

Dino Manzoni
**FENOMENOLOGIJA
AFEKTIVNOSTI
S POSEBNIM OZIROM
NA RAZPOLOŽENJU
IN EMOCIJAH**

95-117

LEPA CESTA 39
6320 PORTOROŽ
MANZONI.DINOBK@GMAIL.COM

IZVIRNI ZNANSTVENI ČLANEK

UDK: 165.62:159.931/.936:159.942.53

::POVZETEK

FENOMENOLOŠKA ANALIZA KOT METODA sistematičnega raziskovanja doživljanja (ki ni introspektivno) zaobjema konkretno izkušnjo vedno že utelešenega in situiranega subjekta v svetu. Duševnost oz. zavest je tako konceptualizirana kot nekaj, kar vključuje (*intersubjektivni*) *življenjski svet*, kar pomeni, da si lahko doživljanja, razpoloženja in čustva *delimo*. Ta ne prihajajo niti od »znotraj«, niti od »zunaj«, marveč *smo skozi njih vpisani v svet* in nam tako svet razkrivajo – skozenj pa smo si kot čuteče-govoreča bitja dani. Afektivna stanja ne morejo biti samo ena izmed komponent naše duševnosti in jih ni mogoče ločiti od naše stvarnosti kot celote oz. kontekstualne situacije, v kateri jih doživljamo. Kot fenomeni se nam vedno že dajejo kot *pomenljivi* in v teh koordinatah strukturirajo naše *celostno doživljanje (sveta in samega sebe)*, tako da so neločljivi od percepcije, kognicije in vzgibov, ki nas potiskajo v delovanje. V socialnih situacijah afektivna stanja vzniknejo v interaktivnem (med)prostoru človeškega dogajanja. *Med razpoloženji in emocijami obstaja temeljna strukturna razlika.*

Ključne besede: Merleau-Ponty, Heidegger, emocije, občutja, razpoloženje, zaznava, psihologija.

ABSTRACT

PHENOMENOLOGY OF AFFECTIVITY WITH SPECIAL REGARD TO MOODS AND EMOTIONS

Phenomenological analysis as a method of systematic exploration of experience (which is not introspective) captures the concrete experience of an already embodied and situated subject in the world. Psyche or consciousness is thus conceptualized as something that includes an (intersubjective) life-world, meaning that we can share experiences, moods, and emotions. These come neither from the „inside“ nor from the „outside“, but through them we are inscribed in into the world and thus reveal the world to us – and through it we are given to ourselves as sentient and speaking beings. Affective states cannot be just one component of our psyche and cannot be separated from our reality as a whole or the contextual situation in which we experience them. As phenomena, they are always given to us as meaningful, and in these coordinates, they structure our holistic experience (of the world and of ourselves), so that they are inseparable from perception, cognition and impulses that push us into action. In social situations affective states emerge in the interactive (inter)space of human action. There is a fundamental structural difference between moods and emotions.

Keywords: Merleau-Ponty, Heidegger, emotions, feelings, moods, perception, psychology.

::UVOD

Fenomenološka analiza kot metoda sistematičnega raziskovanja doživljanja (ki ni introspektivno) zaobjema konkretno izkušnjo vedno že utelešenega in situiranega subjekta v svetu. Duševnosti oz. perceptivne zavesti tako ne moremo konceptualizirati kot nekaj, kar naj bi bilo zaprto v našo »notranjost«, marveč vključuje (skupni) življenjski svet (*Lebenswelt*) kot tak. Zavest je odprta proti svetu in stvarem sveta ter drugim subjektom in je za nas v prvi vrsti *razmerje* (ki je ontološko primarno), ki ga imamo s svetom, prek katerega nam je le-ta sploh dan – kar je obenem pogoj možnosti, da smo dani samemu sebi oz. da lahko do samega sebe vzpostavimo *odnos* in se tako lahko samemu sebi postavimo kot problem. Tako samo za govorčice bitje obstajajo takšni fenomeni, kot so tesnoba, melanholija in norost. Psihična sfera kot taka torej vedno že zajema fenomen sveta. Kakor pravi Heidegger (2005, 52), se fenomenološka obravnava »ne zapisuje niti kakemu določenemu ‚stališču‘ niti ‚smeri‘, saj fenomenologija – dokler sama sebe razume – ni in nikoli ne more biti ne eno ne drugo. Izraz ‚fenomenologija‘ pomeni primarno *pojmem metode*«. Fenomenologija torej ne določa, kaj se raziskuje oz. same vsebine ali predmeta raziskovanja, marveč sam *način* raziskovanja.

V svojem zadnjem delu *Kriza evropskih znanosti in transcendentalna fenomenologija* (2005, izvirknik 1936) Edmund Husserl nadaljuje obravnavo »okolnega sveta« iz svojih prejšnjih del. Natančna analiza in tematizacija okolnega sveta ga privede do tega, da ga poimenuje *Lebenswelt*. Za Husserla (2005, 68) je življenjski svet in njegova osmislitev »pozabljen temelj smisla naravoslovja«. *Lebenswelt* kot svet vsakdanjega izkustva (izkustveni, konkretni svet) je mogoče prevajati tudi z besedno zvezo »živeti svet«, kakor izpostavi Hribar (1993). Opozoriti moramo, da uvedba koncepta življenjskega sveta ne služi zanikanju objektivnega sveta, temveč nam izpostavi, kako svet *je za nas* kot za človeška bitja. Komaj na podlagi živetega sveta in možno kakršno koli raziskovanje in teoretiziranje, saj je ta primarno pomenski svet pogoj možnosti neke teorije kot teorije.¹ Res pa je, da velja tudi obratno, in sicer teoretiziranje, vednost in znanost skozi čas vplivajo na primordialni svet in so na takšen način neločljivi – čeprav so asinhroni – od življenjskega praktičnega delovanja in udejstvovanja v svetu (t. i. historični materializem).

Heidegger nadalje izpostavi življenjski svet kot temelj intencionalnosti, saj je izvorna intencionalnost bistveni način, *kako smo* kot ljudje, in sicer v nekem oziru izven samega sebe, *v svetu* in *imamo svet* (ki je obzorje vseh naših možnosti). Smo tvorci sveta in obenem smo v svetu, skozi katerega smo samemu sebi dani. *Svet kot pomenski horizont (možnosti) je enotnost celokupnosti* stvari. In vendar ni totalen, saj smo kot subjekti vselej vpisani v svet in ta točka vpisa je obenem središče sveta ter tisto, ki mu je zunanje – tisto, kar ni možno totalizirati. Heidegger v delu *Bit in čas* (2005, izvirknik

¹ »(...) tako kot vsaka fizična enačba predpostavlja *naše* predznanstveno, pristno izkustvo o svetu, ta referenca na *doživeti* svet pa sodeluje pri osnovanju njegovega veljavnega pomena« (Merleau-Ponty, 2006, 438).

1927) pravi, da strukturo sveta tvori pomenskost, le-ta pa je osnovana v razumevanju (*Verstehen*). Poleg slednjega sta enakoizvorna nosilna eksistencialna konstituensa še počutje (*Befindlichkeit*) in govor (*Rede*). Počutje je eksistencialni pogoj možnosti, da nas aficirajo stvari v svetu in drugi subjekti. V svetu se vselej že najdemo kot *umeščeni* v svojem bivanjskem okolju in *uprostorjeni*, tako da *imamo* in si ustvarjamo *svoj prostor*,² ki vzpostavlja možnosti našega delovanja. Tako Heidegger (2005, 89) pravi: »(...) bit-v v svetu je duhovna lastnost in ‚prostorskost‘ človeka, je kakovost njegove životnosti, ki je hkrati vedno ‚fundirana‘ v njegovi telesnosti.« Torej je »prostorskost« človeka drugačna kakor prostorskost golih predmetov, ki so navzoči, npr. prostorskost kamna, mize itn. Prav tako pa naša telesnost³ ni samo objekt kot druge navzoče stvari v svetu, temveč je pogoj in os naše eksistence, skozi katero nam je svet dan – kar razvija dalje Merleau-Ponty. Svet kot tak ni neka lastnost človeka, le-ta pa nima nekega sekundarnega razmerja do sveta (ne moremo si predstavljati samih sebe kot izolirane, brezsvetne subjekte, ki smo lahko izvzeti iz sveta), saj samo preko sveta lahko *smo* in so nam stvari dane kot stvari. Tako smo vedno že v razmerju s svetom, in sicer ne na način »objektivnega« odnosa do neke stvari v svetu (ne na način dveh stvari v prostoru, ki sta v nekem razmerju, niti nismo v svetu kot npr. v stavbi v prostorskem smislu), temveč v samem načinu naše biti, načinu, kako smo kot ljudje, kot *odnos* in kot *eksistenca*⁴ (lat. *ex-sistentia*, *dobesedno iz-postavljenost*) – kar pomeni, da smo vselej na nek način izven samega sebe in tako *imamo svet*. Za človeško bitje tako ni bistveno, da ima telo in duševnost, marveč da ima svet, ki se mu daje v zavesti, kar pomeni, da je od njega neločljiv. Zavest in jaz tako ne moreta biti nekaj »notranjega«, ki predstavlja, interpretira in pripisuje pomen zunanjim stvarim v svetu, marveč *smo kot jaz zavesti vselej izven samega sebe pri stvarih sveta in pred samim seboj* v načinu ekstatične (lat. *ex-tasis*) temporalnosti, kakor izpostavlja Heidegger v *Bit in čas*. Stvari sveta in situacije nas tako dobesedno vlečejo v delovanje. Ko npr. v parku vidimo drevo, *ne* vidimo predstave o drevesu, ampak neposredno *drevo kot drevo*, ki je v tem trenutku pred nami in se nam živo daje v zavesti. Če se nam to drevo daje kot lepo, nas pritegne in samodejno prisopimo k njemu oz. si ga ogledujemo tako, da zavzamemo najboljši položaj – kar povzroči, da se nam razkrijejo novi aspekti in perspektive čarov tega (pre)

² Prostor v fenomenologiji ni razumljen kot absolutno, univerzalno, uniformno in nespremenljivo področje (kot v Newtonovi klasični mehaniki), ki je dano nekemu raztelesenemu subjektu, marveč kot *heterogeni prostor*, katerega *naseljuje vselej že situiran in utelešen subjekt*.

³ Merleau-Ponty je sledil Husserlu in Heideggerju ter povezal fenomenologijo življenjskega sveta s percepcijo in telesnostjo. Zanj se raziskovanje zavesti začne s percepcijo, ki je epistemološko primarna in nam nudi primordialno odprtost v svet. Osnovna raven zaznavnega izkustva pa je gestalt kot smiselna celota. O svetu pa pravi naslednje (2006, 12): »Svet ni objekt, katerega tvorni zakon bi si lahko lastil, ampak je naravno okolje vseh mojih misli in vseh mojih izrecnih zaznav«. Za Merleau-Pontyja je tako svet kot tak nujno že predpostavljen v vsaki analizi objektivnega sveta. Zaznavanje se ne dogaja npr. v naši glavi, ko naj bi se s pomočjo možganskih procesov pripel pomen na neke zunanje objektivne podatke, predstavo, ki jo zajemajo naša čutila; marveč se zaznavanje in kognicija formirata v svetu, ki je vselej že pomenski in se nam kot tak daje v zavesti. Zavest oz. percepcija ni nekaj, kar se dogaja izključno v naši notranji duševnosti (ali v glavi), ampak se s pomočjo celotnega telesa, s katerim se vpisujemo v svet, proizvaja na presečišču subjekta in sveta – to presečišče pa šele omogoča tako subjekt kot svet. Je njun pogoj možnosti.

⁴ Za Heideggerja je »svet« konstitutivum človeka kot eksistence.

lepega drevesa. Tako je naš prvotni način delovanja v svetu *sovključen* v dogajanje in stvari sveta. Lahko pa si stvari tudi predstavljamo, reflektiramo in zavzamemo objektivno, indiferentno distanco do sveta in stvari v njem. Človeško bitje se torej konstruira kot *dinamičen odnos in proces* ter ne kot nekakšna statična vase zaprta stvar; Jaz, ki naj bi bil vselej prisoten, celostno določen in identičen s samim seboj.

Življenjski svet, ki nam je dan kot samoumeven, saj nam je najbolj »blizu« (je vedno že tu), nam je dan na podlagi izvirnega izkustva, ki ga vselej imamo. Tako Merleau-Ponty (2006, 11) pravi:

»Vračanje k stvarem samim pomeni vračanje v svet pred spoznanjem, o katerem pa spoznanje ves čas *govori* in v primerjavi s katerim je vsaka znanstvena določitev abstraktna, znakovna in odvisna, kakršna je tudi geografija v primerjavi s pokrajino, kjer smo se najprej naučili, kaj je gozd, travnik in reka.«

Ta predani svet nam torej nudi pred-logični temelj našega objektivnega znanstvenega spoznanja. In vendar nam je obenem dan kot *horizont*, »kot univerzalno polje vse dejanske in možne prakse«, kakor ugotavlja Heidegger (2005, 177). Horizont kot ena od temeljnih potez intencionalnosti se lahko spreminja in *napotuje* tako, da v sebi zajema in odkriva potencialnosti.⁵ Torej naša zavest vedno že tvori *horizont možnosti*, skozi katere se nam svet daje. Razumevanje (ki izhaja iz konteksta) pa te možnosti vselej *na novo izrisuje oz. izvrže na plano, predочи*. Ta karakteristika zavesti, ki omogoča odprtost in mnogoterost perspektiv ter načinov danosti, je ena od njenih bistvenih lastnosti. Ali drugače: *mundana zavest ni totaliteta, temveč je nezaključena in ji zato pripada možnost kot odprtost*. Ta odprtost pa je, paradokсно, obenem pogoj, da se se nam stvari v zavesti dajejo kot celostne, formirane in končne. Ali kakor pravi Merleau-Ponty (2006, 233):

»Sveta ne doživljamo, kakor da bi bil sistem odnosov, ki v celoti določajo vsak doživljaj, ampak v smislu odprte celote, katere sinteza ni nikoli dokončana. Tudi Jaza ne doživljamo v smislu absolutne subjektivnosti, ampak tako, kot da ga tok časa nenehno razstavlja in na novo sestavlja.«

Tako še samemu sebi nismo transparentni, saj je naše doživljanje vedno utelešeno in odvisno od situacijskega konteksta. Lahko rečemo, da *se samemu sebi razkrivamo – in obenem zakrivamo – skozi odzive na stvari sveta in si nismo dani neposredno tako, da vemo, kdo smo v nekakšni svoji notranjosti. Aspekti nas samih se nam razkrivajo in kažejo le skozi interakcijo in odnose z drugimi ter v odzivih na stvari sveta*. Merleau-Ponty pravi dalje (2006, 21):

»Fenomenološki svet ni svet čiste biti, ampak pomen, ki se pokaže v križanju mojih izkušenj in v križanju mojih izkušenj ter izkušenj drugega zaradi povezave enih z drugimi; je torej neločljiv od subjektivnosti in od intersubjektivnosti, ki se povezuje z oživljanjem mojih preteklih izkušenj v mojih sedanjih izkušnjah in z oživljanjem izkušnje drugega v moji izkušnji.«

⁵ Husserl v *Kartezijskih meditacijah* (1975, 88, izvirnik 1931) pravi takole: »Vsak doživljaj ima v méni povezanosti zavesti in v méni svojih lastnih faz potekanja spreminjajoči se *horizont* – nek intencionalni horizont napotil na njemu samemu pripadajoče potencialnosti zavedanja.«

Svet, ki nam je dan v zaznavanju, nam je dan intersubjektivno, kar je ugotovil že Husserl. Čeprav nam je nek doživljaj dan kot izvorno naš, je obenem naša zaznava odprta navzven v svet in njegov horizont, ki nam je (lahko) skupen oz. se združi z drugimi zaznavajočimi mundanimi subjekti. Naše zaznave so sovisne in naše perspektive se križajo s perspektivami drugih v sodoživljenem svetu. Tako pridemo do ene bistvenih tez našega članka, in sicer, da je *svet človeškega življenja je tako določen z nekim afektivnim prostorom, ki si ga delimo, ter s preteklostjo in prihodnostjo, zato je venomer tudi zgodovinsko-kulturni svet, ki vselej že uokvirja smisel stvari*. Splošni predmeti, kot so knjige, orodja, pripomočki, obleke in drugi proizvodi – celo kamen na polici ali v regalu –, niso samo goli predmeti, temveč se nam kažejo v pomenu, ki ga uokvirja neka historično-zgodovinska formacija. Da imajo ti objekti za nas sploh nek smisel, se moramo najprej naučiti oz. videti, kako jih drugi ljudje uporabljajo. V tem kontekstu Husserl pravi (1975, 144): »Otrok, ki stvari že vidi, dojame prvokrat, recimo, namembni smisel škarij, in od tega trenutka dalje vidi škarije kot take takoj na prvi pogled, seveda ne na podlagi razložene reprodukcije, primerjanja ali sklepanja.« Prav tako pa vaze, rezila ali pa glinene posode za pripravo hrane itd., ki jo npr. vidimo razbito na travniku, ne moremo zaznati kot gole stvari ali samo kot delce, ki imajo objektivne lastnosti (barvo, trdnost, maso), marveč vidimo prav vazo, nož ali posodo, ki ima specifični pomen ter služi določenemu namenu, in sicer skozi kulturno-zgodovinsko optiko.

Torej naša zaznava v resnici ni samo pasivna, marveč je aktivna (kakor je trdil že William James) na ta način, da samo sebe razvija in bogati prek *ustvarjalne receptivnosti*, s katero *oživlja svet*,⁶ kot pravi Merleau-Ponty. Koffka pa slednje opiše takole (1922, 558–559):

»Čutenje opisuje izkustvo, ki nam ne daje »mrtvih« kakovosti, ampak dejavne kakovosti. Na tleh ležeče leseno kolo za *videnje* ni enako kolesu, ki nosi neko breme.(...) Otroku se zdi, da se svetloba sveče spremeni, ko ga ta enkrat opeče: od takrat ne privlači več njegove roke in postane dobesedno odbijajoča.«

Zaznavanje tako naseljuje že nek smisel, ki zaseda bivanjsko razsežnost subjekta v svetu. Stvari v svetu nas vedno že nagovarjajo in privlačijo ali odbijajo. Večinoma nam ni treba razmišljati, kaj v okolnem svetu neka stvar *je* in kaj se z njo počne, da jo spontano uporabljamo. Telo prepozna, kaj pomenijo določeni znaki ter kako delovati in rokovati s stvarmi, ki so v naši neposredni okolici. Koffka pa v svojih *Nachelih gestalt psihologije* (1935, 3) povzema povedano:

»(...) v predznanstveni fazi se človek v situaciji vede, kot mu situacija narekuje. Preprostemu človeku se vsaka stvar daje *kot to, kar je*, in mu narekuje, kaj naj z njo počne: sadež pravi: ‚Pojej me‘; voda mu pravi: ‚Pij me‘; grom mu pravi: ‚Boj se me‘ in ženska pravi: ‚Ljubi se z menoj‘.«

⁶ Na neki umetniški razstavi se lahko barvne oz. likovne vsebnosti spreminjajo hkrati z našim premikanjem. »Oživljene z aktom uobličanja se izoblikujejo v zavest o sliki objekta in so realni sestavni deli te zavesti. In ob tem nikakor ne eksistirajo zgolj fenomenalno in intencionalno (kot pojavljajoče se in zgolj menjene vsebnosti), marveč dejansko« (Hribar, 1993, 28) – kar pa *ne* pomeni bivajoče zunaj zavesti.

::POJMOVANJE DUŠEVNOSTI

Merleau-Ponty v svojem delu *Otrokovi odnosi z drugimi* (2007, izvornik 1951) kritizira obstoječe psihološke teorije otrokovega razvoja in trdi, da je ena od ključnih predpostavk, ki ovirajo razumevanje vedenja subjekta (ki izhaja iz empirične metode opazovanja in tovrstne koncepcije sveta in subjekta), da klasična psihologija razume duševnost v okviru kartezijanskega dualizma, in sicer kot nekakšno »notranjo«, izolirano, privatno substanco, ki je posredno ter kavzalno povezana s telesom. V tem kontekstu Husserl pravi (2005, 284):

»Če svojo pozornost posebej usmerimo na »notranje«, duševno izkustvo, potem ni tako, da bi v enostavnem izkušanju kakega človeka, abstrahirajoč od vse narave, že brez nadaljnjega nahajali njegovo čisto duševno življenje kot eno od njemu reelno⁷ lastnih plasti intencionalnih doživljajev, da bi torej tako dejansko dobili goli protipol tiste abstrakcije, ki kot temo daje njegovo čisto telesnost. V enostavnem izkustvu sveta nahajamo ljudi, intencionalno nanašajoče se na kakršne koli stvari; živali, hiše, polja itn., tj. kot zavestno od teh aficirane, dejavno pogledujoče k njim, nasploh zaznavajoče jih, se jih dejavno spominjajoče, v zvezi z njimi premišljajoče, načrtujoče, delujoče.«

Torej naše duševno izkustvo primarno ni ločeno in abstrahirano od sveta in stvari v njem. Celó ko se z zaprtimi očmi spominjamo nečesa, se spominjamo tako, da se nanašamo na stvari sveta, ki je pogoj duševnih fenomenov, ki niso v neposrednem zaznavnem odnosu s svetom. Obenem pa v klasični, pozitivistični koncepciji duševnosti obstaja prepad med mojo duševnostjo in duševnostjo drugega subjekta, ki je skrita v njegovi lastni »notranjosti«. Dve ali več duševnosti naj bi med seboj komunicirale samo posredno, prek vidnih znakov, ki jih producira vedenje, in naj bi jih nato dešifrirali, simulirali, reprezentirali ter jih na takšen način osmislili in pripeli na nek pomen. Posledično pa naj bi tudi svet zaznavali ločeno od drugih subjektov, kar implicira, da nikoli ne moremo vedeti, kaj drugi doživljajo in ali zaznavajo okolico enako kot mi.

Kako torej lahko po-doživljamo duševna stanja drugega in jih razumemo (t. i. empatija), če smo na način izoliranih subjektov v lastnem notranjem svetu? Z metodo introspekcije,⁸ kakor jo razumejo psihologi? Vendar pa tudi metoda introspekcije vselej že predpostavlja, da vemo, kaj pomeni imeti »notranja« duševna

⁷ Reelno pomeni dano imanentno, znotraj čiste zavesti.

⁸ Prav tako pa moramo opozoriti, da z introspekcijo kot samoopazovanjem – z vidika psihološke metodologije – pridobimo *samooceno* t. i. »subjektivnega doživljanja« in ne objektivne mere oz. meritve samega pojava. Čeprav so behavioristi zavrnili introspekcijo kot adekvatno metodo, so še vedno ohranili in predpostavljali delitev na notranjost in zunanost, telo in um, slednji pa je za njih »črna škatla«, katere ne moremo znanstveno raziskovati. Prav tako pa behavioristi razumejo vedenje kot seštevek pogojnih refleksov, ki se posredno, avtomatsko in mehanično odzivajo na zunanje dražljaje – kar Merleau-Ponty v *Strukturi vedenja* in *Fenomenologiji zaznave* ovrže. To stori s pomočjo opažan psihiatra in nevrologa Goldsteina ter nekaterih drugih sodobnih fiziologov in argumentira, da organizem (ki deluje holistično) ni pasiven, ampak postavlja *svoje lastne pogoje med danimi stimulusi in odzivom na njih*. Tako prek študij primerov in eksperimentov na osebah s poškodbo možganov pokaže, da je treba zavrniti t. i. lokalizacijsko hipotezo, in utemeljuje, da je treba privzeti hipotezo *globalnih procesov nevranske organizacije*, ki je primerljiva s t. i. gestalt strukturo zaznavne organizacije. Namreč *stimulus in odziv sta vedno že v nekem kontekstu, ki ju celostno določa* in od katerega je odvisen odziv živega organizma. Prav tako pa je tukaj treba upoštevati razliko med celoto in vsoto (gr. *totum in compositum*), ki je poznana že od Platona dalje.

stanja in procese. Le-ta artikuliramo in razumemo skozi govor, vendar pa – če hočemo govoriti smiselno – moramo že »vedeti«, o čem govorimo, da bi sploh lahko poročali o naših »notranjih«, privatnih stanjih duševnosti. Wittgenstein tako formulira svoj argument proti obstoju privatnega jezika, znan kot *Hrošč-v-škati* (2014, §293), v katerem nasprotuje domnevi, da *vedemo*, kaj pomeni imeti »notranje« občutke, do katerih se dokopljemo s pomočjo metode introspekcije. Da bi sploh lahko poročali o svojih edinstvenih in enkratnih notranjih občutjih (do katerih naj ne bi imel nihče drug dostopa), bi potrebovali *zasebni jezik*, s pomočjo katerega naj bi se nanašali na notranja stanja. Svoje lastne »notranje« občutke, o katerih poročamo, pravi Wittgenstein, lahko izločimo iz »jezikovne igre« kot ne-relevantne, saj z besedami, s katerimi opisujemo doživljanje, sploh ne označujemo nekega skritega notranjega stanja, temveč izražamo nekaj, kar je *obče razumljivo*. Pomen besed, s katerimi npr. opisujemo svoja občutja, določa način, kako ljudje kot skupnost uporabljamo te besede. *Jezikovno igro* Wittgenstein razume kot družbeno prakso. Ker je jezik po svojem bistvu socialne oz. kulturne tj. kolektivne narave, zavrne tovrstni problem unikatnih »notranjih« *duševnih stanj in utemeljuje, da preprosto ne moremo vedeti, kaj so »naši lastni« občutki, ne da bi se jih naučili opisovati in prepoznavati iz izkušenj drugih* ljudi. Tega se naučimo spontano že kot otroci in pripadniki neke »*forme življenja*« (*Lebensform*) in se s tem kasneje ne obremenjujemo ter se sploh ne zavedamo, kako smo se tega priučili (tako kot smo se samodejno naučili jezika, ne da bi poznali eksplicitna pravila slovnice, ali novih gibov in kretenj, ne da bi analizirali sekvenco gibanja). Z drugimi ljudmi si torej delimo *formo življenja* (2014, §345), ki omogoča pomen besed v nekem kontekstu in v kateri se razumemo med seboj – čeprav je jezik na ravni znaka lahko enak. »Stavek ‚Občutki so zasebni‘ je primerljiv temu: ‚Pasjanso igramo sami‘,« *pravi Wittgenstein* (2014, §248).

Če vzamemo za izhodiščno točko takšen način pojmovanja naše »notranjosti« (do katere imamo dostop le prek introspekcije), ki je izolirana od ostalih subjektov in od sveta, se kaj hitro znajdemo v zagati, ko se srečamo z empiričnim materialom fenomenoloških raziskav. Iz takšnega izhodišča ne moremo nikakor razložiti nekaterih pojavov inter-subjektivnega (družbenega, kulturnega) sveta, ki si ga delimo z drugimi. Merleau-Ponty zato v svojem delu zavrže takšno pojmovanje duševnosti, ki je ujeta v našo »notranjost« in posredno (mehanično in kavzalno) upravlja naše telo kot objekt – tj. teza o dveh ločenih substancah, ki ju ne moremo zvesti ene na drugo. Ali za naš čas še bolj aktualni monizem: da je duševnost oz. zavest samo nek produkt ali epifenomen možganov in biokemičnih procesov, ki v njih potekajo. Tudi »zunanje dražljaje« in občutke našega telesa bi tako morali zaznavati le posredno, in sicer tako, da seštejemo in združimo skupaj (časovno) diskretne enote občutkov, signalov ter drugih elementarnih zaznav »zunanjega« sveta. Seveda lahko stimule preučujemo kot ločene diskretne spremenljivke, vendar pa jih naša zaznava ne sešteva na preprost način, saj nam je vselej že *dana kot enotna in celostna zaznava* (*Gestalt*), ki nam odpira horizont sveta in nas vpisuje v svet.

Merleau-Ponty v *Fenomenologiji zaznave* (2006, izvornik 1945) poskuša pokazati, kako imamo ljudi kot bitja-v-svetu (oz. po njegovem bitja-na-svetu) prek živega telesa nekakšno originarno intimnost s svetom, v katerem bivamo. Svet in Jaz tako nista dve ločeni entiteti, ki sta zunanje povezani. Kako bi takšno povezavo sploh lahko utemeljili? Ker je telo tako nosilec subjekta kot objekt (sveta), je nujno treba poudariti – kakor je to prvi storil Husserl – razliko med živečim telesom (*Leib*), kakor ga doživljamo in prek katerega nam je dan svet oz. utelešena eksistenca, ter objektivnim, mehanskim, »mrtvim« telesom (*Körper*) kot skupkom molekul, organov, tkiv in tekočin, ki je predmet raziskovanja fiziologov. Merleau-Ponty tako opozarja, da je pomen telesa (ali telesa-subjekta) pogosto deležen nezadostne pozornosti znotraj zahodne miselne tradicije. Naše lastno telo ni le navaden objekt, pripravljen za manipulacijo, temveč je *trajni pogoj izkušnje, konstituent zaznavne odprtosti v svet*, kar mora upoštevati vsaka analiza percepcije. Ali drugače: svet nam je dan le skozi lastno telo, skozi katerega se v njem uresničujemo. Obenem pa je svet pogoj subjekta, saj ne moremo misliti subjekta brez sveta. Tako Merleau-Ponty (2006, 157) pravi: »Moje telo ima svoj svet oziroma svoj svet razume, ne da bi se mu bilo treba opirati na ‚predstave‘ in ne da bi se podrejalo ‚simbolični‘ ali ‚objektivirajoči funkciji‘.« Telesnost je nekonceptualno povezana s stvarmi sveta in je v trajnem dialogu z njim, na način telesne sheme, ki pa je delujoča tudi v socialnih interakcijah. Posledično Merleau-Ponty tako razlaga naše vsakdanje delovanje v socialnem okolju prek primarne »medtelesnosti« (*intercorporéité*), ki je nekakšen temelj socialne kognicije in empatije. Medtelesnost razume kot predrefleksivno prepletanje in komuniciranje subjektov-teles, kjer telo drugega/ih vpliva na nas neposredno v smislu utelešenega (spo)razumevanja (brez posredovanja t. i. mentalnih reprezentacij in simulacij »notranjih« stanj drugih subjektov, iz česar sledi, da je kakršna koli konceptualna ali ontološka redukcija drugih subjektov na izolirane, vase zaprte entitete, nepotrebna). Tako lahko *afektivna stanja razumemo kot pojave skupnega, medosebnega in medtelesnega (interkorporealnega) prostora, ki si ga delimo z drugimi*. Tovrstno pojmovanje je v nasprotju s standardnim in zastarelim razumevanjem t. i. indukcije emocij, ki se naslanja na behavioristične predpostavke in trdi, da lahko razumevanje afektivnih stanj razložimo prek pogojevanja in asociativnega učenja. Čutna telesa so z drugimi telesi ko-ekstenzivna in prepletena ter se so-konstituirajo. Telesnost in čutnost drugega nas zadevajo neposredno, »esteziološko«.

Kot eksistirajoči, mundani subjekti nismo nek duh, ki je zaprt v telo, marveč smo telo-zavest, ki ima svoj svet, katerega obenem konstruira kultura neke družbe. Nismo zaprti v svojo privatno »notranjost«, temveč smo izven samega sebe, (izpostavljeni) v skupnem življenjskem svetu. V njem smo so-udeleženi z drugimi utelešenimi subjekti in neprestano – hote ali nehote – komuniciramo, namreč, karkoli že delamo, ima za druge, ki nas zaznavajo, nek pomen – celo ko npr. odklonimo komunikacijo, je to vselej že neko sporočanje, ali pa npr. sam pogled ima za nas vedno že nek pomen.

::FENOMENOLOGIJA AFEKTIVNOSTI

Afektivna stanja v tem članku obravnavamo in analiziramo v luči fenomenologije, kar pomeni, da jih dojemamo kot *fenomene*. V sodobni psihologiji so t. i. (veherentni) afekti večinoma razumljeni kot zelo močna, intenzivna in kratkotrajna čustvena stanja, ki zmanjšajo sposobnost razsodnosti, kritičnega mišljenja in samo-kontrole posameznika. V tem članku uporabljamo besedno zvezo *afektivna stanja* oz. termin afekt (lat. affectus), ki za nas pomeni *zmožnost aficirati in biti aficiran* ter se nanaša na *prehod iz enega doživljajskega stanja oz. sfere v drugo*. Skozi afekte se kot subjekti razkrivamo – in obenem zakrivamo – samemu sebi, imamo določeno vrednostno razmerje do sebe in (stvari) sveta. Afekti tako kažejo naš odnos do stvari sveta in način, kako se nam te stvari dajejo, kar implicira naš lastni odnos do sveta. Afektivna stanja prav tako doživljamo kot spremembe, ki *uravnavajo zmožnost našega delovanja* (emocija, lat. e-movere pomeni nekako potisniti v gibanje) in odražajo neko *vrednostno kvaliteto oz. komponento* stvari v svetu ter *vrednostni odnos do nas samih in sveta kot celote*, ki ga tako razkrivajo (in stvari v njem) – kar pomeni, da *so ključni in neločljivi, konstitutivni aspekt oz. komponenta samega zaznavanja, mišljenja in vedenja ter tistega (vzgiba ali sile), ki nas v neko vedenje sili*⁹. Ne smemo pa zamenjevati pojma vrednotenja s pojmom ocenjevanje in valorizacija, ki sta termina z ekonomsko-matematično konotacijo.

Večina psiholoških in filozofskih teorij oz. razprav o afektivnih stanjih se osredotoča predvsem na emocije kot osrednjo kategorijo. Raziskave se tako omejujejo na standardne, splošne sezname in klasifikacije čustev ter posledično razumevanje in okvir mišljenja, ki izhaja iz njih oz. je v njih predpostavljen. Lamovec v svoji knjigi *Emocije* (1991) pravi, da je raziskav, ki so preučevale razpoloženje kot »posebno emocionalno stanje«, relativno malo, prav tako pa so nekateri avtorji, ki so preučevali emocije, v resnici obravnavali razpoloženja, saj obeh skupin pojavov niso najbolje razlikovali. Pojmovanje razpoloženja je bilo za psihologijo že od samega začetka problematično. Standardna opredelitev razpoloženj in emocij skupini razlikuje glede na *trajanje*, in sicer naj bi bile emocije kratkotrajne in trajale do nekaj minut, razpoloženja pa naj bi bila dolgotrajnejša ter trajala »do nekaj dni«; ter glede na *intenzivnost*, ki naj bi bila pri razpoloženjih šibkejša. Emocije so tako v primerjavi z razpoloženji bolj intenzivne in diskontinuirane, saj se pojavljajo občasno. Prav tako naj bi bile intencionalne, kar tukaj pomeni samo, da imajo svoj objekt, npr. žalostni, veseli, jezni smo zaradi nekoga ali nečesa. Nasprotno pa razpoloženja nimajo svojega specifičnega objekta v svetu in tvorijo nekakšno podlago, prek katere doživljamo čustva.

⁹ V članku se namerno izogibamo terminu »motivacija«, saj ta predpostavlja, da je v gibalni in energijski človeškega delovanja vselej nek (vnaprej določen) motiv. Nasprotno, sami zagovarjamo, da večina človekovega (vsakdanjega) delovanja poteka izven eksplicitne zavestne kontrole in ga usmerjajo zaznani vzgibi, impulzi, težnje, ki delujejo kot sile, ki usmerjajo vedenje v neki situaciji. Ti vzgibi pa niso zgolj »notranji«, marveč jih lahko v večji ali manjši meri sprožajo in usmerjajo tudi stvari sveta in drugi subjekti.

Lamovec (1991) povzema, da je za sodobne funkcionalne teorije emocij značilno, da izhajajo iz evolucijskega pristopa ter opredeljujejo emocije na osnovi značilnosti, ki so skupne številnim živalskim vrstam. Tako so razumljene kot pojavi, katerih funkcija je v svojem bistvu vselej prilagoditvena.¹⁰ Raziskovalci se večinoma osredotočajo na specifične vzorce možganskih in molekularnih aktivnosti, t. i. nevrofiziološka komponenta,¹¹ ter na izrazne, »objektivne« vidike emocij, ki jih je možno univerzalno preučevati. Za emocije naj bi v subkortikalnih predelih možganov obstajali specifični prirojeni genetski programi, prek učenja pa naj bi vplivali na to, kateri dražljaji jih bodo sprožili. Plutchik je verjetno najbolj znan predstavnik tovrstnih teorij emocij. Plutchik (1980) izhaja iz evolucijske perspektive, katere poudarek je seveda na preživetju organizma in vrste, npr. iskanje vode, hrane, partnerja itd. Emocijo naj bi sprožil dražljaj, kateremu sledi kognitivna ocena, nato subjektivno doživetje ter na koncu vedenje ali odziv. Primarne ali temeljne emocije se po njegovem mnenju lahko sestavijo v kompleksne (tudi po Ekmanu, 1992), vendar mi v to dvomimo, saj se »kompleksnih emocij« ne da zreducirati na seštevke enostavnih delov (emocij). Celostno doživljanje nekega afekta, npr. emocije, ne moremo zvesti na *sumo* partikularnih samostojnih delov. Plutchikov deseti postulat strukturnega modela emocij, in sicer, da se emocije razlikujejo v intenziteti doživljanja, pa je problematičen predvsem za razumevanje razpoloženj. Plutchik (1980) v svojem strukturnem tridimenzionalnem modelu ne loči oz. pomeša čustva, razpoloženja, vedenja, osebnostne poteze in lastnosti, saj jih ima vse za enaka stanja oz. za stanja, ki so na istem nivoju in se med seboj razlikujejo le v intenziteti. Prav tako pa moramo izpostaviti, da pri sami klasifikaciji afektivnih stanj v psihologiji generalno vlada pojmovna zmeda in zmešnjava. Mi želimo pokazati, da emocije in razpoloženja *niso* »enaka stanja«, ki se razlikujejo le v intenziteti in trajanju, temveč je za njih *bistvena strukturna razlika*, in sicer *v odnosu subjekta do sveta*, v katerem le-ta biva. Tako nas v članku zanima ontologija afektov. Torej nas afekti zanimajo v svoji ontološki primarnosti in svet razpirajočem karakterju. Razumevanje sveta kot »polja naših izkustev« je ključno za razumevanje afektivnih in drugih psiho(patolo)-

¹⁰ Takšna prilagoditvena logika lahko vodi v konformistično naravnost in mišljenje, po katerem se človek »mora« prilagajati okolju, tj. zahtevam družbe, če želi biti identificiran kot »normalen.« Takšen svetovni nazor pasivizira posameznike in predpostavlja, da so zahteve in določila neke družbene ureditve upravičene ter same na sebi pravilne in sicer samo zaradi tega, ker po njih deluje nek družbeno-politični sistem. To lahko vodi do normaliziranja nekega možnega patološkega stanja politične oz. socialne skupnosti. Prav tako pa ustvarja možnost rasizma in marginalnih skupin, npr. subjektov, ki so označeni kot nenormalni: »norci«, »čudaki.«

¹¹ Damasio (2008) npr. postavi hipotezo o čustvih na podlagi delovanja živčnega in hormonskega (oz. neurotransmitskega) sistema v možganih (v katerega je vključena amigdala znotraj senčnega področja), tako da jih definira kot kompleksen zbir kemičnih in živčnih odzivov, ki tvorijo značilen vzorec. Vendar pa sam priznava (2008, 119), da: »Opis na ravni samih molekul in receptorjev za razlago teh učinkov ne zadošča.« Seveda, razlaga zgolj na materialni, fiziološki ravni ne zadošča, saj vselej predpostavlja neko razumevanje določenih fenomenov v povezavi s katerimi psihofarmakologija in nevrobiologija sploh zadobita smisel. Nevrofiziološki procesi dobijo nek pomen samo tako, da korelirajo s »psihičnimi procesi« oz. fenomenami. Sami po sebi ne pomenijo nič. Tako je pogoj možnosti vzpostavitve korelacije neko predrazumevanje duševnih procesov in fenomenov ter izkustvo sveta, ki je pogoj slednjih. Nas pa zanima ravno ontologija emocij in razpoloženj – kaj ta so.

ških stanj na splošno. Afekti ne morejo biti samo ena izmed komponent naše duševnosti in jih ni mogoče ločiti od naše stvarnosti kot celote oz. kontekstualne situacije, v kateri jih doživljamo. Kot fenomeni se nam vedno že dajejo kot *pomenljivi* in v teh koordinatah strukturirajo naše doživljanje (sveta), tako da so neločljivi od percepcije, kognicije in motivacije oz. boljše – vzgibov, impulzov, ki producirajo in formirajo naša vedenja.

Tudi Sartre se v svojem delu *Oris teorije čustev*¹² (2007, 19, izvirnik 1939) sprašuje o takšnih funkcionalnih teorijah emocij in pravi naslednje:

»Kako se kvantitativne in prav zato skoraj nenehne spremembe v vegetativnih funkcijah lahko skladajo s kvalitativno serijo ireduktibilnih stanj. Npr. fiziološke spremembe, ki ustrezajo jezi, se od tistih, ki ustrezajo veselju, razlikujejo samo po intenzivnosti (nekoliko pospešeno dihanje, blago povečanje mišičnega tonusa, povečanje biokemičnih izmenjav, krvnega tlaka in podobno), pa vendar jeza ni intenzivnejše veselje, je nekaj drugega, vsaj kolikor se kaže zavesti.«

Čeprav fiziološke funkcije in procesi seveda korelirajo z našim doživljanjem afektivnih stanj, pa le-teh nikakor ne moremo (redukcioniistično) razumeti zgolj iz mehanicistične linearno kavzalne fiziologije, biologije in (bio)kemičnih procesov, saj le-ti nujno potrebujejo doživljajsko osmislitev, da lahko vemo, *kaj afektivna stanja sploh so*. To lahko ugotovimo le iz *pomena*, ki ga ima neko stanje, stvar oz. fenomen. Svet, ki ga doživljamo, je vselej že diferenciran, pomenljiv in ima za nas neko vrednost. Tako tudi afektivna stanja niso nekaj »notranjega« v »naši glavi«, temveč *konstituirajo doživljajski svet kot tak*. Le-ta nam je vedno že dan skozi razpoloženja in druge afekte, tako da ga ne moremo pojasniti kot posredno kognitivno pripenjanje pomena oz. evaluacijo nekega »zunanjega«, fizičnega stimulusa, ki naj bi bil objektivni, izoliran in sam na sebi kot nekakšen atom resničnosti, ki naj bi se ujema z našim spoznavnim aparatom tako, da ga ta »prepozna« kot nekaj resničnega (t. i. anglosaški empirizem). Namreč resničnost nam je lahko dana samo *kot spoznana*. Obravnavanje afektov, ki se osredotoča na »proces samih emocij« in njegovih zakonov ter razlag – ki so razlage samega v sebi zaprtega procesa –, ne more nikakor zajeti *celostne človeške resničnosti*, ki jo živimo in katero afekti vedno že *konstituirajo* in *sodoločajo*. Ali drugače: *afektov ne moremo obravnavati kot ločenih od življenjskega sveta in od našega bivanjskega stanja*. V fenomenologiji skušamo na podlagi opisa fenomenov razkleniti in s tem razumeti strukture doživljanja in *ne* postavljamo normativov, kaj so »dobri« in »slabi« afekti oz. doživljanja. Doživljanje skušamo *razumeti iz njega samega* in ne iz preračunavanja in določanja pravil ter usmeritev, kakšno naj bi bilo t. i. »normativno doživljanje«.

¹² Čustva so za Sartra (2007, 36) »način, na katerega razumemo svet«.

::POJMOVANJE RAZPOLOŽENJA

Naša analiza razpoloženja izhaja iz Heideggerjevega razumevanja človekove eksistence. Pri tem si bomo pomagali s psihiatričnimi opisi raznih psiho(pato)loških stanj, pri katerih je – po našem razumevanju – ključno, da razumemo in uvidimo, kako je *spremenjen celoten svet individuumov* in ne samo »notranje«, privatno stanje posameznika. Namreč razpoloženja so globalna afektivna stanja, prek katerih se nam daje in razkriva *svet kot celota* in preko njega *mi samim sebi*.

Najprej bomo izpostavili etimologijo besede »raz-položen-je.« Razpoložen je izvorni trpni deležnik glagola *razpoložiti*, ki je soroden besedama raz-postaviti in raz-porediti. Izhodiščni pomen je »dobro postavljen« ali »urejen.« Beseda je dobredni prevod nem. *disponiert* (lat. *dispositus*), kar je pretekli trpni deležnik glagola *disponieren* (razpoložiti ali razpolagati), prevzetega iz lat. *dispōnere*: razpostaviti, razporediti (Snoj, 2016). Dispozicija je torej *način*, kako bivamo kot ljudje v svetu oz. »kako« našega *bivanja*, tj. da imamo svet. Obenem pa pomeni biti postavljen narazen, kar se v našem primeru nanaša na iz-postavljenost (ex-sistentia) subjekta v svetu. V svetu smo postavljeni tako, da smo iz-postavljeni, vselej izven smega sebe – v svetu. Razpoloženje je po Heideggerju (2005, 191) fenomenalno »izvorni način razklepanja« nas samih v svetu oz. način, kakor se v svetu vselej najdemo, nahajamo, tj. *smo*. Razpoloženje je tako eksistencialno določilo človeka kot človeka ter celostno razklepa svet kot svet (kar vključuje tudi soljudi), in sicer bolj temeljno kot objektivno spoznavanje ali premišljevanje o nečem, tj. spoznavnoteoretski odnos do sveta, ki vsebuje neko propozicijsko vsebino – čeprav je obenem ta zmožnost pogoj (pomena) sveta. Razpoloženje je tako pogoj možnosti *afektivnih kvalitet stvari in okolja* kot takega (npr. srhljivo vzdušje pokopališča ali noči) ter *razumevanja nečesa* in nekih *specifičnih emocij*, saj jim predhodi (če uporabimo eno od prispodob, lahko rečemo, da je razpoloženje morje, valovi na gladini pa so emocije, ki iz njega vzniknejo). Torej emocije se nikoli ne pojavijo izolirano v naši duševnosti, marveč vselej izhajajo iz nekega konteksta, ki se kaže skozi razpoloženje. Heidegger (2005, 194) nadalje pravi: »Razpoloženje prevzame. Ne prihaja niti od »zunaj« niti od »znotraj«, temveč se kot način biti-v-svetu dviguje iz nje same.« Razpoloženje lahko svet bolj ali pa manj odstira v takšni ali drugačni luči. Tudi čustva nas prevzamejo oz. preplavijo, in sicer, kakor pravi Sartre (2007, 66): »Čustvu smo nadalje podvrženi, ne moremo mu pobegniti, kadar se nam zahoče, čustvo se lahko le izčrpa.« Nasprotno pa nekatere kognitivno-vedenjske tehnike in teorije zagovarjajo t. i. regulacijo in kontrolo emocij. Takšne tehnike naučenega samonadzora subjektu dolgoročno samo škodijo, saj v tem procesu človek samega sebe instrumentalizira in objektivira, kar ga (paradoksnost) naredi za nesvobodnega in tako prične spodkopavati lastno odgovornost in krivdo, ki mu pripadata – kar mu jemlje občutek temeljnega dostojanstva. Še veliko bolj pa je vprašljivo, kako lahko hoteno, nasilno reguliramo razpoloženja, ki so po definiciji nekaj, kar nam ni dano kot nekakšna stvar. Kako manipulirati nekaj, česar ne moremo resnično specifično določiti in kar nima neposrednega vzroka? Ta

problem pozna vsak, ki je že doživel npr. tesnobo ali depresivno epizodo. Razpoloženja se torej ne nanašajo na posamične stvari v svetu, temveč nam šele razkrivajo svet kot tak (kot celoto) – in nam na tej podlagi omogočajo nanašanje na posamične stvari, katere tudi že sodoločajo. *Razpoloženjskost prav tako izraža naš temeljni odnos do sveta in je sokonstitutivna za mišljenje, zaznavanje, hotenje in govorico (jezik, ki ima obenem to moč, da proizvaja afekte*¹³). Stimmung, ubranost torej proizvaja spoznavni učinek.

Prvo sistematično interpretacijo afektov v zahodni kulturi najdemo pri Aristotelu, in sicer v njegovi drugi knjigi *Retorike*. Zakaj v Retoriki? Retorika kot govorniška večšina, ki je ključnega pomena za antično dramo, vedno že deluje na afektivni ravni, na kateri se povedano razume, oz. če povemo drugače: od razpoloženja je odvisno, kakšen učinek bo imelo (iz)povedano na ljudi in kakšna bo afektivna udeležba publike (ali se jih bo »dotaknilo«). Prav tako pa mora imeti odrski igralec (*hypokrites*) sposobnost veččega upravljanja in manipuliranja z glasom, da pride do izraza povedano. Tako vpliva na predstave, misli, percepcijo in afektivno participacijo občinstva, ki pa jo vselej spremlja in se po njej ravna. Dober retorik odgovarja situaciji, *zavzame afektivni prostor in ustvari takšno atmosfero*, da ga občinstvo »čuti«, za kar pa se mora z njim uglasiti (enako tudi npr. v terapevtski praksi ali v prijateljskem in celo v solidarnem razpoloženju). Torej je razpoloženje, v katerem se nam svet razkriva in v katerem *se razumemo*, lahko tudi razpoloženje drugih in s tem *so-razpoloženje*, v katerem *se najdevamo* skupaj z drugimi. Tako smo z drugimi lahko (na afektivni ravni) bolje ali slabše *uglašeni*¹⁴ in se so-razumemo skozi *temeljno počutje*, na podlagi katerega smo sploh lahko prizadeti oz. aficirani s strani okolice, drugih. Razpoloženja oz. afektivna stanja na splošno se nikoli ne pojavljajo »zgolj izolirano v »toku doživljajev«, temveč vselej u-glašata (*be-stimmen*) neko razumevanje oz. sebe iz le-tega«, kot pravi Heidegger (2005, 467).

Ker je vsakdanje razpoloženje nekako ravnodušno in enakomerno, se ga večinoma ne zavedamo kot aktivnega afektivnega stanja. Vendar pa v razpoloženju vselej že smo – ne moremo biti nerazpoloženi, saj je tudi ne-razpoloženje odraz razpoloženja oz. tudi indiferentnost je razpoloženska. Tako določa nek odnos do

¹³ Ker razpoloženje vselej spremlja neko govorico (in tekste), je sokonstitutivno za njo (to pride najbolj do izraza pri pesniški govorici), kar pomeni, da lahko razumemo govorjeno in napisano le v skladu z nekim razpoloženjem, ki ju spremlja. Npr. neko pesniško delo lahko resnično razumemo samo na podlagi uglašeniosti z razpoloženjem (časa in prostora), ki se poraja iz dela samega. Če z njim nismo uglašeni v okvirju možnosti, ki jih daje, ga »ne čutimo«, beremo besedilo kot nekako prazno, objektivno, nezanimivo in za nas nesmiselno (»se nas ne dotakne«). Prav tako pa se tudi pogovorno pravi, da »drugega čutimo« ali pa ne, kar se nanaša na (afektivno) razumevanje, ki določa pomen neke propozicijske vsebine. Obenem lahko rečemo, da nam neko *besedilo proizvaja neko razpoloženje, ki se širi iz njega samega*. Naša specifična interpretacija besedila je obenem odvisna od našega razpoloženja, v luči katerega besedilo beremo, kar pomeni, da je *produktivno in poraja mišljenje*. Torej se razpoloženja, katerih pogoj je subjekt kot govoreče bitje, neprestano mešajo, spajajo, oplajajo in izničujejo.

¹⁴ *Stimmung* ali uglašeniost je glasbena metafora, ki implicira skladnost, harmoničnost, ubranost in ritem. Vendar pa ta ubranost ni uskladitev z nekim statičnim stanjem, ki je na drugi strani, marveč je aktivno iskanje optimalnega (oprijema, saj imajo zaradi temporalne narave vse stvari (v naši zavesti) tudi – paradokсно – svojo identiteto. Tako tudi identitete ne moremo misliti brez diferenciacije (podvojitve) in gibanja, ki jo sploh omogočata.

sveta, čeprav nič. Če za nekoga pravimo, da je »nerazpoložen«, pomeni, da ga stvari v svetu ne nagovarjajo k aktivnosti (privlačijo ali odbijajo) in ni uglašen (ni na isti afektivni ravni oz. »valovni dolžini«) z drugimi ljudmi, kar pomeni, da mu ni do nekega druženja ali aktivnosti. Ker se ne moremo izvzeti iz razpoloženjskosti, nam je zato le-ta najbolj »blizu« in ne vidimo, kako je konstitutivna za človekovo doživljanje sveta. Komaj ko se (z)najdemo v posebnem, nevsakdanjem in nedomačem razpoloženju (npr. tesnobno ali depresivno razpoloženje), se ovemo, da nam je v njem svet dan drugače (in skozi njega mi sami sami sebi) oz. se nam stvari v svetu razkrivajo na drugačen način, v drugih kvalitetah. V tem, »kako nam je«, *se najdemo*, in nam le-to ni dano skozi eksplicitno, objektivno spoznanje. Tako je tudi vljudnostna fraza »Kako si?« ali »Kako se imaš?« usmerjena na razpoloženje (če predpostavljamo, da je bila izrečena iskreno, z zanimanjem in ne samo avtomatsko, iz navade). Če torej to frazo vzamemo resno in usmerimo pozornost na našo bit (se vprašamo: *kako sem?*) in način, kako v svetu smo, odkrijemo, da smo vedno že na takšen ali drugačen način¹⁵ – čeprav za vsakodnevno, brezbarvno, medlo razpoloženje večinoma ne najdemo »pravih besed«, da bi ga opisali, saj je nekako afektivno nevtralnno. Prav tako pa je iz vsakdanjega govora razvidno, da vprašujemo »V kakšnem razpoloženju si?«, kar implicira, da smo mi sami v nekem razpoloženju in da to razpoloženje ni v nas kot nekakšno izolirano duševno stanje. Smo v nekem razpoloženju, le-to pa nam vselej že razkriva svet kot svet. S spremembo razpoloženja tako pride tudi vedno do spremembe doživljajskega polja, čeprav večinoma neopazno. Kot je razvidno iz fenomenološke analize, razpoloženja vedno določajo nek kontekst in niso usmerjena v specifične predmete, situacije, osebe, zato nimajo strukture subjekt-objekt (kakor emocije), temveč so v tem oziru predsubjektivna in predobjektivna.

Razpoloženja lahko usmerjajo, spodbujajo in določajo neka dogajanja, okoliščine ter obratno, npr. pravimo, da vlada novoletno razpoloženje; v dvorani je svečano razpoloženje; avtor v romanu prikaže razpoloženje nekega časa itd. Razpoloženje je tudi nekaj, kar *vključuje dogajanje drugega* z drugimi, npr. gostiteljica je ustvarila domačnostno razpoloženje, *ambient*; v podjetju se občuti delovno razpoloženje itd. Flaubert v *Vzgoji srca* (1987, izvirnik 1869, 415) npr. takole (o) piše: »Polaščala se ju je resnoba gozda; skoraj cele ure sta molčala, ko sta se vdajala zibanju vzmeti na vozu in bila kakor odrevenela v pokojni opojnosti.« Torej se nas razpoloženje *polasti*. Prav tako pa izraža neko *naravnano* na svet in stvari sveta, npr. revolucionarno razpoloženje, solidarno ali prijateljsko razpoloženje itd. Tako lahko vidimo, da se izraz razpoloženje uporablja tudi za socialne situacije in prostor, ki si ga delimo z drugimi. V slengu danes uporabljamo tudi besedno zvezo »good vibe(s)«, ki pomeni nekakšno pozitivno čustveno stanje,

¹⁵ Na razpoloženje lahko vpliva tudi glasba in obratno; na podlagi tega, v kakšnem razpoloženju smo, si izberemo vrsto glasbe, ki nam ugaja in vzbuja neke občutke. Nietzsche je v svojem zgodnjem obdobju posvetil veliko pozornosti glasbi in njeni potencialno transformativni vlogi, in sicer celo na ravni neke celotne kulture.

»energijo«, ki jo oddaja neka oseba, vzdušje kraja, glasbe ali situacije, ki jo doživljamo in čutimo – lahko tudi skupaj z drugimi. V skupinskih ali družbenih okoliših lahko občutimo nekakšno atmosfero oz. bolj *afektivno atmo-sfero*, npr. politično, kulturno, zgodovinsko. Sinonimi besede atmosfera so ozračje, vzdušje, ambient, milje, klima, avra, razpoloženje ali kolektivno duhovno ozračje. Ker vsako socialno interakcijo zaznamuje tudi *afektivna atmosfera* (kar pomeni enako kot razpoloženje, vendar ima beseda atmosfera nekoliko bolj socialno konotacijo), je le-ta konstitutivna za medosebne odnose, komunikacijo in formiranje družbenih vezi. Atmosfero zaznamo, (za)čutimo in je neločljiva od konteksta oz. situacije, ki jo preveva in skozi katero se širi. Takšna *inter-afektivnost* podgrajuje percepcijo, razumevanje in vedenje v socialnih situacijah. Razpoloženja se lahko spajajo in uglašujejo v *kolektivno počutje*. Razpoloženja se nalezemo in si ga delimo z drugimi, ki nam vzbujajo določene občutke. Ali drugače: ker smo subjekti v medosebnem delovanju, v dinamični so-odnosnosti, vedno afektivno prepleteni, se lahko spajamo in bolj ali manj uglasimo v afektivno sinhronizirano celoto, v kateri pride do *afektivne resonance*, na katero vpliva, jo usmerja vsak subjekt, vendar pa le-te kljub temu ne moremo reducirati na sumo singularnih afektivnih stanj (čeprav so medsebojno povezani in soodvisni). Namreč tudi drugi afekti, kot so npr. emocije, lahko *vzniknejo ali ugasnejo tekom socialne interakcije*, in sicer iz vmesnega interaktivnega, *medosebnega (med)prostora*, v katerem si subjekti *delijo afektivno ozračje*. Tako afektov *ne* moremo razumeti samo kot izolirana, v »notranjosti« lokalizirana individualna duševna stanja, čeprav jih seveda subjekti občutijo v svojem telesu. Čeprav atmosfero konstruiramo mi kot subjekti, obenem dejansko občutimo, kot da smo v njej. Atmosfera je v tem oziru avtonomna in ima svojo materialnost, ki jo je mogoče čutiti, saj je vsak generalni občutek okolice atmosferski, kar pomeni, da ta vselej spremlja, sokonstituira oz. podgrajuje vsako percepcijo in mišljenje. Res pa je, da se lahko subjekt tudi »zapre«, da bi preprečil, da bi na njega vplivali afekti drugih, vendar se posledično ne morejo z njimi uglasiti na afektivni ravni (kar vpliva na odnose, komunikacijo, zaznavanje drugih in socialno kognicijo). Nekateri primeri kolektivnih razpoloženskih stanj so npr.: senčno, mračno ali po-mračeno razpoloženje, srhljivo ali žalujoče vzdušje na pogrebu; delovna in ustvarjalna klima v podjetju;¹⁶ prešerno razpoloženje na nogometni tekmi; eksplozivna atmosfera na delu; sproščeno vzdušje na zabavi; romantično vzdušje ali erotična atmosfera; domače, prijetno vzdušje v razredu (katerega usmerja učitelj ali retorik); mirno, prijateljsko (ali sovražno) ozračje na delu (nekdo lahko npr. tudi »zastruplja ozračje okoli sebe«); borbena razpoloženje v športni ekipi; vzdušje, polno pričakovanja in upanja ob dnevu samostojnosti; inten-

¹⁶ *Organizacijska klima* je v psihologiji na splošno definirana kot dojemanje zaposlenih o delovni organizaciji (Patterson idr., 2005) oz. kako le-ti doživljajo svojo lastno organizacijo. Skupaj z *organizacijsko kulturo* tvorita temeljna konstrukta za raziskovanje doživljanja v nekem delovnem okolju. Fenomenološko raziskovanje lahko npr. razkrije, kateri so tisti dejavniki, ki najbolj vplivajo na specifično vzdušje in doživljanje v nekem delovnem okolju.

zivno ali napeto vzdušje (»napetost v zraku«), ozračje globoke sovražnosti, živahno in slovesno vzdušje; ali pa dolgočasno, medlo vzdušje, ko smo v monotoni situaciji, ki je »brez vzdušja«, itd. Takšnim socialnim atmosferam smo izpostavljeni in nas potegnejo, da se z njimi uglasimo; lahko pa tudi npr. karizmatični in vplivni posamezniki (vodje, ki imajo funkcijo simbolne avtoritete) učinkujejo na spremembo kolektivnega razpoloženja. Kadar skupine ljudi sodelujejo (npr. športna ali glasbena skupina) pri dejavnosti in doseganju ciljev, lahko pride do t. i. socialnega »flowa« oz. *skupinske kohezije* in konsonance. Prav tako afektivnost vedno spremlja tudi tvorjenje socialnih odnosov in vezi, kar še posebej pride do izraza v izrednih življenjskih stanjih, npr. v ljubezni ali pri vojaki, ki so se skupaj borili (in trpeli) v vojni in si zaradi posebno težkih razmer delijo izjemno globoke medosebne vezi – so (*z*)*vezani* (»bond together«). Atmosfera torej razodeva kvalitativne, vrednostne komponente odnosov, vezi, okolja in samega subjekta ter je konstitutivna za vsako spoznavanje.

Fuchs¹⁷ (2013) opaza, da pri psihopatoloških stanjih, kot je npr. depresija, afektivne kvalitete okolja zbledijo skupaj z afektivno nabitim socialnim ozračjem. Tako bolnik nekako ne (*z*)more biti več aficiran s strani drugih oseb (npr. družine), stvari in situacije, kar implicira, da se z drugimi ljudmi ne more več povezati na *interaktivni* in *afektivni ravni*. Tovrstna občutja pacientov, ki poročajo, da »ne čutijo nič«, so za njih same najbolj neznosna. Prav tako pa se pacienti počutijo odcepljeni od *sveta kot interaktivnega prostora*, ki si ga delimo z drugimi (Fuchs, 2013), kar implicira nekakšen solipsistični stroj subjekta oz. zaprtost vase, pri katerem je vsa pozornost osredotočena na Jaz, svet pa ponikne v ozadje. Če želimo razumeti depresivno motnjo, moramo razumeti tudi, kako se posamezniku s takšno motnjo razkriva svet oz. kako se mu stvari v svetu dajejo. Tako svet pogosto doživljajo in opisujejo »objektivno« kot prazen, monoton, zasenčen, enoličen, osiromašen, bled, pust, medel, siv, utesnjujoč, zaprt (občutek ujetosti), nesmiseln in brez vrednosti. Prav tako pa jih stvari v svetu ne nagovarjajo več in ne prevzamejo, kar pomeni, da jih nič ne gane, jim ni pomembno, jih ne motivira;

¹⁷ Fuchs v članku, ki nosi naslov »Fenomenologija afektivnosti« (2013, 196), dodaja, da ko se ljudje med seboj srečujemo v dinamičnih, živih situacijah, se pričnejo subjektivna, živa telesa med seboj samodejno prepletati v procesu »telesne resonance«, usklajene interakcije in »medsebojne vključenosti«. Ti procesi po njegovem nudijo osnovo neposrednemu empatičnemu razumevanju subjektov, na podlagi katerega delujemo v spontanem vsakdanjih medosebnih interakcijah. Fuchs (2016, 7–9) tako ugotavlja, da ljudje afekte drugih doživljamo skozi izrazno moč telesnosti in t. i. (*znotraj in med*)*telesno resonanco*, na kar je bistveno vplivala Merleau-Pontyjeva teorija telesnosti. Telesna resonanca vključuje vse vrste lokalnih ali splošnih telesnih občutkov. Teh ne moremo dojemati zgolj kot stranski produkt ali dodatek, ki je ločen od emocij kot takih, marveč kot »*sam medij* afektivne intencionalnosti« (2013, 196). Tako tudi on zagovarja, da sta empatija in socialna kognicija ukoreninjeni v telesu subjekta. V vsakdanjem življenju vsi poznamo fenomen »nalezljivosti«, pri katerem gre za to, da si skoraj ne moremo pomagati, da se ne nalezemo nekaterih čustev ali vedenja drugega. Lahko izpostavimo primere, kot so zehanje, smejanje in zardevanje; npr. ko spontano naletimo na nasmejan obraz, začutimo, da mišice okoli naših ust naredijo enak obrazni izraz, četudi se dejansko ne nasmehujemo (problemi obstajajo pri osehah z motnjami avtističnega spektra, ki imajo okrnjeno socialno percepcijo, kar bi lahko razložili tako, da jim *umanjka ravno ta temeljna telesna afekcija*, prek katere komuniciramo drugi. Njihova komunikacija temelji obratno na racionalnem, »objektivnem mišljenju« in indukciji).

stvari v svetu jih ne pritegnejo in odbijajo več, jim ne vzbudijo interesa. Tako v vsakem depresivnem razpoloženju najdemo tudi *spleen*, ki je nekakšno duševno stanje dolgo-časa, naveličanosti, ki ju ne morejo pregnati. Pacienti pogosto doživljajo čas, kot da teče zelo počasi ali celo, da »se ne premakne nikamor« (nekakšna večna in brezizhodna »sedanjost«), čas brez časovnosti, kar je povezano z izgubo vsakršne perspektive prihodnosti in občutkom brezizglednosti ter obupanostjo nad njihovim bivanjskim stanjem (Ratcliffe, 2012). Čeprav depresivni pacienti – kot sami pravijo – »ne čutijo nič«, to ne pomeni, da nimajo razpoloženja, saj je takšno indiferentno razpoloženje ali nerazpoloženje tudi izraz razpoloženja. Tudi indiferentnost je razpoloženska in je vzrok čustvene otopelosti. V določenem razpoloženju se nam stvari v svetu lahko dajejo kot dostopne, zanimive, »blizu«, nas potegnejo v delovanje, kar je odraz afektivnih kvalitete stvari in okolice ter naše naravnosti na njih; nasprotno pa, ko smo utrujeni, pod stresom (npr. sindrom izgorelosti) ali bolni, so stvari za nas odbijajoče, monotone, nezanimive, enolične in nedostopne – saj nas ne nagovarjajo več, kakor so nas pred tem (za nas »nimajo smisla«). Stvari v svetu ne doživljamo namreč kot gole objekte, temveč imajo vedno že neko afektivno, vrednostno kvaliteto in zato lahko odbijajo ali pa privlačijo ter se tako polastijo zavesti (npr. čudovite umetnine imajo čar, ki nas pritegne). Stvari v okolju torej niso samo goli objekti, temveč so vedno že na nek način »za nas«, kar pomeni, da se lahko kvalitete nekega objekta različno manifestirajo in so nam v percepciji dane skozi afektivno komponento (npr. tople barve, prijetno na dotik, duhamorni glas, zvok, mehke konture, obrisi).

Nazadnje lahko dodamo še, da razpoloženja prav tako odpirajo svet kot polje namenov in množstva možnosti¹⁸ ter s tem vedno že določajo okvir možnega področja delovanja. Življenjski svet je vedno že konfiguriran v smislu naših vrednot, naravnosti, namenov in dejavnosti ter odprtosti za Novosti, ki nas povlečejo v neko smer delovanja. Druge subjekte, stvari in situacije tako doživljamo kot dragocene, pomembne, grozljive, odbijajoče, bogate ali pestre, vredne truda, prizadevanja in boja itd. Človek je predrugačen takrat, ko se mu odklene novi horizont, ko se spremeni neka konstelacija sveta in možnosti, ki ga strukturirajo ter tako spremenijo njegov celoten odnos do sveta. Tako pa se spremeni svet kot tak in skozenj mi sami – kar se zgodi naenkrat, v trenutku (pride do novega pogleda, perspektive ter posledično zamenjave celotne podobe sveta oz. svetovnega nazora). Tako je z našega vidika osrednji problem terapevtske obravnave (poleg transferja), kako narediti zarez ter punktirati svet, v katerem pacient biva (ki ga bistveno določa), da se mu odpre novi horizont v novi konstelaciji sveta in s tem novo polje možnosti delovanja. Oziroma bolje: moramo zaznati, ko se odprtje v mišljenju pojavi samodejno, in

¹⁸ Ta možnost je pred vsako dejanskostjo in vsaka dejanskost vselej že leži v možnosti, kar obenem pomeni, da odpira in določa nove možnosti. V sami možnost je vedno mogoče, da nekaj postane aktualno ali pa da se ne aktualizira ali realizira – kar je bistveno določilo možnosti.

ga v pravem trenutku (*kairos*)¹⁹ zgrabiti ter se pravilno odzvati, da postisnemo veržno reakcijo v pravo smer.

::EKSISTENCIALNA OBČUTJA

Matthew Ratcliffe, ki se prav tako ukvarja z raziskovanjem na področju fenomenologije, psihiatrije in afektivnih stanj, v svojem delu *Feelings of being: phenomenology, psychiatry and the sense of reality* (2008) obravnava t. i. eksistencialna občutja, ki jih prav tako opredeli v skladu s Heideggerjevo konceptualizacijo razpoloženj. Čeprav se s pojmom razpoloženja prekrivajo, pa jih je po našem mnenju bolje ločiti, saj se nanašajo na določen občutek, v katerem pride do izraza naš odnos do sveta kot celote, npr. občutek resničnosti²⁰ ali pripadnosti svetu. Ratcliffe (2008) navaja različne psihiatrične opise doživljanj subjektov, ki so v določenih psihopatoloških stanjih, npr. občutek nesmiselnosti stvari sveta pri depresivnih pacientih; pacienti s Cotardovim sindromom navajajo, da ne (ob)čutijo »ničesar«; občutek odtujenosti od samega sebe (t. i. depersonalizacija) in od sveta pri psihotičnih pacientih; občutek subjekta, da je zunanji opazovalec lastnega telesa; občutek neresničnosti sveta, kjer se subjekt počuti, kot da sanja (t. i. derealizacija); občutek odtujenosti oz. izključenosti iz sveta; brezpomenskost sveta; občutek nedomačnosti v svetu; občutek nepripadnosti v smislu, kot da subjekt »ni s tega sveta« in se mu svet daje kot tuj itd. Vsa ta »eksistencialna občutja« naj bi delovala kot ozadje, na podlagi katerega je strukturirano celotno človekovo doživljanje realnosti – prav tako, kakor mi razumemo razpoloženja. Čeprav jih Ratcliffe imenuje eksistencialna občutja zato, ker se nanašajo na subjektov odnos do eksistence kot take, je po našem mnenju pri njegovem razumevanju še vedno poudarek na subjektivnemu doživljanju, in sicer večinoma doživljanju izrednih stanj, npr. psihopatoloških stanj ali eksistencialne krize, kjer pride do spremembe v celotnem odnosu subjekta do sveta, ko se mu ta (pri)kaže kot *Problem*. Tudi npr. blodnjave motnje (recimo preganjalno motnjo) lahko deloma pojasnimo z izgubo naravne

¹⁹ *Kairos* je starogrška beseda za takšen čas, ki ga lahko definiramo kot »pravi trenutek« in je drugačen od *Kronosa*, ki je linearni, sukcesivni, kvantitativni in merljiv kronološki oz. sekvenčni čas. Aubrecht (2013, 139–140) ga opiše kot: »(...) čas, ki razcepi sam kronološki čas in tako vpelje zarezo v sam čas. Kairos torej za razliko od kvantitativnega kronosa označuje kvalitativno razsežnost, nek dogodek, ki je v tesni zvezi s *krisis*, krizo, preokretom, odločilnim trenutkom (...).« Kako pomemben je ta pravi trenutek za *práxis* pri vrhunskih strokovnjakih na nekem področju, je opazil že Hipokrat. Aubrecht (2013, 142) tako povzame njegov nauk: »Vsak kairos je kronos, toda vsak kronos še ni kairos; vsako zdravljenje sicer temelji na kronosu, času, da se rane zacelijo, pa vendar od zdravnika pričakujemo, da ujame pravi trenutek, kairos, da v pravem trenutku predpiše zdravilo ali ustrezno zdravljenje.«

²⁰ Tudi Minkowski in Targowla (2001) ugotavljata, da shizofrenija vključuje občutek izgube temeljne sigurnosti in samoumevnosti v resničnost sveta. Poleg tega pa vključuje tudi indiferentnost, apatičnost, čustveno otopelost in odsotnost občutka za pripadnost skupnemu, intersubjektivnemu svetu.

naravnosti²¹ oz. samoumevnosti vsakdana in temeljnega zaupanja do (celote) sveta kot takega. Vendar pa v našem članku uporabljamo pojem razpoloženja zato, ker želimo poudariti vsakdanji, življenjski svet kot »prizorišče dogajanja«, v katerega se vpisuje subjekt, ki je nekako vselej izven samega sebe in ga ne moremo ločiti od sveta – in ne toliko naš subjektivni odnos do sveta, ki spet predpostavlja nek pojem (»zaprtega«) subjekta (čeprav je za Ratcliffa ta odnos holističen in deluje kot nekakšno ozadje, na podlagi katerega se strukturira naše doživljanje, s čimer se strinjamo). Za nas je nasprotno subjekt sam pojmovan kot *odnos* in ne kot neka substanca, ki ima zunanji odnos do sveta, ki nam je eksogeni. Kljub temu pa so tovrstni opisi doživljanja za nas dragoceni, saj izpostavijo celoto (*Gestalt*), na podlagi katere zaznavamo, določamo in doživljamo vse stvari; čeprav lahko rečemo, da so takšna izkustva relativno redka, saj jih kot ljudje doživljamo le v nevsakdanjih, ekstremnih stanjih, kot so težje duševne motnje, religiozna izkustva ali pa ob zaužitju halucinogenih substanc. Da se nam resničnost sveta postavi pod vprašaj ali da doživljamo svet kot neresničen, ni vsakdanje povprečno izkustvo, saj nam je v naravni naravnosti resničnost sveta dana kot nevprašljiva in v njej svet kot od nas neodvisen.

Ratcliffe (2008) analizira tudi sodobne razprave in teorije o odnosu med čustvi in telesnimi občutki²² ter ugotavlja, da se v splošnem čedalje bolj sprejema in priznava, da ko govorimo o občutkih, gre pri tem za doživljanja, ki niso samo telesno naravnana (prav tako kakor ugotavlja Fuchs). Občutki prežemajo našo lastno naravnost na svet, nam govorijo o svetu in so več kot samo izkustvo notranjih, telesnih, fizioloških stanj. Doživljanje čustev in drugih afektivnih stanj tako vedno že vključuje telesne občutke, kar je razvidno iz same fenomenološke analize doživljanja sebe, drugih, sveta in telesnosti.

²¹ Husserl (1997, 92) je prvi, ki izpostavi, da *naravni svet* (svet v navadnem smislu besede) »je in je bil *zame vedno pričujoč*, dokler pač v njem naravno živimo«. To vsakdanjo držo do sveta, v kateri se ne spraujemo o resničnosti stvari v njem in kako za nas te sploh *so* (kako se nam dajejo v zavesti), temveč jih samoumevno dojamemo kot resnične same na sebi – tj. da so resnične neodvisno od subjekta, ki ima o njih izkustvo – Husserl imenuje *naravna naravnost*. Naravne naravnosti se niti ne priučimo in je ne sprejmemo zavestno, saj ni stvar konceptualne vednosti, sodbe ali stvar propozicionalnega mišljenja, marveč je – kakor ugotavlja Merleau-Ponty (2006) – sama *zaznavna odprtost v svet*, eksistencialna usmeritev, ki deluje kot ozadje doživljanja in mišljenja (npr. kot ozadje pri gledališki igri). Takšno ozadje strukturira naše zaznavanje in doživljanje sveta, zato je objektivizirajoča funkcija naravne naravnosti *ugrajena v našo percepcijo in je njen pogoj*, pravi avtor *Fenomenologije zaznave*.

²² Angleški jezik npr. loči med dvema terminoma, in sicer »sensations« in »feelings«. *Sensation* tako večinoma razumemo kot telesno posledico zunanjega fizičnega dražljaja; *feeling* pa kot nekakšno notranje čustveno stanje, npr. čustva do nekoga ali pa netelesni občutek, ki nima specifičnega objekta. V slovenščini uporabljamo izraza *občutek* in *čustveno stanje*, vendar pa v naši nalogi *ne* razumemo občutka samo kot telesne posledice fizičnega stimulusa, temveč vselej že vključuje tudi zavest oz. doživljanje.

::SKLEP

Fenomenološka analiza kot metoda sistematičnega raziskovanja doživljanja (ki ni introspektivno) torej zaobjema konkretno izkušnjo vedno že utelešenega in situiranega subjekta v svetu. Duševnosti oz. zavesti tako ne moremo konceptualizirati kot nekaj, kar naj bi bilo zaprto v našo »notranjost«, ki posredno (mehanično in kavzalno) upravlja naše telo kot objekt, marveč vključuje (skupni) življenjski svet kot tak, kar pomeni, da si lahko doživljanja, razpoloženja in čustva *delimo*. Razumevanje (intersubjektivnega) sveta kot »polja naših izkustev« je ključno za razumevanje afektivnih in drugih psiho(pato)loških stanj na splošno.

Afekti ne morejo biti samo ena izmed komponent naše duševnosti in jih ni mogoče ločiti od naše stvarnosti kot celote oz. kontekstualne situacije, v kateri jih doživljamo. Kot fenomeni se nam vedno že dajejo kot *pomenljivi* in v teh koordinatah strukturirajo naše doživljanje (sveta in nas samih), tako da so neločljivi od percepcije, kognicije in vzgibov, ki nas silijo v delovanje. Tako lahko legitimno rečemo, da *so afekti konstitutivni element spoznavanja, kognicije*, saj ne moremo misliti spoznavanja brez vrednostne konotacije, skozi katero se formira in določa mišljenje. Prav tako afekti niso samo neka mimobežna, izolirana čustva ipd., ki prihajajo in minevajo, marveč *smo kot subjekti v njih utemeljeni ter tako določajo našo bit, in sicer skozi razmerje, ki ga imamo do (stvari) sveta*. Stimmung kot modus Befindlichkeit ni samo nekakšno zunanje razmerje subjekta do sveta, ampak *je bistveno imanentni odnos; kot pogoj, ki subjekt in svet šele omogoča, razkriva*.

Afektivna stanja tako lahko razumemo kot nekaj, kar vznikne v interaktivnem medprostoru človeškega dogajanja, saj jih ne moremo ločiti od kontekstualne situacije. Prav tako afektivnost vedno spremlja tudi tvorjenje socialnih odnosov in vezi.

V članku ugotavljamo, da obstaja *med razpoloženji in emocijami temeljna strukturna razlika*. Razpoloženjskost izraža našo temeljno odprtost v svet in je sokonstitutivna za mišljenje, zaznavanje, hotenje, govorico (jezik). Prav tako daje nek ton, zven, nianso/odtenek doživljanju sveta kot celote. Ker se ne moremo izvzeti iz razpoloženjskosti, nam je zato le-ta najbolj »blizu« in ne vidimo, kako je konstitutivna za naše doživljanje sveta. Komaj ko se (z)najdemo v posebnem, nevsakdanjem in nedomačem razpoloženju (npr. tesnobo ali depresivno razpoloženje), se ovemo, da nam je v njem svet dan drugače (in skozi njega mi sami sami sebi) oz. se nam stvari v svetu razkrivajo na drugačen način. Zato smo si pri analizi pomagali s psihiatričnimi opisi raznih psiho(pato)loških stanj, pri katerih je – po našem razumevanju – ključno, da razumemo in uvidimo, kako je spremenjen celoten *bivanjski svet* individuumov – in ne samo »notranje«, privatno stanje posameznika. Fuchs (2013) npr. opaža, da pri psihopatoloških stanjih, kot je depresija, afektivne kvalitete okolja zbledijo skupaj z afektivno nabitim socialnim ozračjem. Tako bolnik nekako ne (z)more biti več aficiran s strani drugih oseb (npr. družine), stvari in situacije, kar implicira, da se z drugimi ljudmi ne more več povezati na *interaktivni in afektivni ravni*. Če želimo *razumeti* depresivno motnjo, moramo torej razumeti, kako se po-

samezniku s takšno motnjo razkriva svet oz. kako se mu stvari v svetu dajejo, ter kaj mu preprečuje, da bi navezal stike, tvoril odnose in se tako vključil v svet, ki si ga delimo z drugimi. Fenomenološka metoda prav tako odkriva, da nas v stanjih, kot so tesnobno in depresivno razpoloženje ter dolgčas (ki jim lahko rečemo *dogodki ničā*), *aficira nič sam*, ki pa ga zgolj kot pozitivno kognitivno entiteto ne bi zmogli prepoznati in predelati. Razumevanje življenjskega sveta kot področja, kjer se rodi neka specifična psiho(pato)logija, s katero posameznik v svetu biva, nam ponudi konceptualno orodje za raziskovanje doživljanja v psihologiji ter ima nekatere metodološke prednosti, in sicer višjo ekološko veljavnost kliničnih raziskav; razumevanje kulturnih in zgodovinskih determinant psiho(pato)logije; individualizirano obravnavo pacienta z njegovo specifično motnjo v njegovem partikularnem bivanjskem okolju in načinu delovanja v svetu; razumevanje, kaj sploh pomeni doživljati oz. imeti duševno motnjo, torej, *kaj je duševna motnja* in *kako primarno strukturira celoto bivanjsko resničnost*; posledično tudi prispeva k sami diagnostiki ter za vzpostavitev terapevtskega odnosa. Skozi fenomenološko držo se spremeni pogled in razumevanje psiho(pato)logije kot take – še posebej psihiatričnih bolezni, kot so shizofrenija, blodnjave motnje, razpoloženjske (afektivne) motnje in nevrotične motnje. Kako se nam stvari v svetu dajejo oz. kažejo, govori o našem odnosu do sveta kot celote in nam tako priča o temeljnem razpoloženju, ki nas določa. Opozoriti moramo, da je treba poročanje pacientov oz. udeležencev v fenomenološki raziskavi jemati resno in dobesedno (če ne opazimo ali nimamo utemeljenega suma, da oseba zavestno ali nezavedno prireja referat). Tako se npr. ne sprašujemo po odtentkih povedanega in po morebitnih prenesenih pomenih besed, marveč jih vzamemo *takšne, kot so, v dobesednem pomenu*. Tudi opise doživljanja npr. osebe s psihotično motnjo moramo vzeti resno, saj so njene izjave – npr. občutek neresničnosti samega sebe ali sveta, občutek nedomačnosti v svetu itd. – *eksistencialne izjave*, kar pomeni, da ne izražajo *znanja*, iz česar sledi, da po Wittgensteinu (2014) *niso propozicijske* – torej ne morejo biti resnične ali neresnične, marveč *odražajo nek celosten odnos do eksistence*, kar je za terapevtsko delovno alianso, ki je pogoj zdravljenj izjemnega pomena.

::LITERATURA

- Aubreht, Dejan. 2013. *Tesnoba, Dolgčas in Obup: k filozofiji dionizičnega pesimizma*. Ljubljana: DTP.
- Damasio, Antonio. R. 2008. *Iskanje Spinoze: veselje, žalost in čuteči možgani*. Ljubljana: Krtina.
- Ekman, Paul. 1992. »Are There Basic Emotions?« V: *Psychological Review*, 99; USAZDA: Washington, str. 550553.
- Flaubert, Gustave. 1987. *Vzgoja srca*. Ljubljana: Cankarjeva založba.
- Fuchs, Thomas. 2013. »The Phenomenology of Affectivity.« V: *The Oxford Handbook of Philosophy and Psychiatry*, uredili Fulford, K. W. M., Davies, M., Gipps, R. G. T., Graham, G. Sadler, J. Z., Stanghellini, Thornton, T., 612631.(ur.): *The Oxford Handbook of Philosophy and Psychiatry*. Oxford UK: Oxford University Press., str. 612631.

- Fuchs, Thomas. 2016. »Intercorporeality and interaffectivity.« V: *Phenomenology and Mind*, n. 11:, Italija: Firenze University Press, str. 194209.
- Heidegger, Martin. 2005. *Bit in čas*. Ljubljana: Slovenska matica.
- Hribar, Tine. 1993. *Fenomenologija. Knjiga 1, Brentano, Husserl, Heidegger*. Ljubljana: Slovenska matica.
- Husserl, Edmund. 1975. *Kartezijanske meditacije*. Ljubljana: Mladinska knjiga.
- Husserl, Edmund. 1997. *Ideje za čisto fenomenologijo in fenomenološko filozofijo*. Ljubljana: Slovenska matica.
- Husserl, Edmund. 2005. *Kriza evropskih znanosti in transcendentalna fenomenologija: (uvod v fenomenološko filozofijo)*. Ljubljana: Slovenska matica.
- Koffka, Kurt. 1935. *Principles of gestalt psychology*. London: Lund Humphries.
- Koffka, Kurt. 1922. »Perception, an Introduction to the Gestalt Theory.« V *Psychological Bulletin* 19: 531585.
- Lamovec, Tanja. 1991. *Emocije*. Ljubljana: Filozofska fakulteta Univerze v Ljubljani.
- Malcolm Patterson, M. G., Michel West, M. A., Viv J Shackleton, V. J., Jeremy F Dawson, J. F., Rebecca Lawthom, R., Sally Maitlis, S., David L Robinson, Alison M Wallaceidr. 2005. »Validating the organizational climate measure: links to managerial practices, productivity in innovation.« V: *Journal of Organizational Behavior* ., USA, NY: John Wiley & Sons, Inc., 26:, str. 379408.
- Merleau-Ponty, Maurice. 2006. *Fenomenologija zaznave*. Ljubljana: Študentska založba.
- Merleau-Ponty, Maurice. 2007. »The Child's Relations with Others.« V: *The Merleau-Ponty reader, uredila Toadvine T. in Lawlor L.*, 143185. (ur.): *The Merleau-Ponty reader*. USA Illinois: Northwestern University Press., str. 143185.
- Minkowski, Eugene in., Targowla, René-Jacques. 2001. »A contribution to the study of autism: the interrogative attitude.« V: *Johns Hopkins University Press. Philosophy, psychiatry and psychology*, USA, Maryland: Johns Hopkins University Press, 8(4):, str. 271278.
- Plutchik, Robert. 1980. *Emotion: A psychoevolutionary synthesis*. New York: Harper and Row.
- Ratcliffe, Matthew. 2008. *Feelings of being: phenomenology, psychiatry, and the sense of reality*. UK: Oxford University Press.
- Ratcliffe, Matthew. 2012. »Varieties of Temporal Experience in Depression.« V: *Journal of Medicine and Philosophy*, UK: Oxford University Press, 37: str. 114138.
- Sartre, Jean-Paul. P. 2007. *Oris teorije čustev*. Ljubljana: Študentska založba.
- Snoj, Marko. 2016. *Slovenski etimološki slovar*. Ljubljana: Založba ZRC.
- Wittgenstein, Ludwig. 2014. *Filozofske raziskave*. Ljubljana: Krtina.