

Izvirni znanstveni članek/Article (1.01)

Bogoslovni vestnik/Theological Quarterly 82 (2022) 3, 611—621

Besedilo prejeto/Received:09/2022; sprejeto/Accepted:10/2022

UDK/UDC: 17:159.942

DOI: 10.34291/BV2022/03/Centa

© 2022 Centa Strahovnik, CC BY 4.0

Mateja Centa Strahovnik

Spoznavna vloga telesnih občutkov, resonanca in odtujenost¹

Cognitive Role of Bodily Sensations, Resonance, and Alienation

Povzetek: Martha C. Nussbaum in tudi mnogi drugi zagovorniki kognitivne teorije čustev dodeljujejo telesnim občutkom in občutjem zgolj sekundarno vlogo – so nekaj, kar čustva bolj ali manj po naključju spremlja, vendar niso sestavni del čustev. V prispevku se s tem pogledom ne strinjamo: raziskati želimo, na kakšen način bi lahko telesne občutke in občutja vseeno razumeli kot vrsto spoznanja – in bi kot taki tvorili podlago za sam spoznavni gradnik čustva. Izpostavljamo štiri možne načine, kako lahko telesni občutki igrajo vlogo spoznavnega gradnika in tako na neki način oblikujemo razširjeno kognitivno teorijo čustev. Takšna razširjena teorija se dobro dopolnjuje oz. nadgrajuje z vidiki dela Hartmuta Rose na temo resonanca in odtujitve, ki zajema tudi odnos med telesom in čustvi.

Ključne besede: kognitivna teorija čustev, telesni občutki, resonanca, odtujenost

Abstract: Martha C. Nussbaum and many other representatives of the cognitive theory of emotions assign bodily sensations and feelings only a secondary role; it understands them as something that more or less incidentally accompanies emotions but is not a necessary part of emotions. In the article, we do not agree with this view or, better said, we want to investigate in what way we could understand the body and bodily sensations as a type of cognition. Understood in this way, bodily sensations could form the basis for the constitutive cognitive part of emotion itself. Finally, we highlight four possible ways in which bodily sensations can play the role of a cognitive component of emotion and thus propose an extended cognitive theory of emotions. In conclusion, we use Hartmut Rosa's theory of resonance and alienation to highlight how his views on the relationship between the body and emotions complement the extended cognitive theory of emotion.

Keywords: a cognitive theory of emotion, bodily feelings, resonance, alienation

¹ Prispevek je nastal v okviru raziskovalnega projekta „Kognitivna teorija čustev v kontekstu teologije čustev: telesni občutki, spoznanje in moralnost (Z6-2666)“ in raziskovalnega programa „Etično-religiozni temelji in perspektive družbe ter religiozija v kontekstu sodobne edukacije in nasilje (P6-0269)“, ki ju sofinancira Javna agencija za raziskovalno dejavnost Republike Slovenije.

1. Uvod

V vsakdanjem življenju čustva pogosto tesno povezujemo s telesom in telesnimi občutki – vsaj v smislu, da čustva spremljajo telesnost ali pa da čustva na neki način (za)čutimo v telesu. Na teoretični ravni je uveljavljenih več različnih teorij čustev (Johnson 2015), od katerih nas bo v prispevku zanimala kognitivna teorija čustev, ki vsaj na prvi pogled telesnim občutkom pri čustvih ne pripisuje bistvene vloge. Najbolj neposredna pot, kako lahko v okviru kognitivne teorije čustev razumemo telesne občutke, je, da so telesni občutki zavestne zaznave, ki jih ima posameznik glede svojega telesa.² Eno izmed odprtih vprašanj je, kakšno vlogo imajo ti telesni občutki pri čustvih in čustvovanju.

Glede vloge vidika telesa in telesnih občutkov si nasproti stojita dve temeljni vrsti teorij čustev oz. teorij čustvenega procesa. Prve, nekognitivne teorije čustev telesne občutke razumejo kot gradnik čustev – zanje so čustva zgolj nekakšna percepcija tega, kar se dogaja v naših telesih kot posledica nekaterih zunanjih dražljajev (James 1884; Prinz 2004). Na drugi strani pa so kognitivne teorije čustev, ki čustva razumejo kot nekaj, kar se oblikuje na podlagi vrednostnih prepričanj, ocen ali vrednostnih sodb – zato tudi oznaka kognitivne (Solomon 1988; 1993; 2007; Nussbaum 2001). Te teorije dodeljujejo telesnim občutkom zgolj sekundarno vlogo – so nekaj, kar čustva bolj ali manj po naključju spremlja, vendar pa ne nujni sestavni del čustev (Nussbaum 2001, 56–64). Enako čustvo lahko namreč pri različnih ljudeh vodi do različnih telesnih odzivov ali pa sta dve različni čustvi povezani z enakim telesno-izkustvenim občutjem. Prednost kognitivnih teorij je, da lahko razumevanje čustev in čustvovanja bolje pojasnijo in poglobijo, obenem pa ponujajo možnost kultiviranja čustev (Nussbaum 2001; Centa 2019). Vseeno pa se zdi, da bi bilo smiselno najti način, kako v njihovem okviru telesu in telesnim občutkom poiskati ustrezno mesto.

V prvem delu prispevka bomo najprej raziskali kritike kognitivne teorije čustev glede vidika vloge telesa in telesnih občutij, da bi našli oporne točke za nadgradnjo oz. dopolnitev te teorije. Kritike so si enotne zlasti v tem, da razumejo telo oz. telesne občutke kot pomembne gradnike čustva – ne glede na to ali so ti gradniki razumljeni kot kognitivni oz. spoznavni ali ne (Furtak 2010; Barlassina in Newen 2013; Ben-Ze'Ev 2004). V našem prispevku se bomo osredotočili predvsem na različico kognitivne teorije čustev, ki jo zagovarja Martha Nussbaum;³ njeno različico teorije namreč razumemo kot eno izmed najbolj razširjenih in kot tisto, ki v največji meri ponuja prostor za kultiviranje čustev. Strinjamo se z Nussbaum, da je razumevanje in kultiviranje čustev pomemben korak pri vzpostavljanju dobrega življenja posame-

² Seveda lahko izpostavimo še druge vidike telesnosti, ki niso neposredno povezani z našo neposredno zavestno zaznavo – na primer pritisk stola na naš hrbet ob sedenju ali druga dogajanja v našem telesu, ki se jih neposredno ne zavedamo.

³ Nussbaum trdi, da je bistveni del čustvenega procesa vrednotenje – to pomeni, da nekognitivni elementi, kot so telesni občutki, niso nujni elementi oz. gradniki čustev (2001, 56–64). Po njenem mnenju je temeljna značilnost kognitivnih teorij čustev kognicija oz. spoznanje. Spoznanje je v tem pogledu najpogosteje opredeljeno kot vrednostna sodba. Čustva so kognitivna, ker nam omogočajo (pravilno oz. ustrezno) dojetje in vrednotenje sveta okoli nas. Zanimivo pa je, da Nussbaum izrecno zanika, da bi imeli telesni občutki in občutja pomembno vlogo pri naši prepoznavi ali določitvi čustev (2001, 57–58).

znika in širše družbe (Centa 2018). V nadaljevanju bomo zato v njenem delu *Vihre misli (Upheavals of Thought, 2001)*, v katerem avtorica razvija svojo neostoiško kognitivno teorijo čustev, najprej izpostavili mesta, kjer v svojih opisih in analizah čustvovanja vidik telesa sama neposredno omenja. Tu bomo ugotavljali, da kljub strogemu/čistemu sledenju njeni teoriji vseeno obstaja oz. je dopuščen prostor, kjer bi lahko pokazali, da telo oz. telesni občutki so pomemben gradnik čustev – in imajo spoznavno vlogo. Sledila bo sinteza in razširitev kognitivne teorije čustev na podlagi vsaj štirih možnih načinov, kako lahko telesni občutki odigrajo vlogo spoznavnega gradnika čustev. V zadnjem delu pa bomo takšno razširjeno kognitivno teorijo čustev povezali z vidiki resonance in odtujitve, kakor ju razume Hartmut Rosa. Opirali se bomo predvsem na njegove vidike in razumevanje (postavitve) telesa in čustev v svet, ki jih opisuje v osrednjem delu o resonanci (Rosa 2019).

2. Kognitivna teorija čustev in telesni občutki kot oblika spoznanja

Kognitivna teorija čustev trdi, da čustvo poleg drugih gradnikov (kot so predmet čustva, drža naperjenosti, vidik dobrobiti oz. srečnosti) vključuje spoznavni gradnik oz. del, ki je povezan z vsemi ostalimi gradniki – ti so le ‚povod‘. Vlogo spoznavnega gradnika igrajo prepričanja – a ne katera koli prepričanja, temveč tista prepričanja, ki zadevajo našo presojo pomembnosti oz. vrednosti predmeta čustva (Nussbaum 2001). Primer tovrstnega prepričanja ali vrednostne sodbe je »X je zame vreden«. Ključno vprašanje je, ali so lahko telesni občutki oz. telo nujen gradnik čustva in konkretnije, ali lahko igrajo vlogo spoznavnega gradnika. V prispevku torej raziskujemo vprašanje, kako lahko razumemo telesne občutke in občutja kot vrsto spoznanja, ki potem tvori podlago za spoznavni gradnik čustva. Prva pot, kako se odgovoru na to vprašanje približati, je pregled kritik kognitivne teorije Marthe Nussbaum. Te kritike izhajajo tako iz kognitivnih teorij čustev kot tudi iz nekognitivnih teorij čustev. Vsem je skupno, da vlogo telesnih občutkov vidijo drugače kot Nussbaum – da so torej telesni občutki in zaznave bistveni del čustev. Druga pot pa je obravnava nekaterih mest, kjer Nussbaum v svojih opisih in analizah čustvovanja vidik telesa neposredno omenja sama.

2.1 Kritike

V uvodu smo omenili, da obstajata dve temeljni vrsti teorij čustev oz. teorij čustvenega procesa, ki si pri vlogi vidika telesa in telesnih občutkov nasprotujeta. Kognitivne teorije čustev telesnih občutkov ne razumejo kot bistvenih delov čustva, nekognitivne pa jih; v nekaterih primerih jih s čustvi celo enačijo. Zato je za ustrezno določitev vloge in pomena telesnih občutkov in občutij pomembno upoštevati poglede obeh vrst teorij. Najprej je tu teorija čustev kot neposrednega intuitivnega odziva (angl. *gut-reaction*), kakor to razume eden izmed vidnejših zagovornikov nekognitivne vrste teorije čustev Prinz (2004). Ta teorija se osredotoča na telesne občutke kot glavne gradnike čustev. Prinz trdi, da so čustva neko-

gnitivna. Temelje za takšno razumevanje čustev je sicer postavil že William James (1884) – v smislu, da moramo čustva razumeti kot posledico zaznavanja telesnih sprememb, ki jih nekateri dražljaji povzročajo ali sprožijo v nas. Ko zaznamo dražljaj (npr. nevarnost), se naš telesni odziv (npr. tresenje, povečan srčni utrip) sproži samodejno, refleksno, čustveni odziv pa je zgolj zavedanje teh telesnih odzivov (strah). Takšen pogled na čustveni proces zahteva telesni odziv kot nujen pogoj, da se čustvo pojavi (James 1884, 193). Prinz podobno trdi, da so čustva duševna stanja, ki jih povzročajo povratne informacije telesa. Od Jamesa se razlikuje po tem, da vzpostavlja razliko med tem, kar duševno stanje dejansko zaznava, in med tistim, kar predstavlja. Prinz trdi tudi, da so čustva lahko tako zavestne kot tudi nezavedne zaznave telesnih sprememb, medtem ko James meni, da so čustva zavestne percepcije telesnih sprememb (Barlassina in Newen 2013, 644).

Prinzova in predhodne teorije (James-Lange teorija) naletijo na več težav – med njimi tudi te, da se zdi, da je na podlagi telesnih sprememb razliko med enim in drugim čustvom težko ali celo nemogoče pojasniti in da tudi ne moremo jasno razlikovati med čustvi in drugimi telesnimi duševnimi stanji. Prav tako je težko ustrezno pojasniti naperjenost čustva na določen predmet. In nenazadnje, kako razložiti višja čustva – kot npr. krivda in sram, ki vključujeta tudi miselne gradnike oz. prepozicionalne naravnosti (Barlassina in Newen 2013, 641). Barlassina in Newen se sicer strinjata z osnovno teorijo Prinza, da so telesne spremembe pri oblikovanju čustva bistvene, ne strinjata pa se z delom teorije, ki trdi, da so čustva v celoti sestavljena le iz zaznav telesnih sprememb (640) in da kognitivnega dela ne vključujejo. Zato predlagata razumevanje, da so čustva sestavljena iz telesnih zaznav in predstav oz. prepričanj o zunanjih predmetih (dogodkih, stanjih stvari) (641–642).

Rick Anthony Furtak (2010) izpostavlja prednosti in slabosti razlag čustev v okviru kognitivnih in nekognitivnih teorij čustev. Osredotoča se zlasti na vključevanje telesa in telesnih občutij v opredelitev čustev oz. kako to različne teorije razumejo in predlaga skupno pot – združitev obeh teorij, ki bi čustva razložila najboljše. Tako kognitivne teorije kot njihovi nasprotniki vsak zase namreč trdijo, da imajo dovolj dokazov, da ostajajo v okviru svoje teorije kot pravilne. Na eni strani se zagovorniki kognitivne teorije naslanjajo na Damasijeve raziskave, predstavljene v knjigi *Descartes' Error* oz. *Kartezijeva zmota*, kjer ta trdi, da so čustva prav toliko kognitivna kot vse preostale (raz)umske dejavnosti (1994, xv; 159). To vsekakor podpira idejo zagovornikov kognitivnih teorij čustev, da so vrednostne sodbe bistveni gradnik čustva (Nussbaum 2001, 114–117; Solomon 2007, 166). Na drugi strani pa je nevroznanstvenik Joseph LeDoux; ta v svoji raziskavi, predstavljeni v delu *The Emotional Brain* (1996), dokazuje, da so čustva od kognicije ločen proces – in sicer zaradi njihovega ‚hitrega in nenadzorovanega‘ afektivnega odziva na dražljaj. To se sklada v nekognitivnimi teorijami, ki čustva razumejo kot nemiselne telesne odzive, ločene od višjih in počasnejših oblik kognicije (Prinz 2004, 34).⁴

⁴ Do takšnih razlik v raziskavah naj bi prišlo zaradi razlike v raziskovalni metodi pri teh dveh nevroznanstvenikih (Furtak 2010). Damasio se je osredotočal na ljudi, ki imajo omejeno čustvovanje ali so ga zaradi poškodb različnih delov možganov izgubili. Odkril je, da so poškodbe amigdale ali prefrontalnega korteksa zmanjšale občutenje čustva do te stopnje, da je bilo okrnjeno tudi njegovo razumevanje. Zato je

Furtak trdi, da še vedno ostaja izziv, kako pojasniti na eni strani preprost telesni odziv, ki ga je povzročil denimo steber požarnega hidranta, ki ga v prvem trenutku zaradi določene oblike zamenjamo za žival. Na drugi strani pa imamo primer, ko npr. ob nenadnem srečanju z osebo, s katero smo bili nedavno v sporu, doživimo močno telesno reakcijo (npr. nas strese) in obenem izkušnjo, pospremljeno z več mislimi. V tem primeru odziv sproži veriga prepričanj in sodb, medtem ko pri prvem primeru teh prepričanj oz. tovrstne kognitivne aktivnosti ni. Zagovorniki kognitivne teorije čustev oba primera pojasnjujejo tako, kot da ni pomembno, v katerih delih možganov se prižigajo nevroni v prvi ali drugi situaciji, saj se v obeh primerih na zaznavo nevarnosti odzove ves organizem – kar dokazuje naperjenost na določen predmet, ki jo lahko označimo kot kognitivni odziv (Furtak 2010, 54). Furtak nato navaja še niz drugih primerov,⁵ vendar že na podlagi obeh predstavljenih lahko zaključimo, da je vloga našega telesa pri čustvenih izkustvih tako močna, da je ne moremo izključiti ali zanemariti. Pri nekaterih čustvenih izkustvih pa je določen telesni odziv celo nujen, da se sploh čustvo pojavi. Torej bi bilo nujno pripoznati oboje – da so čustva naperjena in da obenem vključujejo telesno vzdraženje (55). Zato Solomon in Nussbaum, ki trdita, da so telesni občutki zgolj nebitveni dejavniki čustva, ki ne morejo pomagati niti pri določanju, za katero čustvo gre, zagovarjata premočno ali preozko obliko kognitivne teorije. Značilni vzorci telesnih odzivov, ki so povezani z posameznimi čustvi, ne morejo biti kar tako odpravljeni kot nekaj povsem zunanjega – in kar čustvo spremlja zgolj po nekem naključju (55).

mogoče sklepati, da sta čustvovanje in kognicija tesno povezana – in ne dva ločena sistema (Damasio 1994, 175; 200–201). LeDoux pa je po drugi strani proučeval vedenje podgan in njihov nevrobiološki odziv na nenaden zvočni signal. Ker so podgane na ta zvok reagirale neverjetno hitro, je zaključil, da tako hiter odziv podgan nakazuje, da so v možganih delovale le subkortikalne nevrnske poti. To ugotovitev je prenesel na primer pohodnika, ki na svoji poti nenadoma zagleda kačo. Reakcija, ki je strah in povzroči umik ali zamrzitev pohodnika, vključuje hitro pot do amigdale in šele nato sledijo ostali procesi v drugih delih možganov, ki so del procesiranja dražljaja (LeDoux 1996, 150–166). Prinz tako na podlagi tega primera strah razume kot nekaj, kar se lahko pojavi brez kognitivne dejavnosti. »Če občutimo strah brez posredovanja neokorteksa, potem lahko občutimo strah, ne da bi to vključevalo kognitivno dejavnost.« (2004, 34) Furtak zato trdi, da lahko ta raziskava zagovornikom kognitivne teorije predstavlja izziv in je vredno raziskovati naprej, vendar hkrati tudi izpostavlja (in se strinja z drugimi raziskovalci), da je težko sklepati iz omejenih podatkov, pridobljenih iz raziskav na podganah (za podrobnejše raziskave in avtorje glej Furtak 2010). Pessoa prav tako trdi, da čustveni odziv vključuje združeno delovanje (angl. *coalitions*) različnih delov možganov, za katere pa ne moremo trditi, da so bili aktivirani zaradi telesnega vzdraženja ali kognicije (Furtak 2010, 53). Podobno trdi Edmund Rolls – da je subkortikalna pot, ki jo predlaga LeDoux, pri razumevanju čustvenega procesa manj verjetna oz. nepomembna, saj da je vsak zaznavni dogodek bolj kompleksen, kot pa le ‚dojemanje področij svetlobe‘ – kot npr. slišati znano melodijo ali prepoznati izraz na obrazu. To zahteva bolj kompleksne kognitivne procese, ki so povezani z različnimi nevrnskimi regijami (Furtak 2010, 53). Tudi LeDoux sam opozarja, da je amigdala povezana z doživljanjem celotnega organizma, in se moramo zato izogibati trditvam, da obstaja del oz. točna lokacija v možganih, kjer naj bi določeno čustvo nastalo.

⁵ Eksperimenti, ki vključujejo obrazne in somatske povratne odzive, nakazujejo, da je nekognitivna teorija čustev za razlago čustev primernejša, saj so ta opredeljena na podlagi telesnih stanj. Če so ljudje, ki so sodelovali v eksperimentu, zavestno odprli usta oz. so oponašali smeh z odprtimi usti, jim je bila predstavljena risanka bolj zabavna kot tistim, ki tega giba niso naredili. Ko pa je bil ob isti vsebini izraz na obrazu negativen, so bila tudi njihova čustva neodobravajoča (Furtak 2010, 54). Vendar pa tudi te raziskave niso popolnoma dokončne. Oseba lahko oponaša jezen obraz, pa to v njej jeze ali žalosti samodejno ne bo sprožilo. Podobno velja za različne povratne somatske informacije – npr. pokončna drža ni dovolj, da bi sprožila ponos, lahko pa ponos spodbudi tako, da spusti meje razlogov, zakaj bi ponos lahko občutili. Furtak navaja tudi mesto iz Aristotela, ko pravi, da če je telo osebe že v določenem npr. neprijetnem stanju, jo lahko v jezo ‚porine‘ že manjša provokacija (54).

Če povzamemo, lahko vidimo, da tudi posamezne vrste teorij znotraj sebe niso poenotene – in si zagovorniki med seboj nasprotujejo ali se izpodbijajo. Tako redno srečujemo tudi povsem kognitivne ali nekognitivne oblike teorij. Za teorije čustvenega procesa, posebej nekognitivno in kognitivno teorijo čustev, vidimo, da nista zares čisti v smislu, da bi imela ena ali druga najboljšo utemeljitev glede telesa in njegove vloge pri čustvih – že po tem, da je tudi znotraj teorij že razvitih več podvrst teorij. Kognitivne teorije čustev se nadalje delijo na teorije čustev kot vrednostnih sodb in na kognitivne teorije ocene, medtem ko nekognitivne teorije čustev ločimo na tiste, ki trdijo, da so nekognitivna vsa čustva, in tiste, ki trdijo, da je nekognitiven le del čustev (Johnson 2010; Centa 2017, 69–86). Robinson opredeljuje čustvo kot nekognitivno afektivno vrednotenje, ki se zgodi zelo hitro, avtomatično – in to zaradi organizma samega (Robinson 2004; Furtak 58–59). Nussbaum pa po drugi strani trdi, da so čustva vrednostne sodbe, kjer vrednotimo določen zunanji predmet, pomemben za naše dobro, ki pa je po njenem hiter, neizrazljiv in ga ne moremo nadzirati (Nussbaum 2001, 19–23). Solomon pojasnjuje, da njegova kognitivna teorija ne zahteva, da bi bila čustva namerna ali zavestna (Solomon 1988, 183–191), kljub temu pa se čustva pojavijo brez zavestnega razmišljanja (Furtak 2010, 58–59). Sabine Döring (2007) opisuje čustva kot afektivne zaznave, ki imajo intencionalno vsebino: čustvo vključuje določen pogled na svet – kako posameznik dojema svet. Čustvena inteligenca je posledično to, da stvari ustrezno vidimo – in ne, kako sklepamo. Furtak zato predlaga, da je treba premostiti vrzel med obema poglavitnima vrstama teorij čustev – in ustvariti prostor za teorijo, ki bo oba bregova povezovala (2010, 59–60). Ob rob dodajmo še kritiko kognitivne teorije čustev, ki jo podaja Arona Ben-Ze'Ev (2004). Z Nussbaumovo se sicer strinja, da telesni občutki in zaznave niso del definicije čustev. Ne strinja pa se, da občutki (angl. *feelings*) in motivacija ne bi bili del čustev, saj vsako čustvo spremlja prijeten ali neprijeten občutek – kar lahko enačimo z vrednotenjem. Vrednostna komponenta je tista, s katero lahko ločimo med različnimi čustvi, pa tudi med čustvom in drugim, nečustvenim stanjem. Ni pa ta vrednostna komponenta nujno enaka čustvu (455–457). Sklenemo lahko, da je mnogo kritik kognitivne teorije glede vidika skoraj neznatne vloge telesa in telesnih občutkov povsem upravičenih.

2.2 Analiza vidikov telesa pri Marthi C. Nussbaum in razširjena kognitivna teorija čustev

V razdelku izpostavljamo mesta v delu *Vihre misli*, kjer Nussbaum vidike oz. vlogo telesa – ko razpravlja o čustvih oz. njihovih gradnikih – omenja sama. Na podlagi teh podajamo analizo in širši oz. bolj splošen pregled tega odnosa, ki bi lahko predstavljal del bolj vključevalnega pogleda na bistvene (spoznavne) gradnike čustev. Eno izmed mest v omenjenem delu, kjer nastopajo telesni občutki oz. telo kot del čustvovanja, je primer, ko Nussbaum opisuje svoje doživljanje ob novici o resnih zdravstvenih težavah svoje mame. Opisuje, kako je tisto noč, ko je izvedela novico, sanjala svojo mamo v bolnišnici. Mama je ležala na postelji zvita in skrčena v položaju zarodka. Nussbaum jo je opazovala in ji ljubeče rekla: »Lepa

mamica.« V tistem trenutku je mama vstala iz postelje in je bila videti zopet mladostna in zdrava. Rekla je: »Drugi me morda že kličejo čudovita, vendar mi je bolj pri srcu, če me kličejo kot ti, lepa.« V tistem trenutku se je Nussbaum prebudila v solzah, saj je vedela, da je realnost drugačna. Njena mama je namreč nemočna in v oddaljenem mestu v bolnišnici umirala zaradi hujšega kooperativnega zapleta. Naslednji dan je Nussbaum odšla na pot z letalom, da bi mamu videla, preden bi ta umrla. Opisuje, kako je med letom domov po eni strani še vedno upala, da bo njena mama ozdravela, vendar se ji je po drugi strani pred očmi še pogosteje pojavljala podoba njene smrti. Kot pravi sama, se je njeno telo tej podobi sicer upiralo – telo je to misel na smrt zavračalo. Tresla se je zaradi napetosti ob resnici in grozeči misli o smrti. Čutila pa je tudi močno jezo ob mislih, kako so lahko zdravniki dopustili, da je do zapleta prišlo, kako se lahko stevardesa tako smeje, kaj bi lahko sama naredila, da bi to preprečila – in zakaj ni bila ob mami, ko se je to zgodilo.

Če analiziramo zgornji primer, lahko vidimo, da Nussbaum že sama opazi, da se je njeno telo ob misli na mamino smrt odzvalo drugače, kot pa so bile oblikovane njene misli. Ni sodelovalo z njeno presojo, da je mama že umrla. To se je lahko zgodilo iz več razlogov. Omenila je, da je imela še vedno upanje, da bo mama ozdravela in je morda telo bolj sledilo tej naravnosti. Še ena možnost je, da je telo v tisti situaciji vseeno na neki način ‚vedelo‘ resnico – to je, da je bila v tistem trenutku mama v resnici še živa. Občutek v telesu je tako v tem primeru igral vlogo spoznavnega gradnika in predstavljal temelj za upanje – drugače kot žalost in jeza, ki sta temeljili zgolj na njenih prepričanjih. Kdo bi sicer lahko ugovarjal, da v tem primeru to ni ustrezna interpretacija in da sta bili pač vključeni dve različni vrednostni sodbi (ena kot podlaga žalosti, druga kot podlaga upanju), pri čemer so takšno stanje spremljali določeni občutki v njenem telesu. Zato si oglejmo ta odnos na nekoliko bolj splošni ravni.

Razlikujemo lahko vsaj med štirimi možnimi načini, kako lahko telesni občutki igrajo vlogo spoznavnega gradnika. Prvi način je prisoten v primerih, ko se naše telo odzove drugače, kot so oblikovane naše misli, in v tem smislu predstavlja podlago za čustvo, ki je bolj ustrezno kot tisto, ki bi bilo oblikovano zgolj na podlagi zavestne vrednostne sodbe. Zamislimo si nekoga, ki je v gorah – pred zadnjim delom vzpona na vrh. Vendar je običajno pot odnesel plaz in tam je zdaj prepad. Pot je postala zelo nevarna, daljša in nepoznana. Njegova presoja je, da je pot vseeno varna. Vendar se v tistem trenutku začne tresti – postane ga strah, zato se ustavi in poti ne nadaljuje. Glede na to, kako si primer zamislimo, je ena možnost ta, da bi se pot zares končala tragično: da je bil vidik telesa tisti, ki je bistveno določil tako strah kot samo odločitev, kaj storiti. Telo podobno razumemo tudi kot spoznavni vir oz. vir informacij.

Drugi način je, da nas telesni občutki, ki oblikovanju določenega čustvenega odziva sledijo, opozorijo, da takšen odziv ni bil ustrezen. V tem smislu imajo telesni občutki vlogo opozorila oz. signala, da moramo prvotno oblikovano čustvo spremeniti. Npr. na zabavi srečamo osebo, s katero smo bili v preteklosti v sporu, ki smo ga razrešili – oz. smo osebi morda oprostili. Ko pa smo se z osebo ponovno srečali na zabavi, smo v telesu začutili določeno neprijetno občutje, ki nam je nakazalo, da tega spora še nismo zares razrešili, občutili smo celo strah ali pa jezo.

Telesna reakcija nam kaže, da prvotno čustvo umirjenosti ali veselja, ki smo ga ob razrešitvi spora občutili, ni bilo ustrezno. Tretja vloga telesnih občutkov je, da imajo ti vlogo nečesa, kar omogoča ustrezno vrednostno sodbo. Eden izmed primerov takšne situacije bi bil ta, ko nas telesni občutki spomnijo na določena dejstva ali prepričanja, ki bi sicer ostala izven domene prepričanj, na podlagi katere oblikujemo določeno vrednostno sodbo. Dodamo lahko tudi, da je morda v mnogih situacijah telo edina pot, da lahko takšna ozadna prepričanja postanejo zavestna.⁶ Npr. neko osebo je v otroštvu ugriznil pes in od takrat, kljub temu, da je imela s psi tudi (ali celo zgolj) pozitivne izkušnje, vsakič, ko se sreča s psom, vseeno doživlja strah. Četrty način pa je bolj posreden – telo je nedvomno nekaj, glede na kar so določene naše biološke potrebe. Ker je njihova zadovoljitev za nas pomembna oz. vredna, je pomembna za dobro življenje posameznika in njegovo uspevanje (Nussbaum 2000; 2001, 416–419). Razsežnost telesa je torej bistveno določilo vrednostnih sodb – naša celotna čustvena geografija je bistveno določena s telesom. Na podlagi naših temeljnih potreb ustvarjamo vrednostne sodbe in z njimi povezana čustva. Ena od potreb je potreba po varnosti (zavarovanju našega telesa in njegove integritete). Ko nas ob srečanju z medvedom postane strah in zbežimo, je gradnik našega strahu vrednostna sodba ali prepričanje, da nas medved ogroža oz. je ogrožena varnost našega telesa.

Če kratko povzamemo in pripoznamo zgornje štiri načine pomembnosti telesa in telesnih občutkov za čustva, potem smo oblikovali razširjeno kognitivno teorijo čustev, v okviru katere smo pokazali, da imajo lahko telesni občutki tudi spoznavno vlogo – in so torej gradniki čustev, ne pa nekaj, kar čustva (naključno) spremlja. Če povzamemo še kritike in pri tem upoštevamo prednosti srednje poti oz. boljše rečeno skupne poti, lahko z vidika kognitivne teorije čustev zaključimo takole: ko in če telesne občutke razumemo kot nujen del – spoznavni gradnik – čustev, s tem pripomoremo k njihovi bolj celostni razlagi in s takšnim razumevanjem čustev odpiramo pot do vpogleda v posameznikovo čustveno geografijo ter vidike za njegovo dobro življenje. Ta vpogled je boljši, kot bi bil brez vključitve telesnih občutkov.

Kognitivne teorije čustev v širšem smislu tako dopuščajo možnost, da so naša telesna občutenja o nečem ali nekom tako spoznavna kot tudi telesna hkrati. Tako sta telesni in spoznavni vidik (vrednostni vidik) združena kot dela oz. gradnika ene izkušnje. Sledili smo torej možnosti, da so čustveni odzivi vrsta intencionalnega zavedanja; nekaj, kar je med propozicijsko kognitivno sodbo (Strahovnik 2018, 306) in nekognitivnim telesnim občutjem. Več pristopov čustva razume kot na neki način kognitivna – to pomeni, da so čustva hkrati telesna in tudi premišljeni načini, kako posameznik občuti in razume svet. Kognitivno in telesno je združeno, razumljeno kot dva vidika ene čustvene izkušnje. Če to drži, lahko razumemo zagovornike različnih teorij čustev – kot npr. Prinz, ki zagovarja nekognitivno somatsko teorijo čustev, in na drugi strani Solomona in Nussbaum kot zagovornika kognitivne teorije čustev,

⁶ Nussbaum določeno vlogo pripisuje telesnemu spominu (2001, 36). Skozi leta namreč telo osvoji določene navade, zato se lahko v določenih situacijah zgodi, da naše telo odreagira drugače, kot si mislimo. Telo ima v tem pogledu spoznavno vlogo, vendar ne vključuje čustev, zato temu vidiku v prisp evku ne posvečamo posebne pozornosti.

ki jima je skupno to, da so čustva otipljivo telesna in v odnosu do sveta vključujejo razumsko oz. naperjeno/intencionalno vsebino. Oba niza avtorjev se v bistvu razlikujeta le po izhodišču – telesnem ali kognitivnem gledišču (Furtak 2010, 55–58).

3. Telo, čustvovanje, resonanca in odtujenost pri Hartmutu Rosi

V prejšnjem razdelku smo nakazali načine, kako lahko kognitivno teorijo čustev razširimo tako, da v vlogo spoznavnih oz. kognitivnih gradnikov samega čustva vključimo tudi telo in telesne občutke – in to ne zgolj kot nekaj, kar čustvo (narključno) spremlja. V tem zadnjem delu bomo na kratko izpostavili, kako lahko vse to povežemo z mislijo o resonanci in odtujenosti, kot jo razvija Hartmut Rosa. Pri tem se bomo omejili le na dva izmed teh vidikov, saj je Rosova teorija resonance po svojem obsegu precej bolj splošna, kot so teorije čustev, ki so osrednji del naše raziskave. Zanimalo nas bo, kaj za vidik telesa in telesnosti pomenita resonanca na eni in kaj odtujenost na drugi strani v okviru tako kognitivnih teorij čustev kot tudi kultiviranja naših lastnih čustev.

Prva stvar, ki jo lahko izpostavimo, je, da Rosa telesu in telesnim občutkom pripisuje izjemno pomembno vlogo. Glede na to ni dvoma, da naših čustev, njihovega oblikovanja, vloge in vrednotenja pravzaprav ne moremo ustrezno razumeti, ne da bi vključili tudi vlogo telesa. Že človekova umeščenosť v svet predpostavlja telo oz., kakor pravi Rosa, smo v svet postavljeni preko naših stopal (2019, 46). Na splošno pa ta umeščenosť vedno vključuje preplet fizičnih, družbenih, čustvenih in kognitivnih pomenov oz. temeljnih določil. Stik s svetom preko stopal z dodatkom težnosti vzpostavlja os – razsežnost ‚dol in gor‘, medtem ko usmeritev naših čutil temu dodaja razsežnost ‚spredaj : zadaj‘, ki predstavljata tudi dve najbolj osnovni razsežnosti. Nadalje se stik s svetom vzpostavlja preko kože (občutek, dotik, prijem, rovanje), ki deluje kot membrana med posameznikom in svetom, ki vzpostavlja odnos in pogoj resonance. Zaradi prenatalne prisotnosti tega stika in kože lahko rečemo, da je resonanca konstitutivna za samo vzpostavitev subjekta, ki v časovnem smislu vznikne šele kasneje. Koža je temeljna tudi z vidika, da »nihče ne more iz svoje kože«, pri čemer seveda v tem reku ni izpostavljena samo koža kot organ, temveč bistvena določitev, ki jo posameznik do sveta vzpostavlja (47–48).⁷

Če se premaknemo k vidiku čustev in čustvovanja, lahko najprej izpostavimo, da Rosa vidika spoznave oz. prepričanja in čustev razume kot tesno preletena. Naša prepričanja v pomembni meri sodoločajo naše izkustvo, vključno s čustvovanjem – in obratno: naša čustva, posebej pa tudi »čustveni temelj našega odnosa do sveta«, v veliki meri oblikujejo naša prepričanja ter raven ustreznosti

⁷ Rosa nadalje izpostavlja še druge vidike telesa in telesnosti, ki so za resonanco pomembni oz. celo bistveni – npr. pomen diha za prepoznavanje in sprejemanje čustev (2019, 54), pomen resonance za resonančni prenos čustev z enega telesa na drugega. Pomembno je tudi, kot opozarja Rosa, da sama izkustva resonance niso čustvena izkustva (78), lahko pa govorimo o čustveni resonanci, katere podlaga pa je zopet lahko samo telo in odnos s svetom, ki je posredovan preko telesa (95).

in smiselnosti, ki jim jo pripisujemo (2019, 13). Rosa tudi trdi, da je naš odnos s svetom – na podlagi katerega nato oblikujemo tudi naša čustva – vedno že določen s tem, da se nam svet kaže kot »prijeten, vabljen, ali pa prepovedan, nevaren ali odvraten« (110). Gre torej za to, da lahko rečemo, da so naša čustva sooblikovana na podlagi takšnega dojemanja sveta, ki je vrednostno določeno. Ni pa povsem jasno, ali bi lahko govorili o posebni vrsti vrednostnih sodb. Podobno se razkrije, če si ogledamo, kaj Rosa pravi o dveh temeljnih odnosih do sveta. »Kakor sem želel jasno ponazoriti, sta strah in želja kot dve temeljni obliki našega odnosa do sveta v izhodišču in neizogibno čustveni stanji, ki sta utemeljeni v izkustvenem telesu, ki pa se ne glede na to spreminjata in prekrivata s subjektivimi kognitivnimi prepričanji ter vrednostnimi držami, ki so same po sebi rezultat kulturnih svetovnih nazorov ter družbenih praks.« (2019, 120) Kognitivna razsežnost (prepričanja o tem, kaj v svetu je oz. obstaja) in ob njej vrednotenjska razsežnost (kaj je pomembno oz. vredno) skupaj tvorita t. i. kognitivno-vrednostni zemljevid. Hkrati sta zato odsotnost strahu ali želje znak odtujenosti, to je drže brezpomembnosti in umanjkanja povezanosti med posameznikom in svetom – vse to pa lahko označimo tudi kot spodletel odnos s svetom. Rosa še trdi, da čustev sicer kognitivni vpogledi, prepričanja ali ideje neposredno ne tvorijo, jih pa vsekakor sooblikujejo. Gre torej za posebno vrsto resonantnega sovplivanja med našimi prepričanji oz. kognitivnimi vpogledi ter našimi čustvenimi in telesnimi odnosi s svetom (125–126).

Poglejmo sedaj dve bolj specifični točki, kjer bomo razpravo povezali. Prva predstavlja vidik ustreznega ravnotežja med t. i. močnimi (vrednote) in šibkimi vrednotenji (želje). Resonančna izkustva so mogoča le v primeru ravnotežja med obojima. Če bi prednost pred željami vedno znova dajali zgolj močnim vrednotenjem – se pravi vrednotam oz. vrednotnemu zemljevidu –, potem bi takšnemu odnosu do sveta umanjkal vidik nas samih oz. »našega lastnega glasu« (Rosa 2019, 135). Umanjkal bi tudi vidik afektivnih izkustev ter telesnosti. Če to navežemo na razširjeno kognitivno teorijo čustev, vidimo, zakaj je tako pomembno, da pri čustvih telesu in telesnim občutjem damo ustrezno mesto – prav zato, da lahko vključimo najbolj neposredne vidike nas samih. Rosova misel razkriva pomembno pomanjkljivost ‚čiste‘ kognitivne teorije čustev in nam tako pomaga razumeti vlogo telesa. Če lahko telo in telesne občutke postavimo v ustrezen odnos do spoznavnega gradnika čustev, s tem v vrednostne sodbe vpletemo tudi naš lastni vidik oz. vidik nas samih. Načine, kako to povezavo vzpostaviti, smo analizirali zgoraj ob predstavitvi štirih načinov vpetosti telesa in telesnosti v vrednostni gradnik čustev. Telo in sodba zgolj na miselni ravni sta tako postavljena v dinamičen odnos – podobno kot Rosa govori o ravnotežju med našim notranjim in zunanjim glasom, med našim jazom in svetom (136).

Drugi vidik pa je vidik alienacije, odtujitve. Rosa z vidika telesa samoodtujitev vidi predvsem kot intrumentalizacijo oz. boljše uporabo telesa – in sicer posebej v smeri telesa in telesnosti v vlogi vira (ang. *resource*) za odnose in predpogoja za sam stik s svetom (2019, 104). Na primer, ko se naše telo (naše roke) uporablja za delo na polju, je v vlogi instrumenta za neko usmerjeno delovanje, medtem ko če z našimi očmi pri delu dvanajst ur na dan sledimo ekranu, so oči zgolj vir ali predpogoj za naše delovanje (104). Telo na ta način postaja nekaj tujega: pojavi se lahko izgore-

lost, ki je tipična za rabo telesa kot vira in ne za telo kot instrument (to vodi kvečjemu do poškodb ali zgaranosti). Takšna odtujenost od telesa (pogojena je lahko situacijsko, epizodična ali pa eksistencialna) pa potem vodi do več patologij (Globokar 2018, 548–555), vključno z občutki razkroja lastnega jaza. In če sledimo razširjeni kognitivni teoriji čustev, je obenem jasno, da takšna odtujitev od telesa vodi tudi do težav na področju čustev in čustvovanja. Telo ni več spoznavni gradnik naših lastnih čustev – telesnih občutkov ne moremo več razumeti kot obliko spoznanja. Rosa nas torej opozarja, da si lahko človek sodobnosti s to samoodtujitvijo od lastnega telesa zapre tudi pot do ustreznega oblikovanja svojih čustev.

Če zaključimo: zgoraj predstavljena vidika sta primer, kako Rosovo misel lahko uporabimo pri gradnji razširjene kognitivne teorije čustev. Tako dobimo po eni strani celovitejši vpogled v naravo čustev in čustvovanja, po drugi strani pa to lahko predstavlja tudi pomemben dodatni vir za razumevanje številnih patologij in izzivov sodobnega človeka – o katerih sicer obsežno govori Rosa.

Reference

- Barlassina, Luca, in Albert Newen.** 2013. The Role of Bodily Perception in Emotion: In Defence of an Impure Somatic Theory. *Philosophy and Phenomenological Research* 89, št. 3:637–678.
- Ben-Ze'Ev, Arron.** 2004. Review: Emotions Are Not Mere Judgments. *Philosophy and Phenomenological Research* 68, št. 2:450–457.
- Cannon, Walter B.** 1927. The James-Lange Theory of Emotion: A Critical Examination and Alternative Theory. *American Journal of Psychology* 39, št. 1:106–124.
- Centa, Mateja.** 2018. Kognitivna teorija čustev, vrednostne sodbe in moralnost. *Bogoslovni vestnik* 78, št. 1:53–65.
- . 2019. Umetnost življenja in kognitivno-izkustveni model čustev in čustvenosti. *Bogoslovni vestnik* 79, št. 2:425–456.
- Damasio, Antonio.** 1994. *Descartes' Error: Emotion, Reason, and the Human Brain*. New York: Putnam.
- Döring, Sabine A.** 2007. Seeing What to Do: Affective Perception and Rational Motivation. *Dialectica* 61, št. 3:363–94.
- Furtak, Rick Anthony.** 2010. Emotion, the Bodily, and the Cognitive. *Philosophical Explorations* 13, št. 1:51–64.
- Globokar, Roman.** 2018. Impact of Digital Media on Emotional, Social and Moral Development of Children. *Nova prisutnost* 16, št. 3:545–559.
- James, William.** 1884. What is an Emotion? *Mind* 9, št. 34:188–205.
- Johnson, Gregory.** 2015. Theories of Emotion. V: The Internet Encyclopedia of Philosophy. <https://iep.utm.edu/theories-of-emotion/> (pridobljeno 5. 7. 2022).
- LeDoux, Joseph.** 1996. *The Emotional Brain*. New York: Simon and Schuster.
- Nussbaum, C. Martha.** 2000. *Women and Human Development: The Capabilities Approach*. Cambridge: Cambridge University Press.
- . 2001. *Upheavals of Thought: The Intelligence of Emotions*. New York: Cambridge University Press.
- Prinz, J. Jesse.** 2004. *Gut Reactions: A Perceptual Theory of Emotion*. New York: Oxford University Press.
- Robinson, Jenefer.** 2004. Emotion: Biological Fact or Social Construction. V: Robert C. Solomon, ur. *Thinking about Feeling*, 28–43. Oxford: Oxford University Press.
- Solomon, C. Robert.** 1988. On Emotions as Judgments. *American Philosophical Quarterly* 25:183–191.
- . 1993. *The Passions: Emotions and the Meaning of Life*. Indianapolis: Hackett.
- . 2007. *True to Our Feelings*. Oxford: Oxford University Press.
- Rosa, Hartmut.** 2019. *Resonance: A Sociology of Our Relationship to the World*. Cambridge: Polity Press.
- Strahovnik, Vojko.** 2018. Spoznavna (ne)pravičnost, krepost spoznavne ponižnosti in mono-teizem. *Bogoslovni vestnik* 78, št. 2:299–311.