

# Å komme til seg selv – i bevegelse, sansning og forståelse

Matrix, 2009; 2, 257-275

Randi Sviland, Målfrid Råheim & Kari Martinsen

*I dette essayet fortolkes Trygve Braatøys tanker om nervøse og psykosomatiske lidelser i lys av Løgstrups sansefilosofi. Braatøy beskrev muskulære belastninger som vevd sammen med følelsesmessige belastninger, og bevissthet som kroppslig forankret. I hans tenkning er muskulære konflikter et særtrekk ved slike lidelser, og forbundet med regulering av overveldende inntrykk som binder personen i møte med verden. Løgstrup la ut menneskers universelt gitte grunnvilkår, og mente at den menneskelige tilværelse er sammenvevd med eller felt inn i omgivelsene i pust og ernæring, men også i sansningen. Og sansningen er mer enn nevrofysiologiske prosesser, den er vår klangbunn, stemt av inntrykk. Som fenomen rommer sansningen både den som sanser og det som sanses. Med Løgstrups sansefilosofi som tolkningsperspektiv i møte med Braatøys tenkning drøftes bevissthet som kroppslig forankret, med distinksjon mellom bevissthet i sansning og bevissthet i forståelse. I denne fortolkningen fremheves kroppslig forankret bevissthet både som klangbunn stemt av livets erfaringer, og samtidig som tilstedeværelse her og nå, i varierende grad av åpenhet.*

*Randi Sviland, privatpraktiserende spesialist i psykiatrisk/psykosomatisk fysioterapi MNFF, Cand. san. Seksjon for fysioterapivitenenskap, Institutt for samfunnsmedisinske fag, Universitet i Bergen. E-post: [r-svi@online.no](mailto:r-svi@online.no).*

*Målfrid Råheim, fysioterapeut, dr. philos og førsteamanuensis ved Seksjon for fysioterapivitenenskap, Institutt for samfunnsmedisinske fag, Universitetet i Bergen.*

*Kari Martinsen, sykepleier, magister i filosofi, dr. philos, professor ved Høgskolen i Harstad og Haraldsplass diakonale høgskole i Bergen.*

Å komme til seg selv – i bevegelse, sansning og forståelse

## Innledning

Sammen med fysioterapeut Ädel Bülow Hansen<sup>1</sup> la psykiater Trygve Braatøy<sup>2</sup> grunnlaget for norsk psykomotorisk fysioterapi<sup>3</sup>. Opplevelser og fornemmelser i egen kropp, og refleksjon over kroppslige erfaringer er vesentlige tema i denne behandlingsformen. Erfaring og studier antyder at muskulær avspenning og omstilling av kroppsholdning kan gi pust og bevegelse større frihet, balanse, mer fleksibilitet og nye opplevelser i og av seg selv (Dragesund & Råheim 2008, Øien, Iversen & Stensland 2007, Ekerholt & Bergland 2006). Å forstå kroppen som kilde til erkjennelse utfordrer en mekanisk kroppsforståelse, og også vår tids sterke fokusering på kognisjon. Flere fysioterapeuter har bidratt til vitenskapsteoretisk problematisering av kroppsforståelse (Engelsrud 2006, Gretland 2007, Thornquist 2003, Raaheim 2001), og deler av fenomenologien<sup>4</sup> har vært særlig viktig når det gjelder å utfordre en dualistisk kroppsforståelse.

Trygve Braatøy forsøkte å overskride skillet mellom kropp og psyke ved å forankre bevissthet og forståelse i kroppslige funksjoner. Ved å sette hans teorier i spill med Knud Eiler Løgstrups<sup>5</sup> utlegninger om sansningen, vil vi løfte frem noen grunnleggende forutsetninger for kroppslig forankret erkjennelse. Essayet bygger på en tidligere studie (Sviland 2005) av Braatøys tekster analysert i lys av Løgstrups sansefilosofi. Her arbeider vi videre ut fra den samme metodologiske inspirasjonen og med de samme metodiske redskapene<sup>6</sup>. Analysen innebærer å fortolke Braatøys teorier om enkeltindividers livsvilkår og lidelser i lys av livets universelt gitte forutsetninger, grunnvilkårene, som Løgstrup også kalte livsytringer.

Braatøy og Løgstrup fører diskusjoner i forhold til ulike miljøer, og begge har sin særegne skrivestil. Løgstrup bruker ord fra dagligspråket<sup>7</sup>, men setter dem inn i sammenhenger som kan virke uvant. Braatøy skrev svært polemisk, og må særlig forstås ut fra sammenhengen han skrev i. Vi presenterer de to så nært deres egen uttryksmåte som mulig, men har tilpasset noe for å gjøre stoffet litt mer tilgjengelig. Essayet er bygget over tre sentrale tema i Løgstrups sansefilosofi: Menneskets sanselige tilstedeværelse i verden; Sansningen som stemt klangbunn; og Forholdet mellom sansning og forståelse som forenende motsetninger. For hvert tema presenteres først Løgstrups utlegning, så det aktuelle i Braatøys tenkning. Deretter drøfter vi hvordan Løgstrups utlegning kan bidra til å utdype Braatøys tenkning. Dette er uttrykk for vår fortolkning og våre refleksjoner om mulig videreføring av Braatøys tenkning.

## Første tema: Menneskets sanselige tilstedeværelse i verden

### *Løgstrup – sansefilosofi om innfelthet*

Løgstrup utviklet sansefilosofien gradvis. Den viste seg indirekte allerede i de suverene livsyttringene i den tidlige fasen da han beskjefteget seg med menneskelivets grunnvilkår, i det en kan kalle hans antropo – fenomenologi. Sansningens betydning kom etter hvert mer eksplisitt til uttrykk da Løgstrups tenkning utviklet seg til å bli en kosmo-fenomenologi, som omfattet menneskets stilling i universet<sup>8</sup>.

Løgstrup videreførte Hans Lipps<sup>9</sup> sine tanker om mennesket som "forviklet" med verden. Det vil si at vi alltid allerede er i verden, og derfor ikke trenger å etablere et forhold til den. Vi er ikke et selv, men blir hele tiden oss selv gjennom måten vi tar situasjoner opp i oss. Menneskets eksistens er kontinuerlig å komme til seg selv gjennom å finne sin holdning i kropp og språk (Andersen, 2002). Løgstrup brukte uttrykket innfelt i sansningen for å uttrykke at vi er avstandsløst åpne til verden i sansningen. Andre bruker uttrykk som innvevd eller sammenflettet for å få frem det uatskillelige i menneskets måte å være i verden.

Sansningens fysiologiske betingelser kan utforskes gjennom naturvitenskaplige undersøkelser, men vår åpenhet til det som omgir oss, eller universets nærvær i oss, kan bare redegjøres for rent filosofisk, mente Løgstrup. Han utfordret oss med andre ord til å se sammenhenger som vi med nevrofysiologisk forskning ikke kan se. Det er fundamentalt, mente han, at den menneskelige tilværelsen er felt inn i naturen. Det er vi gjennom åndedrett og stoffskifte, men også i sansningen. Løgstrup bestred ikke vitenskapens forklaringer på sansningens fysiologiske forutsetninger, men han avviste at det er det samme som å forstå fenomenet sansning. Å forstå sansning gjennom vitenskapelig forklaring innebar følgende feilslutning: "Da betingelserne for vor sansning befinner seg indenfor vort kranium, befinner sansningen seg indenfor vort kranium" (Løgstrup 1984, s.23). Slik er det ikke, mente Løgstrup, sansningen er ikke der betingelsene for den er. Vi må med andre ord ikke forveksle biologiske forutsetninger med fenomenet som helhet. I sansning som fenomen "er vi udenfor og borte fra kraniet" (Løgstrup 1984, s.24). Fysiologiske prosesser isolert inni mennesket strekker ikke til for å forstå sansningen som fenomen, fordi fenomenet sansning rommer den verden som sanses.

Å komme til seg selv – i bevegelse, sansning og forståelse

Når Løgstrup utlegger fenomenet sansning, insisterer han på at verden gjør inntrykk på oss. Vår forståelse av verden hviler i sansningen, og vi opplever den med kroppslige bevegelser og tilstander. Vi beveges av inntrykk uten at vi kan gjøre noe fra eller til med det. Sansningen gir oss, på umiddelbart vis, adgang til verden. Det vi uvilkårlig opplever er ikke en illusjon, eller noe vi har skapt med vår forforståelse. Verden har mening, sammenheng og verdi i seg selv, mente Løgstrup. Verden eksisterer, den er ikke en konstruksjon i menneskets sansning. Vi opplever farger, fordi det finnes farger i verden. Selv om vi kan oppleve farger forskjellig ville vi ikke oppleve verden som farget dersom den ikke allerede eksisterte i sin fargeprakt. Løgstrups anliggende er her at sansning ikke bare er fysiologiske prosesser inne i den som sanser, men at fenomenet sansning også rommer det som sanses.

### *Hva er Braatøys perspektiv på sansningen og vårt forhold til verden?*

Braatøy forsøkte å slå bro over motsetninger mellom psykoanalytisk tenkning og nevrofysiologisk forskning. Ved psykosomatiske og nervøse lidelser mente han at kroppslige funksjoner<sup>10</sup> er kommet i konflikt, og at personen dermed er kommet i konflikt med seg selv. Han mente at ulike funksjoner utvikles i samspill med verden vi lever i, og at bevissthet utvikles i relasjon til andre mennesker. Vi tar opp i oss andres bevegelser, uttrykk, dommer og fordommer, og individets spesielle livserfaringer preger en persons mange funksjoner, som for eksempel kroppsholdning og følelsesmessig innstilling. Det en person tar opp i seg kan imidlertid være i konflikt med hans eller hennes umiddelbare reaksjoner. Dersom motsetningene er tilstrekkelig motsetningsfylte og vedvarende kan slike konflikter føre til fastlåste tilstander og sykdom. Braatøys poeng er at en person som er kommet i konflikt med seg selv på denne måten må forstås ut fra sin særlige historie, og kan altså ikke forstås isolert og uavhengig av verden.

Sansningen er tastaturet i individets tilpasning til omgivelsene, mente Braatøy. Bevissthet kan ikke bero på seg selv, løsrevet fra kroppen. Den hviler på et mylder av sanseintrykk som modellerer våre kroppslige strukturer og preger våre tanker. Selv om sentralnervesystemet, hos Braatøy kalt "*omsjaltningsapparatet*", er en nødvendig forutsetning for bevissthet, avviste han at bevissthet lar seg forutsi ut fra enkel stimuli – respons tenkning. Kompleksiteten i individets sanseerfaringer gjør denne type generalisering lite opplysende, mente han. Følelsesliv og selvbevissthet må etter hans syn forstås som kroppslige fenomen. Kunnskap om nevrofysiologi hadde vist at inntrykk påvirker menneskeorganismens biologiske reaksjoner<sup>11</sup>. Selv om Braatøy mente at dette demonstrerte

biologiske forutsetninger for å forstå kroppslige og følelsesmessige funksjoner, var ikke det tilstrekkelig for å forstå den enkelte pasient. Psykoanalytisk tenkning derimot så betydningen av pasientens særegne historie. Den kan vise hvilke livsintrykk den spesielle menneskeorganismen har vært utsatt for. Disse kunnskapsdomenene viser at menneskeorganismen formes av inntrykk fra den verden det lever og puster i, men fra ulike vinkler. Det gjelder for produksjon av magesaft, så vel som "de ytterst spesialiserte funksjoner hos mennesket som er knyttet til det talte, hørte, skrevne og trykte ord", sa Braatøy (1947, s. 480). Han forsøkte å overskride det han mente var misforståtte motsetninger. Freud fortapte seg i historiene, og mistet kroppen av syne, mens biologene derimot glemte historiene.

Ifølge Braatøy har både selvbevissthet og nervøse lidelser utgangspunkt i bevegelse og sansning, og utvikles i forholdet mellom umiddelbare og middelbare reaksjoner. Et barn utvikler umiddelbar og middelbar bevissthet om seg selv gjennom å se seg selv, f. eks hånden, som en ting utenfor seg selv (middelbart), og samtidig sanse seg selv i sine bevegelser (umiddelbart). At barnet ser seg selv utenfra samtidig som det erfarer seg selv innebærer en grad av distanse som gir barnet opplevelsen av å være seg selv bevisst.

Braatøy beskrev følelser som umiddelbare uttrykk som velter opp innenfra, samtidig som de inngår i samspill med andre. De lokkes frem, provoserer reaksjoner og krever svar. Uten svar reagerer personer følelsesmessig negativt. Følelser kan bare leves ut, fullt ut, sammen med andre mennesker, og vi tar andres reaksjoner også opp i oss og gjør dem ubevisst til våre egne. For eksempel kan et barn ha fått noe ekkelt i munnen og uttrykke "æsj" som en umiddelbar spytteaktig geberd. Barnet kan også lære at det er ekkelt å putte gjenstander i munnen gjennom mors reaksjon når hun sier "æsj". Barnet kan gjenta mors reaksjoner i bevegelse og ord, og gjøre dem til sine middelbare reaksjoner. Med Braatøy kan vi da si at andre mennesker inngår i individets kropp, språk og selvbevissthet. På den måten vil derfor andre middelbart bidra til å forme og modifisere et barns umiddelbare uttrykk og bevegelser. Dersom det barnet tar opp i seg fra omgivelsene er tilstrekkelig i konflikt med egne umiddelbare opplevelser, kan det legge grunnlag for de muskulære konfliktene som, ifølge Braatøy, preger nervøse sinn <sup>12</sup>.

Braatøy var også opptatt av at menneskets funksjoner hørte hjemme i et kosmisk perspektiv. Naturen, tyngdekraften og døgnets rytme gjør seg gjeldende i våre liv. Holdningsmuskulaturen stimuleres av kroppens tyngde i oppreist stil-

Å komme til seg selv – i bevegelse, sansning og forståelse

ling. Når vi faller ut av vår vanlige holdning, faller hensikten ved spenningen bort, og da blir vi sosialt annerledes innstilt, mente han. Man "tenker, føler og reagerer annerledes når man ligger enn når man står på bena. Det innebærer i virkeligheten en kosmisk omstilling," sa han (Braatøy 1947, s. 419). Vi lærer om og preges av omgivelsene gjennom uopphørlig å beføle forholdene omkring oss, og mennesket bærer både tyngdekraften og de sosiale utfordringene på sin rygg. Den kan være belastet med både legemets tyngde, og av en "person i villrede mellom to standpunkt" sa Braatøy (1952, s. 55). Den menneskelige organismen preges av natur og kultur. Dens utfordring er å tilpasse seg sine omgivelser. Braatøy skildrer dette blant annet slik:

"Når jorden velter sin venstre skulder op og skygger for solen, da nærmer den tid seg da mennesker legger sin høire skulder på madrassen, kinnene på puten, lukker øinene og sovner (forhåpentlig). Det er det normale samspill mellom kosmiske og vegetative forskyvninger"... "Når en nattarranger eller trett arbeider legger seg utpå morgensiden, da "fjerner han solen fra himmelen ved å rulle ned rullgardinen og lukke øinene." (Braatøy 1947, s. 561)

### *Hvordan kan Løgstrup utdype Braatøys perspektiv på mennesket i verden?*

Løgstrup utla menneskets tilværelse i verden slik vi opplever den, mens Braatøy var opptatt av å forstå nervøse og psykosomatiske lidelser. Begge tok utgangspunkt i at vi som kroppslige subjekter befinner oss i en verden som beveger oss. Løgstrup belyste den menneskelige tilværelsens grunnvilkår som uatskillelig forbundet med verden i natur og kultur og innfelt i sansningen. Braatøy hevdet at den enkeltes livsvilkår preger individet og er med på å forme funksjoner som kroppsholdning, følelsesmessig innstilling og bevissthet. Det Løgstrup kalte verdens tilstedeværelse i oss kan med andre ord sies å manifestere seg i Braatøys forståelse av funksjon.

Vi må ikke forveksle sansning som fenomen og dens biologiske forutsetning, understreket Løgstrup. I lys av denne distinksjonen kan sider ved Braatøys forsøk på å bygge bro mellom psykoanalyse og fysiologi tydeliggjøres. Braatøy skilte også mellom fenomenet sansning og dets biologiske forutsetninger, og for han var det viktig å vise at disse ikke kan være i konflikt. I sanselig nærvær kan vi beskrive og forstå et fenomen i sin spesielle individuelle sammenheng, mens biologiske forutsetninger kan la seg utforske i laboratorier. Begge deler kan belyse pasientenes tilstander, men fra hver sin side av saken. Symptomer

må undersøkes både ut fra historiske sammenhenger og kroppslig funksjon, og naturvitenskapelig og eksperimentell kunnskap er nyttig når den settes i sammenheng med den enkelte pasients biografi. For Braatøy var det imidlertid viktig å understreke at forholdet mellom klinisk menneskekunnskap og instrumentell laboratoriforskning ikke stilles på hode slik at "klinikk blir et tilbygg til laboratoriet" (Braatøy 1979, s. 186). Elektromyografiske målinger kan ikke skille mellom grin og smil, og tårekvantum gir lite opplysninger om en persons sorg, dessuten kan man ha tårer i øynene av både glede og sorg, påpekte han. Det var altså ved å klargjøre ulikhetene mellom fenomen og fysiologi at Braatøy så sammenhengene som kunne bygge bro mellom ulike retninger i fagfeltet. Forbindelsen fant han særlig i forståelse for muskulær spenning, pust og holdning.

Løgstrup avviste ikke nevrofysiologi som biologisk forutsetning for sansningen, men han gikk ikke i diskusjon med den type forskning når han avviste sansning som reseptiv. På filosofisk grunnlag mente han at reseptiv sansning er umulig, fordi vi allerede er i verden, innfelt og avstandsløse. Vi må anta at Braatøy som medisiner var preget av et fysiologisk perspektiv på sansning som reseptiv, der menneske mottar inntrykk fra verden. Braatøys kritikk av nevrofysiologisk forskning og psykoanalyse kan imidlertid også fortolkes som en bevegelse vekk fra entydig nevrofysiologisk forståelse av sansningen, og i retning av Løgstrups skille mellom sansning som nevrofysiologisk prosess og sansning som fenomen. Nevrofysiologi kan beskrive noen biologiske forutsetninger for at nervøse lidelser kan oppstå, og dokumentere hvordan organsimen påvirkes, men dette vil allikevel ikke være tilstrekkelig for å forstå den enkelte pasients tilstand, mente Braatøy. I lys av Løgstrup kan kanskje Braatøys tanker videreføres ved å fremheve at pasientenes kroppslige tilstander må forstås både ut fra den sansende pasienten og det som er sanset i form av mangfoldige inntrykk som har beveget og satt sitt preg på personen.

Affektregulering i mellommenneskelige relasjoner er sentralt i Braatøys teori. I lys av Løgstrup løftes også et kosmisk perspektiv frem. Hvordan vi tenker og føler, og om vi sover eller er våken, er faktisk også spørsmål om tyngdekraft og jordens dreining om seg selv. Vi mener at Braatøy her, implisitt, uttrykker et forhold mellom menneske og verden som nærmer seg en innfelt tilværelse i sansningen. Løgstrup og Braatøy hadde imidlertid to vidt forskjellige intensjoner, og dermed også hvert sitt ståsted som kunne spissformuleres slik: Løgstrup har utgangspunkt i verden, og kroppen er i verden. Braatøy har utgangspunkt i kroppen, og verden er i kroppen.

Å komme til seg selv – i bevegelse, sansning og forståelse

## Andre tema: Sansene som stemt klangbunn

### *Løgstrup – om menneskesinnet og sansenes stemthet*

Det er en fordom, mente Løgstrup, at alt som gjør inntrykk oppleves bevisst. Identifikasjon foregår uopphørlig med andre mennesker, men også med våre sansbare omgivelser. Det finner sted en uopphørlig psyko-motorisk identifikasjon med rytmen og spenningen rundt oss i natur, kulturelle uttrykk og i personlige relasjoner<sup>13</sup>. I sansningen stemmes vi med omgivelsene, mente Løgstrup. Han avviste at bevissthet beror på seg selv, og mente at det vi kaller menneskesinnet er det han kaller sansenes stemthet. Innfelt i sansningen får vi næring til livsytning, sinnet lever og opplades av omverdenen ved at sansene stemmes. Sinnet kan ikke være til uten å være stemt av verden og naturen. Uavlatelig stemmes sansene, det er forutsetningen for at noe kan gjøre inntrykk på oss (Løgstrup 1987).

”Hvert øjeblik, vi lever, oplades vort sind af den legemlighed, som vi, selv legemlige er indfældet i. Det stemmer vort sind, tilfører det oplagthed, også den oplagthed, der skal til for at hade, være forurettede og lægge øde.” (Jensen siterer Løgstrup, 2007, s. 132)

Når sansene er stemt av forurettelser og hat er det fortsatt stemt sansing som kan hjelpe oss ut av selvkretsende tanker og følelser, fordi sansningens strømmer kan åpne og befri, mente Løgstrup. Gleden kommer, uten at vi vet om det, ”gennem vort syn og vor hørelse som glæde over lys og landskab og toner. Eller som glæde over den modtagne menneskelighed.” (Jensen 2007, s. 134)

Vi kan ikke karakterisere stemtheten, fordi den er ubevisst for oss. Vi får glimt av den i øyeblikk der vår erindring vekkes av et sanseintrykk, en spesiell lukt eller lyd som plutselig setter oss tilbake til stemningen i en tilbakelagt tid. På det tidspunktet var vi ikke denne stemningen bevisst, det er bare i ettertid, når den tilfeldig vekkes, at vi kan bli den bevisst. Dette kaller Løgstrup sanseutløste erindringer. Han tenker seg at stemtheten er forutsetningen for menneskenes emosjonelle liv. Den er klangbunnen for våre følelser, stemninger og affekter. Emosjoner er forbundet med at stemtheten bringes til så sterke utslag at den kommer over bevissthetsterskelen, på den enkelte følelses vis. Stemtheten viser seg altså i sanseutløste erindringer og følelsesreaksjoner.

Inntrykk er fulle av betydning, og sånn sett inneholder de verdensforhold. Og stemte inntrykk kan utløse innfall som setter tanker i gang. Derfor er betyd-



ningssvagre inntrykk inspirasjon til stemte uttrykk. I den stemte sansningen ligger kilden til alle personlige uttrykk og kunstnerisk utfoldelse. Vårt forhold til verden, vår opplagthet og vår energi er stemt. Vi er allerede stemt av tidligere erfaringer når vi befinner oss i nye situasjoner og stemninger. Selv om Løgstrup mente at vi opplades av sansningen, minnet han oss også om at naturen kan være "lige så grusom, som den er god, lige så dræbende som helbredende." (Løgstrup 1983, s.16)

### *Braatøy – om inntrykk, stemning og erindringer i nervøse sinn*

Av inntrykk så tidlig som i mors liv, gror en ømfintlighet i organismen overfor andres pust og bevegeleser, skrev Braatøy. Mors hjerteslag og åndedrag er fundamentale drivkrefter i barnets eget kretsløp og dets "ånding" ( Braatøy 1952, s.210). Ved brystet vil barnet oppleve mors rytme som en del av den trygghet og ro som omgir det, men også uregelmessig puls, andpustenhet og kalde, klamme og klossede hender. Slike inntrykk er utviklingsbiologisk og hinsides ord, sa han. Stemninger og inntrykk preger<sup>14</sup> barnet dypere enn ord og forstand. De fleste mennesker er umusikalske når det gjelder å fornemme sine følelser, de oppfatter en dominerende melodi, men aner lite om understemmer. Store deler av følelseslivet ligger ubevisst som undertoner i oss, mente Braatøy, men de kan utløses av inntrykk i en situasjon (Braatøy 1952).

Inntrykk fra en enkeltstående dramatisk hendelse eller en vedvarende og grunnleggende stemning over tid, med trusler og fiendtlig latter, kan føre til det Braatøy kalte overtrening av en viss type reaksjoner. Stemningen et barn vokser opp i nedfeller seg i holdningsmuskulaturen, og vonde erfaringer kan føre til vonde reaksjoner og bringe et menneske i strid med seg selv, i form av muskulære konflikter. Den har rot i konkrete hendelser og livserfaringer som personen fortsatt bærer i seg.

Oppdragelse som fører til at mennesker blir innstilt på å bite i seg provokasjoner, sitte stille og late som ingen ting, kan bli til en så effektiv affektsperre at personen selv ikke ordentlig opplever det som skjer. Når ufordøyelige inntrykk låses fast arresteres og fragmenteres primitivreaksjoner<sup>15</sup>. Bindes affektive utbrudd konsekvent og langvarig kan erindring sprenges fra kroppslige reaksjoner, og forestillinger og bevegelser kan miste forbindelse. Reaksjoner kan bryte frem den dagen terskelen for forurettelse overskrides. Da skyller bevegelsesimpulsene tilbake fra tidligere erfaringer, og reaksjoner kan komme frem fragmentert og forvridd. Svette, hjertebank, rødme, uro eller affekt kan da utløses uten at min-

Å komme til seg selv – i bevegelse, sansning og forståelse

net om hendelsene følger med reaksjonen, og oppleves ofte som ubegripelige for pasienten selv. Reaksjonene kan utløses ved en viss type sanseintrykk, som vekker gamle stemninger. Dette er inntrykk som er blitt fastlåst til en spesiell betydning, som et signal for den konkrete situasjon i fortiden. Følelsene svarer til det som var aktuelt da, men er ikke nødvendigvis adekvat i den nye situasjonen.

Følsomhet for inntrykk kan forårsake tilstander som krever behandling, men kan også gjøre omstemming mulig, mente Braatøy. Under pasientens ytre uttrykk og sosialiserte reaksjoner, ligger ofte det Braatøy kalte "et dirrende dyr på sprang med muskulatur, åndedrag og tarmer i spenning" (Braatøy 1952, s. 184). Selv om organismen er i hjelpenn kan pasienten ofte forsikre at hun ikke er redd. Overser vi pasientens undertone, risikerer vi å vekke redslene allerede i det første inntrykket, så enhver fortrolighet kan gå tapt. Kroppen kan være fysisk til stede, men *det spente dyret* vil ha fløyet over alle hauger og gjemt seg for all terapeutisk innflytelse (Braatøy 1952).

### *Hvordan kan Løgstrup kaste lyse over Braatøys forståelse av nervøse sinn og fragmenterte erindringer?*

Løgstrup utla stemthet i sansningen som universelt grunnvilkår og på forhånd gitt ved livet. Når Braatøy undersøkte hvordan nervøse lidelser kunne utvikle seg, beskrev han menneskeorganismens ømfintlighet for inntrykk og hvordan stemninger setter sitt preg på et individ. Han forstod pasientenes tilstander i lys av deres spesielle livsvilkår. Er sansenes stemthet som grunnvilkår en forutsetning for at spesielle livsvilkår kan føre til nervøse lidelser, og samtidig en forutsetning for at behandling er mulig?

Sansenes stemthet gir følelseslivet førbevisst klangbunn. Løgstrup mente at følelsenes bevegelse kan bringe stemtheten til så sterke utslag at den kommer over bevissthetsterskelen. Ifølge Braatøy preger førbevisste inntrykk et menneskesinn. Han beskrev hvordan pasienter med nervøse sinn hindret stemninger i å bryte igjennom til bevisstheten ved å holde bevegelser i sjakk. Slik muskulær tilbakeholdelse kan se ut til å dempe svingningene i den klangbunnen Løgstrup beskrev, sånn at stemninger og følelser ikke blir bevisst. Løgstrup mente også at stemtheten kan bli bevisst i sanseutløste erindringer. Braatøy beskrev nevrotiske reaksjoner som utløst av inntrykk som har fått fastlåst betydning. Vi kan kanskje si at slike reaksjoner er en form for sanseutløste erindringer. Dette er imidlertid erindringer som er fragmentert slik at kroppslige reaksjoner og minner har

mistet sammenheng. Inntrykket kan da bryte gjennom usammenhengende og forvrengt.

Løgstrup så stemtheten som kilde til alle personlige uttrykk. Braatøy erfarte at pasienter begynte å betro seg når muskulaturen ga etter. I lys av Løgstrup kan vi tenke oss at sansningen pasienten er stemt i kan komme til uttrykk som personlige betroelser, sterke følelsesuttrykk, minner, urolige drømmer eller dramatiske og overveldende reaksjoner.

Selv om vi i sansningen kan stemmes av grusomhet og krenkelser, mente Løgstrup at sansningen først og fremst opplader våre sinn. Den befri og bringer opplagthet og glede. Braatøys pasienter hadde ofte opplevd fiendtlige stemninger og krenkelser. Da kunne muskulær omstilling utløse dyp fortvilelse, gråt og raseri, men også latter. For noen må de store følelser ebbe ut først, men omstilling av pust og bevegelse kan også bringe gode stemninger og erindringer, uttrykks- og bevegelsestrang, kunstnerisk utfoldelse, og åpne kilder til ny erkjennelse om en selv i verden.

Hvis vi med Løgstrup ser sansenes stemthet som grunnvilkår, er Braatøys pasienter ikke bare i konflikt med seg selv, men også med det bærende i livet. Kroppslig omstilling kan kanskje bidra til omstemming som kan åpne for det legende ved livets grunnvilkår. Løgstrup mente at vi undervurderer naturens betydning. Livets utfordringer, sa Braatøy, krever at vi henter ”ny styrke og nye innfall fra jorden og naturen” (Braatøy 1952, s. 55). Sansenes stemthet som bærende og nærrende kan altså synliggjøre det ressursorienterte perspektivet i psykomotorisk fysioterapi.

### Tredje tema: Forholdet mellom sansning og forståelse som forenende motsetninger

#### *Løgstrups to bevissthetformer – bevissthet i sansning og i forståelse*

Vi har to ulike tilganger til verden, mente Løgstrup, gjennom sansningen og gjennom forståelsen. De to forholder seg til hverandre på forenende motsetningers vis. Slike motsetninger er gjensidig avhengige av hverandre, og får betydning, liv og energi av sin motsetning. Spenningen mellom dem gir liv til livet, og de kan ikke unnvære hverandre<sup>16</sup>. Som forenende motsetninger spiller sansning og forståelse sammen på to fundamentalt ulike vis. Det gir to former for bevissthet. Forståelsen kan gå inn under sansningen uten å gjøre om på den

Å komme til seg selv – i bevegelse, sansning og forståelse

og gi bevissthet i sansningen. Løgstrup kalte dette også for allestedsnærværelse. Selv om språklig forståelse ikke kan gjøre om på sansningen, kan vi ved hjelp av språket skape distanse til sansningen, og på den måten få det Løgstrup kalte bevissthet i forståelsen. Oppfattes bevissthet som en selvstendig størrelse, på avstand og uavhengig av det den er bevissthet om, blir spenningen mellom sansning og forståelse borte. Da mente Løgstrup at det er lett å overse at bevisstheten hviler på vilkårene i vår tilværelse, i sansningen og i språket<sup>17</sup>.

Innfelt i sansningen er vi avstandsløse og avmektige. Vi kan ikke bevege oss i forhold til sansningen. Her er vi uten mulighet til å bearbeide eller forstå. I Løgstrups språk er det vi sanser ett-steds-tilstedeværende. Menneskekroppen befinner seg også et sted i verden, men i sansningen er vi samtidig der hvor det vi sanser befinner seg. Det vil si at når vi hører en fugl synge i skogen, er vi samtidig på stien vi går på og hos fuglen der den sitter på grenen. Jeg kan gå ut av skogen og vekk fra fuglen, og når bilduren tar over for fuglesangen har jeg beveget meg vekk fra fuglen jeg sanset, men ikke fra sansningen. Fuglen etterlater stemte inntrykk og stemmer sinnet, sånn som bilduren også er i ferd med å gjøre. Alt dette kan vi ikke gjøre noe med. "Sansende eksisterer vi i det mest fuldkomne tab av selvstændighed overfor universet," (Løgstrup 84, s. 15) og vi er avmektige. Bevissthet i sansningen er ikke en bevissthet om avstandsløs sansning, men Løgstrup mente at vi kan oppleve avstandsløsheten i førspråklig allestedsnærværelse. Det er et åpent og sanselig nærvær som rommer den verden vi lever i.

Når vi med språket skaper avstand til den sansede verden, gir språkets distanserende virkning forståelsen rom og tankene bevegelsesfrihet. Bare på avstand kan vi forstå, og i bevissthet i forståelsen har vi også selvbevissthet. I sansningen behøver en ikke å ha bevissthet om seg selv, derfor er sansningen så lett å overse. All forståelse hviler imidlertid på sansningen. Distansen språket kan skape til det sansede er begrenset. Tilbaketrekingen er bare tilstrekkelig til at vi i vår bevissthet gjør oss selvstendig, og kan bli bevisst oss selv. Løgstrup sa: "Med avstanden identifiseres den sansende organisme med forståelsens jeg" (Løgstrup 84, s. 42), men vi kan aldri trekke oss ut av naturen. I det intime samarbeid sammenblandes ikke sansning og forståelse. De er og blir motsetninger, sansningen som avstandsløs, og forståelse med sin avstand. Allikevel virker de alltid sammen. "De udgør en smuk duet for to forskjellige instrumenter." (Jensen 2007, s.140).

Selv om forståelse og sansning er gjensidig avhengig av hverandre, var det, for Løgstrup, ingen tvil om at sansningen er primær. Førspråklig berøres vi av inntrykk som beveger oss. Det vi berøres av kan vi bli kjent med, for i stemte inntrykk er vi åpne for erfaringenes betydning. Sansningen er forståelsens kilde. Inntrykk beveger oss til uttrykk, både med lyd og geberder, og med språket kan vi klargjøre inntrykket. Ordene kan hjelpe oss med å bli fortrolige med verden, og det som gjør inntrykk på oss. Karakteriserer vi inntrykket for raskt kan vi imidlertid hindre det i å virke på oss. Da får ikke det som ligger bak benevnelsen komme til. Stemtheten lar seg ikke uttrykke gjennom definisjoner og kategorier. Med dagligspråket, derimot, som er rikt på variasjon og nyanser, kan stemte inntrykk artikulere slik at stemtheten bevares i uttrykket. Når dagligspråket får virke, kan erindringer og innfall utløses. Da får tankene flukt og fart, undring vekkes og oppdagelser kan melde seg. Har vi først forstått i sansningen er det ingen vei tilbake, da kan vi ikke løse det sansede fra det forståelige, mente Løgstrup (Martinsen 2008).

Sinnet lever og helbredes av verden i dens natur, men forholdet til naturen kan bindes<sup>18</sup>. "Den dybeste splid der råder i vor tilværelse er nok den der råder mellom sansning og forståelse," skrev Løgstrup (1983, s.102). Det er en splid som står mellom foretaksomhet og stemt sansning. Stemte inntrykk kan bindes så vi ikke er bevisst stemtheten, og da blir det sansede uvedkommende for oss. Løgstrup knytter ikke bindingen eksplisitt til bevegelse, og han utlegger bevissthet først og fremst i forhold til sansningen. Braatøy knytter også bevissthet til sansning, men, som vi skal se, først og fremst til bevegelse.

### *Braatøys ulike bevissthetsformer*

Braatøy polemiserer mot at bevisstheten sitter i hjernen. Selv om menneskets kompliserte funksjoner kan betraktes i sentralnervesystemet, mente han at det var *taskespiller-trick*, i forbifarten, å konkludere med at reaksjonene *blir bevisste* i hjernen.

"Spranget fra en refleks som løper av seg selv, enten 'Jeg' vet om den eller ikke, til en handling som 'Jeg' vet om, som jeg har en forestilling om at jeg bestemmer over, er et sprang som ikke forklares ved å henvise til lengre reflekser eller synapser eller større eller mangelkantede celler"....."Hvad er det ved forlengelsen eller den morfologiske forandringen av veien som plutselig forklarer at *nu vet veien om seg selv? Nu blev handlingsløpet selvbevisst?*" (Braatøy 1947, s. 495)

Å komme til seg selv – i bevegelse, sansning og forståelse

Braatøy mente ytre påvirkninger ble undervurdert og sentrale tilpasningsmekanismer (hjernen) ble overvurdert, og at bevissthet måtte være et sammensatt fenomen som sitter "både i tommelfinger og i hjernebark" (Braatøy 1947, s. 502). Når en bevisst ryggmargsskadet mann kan late vannet uten å kjenne eller bestemme over dette, kan han altså miste en form for bevissthet uten å miste bevisstheten. Da må det i alle fall finnes minst to former for bevissthet, resonnerte Braatøy. Selvbevissthet, personens *jeg*, knyttet han til nyansert sosial og språklig tilpasning. "Bevissthet oppstår fordi en reaksjon finner sitt symbol, ikke fordi impulser når hjernebarken" (Braatøy 1947, s.501). I tillegg til denne tenkende reflekterende bevisstheten antyder Braatøy en form for bevissthet i kroppslige funksjoner, særlig knyttet til bevegelse. Pasientene klaget over at kroppslige reaksjoner tok over for deres eget bevisste ønske. Eksempelvis sa en kvinne som følte seg stiv i masken: "Det er ikke *meg* som ikke vil smile, men smilet kommer ikke" (Braatøy 1947, s. 397). Hun kjente den stive masken, som gav uttrykk for noe helt annet enn det hun ønsket å uttrykke. Kroppslig bevissthet kom med andre ord i konflikt med en reflekterende bevissthet.

Braatøy insisterte på at det ikke er mulig å tenke uten å bevege seg. Elektromyografiske undersøkelser hadde demonstrert aktivitet i armen når en person forestilte seg bevegelse, og i tunge og lepper i forbindelse med abstrakt tenkning. "Takket være elektrofysiologiske undersøkelser lærte vi altså i forrige århundre at man beveger seg med hodet, og i dette århundrede har vi lært at vi tenker med musklene" skrev Braatøy i 1947 (s. 165). Språklig utvikling er betinget i legemlig utvikling, og sammenhengen mellom bevegelse og tanke er forutsetningen for både selvbevissthet og bevisste samvittighetskonflikter. Derfor vil en mann uten testikler eller armer tenke annerledes enn en med, mente Braatøy. Forestillinger eller tanker blir bevisste når de får kontakt med bevegelsesapparatet, og motsatt, når noe fortrenses og blir ubevisst, avsperras dette fra motorikken. Inntrykk som utløser motsatte bevegelsesaksjoner kan "resultere i stående muskelspenning hvor aksjon og motaksjon holder hverandre i sjakk." (Braatøy 1947, s. 444). Den muskulære konflikten kan uttrykke motsetninger som "Skal jeg flykte eller skal jeg stå?" eller "Skal jeg svelge, eller skal jeg brette meg?", men den muskulære tilbakeholdelse kan holde konflikten ubevisst.

Affekt er bevegelse, og affektløse erindringer er ufullstendige erindringer. Frigjøring av undertrykte eller fortrenge erindringer går alltid sammen med bevegelsesfrigjørelse og omvendt. Som spenningspoler er bevegelse og bevissthet gjensidig avhengige, arresteres eller løsnes den ene dras den andre med.

Bevegelser og affekter kan utløses med ord, og avspenning kan frigjøre og utløse affekter, forestillinger og ord. Språklig utløsning av erindring går sammen med bevegelsesfrigjørelse, men språket er bare brukbart "... hvis man får snakket med affekt..", sa Braatøy (1947, s. 453). Affekter krever svar, og forholdet mellom mennesker er så tett at "...den enes pust vil med eller mot hans vilje fortelle hvordan den andre har det" ( Braatøy 1952, s. 211). Holder vi pusten mister vi evnen til å svinge med i det en annen sier, gjør eller føler.

### *Drøfting av Løgstrups utlegning av bevissthet og sansning med Braatøys teori om bevissthet og bevegelse*

Løgstrups distinksjon mellom bevissthet i sansning og bevissthet i forståelse kan belyse Braatøys forsøk på å nyansere fenomenet bevissthet. Begge knytter selvbevissthet til språklig forståelse, og Løgstrup kalte dette bevissthet i forståelsen. Den innebærer en grad av distanse, og inngår i gjensidig samspill med en annen bevissthetsform. Bevissthet i sansningen er for Løgstrup forankret i verden som allestedsnærværelse. Braatøy forankret en bevissthetsform i kroppslige funksjoner med særlig vekt på bevegelse, som i vår fortolkning rommer verdensforhold som potensielt kan skape konflikter i en person. Vi har med andre ord en førspråklig bevissthet, og følger vi både Braatøy og Løgstrup må vi forstå den i lys av både sansning og bevegelse.

Skal vi følge Braatøy må vi spørre hvordan muskulære konflikter kan virke inn på kroppslig forankret bevissthet. Løgstrup mente at ingenting kan gjøre om på sansningen, og vi må anta at muskulære konflikter heller ikke kan det. Men dersom muskulær spenning kan binde bevegelse som stemte inntrykk ellers ville gitt, og på den måten dempe klangbunnen, må vi anta at dette vil virke inn på spillet mellom forståelse og sansning. Da kan kanskje bevissthet i sansning og bevissthet i forståelse kjøre "hvert sitt løp", så munnen kan smile selv om personen er trist, og muskelspenning og pustebesvær kan oppleves uten at den som opplever det vet hvorfor. Omvendt kan oppmyking av den muskulære konflikten bidra til økt bevissthet i sansningen, og gjøre sanseintrykk mer tilgjengelig for språklig bearbeiding i bevissthet i forståelsen. Kroppen kan da bli kilde til selvrefleksjon og ny erkjennelse om seg selv i verden.

Klinisk erfaring og forskning antyder at sansningen påvirkes av fastlåst bevegelse (Ekerholt & Bergland 2006, Dragesund & Råheim 2008, Øien, Iversen & Stensland 2007, Øien, Råheim, Iversen & Steihaug preview). I affektregulering er pustens bevegelse spesielt betydningsfull, og kanskje har pustens bevegelse en

Å komme til seg selv – i bevegelse, sansning og forståelse

særskilt virkning på sansning av egen kropp, i nevrofysiologisk forstand. I lys av Løgstrup blir imidlertid bevissthet i kroppslige funksjoner åpnet mot verden i innfelt, stemt og allestedsnærværende sansning. Kroppslig forankret bevissthet, i den forstand, vil da romme en klangbunn stemt av individets livshistorie, og samtidig innebære åpent nærvær til verden her og nå.

## Avslutning

Ved å åpne Braatøys tenkning for menneskenes grunnvilkår går vi i dette essayet med, og samtidig utover Braatøys tenkning. Med Løgstrups sansefilosofi løftes menneskets forhold til verden frem i Braatøys tenkning. Det fremhever at bevissthet i *nervøse sinn* hviler på vilkårene i vår tilværelse, i sansningen og i språket. Når sansning som fenomen utvides fra nevrofysiologiske prosesser til å omfatte sansende og sanset, nyanseres og utvikles Braatøys perspektiv på funksjon. Med sansenes stemthet fremheves betydningen av pasienters livshistorie. Kroppslige erfaringer kan være nedfelt i muskulære konflikter og binde bevegelse, følelser og tanker. Bevissthet har to former. Bevissthet i forståelse er språklig avhengig opplevelse av å være et atskilt selv. Bevissthet i sansningen er forut for språklig forståelse, og muskulær tilbakeholdelse kan binde stemte inntrykk og ha innvirkning på hvordan vi opplever oss selv og verden i sansningen. Med Løgstrup knyttes kroppslig forankret bevissthet til bevissthet i sansningen som rommer både stemthet fra tidligere erfaringer og åpenhet til verden her og nå.

*Takk til Fond for etter- og videreutdanning for fysioterapeuter som har gjort dette essayet mulig ved å tildele første forfatter et fagutviklingsstipend.*

## Litteratur

- Andersen, Svein (2002). Hans Lipps. I Birkeland, Regner (red.), Eksistens og livsfilosofi. (217-231) København: Munksgaard Danmark A/S.
- Braatøy, Trygve (1947, 1979). De nervøse sinn. Første utgave. Oslo: J.W. Cappelens Forlag.
- Braatøy, Trygve (1948). Psykologi contra anatomi ved sykegymnastisk behandling av armenevrose o.l. Bevegelse, affekt og holdning. Nordisk Medicin, 39: 923-30 & Respirasjon, affekt og ord. Nordisk Medicin, 38: 971-6. I Bunkan B. H., Radøy L. & Thornquist E. (red.) (1982). Psykomotorisk behandling. Festskrift for Adel Bülow-Hansen. Oslo: Universitetsforlaget.
- Braatøy, Trygve (1952). Pasienten og lægen. Med fragmenter av en polemisk selvbiografi. Oslo: J.W. Cappelens Forlag.



- Dragesund, T. & Råheim, M. (2008). Norwegian Psychomotor Physiotherapy and patient with chronic pain. Patients' perception on body awareness. *Physiotherapy Theory & Practice*. 24, 4: 243-254.
- Ekerholt, K. & Bergland, A. (2006). Massage as interaction and a source of information. *Advances in Physiotherapy*. 8: 137-144.
- Engelsrud, Gunn (2006). Hva er kropp. Oslo: Universitetsforlaget.
- Gretland, Anne (2007). Den relasjonelle kroppen. Fysioterapi i psykisk helsearbeid. Bergen: Fagbokforlaget.
- Jensen, Ole (2007). Historien om K.E. Løgstrup. København. Anis.
- Løgstrup, Knud Eiler (1976). Vidde og prægnsans. Sprogfilosofiske betragtninger. *Metafysikk I*. Gyldendalske Boghandel, Nordisk forlag AS. Copenhagen.
- Løgstrup, Knud Eiler (1983). Kunst og erkjennelse. *Metafysikk II*. Kunstfilosofiske betragtninger.
- Løgstrup, Knud Eiler (1983a). System og symbol. *Essays*. Copenhagen: Gyldendal Boghandel, Nordisk forlag AS.
- Løgstrup, Knud Eiler (1984). Ophav og omgivelse. *Betragtninger over historie og natur*. *Metafysikk III*. Copenhagen: Gyldendalske Boghandel, Nordisk forlag AS.
- Løgstrup, Knud Eiler (1987). Solidaritet og Kærlighed. Copenhagen: Gyldendal Boghandel, Nordisk forlag AS.
- Martinsen, Kari (2005). Samtale, skjønnnet og evidensen. Oslo. Akribe.
- Martinsen, Kari (2008). Innfallet og dets betydning i liv og arbeid. *Klinisk sygepleie*. 22:1: 20-32.
- Ricouer, Paul (1999) Eksistens og hermeneutikk. Oslo: Aschehoug & Co.
- Råheim, Målfrid (2001). Kvinners kroppserfaring og livssammenheng: en fenomenologisk-hermeneutisk studie av friske kvinner og kvinner med kroniske muskelsmerter (Avhandling dr. philos.). Det psykologiske fakultet, Universitetet i Bergen.
- Steinsholt, Kjetil (1997). Refleksjon og ettertanke. Trondheim: Tapir forlag.
- Sviland, Randi (2005). Om å komme til seg selv gjennom sansing, bevegelse og forståelse. En hermeneutisk analyse av tekster av Trygve Braatøy i lys av Løgstrups sansefilosofi. (Hovedfagsoppgave i fysioterapi) Universitetet i Bergen: Bergen.
- Sviland R., Martinsen K., & Råheim, M. (2007). Hvis ikke kropp og psyke – hva da? Holdning og bevegelse i selvtutfoldelse og tilbakeholdelse. 12: 23-28.
- Thornquist, Eline (2003). Vitenskapsfilosofi og vitenskapsteori for helsefag. Bergen: Fagbokforlaget.
- Øien, A.M., Iversen, S., & Stensland, P. (2007). Narratives of embodied experiences. Therapy processes in Norwegian psychomotor physiotherapy. *Advances in Physiotherapy*. 9: 31-39.
- Øien, A.M., Råheim, M., Iversen, S., & Steihaug, S. (2009). Self-perception as embodied knowledge – changing processes for patients with chronic pain. *Advances in Physiotherapy*, in press/preview.

## Abstract

Randi Sviland, Målfrid Råheim & Kari Martinsen: Recovering oneself – through movement, sensation and understanding

*In this essay Trygve Braatøy's thoughts on nervous and psychosomatic conditions are interpreted in the light of Løgstrup's sense philosophy. Braatøy described muscular strain as interwoven with emotional strain, and awareness rooted in the body. In his thinking muscular conflicts are characteristic for these conditions, and connected with regulation of overwhelming impressions that tie a person up in relation to the world. Løgstrup explained human universally given fundamental conditions, and meant that our existence is interwoven or intertwined with the surroundings in breath and nutrition, but also in the senses. And the senses are more than neurophysiologic processes; they are our soundboard, tuned by impressions. As phenomenon the senses include both a sensing part and that which is being sensed. With Løgstrups sense philosophy as an interpretative perspective brought together with Braatøys thinking, embodied awareness is discussed with distinction between awareness in the senses and awareness in understanding. In this interpretation embodied awareness is brought out both as soundboard tuned by life experience and at the same time as presence here and now in varying degree of openness.*

Keywords: Braatøy, Løgstrup, senses, movement, awareness and understanding.

## Noter

- 1 Norsk fysioterapeut (1906-2001).
- 2 Norsk psykiater (1904 -1953) med psykoanalytisk trening fra Berlin 1931-32. Mer historikk finnes blant annet i Svilands hovedfagsoppgave (2005).
- 3 Samarbeidet mellom dem varte i 5 år (1947-1953), men tok brått slutt da Braatøy døde. Det ble Bülow-Hansen og fysioterapeutene rundt henne som videreførte behandlingsformen.
- 4 I den forbindelse vises det ofte til den franske filosofen Maurice Merleau-Ponty (1908-1961) som ofte blir kalt kroppens filosof. I dette essayet har vi valgt å avgrense oss til å belyse Braatøys tekster i lys av Løgstrups tenkning.
- 5 Dansk teolog og filosof, (1905-1981) knyttet til fenomenologi og danske livsfilosofi.
- 6 Tre sentrale tekster av Braatøy (1947, 1948, 1952) ble analysert i lys av Løgstrups filosofi, med metoder fra kildegranskning. Metodologisk var arbeidet inspirert av Ricoeurs hermeneutiske tenkning (Sviland 2005, Ricouer 1999 og Steinsholt 1997).
- 7 Løgstrup hadde stor tillit til dagligspråkets uttrykksmuligheter (Løgstrup 1976). Dette er tema for et eget essay under utarbeiding.
- 8 Se *Kunst og erkendelse* (1965) og *Ophav og omgivelse*, (1984, posthumt). Kritikken av Heidegger og Gadamer, og oppgjør med Kants reseptive sansning, var nye toner i moderne filosofisk tenkning (Jensen 2007).
- 9 Tysk filosof og lege (1889-1941) og en av Edmund Husserls studenter. Løgstrup sammenlignet Lipps med den sene Wittgenstein, men mente at Lipps hadde kommet lenger i sine erkjennelser av menneskets forhold til verden (Løgstrup 1987).

- 10 Braatøy skrev om funksjoner i vid forstand og uttrykket omfatter nevrofysiologiske prosesser, bevegelse, sansning, men også utvikling av språk og bevissthet. Braatøy presiserte at alle funksjoner måtte forstås forankret i kroppslige strukturer (1947).
- 11 Eksempler på forskere som Braatøy viste til her er Pavlov, Jacobson, Schultz og Cannon (Braatøy 1947).
- 12 Den middelbare pregningen former holdning/attityde og vårt forhold til normer. Når disse kommer i konflikt med individets umiddelbare bevegelse, følelser og spontanitet kommer individet i konflikt med seg selv. Dette er grunnleggende for utvikling av nevrotiske konflikter slik vi leser Braatøy, og som vi har redegjort for i et tidligere essay (Sviland, Martinsen & Råheim 2007).
- 13 Løgstrup henviste her til den norske arkitekten Norberg-Schulz (1987).
- 14 Braatøy bruker pregning for å uttrykke den måten individet formes gjennom påvirkning fra omgivelsene.
- 15 Primitivreaksjoner er motoriske og vegetative reaksjoner som utløses umiddelbart hos dyr og mennesker, eksempelvis svelg, sukk, gjesp eller affekter som latter og gråt. Tilfredsstillende utløsning er avhengig av et orkester av kroppslige sammenhengende reaksjoner. Fordi de er sammensatte, kan de fragmenteres gjennom muskulær tilbakeholdelse, mente Braatøy (1947).
- 16 Løgstrup utlegger fenomenet i System og Symbol (1983a). Forenende motsetninger er hovedtema i et tidligere essay (Sviland, Martinsen & Råheim 2007).
- 17 Løgstrup ser språket både som kroppslig uttrykksform og som kulturelt overlevert (Løgstrup 1976).
- 18 På dansk brukte Løgstrup uttrykket å underbinde. Vi har oversatt dette til å binde.