

Telo kot subjekt in objekt: oblike subjektivnega telesnega izkustva

Vsi ljudje svet doživljamo telesno, ne glede na to, ali svoje telo smatramo za pomembno ali ne. Smo utelešena bitja in telo je primarna oblika, skozi katero izkušamo realnost ter se z njo srečujemo na svoj edinstven način. Včasih je telo v ospredju naše pozornosti in terja večino naše zbranosti, na primer ko telo-vadimo, pazimo na svoj korak pri hoji ali ko smo v bolečinah. Včasih pa je nekje v ozadju naših misli in komaj opazimo, da je tam, na primer ko delamo, igramo videoigre ali se z vso pozornostjo posvečamo kakšni nalogi in smo z mislimi osredotočeni na druge stvari. Intuitivno se torej zdi očitno, da lahko svoje telo izkusimo na številne načine.

Odnos do lastnega telesa lahko raziskujemo z različnih zornih kotov, a se bom v tem članku osredotočila izključno na različne oblike telesnega izkustva na predreflektivni in reflektivni ravni v danem trenutku. V ta namen bom obravnavala različne oblike¹ subjektivnega telesnega izkustva, kot jih opredeli Legrand (2007), ter skušala pokazati, da opazovanje lastnega telesa na *reflektivni* ravni ne implicira vselej, da telo izkusimo kot objekt, temveč ga pri opazovanju lahko izkusimo tudi kot subjekt. Slednje izkustvo izhaja iz drugačne vrste opazovanja. Naj izpostavim, da s tem besedilom ne želim izpodbijati oblik telesnega izkustva, kot jih opiše Legrand, temveč dodati pomembno razsežnost, ki pri njej umanjka.

Najprej bom predstavila oblike telesnega izkustva, kot jih opiše Legrand. Nato bom opisala svoj pogled na različne oblike opazovanja in pokazala, da telo med opazovanjem lahko izkusimo kot subjekt. Nazadnje pa bom svojo argumentacijo ponazorila s primerom profesionalnih plesalcev, na katerega se opira tudi Legrand, ko oriše različne oblike subjektivnega telesnega izkustva.

OBLIKE SUBJEKTIVNEGA TELESNEGA IZKUSTVA PO LEGRAND

Legrand (2007) na podlagi empiričnega in fenomenološkega raziskovanja samozavedanja sklepa, da obstajajo opazovalne reflektivne² in neopazovalne predreflektivne oblike samozavedanja, iz česar nato izpelje štiri oblike prvoosebnega izkustva telesa (493). Na eni strani spektra leži neprosojno (*opaque*) telo, kjer je telo zaznano kot objekt naše

pozornosti. V tej obliki doživljanja telesa je telo opazovano, torej »ne gledamo skozi [telo], temveč gledamo [telo] samo« (500, poudarek dodan). Na drugi strani spektra doživljanja telesa je nevidno telo, ki označuje stanje, kjer se telesa ne zavedamo in ga sploh ne izkusimo, kot na primer pri izgubi propriocepcije. Preostala dva načina telesnega izkustva se nahajata med tema dvema poloma in tako spadata v področje telesnega predreflektivnega samozavedanja, kjer doživljanje telesa prehaja med predreflektivnim izkustvom telesa (performativno

¹ Besedi »način« in »oblika« uporabljam kot sopomenki.

² Legrand (2007, 497) navaja, da se njeno opazovalno reflektivno samozavedanje sklada s tem, kar Pinku in Tzelgov (2006) opredelita kot zavedanje jaza kot objekta.

telo) ter predreflektivnim telesnim izkustvom sveta (transparentno telo).³ (500)

Performativno telo označuje izkustvo, ko je telo v ospredju našega doživljanja in ga izkušamo kot subjekt-agent, pri čemer je poudarek na izkustvu *telesa* na predreflektivnem, neopazovalen način (506). To obliko doživljanja telesa Legrand ponazori s primerom profesionalnih plesalcev, kjer je telo med plesom v ospredju, saj je pozornost usmerjena na gibe, vendar plesalec telesa ne opazuje od zunaj, temveč ima gibe ponotranjene in jih plesalec lahko izraža navzven (501–502). Telo je v tem primeru v ospredju doživljanja kot subjekt, vendar je telo še vedno izkušeno na predreflektivni ravni, saj pri tem doživljanju ni cilj zavestno opazovanje telesa, temveč je telo le sredstvo, ki izraža cilj izkustva – v tem primeru, nastopanje.

Nazadnje je tu še transparentno telo, kjer se pozornost usmerja na izkustvo sveta »na *telesen* način« (506, poudarek v izvirniku). Z drugimi besedami, izkustvo sveta je podano skozi to transparentno telo – »skozenj [gledamo] v svet« (504, poudarek v izvirniku). Tudi v tem načinu telo izkusimo kot subjekt, ki zaznava in deluje in ga izkusimo kot bit v svetu (504), vendar ni v ospredju našega izkustva, kar je način, na katerega večina ljudi izkusi svoje telo v vsakodnevem življenju. To pa še ne pomeni, da telo povsem izostane iz izkustva, temveč ga preprosto izkusimo v ozadju. Obema načinoma doživljanja telesa je skupno, da telo izkusimo na predreflektivni ravni, kjer ga ne zaznavamo kot »objekt identifikacije« (506),⁴ pri čemer je v izkustvu performativne-

ga telesa telo doživljano kot subjekt-agent, pri transparentnem telesu pa je telo izkušeno kot »subjekt, ki zaznava in deluje, torej kot da je v svetu« (504).

TELO, KI GA OPAZUJEMO IN IZKUSIMO KOT SUBJEKT

V tem poglavju bom skušala pokazati, da telo lahko izkusimo tudi drugače, kot je opisano zgoraj. Strinjam se z delitvijo možnih telesnih izkustev na reflektivne in predreflektivne, vendar menim, da reflektivno opazovanje lastnega telesa ne implicira vedno, da telo vselej izkusimo kot objekt, četudi to včasih velja. Predpostavljam, da telo lahko opazujemo in hkrati izkusimo kot subjekt v svetu, kar je pomemben dodatek k razčlenitvi po Legrand. Naj tudi izpostavim, da Legrand besede »opazovanje« ne uporablja dovolj jasno, saj jo, vsaj tako se zdi, bolj povezuje z vidom (uporablja na primer glagol *gledati* – *gledati* telo ali skozi telo (500)). Sama v nadaljevanju trdim, da obstajajo različne vrste opazovanja in da nekatere, ki niso odvisne od vida, *omogočajo zavestno opazovanje telesa kot subjekta*, ne samo kot objekta.

Ta percepcija subjektnega/objektnega je odvisna od zornega kota, s katerega gledamo na telo, tj. od središča začetka pozornosti in smeri, v katero pozornost nato potuje. Vsaj v naši kulturi opazovanje običajno povezujemo z vidom. Če ponazorim: ko pogledam navzdol v svoje telo, moja pozornost potuje od mojih oči na moje telo (oziroma njegovo površino). Svoje telo torej dojemam kot objekt, še zlasti če se zavestno osredotočam na to, kako naj ga premikam, kot na primer plesalci, ki se učijo nove koreografije. To se zgodi pri neprosojnem telesu in predstavlja metaforo, da samo, ko vidimo stvari, jih vemo ter razumemo (*knowing is seeing*) (Lakoff in Johnson 1980, 470).

Vendar lahko središče svoje pozornosti namerno preusmerim stran od svojih oči, in sicer tako, da ga umestim *znotraj* svoje- ga telesa ter ga usmerim v svet. Z drugimi

³ Legrand nadalje pravi, da obstajajo tri oblike izkustva: telo lahko izkusimo kot netransparentno, kot predreflektivno ali kot nevidno (500). Pri tem velja opozoriti, da v smislu telesnega samozavedanja govorimo o treh oblikah, vendar se predreflektivno izkustvo dalje deli na performativno in transparentno telo (torej imamo štiri načine telesnega izkustva). Moje mnenje je, da reflektivno telesno izkustvo ne implicira vselej, da telo izkusimo kot objekt.

⁴ Ta dva načina obravnavam kot skladna razlikovanju med telesnimi občutji v ospredju in tistimi v ozadju, kot ga opredeljuje Colombetti (2011). V obeh primerih gre namreč za izkustvo na predreflektivni ravni, pri čemer se telesna občutja nahajajo bodisi v ospredju bodisi v ozadju. Podobno se pri performativnem telesu telo nahaja v ospredju, pri transparentnem telesu pa v ozadju našega predreflektivnega izkustva.

besedami, pozornost se prične *znotraj* mojega telesa, na primer v abdominalnem predelu, in nato potuje v smeri proti zunanjemu svetu. Čeprav je na ta način pozornost usmerjena v svet, se *istočasno* zavedam telesa, saj pozornost izvira iz telesa in torej prežema tako telo kot svet. Natanko ta sprememba lokusa ustvari izkustvo telesa kot subjekta, saj telesa več ne opazujem iz mesta vida, temveč iz njegove lastne notranjosti. Na tak način lahko telo še vedno zavestno opazujem. Še vedno se lahko zavestno osredotočam na svoje gibe, vendar če se pozornost prične *znotraj* telesa, slednje ni več objekt. To je dodatek stališču Legrand, ki pravi, da telo lahko izkusimo kot subjekt le na predreflektivni ravni, in sicer v načinu bodisi performativnega bodisi transparentnega telesa. Vidimo, da je telo tudi na reflektivni ravni možno doživljati kot subjekt. možno na reflektivni ravni tudi doživljati telo kot subjekt.

Za nadaljnjo razpravo vzemimo Merleau-Pontyjev primer roke, ki se dotika in je hkrati dotaknjena, na katerega se v svoji razpravi opre tudi Legrand. »Če lahko z levo roko otipam desno, medtem ko se ta dotika nekega objekta, potem desna roka-objekt ni desna roka, ki se dotika nekega objekta [...]« (Merleau-Ponty 2006, 109) Legrand izkustvo dotaknjene roke enači z zavednim opazovanjem, izkustvo dotikajoče roke pa s predreflektivnim telesnim zavedanjem: celotno telo je v primeru rok doživljano kot »subjekt izkustva in ga kot takega izkusimo« (2007, 499). Če ta primer pogledamo nekoliko podrobneje, lahko vidimo, da gre predvsem za relacijo oziroma odnos, ki se vzpostavi med dotikajočo se in dotaknjeno roko. Dotikajočo roko doživljamo predreflektivno, saj v vsakdanjih okoliščinah gibanje telesnih delov ni izvedeno zavedno preko refleksije, kar Gallagher imenuje performativno zavedanje. Ne mi treba zavestno razmišljati, da so to *moje* roke, ki se premikajo (Gallagher 2005, 74). Tu bi vseeno dodala, da dotikajočo roko izkusimo kot dotikajočo, ker se tam prične delovanje, tj. tam se prične pozornost, ki nato potuje drugam.

V primeru dotaknjene roke, kot jo opišeta Merleau-Ponty in Legrand, lahko razumemo, zakaj jo doživimo kot objekt, saj jo opazujemo in se z drugo roko namerno premikamo proti njej. Pri tem pa moramo vseeno premisliti, da v našem običajnem izkustvu ne razmišljamo ali opazujemo telesa zmeraj tako natančno. Iz tega razumevanja bi bilo možno, da je dotaknjena roka doživljana predreflektivno in ne nujno reflektivno – v tem primeru dotaknjena roka ni doživljana kot objekt, če je izkušena na predreflektivni ravni –, obenem pa tudi kot subjekt, če sledimo argumentu Legrand, da telo na predreflektivni ravni doživljamo samo kot subjekt. Vendar dotaknjene roke ne doživljamo na enak način kot dotikajočo roko, saj se relacija dotikanja subjekt-objekt med njima še vedno ohranja, četudi na predreflektivni ravni, a ni smiselno, da obe doživljamo kot subjekt. Iz tega sledi, da je možno, da je dotaknjena roka na predreflektivni ravni še vedno opazovana in doživljana kot objekt na predreflektivni ravni, tako da ni nujno, da je roka opazovana samo na zavestni, reflektivni ravni.

Prav zato trdim, da pri izkustvu telesa kot subjekta ali objekta štejejo prav relacija ter izvor in usmeritev pozornosti, ne pa zgolj samo opazovanje ali refleksija. Zato se zdi, da je tudi popolnoma možno, da telo opazujemo in ga hkrati doživimo kot subjekt, če je relacija usmerjena iz telesa ven na zunanji svet na reflektivni ravni. Tu je lahko telo še vedno opazovano, saj pozornost iz centra telesa prežema telo, vendar ker je akter, ki ima relacijo do sveta kot objekta, je še vedno doživljano kot subjekt.

Tako se zdi, da če izhodišče opazovanja premaknemo z zunanjega pogleda na notranje izkustvo telesa, opazovanje telesa lahko izvedemo, ne da bi ga hkrati popredmetili – istočasno lahko telo živimo in opazujemo, pri čemer moramo dodati, da je raba izraza »opazovanje« (*to observe*) mišljena v smislu »opaziti« (*to notice*) in ne striktno v smislu »gledati« (*to watch*), kar bi lahko narobe sugeriralo, da je edini način opazovanja nujno

vezan na vid in ne tudi na ostala čutila. Zaradi spremembe izvora pozornosti se spremeni relacija opazovanja telesa in posledično odnos subjekt-objekt.

Iz tega sledi, da je izkušnja dotikajoče roke kot opazovane možna, četudi ni pogosta. Tu bi lahko oporekali, da ne moremo govoriti o opazovalnem izkustvu telesa kot subjekta, saj je komajda še podobno vsakdanjemu telesnemu izkustvu, kot ga doživlja večina ljudi. Vendar tako kot plesalci in neplesalci drugače izkusijo način performativnega telesa, kot ga opisuje Legrand (2007, 502), enako tudi tisti, ki so se izurili v različnih oblikah zavestnega opazovanja lastnega telesa, izkustvo opazovanja telesa kot subjekta občutijo drugače kot tisti, ki tega niso počeli. Vseeno pa gre za izkustvo telesa, ki ga lahko z vajo (npr. meditacijo ali plesom) okrepimo, in ne za izkustvo, ki bi bilo ljudem v celoti tuje.

Obstajata še dva dodatna razloga, ki govorita v prid tezi, da telesa ne izkusimo vselej kot objekt na reflektivni ravni in ga lahko dojemamo tudi kot subjekt. Prvi je, da termin »subjekt« oziroma »agent« implicira dejanje in dejavnost v svetu. Zdi se torej povsem mogoče, da telo izkusimo kot subjekt tudi na reflektivni ravni, pri čemer je telo eksplicitno prisotno v našem zavednem izkustvu, kar nato poveča občutek suverenosti (*agency*) v svetu. Na tem mestu bi lahko rekli, da osredotočenost na telo pozornost preusmeri stran od dejavnosti same. Odgovor pa se pravzaprav skriva v drugem razlogu, in sicer da trditev, da telo na reflektivni ravni dojemamo kot objekt, prinaša s seboj skrito predpostavko, namreč da se naš um ni zmožen zavedati več stvari hkrati. V bistvu pa ni razloga, zakaj se ne bi mogli hkrati zavedati sveta in telesa.

Še enkrat naj poudarim, da pri telesnem izkustvu vsekakor obstaja razlika med predreflektivno in reflektivno ravno. Vendar pa dihotomija subjekt/objekt sloni na izvoru in usmeritvi pozornosti ter njunem izmenjevanju, ne zgolj na refleksiji. Kot smo namreč ponazorili zgoraj, telo lahko izkusimo tudi kot subjekt na reflektivni ravni.

PLESALCI: IZKUSTVO TELESA

Nazadnje si na kratko oglejmo primer plesalcev, saj jih kot zgled navaja Legrand, poleg tega zanje velja splošno prepričanje, da telesno izkustvo poznajo bolje kot večina ljudi. Legrand v svojem besedilu trdi, da mora plesalec začetnik ali plesalec, ki se začne učiti nove koreografije, zavedno nadzorovati svoje gibe in položaj telesa, kar pomeni, da do telesa zavzema opazovalno držo. Deluje v načinu neprosojnega telesa. Izkušen plesalec na drugi strani uteleša ples, saj ima predreflektivno izkustvo telesa. (Legrand 2007, 501) Po mojem mnenju pa obstaja tudi stanje, kjer telo opazujemo in izkusimo kot subjekt, vendar je to odvisno od izvora in usmeritve pozornosti. Ko se plesalec uči plesa, se pravzaprav uči, kako gibe začutiti *od znotraj*. Z drugimi besedami, prehaja od tega, da telo gleda z očmi, k temu, da ga izkusi iz notranjosti. Kot mi je zaupal nekdanji plesalec:⁵ »Ko se učim koreografijo in si jo zapomnim, jo iz zunanosti prenesem v svoje telo; učim se, kakšen občutek ima.« Po drugi strani pa se zdi, da se med nastopanjem pozornost plesalca premakne v notranjost telesa:

»Kje ste z mislimi, ko že poznate ples? – V svojem telesu. Vendar ne posvečam pozornosti gibom, saj je to ločen program, ki se izvaja.«

»Vse je eno [glasba in telo] ... Lahko preprosto prideš in vklopiš program, nato pa samo čutiš telo.«

»Ko sem na odru, je moj namen ta, da nastopam. Osredotočaš se na to, kako izva-jaš ali pripoveduješ zgodbo glede na to, kje mora zgodba biti glede na koreografijo. Telo preprosto le opravlja vse to, je ločen program.«

Pri plesu pozornost ni usmerjena v gibanje, temveč v *občutenje* telesa in nastopanje. Menim, da se, ker je pozornost usmerjena na to, *kako telo občuti*, tu slednjega še vedno zavestno zavedamo (medtem ko je zaporedje gibov predreflektivno). To pomeni, da telo

⁵ Ta odsek je del osebnega intervjuja s Chrisom Blagdomom, nekdanjim profesionalnim baletnim plesalcem in inštruktorjem pilatesa.

izkusimo kot subjekt, saj občutenje telesa izvira iz njegove notranjosti. To zavedanje telesa občutimo tudi v vsakdanjem življenju:

»Ko sedim tu, čutim svojo medenico in da sem se tamle nagibal preveč naprej [...] tako da je veliko stvari, ko se pogovarjam z vami, se samo malo sprehajam od enega dela telesa do drugega ... – Torej se ves čas zavedate svojega telesa? – Ja, bolj ali manj ... Morda ne ves čas, vsekakor pa pogosto. Rekel bi, da vsak dan dobro polovico svojega življenja del svojih misli posvečam telesu.«

»Ga izkusite kot subjekt ali objekt? – Ja, kot subjekt, ne kot objekt. Gre za uzaveščenost ... Moje telo je zavestno bitje, ki ga naseljujem. – Ga lahko opazujete in vseeno izkusite kot subjekt? – Ja.«

Če sledimo informacijam, pridobljenim v tem kratkem intervjuju, se zdi, da je pozornost v vsakdanjem življenju vendarle usmerjena v zunanji svet, a hkrati obsega tudi izkustvo telesa na reflektivni način, saj je pozornost usmerjena na občutja telesa. Vseeno pa tu telesa ne gledamo, temveč ga čutimo od znotraj.

Namen tega prispevka je bil predstaviti, kako Legrand opredeljuje različne oblike subjektivnega telesnega izkustva, ter razširiti razumevanje opazovanja telesa razširiti z dejstvom, da zavestno opazovanje ne implicira, da telo vselej izkusimo kot objekt. Lahko ga tudi opazujemo in hkrati izkusimo kot subjekt. To smo ponazorili s primerom, da izkustvo telesa kot subjekta ali objekta določajo različne vrste opazovanja, natančneje mesto izvora pozornosti in njena usmerjenost.

REFERENCE

- Colombetti, Giovanna.** 2011. Varieties of pre-reflective self-awareness: foreground and background bodily feelings in emotion experience. *Inquiry: An Interdisciplinary Journal of Philosophy* 54 (3): 293–313.
- Gallagher, Shaun.** 2005. *How the body shapes the mind.* Oxford: Oxford University Press.
- Lakoff, George, in Mark Johnson.** 1980. Conceptual Metaphor in Everyday Language. *The Journal of Philosophy* 77, št. 8: 453–486.
- Legrand, Dorothee.** 2007. Pre-reflective Self-Consciousness: On Being Bodily in the World. *Janus Head* 9, št. 2: 493–519.
- Merleau-Ponty, Maurice.** 2006. *Fenomenologija zaznave.* Ljubljana: Študentska založba.
- Pinku, Guy, in Joseph Tzelgov.** 2006. Consciousness of the self (COS) and explicit knowledge. *Consciousness and Cognition* 15, št. 4: 654–661.
- Urbančič, Maša.** Pogovor s Chrisom Blagdonom 12. aprila 2017. Zvočni zapis. Osebni arhiv Maše Urbančič.