

WSTĘP

TERESA UCIEKA, BY RATOWAĆ SWOJE ŻYCIE

Teresa już od dłuższego czasu biegnie wzdłuż rzeki Agrò. Jest w poważnym niebezpieczeństwie. W końcu dociera do morza w pobliżu Santa Teresa di Riva na wybrzeżu Sycylii, ponad 25 kilometrów od gospodarstwa, z którego uciekła. Desperacko próbuje się uratować, więc skacze do wody i zaczyna płynąć ku brzegom Kalabrii po drugiej stronie morza. Przez trzy godziny udaje jej się przepłynąć 1 kilometr. Ścigająca ją łódź włoskiej straży przybrzeżnej znajduje się jednak coraz bliżej.

W końcu straż przybrzeżna ją dogania. Choć Teresa jest już całkowicie wyczerpana, nadal gorączkowo walczy, by uniknąć schwytania. Mimo to ostatecznie zostaje złapana i wciągnięta na pokład. Gdy ponownie trafia na Sycylię, podejmuje ostatni wysiłek i jeszcze raz próbuje uciec. Jest jednak związana i jej próba okazuje się daremna. W ten sposób ucieczka Teresy dobiega końca.

Teresa jest krową, która uciekła z gospodarstwa w miejscowości Castiglione di Sicilia. U innych krów w gospodarstwie wystąpiły objawy brucelozy. Ze względu na ryzyko, że ona również zachoruje, podjęto decyzję, by zakończyć jej życie. W istocie rysują się teraz przed nią ponure perspektywy na przyszłość.

Historia Teresy przyciąga jednak uwagę mediów i wkrótce wzbudza duże zainteresowanie, zarówno we Włoszech, jak i za granicą. Determinacja, z jaką zwierzę walczyło o przetrwanie, zdumiewa wielu ludzi. Rozpoczyna się szeroko zakrojona akcja mająca na celu ocalenie życia Teresy. Krowa otrzymuje to imię od nazwy miasta, w którym wskoczyła do morza. Dzięki presji opinii publicznej ogłoszono w końcu, że nie zostanie zabita.

Choć ta historia brzmi jak fikcja, jest prawdziwa. Miała miejsce w maju 2011 roku (Sanna 2011). Data odgrywa tu ważną rolę, ponieważ nic podobnego nie mogłoby nastąpić dużo wcześniej. Gdyby wydarzyło się to zaledwie kilkadziesiąt lat temu, Teresa bez wątplenia zostałaby zabita, podobnie jak inne krowy z gospodarstwa, z którego uciekła.

Historia ta pokazuje więc, że ludzie przejawiają już inny stosunek do zwierząt niż kiedyś. Może się wydawać, że to śmiałe stwierdzenie, jako że mamy do czynienia jedynie z przypadkiem anegdotycznym. Istnieją jednak inne dowody świadczące o jego prawdziwości. Słynny sondaż Gallupa dotyczący stosunku do zwierząt, przeprowadzony w Stanach Zjednoczonych w 2015 roku, przyniósł zaskakujące wyniki. 32% osób biorących udział w badaniu uznało, że zwierzęta powinny mieć takie same prawa jak ludzie (62% uznało, że zwierzęta zasługują na pewną ochronę, ale nadal dopuszczalne jest ich wykorzystywanie dla dobra człowieka, a tylko 3% – że nie powinny być objęte żadną ochroną). Dla porównania, w 2008 roku tylko 25% respondentów stwierdziło, że zwierzęta i ludzie powinni posiadać takie same prawa (Riffkin 2015)⁰¹.

Do badań tego typu należy podchodzić bardzo ostrożnie, ponieważ nie dają one precyzyjnego obrazu tego, co myślą ludzie. Wiele osób rzeczywiście twierdzi, że troszczy się o zwierzęta, nie zawsze jednak jasno rozumieją one, co to naprawdę oznacza. Ich troska powinna znaleźć odzwierciedlenie w sposobie działania. A to prawie nigdy się nie zdarza. Zastanówmy się, co by się stało, gdyby co trzecia osoba faktycznie była przekonana, że inne zwierzęta powinny mieć takie same prawa jak ludzie. Albo gdyby ludzie zgodnie z własnymi deklaracjami faktycznie popierali obronę zwierząt. Gdyby rzeczywiście tak było, sytuacja zwierząt wyglądałaby zupełnie inaczej. Wyniki tego typu badań coś nam jednak pokazują: że dzisiejsze społeczeństwa wyrażają troskę o zwierzęta, która zaledwie pokolenie lub dwa temu

⁰¹ W innym badaniu, przeprowadzonym w tym samym roku w Stanach Zjednoczonych przez Faunalytics, 70% ankietowanych zadeklarowało, że ma pozytywny stosunek do ochrony zwierząt (zob. Faunalytics 2015). W kolejnych latach Faunalytics prowadziło podobne badania, które przyniosły analogiczne wyniki (zob. Tyler 2019; Faunalytics 2019). Zaledwie kilka lat wcześniej, w 2010 roku, inne badanie przyniosło podobnie interesujące wyniki. Dotyczyło ono sympatii wobec ruchów lub organizacji społecznych w Hiszpanii (kraju tradycyjnie uważanym za granicą za nieprzyjazny zwierzętom ze względu na praktykę walk byków). Zostało przeprowadzone przez Centro de Investigaciones Sociológicas (CIS), organizację zależną od państwa hiszpańskiego. Na pierwszym miejscu znalazły się ruchy na rzecz praw człowieka, które uzyskały ocenę 7,48 (w skali od 0 do 10). Na drugim uplasowały się ruchy ochrony zwierząt, które uzyskały wynik 7,03 (znacznie powyżej innych ruchów, np. ekologicznych, których wynik wyniósł 6,28). Zob. Centro de Investigaciones Sociológicas 2010.

nie istniała. Tak naprawdę nie potrzebujemy badań ankietowych, by to dostrzec. Rozglądając się wokół siebie, zauważymy, że coraz więcej osób uznaje zwierzęta i ich sytuację za ważne. Nietrudno spotkać ludzi, którzy aktywnie działają na rzecz zwierząt, nie jest też niczym niezwykłym, że czasami porusza się tę kwestię w wiadomościach. Organizacje zajmujące się ochroną zwierząt cieszą się coraz większym poparciem. Rośnie też liczba publikacji, książek i stron internetowych na ten temat. Różni ludzie wykonujący różne zawody i znajdujący się w różnych sytuacjach stają po stronie zwierząt. Ich stanowisko zyskuje dzięki temu na widoczności społecznej.

Niesamowite jest to, że mamy do czynienia ze stosunkowo nową sytuacją. Zawsze istniały osoby broniące zwierząt, ale na przestrzeni dziejów zazwyczaj należały one do mniejszości. Zmiana, która rozpoczęła się w latach 70. ubiegłego wieku, dokonała się w bardzo krótkim czasie. Pytanie brzmi: jak to możliwe, że miała ona miejsce? Dlaczego tak wielu ludzi interesuje się dziś tym, co spotyka zwierzęta?

Niektórzy nie potrafią zrozumieć, jak do tego doszło. Czasami sądzą, że osoby zaangażowane w działania na rzecz zwierząt po prostu lubią zwierzęta. Część krytyków uważa to nawet za rodzaj hobby lub rozrywki, jak zamiłowanie do muzyki, sportu, sztuki czy literatury. Dlatego niekiedy są przekonani, że dostrzegany w ostatnich latach wzrost zainteresowania losem zwierząt to tylko przemijająca moda, tak jak wiele innych sposobów spędzania czasu wolnego.

Prawidłowe wyjaśnienie jest jednak zupełnie inne. Osoby, które bronią zwierząt, wcale nie muszą ich lubić. Co więcej, nie traktują swojej troski jako zwykłego hobby. Postrzegają obronę zwierząt jako bardzo poważną sprawę, która nie ma nic wspólnego z osobistymi zainteresowaniami, wiąże się raczej z uczciwym postępowaniem wobec innych.

Poniższy przykład pozwoli nam lepiej zrozumieć, co to oznacza. Rozważmy przypadek osób, które starają się pomagać istotom ludzkim znajdującym się w potrzebie (jednostkom żyjącym w skrajnym ubóstwie, ofiarom handlu ludźmi, dzieciom doświadczającym wojny...). Nikt nie powie, że troska o innych ludzi i aktywna praca na rzecz zmiany ich sytuacji to zajęcie hobbystyczne. Byłoby to niedorzeczne. Równie absurdalnie byłoby myśleć, że działania te wynikają z zamiłowania i sympatii do potrzebujących. Motywacja osób, które zaangażowały się w te sprawy, jest zupełnie inna. Uczyniły

to, ponieważ istoty ludzkie, których bronią, cierpią i potrzebują solidarności oraz pomocy. Nigdy nie usłyszelibyśmy od nich, że ich troska jest tylko sprawą osobistą. Uważają, że obrona jednostek znajdujących się w gorszym położeniu to kwestia sprawiedliwości. Dlatego chcieliby, aby inni ludzie również zdali sobie sprawę z ich sytuacji i docenili wagę niesionej im pomocy.

Osoby zaangażowane w obronę zwierząt zajmują podobne stanowisko. Uważają, że nie powinniśmy reagować obojętnie na to, co przydarza się zwierzętom, ponieważ sprawiedliwość jest kwestią najwyższej wagi. Dlaczego tak myślą? O tym właśnie traktuje ta książka. W kolejnych rozdziałach postaramy się wyjaśnić, jakie przesłanki przemawiają za tym stanowiskiem.

Najważniejsza z nich w gruncie rzeczy okazuje się bardzo prosta: zwierzęta mogą doświadczać cierpienia. A cierpienie jest złe nie tylko dla ludzi, ale także dla wszystkich innych istot zdolnych do odczuwania. Ból zawsze pozostaje bólem. Podobnie życie wolne od krzywdy jest dobre zarówno dla ludzi, jak i dla zwierząt każdego innego gatunku. Dlaczego więc miałyby nas obchodzić tylko to, co przydarza się ludziom? Dlaczego nie mielibyśmy się przejmować, że inne istoty również cierpią lub że coś zagraża ich życiu? Na ogół uważamy, że w miarę naszych możliwości powinniśmy wystrzegać się krzywdzenia innych i udzielać pomocy tym, którzy jej potrzebują. Dlaczego stosować tę postawę tylko wobec ludzi, skoro pozostałe istoty też mogą doświadczać krzywdy?

Idea jest więc bardzo prosta. Rozdział pierwszy, zatytułowany *To dyskryminacja, nazywa się gatunkowizm*, wyjaśnia ją nieco dokładniej. Omawia również krytykę, z jaką się ona spotyka, oraz odpowiedzi, jakich można udzielać na te zarzuty. Rozdział drugi, *Odczuwanie i cierpienie*, przedstawia dowody na to, że nie tylko ludzie, ale także wiele innych istot doświadcza i odczuwa cierpienie. Tłumaczy również, dlaczego jest to istotne. Rozdział trzeci nosi tytuł *Maszyna do krzywdzenia zwierząt* i opisuje sytuację zwierząt wykorzystywanych przez ludzi. Jak zobaczymy, wyobrażenia wielu, a może nawet większości z nas na ten temat rozmijają się z prawdą. Sprawy mają się znacznie gorzej. Wszystko to doprowadzi nas do rozdziału czwartego *Łącząc kropki*, przedstawiającego powody, dla których należy odrzucić tę eksploatację. Stanowisko to może być nowe i szokujące dla wielu osób, dlatego w rozdziale piątym *Życie bez wykorzystywania zwierząt: pytania i odpowiedzi* postaramy się rozwiązać niektóre związane

z jego rozważaniem wątpliwości. Rozdział szósty *Po stronie zwierząt* wyjaśnia, że poza niekrzywdzeniem zwierząt powinniśmy im także pomagać, kiedy tego potrzebują – zarówno tym udomowionym, jak i wolno żyjącym – oraz że mamy dobre powody, by to robić. Rozdział przedstawia też różnice i rozbieżności między obroną zwierząt a ekologizmem. Wyjaśnia wreszcie, dlaczego należy interesować się nie tylko tym, co dzieje się teraz, ale także tym, jak będzie wyglądała przyszłość wszystkich czujących istot, nawet w dłuższej perspektywie. Rozdział siódmy bardzo krótko podsumowuje treść poprzednich rozdziałów i dowodzi, że w świetle tego, co zostało w nich przedstawione, rzeczywiście warto podjąć działania dla dobra wszystkich czujących istot. Wskazuje, że postępując w ten sposób, dokonamy o wiele większych zmian, niż mogłoby się wydawać na pierwszy rzut oka. Nosi on zatem podtytuł *Krok w stronę lepszego świata*.

Starłem się, żeby książka była tak prosta i przejrzysta, jak to tylko możliwe. Nie było to łatwe zadanie. Mówienie w sposób jasny i nieskomplikowany często okazuje się czymś trudnym i złożonym. Na szczęście raczej przemawiające za zakwestionowaniem naszego stosunku do zwierząt są dość oczywiste, choć mają kolosalne i czasami nieoczekiwane implikacje. Jeśli zachowamy otwarty umysł, ich zrozumienie nie przysporzy nam trudności.

Tak naprawdę główną przeszkodą dla rozważenia tych idei nie jest ich trudność, ale niechęć do namysłu nad tym, co nowe, pragnienie utrzymania dotychczasowego sposobu myślenia i działania, przywiązanie do niego i niezdolność do spojrzenia na świat z innej perspektywy niż ta, do której się przyzwyczailiśmy. Ta konserwatywna mentalność tradycyjnie cieszyła się bardzo dużym poparciem, ale w dłuższej perspektywie możemy ją podważyć i – choć będzie to powolny proces – krok po kroku ją przewyżczać.

Tak właśnie działo się z wieloma dawnymi ideami, np. z przekonaniem, że Ziemia leży w centrum wszechświata lub że niewolnictwo ludzi jest czymś uzasadnionym. Podobny los zaczyna spotykać przekonanie, że zwierzęta są niewartymi uwagi przedmiotami. Pogląd ten zachował się jako dziedzictwo innej epoki i z pewnością nadal na nas oddziałuje, ale został już podważony. Zmiana dla zwierząt nadchodzi wraz z każdą kolejną osobą, która go odrzuca. Być może tą osobą jesteś ty. Na kolejnych stronach znajdziesz argumenty i informacje, które zachęcą cię do namysłu nad tą kwestią. Koniec końców jednak wybór należy do ciebie.

TO DYSKRYMINACJA, NAZYWA SIĘ GATUNKOWIZM

PLANETA MAŁP

Zacznijmy od wyobrażonej sytuacji. Załóżmy, że na skutek jakiegoś nieoczekiwanego zdarzenia potomkowie dzisiejszych ludzi stają się mniej inteligentni. Wiele pokoleń później są w końcu istotami o zdolnościach intelektualnych odpowiadających dzisiejszym dorosłym szympansom. Nadal wyglądają jednak tak jak współcześni ludzie. Jednocześnie szympansy ewoluują w taki sposób, że ich potomkowie wykazują wyższą inteligencję i finalnie osiągają takie zdolności, jakie posiada dziś większość dorosłych ludzi.

Tak się składa, że w historii tej szympansy z przyszłości polują na ludzi. Trzymają ich w klatkach i wykorzystują do własnych celów. Traktują ich w taki sam sposób, w jaki ludzie traktują dziś szympansy.

Jak wiadomo, istnieje seria filmów, które opowiadają podobną historię. Ale co sądzimy o przedstawianym w nich zachowaniu szympansov przyszłości? Czy patrzymy na to, co robią z ludźmi, przychylnie? Większość widzów uważa ich działania za niewłaściwe. Co więcej, niektóre szympansy traktują ludzi z troską i sprzeciwiają się ich dyskryminowaniu. W ocenie publiczności właśnie te postacie postępują sprawiedliwie.

Jest to zastanawiająca sytuacja, ponieważ ci, którzy tak myślą, jednocześnie popierają wykorzystywanie zwierząt. Inaczej mówiąc, uważają, że możemy robić zwierzętom to, czego doznają ludzie w *Planecie małp*. Taka postawa wydaje się niespójna. W tym rozdziale sprawdzimy, czy znajduje ona uzasadnienie.

„ZWIERZĘTA”: CO ZNACZY TO SŁOWO?

Zacznijmy od drobnej kwestii językowej, która wiele mówi o naszym stosunku do zwierząt. W *Planecie małp* pojawia się jeszcze jeden ciekawy moment. Szympansy przyszłości nazywają „zwierzętami”

współczesnych im ludzi, ale nie siebie. Jest to interesujące, ponieważ obecnie używamy słowa „zwierzęta” w odwrotnym znaczeniu, tzn. by określać szympansy, ale nie ludzi.

Dlaczego tak się dzieje? Słowo „zwierzęta” powszechnie stosuje się tylko w odniesieniu do zwierząt należących do gatunków innych niż nasz własny. Jest to jednak nieprecyzyjne, jako że ludzie nie są roślinami, grzybami ani bakteriami: tak jak szympansy jesteśmy zwierzętami (należymy do rodziny hominidów, zaliczanej do rzędu naczelnych). Fakt ten, o którym uczymy się na biologii w szkole podstawowej, wydaje się dość oczywisty. Przeczy jednak naszemu zwyczajowemu użyciu słowa „zwierzę”. Mówimy „zwierzęta”, podczas gdy powinniśmy mówić „zwierzęta gatunków innych niż ludzki”.

Z tego powodu niniejsza książka będzie odtąd wielokrotnie posługiwać się terminem „zwierzęta pozaludzkie” i innymi podobnymi określeniami. Pozwoli nam to wypracować nieco precyzyjniejszy język⁰², przypominając o konieczności unikania tego zamętu.

To znamienne, że musimy czynić podobne spostrzeżenia. Świadczą one o dyskomforcie, jaki odczuwa wielu ludzi na myśl o swojej

⁰²Właściwie trafniej byłoby nazywać zwierzęta, które nie należą do naszego gatunku, „zwierzętami niebędącymi *Homo sapiens*”, choć dla uproszczenia nie rozwijam tu argumentacji na rzecz tego stanowiska. W biologii gatunki klasyfikuje się w obrębie rodzajów. I tak np. w obrębie rodzaju *Bison* zgrupowane są żubr europejski, *Bison bonasus*, i żubr amerykański, *Bison Bison* (a także inne wymarłe gatunki). Nazwa każdego gatunku składa się z dwóch członów. Pierwszy to nazwa rodzaju, w którym występuje dany gatunek, a zatem jest wspólny dla wszystkich gatunków należących do tego samego rodzaju. Drugi z kolei jest tym, co odróżnia i określa dany gatunek (tak więc *Bison bonasus* to żubr z gatunku *bonasus*, czyli gatunek europejski). Podobnie gatunek *Homo sapiens* należy do rodzaju *Homo* obejmującego inne gatunki, które wymarły, takie jak *Homo luzonensis*, *Homo floresiensis*, *Homo habilis* czy *Homo erectus*. Łacińskie słowo „*Homo*” nie oznacza nic innego niż „człowieka”, tak jak łaciński termin „*Bison*” oznacza po prostu „bizona”. Zatem ci, którzy należą do rodzaju ludzkiego, *Homo*, są ludźmi. Faktem jest, że obecnie na świecie żyją tylko ludzie należący do gatunku *Homo sapiens*, ponieważ wszystkie inne gatunki w obrębie tego rodzaju wyginęły. Niemniej jednak przedstawiciele innych gatunków, takich jak wyżej wymienione, choć nie byli *Homo sapiens*, byli również *Homo*, czyli ludźmi. Dlatego gdy w mediach dokonuje się rozróżnienia np. między „ludźmi” a „neandertalczykami” lub między ludźmi a innymi przedstawicielami rodzaju *Homo*, jest to mylenie rodzaju z gatunkiem, tj. ludzkości z gatunkiem *Homo sapiens*.

zwierzęcości. Chcemy wierzyć w naszą wyjątkowość i odrębność (Dunayer 2001; Yates 2010; Taylor 2013; Leach et al. 2023). Sprawia to, że zapominamy o rzeczywistości i mamy wypaczony obraz tego, jakimi istotami jesteśmy. Ale największy problem tkwi gdzie indziej. Polega on na wykorzystywaniu tej idei, by usprawiedliwić nasze zachowanie wobec innych zwierząt. Pozwala nam ona krzywdzić je na niezliczone sposoby. Robimy z nimi, co nam się żywnie podoba, traktując je tak, jak nigdy nie traktowalibyśmy ludzi. Ma to dla nich bardzo poważne konsekwencje.

GATUNKOWIZM

Taka postawa wobec zwierząt pozaludzkich występuje bardzo powszechnie, dlatego dostrzeżenie jej nie powinno nastęrczać jakichkolwiek trudności. A jednak często pozostaje niezauważona. Dzieje się tak dlatego, że tradycyjnie uważa się ją za coś normalnego. Brak szacunku do zwierząt nie jest zjawiskiem odosobnionym. Na przestrzeni dziejów ludzie padali ofiarami najróżniejszych dyskryminacji, m.in. ze względu na płeć, kolor skóry, cechy fizyczne, pochodzenie społeczne, orientację seksualną oraz zdolności intelektualne i fizyczne. Ci, którzy odnosili z nich korzyści, zwykle uznawali je za uprawnione. Dziś jednak wielu z nas nie znajduje dla nich żadnego uzasadnienia. Istnieją ku temu dobre powody. Jeśli ktoś doznaje krzywdy, to fakt, że ma określony kolor skóry albo jest identyfikowany jako mężczyzna lub kobieta, nie czyni jego lub jej cierpienia ani większym, ani mniejszym. Podobnie rzecz się ma z innymi cechami, z powodu których ludzie się wzajemnie dyskryminowali. Tym, co istotne dla poszanowania danej osoby, nie są szczegółowe cechy takie jak kolor skóry, ale fakt, że w wyniku naszych działań może ona doznać krzywdy. A ofiarom dyskryminacji nasze działania mogą wyrządzić bardzo poważną krzywdę. I to właśnie się liczy.

Nasuwa się więc pytanie: biorąc pod uwagę sposób, w jaki traktujemy zwierzęta innych gatunków, czy przypadkiem ich również nie dyskryminujemy?

Coraz więcej osób tak uważa. Istnieje nawet słowo określające to przekonanie. „Rasizm” i „seksizm” to najbardziej znane formy dyskryminacji międzyludzkiej. W relacjach międzygatunkowych dyskryminacja nosi nazwę g a t u n k o w i z m u.

CO TO JEST GATUNKOWIZM?

Słowo „gatunkowizm” znajduje się w użyciu od kilkudziesięciu lat. Jest szeroko stosowane w świecie kultury, akademii i nauki, ale także przez wielu innych ludzi w wielu innych dziedzinach⁰³. Co się za nim kryje? Nietrudno zgadnąć, jako że powstało ono w analogii do innych, znanych nam już słów, takich jak wspomniane wyżej „rasizm” i „seksizm”. Zmieńmy „rasę” lub „płeć” [sex], od których pochodzą te terminy, na „gatunek”, a pojmiemy jego sens. Gatunkowizm to dyskryminacja istot nienależących do określonego gatunku. Dyskryminować kogoś to traktować go lub ją gorzej, nie mając ku temu uzasadnionych powodów. Jeśli dyskryminujemy zwierzęta niebędące ludźmi, jest to przykład gatunkowizmu. W rzeczywistości mamy więc do czynienia z nowym słowem opisującym coś bardzo starego.

Coraz więcej osób uważa rasizm i seksizm za nieakceptowalne, ale co z gatunkowizmem? Czy coś pozwala go usankcjonować? Jeśli tak, to co?

W następnym ustępie przyjrzymy się kilku odpowiedziom na to pytanie i zastanowimy się, czy można im przyznać słuszość.

„LUDZIE SĄ WAŻNIEJSI, BO TAK”

Gatunkowizmu często broni się w bardzo prosty sposób polegający na utrzymywaniu, że ludzie są ważniejsi, „bo tak”. W tego rodzaju obronie ludziom przyznaje się wyjątkowy status *j e d y n i e* dlatego, że są ludźmi, ze względu na samą przynależność do naszego

⁰³Słowo „gatunkowizm” zostało po raz pierwszy użyte w języku angielskim w 1970 roku, w ulotce, której reprodukcja znajduje się w: Ryder 2010 (1970). Ci, którzy chcieliby zapoznać się ze szczegółową definicją tego terminu, znajdą kilka wyjaśnień w: Horta 2010a. Zob. także Horta i Albersmeier 2020; Albersmeier 2021.

Inne teksty dotyczące gatunkowizmu to: Gompertz 1997 (1824); Salt 2020 (1892); Singer 2018 (1975); Clark 1984 (1977); Rollin 2006 (1981); Regan 1983; Sapontzis 1987; Spiegel 1988; Regan i Singer 1989; Rachels 1990; Pluhar 1995; DeGrazia 1996; Bernstein 1998; 2015; Cavalieri 2001; Ryder 2011; Lepeltier, Bonnardel i Singler 2018; Caviola 2019; Giroux 2020; Cunha 2021; Jaquet 2021.