

Jubilæumsudgivelse

TID*skrift* fejrer 10 års foreløbig eksistens

#4

”At have ondt i hjertet”

- forstået kropsfænomenologisk og taktil-kinæstetisk

Julie Kirkegaard
opr. udg. maj 2016



TID*skrift*

onlinemagasinet for filosofistuderende landet over

Illustration v. Synnøve Thau-Moltsen

Alment-redaktionelt forord

TIDskrift har nu været undervejs i ti år, og det vil vi meget gerne markere! En stor tak skal først og fremmest lyde til ALLE, der har bidraget til foretagenet, i løbet af årene der er gået.

Igennem tiden er der blevet skrevet utrolig mange spændende filosofiske artikler til vores magasin (hvis vi selv skal sige det!).

Vores jubilæum skal selvfølgelig markeres ved at finde nogle af disse tekster frem fra arkivet. Så glæd jer til en masse filosofi i løbet af sommeren!

Gennem syv fredage vil vi, redaktionens nuværende medlemmer, lægge vores yndlingsartikler op på hjemmesiden.

Artiklerne er udelukkende valgt ud fra, at vi hver især synes de er virkelig gode. Vi udstyrer desuden alle artiklerne med et lille forord og et efterord. Forordet udtrykker redaktionens begejstring for artiklen, og med efterordet giver vi det sidste ord til forfatteren, der har fået mulighed for at genlæse egen artikel og reflektere over indholdet.

Rigtig god læselyst!

Forord v. Kevin Zangenberg Juul

Med sin artikel ”*At have ondt i hjertet*” – forstået kropsfænomenologisk og taktil-kinæstetisk, giver Julie Kirkegaard sit besyv på hvorledes det metaforiske udtryk *at have ondt i hjertet*, ikke blot er et poetisk udtryk for en oplevelse af at befinde sig i en lettere depressiv sindstilstand, som konsekvens af fx at have mistet en elsket, men at det er et udtryk for en faktisk kropslig oplevelse, og dermed ikke blot en poetisk metafor. Det er en modig artikel, hvori Kirkegaard udtrykker en lettere kontroversiel holdning, da hun søger at udvide vores forståelse af hjertet, som ikke blot et fysisk organ, men som et *center* i vores bryst. Dette bryder med den vestlige naturvidenskabelige forståelse af hjertet. Dermed rusker Kirkegaard til en videnskabelig tradition, som til tider kan synes at være præget af en smule *arrogance* i henhold til at vægte sine egne metoder og forståelsesrammer højest. Kan det tænkes at vi overser væsentlige og vigtige indsigter vedrørende vores egen menneskelige tilstedeværelse, fordi vi i Vesten klamrer os til videnskabelige traditioner, der muligvis er for snæversynet? Og kan det endvidere tænkes at egentligt måleudstyr til netop at måle *ondt i hjertet*, endnu ikke er udviklet, fordi vi aldrig har set på det, som et rigtigt kropsligt fænomen?

Artiklen er i min optik et bud på hvordan man kan benytte filosofien til at søge at rykke ved traditionelle forståelser ved at sætte spørgsmålstejn ved status quo og komme med bud på alternative forståelser. Derudover trækker artiklen også på østlig filosofi, hvilket jeg vil vove at påstå er en filosofisk tradition, som har tendens til at blive overset, og for den sags skyld, og sagt med al respekt, ikke er noget man heller får meget at *snuse til* på filosofi på universitetet - hvert fald ikke i Odense. Således finder Kirkegaards artikel sin genudgivelse i TIDskrifts jubilæumsudgivelse, da jeg synes det er værd at fremhæve en artikel, som opstiller en kreativ problemstilling og som søger at løse denne med *uortodokse* midler.

Efterord v. Julie Kirkegaard

Siden jeg skrev artiklen (2016) har jeg faktisk ikke ændret forståelse af dens hovedpointer; jeg mener stadig, at det er relevant at forsøge at forstå de sproglige vendinger, som knytter sig til ’hjertet’, som mere og andet end blot og bart at være metaforer, og jeg mener stadig, at Maxine Sheets-Johnstones tilgang, der kombinerer fænomenologi med palæoantropologi, kan være et frugtbart udgangspunkt. Skulle jeg have tænkt noget anderledes i dag, så ville jeg nok i højere grad have gjort plads til fænomenologiens intentionalitetsbegreb og suppleret argumentationen med følgende spørgsmål: Hvis bevidstheden altid er intentionelt rettet mod sine omgivelser og man tænker bevidsthed og krop som sammenvævede, giver det da ikke mening, at bevidsthedens intentionalitet også tager form efter, hvilken del af kroppen man oplever fra? Fra et 1. personsperspektiv synes der i hvert fald at være en intuitiv logik i, at man er rettet mod verden på forskellig vis, alt efter om man er tilstede i sit underliv, sit hoved – eller sit bryst. Arbejder man med sit tilstedevær, f.eks. gennem meditation, yoga, kropsterapi el.lign., vil mange i hvert fald kunne nikke genkendende til, at man kan ”flytte” sit tilstedevær rundt i kroppen – og at tilstedeværet kan skifte kvalitet alt efter, hvor man flytter det hen.

Jeg tror ikke, at udgivelsen af artiklen i sin tid fik nogen direkte betydning for noget, andet end at det personligt var en stor tilfredsstillelse at tænke tankerne til ende i skriftlig form og se det på tryk. Muligvis har det haft større betydning senere hen, hvor jeg har haft artiklen på mit CV i forskellige sammenhænge, og hvor det har indikeret og signaleret dels en interesse i kroppen og også en evne til at kunne skrive noget i en akademisk form, der kom igennem en redaktionel proces – nå, jo, og så er den på min litteraturliste ved en ph.d.-ansøgning, som jeg i skrivende stund venter svar på, og i fald, at jeg er heldig at få tildelt stipendiet, så skyldes det nok ikke udelukkende artiklen, men den vil formentlig nok have spillet en eller anden rolle i den større bedømmelses-udvalgs-sammenhæng.

Pt. læser jeg Merleau-Pontys Sorbonneforelæsninger med Anna Christine Daa Funder (Netværk for Kvinder og Non-binære i Filosofi), hvilket er med til at give spændende perspektiver på børns perceptioner, men at tale om, at jeg har en karriere indenfor filosofi, vil nok være at skyde over målet. I stedet betragter jeg dét, som jeg tjener mine penge på, som et spændende arbejdsliv med plads til filosofiske betragtninger og krumspring. Filosofien følger mig hele tiden som en måde at se verden med. Læs evt. mere her: Juliekirkegaard.dk og Improimperiet.dk

Abstract

Det er artiklens præmis, at det naturvidenskabelige fysiologiske paradigme er det dominerende, når det kommer til at definere kroppen. Når man f.eks. i forbindelse med sorg eller tab taler om *at have ondt i hjertet*, er det et udsagn, man almindeligvis vil kalde metaforisk; noget som skal forstås i overført betydning og som henviser til, at hjernens netværksaktivitet er forstyrret. Artiklen argumenterer for, at fænomenet i stedet bør betragtes kropsfænomenologisk - som et fænomen, hvor noget mærkes, fornemmes og opleves i brystet. Det er artiklens pointe, at hjertet skal forstås som et center i brystet, og at dette center er del af en større betydningssammenhæng. Til sidst argumenteres der på baggrund af Maxine Sheets-Johnstones tænkning for, at den måde, hvorpå vi i dagligdagen bruger brystet, er konstituerende for, hvilken betydning, der knyttes til dette center.

Indledning

Nærværende artikel har fænomenet *at have ondt i hjertet* som sit fokus. *At have ondt i hjertet* skal i denne sammenhæng forstås som dét, vi kan sige til en ven i forbindelse med f.eks. kærestesorg for virkelig at få hende eller ham til at forstå vores følelsesmæssige situation. Når artiklen fokuserer på fænomenet *At have ondt i hjertet* er valget delvist vilkårligt. Det kunne lige så godt have været *tung om hjertet*, *let om hjertet* eller *kriller i hjertet* (som en ven på Facebook opdaterede sin status med, da han netop var blevet far og skulle offentliggøre de første babybilleder). Det vigtige er, at der er tale om et fænomen, som fortæller noget om, hvordan vi har det og som refererer til hjertet.

Så længe, at der ikke er en medicinsk lidelse til stede, som kan relateres til det muskuløse hulorgan, der pumper blodet rundt i kroppen, er det et udtryk, vi almindeligvis forstår metaforisk: Hvis vi f.eks. frekventerer en læge og skulle finde på at sige, at vi har ondt i hjertet, og han ikke finder nogle fysiologiske årsager, der kan forklare smerten, kan vi regne med, at han forstår udtrykket som en metafor. Det vil sige som et sprogligt poetisk billede for noget andet. Han vil måske derfor diagnosticere os med en let til moderat depression, idet han antager, at *ondt i hjertet* skal forstås i overført betydning, som et udtryk for, at den elektriske netværksaktivitet, som hjernens signalstoffer giver anledning til, er forstyrret.

Når vi således skal forklare menneskets krop, lader det til, at det naturvidenskabelige, og implicit i denne, det neurovidenskabelige perspektiv har sejret. Kroppen betragtes primært som en fysisk genstand, der består af blod, knogler, kød, sener, organer, centralnervesystem m.m. Dette er en kropsforståelse, der rækker tilbage til det 16. og 17. århundrede: For Descartes er kroppen ikke andet end *res extensa*, dvs. noget, der først og fremmest har volumen og optager plads i rum. Hertil føjer Newton forskellige kræfter som f.eks. inertie (Böhme 2010: 225). Disse anskuelse er godt hjulpet på vej af anatomien, der i samme periode kan fremvise, at mennesket frem for alt er en isoleret funktionel enhed (Sloterdijk 2011: 129). Vi står altså i dag med en kropsforståelse, der er ensidig naturvidenskabelig – i hvert fald inden for samfundets anerkendte institutioner (alternative opfattelser eksisterer i samfundets subkulturer. Disse forstår f.eks. kroppen gennem pseudovidenskabelige begreber som *energikroppen*, *astrallegeme*, *æterlegeme*, *aura*, *meridianbaner*, *qi*, *chakras*, *prana* m.m. Disse begreber arbejder netop med en krop, der *ikke* er naturvidenskabelig).

Hvordan *ondt i hjertet* kan forstås *kropsfænomenologisk* er omdrejningspunktet for nærværende artikel, og som sådan er det et opgør med den naturvidenskabelige tilgang. Artiklens hovedpointe er, at der ikke

henvises til det fysiologiske hjerte, der kan træde frem på en røntgenscanner, ligesom der ikke henvises til *ondt i hjertet* som en sproglig poetisk metafor, der repræsenterer en forstyrrelse i hjernens netværksaktivitet. Det er derimod artiklens hovedpointe, at udtrykket *at have ondt i hjertet* anvendes, når noget, en form for smerte, fornemmes i brystet. Det vil sige, det er et fænomen, der skal forstås kropsfænomenologisk, fra et 1.persons perspektiv; som et fænomen, der rent faktisk eksisterer, kan mærkes - og som derfor har sin berettigelse som sådan.

Når dette er et relevant perspektiv, er det fordi lægens ide om, at det i virkeligheden er et udtryk for en forstyrrelse i hjernens netværksaktivitet, gør os fremmede over for os selv og vores egne kropslige erfaringer, og vi afholdes fra at involvere os i dem: Vi bliver f.eks. ikke opfordret til at undersøge den kropslige 1.persons oplevelse nærmere. I stedet pålægges vi at forstå os selv gennem neurovidenskab; et naturvidenskabeligt 3.persons perspektiv, hvor hjernen bliver den altafgørende forklaringsmodel. Konsekvensen af dette er, at der er aspekter af oplevelsen, som vi ikke får øje på netop pga. den udeblevne involvering, samt at en teoretisk ramme, der kan være med til at belyse og forstå aspekter af fænomenet, er en mangel. Når det kommer til at have *ondt i hjertet* er vi henvist til egne og andres almenmenneskelige erfaringer - f.eks. udtrykt gennem kunsten, hvor hjertet er et tilbagevendende tema, omend oftest som kliché, eller f.eks. ved at frekventere terapeuter, der arbejder med inddragelse af sådanne kropslige oplevelser og fornemmelser om end det ofte sker på et pseudovidenskabeligt grundlag jf. den tidligere henvisning til alternative subkulturer.

I det følgende vil jeg altså argumentere for, at når vi taler om *at have ondt i hjertet*, så er det et udtryk for, at noget, en form for smerte, fornemmes i brystet. Det vil sige, at det er et fænomen, der rent faktisk eksisterer og kan mærkes. Dette gøres først med udgangspunkt i en artikel,

der netop tematiserer hjertet, som noget der hverken er fysiologisk eller metaforisk (Thingmand 2011: 203ff) samt med henvisning til Merleau-Pontys kropsfænomenologi (Merleau-Ponty 2000).

Anden del er artiklens egentlige videnskabelige bidrag. Her argumenterer jeg for, at man, for at forstå fænomenet *at have ondt i hjertet* i et perspektiv, der som netop skitseret, hverken er fysiologisk eller metaforisk med fordel kan anvende den tilgang som filosof og fænomenolog Maxine Sheets-Johnstone benytter sig af: En tilgang der kombinerer fænomenologi med palæoantropologi med særlig fokus på det taktil-kinæstetiske (Sheets-Johnstone 1990).

1. Hjertet – som brystets midtpunkt

Skal vi se bort fra den naturvidenskabelige kropsforståelse, der er så dominerende i vores vestlige civilisation, er det nødvendigt at undersøge andre kulturers kropsforståelser. Af flere årsager er det oplagt at vende sig mod den buddhistiske kropsforståelse: Først og fremmest har den buddhistiske kultur aldrig haft en hverken Descartes, en Newton eller en tradition for anatomiske studier, der kunne gøre kroppen til en videnskabeligt objekt.¹ Dernæst har buddhismen et stærkt hjertebegreb, der hverken skal forstås fysiologisk eller metaforisk (hvilket jeg vender tilbage til), og sidst men ikke mindst er den buddhistiske kropsforståelse allerede implicit til stede gennem det, vi kender som mindfulness meditation,² hvilket de fleste efterhånden nok har stiftet bekendtskab med af omtale eller ved selv at have praktiseret det.

Det, som skal være i fokus her, er det buddhistiske hjertebegreb. Udgangspunktet er, som allerede nævnt, en artikel, der bl.a. tematiserer det

¹ En lignende afstandtagen fra den videnskabelige objektgørelse finder man i jødisk kultur, hvor der er forbud mod at måle *levende mennesker*, eftersom overbevisningen her er, at det kun er de døde, der kan have fikserede mål (Böhme, 2010:226).

² Mindfulness meditation (i den form, som det er udviklet af Jon Kabat-Zinn betegnet som Mindfulness Based Scan Reduction) er en meditationsform, som har sin oprindelse i en buddhistisk meditationspraksis (Kabat-Zinn, 2005).

buddhistiske hjertebegreb i forhold til den vestlige naturvidenskabelige forståelse (Thingmand 2011: 208ff).³ Først og fremmest er det her vigtigt at holde sig for øje, at buddhismen har en helt anderledes forståelse af sind og krop, end hvad man møder i vestlig naturvidenskabelig sammenhæng.⁴ I buddhismen skal et begreb som *sind* ikke forstås som en rummeligt afgrænset, selv-indelukket enhed (som Descartes, og traditionen efter ham, forstår det), men derimod som en dynamisk åbenhed (Thingmand 2011: 208). For forståelsen af hjertet kommer dette til at betyde, at det ikke henviser til det fysiske organ. Den internationale og anerkendte buddhistiske munk Geshe Kelsang Gyatso formulerer det således: "Heart means the centre of the chest just in front of the spine" (citeret af Thingmand 2011: 209). Som Thingmand også gør opmærksom, er der altså tale om et lokaliserende begreb som refererer til et center eller et centrum – ligesom når vi f.eks. siger, at "torvet lå i hjertet af byen" og derved mener, at torvet lå midt i byen. Dette perspektiv gør det muligt at forstå hjertet, som noget, der betegner et slags indre kropsligt rum i brystet, der kan erfares og opleves.

Det er endvidere en af artiklens pointer, at måden at forstå sindet (og derved hjertet på) i den buddhistiske kropsforståelse er sammenfaldende med moderne fænomenologisk tænkning, hvor sindet forstås som noget, der ikke er lukket inde i hovedet, men som noget, hele kroppen befinder sig i (Thingmand 2011: 210). Spørgsmålet om hvordan dette nærmere skal forstås, vender jeg tilbage til i næste afsnit.

³ Artiklen hedder Åbent nærvær og kropslig tilstedeværen i meditationsbaseret terapi og er en af denne artikels hovedinspirationskilder. Artiklen er en kritisk analyse af måden, hvorpå mindfulness forsøges integreret i medicin og psykologi. Det er én af Thingmands pointer, at den buddhistiske forståelse af hjertet forsvinder i en vestlig naturvidenskabelig sammenhæng (Thingmand, 2011).

⁴ Når 'sind' anvendes her, skyldes det, at det er det begreb, artiklen anvender. Se endvidere Neurovidenskab - en udfordring for filosofisk tænkning, hvor Steen Nepper Larsen argumenterer for at bruge 'sind' i stedet for 'bevidsthed' (Larsen, 2008:37-43).

Inden dette er det værd at bemærke, at forståelsen af hjertet som et center i brystet, et indre rum, også er til stede i vores egen kultur, før anatomen tog patent på at definere kroppen. Den tyske filosof Peter Sloterdijk demonstrerer i første kapitel af sin *Spheren*-trilogi (ved en analyse af en hjertefabel fra det 13. århundrede, en analyse af en kvindelig mystikers religiøse oplevelse fra det 14. århundrede, samt en analyse af en epokegørende kommentar vedr. Platons dialog *Symposion*), hvordan hjertet i europæisk kultur før det 16.-17. århundrede netop ikke (kun) skal forstås fysiologisk, men som noget, der først og fremmest optræder i relationelle betydningssammenhænge. Disse betydningssammenhænge er karakteriseret ved intimitet eller begæret efter intimitet og hjertet i sig selv forstås som inkarnationen af dette (Sloterdijk 2011: 101ff).⁵

2. Teoretiske perspektiver

I det følgende vil jeg dels gøre rede for, hvordan kroppen forstås i det kropsfænomenologiske perspektiv med henblik på at argumentere for, at det er muligt at forstå kroppen som 'et indre rum', hvortil der er knyttet særlige kvaliteter og betydninger (A). Herefter vil jeg, som allerede skitseret, argumentere for, at man med fordel kan anvende den metode, som Sheets-Johnstone benytter sig af i forsøget på at nå en mere nuanceret forståelse af de kvaliteter og betydninger, der knytter sig til dette indre rum, og som kommer til udtryk i formuleringen *ondt i hjertet* (B).

A. Kroppen i et kropsfænomenologisk perspektiv

Som allerede nævnt i forrige afsnit arbejder fænomenologien med et kropsbegreb, hvor sindet forstås som noget, der ikke er lukket inde i

⁵ For god ordens skyld understreger jeg, at dette, *hjertet som inkarnationen af intimitet eller begæret efter intimitet*, er baseret på min egen forståelse/læsning af Sloterdijk. Han formulerer det ikke selv så stringent og kortfattet.

hovedet, men som noget, hele kroppen befinder sig i (Thingmand 2011: 210). Kroppen er altså til stede i sindet. Dette perspektiv kan spores tilbage til Heidegger, der i *Væren & Tid* fra 1927 introducerer begrebet *væren-i-verden*. Med dette begreb tematiserer Heidegger, hvordan at menneske og verden er uløseligt forbundet (Zahavi 2004: 46). Det er vigtigt at holde sig for øje, at verden i Heideggers forståelse ikke er verden som genstande, det vil sige stole, borde, lamper eller hvad vi nu ellers har rundt om os. Hos Heidegger forstås verden som *en omfattende betydningssammenhæng* (Zahavi 2004: 46). Der er altså den *betydning*, som tingene kommer os i møde med, der er i fokus hos Heidegger, hvilket endvidere vil sige de muligheder og/eller forhindringer, som tingene åbner eller sætter op. Ser vi eksempelvis på en stol, er der aldrig tale om en tilfældig stol, men om en bestemt stol, der åbner et særligt mulighedsrum: Enten får vi lyst til at sætte os på den, fordi den ser dejlig blød ud, eller også undgår vi den, fordi den er gammel og vakkelvorn. Samtidig er det måske også en rød stol, der minder os om vores mors yndlingskjole, eller det er en stol, der måske er lavet af egetræ, som vi elsker, eller den er lavet af sort plastik, som minder os om et par solbriller, vi engang købte på et loppemarked. Og måske er den lavet af både egetræ og sort plastik, og begge disse betydninger vil være til stede samtidig. Alt dette strømmer os i møde og udgør betydningen af dén verden, vi er til i. Der er altså tale om betydninger, der optræder i det enkelte menneskes oplevelses-felt. Væren-i-verden vil altså sige at være-i-en-betydningssammenhæng og at disse er gensidigt konstituerende. Der er altså ikke tale om en gensidig og konstant vekselvirkning mellem menneske og verden, men om en art sammensmeltning.⁶

Denne væren-i-verden forankrer Merleau-Ponty eksplicit i kroppen. Han skriver: "Kroppen er bæreren af væren-i-verden" (Merleau-Ponty

⁶ 'Sammensmeltning' er givet vis et forsimplet udtryk, der reducerer Heideggers tænkning. Når dette er valgt, er det for at anskueliggøre på pædagogisk vis, at menneske og verden ikke kan adskilles.

2000: 20). Dette perspektiv gør det muligt at anskue kroppen som noget, der er til i betydning og som ikke kan isoleres fra dette. Der er altså ikke tale om en naturvidenskabelig krop, bestående af kød, knogler, centralnervesystem m.m., der som udstrakt legeme er placeret i en omfattende betydningssammenhæng (dette vil være at sammenblende det naturvidenskabelige paradigme med det kropsfænomenologiske). Der er derimod tale om den kropsfænomenologiske krop som betydning, der er i en altomfattende betydningssammenhæng, og at disse er gensidigt konstituerende, dvs. hele tiden er hinanden opretholdende. Dette fokus på betydning og betydningssammenhæng kan belyses på anden vis. Merleau-Ponty skriver:

En roman, et digt, et maleri, et musikstykke er individer, dvs. væsener, hvor man ikke kan adskille udtrykket fra det udtrykte, og hvis mening kun er tilgængelig ved direkte kontakt, og som udstråler deres betydning uden at forlade deres sted i tid og rum. I denne forstand kan vor krop sammenlignes med et kunstværk. Den er et knudepunkt af levende betydninger (Merleau-Ponty 2000: 109).

Kroppen er altså først og fremmest betydning - eller mere præcist jf. citatets sidste del: Den er selve knudepunktet af betydninger. I dette perspektiv må man som sagt forkaste den naturvidenskabelige krop (kroppen der består af kød, knogler, centralnervesystem m.m.) og i stedet forestille sig en anden slags krop; betydning, der står i forhold til resten af verdens betydningssammenhæng. Inden for det kropsfænomenologiske perspektiv er det givet, at denne krop optræder i et 1.personsperspektiv, det vil sige i det enkelte menneskes oplevelses- og erfaringsfelt.

Hvad enten man tænker disse betydninger som analoge til f.eks. *bevidsthed*, et begreb som også optræder hos Merleau-Ponty, eller til *sind* er konsekvensen af dette kropsbegreb, at disse betydninger er rummelige: Vi oplever verden rummelig og dermed de betydninger, der strømmer imod os. Kroppen er ikke undtaget dette: Den optræder selv i dette erfaringsfelt som et kropsligt rum, der kan erfares og hvortil særlige betydninger optræder.

En praksis som f.eks. mindfulness-meditation (jf. fodnote nr. 2) arbejder netop med at afdække dette indre rum gennem teknikken kropsscanning⁷ ligesom, at selvhjælpsteknikken Fokusering også er en måde at få adgang til dette indre rum på (Gendlin 1983). Vi taler selvfølgelig ikke om noget, der lader sig måle, men om noget, der som sagt optræder i et oplevelses- og erfaringsfelt.

B. Den taktil-kinæstetiske erfaring

Maxine Sheets-Johnstone er tidligere danser og filosof med særlig interesse i biologi/antropologi, fænomenologi og evolution (University of Oregon 2016, Maxine Sheets-Johnstone). Det gennemgående tema i hendes forskning er krop og bevægelse. *The roots of thinking* (Sheets-Johnstone 1990) er resultatet af et stort interdisciplinært studie. Her argumenterer Sheets-Johnstone for, at der er et bånd mellem tænkning og menneskets evolution, et bånd cementeret af den levende krop (Sheets-Johnstone 1990: 4). Det vil sige, at ifølge Sheets-Johnstone er tænkningen betinget af måden, hvorpå kroppen evolutionært har udviklet sig fra f.eks. at gå på alle fire til at være oprejst. I hendes perspektiv er der en tæt forbindelse mellem kroppens fysiske konstitution (dvs. det faktum, at vi går oprejst på to ben, at vi har arme med hænder og fingre, at vi har et hoved, fem sanser m.m.), det mulighedsrum, det åbner, (f.eks. gå, gribe, mærke, høre, se m.m.) og tænkningens måde at tage form og udvikle sig på.

Sheets-Johnstone benytter sig af en palæoantropologisk hermeneutik i kombination med en metode, der er beslægtet til Husserls genetisk fænomenologi (genetisk har i denne sammenhæng intet at gøre med "gener", men med *genese*, dvs. oprindelse). Det vil sige, at hun f.eks. undersøger redskaber fra jægerstenalderen i et hermeneutisk perspektiv ud fra den husserlske tese, at fundamentale koncepter om f.eks. verden, tid,

⁷ For en gennemgang af kropsscanning se *Bevidst nærvær – en vej ud af nedtrykthed* (Williams, 2010:106f).

natur m.m. har sin oprindelse i konkret menneskelig erfaring (Sheets-Johnstone 1990: 13). Eller sagt på en anden måde: Det er en metode, der arbejder 'baglæns' fra data (f.eks. redskaber, hulemalerier, tal m.m.) til den menneskelige krop, der frembragte dem. Arkæologen Lewis Binford beskriver det i termer af, at arbejde baglæns fra 'det statiske' (værktøj) til 'det dynamiske' (de kropslige dynamikker) (Sheets-Johnstone 1990: 12).

I *The roots of thinking* behandler Sheets-Jonstone således en række forskellige fænomener på denne måde. Hun demonstrerer bl.a. således, at der er en konceptuel forbindelse mellem stenværktøj og tænder, som er baseret på en taktil-kinæstetisk oplevelse. I udgangspunktet er det altså sansning og bevægelse, der er det altafgørende fundament for, at mennesket kunne skabe stenredskaber. Det er Sheets-Johnstones pointe, at de tidlige mennesker opdagede, at sten kunne bruges til at knuse og flække med på baggrund af en taktil-kinæstetisk erfaring af deres egne tænder (ved f.eks. at føre tungen henover tænderne), der var analog til den hårdhed, som de erfarede ved hverdagslig omgang med sten. Det var altså selve den taktil-kinæstetiske oplevelse af at have tænder og den taktile erfaring af forskellen mellem for- og kindtænder, der fik de tidligste mennesker til at genkende samme struktur og taktilitet i sten, som herefter bruges direkte eller forarbejdes til at ligne henholdsvis for- eller kindtænder (Sheets-Johnstone 1990: 25ff).

Når denne metode i konteksten af denne artikel er relevant, er det fordi Sheets-Johnstones undersøgelser og konklusioner understreger den intime forbindelse, der er mellem kroppens taktil-kinæstetiske erfaringsgrundlag og de koncepter, som mennesket frembringer. Sheets-Johnstone beskæftiger sig altså med tænkningens oprindelse ud fra nogle grundlæggende hverdagslige erfaringer, hvor kroppens konstitution er det afgørende for måden, som tænkningen tager form på.⁸

⁸ Det er irrelevant for nærværende artikel, men værd at bemærke, at det er Sheets-Johnstones overordnede pointe, at sten-redskaber i første omgang derfor *ikke* kan forklares

Emnet for nærværende artikel er ikke tænkningens oprindelse, men fænomenet *at have ondt i hjertet*, hvorfor ovenstående metode i det følgende sættes i sammenhæng med dette. Antagelsen er, at kroppens konstitution og sanseorganer er konstituerende for den betydning, der knyttes an til *hjertet*.

3. ”At have ondt i hjertet”

Skriv Som allerede demonstreret er det muligt at forstå hjertet kropsfænomenologisk. I dette perspektiv henviser hjertet til et indre rum i brystet, der, grundet kropsfænomenologiens ide om sammensmeltningen mellem menneske og verden, ikke kan anskues isoleret set, men som betydningsmæssigt altid står i relation til et større hele.

Ser vi dette i relation til Sheets-Johnstone metode, der i særlig grad sætter den taktil-kinæstetiske oplevelse i fokus, implicerer dette, at vi må undersøge måden, hvorpå vi bruger brystregionen, og de kropslige taktil-kinæstetiske erfaringer, der er forbundet med dette, samt hvordan dette indgår i en større sammenhæng. Antagelsen er altså, at brystet og de taktil-kinæstetiske erfaringer, der er knyttet til lige netop denne kropsdel, har afgørende indflydelse på, hvilke betydninger som knytter sig til lige netop dette område. Vi må så at sige arbejde ’baglæns’ fra det statiske, fænomenet, til ’det dynamiske’, de kropslige dynamikker.

Reflekterer vi over de taktil-kinæstetiske sammenhænge som brystet indgår i, springer særligt to forhold i øjnene:

- a) Brystet som grundlaget for mor-baby relationen funderet i brystet som det næringsgivende.

med henvisning til abstrakt tænkning. Hvorvidt at evolutionen i dag har bragt os et sted, hvor abstrakt tænkning (f.eks. tænkning i forbindelse med matematiske udregninger) kan finde sted uden nogen som helst form for ’kropslighed’ må i denne artikel stå som et åbent spørgsmål.

- b) Brystet som grundlag for andre intime relationer gennem omfavnelser, - som en del af et hilseritual, i fortrolige øjeblikke eller i den seksuelle handling.⁹

Begge forhold er relationelle og har samværet med andre mennesker som sit udgangspunkt. Dette samvær er dog ikke et hvilket som helst samvær, men et samvær, der konstituerer intime relationer i forhold af venskab, omsorg, kærlighed, tillid, fortrolighed: Vi tager imod andre med åbne arme, inviterer dem ind til vores bryst, eller vi lægger armene over kors og støder dem fra os. Vi er ganske vist også i berøring med andre mennesker med andre dele af kroppen (f.eks. maven, der også kan være i berøring i omfavnelsen, men som vi sjældent, i hvert fald i vores kultur, presser mod hinanden, medmindre der er noget seksuelt på færde). I lyset af ovenstående fremstår brystet som den kropsdel, der først og fremmest er i berøring med andre i forhold, der genererer gensidig varme og nærhed.

Når man derfor kan forstå *at have ondt i hjertet* som en oplevet smerte i den fænomenologiske 1.personsoplevelse, og som helt specifikt og konkret kan lokaliseres til at være i brystet, henviser det til disse relationelle forhold, f.eks. fordi man frygter et tab af disse intime relationer eller allerede har tabt (f.eks. en kæreste, en elsker, sine forældre, en betydningsfuld ven, et barn m.m.). Denne tematisering af hjertet som 'de intime relationers sted' korresponderer med Sloterdijks analyse af hjertet, som det optræder i europæisk kultur før det 16.-17. århundrede (se afsnit 1).¹⁰

⁹ Jeg understreger, at alle disse forhold, på nær selvfølgelig mor-baby relationen, er kulturelt betingede. Andre civilisationer og kulturer vil givet vis bruge brystet på anden vis. Forholdene er i den forstand vilkårlige og kræver en nærmere undersøgelse i fald, at argumentet også skal fremstå empirisk overbevisende.

¹⁰ Der er ligeledes et sammenfald med denne tematisering og eksempelvis den måde, hvorpå en række danske sange anvender hjertet. Lyt f.eks. til *Tusind stykker* af Anne Linnet, *Tabt mit hjerte* af Marie Key, *Tabt mit hjerte* af Anne Linnet, *Dybt inde i mit hjerte* af Thomas Helmig, *For altid* af Medina m.m. Udover at tilhøre den danske populærmusik

Det er vigtigt at holde sig for øje, at det ikke er den bevidste og reflekterede italesættelse af tabet, der konstituerer *at have ondt i hjertet*. Det er omvendt: Det er oplevelsen af *at have ondt i hjertet*, der kropsfænomenologisk konstituerer det, som vi kan italesætte som frygten for at tabe eller selve tabet. Den kropsfænomenologiske oplevelse vil altid gå forud den bevidste italesættelse grundet det, som Merleau-Ponty kalder det præ-refleksive cogito: "kroppen, der altid 'ved' mere end det bevidste subjekt" (Merleau-Ponty 2000: XI, indledningen v. Ole Fogh Kirkeby). Fornemmelsen af en smerte i brystet er så at sige mere oprindelig end vores egne tanker om, hvad det kan betyde el. er et udtryk for.

4. Perspektiver: Re-legitimering af kroppen som andet end naturvidenskab

I lyset af ovenstående perspektiv, der forener kropsfænomenologien med Sheets-Johnstones metode, er det muligt at forstå udtrykket *at have ondt i hjertet*, som en oplevet betydning i kropsfænomenologisk forstand. Det vil sige en betydning, der konstitueres ud af et relationelt hele og som er bundet til den kropsdel, der konstituerer forhold af nærhed og varme, og som kan opleves af den krop, der netop ér den betydning. I dette perspektiv er der ikke noget metaforisk på spil - omend den kropsfænomenologiske oplevelse tolkes i det brede samfund som værende en metafor.

I et pædagogisk-filosofisk perspektiv giver dette perspektiv på fænomenet mulighed for at arbejde med oplevelsen på et konkret og håndgribeligt plan. Dette vil muliggøre en undersøgelse af oplevelsen, der kan være med til at udfolde perspektiver og aspekter, og som kan være medvirkende til, at man opnår en større grad af fortrolighed med disse (dette gøres allerede i mange forskellige terapeutiske praksisser. Mindfulness meditation og Fokusering er allerede nævnt, men disse kan suppleres med andre praksisser som f.eks. gestaltterapi, NLP, Somatic

af varierende grader har disse sange tilfælles, at de udtrykker ønsker og forhåbninger om en intim relation eller beklager tabet af denne.

Experience m.m.). Ligeledes kan en decideret kropslig undersøgelse åbne for nye perspektiver og aspekter ved væren-i-verden: Hvad sker der f.eks. kropsfænomenologisk, når man åbner for dette relationelle område ved henholdsvis at åbne armene vs. lægge dem over kors eller skyde brystet frem vs. 'lukke af' ved at krumme sammen i ryggen? Et kropsfænomenologisk forklaringsgrundlag i kombination med Sheets-Johnstones tænkning forekommer at være oplagt. En sådan teori kan være med til at re-legitimere den fænomenologiske krop, dvs. gøre det muligt at forstå kroppen som noget andet end i et ensidigt naturvidenskabeligt perspektiv, sådan som det tidligere har været tilfælde i vores egen kultur og stadig er det f.eks. i et buddhistisk perspektiv jf. afsnit 1. På den måde vil en oplevelse som *at have ondt i hjertet* kunne anerkendes i det brede samfund, som noget, der kan mærkes, fornemmes og opleves, i langt højere grad end hvad der synes at være tilfældet i dag.

Litteraturliste

- Böhme, G. (2010): "The Concept of Body as the Nature We Ourselves Are", *Journal of Speculative Philosophy*, 24 (3), 224-238.
- Gendlin, E. T. (1983 [1978]): *Fokusering: Hør hvad din krop fortæller dig*, Apostrof, Kbh.
- Kabat-Zinn, J. (2005 [2005]): *Coming to our senses: healing ourselves and the world through mindfulness*. First paperback edition, Hyperion, New York
- Larsen, Steen Nepper (2008 [2008]): *Neurovidenskab - en udfordring for filosofisk tænkning*, GNOSIS, København.
- Merleau-Ponty, Maurice (2000 [1945]): *Kroppens fænomenologi*, 1. udgave, 3. oplag, DET lille FORLAG, Frederiksberg.
- Sheets-Johnstone, Maxine (1990 [1990]): *The roots of thinking*, Temple University Press, Philadelphia.
- Sloterdijk, Peter (2011 [1998]): *Spheres, Volume 1: Bubbles*, Semiotext(e), South Pasadena.
- Thingmand, Anders (2011): "Åbent nærvær og kropslig tilstedeværen i meditationsbaseret terapi", *Psyke & Logos*, nr. 1 2011, s. 203-219.
- University of Oregon (2016): *Maxine Sheets-Johnstone*. Lokaliseret d. 29. februar 2016 på: <http://philosophy.uoregon.edu/profile/msj/>
- Williams, J. M. G. (2009[2007]). *Bevidst nærvær : en vej ud af nedtrykthed*, 1. udgave, 3. Oplag, Akademisk Forlag, København.
- Zahavi, Dan (2004[2003]). *Fænomenologi*. 1 udgave, 2. oplag. Roskilde Universitetsforlag, Frederiksberg,.