

Kroppens fortællinger

Tina Lauritsen, juni 2018



Uanset om vi arbejder med terapeutiske, vejledende eller på anden vis hjælpende samtaler, bruger vi sproget til at dele erfaringer, oplevelser, tanker og følelser. Vi er refleksive. Det er det, sproget kan for os med alle de muligheder og begrænsninger, der følger med. For der er altid en masse andet, der også taler med. Hvordan får vi det i tale?

Her fra mit kropsstudie: Et fænomen, lidt teori, et praksisstudie og nogle refleksioner over kroppen i samtalepraksis.

Her i juni er jeg på en lille 'quest' rundt omkring kroppen. Det handler om de stemmer, der taler i kroppen, og om hvordan vi bedst kan lytte til det, de fortæller os. Til det har vi brug for både at udforske egne erfaringer og undersøge de resultater, som mennesker der virkelig har fordybet sig i disse ting, er kommet frem til. En af disse mennesker er filosofen Maurice Merleau-Ponty, som helt tilbage i 1945 skrev *Kroppens fænomenologi* som en del af sit samlede værk *Perceptionens fænomenologi*. Jeg har før skrevet om forholdet mellem vores intentioner og vores handlinger (på min blog, Ugebrev 24), og om hvordan vi for at forstå dette forhold må skelne mellem et refleksivt og et pre-refleksivt niveau – mellem de handlinger og den viden, vi er bevidste om, og dem, der lever deres eget liv i vores krop udenfor vores bevidsthed. Det vil jeg forsøge at komme tættere på og gøre mere konkret i denne uge.

Jeg går helt bogstaveligt i nærstudie her og bruger min egen krop som medie. Den er lige ved hånden, og det er jo det, det hele handler om her. I sidste uge citerede jeg Merleau-Ponty for at sige, at 'forholdene mellem min beslutning og min krop under bevægelse er magiske'. Personligt har jeg længe undret mig over noget magisk i min dagligdag. Jeg sidder og skriver, og hænderne flyver hen over tastaturet. Jeg er helt optaget af de tankeprocesser, der finder sted i mig og forsøger at finde de rette ord og formuleringer til at udtrykke det. Det sjove er, at jeg aldrig som sådan har lært at bruge et tastatur. Det er bare fulgt med som et nødvendigt medie at betjene sig af. Hvis jeg bliver spurgt om, hvor de enkelte bogstaver befinder sig på tastaturet, så ved jeg ved ikke. Jeg kan ikke på stående fod svare på det. Alligevel bruger jeg dem flittigt og hver dag uden at tænke over det.

Det fører til den besynderlige erkendelse, at min krop ved, hvor bogstaverne er, men min bevidsthed ved det ikke. Engang må jeg jo have ledt efter bogstaverne og aktivt skabt forbindelser mellem min intention – at finde et konkret bogstav – og den fysiske handling, der overfører et tryk på en bestemt tast til et bestemt bogstav på skærmen. Men det fortaber sig helt, og nu betjener jeg mig af min krops viden, som udtrykker sig gennem mine fingres bevægelser på tastaturet. Merleau-Ponty kalder dette for aflejringer; en viden har aflejret sig i min krop, og denne min krop betjener sig af den

viden. Når jeg altså er optaget af mine intentioner om at formulere noget, ved min krop hvad den skal gøre. Min krop er ikke en genstand *udenfor mig selv*, som jeg først skal række ud efter med min bevidstheds intention. Min krop er *situeret* på et før-refleksivt niveau, dvs. i min interaktion med verden har den altid allerede orienteret sig og 'tænker' eller 'taler', før tankerne når min bevidsthed. Den er engageret i fortællingen. I min konkrete situation ved skrivebordet kan mine intentioner flyde direkte gennem mine fingres bevægelser.

Det er denne type konkrete iagttagelser af vores interaktion med verden, der fører Merleau-Ponty til den konklusion, at det ikke giver mening at adskille krop og bevidsthed. Det er en samvirkende enhed engageret i verden. Og alle vores erfaringer aflejrer sig i os og bruges af denne samvirkende enhed, som derfor også bevæger sig, forandrer sig, i takt med at nye erfaringer tager bolig i os. Merleau-Ponty formulerer det på en nærmest poetisk måde sådan her:

Sjælen og kroppens enhed (...) fuldbyrdes hvert eneste øjeblik i eksistensens bevægelse. (Kroppens fænomenologi, s. 30)

Vi kan gøre vores erfaringer til genstand for refleksion, dvs. bevidstgøre os om en række sammenhænge, og et væld af viden og erfaring vil ifølge Merleau-Ponty også altid ligge udenfor vores bevidstheds erobringsevne. Vi er ikke fuldstændig transparente overfor os selv og i forhold til vores interaktioner med verden.

Kroppen i samtalen

Hvad kan vi bruge den viden til?

Måske kan vi blive lidt klogere på, hvordan vi kan tænke kroppen med i de praksisser, hvor samtalen er det centrale. Uanset om vi arbejder med terapeutiske, vejledende eller på anden vis hjælpende samtaler, bruger vi sproget til at dele erfaringer, oplevelser, tanker og følelser. Vi er refleksive. Det er det, sproget kan for os med alle de muligheder og begrænsninger, der følger med. For der er altid en masse andet, der også taler med. Hvordan får vi det i tale?

En af de fælder som vi altid må forholde os til i samtalepraksis er den magt, som sproget udøver. Vi kan vist uden at overdrive kalde det for en ret dominerende kulturel norm i vores kultur, at sprog er godt. Der lever en forestilling om, at sprogliggørelse altid er af det gode. Vi skal 'tale ud', 'sætte ord på', 'italesætte'. Det refleksive er virkelig i høj kurs. Det fører den forestilling med sig, at dét, vi ikke kan sætte ord på eller som lever hinsides sproget, er et problem eller en uformåen, og at hvis vi bare kan hive det frem fra det sprogløse landskab og sætte ord på, bevidstgøre det, så bliver det godt. Udover det problem, at det skaber et ulige magtforhold mellem mennesker, der behersker sproget forskelligt, er det naturligvis noget vrøvl i sig selv, for der er meget i livet, der lever og udtrykker sig på andre måder end gennem sprog. Så uden på nogen måde at ringeagte værdien i at tale med hinanden, er det vigtigt også at være opmærksom på de begrænsninger og fælder, der også er. Det paradoks arbejder vi med, når vi arbejder med samtalepraksis – sproget som både magt og mulighed – og Merleau-Ponty kan med sin kropsfænomenologi inspirere os i dette arbejde.

Lad os blive konkrete: Jeg taler fx med en ung kvinde, og mens hun fortæller om en bestemt situation, hun har oplevet, bevæger hendes ene hånd sig op over hendes bryst og lægger sig tilrette ved kravebenet, mens hun taler. (Jeg laver her et generelt eksempel på baggrund af en række beslægtede situationer). Man kan sige, at hendes fortælling suppleres af hånden på kravebenet, som også 'taler med'.

Med min viden om kroppens pre-refleksive niveau kan jeg vide, at der er en mening.

Der er sammenhænge mellem hendes bevægelse, og det sted hun befinder sig med sin bevidsthed i fortællingen. Kroppen med-fortæller. Hvilke sammenhænge kan jeg ikke vide noget om, og det er ikke min opgave at begynde at fortolke det. Hvis jeg spørger hende, hvad det betyder, at hun gør den bevægelse, presser jeg så at sige det, der lever pre-refleksivt i hende, ind i det refleksive område, og jeg tager samtidig magten over det ved at antyde, at det må betyde noget bestemt. Det kan betyde alle mulige ting. Kroppens fortællinger er ikke bestemte sandere og mere ægte fortællinger, som vi skal forsøge at afdække. Det er bare noget, som *også* er der, og som taler på en anden måde. Så hvordan inddrager jeg kroppens tale på måder, der ikke øver vold mod det sprog, den udtrykker sig i?

Afhængigt af det enkelte menneske, af relationen og af samtalen kan jeg gøre forskellige ting. Jeg kan vælge at invitere *flere fortællinger* – som jeg gennem bevægelsen fornemmer kommer tilstede – ind i samtalen ved at spørge mere detaljeret ind til hendes oplevelse af situationen eller jeg kan invitere *betydning* ind ved at spørge, hvad der er betydningsfuldt for hende i det, hun der fortalte om. På denne måde skabe åbninger mod noget, der også taler med, uden at slæbe det ind i den refleksive arena og afkræve det rapport. Jeg kan vælge at fortælle hende om min *iagttagelse* og lade det være op til hende, om hun får lyst til at knytte an og skabe sammenhænge. Det er den lidt nøgterne tilgang, der nok trækker bevægelsen ind i bevidstheden, men kun som en lille bemærkning og efterlader den der. Jeg kan 'gå med hende' i *den kropslige fornemmelse*, evt. gøre bevægelsen selv og mærke, hvilken kropslig fornemmelse det giver mig. Den er naturligvis ikke direkte overførbar, men at prøve at 'gå med' i fornemmelsen giver mig et godt udgangspunkt for at møde hende i et stemningsleje tæt på det sted, hvor hun er. I relationer, hvor der allerede er etableret god fortrolighed, kan jeg vælge at *bevidne kropsfornemmelsen* ved at fortælle hende om den fornemmelse, det giver mig at gøre det, og på den måde knytte an til fællesmenneskelige kropslige fornemmelser, som måske kan skabe åbninger i samtalen. Endelig kan jeg undlade at gøre noget og blot *tage den viden med* i den videre samtale.

Dette lille praksiseksempel blot for at antyde veje at gå med kroppens fortællinger i samtaler. Fortællingerne er mange, og de taler med på forskellige måder. Det pre-refleksive kan udtrykke sig gennem bevægelser, gestik, varme-kulde oplevelser, tonus/kropsspænding, en pludselig tavshed der bemægtiger sig os og en række andre forhold, der spiller med i vores interaktion med verden.

Som samtalepraktikere må vi finde måder at kommunikere med disse udtryk på, der bevarer dem som en integreret del af et menneskes væren i verden og som ikke nødvendigvis kan eller skal gøres til et refleksivt og altså bevidst anliggende. Nogle gange kan den rigtige kommunikation være at gå sammen, være tavse sammen, fortælle vittigheder, så man kan få grinet godt igennem, eller noget helt andet, som skaber sam-tale med de områder af os, som lever udenfor sproget.