе. Все три ответа могут называться радостью или удовольствием, но желания за ними различаются. Повторить ощущение, вернуться к человеку и сохранить направление жизни — не одна задача.

Эта статья не устанавливает правильную шкалу чувств. Удовольствие не объявляется низшим, а радость не превращается в удостоверение духовной зрелости. Мы рассматриваем, на что направлено переживание, с каким занятием связано и что хочется сохранить после него. Античная этика, философия Спинозы и евангельский язык радости помогают поставить разные вопросы; они не образуют единую научную теорию эмоций. Тема заслуженного права радоваться раскрывается отдельно. Здесь важнее не разрешение, а содержание хорошего: когда оно состоит в приятности, когда в участии, а когда эти стороны невозможно честно разделить.

I. Два слова не делят жизнь на высшую и низшую

В обычном разговоре граница подвижна. Можно сказать, что удовольствие принесла встреча, а радость — тёплая вода после трудного дня. Другой человек поменяет слова местами, не меняя самого опыта. Поэтому словарь не должен заранее решать, какое чувство было подлинным. Первое уточнение касается не названия, а конкретного события: что произошло, что оказалось приятным и почему вы сейчас хотите к этому вернуться.

Представим, что собеседник говорит «это было всего лишь удовольствие» о любимой прогулке. Слово «лишь» уже содержит оценку, которой в описании не было. Прогулка могла включать телесную приятность, красоту места, разговор и желанную паузу. Ни одна сторона не уничтожает остальные. Если начать с приговора о низком уровне переживания, исследовать его содержание станет трудно: придётся сначала защищать право на него.

Обратная оценка тоже создаёт лишнюю задачу. Называя событие настоящей радостью, можно начать доказывать, что оно было достаточно глубоким, чистым или бескорыстным. Тогда вкусный ужин должен получить философское оправдание, а веселье — важный жизненный результат. Статья не требует такого повышения статуса. Хороший момент может быть ограниченным, смешанным и не претендующим на окончательный смысл человеческого существования.

Для дальнейшего разговора мы используем рабочее различение. Удовольствием будем чаще называть приятность участия или ощущения; радостью — положительный отклик на то, что для человека произошло или присутствует как хорошее. Эти значения пересекаются и не являются клиническими определениями. Их задача — сделать вопросы точнее, а не исправить речь читателя. Если ваши слова устроены иначе, конкретное содержание важнее нашей условной терминологии.

Есть и предел доступа к чужому опыту. По улыбке невозможно узнать, радуется ли человек встрече, чувствует облегчение или старается поддержать разговор. По отсутствию улыбки нельзя заключить, что событие ему безразлично. Мы можем спросить и выслушать ответ, но не присвоить его заранее. Различение чувств начинается с права человека самому назвать то, что было значимым, включая ответ «пока не знаю».

II. Приятность может принадлежать самому занятию

В книге X Аристотель рассматривает удовольствие в связи с деятельностью, а не только как добавляемый после работы приз. В главе IV удовольствие доводит деятельность до полноты; разные занятия связаны с различными удовольствиями. Это положение его этической философии, не лабораторный результат и не универсальное правило психики. Нам важно ограниченное направление вопроса: что именно человек делает, когда ему хорошо?

Представим музыканта, который разбирает сложное место. Некоторые попытки не удаются, но сам поиск звучания увлекает. Удовольствие может относиться к слышанию, движению, обнаруженному решению, совместной работе. Нельзя свести его только к финальной похвале. В этой условной сцене важная часть хорошего находится внутри

занятия, хотя усталость, раздражение и неопределённость тоже присутствуют. Их наличие не обнуляет приятные стороны участия.

В другом случае человек готовит ужин и удовольствие приносит именно вкус готового блюда. Работа была необходима, но не стала любимой. Это тоже допустимое описание. Мы не обязаны находить призвание в каждом действии ради признания его ценности. Различие между приятностью процесса и результата помогает выбирать условия: хочется снова готовить, снова есть или разделить стол с теми же людьми?

Один вечер может содержать несколько занятий с неодинаковой привлекательностью. Вы любите музыку, но утомлены разговором; наслаждаетесь едой, но не хотите оставаться ещё два часа. Общий ответ «было прекрасно» скрывает эти различия, если по нему планировать следующую встречу. Точность не разрушает благодарность. Она позволяет сохранить удачную часть события, не записывая все его условия в обязательный пакет для повторения.

Аристотель также обсуждает, как удовольствие одного занятия может отвлекать от другого: слушатель увлекается звуком флейты вместо разговора. Это философский пример, а не современное измерение внимания. Наше применение осторожнее: в конкретной сцене можно заметить конкурирующие желания и решить, какое участие важно сейчас. Не всякая приятность одновременно поддерживает каждое занятие, даже когда каждое по отдельности имеет ценность.

III. Интенсивность не отвечает за ценность

Очень сильное ощущение легко выглядит главным событием вечера. Но сила и значимость отвечают на разные вопросы. Громкая музыка может занять всё внимание; тихая фраза друга — изменить понимание разговора. Мы не утверждаем, что тихое всегда глубже громкого. Сравнивать нужно содержание, а не делать из уровня возбуждения готовую меру того, что заслуживает места в жизни.

Представим два эпизода: яркий аттракцион и спокойное возвращение к занятию после долгого перерыва. Первый хотелось бы повторить ради впечатления, второй — продолжить ради возможности снова участвовать. Один не обязан проиграть другому. Если спросить только «где было сильнее?», мы потеряем различие задач. Можно хотеть и впечатления, и длительного дела, не превращая их в конкурентов за единственный правильный вид хорошего.

Воспоминание тоже может выделить наиболее эффектное и оставить незаметным то, что сопровождало событие. Здесь это не утверждение о механизме памяти, а приглашение проверить собственное описание. Назвав концерт великолепным, вспомните, было ли важно само звучание, общая атмосфера, человек рядом или решение наконец выйти из

привычного графика. Ответ не требуется получить сразу. Несколько оснований могут остаться рядом без сведения к одному.

Слабая интенсивность не доказывает отсутствия радости. Можно быть довольным тем, что близкий получил хорошую новость, и не испытывать бурного восторга. Можно спокойно видеть, что важная задача завершена. В этой сцене оценка события не обязана совпасть с публичной выразительностью. Человек не должен усиливать демонстрацию, чтобы его участие признали достаточным; окружающие также не получают права устанавливать чувство по внешнему масштабу реакции.

Но и тихую радость нельзя назначать человеку извне. Если он говорит, что ничего хорошего не почувствовал, статья не предлагает объяснить ему, будто глубоко внутри радость всё равно была. Мы различаем возможность и факт: некоторое ценное участие способно быть спокойным, однако именно его наличие узнаётся из опыта и слов человека. Красивое описание не заменяет доступные свидетельства о конкретном эпизоде.

IV. Что остаётся, когда приятный момент закончился

После события можно хотеть разных продолжений. Сохранить ощущение, отношения, знание, навык, возможность возвращаться к занятию. Это не иерархия целей: у каждой свои условия. Вкус блюда нельзя удержать непрерывно, но можно запомнить рецепт. Встречу невозможно воспроизвести буквально, но можно договориться о новом разговоре. Выбранное направление иногда продолжается даже в дни, когда оно совсем не приятно.

Представим человека, который впервые участвует в общем проекте и чувствует радость от найденного места. На следующей неделе появляется скучная организационная работа. Исчезновение приятности не доказывает, что первоначальный опыт был ложным. Но и первоначальная радость не обязывает терпеть любые будущие условия. Нужно снова смотреть, что сохраняется: смысл участия, уважение, возможность влиять, допустимая цена. Хороший старт не выдаёт бессрочную гарантию.

Если хочется сохранить только определённое ощущение, это можно назвать без стыда. Мы не обязаны каждый раз хотеть отношения или развитие. В условной сцене человек выбирает короткую прогулку ради солнца и тепла, не пытаясь превратить её в жизненную практику. Ограниченное удовольствие имеет завершение. Следующий день может потребовать другого, и это не делает сегодняшнюю прогулку ошибкой или недостаточной глубиной.

Содержание желания важно и для совместных решений. Друзья пытаются повторить ресторанный вечер, один хочет тот же вкус, другой — свободный разговор, третий —

вновь увидеть человека, который тогда приехал. Одинаковое приглашение не обязательно удовлетворит все три запроса. Уточнить их полезнее, чем требовать прежнего настроения. Иногда ценное условие можно сохранить, иногда прошлое событие остаётся неповторимым и это нужно признать.

Чем точнее мы называем желаемое продолжение, тем меньше обещаний возлагаем на следующий момент. Разговор может получиться другим, знакомая музыка — не увлечь, любимое дело — потребовать усилия. Ни один вариант сам по себе не является приговором всему прошлому. Сохранить ценность можно, не требуя постоянного воспроизведения одной реакции; иногда сохранить означает помнить, иногда продолжить, а иногда не удерживать насильно.

V. Спиноза усложняет привычный перевод

Спиноза в «Этике», часть III, примечание к теореме XI, описывает переход к большей полноте существования; перевод R. H. M. Elwes употребляет здесь слово pleasure. Stanford Encyclopedia of Philosophy, раздел 2.4, поясняет, что соответствующий аффект называется joy и иногда переводится как pleasure. Мы не будем превращать различие слов в спор, будто один из языков выделил истинную эмоцию. Нужно сохранить конкретную переводческую версию и авторский смысл перехода.

«Большее совершенство» у Спинозы принадлежит его философской системе. Оно не является баллом вашей успешности, моральной чистоты или здоровья. Нельзя измерить им отдельного читателя после хорошего вечера. Важный для нашего сопоставления вопрос ограничен: переживается ли хорошее только как приятное воздействие или также как изменение возможности существовать и действовать? Это редакционный вопрос рядом с текстом, а не прибор, который сам текст предоставляет.

В условной сцене человек вновь может заниматься рисунком после изменения графика. Его радует не только отдельная линия, но возвращённая возможность действовать в важной сфере. Можно осторожно сопоставить эту сцену с языком перехода. Нельзя утверждать, что она подтверждает всю метафизику Спинозы или описывает универсальный психологический процесс. Сопоставление полезно настолько, насколько помогает назвать конкретное содержание, сохраняя пределы каждого основания.

Тот же философ в части IV, теорема XLV, примечание, различает насмешку и смех и защищает умеренное наслаждение пищей, музыкой, красотой растений. Поэтому неверно использовать его как оправдание презрения к телесной приятности. Ограничения умеренности и отсутствия вреда соседу остаются в прочитанном тексте. Автор не предлагает заменять вкус еды одним отвлечённым чувством возвышенной жизни; его перечень соединяет разнообразные формы участия.

Переводческий вопрос учит внимательности к нашим собственным словам. Если удовольствие связано только с потреблением, мы заранее исключили приятность деятельности. Если радость разрешена лишь как высокий нравственный знак, её простые формы окажутся подозрительными. Вместо окончательного словаря можно каждый раз назвать объект, занятие и желаемое продолжение. Тогда источник расширяет описание, а не заставляет опыт соответствовать одному торжественному определению.

VI. Радость за другого не присваивает его жизнь

Удовольствие и радость могут относиться к событию в жизни другого человека. В условной сцене друг сообщает о возможности учиться тому, о чём давно мечтал. Вы радуетесь новости, хотя не получаете её материального результата. Это показывает, что хорошее для нас не всегда совпадает с личным приобретением. Мы не выводим отсюда универсальный механизм альтруизма; рассматриваем доступное содержание одного возможного отклика.

Радость не делает чужой результат нашим проектом. Человек вправе изменить планы, устать от учёбы или обнаружить трудности. Если наша поддержка превращается в требование всегда подтверждать прекрасную историю, друг получает дополнительную работу: сохранять наш восторг. Полезно различить радость от его возможности и право управлять этой возможностью. Первое может быть искренним, не создавая второго и не отменяя дальнейшей неопределённости.

Совместное удовольствие также не означает полного совпадения. На концерте один любит мелодию, другой — общий выход, третий — разговор после выступления. Можно разделить вечер, не разделяя каждое предпочтение. Если допустить разницу, событие становится общим без требования одинакового внутреннего отчёта. Никто не обязан назвать лучшей ту часть, которая была лучшей для другого; внимание к различиям способно сохранить конкретную связь.

В Евангелии от Иоанна 15:9–12 язык полноты радости связан с пребыванием в любви и заповедью любви друг к другу. Это христианское религиозное наставление в речи Иисуса, а не определение приятного настроения. Мы сохраняем ограниченное пересечение: хорошее рассматривается в отношениях. Основание в вере и заповеди отличается от аристотелевского аргумента о деятельности и спинозовского описания аффекта.

Нельзя использовать этот отрывок, чтобы объявить недостаточно любящим человека, который сейчас не радуется. Статья не устанавливает духовный уровень по настроению. Религиозное прочтение возможно в собственной традиции читателя, но не становится диагнозом или требованием немедленной эмоциональной полноты. Сопоставление

оставляет различие перспектив: общность имеет значение, однако конкретное чувство не выдаёт окончательную оценку отношений, веры или способности заботиться.

VII. Пауза между хорошим и требованием повторить

После удачного момента желание повторения естественно в обычном смысле слова: понятно, почему человек хочет снова того, что ему понравилось. Но желание и обязанность повторять следует различить. Если каждый приятный эпизод немедленно превращается в проект сохранения, переживание получает новые условия: надо найти рецепт, организовать встречу, доказать, что это доступно всегда. Иногда такой проект уместен, иногда он заслоняет само завершившееся событие.

Представим, что человек увидел красивый свет в окне и сразу начал искать идеальную фотографию. Снимок может принести дополнительное удовольствие. Но может случиться, что внимание теперь занято только тем, удаётся ли удержать свет. Это условная сцена, не критика фотографии и не закон об исчезновении непосредственности. Вопрос конкретнее: сейчас хочется смотреть, снимать, делиться или удостовериться, что момент не потерян? Возможны разные решения.

Не каждое хорошее должно стать привычкой. Однократная встреча с редким гостем может оставаться отдельным событием. Особый вкус не требует постоянного заказа. Сохранить память не означает обеспечить повторяемость. Такое признание иногда печально: приятное заканчивается. Мы не обещаем, что отказ от удержания будет лёгким или принесёт более высокую радость. Он лишь не добавляет невыполнимый договор к тому, что уже произошло.

Есть и полезное повторение: совместная прогулка, любимая музыка, возвращение к делу. Статья не противопоставляет привычку живому опыту. Важно, остаётся ли возможность замечать изменение условий и собственного желания. То, что нравилось раньше, не обязано приносить прежний эффект сегодня. Отмена одной встречи может быть заботой о доступных силах, а не предательством отношения, которое когда-то доставляло радость и всё ещё имеет значение.

Пауза позволяет спросить, что именно надо продолжать и надо ли сейчас. Иногда ответ — договориться о следующем разговоре. Иногда — записать мысль. Иногда — оставить момент завершённым. Пауза не является обязательной техникой осознанности и не гарантирует изменения настроения. Это пространство решения между положительным опытом и новым требованием, которое мы можем незаметно предъявить себе или человеку рядом.

VIII. Цена удовольствия не равна его нравственному приговору

Приятность сама по себе не описывает все последствия. Вечер может быть хорошим и стоить недосыпа; любимое занятие — требовать денег или времени другого. Это не повод объявить удовольствие плохим. Нужно увидеть конкретную цену и решить, приемлема ли она в данных условиях. Важны реальные обязательства, договорённости и возможности, а не общий стыд за то, что человеку вообще бывает хорошо.

Представим, что хочется остаться на празднике, а утром предстоит важное дело. Оба желания имеют содержание. Решение уйти не доказывает отсутствие радости; решение задержаться не доказывает безответственность без знания обстоятельств. Можно рассмотреть время, последствия, договорённость и альтернативы. Чувство не принимает решение вместо человека, но и ответственность не требует отрицать привлекательность того, от чего приходится отказаться.

Есть более серьёзная граница: удовольствие от унижения другого не оправдывает унижающее действие. Весёлое настроение участников не отвечает на вопрос о приемлемости обращения. Спинозовское различение смеха и насмешки помогает сохранить этот предел как философскую позицию. Наш вывод касается ответственности за действие, а не наказания человека за возникший отклик. Важно прекратить причиняемый вред и рассмотреть поступок, не подменяя его общим приговором личности.

При этом неприятность другого не автоматически означает, что наша радость недопустима. Кто-то может не разделять музыкальный вкус, раздражаться из-за чужой удачи или предпочитать тишину. Нужно различить реальный ущерб, нарушенную договорённость и различие предпочтений. Согласовать громкость можно без отказа от музыки вообще. Признать чужое разочарование можно без обязанности отменить свою возможность. Каждая сцена требует фактов, а не одного универсального морального правила.

Вопрос о цене делает хорошее частью реальной жизни. Он не должен превращать каждую чашку чая в этический экзамен. Масштаб проверки соразмерен действию: короткая приятная пауза и решение, затрагивающее других, требуют разного внимания. Если цена неизвестна, допустимо уточнить её. Если она известна и приемлема, постоянный повторный суд не добавляет сведения; иногда остаётся просто позволить событию состояться в выбранных пределах.

IX. Хорошее не обязано исправить всё плохое

Радостный эпизод не даёт окончательного ответа на остальные трудности. Можно смеяться во время сложного периода и продолжать нуждаться в помощи. Можно получить удовольствие от еды и не считать жизнь благополучной целиком. Сочетание не требует обвинения в поверхностности или притворстве. Мы рассматриваем разные части опыта; ни приятность, ни тяжесть одного момента не обязаны становиться единственной характеристикой всей жизни человека.

Представим встречу после неприятного рабочего дня. Разговор действительно понравился, но нерешённая проблема возвращается утром. Это не разоблачает вечер как пустое отвлечение. Его ценность могла состоять именно в разговоре и передышке. Ошибка появилась бы в обещании, что встреча устранит все последствия. Чтобы признать ограниченное хорошее, не нужно сначала доказать окончательное преодоление плохого. У обоих остаются свои предмет и масштаб.

Обратная сторона — отсутствие приятного отклика не обязательно обесценивает действие. Вы могли выполнить важное обещание без чувства радости. Человек не обязан получать удовольствие от заботы, чтобы забота была реальной. Но это не аргумент терпеть любое истощение как высокий долг. Мы сохраняем оба предела: чувство не единственный критерий действия, а длительные тяжёлые условия требуют внимания к конкретным возможностям и поддержке.

Статья не объясняет медицинские причины стойкой утраты удовольствия и не предлагает лечение. NHS описывает потерю интереса и удовольствия среди возможных симптомов, требующих оценки в контексте, а не диагноза по одному признаку. Если изменение ощущений вызывает тревогу или мешает жизни, можно обратиться за подходящей профессиональной помощью, вместо обязанности добывать радость философским чтением. Нам не нужно ставить диагноз, чтобы признать границу текста. Отдельный неудачный вечер и длительное состояние нельзя смешивать; их обстоятельства должны рассматриваться с большей точностью, чем доступна общему эссе.

Ограниченный хороший момент не обязан оправдывать весь мир. Его можно назвать без вывода, будто остальные проблемы преувеличены. Другой человек также не должен получать совет «просто вспомни приятное» вместо ответа на реальную трудность. Радость становится частью жизни, когда рядом сохраняется возможность говорить о плохом, а не условием, которое закрывает такой разговор. Это редакционный предел применения, не новая теория позитивного мышления.

X. Сохранить содержание, а не приказ чувствовать

Вернёмся к вечеру, с которого начали. Можно разделить вкус, музыку, присутствие друга и возможность заниматься своим делом. Возможно, все стороны важны; возможно, одна была главным хорошим. Не обязательно выбирать единственный источник и окончательно решить, было это удовольствие или радость. Точное описание позволяет увидеть, какого продолжения хочется, какие условия нужны и что уже завершилось, не теряя право на смешанный ответ.

Если завтра впечатление слабее, вчерашнее не становится недействительным. Если повторение не удаётся, это ещё не доказательство, что хорошее было иллюзией. Если хочется другого, можно заметить изменение, не требуя от себя вечной верности одному ощущению. Здесь не предлагается правило непостоянства, которое решает любую ситуацию. Мы ограничиваем выводы из конкретного различия между событиями и оставляем место дальнейшим сведениям.

Радость и удовольствие могут поддерживать занятие, отношения, отдых, исследование. Они также могут закончиться, смешаться с тревогой или не появиться там, где ожидались. Не нужно делать из этой изменчивости обвинение. Важнее различить содержание участия и требование к реакции. Любимое дело не обязано постоянно приятно ощущаться; приятная пауза не обязана стать любимым делом; другой человек не обязан производить для нас прежнее настроение.

Что хочется сохранить — вопрос об авторстве следующего шага. Он не обещает, что выбор принесёт радость, но возвращает конкретный предмет решения. Сохранить возможность играть музыку, время разговора, допустимый отдых, память о встрече. Иногда следующий шаг состоит в признании, что событие осталось хорошим, хотя повторить его нельзя. Такой ответ не менее точен, чем план нового вечера, если он соответствует доступным обстоятельствам.

Хорошее не нуждается в непрерывности, чтобы быть частью жизни. Оно нуждается в честном масштабе описания: что именно было, для кого, при каких условиях и с каким продолжением. Здесь удовольствие не лишается достоинства, радость не получает обязательной высоты, а человек сохраняет свободу различать свой опыт. Не удержать всё — не значит потерять смысл того, что удалось прожить.

Что это значит на практике

Если хочется применить различение, выберите один посильный приятный или радостный эпизод. Не требуется обращаться к самым сильным воспоминаниям. Можно назвать, что произошло, какое участие было доступно и что именно понравилось. Если ответа нет, оставьте его открытым. Это добровольное уточнение, не проверка способности радоваться и не способ самостоятельно объяснить длительное изменение состояния.

Попробуйте разделить три вопроса: что было приятно, что было важно и что хочется продолжить. Ответы могут совпасть или различаться. Вкус блюда, разговор и найденная возможность не обязаны получить одинаковое описание. Не нужно выбирать наиболее глубокий вариант ради соответствия статье. Частное удовольствие допустимо назвать частным; значимое участие можно признать значимым, даже если оно включало трудность.

Затем уточните условия одного возможного продолжения. Нужен ли тот же человек, свободное время, конкретное занятие или только память? Что зависит от вас, что требует согласования, что сейчас недоступно? Вопрос не создаёт обязанности организовать повторение. Иногда достаточно заметить, что хотелось бы сохранить, и признать, что фактические условия пока не позволяют этого сделать без неприемлемой цены.

Если выбираете небольшой шаг, сделайте его предметным: договориться о разговоре, оставить время для музыки, записать важную мысль. Не назначайте результатом обязательное возвращение прежнего чувства. Наблюдаемым результатом может стать выполненная договорённость или ясное понимание ограничения. У другого человека остаётся право на собственное желание; хороший прошлый вечер не становится требованием согласиться на следующий.

Можно остановиться после описания. Сохранить момент в памяти и не создавать программу — полноценное решение. Если размышление вызывает тяжесть, практика не требует продолжать; если ощущение длительно беспокоит, философский текст не заменяет подходящую помощь. Возможность хорошего остаётся приглашением, а не новым долгом, который нужно исполнить перед собой или авторами статьи.

Ключевая цитата

> *«...без вреда для своего соседа».*

Спиноза, «Этика», часть IV, теорема XLV, примечание; перевод R. H. M. Elwes, Gutenberg №3800: «without injury to his neighbour». Редакционный перевод фрагмента о допустимых умеренных формах наслаждения. Это философская граница, не обещание лечебного эффекта удовольствия.

Связи между традициями

Сопоставление	Пересечение и граница
Аристотель X ↔ приятность занятия	Удовольствие связано с деятельностью; наши сцены не являются эмпирическим доказательством античной этики.
Аристотель ↔ Спиноза III	Хорошее не сводится к пассивному получению приза; полнота деятельности и переход к большей полноте имеют разные философские основания.
Спиноза IV ↔ телесная приятность	Умеренные пища, музыка и красота включены в хорошую жизнь; авторский перечень не заменяет индивидуальные условия здоровья.
Иоанн 15 ↔ совместное хорошее	Радость названа в контексте любви; христианская вера и заповедь не равны светской классификации эмоций.
Смех и насмешка у Спинозы ↔ ответственность	Приятный отклик не оправдывает вред; ответственность за действие отделяется от приговора всей личности.

Первоисточники

• Аристотель, *The Nicomachean Ethics*, книга X, главы I–IV, Gutenberg №8438. Прочитаны главы I–II и III–IV в указанной английской копии с введением J. A. Smith; переводчик не установлен из прочитанных выходных данных. Использованы аргументы о деятельности, разных удовольствиях и ограниченности одного критерия.

• Спиноза, *Ethics*, перевод R. H. M. Elwes, Gutenberg №3800. Прочитаны метаданные, III, теорема XI с примечанием, IV, теоремы XLIV–XLVII и контекст. Философская система отличается от современных определений и медицинской помощи.

• Иоанн 15:9–12, King James Version, 1611. Прочитан весь четырёхстиховый отрывок; религиозный контекст любви и заповеди сохранён.

• NHS, *Symptoms — Depression in adults*, проверка 5 июля 2023. Прочитана содержательная страница; используется только граница профессиональной оценки, без самостоятельного диагноза.

• Steven Nadler, *Baruch Spinoza*, Stanford Encyclopedia of Philosophy, раздел 2.4. Прочитан раздел о действии и страстях; используется только пояснение joy/pleasure как разных переводов термина, не замена первичного текста.

Теги

радость, удовольствие, приятность, деятельность, участие, ценность, повторение, память, продолжение, отношения, вкус, музыка, отдых, умеренность, цена, ответственность, смех, насмешка, любовь, различение, интенсивность, отдельность, условия, выбор, добровольность, Аристотель, Спиноза, Иоанн, полнота, границы

Про авторов

Andrey Zarinsh — автор и основатель проекта United Wisdom. Исследует темы внутренней трансформации, единства традиций, межкультурного диалога и современной духовной дисциплины. Instagram: @andrey.zarinsh

Maria Evilkut — соавтор United Wisdom. Помимо исследовательской работы, она стремится проверять эти идеи на практике и наблюдать, как принципы единства и взаимопонимания работают в реальной жизни между людьми и культурами. Instagram: @ilkutki