

MOGENS PAHUUS

Følelsernes filosofi

Fænomenologisk – psykologisk – litterært

AALBORG UNIVERSITETSFORLAG

Følelsernes filosofi
Fænomenologisk – psykologisk – litterært
Af Mogens Pahuus

Udgivelse nr. 10 i Skriftserie om eksistentiel fænomenologi

Skriftserieredaktion:

Lektor Kurt Dauer Keller, Professor Mogens Pahuus (begge Institut for Læring og Filosofi, Aalborg Universitet) og Lektor Jacob Dahl Rendtorff (Institut for Kommunikation, Virksomhed og Informationsteknologier, Roskilde Universitet)

1. udgave, 1. oplag

© Forfatteren og Aalborg Universitetsforlag, 2021

Grafisk tilrettelæggelse af indhold og omslag: Anja Jensen / Aalborg Universitetsforlag

Illustration på bogens forside: Povl Christensen: Illustration til Saxo's Amled

ISBN: 978-87-7210-738-7

ISSN: 2445-3091

Trykt hos Toptryk Grafisk ApS, 2021

Tak til min datter, filosof og prodekan Anne Marie Pahuus for inspiration og hjælp.

Udgivelsen er støttet af Institut for Kultur og Læring, Aalborg Universitet



**FAGFÆLLE-
BEDØMT**

Alle rettigheder forbeholdes. Mekanisk, fotografisk eller anden gengivelse af eller kopiering fra denne bog eller dele heraf er kun tilladt i overensstemmelse med overenskomst mellem Undervisningsministeriet og Copydan. Enhver anden udnyttelse er uden forlagets skriftlige samtykke forbudt ifølge gældende dansk lov om ophavsret. Undtaget herfra er korte uddrag til brug i anmeldelser

Indholdsfortegnelse

Indledning	7
Kapitel 1: Hvad er følelser?	15
Trang som følelsernes grundlag	17
Følelsernes former	19
Forholdet mellem holdninger/stemtheder, lidenskaber og affekter	21
Følelser som et aspekt ved handlinger	22
Givethed og forholden sig i følelserne	24
Følelsernes kropslige udtryk	26
Følelser som udviklingsduelige	28
Følelser som motiver	30
Motiver og personlighedstræk	35
Kapitel 2: Livsmod, livsglæde, livslyst og livshåb	39
Livslysten og livshåbet	41
Livsmodet med dets kraft, vitalitet og mod	45
Livsmod som følelsesmæssig grundholdning, som længsel og som kropslig erfaring	48

Livsglæden og dets rige og fyldige verden	50
Livsmod og livsangst	53
Livsmod og selviskhed	59

Kapitel 3: Følelsernes tre former: Holdninger-stemtheder, lidenskaber og sindsbevægelser 63

Holdninger og stemtheder	63
Det subjektive og det objektive i holdninger og stemtheder	64
Det holdningsmæssige og det stemningsmæssige i stemtheder	70
Tilbøjeligheder eller lidenskaber	72
Engagementer og livsgerning	73
Tilknytningsfølelser eller kærlighed til -	76
Sindsbevægelser eller affekter	80
Universelle affekter	83
Fundamentale følelser eller affekter: angst, skam, skyld og sorg	85
Blufærdighed og skamfølelse	89

Kapitel 4: Engagementer og tilknytningsfølelser – og forholdet mellem dem 97

Turgenjev om engagement og kærlighed	98
Følelsernes former: Romain Rolland: <i>Jean Christophe</i>	100
Samspillet mellem følelserne: Naguib Mahfouz: <i>Liv og skæbne i Cairo</i>	104
Kærlighedens centrale rolle: Selma Lagerlöfs forfatterskab	108
Kærlighed	108
Den erotiske kærlighed og omsorgskærligheden: <i>Gösta Berlings saga</i>	116
Faderkærligheden og det ubetingede i kærligheden: <i>Kejseren af Portugalien</i>	124

Kærlighedens magt: <i>Køresvenden og En herregårdshistorie</i>	126
Kærligheden mellem følelsesmæssig ligevægt og uligevægt: <i>Romanen om familien Löwensköld</i>	128
Kapitel 5: De åbnende følelser contra de lukkende følelser	135
Afværgereaktioner	136
Ressentimentsfølelser	139
En oversigt over de åbnende og de lukkende følelser	141
Tillidens to grundformer og to former for åbenhed generelt	144
Det åbnende og det transcenderende i livsytringerne	148
Situationen og livsytringen	151
Overfølsomhed og fornemmelseshøjtryk	152
Kapitel 6: Følelsernes udvikling	155
Livsmod	155
Børns livsmod	156
Voksnes livsmod	158
Følelsesmæssig udvikling og forandring	162
Udviklingen af følelserne i forholdet til andre	164
Affekternes udvikling	168
Kapitel 7: Totalfølelser	171
Sagtmodighed	173
Afslutning	183
Andre bidrag til følelsernes filosofi	186
Litteraturliste	189

Indledning

De fleste har givetvis oplevet følelser, som har overrasket dem med deres intensitet og styrke. Det kan have været en forelskelse, hvor man er blevet grebet af en betagelse og henrykkelse, som fuldstændig har slået benene væk under en, og hvor man føler, at verden er blevet fornyet. Det kan også være, at man – på et senere tidspunkt – er blevet skilt fra sin kæreste, måske efter lang tids samliv, fordi ens kæreste har forelsket sig i en anden, og at man her er blevet dybt chokeret over, at man er i stand til at føle en sådan skinsyge, en sådan krænkelssvrede, et sådant had, at man ligefrem er blevet bange for, hvad man selv kunne finde på at gøre over for den anden eller over for tredjepart. Eller det kan endelig være, at man har mistet sin elskede eller sit barn med den elskede, idet hun (det) døde på grund af sygdom eller ulykke, og man her er så knust af sorg, at man ikke kan forestille sig, at man kan leve videre. I en sådan situation, hvor man oplever, at man fyldes af en følelse, som får en til at føle sig prisgivet og magtesløs, kan man forsøge at leve videre ved at fornægte disse følelser så meget som muligt, ved at flygte fra dem, evt. forsøge at bagatellisere dem. Men man kan også forsøge at tænke over og at forstå disse følelser og videre at forstå, hvad de fortæller en om det at være et menneske. Såvel de store glædelige som de store sorgfulde følelser kan på denne måde blive til ”universelt-åbenbarende følelser” (Løgstrup).

Man kan gå til værks på flere forskellige måder i sine forsøg på at forstå disse følelser. I dagliglivet gør vi det især ved i vort stille sind igen og igen at gennemleve det skete (altså gennem en slags erindringsarbejde) og derigennem bearbejde følelserne til at blive erfaringer om det at være menneske og gennemleve et liv.

Digteren gør det ved at parre sine følelser og erindringer med sin evne til udfyldning af erfaringerne med sin fantasi. Således skabte fx Tolstoj – ud fra de erfaringer, han selv havde, og de erfaringer med andres intime relationer, han fik del i - de to modstillede forelskelses- og kærlighedshistorier i *Anna Karenina* (forelskelsen mellem Anna og Vronskij og forelskelsen og ægteskabet mellem Ljovin og Kitty).

Man kan også gå mere videnskabeligt til værks og som Jørgen Jørgensen (i *Psykologi på biologisk grundlag*) forsøge at kombinere det oplevelsesmæssige med en mere naturvidenskabeligt orienteret biologisk og i dag hjernemæssig tilgang, eller man kan gå i mere socialpsykologisk og sociologisk retning og forsøge – som Alberoni i sin bog *Forelskelse og kærlighed* gør det – at forstå forelskelsen ud fra et ”revolutionsteoretisk” perspektiv.

Eller man kan endelig gå i en mere direkte fænomenologisk retning og det vil sige: i dybden at klarlægge og forstå det oplevede, det der viser sig i fx forelskelsen, dvs. klarlægge den måde, den anden træder frem for en på, den måde, verden her viser sig på og den måde, man selv er til stede på. Her består forståelsen i den indgående beskrivelse. Ja, man kan dårligt undgå at gå et stykke i denne retning. Både Jørgensen og Alberoni foretager således en første fænomenologisk beskrivelse af forelskelsen, førend de kommer til deres forklaringer på, hvordan den opstår. En særlig form for denne beskrivelsesmåde er den lingvistiske eksistentielle fænomenologi, hvor man i sin beskrivelse af fænomenet lader sig lede af de ord, de udtryk og de vendinger, hvormed vi i dagligsproget omtaler fænomenet: man *falder for* den anden, forelsker sig *halsløst*, er *forgabt* i den anden, i forelskelsens møde med den anden *finder eller opdager man sig selv og bliver sig selv* i højere grad end før. Her er det oplagt at inddrage digternes beskrivelser af forelskelsen, fx Dickens' beskrivelse af en af David Copperfields forelskelser: ”Jeg var styrtet i en afgrund af bundløs forelskelse”.

I samme grad som man i denne beskrivende fænomenologiske tænkning om og undersøgelse af fænomenet ser det konkrete fænomen i lyset af en mere omfattende opfattelse af menneskets natur og verdensforhold overhovedet, får ens tænkning og undersøgelse en filosofisk karakter. Det filosofiske består i, at man går frem og tilbage i forståelsen af det konkrete fænomen og menneskets natur som sådan, at det konkrete fænomen bliver transparent for et mere omfattende billede, og at det omfattende menneskesyn så på sin side beriges gennem forståelsen

af det konkrete fænomen. Igen kan man tale om at gøre det konkrete fænomen til et universelt-åbenbarende fænomen eller – igen med Løgstrups bestemmelse af den eksistentielle fænomenologi hos Hans Lipps og Heidegger (og i sin egen tænkning) – at tale om at forstå de konkrete følelser (hvad enten det drejer sig om forelskelse eller skinsyge eller sorg) ved at ”at drage frem i dagens lys den forståelse af menneskets natur og verdensforhold, som ligger gemt i den førvidenskabelige forståelse”.

Men der er mange andre forhold i følelsernes verden, som kan lægge op til en filosofisk fænomenologi om følelserne:

Man kan i sin interesse for følelserne blive optaget af en helt anden type følelser end de nævnte, nemlig af det at være til mode på en eller anden måde, altså stemninger eller stemtheder eller måder at befinde sig på. Man kan her blive slået af, at de på samme tid kan være markant oplevelsesmæssige (følbare og mærkbare) og dog samtidig være upersonlige på den måde, at man fornemmer, at det er selve landskabet der er muntert eller dystert. Her er der tale om noget paradoksalt, nemlig dette, at en følelsesmæssig tilstand på en og samme tid kan være særdeles subjektiv (være en intens oplevelse) og samtidig være objektiv (hvor det er omgivelserne, der står i centrum). Dette ejendommelige forhold har – som vi vil se - inspireret Hermann Schmitz til en teori om følelserne som en slags halv-ting, altså som tingsagtige atmosfærer, der bemægtiger sig en. Det har også inspireret Løgstrup til en teori om det skabelsesmæssige ved det naturgivne, idet Løgstrup mener, at det er omgivelserne, der er stemte, og da må de være stemte af en skaber.

Man kan også blive ført til en filosofi om følelserne af det forhold, at vi vurderer sådanne stemtheder eller stemninger meget forskelligt. Man kan fx betragte en længselsfuld stemning som noget, man forfalder til og giver efter for, idet man som Bartholine i J. P. Jacobsens *Niels Lyhne* føler, at ”ædru levet liv, uden drømmes lyse last, var ikke liv at leve”. Og på den anden side kan man også med Grundtvig være enig i, at man kan være ”med de dybe længsler vel bekendt / kun fyldestgjort af glans fra evigheden.” At altså længslen er en af vore adgange til uendelighed, evighed, fuldkommenhed. At disse følelser altså bidrager til en forståelse af højderne i menneskelivet, ligesom forståelsen af skinsyge, misundelse, had bidrager til forståelsen af dybet – det mørke og onskaben – i mennesket. Igen er der tale om noget paradoksalt eller gådeagtigt: At længslen som stemthed både kan føre en væk fra virkeligheden og være en trussel mod det vellykkede menneskeliv og samtidig kan gøre vor ver-

den større – ja, gøre den uendelig og evig – og altså dermed er afgørende for, at menneskelivets omfattende muligheder udfoldes.

Det kan også forholde sig således, at man forundres over, at der findes følelser, som på en gang kan være så mægtige og så betydningsfulde, at man føler trang til om livsmodet at sige, at ”det er det vigtigste af alt” (Løgstrup). Og dog samtidig må sige, at man oftest slet ikke er sig livsmodet bevidst, at det altså slet ikke opleves eller mærkes, på samme måde som sindsbevægelser (som forelskelse, skinsyge og sorg) og som stemninger (som udlængsel eller hjemlængsel) bliver oplevet. Det gælder foruden livsmodet også livsglæde, livslyst, livsfølelse og livshåb. Dette indebærer jo, at de vigtigste følelser ikke primært fremtræder som oplevelige størrelser. Men hvis det er tilfældet, vil mange sige, at så mister de det, som definerer dem som følelser.

Noget tilsvarende gælder også om den type følelser, vi kalder tilbøjeligheder eller lidenskaber, ikke mindst engagementer, forstået som livsopgaver og som en dyb interesse for og optagethed af noget, og tilknytningsfølelser, forstået som forbundethed med andre, hvad enten denne forbundethed har karakter af familiefølelse, venskab, kammeratskab eller kærlighed, eller endog har form af kærlighed til natur eller til dyr. Her er det igen det forhold, at der findes betydningsfulde følelser, som ikke primært har karakter af oplevelige størrelser, der lægger op til en nærmere fænomenologisk-filosofisk analyse.

Når man går videre og opdager, at vi har følelser både i forholdet til andre og i forhold til os selv, konfronteres vi med nye filosofiske problemer. Hvad angår den første gruppe har Løgstrup påvist, at de centrale følelser har karakter af suveræne livsytringer – som især tillid, åbenhed og barmhjertighed, og det betyder, at vi er anlagt på det fællesskabs-mæssige i langt højere grad end vi almindeligvis er os bevidst, og at det virkeligt levende liv i langt højere grad udspiller sig mellem os end i os. At den gængse – samfundsbetingsede – individualistiske forståelse af os selv må afløses af en mere kollektivistisk tilgang. Hvad angår den anden gruppe følelser (følelser i forhold til os selv som bl.a. skyld og skam), vil det vise sig, at disse følelser er centrale, når det gælder om at forstå det helt grundlæggende i den menneskelige natur, som vi kalder selvbevidsthed og identitet.

Konfronteret med den overvældende mængde af vidt forskellige følelser bliver et centralt filosofisk spørgsmål, om man kan inddele alle disse følelser i et begrænset og overskueligt antal typer, hvor det bliver

klart, hvad der er den indre sammenhæng mellem disse hovedgrupper af følelser, og hvor det bliver klart, hvorfor mennesker har netop disse hovedgrupper af følelser. Hvis man antager, at en sådan hovedgruppe-opdeling af følelser er mulig, må det være sandsynligt, at følelserne har et fælles grundlag, altså kan tilbageføres til et bestemt grundforhold i den menneskelige natur. Ellers ville det være usandsynligt, at man kan klarlægge den indbyrdes sammenhæng mellem de forskellige typer af følelser. Kan man med andre ord føre følelserne tilbage til en fælles kilde som fx. grundlæggende former for trang eller drivkræfter – og i givet fald til hvilke?

Spørgsmålet er videre, om følelserne skal forstås som en selvstændig gruppe af elementer i den menneskelige natur, som fx den traditionelle opdeling af det mentale eller sjælelige i det kognitive, det konative (det viljesmæssige) og det emotive lægger op til. Eller om følelserne rettere er at forstå som aspekter af noget mere grundlæggende, som fx handlinger eller aktiviteter, hvor det så gælder, at følelser er aspekter ved disse.

Når følelser tydeligvis kan være enten af opbyggende og berigende art eller modsat af nedbrydende og formørkende type, bliver det nærliggende at forsøge at finde ud af, hvilke forskelle der er mellem disse to grupper af følelser. Som fx Løgstrup gør det i sin skelnen mellem spontane og suveræne over for tvungne og kredsende livsytringer.

I og med at mennesker udvikler sig livet igennem (og især i den første halvdel af deres liv), bliver det oplagt at spørge sig selv, om der er tale om en følelsesmæssig udvikling og om en sådan udviklings vellykkede og mislykkede former. I og med at samfundet ændrer sig, bliver det oplagt at få klarlagt, i hvor høj grad også følelserne dermed forandrer sig kulturelt og historisk, og i hvor høj grad de er almenmenneskelige og universelle.

Konfronteret med alle disse problemstillinger må den fænomenologiske analyse bestå i, at man i hvert enkelt tilfælde ud fra en fordybet gøren sig fænomenerne bevidst og en adækvat beskrivelse af dem når frem til en mulig hypotese eller formodning om, at det kunne forholde sig sådan eller sådan med dem og dernæst en afprøvning af, om denne formodning holder stik eller ej, idet man varierer fænomenerne så meget som muligt for at se, om de alle tvangfrit og naturligt falder på plads ifølge denne formodning. I almindelighed vil man så opdage, at det ikke helt er tilfældet, hvorfor man da forandrer eller udbygger sin hypotese eller helt dropper den til fordel for en ny hypotese. I denne proces

kan man med fordel betjene sig af enten psykologernes undersøgelser eller terapiformernes cases, eller man kan betjene sig af dels iagttagelser af dagliglivet parret med dagligsprogets ord, udtryk og vendinger, dels kunsten og her ikke mindst digternes mere erindrende og fantasibårne undersøgelser af disse fænomener. Det er den sidste fremgangsmåde, jeg anvender i denne bog.

Det er alle disse spørgsmål, som er temaet for denne bog. Nu til en kort gennemgang af den rækkefølge, hvori disse spørgsmål behandles.

Man har – som antydnet - ofte fremstillet følelser som oplevelsesmæssige størrelser af enten lyst- eller ulyst-præget karakter. Den centrale tese i begyndelsen af kapitel 1 er, at følelser nok oftest har en oplevelsesmæssig side, men at det kernemæssige i dem er, at de udgør vurderinger af et forhold i verden og tilværelsen. Herefter forsøges det i dette kapitel påvist, at den uoverskuelige mangfoldighed af følelser, som vi oplever og mere eller mindre har ord for, alle sammen lader sig forstå ud fra deres udspring i tre former for trang eller tre drivkræfter, som udgøres af selvopretholdelsestrangen, selvudfoldelsestrangen og selvhengivelsestrangen. Der findes en emotionel inderside af disse tre former for trang, som man kan forstå som grundholdninger og grundstemninger (eller temperament), nemlig henholdsvis livslyst, livsmod og livsglæde. Disse kan i samvirke med omstændighederne udvikle sig til en række former for mere specifikke holdninger og stemtheder (stemninger). Når disse tre former for trang varigt knyttes til bestemte personer eller genstanden, opstår der tilbøjeligheder eller lidenskaber, som lader sig underopdele i henholdsvis engagementer eller interesser og tilknytningsfølelser. Når de tre former for trang eller de forskellige former for engagementer og kærlighed til- forstærkes eller reduceres, eller de kommer i indbyrdes modstrid eller møder forhindringer, opstår der sindsbevægelser eller affekter. Det sidste element i det emotionelle felt er mangfoldige lyst- og ulystprægede fornemmelser, som knytter sig til såvel sanserne og kroppen, som til drivkræfterne og til de nævnte følelser.

I den resterende del af kapitel 1 vises det,

- at følelser ikke er selvstændige størrelser men aspekter ved handlinger
- at der i alle følelser er tale om både en givethed (noget naturgivet) og om, at man i dem forholder sig til noget
- at følelser altid har et kropsligt udtryk

- at følelser er udviklingsduelige
- at følelser ofte forklarer handlinger ved at være motiver for dem
- at følelser kan antage form af personlighedstræk.

I kapitel 2 gives en mere indgående fremstilling af de tre nævnte former for trang (selvopretholdelses-, selvudfoldelses- og selvhengivelses-trangen) og for de følelsesmæssige grundholdninger og grundstemninger, der er knyttet til disse: livsmod, livsglæde, livslyst og livshåb. Videre diskuteres forholdet mellem livsmod og livsglæde, mellem livsmod og livsangst og mellem livsmod og selvished.

Kapitel 3 rummer analyser af de tre hovedformer for følelser: Holdninger, stemtheder, lidenskaber og affekter. Af de sidste behandles mere indgående dels de universelle affekter, dels de såkaldte fundamentale følelser eller affekter, dvs. angst, skam, skyld og sorg.

I kapitel 4 gives en behandling af forholdet mellem engagement og kærlighed – i form af en række mere udførlige litterære analyser af eksemplificerende karakter, der samtidig belyser dels de forskellige typer af følelser (afsnittet om Rollands store udviklingsroman *Jean-Christophe*), dels samspejlet mellem følelser og af deres udvikling (Mahmouz' roman *Liv og skæbne i Cairo*), dels kærlighed som den centrale tilknytningsfølelse (en mere omfattende analyse af centrale romaner i Selma Lagerlöfs forfatterskab).

I kapitel 5 udfoldes den centrale tese i bogen om, at der kan skelnes mellem på den ene side de aktive og åbnende følelser som et dueligt grundlag for livsudfoldelsen og på den anden side de passive og lukkende følelser – samt en overdreven følsomhed eller sensibilitet – som fordrejende og ødelæggende i forhold til livsudfoldelsen. Der knyttes her til ved Løgstrups distinktioner mellem universelt-åbenbarende og privat forfalskende følelser og mellem suveræne livsytringer og tvungne og kredsende livsytringer. Det vises også, at der må skelnes mellem to former for de centrale former for suveræne livsytringer, tillid og åbenhed.

Endelig rummer bogen i kapitel 6 og 7 en diskussion af følelsernes udvikling. Her indeholder bogen – foruden de mange litterære analyser hele vejen igennem - også en inddragelse af nogle af psykologiens følelseteorier, især teorier om den følelsesmæssige udvikling, som fokuserer på tillid, empati og selvbeherskelse.