

1. Indholdsfortegnelse

1. Indholdsfortegnelse	1
2. Abstract	5
3. Indledning	6
3.1. Samfundsperspektiv	6
3.2. Kroppen i samtiden	7
3.3. Fænomenologien	7
3.4. René Descartes	8
4. Problemfelt	10
4.1. Kroppen som kundskab.....	10
4.1.1. Kundskab og erfaring.....	10
4.1.2. Færdighed.....	11
4.1.3. Kundskab om bevægelse.....	12
4.1.4. Praktisk kundskab om hvordan	12
4.1.5. Kroppen som kunstværk	13
4.1.6. Værket og kroppen.....	14
4.1.7. Kroppen i praksis.	15
4.1.8. Valg af den empiriske case MHS.....	16
5. Problemformulering	17
5.1. Emneafgrænsning.....	17
5.2. Målgruppe perspektiv	18
6. Teoriafsnit kropsfænomenologi	19
6.1. Tvetydighedens filosofi.....	19
6.2. Kroppen som fænomen	20

6.2.1.1.	Sansningen som udtryk	21
6.2.1.2.	Kroppen som symbolsk form	21
6.2.1.3.	Perceptionen og sandheden	22
6.2.1.4.	Egenkroppen	23
6.3.	Introduktion til kroppen som værk	25
6.3.1.	Kropsskema	25
6.3.1.1.	Egenkroppens rummelighed og motorikken	25
6.3.2.	Kroppen og bevidstheden set i forhold til træning	27
6.3.3.	Kroppen er ikke i rummet, den bebor rummet	27
6.3.4.	Kroppen som den bevægende enhed	27
6.3.5.	Kroppen som værk	28
6.4.	Kroppen i mødet praksis	28
6.4.1.	Udtryksmiraklet i sproget og i verden	28
6.4.2.	Kroppen som genstandsfelt	29
6.4.3.	Kroppen som betydningsfelt	29
6.4.4.	Stemmen	29
6.5.	Hvorfor valg af Merleau-Ponty?	31
7.	Videnskabsteoretisk perspektiv, dataindsamling og metode	32
7.1.	Dataindsamling og bearbejdning	34
7.1.1.	Beskrivelse af genstandsfeltet MHS	34
7.1.2.	Casen MHS	35
7.1.3.	Valg af scenekunstnere / informanter	35
7.2.	Interview som metode	36
7.2.1.	Interviewguide	37
7.3.	Opsummering af data og introduktion til analysemetode	38
7.3.1.	Analysemetode	38

8. Analyse	40
8.1. Læsevejledning til analyse	40
8.2. Kroppen i mødet med verden (1.)	41
8.2.1. Kroppen set i forhold til en kunstnerisk oplevelse.....	41
8.2.2. Et særligt nærvær	42
8.3. Motivation for at deltage i MHS træningen (2.)	43
8.4. Kroppen som kundskabsform i genstandsfeltet (3.).....	44
8.4.1. Beskrivelse af MHS-træningen	45
8.4.2. Den sansende krop	45
8.4.3. Kroppen i sameksistens.....	46
8.4.4. Kroppen som dobbeltsansning	47
8.4.5. Kroppen som det fænomenale felt	47
8.4.5.1. Den objektive og fænomenale krop	47
8.4.5.2. Vækkelsen af den skabende krop.....	48
8.4.5.3. Synliggørelse af bevægelsen i genstandsfeltet.....	48
8.5. Delkonklusion på: Kroppen som den sansende og skabende kundskabsform.....	49
8.6. Kroppen som værk. (4.)	50
8.6.1. Kroppen som betydningsfelt	51
8.6.2. Kroppen bebor verden.....	53
8.6.2.1. Kroppen som betydningsfelt	53
8.7. Delkonklusion på: Kroppen set som et sansende og skabende kunstværk	54
8.8. Kroppen i mødet med praksis(5.).....	55
8.8.1. Kroppen som resonans i tid og rum.	56
8.8.1.1. En særlig kropsligt sansende tilstand	57
8.8.1.2. Kroppen som det fænomenale felt	57
8.8.1.3. Resonans og dissonans.....	58

8.9.	Kroppen i og som den sansende praksis	58
8.9.1.1.	Kroppen i samklang med tid og rum.....	59
8.9.1.2.	Kroppen som den skabende enhed i praksis.	60
8.9.1.3.	Kroppen som klangbund i professionen.....	61
8.9.1.4.	Kroppens resonans i den professionelle praksis	61
8.10.	Delkonklusion på: Kroppen som den sansende og skabende i praksis.....	63
9.	Konklusion.....	64
10.	Teoretisk perspektivering.....	64
11.	Didaktisk perspektivering	65
12.	Litteratur	66
13.	Bilag.....	69

2. Abstract

This thesis is about an investigative approach in connection with the learning and sensing body in a specific training situation. The body is being investigated as the scientific unit in the situation. The empirical frame is the training session where the “Meditation – Jump & Voice” concept is used. The training session has the purpose of creating a frame that integrates presence, investigation of the sense perception and makes the body the primary focus.

The body is investigated in relation to “a certain unit” which may be applied to the state during a certain bodily presence and coexistence viewed from a bodily phenomenological learning and realization perspective by primary the philosopher Maurice Merleau-Ponty and Liv Duesund etc. In this the body is seen as being a meaningful field and with a potential for changing time and space.

This thesis provides the voice for the empirical discovery of a certain sensed state in the situation and I have therefore given it the title “Senses to make sense”

Through my experience as a professional Bachelor in Pedagogic, a stage artist and a communicator an promoter of movement my understanding of the body has especially been awakened when working as a stage artist. In stage art the body is viewed as the primary instrument in relation to one’s meeting with the situation. The body as an instrument is not very central in other professions nor educations. Therefore I want to express and investigate the body as being a work / a unit that can promote and receive in a creative space, which is the specific ritual training space. And I illustrate the body’s work and how it has created resonance in comparison with a new discovery of being a body in a situation of change.

3. Indledning

Dette projekt handler om de kropslige fænomener, der opstår i mødet med en læringsituation. Læringsituationen tager udgangspunkt i en fysisk træningssituation, som er tilrettelagt af Forsøgsstationen.¹ Jeg ønsker at undersøge de kropslige processer i et teoretisk perspektiv, og igennem min empiriske undersøgelse vil jeg undersøge, hvordan læring kan forstås som kropsligt forankret. Jeg synes det er interessant at undersøge kropslig læring og dets potentiale, set i forhold til den lange vestlige filosofiske tradition, der tager udgangspunkt i bevidstheden og tanken og ophøjer sjælen på bekostning af kroppen. På denne baggrund finder jeg det nødvendigt, at generere ny videnskab på det kropsfænomenologiske område. Fokus i dette projekt er således at undersøge et relativt uopdyrket felt inden for læringsstrategi, der fortrinsvis handler om kroppen som fænomen. Jeg vil desuden undersøge de kropsligt forankrede fænomener, herunder de læringsfænomener, der opstår i kroppens møde med verden. Disse fænomener vil jeg søge at beskrive og begrebsliggøre primært ud fra et kropsfænomenologiske perspektiv med udgangspunkt i bl.a. Maurice Merleau-Ponty. I forlængelse heraf inddrages Liv Duesund, Camilla Jalving og Helle Winther, der bidrager med forskellige vinkler fra kropsfænomenologien. De seneste årtier har der været fokus på og en stigende interesse for krop og læring. Det er min opfattelse, at der er divergerende forståelser og tolkninger af dette område, og at det kan være svært at begrebsliggøres de processer, der opstår i forbindelse med kroppen og dennes betydning i mødet med verden. I de følgende afsnit vil jeg introducere dels til kropsopfattelsen set i et samfundsmæssigt perspektiv og dels vil jeg indkredse det billede, der tegner sig af vores opfattelse af kroppen i et historisk perspektiv.

3.1. Samfundsperspektiv

Set i et moderne samfundsperspektiv står vi over for store udfordringer med hensyn til fokus på livslang læring. Der er sket et paradigmeskift fra industrisamfund til videnssamfund, der kalder på individets selvbevidsthed, åbenhed mod fællesskabet og håndtering af den omkringliggende verden. Den aktuelle interesse for kroppens læreprocesser i uddannelsesmæssige sammenhænge, som i

¹ "Forsøgsstationen" er en forening som har til opgave at fremme forskningen, udvikling og træning inden for professionel scenekunst i Danmark. MHS træningen er tilrettelagt i sessioner, hvor man træner meditation, hop og stemme (MHS) med det formål at stimulere en tilstand af fysisk og mentalt nærvær i træningen. MHS træningen har ikke fokus på færdighedslære af et særligt fag, men har et perspektiv, der tilsigter at styrke og udvikle skuespillerens kunstneriske identitet i et rum, hvor der er mulighed for fordybelse og gentagelse.

f. eks. folkeskolen, synes først og fremmest at have bredt sig til de praktiske fag, som dækker sløjd, håndarbejde, hjemkundskab, billedkunst, idræt og musik. Bennyé D. Austring og Merete Sørensen beskriver i deres bog om æstetiske læreprocesser: ”Æstetik og læring” (2006), hvorledes denne interesse kan ses som et forsøg på at etablere et teoretisk fundament i forhold til et pædagogisk/didaktisk perspektiv. I folkeskolen har målet i sig selv været, at man gerne ville modernisere det æstetiske og kropslige, så det kunne fungere som begrundelse for de praktiske fag i forhold til elevernes almene dannelse og dermed legitimere fagenes plads i folkeskolen. Indenfor videregående uddannelser har det bevirket, at der er en masse artikler og teoretiske ideer om den moderne fysiske form for bevægelse, som ofte henviser til et specifikt fag eller fagområde med et primært mål eller hensigt. Men ofte står jeg tilbage med et spørgsmål i forhold til at begrebsliggøre kroppens virke som en lærende og en erkendende enhed. Og kan man overhovedet tale om en læreproces eller er det blot en oplevelse? (Austring og Sørensen, 2006. kap.1)

3.2.Kroppen i samtiden

I dag står det klart, at teknologien og automatiseringen overflødiggør en række tidligere mulige kropsfunktioner. Vi lever i et postindustrielt samfund, der tangerer den dualistiske tanke, der opererer med ”her” og ”der” og splitter verden op i substanser, der ikke lader sig forene og giver samtidig grobund for en adskillelsetænkning, som uden tvivl har farvet vores syn på den menneskelige krop. Den måde vi forholder os til hinanden i det offentlige rum, hvor vi objektiviserer hinanden i gadebilledet, kigger på hinanden som en genstand gør, at kontakten udebliver. Vi distancerer os til den levende verden. Den verden vi lever i, appellerer til at vi tager os godt ud og vi bliver præget af udefra kommende ting, der skal få os til at skabe os selv. Samtidig er det indre liv blevet et marked og flere vender ryggen til ydre appel for at vende blikket indad. Nogle dyrker deres krop på en måde, der får kroppen til at fremstå som en muskelmasse eller en gang knogler. Hermed objektgøres kroppen, der indfanges i et bestemt afgrænset system, som er dualistisk, - min krop og så mig. Følelserne er blevet til en fortrængning, der kanaliseres ud i hård disciplinær træning, så kroppen bliver et objekt for sig selv, hvor intet liv kan ånde. (Duesund, 2003, s.19-20.)

3.3.Fænomenologien

Det fænomenologiske perspektiv har fokus på den sansemæssige kontakt til verden og tager afsæt i den levende situation, som det sted hvorfra den videnskabelige tænkning rejser sig. Det virkelige

skal beskrives og ikke konstrueres eller konstitueres. Beskrivelsen af det, der kommer til syne for sansningen, kommer i første række, analyse og forklaring i anden.

Fænomenologi er en filosofisk retning, som er grundlagt af Edmund Husserl (1889-1938) i begyndelsen af 1900-tallet. Siden har den spredt sig til forskellige empiriske forskningsområder, særligt til det humanistiske videnskabsfelt. Husserl var optaget af traditionelle erkendelsesteoretiske problemstillinger og ønskede også at undersøge grundproblemer i forskellige videnskaber som matematik, logik, æstetik, jura, litteraturvidenskab og i særdeleshed psykologi. Så fænomenologi er en retning og en metode, der kan anvendes i mange sammenhænge lige fra kunst til videnskab. Fænomenologi er læren om det, som kommer til syne for sansningen eller fremtræder for vores bevidsthed. Den beskriver verden som et oplevelsesfænomen. Den fænomenologiske tilgang bygger på en reduktion i forhold til ens egen forståelse af fænomenerne. På denne baggrund kan metoden anvendes til at undersøge fænomenets væsen, hvor man i forestillingen og bevidstheden frit kan variere fra det givne fænomen til de forskellige variationer, der alle indeholder fænomenets væsen. (Brinkmann og Tanggaard, 2010, s.185-187.)

Maurice Merleau-Ponty og Heideggers hermeneutiske tænkning er en videreudvikling af Husserls strenge deskriptive tænkning. Den moderne filosofiske hermeneutik regnes i dag for et bidrag til andre former for fænomenologien. Hermeneutikken betegnes som en filosofi og adskiller sig fra den empirisk orienterede, naturvidenskabelige erkendelsesform, som på mange områder dominerer det 20. århundrede. (Brinkmann og Tanggaard, 2010, s.190-191.)

Husserl og Heidegger m.fl. danner grundlaget for min primære teoretiker Maurice Merleau-Ponty, der beskriver kroppen som det fænomenale værk og giver et nyt perspektiv på forholdet mellem krop, sind og ånd set i et kropsfænomenologisk perspektiv. Merleau-Ponty introduceres i teori afsnittet.

3.4. René Descartes

Jeg vælger i følgende indledende afsnit at introducere Descartes, som har været grundlæggende for vores videnskabsteorier og hverdagsforståelser. Den franske filosof René Descartes (1596-1650) betragtes ofte som ophavsmanden til den tænkning, som adskiller krop og sjæl og denne tænkning har været dominerende helt frem til i dag. Han mener, at mennesket er splittet op i to substanser, en tænkende substans og en fysisk substans (res cogitans) og denne tænkning har primært gjort sig gældende i det medicinske univers. Han antager at kroppen er upålidelig og kan noget andet end hovedet. Hans eksistensbevis er: ”Jeg tænker, altså er jeg”. Han mener, at tanken findes og at

kroppen er upålidelig, fordi den kan blive syg og dø. Dette defineres som et determineret system, som er sammensat af årsag og virkning. Smitte, symptom, sygdom, behandling og helbredelse er et eksempel på dette. Det gælder derfor om at finde årsagssammenhængen set i forhold til det medicinske univers, som hans filosofi var særligt rettet mod. Kroppen bliver analyseret fysiologisk og detaljeret i forhold til anatomi og bygger derfor på et mekanisk menneskesyn, hvor kroppen deles op i organer, der vurderes hver for sig. (Duesund, 2003, s.19.) Dette ligger inden for det kartesianske paradigme, som har været dominerende i mere end trehundrede år. Men i kontrast til dette har man her i det tyvende århundrede udviklet nye forståelsesformer med hensyn til kroppen, som er udsprunget af fænomenologien, eksistentialismen og den filosofiske antropologiske videnskab. Disse nye forståelsesformer repræsenterer et opgør med dualismen og objektivering af kroppen og undersøger nye forståelsesformer af adskillelsen mellem krop og tanke, som ifølge Duesund ikke helt kan ophæves. (Duesund, 2003, s.20.)

Kroppen uden verden. Descartes definerer mennesket med krop og sjæl som værende placeret uden for naturen. Han forholder sig heller ikke til kroppen i forhold til den ydre, omgivende virkelighed. Det er i opfattelsen af kroppens og sjælens tilhørsforhold til forskellige verdener, at naturvidenskab og humaniora adskiller sig. Duesund refererer endvidere til Descartes og nævner, at hans eksistensbevis under, at vi er sociale væsner og dermed udenfor naturens verden, hvorved hun giver udtryk for, at samfundet er noget, der er hævet op over hvert enkelt menneske. Duesund hævder, at hverken samfund eller borger kan leve uden at forholde sig til hinanden og at vi definerer os selv i forhold til hinanden. Ifølge Duesund definerer Descartes kroppen som værende sekundær, og dermed præget af den platoniske og kristne tro, der anser kroppen som værende lav og uren og ånden som noget ophøjet. Han tilskriver tanken/ånden både fornuft og egen vilje mens kroppen opfattes som værende foruden disse egenskaber og passiv af natur. (Duesund, 2003, s.20.)

4. Problemfelt

Jeg vil i dette indledende afsnit introducere til dette speciales problemfelt og redegøre for, hvorfor jeg finder det interessant at undersøge kroppen som fænomen og som relaterende til kundskab, kunstværk og personlig, professionel praksis set i et kropsfænomenologisk lærings- og erkendelses perspektiv. Jeg har derfor afsøgt områder med fokus på den sansende og skabende krop indenfor det professionelle teoretiske og praktiske felt. Ifølge Helle Winther anses det kropsfænomenologiske lærings- og erkendelsesperspektiv som et betydningsfuldt og endnu ungt udviklingsfelt indenfor læringsprocesser. (Winther, 2012, s.10.) Dette er nævnt både i forhold til kundskab, teorier og praksis indenfor efteruddannelse og forskning. Derfor finder jeg det relevant at undersøge dette felt, der primært afgrænser sig til kroppen og den levende bevægelse, et fænomen der giver sig til udtryk som kundskab og værk og i den professionelle praksis. I dette første afsnit vil jeg præsentere Liv Duesund (2003), Camilla Jalving (2011) og Helle Winther (2012) som de aktuelle bidragsydere til disse aktuelle områder. De har hver især forsket i kroppen i forhold til kundskabsudvikling, som det kunstneriske værk og kroppen i det professionelle møde med praksis.

4.1.Kroppen som kundskab

Liv Duesund har forsket i kroppens betydning som kundskabsform igennem aktivitet indenfor områderne rehabilitering og uddannelse. Hun behandler området udfra det kropsfænomenologiske perspektiv og beskriver fysiske aktiviteter som en praktisk færdighed og som et middel til at opnå en større selvbevidsthed i forhold til det ”at kunne”. Hun beskriver denne ”kunnen” som noget, der er rodfæstet i kroppen. Desuden beskriver hun krop og identitet som værende tæt forbundne. Hun beskriver desuden, hvordan hun har erfaret, at uden kroppen er vi ikke i stand til at sanse vores omverden eller at reflektere over os selv. (Duesund, 2006, s.34-48.). Jeg har valgt at inddrage Duesund, fordi hun redegør for kundskaben som erfaring, færdighed og bevægelse. Hun opfatter erfaringen som det primære og nævner, at det er i selve erfaringsøjeblikket, at adskillelsen mellem subjekt og objekt ophæves.

4.1.1. Kundskab og erfaring

Hvad er kundskab og hvilke rolle spiller kroppen når vi genererer kundskab! Duesund nævner i denne sammenhæng, at alle som diskuterer og forholder sig til uddannelse, lige fra skole til

universitet, har brug for et teoretisk og praktisk begrebsapparat. Går vi tilbage til Antikken, bliver vi overraskede over, hvor mange kundskabsbegreber man opererede med, lige fra begreber om videnskabelig virksomhed ('episteme') til det praktiske ('techne'), til begreber om viden og kunnen, vished og klogskab. I den vestlige verden er der opstået et skel mellem praksis og teori, og det er uden tvivl den teoretiske kundskab, der har haft den højeste status frem for den praktiske. Ifølge Duesund har fordommene været mange og den teoretiske kundskab har været universel og overlegen, mens den praktiske var 'enkelt, vanemæssig og uden værdi udover sig selv'. Den praktiske erfaring ses ofte som mindre værd end den teoretiske viden. Der er en lignende parallel til dualismen mellem krop og sjæl, hvor sjælen bliver betragtet som ophøjet og kroppen som lav og beskidt. (Duesund, 2003, s.47.) Duesund siger, at hvis vi vender opmærksomheden mod praksis, mod krop og erfaring, kan det siges, at al teori og tækningsudspringer af virkeligheden og af praksis. Bevægelse og praksis er to sider af samme sag og denne sag kan man kalde erfaring, som ifølge fænomenologen Husserls er udgangspunkt for erkendelsesprocessen. Netop dette har en central plads i forhold til den fænomenologiske og eksistenselle teoretiske tradition. Anderledes forholder det sig med teori og færdighed, for her kan man have en færdighed uden at udføre den selv. (Duesund, 2003, s.47-48.)

4.1.2. Færdighed

Færdighed handler om at vide, hvordan noget skal udføres. Duesund kalder det en "procedurekundskab", der handler om noget andet og mere end at kende "tricks" til at opnå forudbestemte resultater, hvis man følger bestemte regler. Hvis man kun har fokus på det, overser man det skabende og innovative, som er inkorporeret i færdigheden. Det er først når man mestrer færdigheden, at værdien af den bliver internaliseret og kropsliggjort. Duesund beskriver dette som en "trænet kapacitet som giver kompetence" og som både er en praktisk og teoretisk færdighed på én gang. (Duesund, 2003, s.49.) Den praktiske færdighed ligger i selve bevægelsen, hvor man rigtig nok i teorien kan forbedre tekniker og præstationer i fysisk aktivitet, men forbedringen ligger i praksis færdigheden og kan ikke lade sig gøre uden udførelsen af færdigheden. Derfor hænger færdighed og aktivitet sammen og her er det bevægelsen, der udtrykker færdigheden.

Den fysiske og praktiske aktivitet kan forstås som en eftertænsksom handling, hvilket betyder at den handlende "tænker" på, hvad hun gør mens hun gør det, således at den fysiske og praktiske aktivitet kombinerer handling og tænkning. Duesund nævner at denne "tænkning" kan forstås som "at være en opmærksomhed på". I et teoretisk perspektiv består intensionen i at følge logiske tankerækker fra præmis til konklusion, hvis man skal reflektere over denne menneskelige bevægelse. I et praktisk

perspektiv handler det om at opdage og udvikle den optimale procedure for en bevægelse og derigennem udføre den. Hun nævner at de to kundskabsformer er komplementære, og at færdigheden ligger i positionen mellem teorien og praksis og at det er kroppen, der er formidler mellem teori og praksis. Både aktiviteten såvel som teorien udspringer af kroppen. (Duesund, 2003, s.48-50.)

4.1.3. Kundskab om bevægelse

Duesund nævner, at lige siden Aristoteles rejste spørgsmålet om, hvad kundskab er, har der været diskussioner om forskellen mellem praktisk og teoretisk kundskab. Kundskab om bevægelse repræsenterer altså den teoretisk kundskab om den praktiske færdighed og er relevant i forbindelse med analyser af mekaniske og organiske aspekter ved aktiviteten og tilfører den en formel profil og viden, mens den praktiske kundskab har en personlig profil.

4.1.4. Praktisk kundskab om hvordan

Praktisk kundskab er kendetegnet ved at være knyttet til praksis, som udtrykkes gennem handling og aktivitet i omverden, mens den teoretiske kundskab ofte udtrykker sig om verden. Duesund understreger, at kroppen ikke er til at komme uden om hverken i teorien eller i erfaringen. Duesund referer til Jan Sjorgren (Duesund, 2003, s.53.) Kundskaben er den erfaring som på en måde bearbejdes og internaliseres med individet og det er her kundskaben bliver åbenbar for kundskabsbæreren og også for omgivelserne. Kundskaben åbenbares, når den bruges. Den kan betragtes som en usynlig ressource for mennesket, som bliver synlig, når den bruges. Det er her den kan beskrives ved hjælp af sproglige begreber og derved adskille kundskabsformerne fra hinanden. (Duesund, 2003, s.51-53.)

Hendes forskningsområder er empiriske undersøgelser inden for blandt andet idræt og rehabilitering, hvor hun sætter kundskab fra uddannelse i forhold til kundskab fra praksis. Dette beskriver hun b i antologien ”Kroppen som deltager”, hvor hun har bidraget med kapitlet ”Krop og rehabilitering”. Her beskriver hun udfra sine empiriske undersøgelser, hvordan mennesker med nedsat funktionsevne frakobler sig selv i forhold til en kropslig ”kunnen”. Hun fremhæver i den forbindelse, hvordan det er igennem bevægelsen, at bevidstheden om ikke at ”kunne” forsvinder, da bevidstheden her bliver rettet mod kroppen og handlingen. Når vi så mestrer denne aktivitet, inkorporeres den og bliver kropsliggjort, hvilket er en færdighed der knytter sig til det ”at kunne”. (Duesund, 2006, s.34-48.) Duesunds opfattelse af kroppen i forhold til uddannelsessystemet bygger på en pragmatisk tilgang, idet hun mener, at det er i bevægelsen at handlingen kan blive til ord i modsætning til det traditionelle uddannelse og – læringsperspektiv, der bygger på den antagelse, at

tanken kommer før handlingen eller praksis. Derfor har hun ønsket at forske i bevægelse og det har haft indflydelse på hendes interesse for traditionel kundskab med særligt hensyn til, hvordan viden formidles og overføres. (Duesund, 2003, s.61.). I den forbindelse beskriver hun, hvordan kroppen i den aktuelle kulturelle og samfundsmæssige ”datafisering” mangler den dynamiske karakter i forhold til det at ”være” i verden, hvor kroppen bliver gjort til et objekt. I modsætning hertil mener hun, at kroppen ikke er et objekt man har, men noget levende. Hendes primære budskaber og fund i hendes undersøgelser handler om, at udvikling, forandring og kundskab ikke kun hører til i arkiver og biblioteker, men at det er ved at bruge kroppen, at kundskaben udvikles. Bevægelsen bidrager til at bevidstheden ikke stagnerer, for det er igennem praksis og anvendelse af kroppen at den virker som kundskab og påvirker kundskabsperspektiv. (Duesund, 2003, s.53.)

4.1.5. Kroppen som kunstværk

Kunst og kundskab opfattes ofte som to helt modsatte størrelser, hvor kunst ofte forbindes med intuition, følsomhed, sjæl og inspiration og hvor kundskab opfattes som noget, der forbindes med sund fornuft og rationalitet, eksakthed, tal og information, ifølge Duesund. Endvidere skriver hun at ordet ”kunst” er en afledning af ordet ”at kunne” og derfor peger det i retningen af kundskab. Hun ser på kunst som en slags færdighed og et resultat af at kunne beherske denne færdighed, som en form for kundskab, hvilket hun indledningsvis har nævnt som en praktisk kundskab. Duesund nævner, at der har været en tendens til at opfatte kundskab som værende af sproglige karakter, men hvis kundskab ikke nødvendigvis er af sproglig karakter er kroppens sprogløshed ikke noget, der forhindrer kroppen i at være et vidende og lærende subjekt. Kroppen kan fortsat vise og præsentere sig på forskellige måder. Hun nævner, at både kunsten og kundskaben udspringer fra den erfarende, fænomene krop og begge disse arter griber ind i hinanden. Begge arter udvikles af praksis og det er her, der produceres en skabende opmærksomhed, som vi retter mod verden, og de svar og fortolkninger den åbner for os. Begrebet ”kunst” bruges i denne sammenhæng som et udtryk for en færdighed, hvor færdigheden består af en handling eller aktivitet, og hvor handlingen har den egenskab, at det er her man kan udvikles og forbedres gennem øvelse og gentagelse. Det er i handlingen, at der sker en skabelse, som både udtrykker sig i kundskab og som kroppen som et kunstværk. (Duesund, 2003, s.61.)

Merleau-Ponty beskriver kroppen som kunstværk på følgende måde: Kroppen kan ikke sammenlignes med en fysisk genstand, men snarere med et kunstværk. Hvis jeg f. eks. bevæger en kropsdel, forenes min krop med de taktile sansninger med min perception af hånden i de andre kropsdele, på samme måde som kunstværket hellere kan ikke udfoldes uden farver eller toner. Det

er igennem talen og gennem betoning, tone, gestus, fysiognomi at kroppen som et kunstværk formidler sin mening, som kilden til ens tanker og grundlæggende måde at være på. Hvor både et kunstværk, kunstneriske værdier og kroppen giver mening ved direkte kontakt, som et fænomen der udstråler betydning uden at forlade stedet, tiden eller rummet. (Merleau-Ponty, 1994, s.104-109.)

4.1.6. Værket og kroppen

Jeg har valgt at inddrage ”Værk som handling”, der er skrevet af Camilla Jalving, der i sin Ph.d.-afhandling har undersøgt udvalgte kunstværker set i forhold til kroppen. Hun beskriver kroppen i mødet med værket og trækker sansningen ud af dens tilvænnede søvn for i stedet at gøre den til et objekt i sig selv som et fænomenlogisk greb. (Jalving, 2011, s.138.) Hun har ikke beskrevet de forskellige kunstformer eller defineret en specifik genre men har undersøgt værkets kunstneriske dimensioner i forhold til den kropslige oplevelse. Hun nævner, at i såvel forskellige kunstformer som i den pædagogiske verden, er det handlingen, der er i fokus og på en særlig måde er central i forhold til relationen, som i den kunstneriske verden udgøres af tilskueren, tiden, rummet og konteksten.

Dette eksemplificerer hun ud fra en af sine studieundersøgelser af kunstneren Eliassons Pavillion og Heins mekaniske springvand. Her introducerer hun Merleau-Pontys kropsfænomenlogiske perspektiv og beskriver, at kroppen i mødet med værket er som en klar resonansbund set i forhold til den transformative virkning og effekt, som opstår, når betragteren bruger hele sin krop til at forstå værket. I ovenstående beskriver hun, hvordan springvandet, som er selve værket i rummet, ikke har en fast struktur, men at værket skabes af ringene i vandet, på samme måde som de bevægelsessensorer og sansninger, som hun beskriver, der opstår i mødet mellem mennesker. I den forbindelse understreger hun, at krop og værk ikke kan tænkes uafhængige af hinanden og nævner, at hvis der ikke er nogle kroppe, er der heller intet værk. Set i forhold til Merleau-Pontys tanker og det kropsfænomenlogiske perspektiv undersøges i dette felt ”kroppens-væren-i verden” og det der sættes i scene, er bevidsthedens kropslige udspring og det, der vises frem, er ikke først og fremmest det sansende, men sansningen i sig selv. (Jalving, 2011, s.140-141.)

Jalving går ud over Ponty`s kropsfænomenlogiske perspektiv og nævner, at Husserl og Merleau-Ponty ikke i afgørende forstand forholder sig til det sociale rum, som denne sansning finder sted i. Selvom Ponty ifølge nedenstående teoriafsnit beskriver, at kroppen beboder rummet, er det ikke tydeligt, at dette rum også er et socialt rum, et rum der deles med andre mennesker. Derfor inddrager Jalving performativitetsteorier, der primært er anvendelige i forhold til kunstneriske værker og det kunstneriske rum. Mit problemfelt koncentrerer sig om at undersøge kroppen som værket set

i det fænomenale perspektiv. Derfor vælger jeg at afgrænse mig fra at beskrive ”andre” og disse ”ting” som handler om at beskrive det sociale samspil og den kropslige dimension, som indgår i performativets teorien. (Jalving, 2011, s.140-146.)

4.1.7. Kroppen i praksis.

Jeg har valgt at inddrage Helle Winther, da hun har specialiseret sig i at undersøge kroppen set i forhold til den professionelle praksis og hun beskriver det praksisperspektiv, som gør sig gældende for dette speciales problemfelt. Hun beskriver, at man som professionel skal kunne være engageret, synlig og kropsligt nærværende. Winther nævner, at på trods af at kroppen har været konstant nærværende bl.a. i sundhedsvæsenet, undervisningslandskabet og den kunstneriske verden, så har den været overset, uset og ofte præget af en dualistisk professionsideologi. (Winther, 2012, s.10-12.). Hun er redaktør af antologien ”Kroppens sprog i den professionelle praksis”, der tager udgangspunkt i fænomenologien, kroppsykologien og bevægelsespsykologien. Helle Winther ønsker at fremhæve den professionelle praksis med fokus på den kropslige kommunikation i alle menneskelige relationer og som især har stor betydning for praksis orienterede professioner, som denne antologi er skrevet til. Hun ønsker at øge opmærksomheden på elever, klienter og den professionelles kropslige kommunikation og evnen til at kunne læse og lytte sig ind i den givne situation. Hun skriver, at det kræver en opmærksomhed på og træning af den professionelles egen kropslige og sanselige kommunikation, som hun nævner har stor betydning for udvikling af både autencitet og lederskab. Den kropslige kommunikation er både personlig og professionel og udgør et betydningsfelt, som stadig er et ungt udviklingsfelt inden for uddannelse, supervision, efteruddannelse og forskning. (Winther, 2012, s.10.) I dette speciale vil der være bidrag fra antologiens andet spor fra det 6. kapitel, der handler om det professionelle, personlige møde. Kroppen beskrives som klangbund i det professionelle møde i hverdagens praksis, som bygger på fagspecifikke cases (Winther, 2012, s.74-88.) Winther understreger betydningen af at alle professionelle, der har en praksis, som indebærer medmenneskelig kontakt, også lever og leverer igennem kroppen. Og dermed ønsker hun at øge medvidendeheden om det professionelle ansvar for disse grupper, som lever igennem kroppen. Igennem hendes undersøgelser beskriver hun tydeligheden i sammenhængen mellem det kropslige og det personlige og nævner denne sammenhæng som konstant nærværende i den professionelle praksis. Samtidig understreger hun, at denne sammenhæng er et udtalt fænomen i den givne praksis og nævner vigtigheden af, at skabe en øget indsigt i og træning af det professionelt personlige med særligt henblik på en udvikling af

autenticitet, lederskab og relation skabelse for derigennem at kunne være med til at åbne op for en medvidenhed i forhold til kroppen i den professionelle praksis.(Winther 2012, s.86.)

4.1.8. Valg af den empiriske case MHS²

Jeg har valgt at basere min empiriske undersøgelse på kroppen i et praksisfelt, der handler om fysisk træning set i forhold til den kunstneriske dimension, hvor målgruppen er professionelle scenekunstnere. MHS træningen er en træningspraksis, hvor kroppen i situationen møder den anden eller det andet. Casen afgrænser sig til at undersøge kroppen som det sansende og skabende fænomen set i forhold til et lærings- og forandringsspektiv. I casen søger jeg at indfange kroppen som videns skabende fænomen. Deltagerne i denne case er i en iscenesat læringsituation, der handler om at undersøge kroppens møde med den givne MHS-træning, hvor jeg efterfølgende bruger deltageres erfaringer til yderligere refleksion over kroppen som- (kundskab), set i forhold til det kunstneriske (værk) og den kunstneriske dimension (praksis).”(Faarup og Kirchhoff, 2015) Når jeg undersøger fysisk træning indskriver jeg mig således i et kropsfænomenlogiske lærings- og erkendelsesperspektiv, som behandles yderligere i teoriafsnittet.

² ”Forsøgsstationen” er en forening, som har til opgave at fremme forskning, udvikling og træning inden for professionel scenekunst i Danmark. MHS træningen er tilrettelagt i sessioner, hvor man træner meditation, hop og stemme (MHS) med det formål at stimulere en tilstand af fysisk og mentalt nærvær i træningen. MHS træningen har ikke fokus på færdighedslære af et særligt fag, men har et perspektiv, der tilsigter at styrke og udvikle skuespillerens kunstneriske identitet i et rum, hvor der er mulighed for fordybelse og gentagelse.

5. Problemformulering

I specialet undersøger jeg:

Kroppen i mødet med situationen set i et kropsfænomenologisk perspektiv

Hvad kan undersøgelsen af den fysiske træning i MHS rummet fortælle om kropslig læring og forandring?

I undersøgelsen lægges der vægt på tre områder:

Kroppen som den sansende og skabende kundskabsform

Hvilke kropslige erfaringer er den enkelte bærer af i mødet med situationen, som får indflydelse på håndteringen af situationen i praksis?

Kroppen som det sansende og skabende kunstværk

Hvilke kropslige opdagelser gør informanterne sig i mødet med MHS aktiviteten?

Hvordan synliggør kroppen sig som værket i tid og rum?

Kroppen i den sansende og skabende praksis

Skaber MHS træningen en resonans set i forhold til den enkeltes liv, og hvordan giver det sig udtryk i kroppen og i andre sammenhænge?

5.1. Emneafgrænsning

Dette speciales problemfelt er afgrænset til kroppen og den levende bevægelse, som det skabende værk i praksis i den givne træning og i den professionelle praksis set ud fra den individuelle perception, hvilket er det centrale perspektiv i min problemstilling. Specialet er ikke et forsøg på at afdække hele det kroppsykologiske, -fysiologiske, -biologiske, -sociologiske og -økonomiske perspektiv, men holder sig indenfor et kropsfænomenologisk og filosofiske lærings- og erkendelsesperspektiv. Den sekundære teori knytter sig til det kropsfænomenologiske perspektiv, og er inddraget for at beskrive de fænomener, der er opstået udevejs til forklaringen af kroppen, som den lærende og erkendende enhed, igennem mit feltarbejde.

Som tidligere nævnt tager dette speciale udgangspunkt i det kropsfænomenologiske perspektiv, som det er formuleret af Merleau-Ponty og som præsenteres i teoriafsnittet. Det giver en ramme for en forståelse af den sansning, der iværksættes i MHS-træningen. Merleau-Ponty synes ikke i afgørende forstand at forholde sig til det sociale rum, som denne sansning finder sted i. Selvom Merleau-Ponty gør gældende, at kroppen bebor rummet, så er det ikke tydeligt, at dette rum også er et socialt rum og et rum, der deles med andre mennesker. Selvom han skriver, at det er igennem ”min krop jeg forstår andre, ligesom det er gennem min krop jeg perciperer ”ting”, synes

disse ”andre” og ”disse ting” ikke at spille ind på den individuelle perception. Dette speciale afgrænser sig til sansningen der iscenesættes og den individuelle perception, der er det centrale perspektiv i min problemstilling.

5.2.Målgruppe perspektiv

Dette speciale retter sig mod målgrupper indenfor lærings- og formidlingsinstitutioner som f. eks. professionsbacheloruddannelser, efter-og videreuddannelser, højskoler, scenekunstkoler, kunstinstitutioner, højskoler, efterskoler, folkeskoler og museer.

6. Teoriafsnit kropsfænomenologi

Dette speciales teoretiske perspektiv tager udgangspunkt i en kropsfænomenologisk forståelsesrammen, hvor en af hovedkilderne er Merleau-Pontys kropsfilosofi, hvor kroppen spiller en afgørende rolle som primær forståelsesinstans. Jeg vil introducere en begrebsterminologi, der beskriver kroppen i en fænomenologisk ramme, som beskæftiger sig med erfaringsfunktion, kundskabsperspektiv og kropslig erkendelsesvirksomhed. I tillæg vil der inddrages forskellige litterære værker og tekster, der beskæftiger sig med den kropsfænomenologiske forståelsesramme.

6.1. Tvetydighedens filosofi.

I Maurice Merleau-Pontys filosofi anses kroppen ikke som et kødeligt hylster eller en åndløs materie, men som værende et fænomen der har bestemte følelser, og som bruger sig selv. Kroppen kan forstås som udstillingshal. Den levende krop er ikke entydig i sine fremtrædende former, fordi den har en usynlig side. (Hangaard Rasmussen, 1996. s.12.)

I den dualistiske tænkemåde er der et ”her” og et ”der” og uden for hudens grænser er der en selvstændigt eksisterende verden. F.eks. ”Man kan se et lille udsnit af den (verden), når man fæstner sit blik på træet i haven, og man kan vælge at gå hen og røre ved træet og på samme tid opleve at være i nærkontakt med subjektets virkelighed fra et eller andet sted bag mine øjne, hvor meningen opstår i midtpunktet i selve det øje, der ser kattens hele fremtoning og bevægelse.” (Hangaard Rasmussen, 1996. s.15.)

Dette skal forstås som et krydsningspunkt mellem objekt og perception, hvor adfærden etableres, som når man fornemmer et blik i nakken. Merleau-Ponty præsenterer og iscenesætter en ny ontologi, der ophæver adskillelsen mellem subjekt og objekt og hvor fokus i denne særlige tilgang handler om en væren og at placere sig det rigtige sted og finde det midtpunkt, der ligger før udskillelsen af et subjekt og et objekt. (Hangaard Rasmussen, 1996. s.12-15.)

Dette beskrives i følge Merleau-Ponty som et reversibelt forhold mellem den sende og det følelige som en mellem-kropslig væren, der åbnes for os som et mulighedsfelt af synlighed og følelighed, som strækker sig længere end til de ting, som jeg i øjeblikket rører ved og ser på. (Merleau-Ponty, 1969, s.265-266.) Ligesom det, vi kalder perception, opstår dér, hvor de to metamorfoser mødes, således består der en reversibel relation mellem talen og det, den betyder; betydningen er det, der til sidst forseglers, slutter, samler mangfoldigheden af fysiske, fysiologiske, lingvistiske momenter af udtaleakten, koncentrerer dem i én eneste handling, ligesom synet fuldender den æstesiologiske

krop; og ligesom det synlige bemægtiger sig det blik, som netop har blotlagt det og som tager del i det, således vælder betydningen tilbage over sine virkemidler, annekterer sig talen, som bliver videnskabsobjekt, foruddaterer sig selv ved en tilbagegribende bevægelse, som aldrig er helt forgæves, fordi talen allerede ved at åbne det nævneliges og sigeliges horisont tilstod, at den selv har sin plads her, fordi ingen talende taler uden på forhånd at gøre sig tiltalt, *selv, (...)*” (Merleau-Ponty, 1969, s. 278.)

”Jeg kommer til syne i blandt tingene og tilhører og åbenbarer dem i en og samme bevægelse.” (Merleau-Ponty, 1969)

6.2.Kroppen som fænomen

I følge det kropsfænomenlogiske perspektiv anser man kroppen og bevidstheden som to sider af samme sag, idet kroppen ikke er et middel for bevidstheden til at erobre verden, og der er ikke et filter mellem materialet og det mentale. Kroppen er derimod en mening, som vi har med os, når vi tænker og handler. Kroppen ses som en erkendende krop, og når vi ser, berører, taler og lytter har kroppen allerede set, talt, berørt og lyttet for os. Verden får sin betydning, når vi igennem vores praksis giver vores verden betydning. Fænomenet kroppen forstås som både værende indeni og udenpå, den omgiver os og kan forløse os som to sider af det samme formål. Og det er derved, at modsætningen mellem bevidstheden og verden ophæves, fordi kroppen er *situeret*, hvilket betyder at den ses som værende forbundet ind i en historisk givet verden. På samme måde forstås den erfarede verden som værende inde i vores bevidsthed, fordi vores krop er levet, vi har gjort vores erfaringer og dermed er de blevet legemliggjort. Merleau-Ponty beskriver kroppen som værende flettet sammen med den givne begivenhed og forklarer, at det som bliver historien, er den horisont, der instruerer vores erfaringers skuespil. (Merleau-Ponty, 1994, v. Ole Fogh Kirkeby s. VIII)

Det kropsfænomenologiske erkendelsesperspektiv og teoretiske grundlag anser vores eksistens som værende før enhver tanke, hvor alt er forbundet med verden og behøver sansedata-signaler for at erfare den. Eksistensen er forbundet til en enhed af kroppen, verden, sprog og bevidsthed i form af det såkaldte begreb prærefleksivt cogito, et før-refleksivt rum for tanke og handling, der forklares som summen af vores levede liv og som indeholder vores symbolske forhold til verden og andre mennesker. Merleau-Ponty forklarer det traditionelle erkendelsessubjekt, hvor eksistensen bliver anonym, og det at sanse er førpersonligt, fordi verden ejes af alle og ingen. Han introducerer i den forbindelse perceptionen, som liggende ude imellem bevidsthed og verden, fordi vi overskrider vores individualitet i bevægelsen, og vores virkeliggørelse af objektivitet får en social betydning og derfor nedtones vores individualitet. Det "at kunne" beskrives som at være udenfor sig selv og være

i forbindelse med verden i vores krop og tanke. F.eks. er synet, hørelsen og motorikken kroppens forlængelse af bevidstheden. Derfor må vi erfare ude i verden, før vi kan udtrykke os reflektivt. (Merleau-Ponty, 1994, v. Ole Fogh Kirkeby s.IX)

6.2.1.1. Sansningen som udtryk

Egenkroppen er en levet helhed, der overskrider både subjekt og objekt. Den er ikke en entydig størrelse men en flydende eksistens, der ikke kan forklares af materialistisk eller idealistisk filosofi, men som en allerede levet helhed, der på en måde både subjektivt og objektivt er tvetydig i dens udtryk. Den naturlige uvidenhed udmønter sig i, at jeg på en og samme tid kan percipere et fænomen, samtidig med jeg søger at analysere perceptionen. Et gammelt udtryk siger, at væveren ikke selv ved hvad han væver, hvilket indebærer, at det i det levende øjeblik altid præsenterer sig dunkelt og uigennemtrængeligt. Sansning eksisterer kun som tankemæssige ledetråde i en empirisk psykologi, der deler perceptionen op i elementer som isolerede sansindtryk. (Hangaard Rasmussen, 1996, s.62.)

6.2.1.2. Kroppen som symbolsk form

Merleau-Ponty kalder det et mirakel, at kroppen og verden komplimenterer hinanden gensidigt igennem perceptionen, hvorved verden får en form. Han mener, at mennesket kun kan erfare verden igennem forskellige former, der handler om sansning, sprog, kunst, leg og videnskab, der går igennem indtryk og udtryk. Et konkret sanseligt tegn, som kan vise sig som symbolsk form, er når spædbarnet f. eks. smiler og vender sig mod moren i et meningsfuldt udtryk. Her beskriver Merleau-Ponty det som en præsentation af en *her* og *nu* funktion, hvor blikket cirkulerer frem og tilbage i et nærvær. (Rasmussen Hangaard, 1996, s.69.) Kroppens sanselige lyde, som barnet bringer på sine læber, er derimod et sanseligt tegn, som han beskriver som en præsentativ og repræsentativ funktion, hvor talestrømmen viser ud over sig selv ved at henvise til noget ikke nærværende, samtidig med at den er bundet til kroppen. Merleau-Ponty nævner endvidere, at kroppen ikke ville kunne overskride sig selv, hvis den ikke var udstyret med taleorganer og gestikulerende evner. Kroppens åndelige dimension Betydningen af de symbolske former kommer ikke udefra i form af bestemte forstandsmæssige synteser og er derfor ikke påhæftet et sanseligt tegn. Det åndelige, betydningskabende element, der allerede er latent tilstede i smilet, i sproglige lyde eller i den matematiske symbolfunktion, er den åndelige energi, der forvandler elementerne i de forskellige symbolske former: sansning, sprog, kunst, leg, videnskab. (Hangaard Rasmussen, 1996, s.70.)

Det er her den åndelige energi beskrives som det forvandlende element i forskellige symbolske former. Verden får ikke en mening ved en passiv indoptagelse af sansedata, men det er strukturering der finder sted, som antager forskellige former i menneskets udvikling. I den symbolske form er der et iboende element af forvandling og forandring, hvor udtrykssansningen peger frem mod fremstillingsfunktion for til sidst at danne en betydningsfunktion. (Hangaard Rasmussen, 1996, s.70-73.) Merleau-Ponty er påvirket af den tyske filosof Cassirer, som skelner mellem 3 grundlæggende symbolfunktioner i menneskets udvikling:

1) ”Udtrykssansningen” er kropslig og primært tilstede i barndommen og i den mystiske opfattelse af verden, hvor verden kommunikerer med vores sanser.

”Udtrykssansning” griber verdens umiddelbare fremtræden og kommunikerer med barnets sanser som f.eks. en sommerdag med nyslået græs, dufte og lyde, hvor billeder og fantasier smelter sammen og glider ind over hinanden. I perceptions fænomenologi nævner Merleau-Ponty, at der er en synergi mellem sanserne og den sansemæssige erfaring i barndommen, og at den kropsligt formidlende tilegnelse af udtryk er før den sproglige og begrebsmæssige forståelse af tingene.

2) ”Fremstillingsfunktion” er sprogets egentlige domæne, der har rod i udtrykssansningen, men som viser sig samtidig ud over den. Sproget repræsenterer ikke nærværende ting og forhold, men det er i fremstillingsfunktionen, at der er en henvisningsrelation mellem tegnet og betegnelsen, som gør det muligt at overføre sproget fra generation til generation. Det beskrives som genstandsverden, som man kan tale om og benævne og som antager symbolsk form. (Hangaard Rasmussen, 1996, s.70.-72.)

3) ”Den rene betydningsfunktion” ytrer sig i logikken og videnskaben. Den rene betydning kan forstås som ikke at udtrykke andet end at referere til andre betydninger.

(Hangaard Rasmussen, 1996, s.70-73.)

6.2.1.3. Perceptionen og sandheden

Perceptionen er en opmærksomhed, der altid er sand i den forstand, at det er den, der er det oprindelige grundlag for tænkningen. Det vil sige, at selv de mest abstrakte begreber bliver sanset af menneskekroppen, således at tænkningen har sin baggrund i den sansemæssige erfaring. Men det betyder ikke, at den kan reduceres til perceptionen, men opfattes som en tilbagevendende

refleksivitet. Dette beskrives i ”Perceptionens fænomenologi” med termen ”fundering” i det synlige og det usynlige med det tidligere nævnte begreb ”reversibilitet”.

Merleau-Ponty skriver, at man i stedet for at sige ”jeg perciperer” hellere burde sige, at man ”perciperer i mig”, idet perceptionen ikke tilhører mig som et enkeltindividet men er forbundet i alle kroppe. Begrebet intersubjektivitet ligger i perceptionen. Eksempel: I første omgang ser jeg ikke et træ, men der er et træ, hvor verden skal sanses og derved blive forbundet i det, der skaber denne sameksistens. Kroppen er både før-subjektiv og før-objektiv. Dette bindes sammen i det fænomenale felt, hvor det ikke muligt at adskille et subjektivt og et objektivt perspektiv, da det kun er tilgængeligt i det iagttagende felt. (Hangaard Rasmussen, 1996, s.78-80.)

Maurice Merleau-Ponty beskriver: ”Mellem min bevidsthed og min levende krop, mellem denne fænomenale krop og den andens, som jeg ser derude, er der en intern relation. Den anden dukker op og kommer til syne som en slags fuldendelse af dette system.” (Hangaard Rasmussen, 1996, s.107, Merleau-Ponty 1989, s. 405)

Når jeg er vidne til hvorledes andres handlinger tager form, bliver min krop et middel til at forstå dem. Min kropslighed er den kraft, der kan forstå andres kropslighed. Jeg forstår en andens intentioner, fordi min krop er den samme, selvom jeg er ude af stand til at forklare hvordan.

(Hangaard Rasmussen, 1996, s.108.)

6.2.1.4. Egenkroppen

Merleau-Ponty beskriver, hvordan kroppen har sin egen særlige logik, som folder sig ud mellem kroppen og genstandene og det er her han introducerer begrebet egenkroppen. Egenkroppen er et system, der allerede beboer rummet, hvor man ser kroppen færdes hjemmevant i rummet, og hvor krop og rum forstås som værende et, fordi de glider ind over hinanden. Kroppen er i en ”væren-hen-mod-verden”, der formidles af egenkroppen. Menneskekroppen overskrider sig selv som instinktiv organisme, der er en fordobling, idet den både er subjekt og objekt på samme tid. Den er en del af verden, samtidigt med at den prøver at passe ind i verden. Kroppen åbner sig for at bebo verden og giver den voksne en tro på at være til i verden, som er forbundet til de rødder vi har fra den sanselige umiddelbarhed, vi primært er i kontakt med som børn. Det er, når vi rører ved noget, at vi bliver bekræftet i vores eksistens og der opstår et sansemæssige nærvær. Det er her, vi får en fornemmelse af at være til i verden, som en opmærksomhed uden tanke. I selve den sansemæssige erfaring ligger hele den kulturelle verden på spring. (Hangaard Rasmussen, 1996, s.141-144.)

Merleau-Ponty beskriver kroppen som tosidig set i forhold til det at kunne være: ”I-sig-selv”, det vil sige kroppen som sanselig, og ”For-sig-selv”, det vil sige som den sansende krop, altså som hhv.

den objektive krop og den fænomenale krop. Ifølge det kropsfænomenlogiske perspektiv er det afgørende, at vi har en krop, og det skal ikke forstås, som at kroppen er et permanent objektiv for tanken. Den sanselige krop og den sansende krop forstås som en samlet enhed i det samme cirkulære gennemløb, som en tosidig væren, der forudsætter hinanden og som kan ses som ret og vrang. Den syntetiske krop er ikke objektiv, men forstås som en samlet bevidsthed, der hænger sammen i en centrifugal enhed, der understøttes af kroppens præ-refleksive og objektive enhed. (Merleau-Ponty, 1969, s.258.)

Følesansen har 3 forskellige erfaringer, som underforstår hinanden med forskellige dimensioner, f.eks. med udgangspunkt i den taktile sans, følesansen og synet.

De tre forskellige sanselige erfaringsgrundlag underforstår hinanden.

Taktilsansen: er en følelse af en glat eller ru ting, en passiv følelse af kroppen og dens rum og endelig en virkelig følelse af følelsen, som f.eks. når jeg med min højre hånd føler min venstre i færd med at berøre den eller tingene. Det er en sansning, hvorved det ”følede subjekt” glider ind i det følte punkt, stiger ned i tingene, således at følelsen finder sted både midt i verden og ligesom i selve tingene. (Merleau-Ponty, 1969, s.255.)

Synssansen: er mine øjnes bevægelse, det som skaber forandringer i det, som bliver synligt og er tilhørende det sete i følesansen. Synet og følesansen er en taktile væren, der foregriber synligheden, og således kan det siges, at der sker et overgreb og et indgreb i den så at sige sammen krop og helhed. Ethvert syn finder sted i det synlige univers. Dobbelt-sidedighed i synlighed og følelsen er en krydsende henvisning i det synlige felt. Det centrale her er, at vi erkender, at synet er en følelse med blikket, altså en orden, som afslører sig for os igennem vores følesans.

Følesansen: er, at hånden både er følelse og føler og hvis den ikke var følelse over for sig selv, ville den ikke kunne tilhøre den taktile verden og derfor ikke kunne tilpasse sig sine bevægelser til det, der skal føles. Den er på en og samme tid både følelse og føler, synlig og seende og derfor tilhører den verden, fordi den ses og føles. Det er herved, der åbnes til en mellemkropslig væren i et mulighedsfelt af synlighed og følelighed, som strækker sig længere end til de ting, som vi i øjeblikket kan røre og se. Det kan forstås som et cirkulært forhold mellem det berørte og den berørende, og som et cirkulært forhold mellem det synlige og det seende, hvor der etableres kommunikation fra den ene krop til den anden. Det kan både forstås som en bevægelse, der kan være en berøring, eller som synet, der dækker sig selv og vender tilbage til sit udspring som det tavse arbejde. (Merleau-Ponty, 1969, s.255.)

6.3.Introduktion til kroppen som værk

Kroppen og verden, subjekt og objekt, forstås aldrig som helt det sammen men som noget, der hele tiden genskaber sig selv. Kroppen lever i et udtryk, der ikke falder til ro i udtrykket. Det er her kroppen kan få verden til at lyse op i en slags åbenbaring, som på en måde er en overskridelse af sig selv og i dette krydsfelt bliver verden til. Det er i denne tvetydige afstand mellem det fænomenale og den objektive krop, at kroppen er aktør i sit eget drama, og hvor den forstås som hovedrollen i sit erfaringspil og derfor må verden også indeholde muligheden for at gøre det. Den sansende eller perciperende krop tilhører verden og muliggøre det, som er tilstede i verden. (Merleau-Ponty, 1994, s.42-46)

6.3.1. Kropsskema

Kropsskema er et begreb, som anses for at være et færdigt centrum for kroppen, hvorfra den kan orientere sig i rummet. Den orienterer sig ikke ud fra et mentalt billedet af rummet men ud fra en indretningen af rummet, som sidder i armene, halsen, ansigt og ben. På denne måde kan kroppen ses som et individuelt symbolberedskab. (Merleau-Ponty, 1994, s.41-44.)

Det psykiske og fysiologiske. Måden at opfatte mennesket på har ikke en psykisk tilknytning til organismen, men er en bevægelse imellem de psykologiske og kropslige akter, som sammenflettes. Den levende bevægelse i den levende krop forstås som en udveksling mellem det psykiske og fysiologiske. Den er så intimt forbundet, at det må indordne sig under et tredje, nemlig det sjælelige, som er en del af vores eksistens og iboende livsproces. Sjælen og kroppen beskrives som en enhed, der besegles og fuldbyrdes hvert eneste øjeblik i eksistensens bevægelse. Det er den eksistens, vi har fundet i kroppen ved at nærme os den ved den første afgangsvæg, nemlig fysiologiens.

Dobbeltsansninger. Ved dobbeltsansninger forstås, at ”jeg” i overgangen fra den ene funktion til den anden kan genkende den berørte hånd, som værende den samme som for et øjeblik siden var den berørende. Det er det samme bundt knogler og muskler, som min højre hånd er for den venstre, og det kan give en fornemmelse af, at kroppen er et øjeblik hylster, der legemliggør den anden hånds bevægelse. F. eks. er det, når den levende højre hånd slynger sig ud mod genstanden for at udforske den, at kroppen overrasker sig selv i færd med at udøve en erkendelsesfunktion, hvor den påbegynder en slags refleksion. (Merleau-Ponty, 1994, s.31-40.)

6.3.1.1. Egenkroppens rummelighed og motorikken

Psykologerne siger ofte, at kropsskemaet er dynamisk og at kroppen fremtræder, som om den har en holdning til en bestemt foreliggende opgave. Men kroppens rummelighed er i virkeligheden ikke

som ydre genstande eller de rumlige sansninger, som f.eks. en ”positionsrumlighed”, men egenkroppen er i situationen rummeligheden. (Merleau-Ponty, 1994, s.41-44.)

Det beskrives, at kroppen kan være en gestalt for sig selv og kan have det privilegium at figurere på ligegyldige baggrunde. Det skyldes i sidste instans, at den er polariseret af sine opgaver, som den er i eksistens med, og derfor samler den sig for at nå sit mål. Kropsskemaet er i sidste ende et udtryk for, at min krop er i verden og hvad angår rummeligheden er det det givne øjeblik. I det fænomenale felt handler det om at skabe nye sammenhænge i det allerede foreliggende og disse sammenhænge forekommer som horisonter, der skaber nye områder i verden. (Merleau-Ponty, 1994, s.42-46.)

Kropsrummet kan kun blive til en del af det objektive rum eller ramme, hvis det er tilstede i kroppens indre rum. Det er her dialektikken kan omforme det aktuelle rum. Det er på den baggrund der kan henvises til figur punkt-horisont strukturen, som er grundlaget for rummet. Horisonten eller grunden kan ikke række ud over figurens punkter eller omgive den, hvis de ikke tilhører samme type væren som kroppen. Det er herved bevægelsen kan omformes til disse punkter i figuren. (Merleau-Ponty, 1994, s.46.)

Kropsrummet og det ydre rum danner et praktisk system, hvori kropsrummet udgør den grund, hvorpå genstanden/genstandsfeltet kan tegne sig i det tomrum, hvor genstanden kan vise sig som formålet for vores handling. For det er åbenbart i handlingen, at kroppens rummelighed fuldbyrdes og bliver til en analyse af vores egne bevægelser, der kan få os til at forstå dem. Ved at betragte kroppen i aktivitet og bevægelse er det lettere at se, hvordan den beboder rummet og den aktuelle tid. Bevægelsen underkaster sig ikke rummet og tiden, men tager det aktivt på sig og overtager deres oprindelige betydning, som udviskes i de etablerede situationers banalitet.

(Merleau-Ponty, 1994, s.47.)

Kroppen er kun et element i et system, hvorfra personen og hans verden udgår. Den pågældende opgave fremkalder de nødvendige bevægelser igennem en slags tiltrækning på afstand. Så det er de fænomenale kræfter, der er på færde og fremkalder de motoriske reaktioner, som skaber den bedste indbyrdes balance. Det er i mødet med situationen, at der fremkaldes alle de ord og holdninger som er tonen fra vores side. I fænomenologien er den virkelige verden den erfarede verden, og den anser at der ikke er mere virkelighed bag den. Virkeligheden er forbundethed imellem subjekt og verden, som betyder at verden ikke længere eksisterer som noget, der kan adskilles fra det sansende subjekt. (Winther, 2012, s.59.)

6.3.2. Kroppen og bevidstheden set i forhold til træning

Anne-Merete Kissow og Helle Pallesen skriver i deres bog ”Mennesket i bevægelse”, at den kropslig forankring præger vores kropslighed afhængig af den måde, som verden fremtræder for os på. Verden omgiver os som kropslig udforsket og ses i den forlængelse, som bevidstheden, der er hos tingene ved hjælp af kroppen. En bevægelse er lært, når kroppen har lært den, og det at bevæge sin krop er at rette sig mod tingene igennem bevægelsen, hvor den besvarer udfordringen uden nogen forestilling. (Kissow og Pallesen, 2009, s.72-76.) At træne sin kropsbevidsthed er en cirkulær proces mellem det ubevidste og det bevidste, hvor det ene er det andets forudsætning. Det centrale i dette perspektiv er, at denne proces, der er den direkte sansning som en levende sansning, der altså ikke bare er en sansning igennem sanseapparatet, men det handler om den sansning, hvor man åbner op for og danner viden i kroppen. Den levende sansning indebærer, at bevægelsesoplevelsen optages i forhold til noget, der er sket før. Det er her, det blander sig med tidligere erfaringer, og derved får mening. Merleau-Ponty beskriver, at det er samspillet med omgivelserne, det er det vigtige, for bevægelser og handlinger skal altid ses i den konkrete livssammenhæng. Kun der giver de mening og er mulige at fortolke. (Kissow og Pallesen, 2009, s.76-77.)

6.3.3. Kroppen er ikke i rummet, den beboder rummet

Merleau-Ponty beskriver, at ethvert øjeblik af bevægelsen favner hele bevægelsen i en forbindelse imellem et ”her” og et ”der” og imellem et ”nu” og en ”fremtid”, hvor øjeblikket kan udvikles. Han nævner, at ”Jeg tænker ikke i tiden og rummet, jeg er i tiden og rummet”, hvor kroppen bliver omsluttet og omfavnet af begrebet egenkroppen, som bliver målestokken og grundlaget for vores eksistensens. Men man kan aldrig totalt blive rummet og tiden, man vil altid være omgivet af ubestemte horisonter, der indeholder andre synspunkter, hvor tidssyntesen og rumsyntesen forstås som altid at kunne begynde på ny. (Merleau-Ponty, 1994, s.93-94.)

6.3.4. Kroppen som den bevægende enhed.

Ifølge det kropsfænomenlogiske perspektiv er de forskellige dele af min krop, dvs. dens visuelle (det perciperede/ sette), taktile (det rørende/berørende) og motoriske (det bevægende/bevægelser) aspekter, det som jeg koordinerer ud fra de muligheder, jeg på forhånd er givet. Det ses som bevægelser, der står til rådighed for os på grund af deres indbyrdes betydning, som f.eks. når børn i deres første forsøg ikke ser på hånden, når de griber efter genstanden, men ser på genstanden, hvor kroppens led kender de enkelte funktioner og hvor koordinationen ikke er noget, der læres. På samme måde rummer jeg min fod i skoen uden at se på den, men jeg har et indre syn på den. Jeg

oversætter ikke berøringsdata til synet eller sproget og omvendt og jeg skaber ikke en helhed af delene en efter en. Delene udgør af sig selv hele min krop, hvilket er kroppens primære erfaringsgrundlag. (Merleau-Ponty, 1994, s.104-111.)

6.3.5. Kroppen som værk

Kroppen kan ikke sammenlignes med en fysisk genstand, men snarere med et kunstværk. Ved f.eks. at bevæge en kropsdel forenes min krop med de taktile sansninger i min perception af hånden og dens forbindelse til de andre kropsdele. På samme måde kan et kunstværk heller ikke udfoldes uden farver eller toner, og talen kan ikke alene give betoning gennem ordene, men også igennem tone, gestus og fysiognomi. Den mening, som kroppen som kunstværk er, formidler ikke den talendes tanker, men er kilden til hans tanker og grundlæggende måde at være til på. Et kunstværk eller kunstneriske værdier/personer giver først mening ved den direkte kontakt og udstråler betydning uden at forlade stedet, tiden eller rummet. (Merleau-Ponty, 1994, s.104-109.)

6.4.Kroppen i mødet praksis

Forståelsen af gestus

Gesten beskrives af Merleau-Ponty som noget, der ikke tages for givet, men som en akt der gribes fra tilskuerens side. Det hele foregår, som om den andens intentioner tager bolig i min krop eller i hans krop. Den gestus, jeg bliver vidne til, aftegner en intentionel gestus i min krop. Denne gestus / genstand bliver først aktuel og fuldstændig, når min krop tilpasser sig den og dækker den. (Merleau-Ponty, 1969. s.57.) Det er sådan, at gestus/genstanden træder frem på måder, som refererer direkte tilbage til det sansepunkt, som alle perciperede genstande/gestus, er relateret til i kroppen. Der er tale om en krop, der kan se, høre, lugte og føle igennem hoved-øjnebevægelser. Det er igennem disse bevægelser, at kroppen sanser og erfarer sig selv og verden. Kroppen opfattes ikke som et stabilt orienteringscentrum men som et bevægende orienteringsfelt. Det er sådan jeg forstår og anvender Merleau-Pontys gestus-begreb og kroppen som orienteringscentrum i dette speciale. (Merleau-Ponty, 1969, s.56-58)

6.4.1. Udtryksmiraklet i sproget og i verden.

Gesten skal ikke forstås som et fysik eller fysiologisk fænomen, men som en definition på menneskekroppen, der i en uendelig række diskontinuerlige akter tilegner sig betydningskerner, som overskrider og omformer dens naturlige evner. Denne transcendentale akt ses i tilegnelsen af adfærd, som gestens tavse sprog, hvor igennem denne kraft i kroppen åbner sig for en ny adfærd og gør den forståelig for ydre iagttagen. Gesten giver først gestus/genstanden menneskelig mening,

hvis det er en oprindelig gestus. Beviset for dens nære tilknytning til kroppen, må således åbne en ubegrænset evne til at give betydning dvs. evnen til at fatte og kommunikere en mening, hvorigennem mennesket gennem sin krop og sin tale transcenderer sig selv mod en ny adfærd eller mod andre eller mod sin egen tanke. (Merleau-Ponty, 1994, s.163-164.)

6.4.2. Kroppen som genstandsfelt

Gesten er som intentioner, hvor begrebet intentionel er det, som aktualiseres igennem kroppen, der tilpasser sig bevægelsen. Kommunikationen i egenkroppen finder sted, når mine bevægelser finder vej i samme retning som den anden eller det andet, hvor jeg både bekræftes af mig selv og af den anden eller det andet. ”Jeg” engagerer mig i tingene med min krop, hvor tingene er i sameksistens med mig og mit legeme. Kommunikation mellem bevidstheden og bevægelsen bygger ikke på fælles fornuftige meninger eller erfaringer, men opbygges i selve bevægelsen, der hvor jeg f.eks. hengiver mig til det sete og forener mig med det i en og samme art af blid genkendelse. (Merleau-Ponty, 1969, s.56-58.)

Eksempel: Den ene generation efter den anden ”forstår” og udfører seksuelle gestus, f.eks. kærtegn før filosofen en dag angiver der intellektuelle betydning: en lukker sig om den passive krop, en holder den fast i lysten søvn, der afbryder den forsatte bevægelse, hvorved kroppen kaster sig ud i tingene og de andre mennesker. Det er med min krop, jeg forstår den anden... som bevægelsen aftegner og som jeg gentager for egen regning. (Merleau-Ponty, 1969, s.58.)

6.4.3. Kroppen som betydningsfelt

Merleau-Ponty beskriver erfaringer som den oplevende krop og som den oprindelige ramme og betydningsfeltet for refleksionens bearbejdning af sansninger af verden. Det kan ikke beherskes af et objekt eller et tænkende subjekt men får meningen i vores livsverden, hvor det formes gennem kroppens væren i verden. Kroppen kan ikke beskrives som et dødt objekt ud fra en række mekaniske kategoriseringer og man kan ikke skelne mellem udtryk og indhold i den oplevede kropserfaring, fordi den indgår i en enhed, i et betydningsfelt, hvor kroppen bliver udtryk for menneskets eksistens. (Merleau-Ponty)

6.4.4. Stemmen

Ansigtets mange bevægelser, især dem som sidder i struben og munden, er dem, der skaber skriget og stemmen. Disse bevægelser ender i lyd og kan af en selv høres lige så krystalklart, som samtidig er min egen vibreren, som jeg kan høre indefra. Malraux har udtrykt det således: ”Jeg hører mig selv med struben” og i den forbindelse siger han ”min stemme er knyttet til min livsmasse, som

ingen anden stemme er det". Men hvis jeg er tilstrækkelig nær den anden, som taler, til at kunne høre hans åndedrag og føle hans begejstring og træthed, da er det næsten skrigets frygtelige fødsel, jeg overvære i ham som i mig (Merleau-Ponty, 1969, s.267.) Det samme gør sig gældende i udvekslingen imellem berøringen og synssystemet, hvor det drejer sig om en gensidige udveksling. I de lydfrembringende bevægelser og det hørte, har de deres lydlige indskrift, skriget har sit motoriske ekko i mig. (Merleau-Ponty, 1969, s.268.)

Ifølge Merleau-Ponty kan lyden eller stemmen forstås som en følelse, der stiger ned i blandt os og på den følelse måde behersker alle. Dette forhold mellem lyden og stemmen udledes af sig selv som en dobbelthed ved at åbne sig og spalte sin livsmasse i situationen. Man kan ikke høre sig selv på samme måde, som man kan høre de andre, for stemmens lydlige eksistens er så at sige ikke rigtig foldet ud for en selv. For det er først ved, at jeg hører mit ekko af min artikulatoriske eksistens, at det vibrerer gennem mit hoved mere end udenfor mit hoved, fordi jeg altid er på samme side af min krop og stadig optræder i samme perspektiv for mig selv. (Merleau-Ponty, 1969, s.271.)

Merleau-Ponty beskriver, at det ikke er udøveren, der fremfører eller reproducerer sonaten, men både han og de tilhørende følelser, han er i sonatens tjeneste. Sonaten synger sig gennem ham, og han må kaste sig over violinbuen for at følge den. Og dens hvirvlende toner åbner for et lydunivers, der samler alle toner til en. (Merleau-Ponty, 1969, s.275.) Vores syn er vores første kontakt til verden og til en sanseglæde, der er den primære indvielse, og det vil sige, at det ikke er en opstilling af et indhold, men en åbning til en dimension, der ikke vil lukkes. Og det er herfra, der indstiftes et niveau i forhold til enhver ny oplevelse, der så kan blive lokaliseret. Dette niveau er ikke usynligt i den, der beboer synet, men støtter den synlighed, der gør den synlig i selve denne væren.

Merleau-Ponty fremhæver, at der er en umiddelbar distinktion mellem synligt og usynligt, imellem rum og tanke og tanke og rum. Ikke fordi rummet er tanken eller tanken er rummet, men fordi det er hinandens ret og vrang og uophørligt dækker hinanden. (Merleau-Ponty, 1969, s.275.)

6.5.Hvorfor valg af Merleau-Ponty?

Jeg har valgt at bruge Merleau-Ponty, fordi han hjælper mig til at kunne beskrive den sansende krop, der besejler alle sanserne i kroppen som enhed. Som jeg fortolker Merleau-Ponty, taler han om sansningen og perceptionen som kroppens primære evne, der beskrives som en særligt sansende tilstand. Denne sansende tilstand knytter sig til bevægelsen, der bliver en forlængelse af kroppen i rummet. Han giver mig hermed mulighed for at beskrive det usynlige felt, der kan fornemmes og sanses uden at kunne ses. Det kan kun erfares ved kroppens praksis/oplevelse og kroppens dobbeltsansning i praksis. Merleau-Ponty beskriver ”den levende bevægelse” som det centrale perspektiv i forhold til kroppen som udgangspunkt for kundskab. Det hjælper mig til at beskrive og redegøre for den usynlige sansning i den levende bevægelse i en praksis, hvor kroppen er den skabende og sansende enhed. Han begrebsliggør de kropslige, sanselige læreprocesser, som bygger på den primære sansning og den levende bevægelse. I forhold til det empiriske felt kan jeg undersøge kroppen som en sansende enhed set i forhold til kundskab. Der er en særlige opmærksomhed, der handler om at føle og forfølge og som ligger før bevægelsen og må erfares igennem den levende bevægelse. Her skabes en kropslig forståelse for medvidenhed og medvirken.

7. Videnskabsteoretisk perspektiv, dataindsamling og metode

I følgende afsnit beskrives rammen for det videnskabsteoretiske perspektiv, dataindsamling, metode og videnskabelige strategi, der lægges ned over den anvendte empiri. Undersøgelsen foretages ud fra et fænomenologisk perspektiv, idet jeg vælger at bruge den kvalitative interviewform.

I min forberedelse til interview og analyse har jeg taget udgangspunkt i ”En grundbog om kvalitative metoder” redigeret af Svend Brinkmann og Lene Tanggaard (2010). Dateringer, strukturering og bearbejdelse af det empiriske materiale er inspireret af Grounded Theory og beskrives i den afsluttende del af metodeafsnittet. (Brinkmann og Tanggaard, 2010 (10) Watt Boolsen), ”Forskning om og med mennesker” (Laila Launsø og Olaf Reiper, 2010) og ”En enklere metode” (Ann Kristin Larsen, 2005)

Det fænomenologiske perspektiv har fokus på den sansemæssige kontakt til verden og tager afsæt i er den levende situation, hvorfra den videnskabelige tænkning rejser sig. Det virkelige skal beskrives og ikke konstrueres eller konstitueres. (Merleau-Ponty, 1996, in Brinkmann og Tanggaard, 2010, s.185-187.) Beskrivelsen af det, der kommer til syne for sansningen, kommer i første række og analyse og forklaring i anden.

Som nævnt i indledningen er fænomenologien en filosofisk retning, som er grundlagt af Edmund Husserl (1889-1938) i begyndelsen af 1900-tallet, og er en retning og en metode, der kan anvendes i mange sammenhænge. Fænomenologi er læren om det, som kommer til syne for sansningen eller fremtræder for vores bevidsthed. Den beskriver verden som et oplevelsesfænomen. Den fænomenologiske tilgang bygger på en reduktion i forhold til ens egen forståelse af fænomenerne. På denne baggrund kan metoden anvendes til at undersøge fænomenets væsen, hvor man i forestillingen og bevidstheden frit kan variere fra det givne fænomen til de forskellige variationer, der alle indeholder fænomenets væsen. Med udgangspunkt i fænomenologien vil jeg foretage en kvalitativ undersøgelse af en eksemplariske trænings- og læringsituation, MHS-træning, idet den kvalitative metode er en videnskabelig undersøgelsesmetode, der er velegnet til at undersøge forhold, der er vanskelige at iagttage og måle.

Den fænomenologiske tilgang gør det således muligt at beskrive de kropslige fænomener og erkendelsesprocesser, der knytter sig til den givne træningscase. (Brinkmann og Tanggaard, 2010, s.185-187.) Jeg har valgt at tage afsæt i det fænomenologiske perspektiv og den kvalitative undersøgelsesmetode for ikke at reducere subjektet eller kompleksiteten i det psykiske liv. Jeg anvender det for at få skabt et så klart billede som muligt af den levende empiriske situation. (Brinkmann og Tanggaard, 2010, s.187).

Ved hjælp af denne tilgang og denne metode kan jeg få et indblik i informanternes tankeverden, idet jeg i vores møde kan undersøge deres attituder, reaktioner og handlinger. Husserl hævder, at mennesket ikke er et mekanisk apparat eller et passivt væsen, der ikke registrerer sanseindtryk, men at vi aktivt er medskabere i verden. (Brinkmann og Tanggaard, 2010, s.187.)

Med udgangspunkt i det fænomenologiske perspektiv, anvender jeg en kvalitativ undersøgelse af det empiriske felt for at besvare projektets problemformulering. Den kvalitative metode tager på linje med det fænomenologiske videnskabs syn udgangspunkt i den subjektive oplevelse af fænomenerne og gør det muligt at beskrive kropslige og æstetiske fænomener og de erkendelsesprocesser, der knytter sig til den kropsfænomenologiske teori. (Brinkmann og Tanggaard, 2010, s.187.)

Den fænomenologiske tilgang og den kvalitative undersøgelsesmetode gør det muligt at undersøge og analysere, hvad informanterne siger og udtrykker i forhold til kroppen som fænomen og de givne processer. Herved er det muligt at komme tættere på deres følte fornemmelse, som er udgangspunktet for at forstå de kropslige læringsprocesser på det givne empiriske felt. Som før nævnt indebærer det fænomenologiske perspektiv, at subjektets medkonstituerende rolle medtænkes i den videnskabelige proces, frem for at negligere den i objektivitetens navn. Og det gør det muligt at nå frem til en beskrivelse af erkendelsesakten, som ikke kun har en subjektiv gyldighed, men også er intersubjektivt valide. I mødet med det empiriske felt må jeg som undersøger sætte min egen forståelse i parentes. (Brinkmann og Tanggaard, 2010, s.190.) Feltet der undersøges er MHS-træningen, der er tilrettelagt af ”Forsøgsstation”, der er en forening for professionelle scenekunstnere og har til hensigt at præsentere nye fænomener igennem forskellige lærings- og træningsaktiviteter set i den kunstneriske praksis.³ (Se bilag 1 ”Den empiriske lokalitet ”Forsøgsstationen”)

³ **Beskrivelse af MHS træningen**

Den aktuelle empiriske case situation er træningsformen Meditation, hop og stemme træning MHS består af: Meditation 20 min., hoppe-træning 25 min., yoga stræk 15.min. og 60.min stemmetræning Træningsforløbet er sat sammen af 3 træningsformer, som indeholder en kombination af tilstand, kraftig fysisk gentagelse, afspænding, dybt åndedræt og kraftig stemmevibration. Disse øvelser involverer hele kroppen og afkræver mental koncentration og som har til hensigt og forhåbning om at dette forløb har potentiale til at stimulere en tilstand af fysisk og mentalt nærvær i træningen. Træningen er fastsat for at opbygge rutine og sikkerhed for at kunne frigøre sig indenfor den faste fysiske form.

Den empiriske træningsramme MHS er tilrettelagt ud fra teoretiske og praktiske erfaringer igennem teaterhistoriens ceremonier og ritualer, hvor publikum var med i den renselsesproces, der kunne føres frem mod at katarsis kunne finde sted.³ Skuespilleren og kroppens handlinger, skal som i ritualet kunne skabe en forandring og healende kraft og give os vores tilværelse tilbage. (Antonin Artaud, teateretoretiker og filosof) I MHS træningen undersøges det, hvordan man kan styrke den kunstneriske dimension og profession i at kunne være levende og troværdig på scenen. I den aktuelle situation har træningskonteksten ikke fokus i forhold til at lære et særligt fag eller bestemt rolle. Men at træningen har værdi i sig selv. En værdi der vil være gavnlig nok for forestillingens resultat, da træningen mere tilsigter at styrke og udvikle skuespillerens kunstneriske identitet i et rum for fordybelse og gentagelse, som frigør skuespilleren fra at være resultatfikseret og i stedet have fokus på tilstedeværelse. (Faarup og Kirchoff. 2015).

7.1.Dataindsamling og bearbejdning

Den case jeg undersøger er et tredages forløb med MHS-træningen, hvor jeg både er med som deltagende observatør og observerende observatør og jeg har på den baggrund interviewet udvalgte informanternes personlige iagttagelser og oplevelser af den eksemplariske MHS-træning. De aktuelle bidragsydere i dette speciale er to scenekunstnere samt egne iagttagende og deltagende observationer af den givne fysiske træning.

MHS-træningen er udviklet af ”Forsøgstationen”s to ledere på baggrund af et tidligere træningseksperiment i forbindelse med temaet ”Fysiske træningsformer set i forhold til en kunstnerisk dimension”. Dette træningseksperiment var et to ugers praktisk forsøgsarbejde i august/september 2014, som udmundede i en forsøgsrapport af Lotte Faarup og Øyvind Kirchhoff med overskriften ”En særlig tilstand” feb. 2015. Her konkluderer de, at ”det opleves dog som et paradoks at skulle beskrive, hvad denne sansende tilstand består af”. Derfor begrænser rapporten sig til at beskrive de praktiske øvelser og fokuspunkter, som deres forsøgserfaringer peger i retning af og som handler om gentagelsen, tidsperspektivet, træningsrummet, disciplin, gruppen, træningsformen, den personlige motivation. De ⁴konkluderer også, at ordene ofte ikke rækker til at nå ind til kernen af oplevelsen, der handler om den maksimale sansetilstand. Derfor skriver de, at den tilstand bedst forstås gennem at blive gjort. (Lotte Faarup og Øyvind Kirchhoff, 2015, s. 26-28.)

7.1.1. Beskrivelse af genstandsfeltet MHS

For at indkredse mit problemfelt, der handler om kroppen i situationen, vil jeg referere til genstandsfeltet ”Forsøgsstationens” forståelse og beskrivelse af træningen. De beskriver, at træning i mange traditionelle teatermæssige sammenhæng ofte er noget, der skal forbedre kunstnernes evne til at yde mere og nå et særligt mål. På denne baggrund måles træning i kvantitet og ikke kvalitet. Som modsætning hertil ønsker de på forsøgsbasis at skabe en anden opfattelse af træningsbegrebet. Ifølge ”Forsøgsstationens” beskrivelse af MHS-træningen handler det om at integrere sind, krop og stemme til et hele. Meditationen skaber nærvær og opbygger koncentrationen, hoppene åbner til en mild trancetilstand via ”fysisk ”opløsning og stemmearbejdet forbinder kroppen og sindet i sin åbne og kraftfulde udladning. Disse tre dele beskrives som en oplevende, sansende og organiske rejse,

hvor de enkelte dele spiller sammen. Træningen har ikke noget konkret mål. Det er en øvelse i at være tilstede og opleve helhed. (Faarup og Kirchhoff, 2015)

7.1.2. Casen MHS

MHS-træningen er genstandsfelt i casen, fordi denne træning skaber et undersøgelsesfelt, der giver mig mulighed for at undersøge kroppen i lærings- og forandringssituationer i forhold til den levende bevægelse. I et træningsrum, der ikke er en bestemt genre - f.eks. klassisk sportstræning - men en øvelse og et læringsrum, der sætter egen bevægelse i scene på en sansende, organisk rejse, rammes der lige ind i dette speciales kropsfænomenologiske perspektiv i forhold til læring og forandringsprocesser. Det er en case, fordi det er en undersøgelse af kroppen i aktivitet, som både *værende i kundskaben, værket og praksis* og som *værende kundskaben, værket og praksis*. (Se Indledning, Teori og Problemformulering i dette speciale.)

Med udgangspunkt i den fænomenologiske tilgang og den kvalitative undersøgelsesmetode, har jeg valgt at anvende det kvalitative interview som den primære empiriske metode. Samtidig har denne tilgang været med til at validere de tematikker og fænomener, som har skabt størst indsigt i forhold til at belyse mit problemfelt. Observationerne ligger som bilag, der dokumenterer fremkomsten af de aktuelle tematikker og fænomener i undersøgelsesfeltet, og som skaber udgangspunktet for interviewguiden i den videnskabelige undersøgelse.

Om observation og interview som metode, (Se bilag 2: "Fremkomst af dataindsamling")

Her dokumenteres følgende:

- Observation som metode
- Refleksion over observationer
- Interview guide
- Interview situation
- Refleksion over interview

7.1.3. Valg af scenekunstnere / informanter

Jeg har valgt at interviewe to informanter på baggrund af mine observationer. De to informanter har meget forskellige måder at forholde sig til aktiviteten og de levende bevægelsesmønstre i rummet. De to informanter er: Dan Zahle (1969), uddannet skuespiller på Aarhus teater i 1995. Udover skuespilvirksomhed dannede han i 2012 teatret UmDieEcke. Ellen Kilsgaard (1975), freelance dansekunstner og underviser og uddannet på School for New Dance Development (1995-1990). Ellen bevæger sig meget undersøgende i forhold til sin krop og har nogle rolige, langsomme bevægelser. Hun holder mange pauser, hvor det ser ud til, at hun foretager en kropslig registrering

af rummet og de andre. I observationerne har jeg registeret, at hendes måde at arbejde kropsligt med hoppet på var langsomt, og at hun foretog en vekselvirkning mellem stilstand og bevægelse. Det ser ud til, at hun giver kroppens impulser en særlig opmærksomhed og at der er vekslen imellem at træde ind i bevægelsen og at bevægelsen træder ind i hende. En modsætning hertil er Dan, der kaster sig ind i hoppebevægelsen og fortsætter i et meget hurtigt og energisk tempo. Han tager meget få pauser men holder sig konstant i bevægelsen. De to informanternes forskellige baggrunde som scenekunstnere og deres metoder i forhold til at arbejde med krop og bevægelse viser sig tydeligt i den givne praksissituation. Efter at jeg har observeret deltagerne i den levende bevægelse i tre dage med MHS-træningen, spørger jeg, om de vil bidrage med deres oplevelser, erfaringer og tanker i forhold den givne MHS- træning.

7.2.Interview som metode

Livsverden

Livsverden defineres ifølge Merleau-Ponty som det, der fremtræder direkte i vores oplevelse af verden. Livsverdenen er knyttet til den umiddelbare oplevelse, som er forud for vores refleksion eller teoretisering af det, som omgiver det givne. Jeg har valgt at anvende det kvalitative forskningsinterview som metode. Ifølge Launsø og Reipers beskrivelse er det ikke metoden i sig selv, der er afgørende for produktion af kvalitative forskningsresultater, men de fænomener vi ønsker at udforske i det undersøgelsesfelt, der er defineret. Derfor er det vigtigt, at vi kendetegner og definerer de fænomener vi ønsker at udforske og den viden vi ønsker forskningen skal orienteres mod. Metoden har jeg valgt, fordi den orienterer sig mod at indsamle de kvalitative data, der belyser de observerede fænomener i undersøgelsesfeltet MHS. Interviewpersonen er på samme tid både informant og respondent, og bidrager med personlige oplevelser, erfaringer, forståelser, meninger, tanker, følelser, motivationer og intentionaliteter. (Launsø og Reiper, 2005, s.132 -133.)

Samtidig giver det kvalitative forskningsinterview mulighed for at undersøge de primære fænomener og oplevelser, der opstår i mødet med informanten, selv om det, som fortælles, ikke kan undgå at være påvirket af den konstruerede situation i vores møde. Den analytiske proces i forhold til at forstå personens fortælling vil aldrig helt præcist kunne belyse informanternes eksakte oplevelse af situationen. Men det er et medium, hvor interviewet giver mulighed for at komme et skridt nærmere de oplevelser, der udtrykker de opstående fænomener i forbindelse med den aktuelle, repræsentative situation i MHS træning. (Brinkmann og Tanggaard, 2010, s.185-190.)

Tilgangen til det kvalitative interview er, at interviewe personen som respondent. Jeg har som forsker at gøre med meningskonstruktioner, der refererer til rummet - tidens dimensioner - altså til

de rammer, der gør sig gældende for situationen. Derfor er det vigtigt at prøve at indfange og beskrive rammen/rammerne for fænomenet præcist og samtidig forstå den kulturelle betingelse, som personen er indlejret i og er skabt i forhold til. Endvidere er det vigtigt at søge efter de erkendelsesprocesser, der har gjort sig gældende i forhold til udvikling og læring på det individuelle plan, og som handler om at give stemme til de udtalte historier og erfaringer, for at beskrive hvordan informanterne opfatter de konstruktive meninger om sig selv og deres erfaringer. Derfor er denne kvalitative interviewmetode brugbar som et middel til at skabe en ny erfaringsdannelse både hos mig som forsker og hos informanten.

7.2.1. Interviewguide

Interviewguiden (se bilag 7, "Interviewguide") er tilrettelagt på baggrund af de indledende faser i mine observationer: formål, målgruppe, problemformulering/problemfelt, teori og observationer. Disse faser beskriver Launsø og Reiper som værende afgørende for at opnå en fornuftig styring af forskningsprocessen og mine valg af dataindsamlingsmetoder skaber indgangen til min analyse og fortolkning til formidlingen af casen. Mit dataindsamlingsinstrument vil være en temaguide til at spørge indtil de fænomener, jeg har observeret og det bliver retningsgivende for min interviewguide. Fordelen ved at jeg har været iagttagende og deltagende i MHS træningen er, at jeg har fået en kropslig og sanselig oplevelse og erfaring i undersøgelsesfeltet, hvilket hjælper mig til at formulere nogle af fænomenerne og de sanselige erfaringer i den "levende bevægelse". Gennem deltagelse kommer jeg desuden til at opleve situationen fra samme synsvinkel som informanten, og som deltager har jeg desuden større mulighed for at sætte mig ind i informantens oplevelse. Interviewprocessen bliver på denne måde en intersubjektiv viden, hvor vi sammen kan referere til en gensidighed i kropslig erfaring i de forhold, der gør sig gældende i den retrospektive undersøgelse af kroppen i tid, sted og rytme i forbindelse med MHS-træningen. (Launsø og Rieper, 2011, s.106-110) Samtidig giver det mig som forsker mulighed for at komme bagom interviewpersonens selektive perception. Jeg har mulighed for at stille naive spørgsmål og herved komme bag om de opstående fænomener, der kan tages for givet af de udforskende. Det at jeg kombinerer mine observationer med interviewet, bidrager det til det dokumentariske materiale, (Launsø og Reiper, 2011, s.113-118.) så jeg derigennem kan validere fænomener og undersøge dem i mødet med informanterne, som er den primære kilde i dette processuelle interview, som er den angivne vej hen imod en analyse.

7.3. Opsummering af data og introduktion til analysemetode

7.3.1. Analysemetode

Min analysemetode er skrevet i en beskrivende form, der tager udgangspunkt i det indsamlede datamateriale og som bearbejder min problemformulering i forbindelse med de fremkomne temaer og fænomener.

Udgangspunktet for min analysestrategi tager sit afsæt i Grounded Theory, hvor man kombinerer den induktive proces (fra data til teori) med den deduktive. På baggrund af spørgsmål, der tager udgangspunkt i de tematikker, der er fremkommet ved mine observationer af MHS-træningen, vil jeg beskrive, hvad mine informanter fortæller. Ud fra det har jeg lavet en efterfølgende åben afkodningsproces for at klassificere begreber, egenskaber og nye dimensioner. Ved yderligere bearbejdning og kodning af det indsamlede datamateriale har jeg konstrueret nye kategorier, som i Grounded Theory kaldes teoretisk mætning. Disse kategorier er dannet i forhold til undersøgelsens formål og i forhold til, hvad jeg har ledt efter i analysen og hvad jeg gerne vil have ud af den. Dernæst er den teoretiske sampling indskrevet og anvendt i den følgende analyse, hvor jeg har udvalgt de nye data i forlængelse af de begreber og det kropsfænomenologiske perspektiv og teori, der allerede er opstået og udviklet i processen. De teoretiske betragtninger og datavalg er forsøgt anvendt i forhold til min hypotese i problemformuleringen, hvor det har givet mig mulighed for både underbyggelse og forkastelse. Der foretages således en bevægelse fra en induktiv tilgang i begyndelsen til en deduktiv tilgang, hvorved jeg vil skabe sammenligninger med det teoretiske perspektiv og afprøve dette med data og fænomener på en systematisk og kreativt måde. Det er hensigten, at analysen skal hjælpe mig til at identificere, udvikle og sammenligne teoriens ”byggesten” i forhold til det empiriske felt, som primært er både interviewet og det observerede felt MHS -træningen. (Brinkmann og Tanggaard, 2010, s.207-227.)

I analysen handler det om *abduktion*, som er med til at identificere det, som ligger bagved det observerede på baggrund af kategoriseringer. Det indsamlede datamateriale har fået en analytisk rækkefølge på baggrund af kodningsprocessen, kategoriseringen samt en teoretisk sampling, der i denne sammenhæng betyder, at jeg har valgt noget ud, som er behandlet ud fra mit problemfelt og inddelt i 5 tematiske hovedafsnit i analysen. (Brinkmann og Tanggaard 2010, s.207-209.) Her vil den videnskabelige krop blive undersøgt ud fra min problemformulering, hvor kroppen behandles som kundskab og menneskets måde at være i verden på i en helt særlig tilstand. Dernæst ses der på kroppen som et kunstværk, hvordan kroppen forstås som oplevet og som den oplevende. Til sidst i

analysen handler det om, hvordan kroppen forstås i praksis, hvor den er i konstant samspil med omgivelserne. (Kissow og Pallesen, 2016, s.23-24.)

Fortolkningsprocessen i analysen tager udgangspunkt i den indsamlede empiri, hvorfra der opstår nye fænomener, som er indgangen til de udforskede begreber og indgangen til forståelse af essensen af fænomenernes væsen. Jeg vil desuden beskrive de enkeltfænomener, som er opstået og undersøgt i deres almene væsen. Eksempelvis nævner Husserl ”fri variation i fantasien”, hvilket vil sige, at man varierer et givent fænomen frit i dets mulige former, samtidig med at det er konstant under de forskellige variationer, hvilket er fænomenets essens og væsen. (Brinkmann og Tanggaard, Jacobsen, 2010, s.185-190.)

Fortolkningsniveauet vil være en bevægelse mellem et lavt og et højt niveau. Det lave handler om at beskrive ud fra et sammendrag af det empiriske materiale, og det høje niveau vil være en opsummering, set i et kropsfænomenologisk lærings- og erkendelsesperspektiv. Dette behandles i det afsluttende analyseafsnit. (Launsø og Reiper, 2005 (6) s.161 -193.)

Der vil være eksplicite citater, som begrundes i fortolkningen af analysen og i det afsluttende analyseperspektiv. Jeg vil i min analyseproces bruge citatuddrag fra de aktuelle interviews og analysen er udarbejdet ud fra et harmonisk fænomenologisk perspektiv på baggrund af den kvalitative dataindsamling. (Launsø og Reiper, 2005, (6) s.161 -193.)

Fænomenologien vil være det åndelige øje, der hjælper mig til at kunne variere et givent fænomen frit i dets former, hvilket er formålet for den fænomenologiske undersøgelse i forhold til at nå ind til essensen af fænomenet. (Brinkmann & Tanggaard, s.189.)

8. Analyse

8.1. Læsevejledning til analyse

For at tydeliggøre den kropsfænomenlogiske forståelsesramme har jeg valgt i analysen at inddrage sekundære teorier om kroppen set ud fra kroppen i mødet med kundskaben, kunstværket og den professionelle praksis. Der er inddraget internationale og danske forskningstekster hhv. fra Liv Duesund ("Kroppen i verden 2003"), Camilla Jalving ("Værk som handling 2011") og Helle Winther ("Kroppens sprog i professionel praksis 2012")

Analysen er delt op i følgende 5 dele:

1. Kroppen i mødet med verden

Afsnittet tager udgangspunkt i mine informanternes egen oplevelser og sansninger af en kunstneriske oplevelse og et særligt sanseligt nærvær i situationen.

2. Motivation for at deltage i MHS træningen

Afsnittet handler om informanternes motivation for at deltage i MHS træningen set i forhold til deres profession som scenekunstnere.

3. Kroppen som kundskabsform

Afsnittet handler om kroppen og dens sansninger i forhold til træningen og vækkelsen af fænomenet bevægelse.

4. Kroppen som værket

Dette afsnit sætter fokus på kroppen med hensyn til skabelse i tid og rum og handler om det teoretiske begreb "egenkroppen".

5. Kroppen i praksis.

Dette afsnit handler om den resonans, der opstår i kroppen i mødet med praksis med fokus på det sansende og skabende fænomen.

8.2. Kroppen i mødet med verden (1.)

Afsnittet tager udgangspunkt i mine informanternes egne oplevelser af den kunstneriske dimension med henblik på at undersøge, hvornår der opstår en oplevelse af et særligt nærvær i tid og rum.

Hvad er en kunstnerisk oplevelse for dig som publikum og kan du beskrive din sidste kunstneriske oplevelse?

(Uddrag fra interview guide)

8.2.1. Kroppen set i forhold til en kunstnerisk oplevelse

”Jeg føler, jeg bliver set fra scenen, når jeg mærker, at dem, der står på scenen, har blikket rettet udad og ikke kun indad mod sig selv.”

Dan Zahles største sceniske, kunstneriske oplevelse var i Berlin, hvor han så en monolog med en skuespiller, han syntes var helt fabelagtig til at nå ud over scenekanten, og som ikke var bange for at stå der og sige: ”Jeg ser dig - ! Selvom jeg har hundredvis af ord, kan jeg sagtens se dig. Hvis du gør noget, er jeg med på, hvad du gør og hvis du har et problem, registrerer jeg det.” Denne kunstneriske oplevelse var, hvad Dan følte denne kunstner gav ham som en helt unik oplevelse.

(Beskrivelse fra interview)

Oplevelsen gav Dan en fornemmelse af et fysisk nærvær, der knytter sig til at føle sig mødt og set i mødet med den anden. Skuespilleren ser ud i rummet med en forlænget opmærksomhed, og det giver ham en følelse af, at de er sammen om at skabe både rummet og i rummet. Det giver en kropslig rummelighed. (Hangaard Rasmussen, 1996, s.12-15.)

Dan nævner, at selv om der er hundredvis af ord, er det, som gør sig gældende for den gode sceniske oplevelse, at være i tid og rum sammen, og hvor man er sammen om at fortælle en historie, hvor rollefordelingen ophører.

(Fortolkning af interviewet med Dan)



Foto Øyvind Kirchhoff

(På billedet ser det ud til, at Dan har et helt særligt nærvær i mødet med den anden, udsprunget af træningssituationen.)

Den kvindelige danser Ellen Kilsgaard fortæller om hendes oplevelse af et særligt nærvær som opstod til danseforestillingen "May I speak about dance? ". I forestillingen opstår der et særligt sjovt og fint sted, hvor danserne eskalere energien og udtrykker sig i en enorm energisk stemmeudladning. Ellen afspejler situationen i vores interview situationen ved at ændre sin stemme til en dyb, maskulin stemme og hun genspejler oplevelsen i et kropsligt udtryk, kropsliggør, hvordan mødet har skabt et særligt nærvær i oplevelsen. Hun fortæller, at det nærmest var som at rejse med i danserens energi og det gav hende en følelse af, at tiden blev ophævet. Det var som at komme ind i et andet tidsrum, hvor hun ikke tænkte på tiden som gik og som var gået, fordi hun blev hvirvlet ind i et tidløst rum. Der opstod et særligt nærvær for hende i kroppen. Hun nævner, at det også havde noget med hendes oplevelse af nuet at gøre, og at nuet blev udvidet. På denne måde opstod der en skærpet opmærksomhed mod det, der skete lige nu og det gav hende et særligt kropsligt nærvær.

(Beskrivelse fra interview med Ellen)

Set i et kropsfænomenologisk erkendelsesperspektiv kan Ellens oplevelse beskrives, som at kroppen og rummet glider over hinanden og der opstår et helt særligt tidsfænomen. Her kan stemmen fortolkes som en forlængelse af kroppen i rummet, som bliver til en vibrationsbølge, der skaber resonans i Ellens krop. Det giver hende en fornemmelse af at være omfavnet og fanget ind af stemmen i et rum, i et helt særligt "NU".

8.2.2. Et særligt nærvær

Det kropsfænomenologiske erkendelsesperspektiv opfatter kroppen som både værende i en tilstand, der oplever, og som samtidig kan opleves. Den er sanselig og sansende, og således dobbeltsansende i sin primære enhed som den videnskabende krop. (Duelund, 2003.)

Det er, når kroppen og verden krydser hinanden, f.eks. når blikket bliver en forlængelse af kroppen i rummet og rammes i et krydsfelt med den andens opmærksomhed, eller når stemmen bliver til en forlængelse af kroppen i rummet og skaber resonans, at kroppen er fænomenal og gestalt for sig selv. Betegnelsen fænomen stammer fra græsk "phainomenon" og betyder "det der egentligt viser sig". Den videnskabelige brug af begrebet fænomen er enhver observerbar begivenhed, uanset hvor almindelig den kan være. I dette tilfælde, hvor perceptionen skaber en form for resonans af blikket i rummet, betyder det, at det er blikket, der ser, ikke øjet. Ansigtstudtrykkets fulde mimik bliver en meddelelsesfuld kommunikation, fordi mimikkens symbolværdi ses af den andens blik. (Olesen, J. (2002). Kognition & Pædagogik, Årg. 12, nr. 43, pp.30-39)

Kropsfænomenologien sætter fokus på krydsningspunktet mellem objekt og perception og den aktuelle adfærd, der etablerer sig i dette krydsfelt. Merleau-Ponty beskæftiger sig i særlig grad med forholdet mellem synet og det set, som værende grundlæggende kropsligt, hvor sanser som synet, høre- og talesansen er kødeligt funderet i en krop og som sådan er tilstede blandt de elementer, hvori der ses, tales eller føles. Der er derfor ikke tale om en entydig subjekt- / objektrelation men om det, som Merleau-Ponty kalder et reversibelt forhold. (Hans Lauge Hansen: ”Litterær erfaring og dialogisme”, 2005, s. 191)

Det er dette Dan og Ellen beskriver, når de fortæller, hvordan det opleves at blive set og omfavnet af rummet, ved at blive mødt af den andens blik i rummet eller som en energisk stemmeomfavning. Det giver en oplevelse af at blive forbundet i et intentionelt mellemrum eller i et krydsningspunkt uden for tid og sted. Der opstår et særligt samspil i tid, rum og krop, hvor de identificerer eller indlever sig i bevægelsen med den anden, og hvor de sammen skaber nye sanselige opdagelser i kroppen og rummet.

Dan: Det er som et være på dating, som når man første gang mødes med en og oplever, at man bliver set og har opmærksomhed på hinanden, at det giver denne ultimative tilstedeværelse. Altså, hvis den er der (den ultimative tilstedeværelse), er der et godt møde i gang. Det er der, jeg føler, de har arbejdet på en måde med stoffet, så jeg får en værdi både som modtager og tilskuer.

Jeg mærker, at jeg har været lige så meget på som dem (skuespilleren eller date'en) og afkræver, at vi er sammen om dette, og at vi er nødt til at blive der sammen.

(Citat fra interview med Dan)

Den fænomenale krop opfattes som at være ”i-sig-selv” som sanselig og ”for sig selv” som sansende som henholdsvis den objektive krop og den fænomenale krop. Set i dette harmoniske perspektiv åbnes der en synlig forbundenhed i de angivne eksempler, som Dan eksemplificerer med udtrykket ”at blive set og at se”, når han taler om at have rettet sin opmærksomhed på den anden og mærke den andens opmærksomhed. Kommunikation sker mellem bevidstheder og fornuftige meninger og erfaringer udebliver, men her handler det om at hengive sig til det set og forene sig med det i én og samme art, hvor der skabes en gensidig oplevelse. (Se teoriafsnittet i dette speciale.)

8.3. Motivation for at deltage i MHS træningen (2.)

Afsnittet handler om informanternes motivation for at deltage i MHS træningen set i forhold til deres profession som scenekunstnere.

Dan fortæller, at hans tidligere erfaringer med fysisk træning set i forhold til den kunstneriske dimension har været med fokus på resultatet, både hvad angår formning af tekst og den fysiske rolle. Så Dans motivation for at deltage i træningen handler om at undersøge en ny måde at være på i en trænings- og læringsramme, som ikke er resultatorienteret. Han nævner, at hans tidligere måde at arbejde på har været at kaste sig ind i rollen og teksten og på en måde gøre rummet større end ham selv. Men MHS træningen⁵ er en træning, der har en fast ramme, og det virker skræmmende. Samtidig har det også vækket den motivation og nysgerrighed, der skulle til for at undersøge et nyt rum i forhold til fysisk træning set i lyset af hans eget ståsted i hans professionelle og private liv.

(Beskrivelse fra interview med Dan)

Ellens erfaringer og måden, hvorpå hun arbejder med fysisk træning i forhold til hendes kunstneriske dimension og praksis, har dels haft særligt fokus på styrke og smidighed og dels haft fokus på at undersøge og opdage igennem kroppen. Dette er essentielt for hendes arbejde med dansen, fordi kroppen for hende er en bevidst kilde til inspiration og selve materialet i hendes arbejde. Ellen fortæller, at det er vigtigt for hende at undersøge tanker om, *hvem hun er og hvem du er og hvordan vi er sammen!* Hun synes det er vigtigt, hvordan de kropslige sansninger kan få en form og et æstetisk udtryk. Dette er basalt for hende og en del af hendes arbejdsbevidsthed. Hendes oplevelse af træning er, at der er flere lag i det. Det ene lag er færdighed i både fysisk smidighed og styrke. Det andet lag, som er rigtig vigtigt, understreger hun, handler om at lytte til alle de signaler og stemninger, der kommer frem i kroppen og lade det stige frem og være i dialog med kroppen. Derfra henter hun de ressourcer, som kommer i og fra hendes krop. Hendes motivation for at deltage i MHS træningen er drevet af, at være i et rum sammen med andre kunstnere for at udveksle nye erfaringer i forhold til træningssituationen og det fysiske træningsrum.

(Beskrivelse fra interview med Ellen)

8.4. Kroppen som kundskabsform i genstandsfeltet (3.)

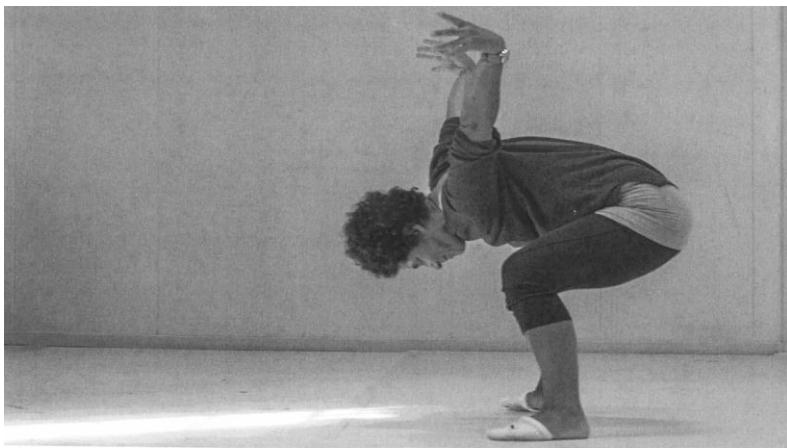
Afsnittet handler om kroppen i den fysiske aktivitet og undersøgelse af kroppen som den sansende og skabende kundskabsformen i MHS-træningen.

⁵ ”Forsøgsstationens” beskrivelse af baggrunden for MHS træningen

MHS træningsformen handler om at skabe et rum, hvor hver enkelt deltager får en ny opfattelse af sin egen træningsidentitet. Træningen er udelukkende fysisk og uden ord i de to første discipliner, meditationen og hoppet, og deltagerne har her mulighed for at sanse sin egen træning og undersøge udviklingen af deres egen motivation, disciplin og udtryk. Samtidig bliver de opmærksomme på deres egen kropslige tilstedeværelse både i det indre og ydre inden for en afgrænset fysisk ramme. Træningen handler om at opbygge rutine og sikkerhed for på lang sigt at kunne frigøre sig indenfor den faste fysiske form. Forsøgsstationen beskriver, at det drejer sig om at søge at få uddybende svar på den enkeltes forhold til i sin egen træning samt at sætte fokus på, hvordan fysiske rum kan have indflydelse på træningen. (Faarup og Kirchhoff: ”Forsøgsrapport”, 2015)

8.4.1. Beskrivelse af MHS-træningen

I mødet med meditationen handler det om bevægelse af åndedrættet, som er en gentagende åndedrætsbevægelse af 25. min varighed med indånding og udånding. Den næste øvelse er hoppesekvensen, der handler om en bevægelse, der sin enkelthed arbejder med bevægelsen som et hop op og ned til musikken i 40 min og den sidste øvelse er stemmetræningen, der handler om at lave bevægelseslyd til en høj og dyb toneart. Den samlede træning varer ca. 2 ½ time.



(På billedet ser det ud til at kroppen forvalter sig selv både med et indre og ydre udtryk i rummet)

Foto Øyvind Kirchhoff

8.4.2. Den sansende krop

Ellens oplevelse af meditationsøvelsen handler om at give kroppen tid og lade den være, så den afsig selv genfinder en balance og vågen anspændthed. Det giver en tilstand, som hun beskriver på følgende måde: ”det er som om, at sandet falder til bunds, når vandet ligger helt stille og det giver en base, når man ikke lytter til alt muligt fnidder”. Dette bliver særligt tydeligt for hende, når hun f. eks. har pisket rundt inden MHS- træningssituationen.

(Beskrivelse fra interview med Ellen)

Dan fortæller, at MHS træningen har givet ham en mulighed for at gå ind og lege helt uden forventninger og det har givet ham en mulighed for at være sig selv fuldt ud. Det har sat nogle cirkler og energier i gang, som for ham måske kommer til at handle om noget helt andet, når han går ud af rummet. Han ved det endnu ikke, men det han har øvet sig i er, at blive inde i rummet.

(Beskrivelse fra interview med Dan)

Ellen fortæller, hvordan hun oplever at genere energi ved at hoppe, og at hun på et tidspunkt når til et punkt, hvor hun observerer situationen og finder en lyst til hoppebevægelsen. Dette er en interessant opdagelse for hende. Hun nævner desuden tiden og bruger udtrykket "desire" af energi. Det er, når hun bevæger sig ind i bevægelsen, særligt igennem rygsøjlen, og hun arbejder med at have fokus på retninger, der går opad og nedad imod jorden, at hun oplever, hvordan energien åbner

sig. Hun synes, det er spændende at observere det, at arbejde med bevægelsen både i hoppet og stemmen, hvor kroppen overtager. Hun beskriver, hvordan det iværksætter en lille vibration, som skaber en rystelse på en og samme tid i både organerne, musklerne og huden, som frigør noget i hendes kroppen. (Beskrivelse fra interview Ellen)

8.4.3. Kroppen i sameksistens

Set i det kropsfænomenologiske erkendelsesperspektiv kan øvelserne, fx hoppet/meditationen, ses som en forlængelse af kroppen i en intentional bevægelse og bevidsthed rettet mod verden og som en væren i verden, hvor det er muligt at opleve kroppen som en enhed i samklang med hoppet, hvilket er to sider af samme fænomen. Hoppet og kroppen i bevægelsen skaber en gensidighed i hinandens verden. Det betyder ikke, at kroppene bliver ét i bogstavelig forstand, for kroppene er altid i dis-relation, men det betyder, at der er en distance mellem øvelsen/en anden person, som hver især oplever verden ud fra deres perspektiv og derfor kan supplere hinandens perspektiver. (Duesund, 2003, s.38-40)

Både Dan og Ellen beskriver, at det interkropslige nærvær opstår, når der i mødet med situationen opstår reversibilitet som et krydsfelt, og hvor de bliver som i ét og samme rum, som den anden eller det andet. Når Ellen og de andre bliver grebet af én og samme bevægelse og engagerer sig i rummet med deres kroppe, opstår denne sameksistens og virker som *resonans*. Begrebet resonans kan ses, som en forlængelse af Merleau-Pontys dis-relation, som Winther introducere i forbindelse med den kropslige kommunikation, der handler om, at to eller flere mennesker svinger som resonans af rytmen og skaber en samlet enhed i rummet og kroppen. (Winther, 2012, s.79.)

Dan fortæller, at han oplevede, at der blev frisat energi når han hoppede, og at det var utroligt hårdt de første 10 min.- men så gik han ind i en slags trance og så blev han bare ved med at hoppe. Ved mine egne iagttagende observationer ser jeg, hvordan hoppet bliver udtrykt i forskellige bevægelsesmønstre. Deltagerne har lukkede øjne, men ind imellem finder de deltagende kroppe ind i en fælles organisme som en rytme i rummet, i en kollektiv puls, der internaliseres i rummet på trods af kroppenes forskelligheder. Hoppesekvensen er en gentagelse af rytmen, fællesskabet og enkeltheden i rummet. Pludselige er der en, der frisætter sin stemmen igennem bevægelsen og kroppen ser ud til at give endnu mere slip ind i rummet.

(Fortolkning af situation ud fra observationer)

”Jeg” forstår ikke andres gestus gennem intellektuel fortolkning og kommunikation imellem bevidstheder og meningserfaringer, men ved at kunne hengive mig til det sete og forene mig med det i en og samme art. (Ponty-Merleau,1969, s.57-58.)

8.4.4. Kroppen som dobbeltsansning

Kroppen kan være gestalt for sig selv og bevægelsen fungerer både som et nærvær og et fravær (Merleau-Ponty, 1994. s.42-46.) MHS træningen skaber rum for fysisk legemliggørelse, hvor kroppen bliver læringsfænomen i de konkrete gestus/bevægelser, som vejrtrækning, hop og stemme. Kroppen er i en tilstand af førbevidsthed (præ cogito) og genvækkes igennem vores bevægelse, som værende det centrale læringsperspektiv. Kroppen er den enhed, hvor bevægelsen er i centrum og skabes af indtryk og samtidig er bærer af det sanselige udtryk, der resoneres i: indånding -udånding, hoppet op og ned, og stemmen der kan mærkes og opleves, som kan lave lyd og man kan lytte til med alle sine sanser. Bevægelserne skaber et kropsligt rum i rummet, der handler om skærpelse af sanseligheden ud fra enkeltheden i en gentagende bevægelse.

8.4.5. Kroppen som det fænomenale felt

Kroppens funktioner anses som værende læringscentrum i den aktuelle MHS træning, hvor deltagerne udfører og har en undersøgende indstilling til bevægelsesrummet. Meditationen er den første bevægelse for kroppen, hvor bevægelsen er åndedrættet og selve genstandsfeltet, hvor det handler om gentagelsen af eksempelvis indåndingen og udåndingen, der foregår i al sin enkelthed og skaber fællesskab indenfor samme tid og rum. Bevægelsen er en midlertidig overgang fra en situation til en efterfølgende, og er central i sig selv, fordi den åbner en ubestemmelighed, der skaber en frigørelse fra eksisterende og veldefinerede strukturer. Der åbner sig således et nyt felt, hvor der skabes nye erfaringer og betydninger i en situationen, der kan referere til flere tilstande på en og samme tid i kroppen. Strukturen og rammen kan måske ikke ophæves i situationen, men bevægelsen udfylder et nyt udtryk i en ind- og udånding eller igennem stemmen, der udtrykker sig med lyd i rummet som værende en resonans fra hoppet.

(Fortolkning fra empiri og teori)

8.4.5.1. Den objektive og fænomenale krop

Ved øvelsernes enkelthed og gentagelse i MHS-træningen skabes der et skærpet fokus på kroppens primære erfaringssystem. Kroppen sanser og formidler udåndingen og er samtidig modtager af indåndingen igennem den eksistentielle bevægelse og sansende tilstand. Eksistensen for deltagerne bliver særligt nærværende igennem gentagelsen og enkeltheden i bevægelsen. Kroppens primære sansesystem er todimensioneret, som en synliggøres i øvelse ved den dobbelte sansning. Hvor kroppen antyder at være *"i sig selv"* hvor den sanser, og *"for sig selv"* som den sansende. Indåndingen og udåndingen besegles i en bevægelse i egenkroppen, som den lærende enhed for

situationen. Der er således tale om en *objektiv krop* og en *fænomenal krop*. Det kan give kroppen en anelse af en øjebliksoplevelse af både at være et hylster og en legemliggørelse af bevægelsen ifølge min fortolkning af situationen set i et kropsfænomenologisk perspektiv. (Merleau-Ponty.1994, s.35-40 / Duesund, 2003, s.21-28.)

8.4.5.2. Vækkelsen af den skabende krop

Hvis jeg skulle forsøge at forklare den sansemæssige erfaring og tilstand, så skulle jeg måske sige, at ”man perciperer i mig”, og ikke, at ”jeg perciperer”. Inter-subjektivitet ligger her gemt i Merleau-Pontys perceptionsopfattelse. Det perciperede er både før-subjektivt og før-objektivt og bliver dermed prærefleksivt. Perception og sansning er kroppens åbenhed mod væren og verden. (Olesen, J. 2002, s.30-39.)

I forbindelse med den konkrete situation fortolker jeg deltagerens krop som værende den erkendende krop, da kroppen allerede på forhånd i sin bevidsthed ved, hvordan vi ser, berører, taler og lytter til en situation. Og samtidigt fungerer kroppen som middel for deltagerens bevidsthed i forhold til de aktuelle bevægelser. (Hvor begrebet gesten stiller sig til spørgsmål og synliggøre sig som et udtryk i bevægelsen og hvor kroppen på én og samme tid fungerer som den vidende, oplevende samt erkendende enhed.

8.4.5.3. Synliggørelse af bevægelsen i genstandsfeltet

Bevægelsen forstås som synliggørelse af bevidstheden igennem kroppen, og udpeger bestemte sansepunkter og opfordrer mig til at møde den, sådan som jeg vælger at anvende dette begreb i denne situation set ud fra min fortolkning af bevægelsens møde med gestus. Kommunikationen i egenkroppen finder sted, når mine bevægelser finder vej i samme retning, og bekræftes af mig og jeg af den. Genstandens eller gestus' identitet er i løbet af denne række bevægelser blot et aspekt af min kropsbevidsthed, som intentionaliseres igennem bevægelserne og altså er af samme art, som genstandens!

Dette kan eksemplificeres i seksuelle handlinger og kærtegn, hvor kroppen kaster sig ud i en bevægelse mod verden med andre mennesker. Det er med min krop, jeg forstår den anden, lige som jeg med min krop perciperer ting. Bevægelsens mening ”forstås i forhold til strukturen i verden, som bevægelsen aftegner og som jeg gentager for egen regning.” (Merleau-Ponty, 1969, s.56-58.)

8.5.Delkonklusion på: Kroppen som den sansende og skabende kundskabsform

I MHS situationen bevidnes kroppen som kundskabsform, idet informanterne oplever kroppen som læremester i forhold til en skærpelse af en særlig kropslig sansning og som en erfaret medvidenhed af denne kropslige ”kunnen”. Det genererer nye tanker på det kropslige erfaringsgrundlag i forhold til den selv og verden. I bevægelse og praksis genereres denne sansning og dette nærvær, som handler om at kunne føle og forfølge kroppens egen læreprocesser. Det er her de oplever kroppen som skaber ”i sig selv og ”for sig selv”, hvilket har en indre og ydre resonans i forbindelse med både den givne og den forandringsmæssige praksis. Det kan her konkluderes, at det er igennem bevægelsen og i selve erfaringsøjeblikket, at læringen finder sted og at det handler om sansningen i sig selv, ifølge Duesund, 2003. Det er når kroppen åbner sig mod verden, at adskillelsen mellem subjekt og objekt ophæves. I det kropsfænomenologiske perspektiv fortolker jeg ”det følede” som det subjektive og ”det at forfølge” som det objektive. Det centrale læringsfænomen i denne sansning er en spejling af det følte og det at forfølge. Set i forhold til Duesunds formulering af kundskabsbegrebet kan det således konkluderes, hvordan bevægelse og praksis er to sider af samme sag. Det handler ikke om at tænke sig gennem aktiviteten men at udføre den, og det skaber nye erkendelser med henblik på at tænke og træffe valg, mens man handler. For at kunne tænke og handle på én gang, forudsætter det, at man har visse fysiske og mentale færdigheder. Derfor er det vigtigt at øve, kultivere og udvikle kroppen og aktiviteten, fordi det vækker lysten.

Bevægelsesglæden kommer ikke af sig selv. Øvelsen giver den kompetence, som er en forudsætning for den praktiske kundskab og medvidenhed om kroppens sansning, og som giver en særlig skærpet opmærksomhed, som er sansningen i sig selv. I MHS træningen undersøges og erfares kroppen som kundskabsform, hvor det ikke handler om et specielt mål eller resultat. Denne kropslige ”kunnen” skal både bearbejdes og intentionaliseres hos den enkelte, for at den kan betragtes som en ressource, der bliver synlig i praksis. (Duesund, 2003, s.47-53.) Igennem aktiviteten i MHS træningen behandles alt, hvad kroppen er bærer af i mødet med situationen.

Ifølge Duesund er den praktiske kundskab også en kontekstforbundet færdighed, der handler om det at have en kropslig færdighed, der betyder at kunne resonere i den levende bevægelse. Set i det kropsfænomenologiske perspektiv konkluderer jeg, at det handler om en kropslig vækkelse af den primære sanselighed, som er den skærpede opmærksomhed og bevidsthed, og en relation imellem den indre og ydre kontekst som en søgen efter at opnå balance i vores forståelse af verden. Denne praktiske kropskundskab som færdighed kan få ting til at tage sig ud nye steder, hvor det får en anden historie end dets tidligere funktion eller hensigt. (Duesund, 2003, s.52.) Med hensyn til at

konkludere vedr. kroppen som den skabende og sansende kundskab kan det siges, at den levende bevægelse er en dynamiske færdighed og at MHS aktiviteterne giver mulighed for deltagernes udvikling og læring af ”det levende” og et sansende kropsligt nærvær på trods af en defineret kontekst. Men her er det bevægelses-praksissen i sig selv, og ikke et bestemt, fast mål, der giver dette resultat. Den praktiske kundskab har også en fænomenal side, og det er her kroppen kan transformere sig selv fra en tilstand til en anden. Det er gennem den levende bevægelse at erfaringen bliver til ens eget. Derved kan kroppen ses som værket ”i sig selv” og ”for sig selv”, som Merleau-Ponty udtrykker det. Udøvelsen er subjektiv erfaring og det praktiske har sin fænomenele struktur, fordi man ikke kan erfare noget uden for sin egen erfaring med praksis. Men ”objektet” for vores observation er vores eget, som et levende kunstværk.

8.6. Kroppen som værk. (4.)

Dan fortæller, at MHS træningen har givet ham en følelse af frihed i rummet, som har skabt et rum inden i ham og alle de rum dér, som han beskriver, man kan gå ind og ud af, og som både er inden i og uden på. Dette giver ham en mulighed for at komme tilbage til noget oprindeligt, hvor de rum han går ind i, handler om at arbejde med sig selv. Han oplever, at det er som at gå ind i et rum og han stiller sig selv spørgsmålet: ”Hvad forventer rummet af mig og hvad forventer jeg af rummet?” Dette er en ny oplevelse for ham. Lige præcis det hjælper ham til at være og kræver, at han bare er der. (Beskrivelse fra interview med Dan)

MHS træningsrummet har for Ellen betydet en genopdagelse af træning, hvor det handler om, at det er for sig selv, hun træner. Det har givet hende en særlig opmærksomhed i at undersøge, hvad der sker lige netop ”her”- i modsætning til, at hun presser sig selv til at være i et ”der”.

Ellen beskriver det således: ”Det er i modsætning til at ”ville” mig igennem noget, nu er det forandret til at ”lytte” mig igennem noget.” Det handler om, at hun øver sig i at opleve og lægge mærke til sin krop, både når hendes ben bliver varme, og når hun oplever bølger af detaljerne i energiniveauet, og hvor hun lytter til kroppen, der fortæller noget særligt i forbindelse med hoppesekvensen på grund af dens enkelthed. (Beskrivelse fra interview med Ellen)

Dan fortæller, at praksissen har skabt en *resonans* i forhold til en genkendelse i ham, og at han har genfundet sig selv og den del han havde mistet kontakten til.

(Fortolkning fra interview med Dan)

Både åndedrættet, hoppet og stemmens vibration responderer til en genopdagelse af og en opmærksomhed på denne vækkede sanselighed. Det handler ikke om sansningen i sig selv, men om den særlige sanselighed, hvor kroppen er i ét med rummet. Færdighed handler ifølge Duesund om at

vide hvordan noget skal udføres. Men hvis man *kun* har fokus på resultaterne, overser man det skabende og innovative, som er inkorporeret i færdigheden. Det er først når færdigheden bliver internaliseret og *kropsliggjort*, at færdigheden giver en indre værdi. Den praktiske færdighed ligger i selve bevægelsen og vibrationen, hvor man rigtig nok i teorien kan forbedre teknikker og præstationer i fysisk aktivitet, men forbedringen ligger i praksis som erfaring af færdigheden og kan ikke lade sig gøre uden udførelsen af færdigheden. Derfor hænger færdighed og aktivitet sammen og her er det bevægelsen, der udtrykker færdigheden, hvor kroppen fungerer som en slags ”urværk”. Egenkroppens rummelighed og motorikken

Ellen introducerer MHS træningen som et rum, der ikke er logisk, som ikke har sprog, som ikke altid er et nyt rum, og samtidigt altid er nyt rum. Et rum man ikke kan holde fast i, som en flygtig bølge, der bevæger sig op og ned, som kommer og går. Et rum hvor man hengiver sig til noget, som er ukendt, og det er det, som skaber et nærvær, fordi det er nyt og uden for sprog og planlægning.

”Det åbner op for en ny oplevelse af verden og at få verden til sig.” siger Ellen.

(Beskrivelse fra interview med Ellen)



Foto Øyvind Kirchoff

(Billedet illustrerer den flygtige bølge, som opstår i krop og rum både som noget kendt og ukendt og et nyt rum skabes.)

8.6.1. Kroppen som betydningsfelt

Set ud fra min forståelse af Merleau-Pontys definition af fænomenet egenkroppen, kan det forklares som en treleddet enhed i hhv. figur, grund og horisont. Den fænomenale krop kan kun blive en del af det objektive rum, hvis den har den samme dialektik som kroppen og kan omformes til et universelt rum. Det er i den dialektik, at rummeligheden viser sig ved, at kropsrummet bliver forlænget og udvides gennem praksissen/aktiviteten/bevægelsen, som er meditationen, hoppet og stemmen. Igennem disse gestus får informanterne en oplevelse af, at der skabes udvidelse af et både

indre og ydre rum og det er den cirkulation, som egenkroppen som fænomen bliver figur for. Hvor de nye strukturer skabes igennem: sansninger der knytter sig til enkelthed, gentagelse, fællesskab og praksis/bevægelse i MHS træningen, som henleder til kroppens primære erfaringsgrundlag. MHS rummet set ud fra deltagernes beskrivelse og den fænomenologiske forståelsesramme fortolker jeg i denne kontekst, som at kroppen bebor rummet og den aktuelle tid, fordi deltagerne ikke ligger under for rammen og tiden, men kroppen aktivt undersøger og overtager genstandsfeltet. Dets oprindelige betydning udviskes i den formelle forståelse af træning og bevægelsen bliver færdigheden i sig selv. Dette kan skabe denne særlige, sansende tilstedeværelse og ses i den tredimensionerede forståelsesramme: figur - grund – horisont.

8.6.2. Kroppen bebor verden

På sammen måde som man ikke skal forstå verden og krop som to adskilte enheder, skal man heller ikke forstå krop og rum som sådan. Tværtimod gør Merleau-Ponty gældende, at kroppen ikke er i rummet; den bebor rummet. På denne måde kan man ikke tænke noget rum uden kroppen. Kroppen er ikke et objekt i rummet, men en del af rummet. Eller som Merleau-Ponty formulerer det: ”Min krop er for mig så langt fra kun et brudstykke af rummet; der ville tværtimod ikke være noget rum for mig, hvis jeg ikke havde noget krop.” (Jalving, 2011, s. 139 -40.)

Kroppen er selve betingelsen for, at vi kan sanse, handle og reflektere. Vores handling udspringer af kroppen. Duesund beskriver, at bevidstheden bliver vækket igennem legemliggørelse og aktivitet, som har indvirkning på den måde, vi oplever og er i verden på. Den kropslige færdighed, hvor der opstår en forankring, sker ikke ved viljens kraft, men igennem praksis og gentagelse. Kroppen skaber en forandring igennem aflæring. De grundlæggende træk ved begrebet *det ekstatiske* beskriver Duesund, som at kroppen projicerer sig til det nære og det fjerne, fra nutid til fremtid. Den kropslige dynamik er netop den kraft, der gør, at vi tager del i at virke, handle, erfare, opleve, observere, kommunikere, læse, påvirke og påvirkes. Denne kraft kan være lidt magisk og if. Merleau-Ponty er denne kraft rettet mod et mål. Den opstår imellem kroppen og målet og kommer til udtryk i bevægelsen, hvor kilden til selve handlingen er en kraft, der er ukendt for os. Den bliver i stand til at handle og sanse på samme tid. Selve ordet fravær viser, at kroppen er tilstede, også når den er fraværende. (Duesund 2003, s.29-45.)

I forbindelse med kroppen i aktivitet nævner Ellen, at det er som en bølge eller et rum, der ikke kan beskrives logisk. Dan nævner, at det er som at genvinde sig selv i det rum, der opstår. MHS træningen skaber en ramme og et tilhørsforhold på et subjektivt plan, hvor det er tilladt at undersøge sin krops indre og ydre rum på en ny og alligevel kendt måde. Og set i forhold til kropsskemabegrebet (se teori afsnittet i dette speciale) er dette et færdigt centrum i kroppen, hvorfra man orientere sig i rummet. Orienteringen sker ikke ud fra et mentalt billedet af rummet, men fornemmelsen og indretningen af rummet sidder i arme, hals ansigtshud og ben, som et individuelt symbolberedskab.

8.6.2.1. Kroppen som betydningsfelt

Kroppens væren i verden forstås som en indirekthed, hvor meninger formes i en medvirken til en betydningshorisont og hvor kroppen ses som betydningsfeltet. Menneskets primære erfaring er den sansende krop i mødet med den givne virkelighed. Det er her vi kan erfare verden indefra og ud, og

hvor kroppen både er værket og instrument til at udtrykke vores sanselige erfaring. Det er derfor ”jeg” lever og ikke er isoleret i forhold til verden og omvendt. I det givne gestandsfelt MHS træningen, trænes kroppens dobbeltsansning, der er kroppens primære erfaringsgrundlag, og hvor den genkender det at sanse, erfare og dermed erkende i det levende rum, hvor kroppen er betydningsfelt.

Ifølge Merleau-Ponty forklarer han følgende i forhold det kropsfænomenlogiske erkendelsesperspektiv:

”Jeg tænker ikke, man jeg kan”. Dette er set i forhold til kroppen og det at formidle bevægelse. I MHS træningen ses dette f.eks. i meditationen, som handler om vejtrækningen. Bevægelsen er her en forlængelse af kroppen igennem ind- og udåndingen som værende kroppens ”Jeg kan”, og hermed henleder det til det meget velkendte sted i kroppen, hvor kroppens ”Jeg kan” er den eksistens Merleau-Ponty definerer som værende en erfaring, der går forud for enhver tanke. ”Jeg kan” trække vejret, før jeg tænker, eksempelvis, som i meditationsøvelsen i MHS, hvor vejtrækningen får dens betydning fordi ”jeg er” i praksis med den og derved bliver opmærksom på min eksistens. Verden bliver kun virkelig igennem vores praksis og erfaring med den, hvilket skal forstås som værende situeret. (Merleau-Ponty) Kroppen skaber sig selv og er på en og samme tid formidler, modtager og erkendende krop i aktiviteterne vejtrækning, hop og stemme. Det er her, der opstår en særligt sansende tilstand, hvor kroppen igennem denne aktivitet oplever at være genstandsfelt for sig selv i et nærvær og et fravær på en og samme tid.

8.7.Delkonklusion på: Kroppen set som et sansende og skabende kunstværk

Med hensyn til praksis med krop og erfaring nævner Duesund (Duesund, 2003, s.46-48.) at al teori og tænkning udspringer af virkeligheden og af praksis. Ser vi på kroppen som værket i mødet med den aktuelle læringssituation i MHS træningen, konkluderer jeg, at der bliver vækket en særlig sanselighed ved enkeltheden og gentagelsen af bevægelserne, som er åndedrættet, hoppet og stemmen. Igennem bevægelsen intentionaliseres åndedrættet, hoppet og stemmen i rummet i et cirkulært forløb, der responderes i rum, tid og lyd. Ved enkeltheden i den levende bevægelse opleves kroppen og dens kundskab i forhold til dens primære erfaringsgrundlag som en dobbeltsansning. Her skabes både et udtryk, der praktiseres i situationen og et indtryk som modtager af bevægelsen. Kroppen er både den lærende og erfarende på en og samme tid, som ”i sig selv” som den objektive krop og ”for sig selv” som den fænomenale krop, som et værk, der herigennem oplever en erkendelse af kroppen som skabende værk. Dette erfares og bevidnes særligt

med stemmen som en forlængelse af kroppen i tiden og rummet. Her synliggør kroppen sig selv med et udtryk gennem lyden og en fornemmelse af stemmens vibration, som har resonans i kroppens indre rum og ydre rummelighed. Det genvækker en fornemmelse i kroppen af at være en samlet enhed, samtidig med at være en samling af alle sanser: følesansen, den taktile sans og udtrykssansen på en og samme tid, som et kunstværk. Duesund beskriver, at ordet ”kunst” er en afledning af ordet ”at kunne” og derfor peger det i retningen af kundskab. Fænomenet kroppen fremtræder via stemmen som en vækkelse af denne ”kunnen” og en slags færdighed i det at være et sansende og skabende værk. Den enkelte har en intersubjektiv og fysisk mulighed for at bevæge sig ind og ud af stemmen, som indre og ydre rum, der går fra at være usynlige til at blive synlige, som henholdsvis den objektive krop og den fænomenale krop. Kroppen præsenterer sig på forskellige måder som både kunst og kundskab, og udspringer af den erfarende og udøvende fænomenale krop. Begge disse arter griber ind i hinanden og udvikles gennem bevægelse og praksis. Det er her, der produceres en skabende og sansende opmærksomhed, som vi kan rette mod verden og få de svar og fortolkninger, den åbner for os. (Duesund, 2003.)

8.8. Kroppen i mødet med praksis(5.)

I følgende afsnit handler det om stemmen, hvor jeg har valgt at inddrage Winthers anvendelse af det teoretiske begreb ”resonans” i forbindelse med stemmesekvensen i MHS-træningen.

Ellen fortæller i interviewet, at hun oplever stemmen indtræde for kroppen, og når hun taler om det, laver hun en lyd, så det vibrerer i kroppen og det giver lyden en kropslig dimension. Hun oplever en særlig opmærksom ved at lytte til det, der sker i stemmen på samme måde, som at lytte til andre signaler i kroppen og det samme genkendelige sted at producere noget fra. Merleau-Ponty nævner det genkendelige i det primære erfaringsgrundlag, der består i at gen-erfare et sanseligt nærvær og fravær. Dette består i at kunne sanse og høre og samtidig erkende stemmen som en kropslig resonans. Bevægelsen i stemmen stiller det nærmest som spørgsmål til kroppen som en forlængelse i rummet, som sanses både som et fravær og et nærvær. (Merleau-Ponty, 1969, s.57.) Stemmen kan ses som et udtryk af bevidstheden og bevægelsen. Det er her det teoretiske begreb ”resonans” opstår og som tidligere nævnt bruges det i forbindelse med at noget svinger sammen, f.eks. toner eller mennesker, og hvor man oplever at være på bølgelængde med den anden eller det andet. Det modsatte begreb er dissonans, der opstår, når mennesker/det andet ikke svinger sammen og hvor udtrykket ikke giver kropsligt indtryk. (Winther, 2012, s.79.)

Ellen beskriver det som at det kommer fra et sted, hvorfra hun ikke helt kan styre bevægelsen, men at hun sætter noget i gang med sin krop, og så lytter hun til, hvordan det runger. Det minder hende

om at være inde i en tunnel eller et kirkerum, hvor lyden bliver kastet rundt rummet. Det er i det rum, hvor hun producere noget, at hun oplever en særlig klang, som hun sanseligt lytter undersøgende til i rummet, og netop der opstår der et meget interessant betydningsfelt for hende. ”Det er både et kontrolleret og ukontrolleret rum, lige præcis ”det” er interessant, hvor træning handler om at kontrollere og slippe på én gang. ”

(Beskrivelse fra interview med Ellen)

Ellen beskriver, at det ydre rum bliver ret tydeligt for hende, når hun bruger stemmen efter de indledende MHS aktiviteter, med meditation og hoppet. Disse foregik i tavshed og det har skærpet hendes opmærksomhed på det indre rum. Stemmetræningen handler om at bruge det indre skabte klangrum til at sanse lyden, som udtrykker sig i rummet. Ellen oplever, at det er det samme klangrum, som er centrum for både stemmen og for den bevægelse, som hun genkender fra sin skabelse af dansen. Det rum eller det sted fortolker jeg som relateret til det, Merleau-Ponty begrebsliggør som værende kropsskemaet, hvor kroppen orienterer sig fra.

(Beskrivelse fra interview med Ellen)

8.8.1. Kroppen som resonans i tid og rum.

Ellen oplever, at stemmen skaber resonans både i det ydre og indre rum. Hun kan på en og samme tid føle og følge stemmen, altså sanse og erfare, hvordan stemmen skaber et udtryk og indtryk på en og samme tid. Det er netop her hun oplever det tidløse rum opstå, og det fremkalder et helt særligt kropslige nærvær, hvor kroppen bliver en skaberen af ”sig selv” og ”i sig selv”, af tiden og rummet. Herved opstår der en særligt sansende tilstand.

Kroppen kan her fortolkes som værket, der formidler stemmen, som udspringer fra en usynlighed i det ubevidste, hvor fra vi kan fornemme den indre vibrering og høre os selv indefra. ”Malraux” siger: ”Jeg hører mig selv med struben og samtidigt skaber jeg et udtryk.” Sproget/stemmen kan ses som en betjening af den sekundære synlighed i en følen og i en synlig udfoldelse. ”Ligesom kroppen kun ser, fordi den tager del i den synlighed, hvori den udfolder sig, således virker den mening, hvori tonernes organisation munder ud, tilbage på tonestrukturen.” (Merleau-Ponty, 1969, s. 270-278.). Ellen beskriver, at hun oplever at skabe et helt særligt ”kirkerum” med stemmen, hvor hun på en og samme tid kan opleve to fænomener, nemlig kroppen som både værende i en kontrolleret og ukontrolleret tilstand. Man kan ikke høre sig selv på samme måde, som man kan høre andre, da stemmens eksistens ikke er til før i øjeblikket og først bliver foldet ud der. På denne

måde hører vi et ekko af en artikulation af vores egne eksistens. Dette opfatter jeg som det *spejlingsfænomen*, som er beskrevet hos Merleau-Ponty. (Merleau-Ponty, 1969, s.278.).

8.8.1.1. En særlig kropsligt sansende tilstand

Ellen beskriver to fænomener/tilstande i sin oplevelse af kroppen, som giver en tilstand af en særlig væren både i kroppen og rummet. Sansningen er med til at udvide det kropslige erfarings og træningsrum, et rum som Ellen genkender fra dansen. Dette rum genvinder hun opmærksomheden på i træningen, der ikke handler om træningen for træningens skyld, men for hendes egen skyld. Den kropslige væren laver en ny åbning og skaber nye dimensioner, der ikke vil lukkes ned for. Det er herfra der indstiftes en genopdaget oplevelse, der bliver lokaliseret i kroppen og rummet. Kroppen bebor denne erfaring og gør den synlig i selve denne væren og erfaringserkendelse. Merleau-Ponty nævner stemmen som værende reproduceret af sonaten, at man føler sig i sonatens tjeneste og at det er den, der synger sig igennem ham. Det ikke er altså ikke sansningen, der er det centrale perspektiv, men sanseligheden og åbenheden mod verden, sådan som dette i den kropsfænomenologiske tilgang defineres som "egenkroppen". Ellen erkender, at hendes erfaring især med stemmesekvensen i MHS træningen, har været meget lærerig og interessant. Hun ville ønske, at hun kunne inddrage det i sin dans, hvor hun producerer noget, der har en klang i rummet, og hvor hun kan lytte til klangen ud i rummet under sin dans. Det er her stemmetræningen har givet hende oplevelsen af, at der skabes et indre rum og som hun har erfaret kan bruges til at skabe form og udtryk.

(Beskrivelse fra interview med Ellen)

8.8.1.2. Kroppen som det fænomenele felt

Min egen refleksion og erfaring som deltagende observatør i stemmetræningen er meget kropslig. Inden jeg skal kaste min stemme ud i rummet, har jeg mange aktive sommerfugle i maven. Det er meget interessant at opleve, hvordan stemmen har forbindelse til resten af min krop. Jeg mærker mine hænder og fødder citre og min jordforbindelse bliver meget intens, blot ved at jeg står og synger på en tone "ohhhhh" og lytter til min egen lyd i rummet. Det giver mig en oplevelse af at blive bevæget igennem et rum af toner og farver både ved at fokusere på vejtrækning og sanselse i retningen af lydets bølger. Jeg erfarer, at der opstår nye rum igennem min egen lyd. Denne sanselige erfaring giver mig en særlig fornemmelse af at være forankret i min krop og i rummet som en tilstand af, bare at være tilstede her og nu. Jeg oplever en ny kropslig erkendelse i at skabe et rum i rummet med min krop, som at være sansende samtidig med at være sanselig. En dyb lyd, der igennem stemmebevægelsen til tonerne fra klaveret tager sig ud i mødet med verden og skaber et

nyt felt. Volumen transformeres af kroppen til en artikulation af stemmens læber, der i en gest overskrider kroppen og hvor ”stemmen” skaber denne fænomenale stemning i rummet. Stemmeinstruktøren følger anerkendende min stemme til det sted, hvor der er en modstand og stemmen bryder ud i rummet som en frigørelse fra kroppen. Intensiteten vokser mellem instruktøren og mig, og stemmescenariet manifesterer sig som et ordløst, sanseligt rum, hvor tid og sted forsvinder med stemmen, som resonansen i rummet.⁶

(Egne observationer som deltager)

8.8.1.3. Resonans og dissonans

Ellen oplever at gerere energi i hoppet og ved at starte langsomt med ”bauns” oplever hun pludselig en lyst til at hoppe. Bevægelsen har en retning, der arbejder op og ned og som åbner energien i hendes krop. Samtidig oplever hun, at det giver en oplevelse af bevægelse i organer, muskler og huden, som på en måde løsner og frigøre noget, - og det er brugbart. Ellen fortæller, at den enkelte bevægelse med gentagelse på gentagelse hjælper hende med at rette fokus på detaljen, for ellers får hun følelsen af ikke at gide hoppet mere. Derfor bliver hun opmærksom på, at observere kroppens ben, varme og evt. ømheder. Den enkelte bevægelse, som hoppet er, kræver endnu mere opmærksomhed, fordi man ikke kan flytte sig væk, så man må undersøge det ene øjeblik efter det andet.

Ellen giver udtryk for, at det at hun træner for sig selv, skaber en genopdagelse af træningen og at det giver en træning i det at træne. Dette sker ved at fokusere på en undersøgelse af, hvad der sker ”nu” i modsætning til at presse noget frem og ved i stedet for at ”ville” sig igennem noget til at ”lytte sig igennem” noget.

(Beskrivelse fra interview med Ellen)

8.9.Kroppen i og som den sansende praksis

I MHS træningen, som skaber rammen for at undersøge disse tilstande af at ”være krop i verden”, trænes der en åbenhed i mødet med rummet, og der skabes en ny erfaring med kroppen som værende værket der sanser, oplever og erkender på en gang. Dette skaber en resonans i kroppen, som værende en samlet enhed. Det er ved at være den modtagende af bevægelsen og den bevægende enhed, at kroppen er omdrejningsfeltet for at svinge / at have resonans med hoppet/stemme eller de andre. (Winther 2012, s.79.) Deltagernes undersøgelse af kroppen i rummet bringer nye perspektiver på det ”at være i bevægelse med verden”, ved at deres opmærksomhed

⁶ Bilag 3. Observation som deltager

bliver skærpet til kroppens indre og ydre rum. Kroppen er centrum og værende den, der kan orientere sig i rummet, ikke ud fra et mentalt billede af rummet, men ud fra at ”kroppen bebor rummet”.

Rummet sidder i kroppens arme, hals, ansigt og ben, og kroppen er ifølge Merleau-Ponty et individuelt symbolredskab for situationen og samtidig bebor den rummet, hvor bevægelsen i hoppet eller stemmen internaliseres som en forlængelse af kroppens bevidsthed i rummet. Ellen beskriver denne tilstand som at give slip på stemmen og at være kontrolleret og ukontrolleret på en og samme tid. Det kan fortolkes som en resonans, der udtrykkes i rummet og af rummet. (Merleau-Ponty, 1969, s. 270.) Hvor den præ-objektive krop overskrider sig selv i en gestus og internaliseres i bevægelse, opstår der et krydsfelt, som skaber et særligt sansende nærvær, der ud fra et kropsfænomenologisk perspektiv åbner sig mod verden.



Foto Øyvind Kirchoff.

8.9.1.1. Kroppen i samklang med tid og rum

Bevægelsen og rummet internaliserer sig særligt igennem stemmetræningen. Det giver deltagerne en oplevelse af kropslig forankring, som vækker et særligt nærvær og en genklang. Merleau-Ponty kalder det for et mirakel, at egenkroppen og verden komplimenter hinanden gensidigt i perceptionen og får verden til at antage en meningsfuld form.

Gestus i denne forbindelse i MHS træningen er meditationen, hoppet og stemmen, hvilket skaber bevægelsen for kroppen, der overskrider sig selv i rummet. Hoppet bliver genstanden for kroppen og internaliseres som svar på bevægelsen, til tonerne af anslagene fra musikken, hvor musikken bliver til hoppet og hoppet bliver til musikken. Kroppen fungerer som en forlængelse i rummet ved at være i ”sonatens tjeneste”, og der skabes resonans i fællesskabet og gensidighed i kroppene. Her opstår der et tidløst og usynligt rum, som nærmest værende essensen af et nyt fænomen. Pludselige hop fra kroppen, får alle mosaikker til at falde på plads i kroppen. En kropslig sameksistens med

bevægelsen, fællesskabet og tiden, hvor der sker en sammenfletning af de indre og ydre rum, og som kan defineres som en sameksistens med mig, legemliggjort i rummet og bevægelsen. (Merleau-Ponty, 1994.) Ellen nævner f.eks. ordet ”lyst” i forbindelse med en oplevelse af bevægelsen, der pludselig overtager hoppet. Ved at hun at lytte til, hvad kroppen fortæller, opstår der energi. Denne læring er meget vigtig for hendes opmærksomhed i forhold til træningen, og det hjælper denne meget forenkede hoppesekvens til at stille skarpt på. Ifølge Ellen Winter knytter lysten sig til følelser, og har direkte forbindelse til åbenhed i kropslighed, energi og vitalitet. Lysten skaber en kropslig åbenhed mod verden, der kan skabe en resonans eller dissonans. (Winther, 2012, s.75-79.) Dette kan også opleves via musik og måden musikinstrumenter klinger sammen på, men også i menneskelige relationer, kan der opstå ”gode eller dårlige vibrationer? Det samme kan eksemplificeres med det, Dan fortæller i det indledende analyseafsnit. Han oplever et godt kunstnerisk møde som det at være sammen om at fortælle en historie og være i samklang med den anden/det andet, og han sammenligner det med at være på en ny date, hvor tid og rum forsvinder, og man bare er åben og modtagelig for situation. ”Ud fra mine informanternes udsagn om begrebet resonans handler det om at stemme sig ind på hinanden og finde det punkt, hvor kontakten har resonans og svinger, hvilket kræver stor opmærksomhed på kroppens mellemmenneskelige dans set i forhold til den givne situation. Dette gælder såvel i MHS træningen som i en professionel personlig sammenhæng. Helle Winther nævner, at resonans også er forbundet med oplevelsen af troværdighed og autenticitet, og derfor kan det være meningsfuldt at undersøge de stemte og fyldte øjeblikke. (Winther, 2012, s.79-86.) Ellen oplever eksempelvis på samme måde, at stemmetræningen har været en fantastisk åbning for hende, for hun har ikke prøvet denne stemmetræning før. Åbningen og læringen har været at opdage sig selv og en oplevelse af, at ”min stemme er jo kroppen”. (Ellen)

8.9.1.2. Kroppen som den skabende enhed i praksis.

Ud fra den kropsfænomenologiske ramme kan bevægelsen i MHS rummet forstås som at bevægelsen kan referere direkte tilbage til det referencepunkt, som alle perciperede genstande er relateret til, nemlig kroppen. Der er tale om en krop, der kan se, høre, lugte og føle, der gennem hoved-øjenbevægelser og igennem sine positioner og bevægelser sanser og erfarer sig selv og verden. Kroppen er altså ikke et stabilt orienteringscentrum, men et bevægende orienteringsfelt. Kroppen kan studeres samtidig med, at vi allerede har erfaring om den. Vi behøver ikke at rette en perceptuel opmærksomhed mod kroppen for at forholde os reflektivt, fordi kroppen i kraft af nærmest automatiske operationer, systemer af motoriske funktioner og sensoriske input fra

forskellige sanser (stillings-, muskel- og synssans) vil tilpasse og justere vores bevægelser til situationen. Her er der tale om Merleau-Ponty's kropskemabegreb, der opererer prærefleksivt, hvilket betyder at den kropslige udførelse ikke er bevidst, men at den er struktureret af den bevidsthed, som er knyttet til den handling, som bevægelsen undersætter. Sansningen og bevægelserne er således forankret i en intentionel struktur.

8.9.1.3. Kroppen som klangbund i professionen

En definition på kroppens primære erfaringsgrundlag handler om det sansende og det oplevende, og hvor kroppen har den symbolske værdi, som er forbundet til indtryk og udtryk, som i dette afsnit skaber et nyt fænomen, der kan beskrives som en *refleksionsresonans*. Dette erfaringsgrundlag genvækkes i særligt i stemmesekvensen. Denne sekvens skaber et særligt fænomenalt felt, der netop af sig selv finder vejen ind i kroppens primære sans- og erfaringsystemer og bringer liv i det indre og ydre rum i flere dimensioner. Den præobjektive krop bliver inter-subjektivt intentionaliseret i det fænomenale felt og i den cirkulation skabes der erkendelse for kroppen igennem den inter-subjektive oplevelse i rummet, som kommer til udtryk gennem meditation-, hop- og stemmetræningen. Her er kroppen det sansende værk af bevægelsen, oplevelsen og erfaringen. Ellens oplevelse af kropsligt nærvær i mødet med den tidligere beskrevne situation i det indledende afsnit lyder således:

”Hvis der er en vibration i den krop, der formidler stemmen, mærkes det på sammen måde som med dansen. Hvis dansen kommunikerer, er der en stemme i den”!

(Beskrivelse fra interview med Ellen)

8.9.1.4. Kroppens resonans i den professionelle praksis

Ellens oplevelse med stemmetræningen har givet hende en resonans i forhold til stemmens sammenhæng med kroppen. Det har udvidet hendes stemmeressourcer til at få fat i en dyb maskulin stemme, der har haft resonans for hende i en undervisningssituation, i mødet med nogle af hendes trætte danseelever. Kroppen og stemmen toner meget overraskende frem, i forhold til hvordan hun oplever at bruge sin stemme på en ny måde. Stemmen rejser sig på forunderlig vis som et fænomen i rummet og skaber en samklang i mødet med situationen. Hun formår at skabe rum på en ny måde og det er en opdagelse hun vil overføre til sin dans, idet hun oplever at der bliver mere helhed i dansen, når stemmen også er med. Kroppen er som klangbund i enhver kommunikation som en sammenhængende sansende enhed. Vi mennesker lever, ånder og erfarer og samtidig kan kroppen ses som en multi organisme igennem forskellige bevægelsesmønstre i MHS. Den sanselige kommunikation afspejler konstant deltagerens dynamik og kroppen kommunikerer igennem

bevægelsen og reducerer opdelingen af krop og sjæl. Energien er tilstede i både det fysiske, psykiske, følelsesmæssige, sociale og kulturelle hos den enkelte. Dette åbner en synlig forbundenhed i situationen og der opstår et særligt kropsligt nærvær (Winter, 2012, s.74-88.)

MHS situationen skaber et fysisk træningsrum for kropslig genklang set i forhold til den enkeltes personlige og professionelle identitet. Denne kropslige færdighed og kunnen er den frugtbare del af MHS træningen, som integreres til en ny given kontekst, hvor det ikke er rammen, der er i fokus, men kroppen i mødet med situationen.

Med hensyn til hvorvidt rummet har skabt resonans i deltagerens krop i andre sammenhænge, fortæller Dan, hvordan han tidligere har oplevet en blokering og en mistillid til sin egen formåen i forhold til at iværksætte en ny forestilling. Arbejdet med stemmen har skabt et rum inden i ham, der har givet ham tillid til at lave den aktuelle forestilling. Hans oplevelse med stemme- og hoppesequensen har særligt vækket nogle rum igennem samhørigheden, som har virket som et særligt anker. Det har skabt en åbenhed i kroppen, der har givet ham en parathed med baggrund i det at have et rum, hvor man træner i at trække vejret, hoppe og lave stemme sammen med andre. Det åbner op for et nyt felt og et nærvær i forhold til det at være menneske uden at have et specifikt mål, men træne det liv der er i os så længe vi lever, nævner Dan. De rystelser hoppet og vibrationen har sat i gang i ham, har bevæget sig igennem ham til nogle arkiverede følelser i hans krop. Hans krop begyndte pludselig at tale til ham, særligt igennem stemmetræning, hvor han blev opmærksom på, hvordan han havde holdt sit eget åndedrag tilbage. Det har givet plads til den stemme, som satte ham fri til at gøre, hvad han ville. Han fortæller, at han fik en særlig ro og en ny dimension i forhold til at face sin egen angst og gøre sig fri. Dan nævner, at efter 20 års erfaring som skuespiller vil han i den kommende forestilling gå efter øjeblikket og turde lukke op for det rum, der er imellem ham og publikum.

MHS træningsrammen har været med til at skærpe et særligt fokus, hvor det handler om processen og ikke et resultat. Dan nævner, at som skuespiller er der altid nogle faste replikker og ord, som han ikke kan ændre på, men hans opmærksomheden på bevægelsen og ved at omplacere sig i rummet, kan der i virkeligheden ske hvad som helst, når kroppen er bevægelig og sanselig.

Stemmen som fænomen skaber kontakt til den enkeltes vibration og livsmasse i en omsluttethed og omfavnelser, hvor kroppen berører og berøres på en og samme tid. Stemmen bliver til et indtryk og udtryk som et aftryk i kroppen. Stemmens kraft lever i forhold til verden og det manifesterer sig i et nærvær og skaber den forandring, der trænes ved stemmetræning. I forhold til informanternes professionelle praksis genetableres det som en resonans i en musisk teaterforestilling for Dans

vedkommende og til en undervisningssituation for Ellens vedkommende, hvor der opstår et fænomenalt felt i mødet med situationen.

8.10. Delkonklusion på: Kroppen som den sansende og skabende i praksis

Afslutningsvis konkluderer jeg, at kroppen er resonansbund sin egen lærende og værende tilstand, hvor tanker og intellekt transformerer sig og skaber et nyt udtryk i verden. Dette kommer til udtryk f. eks. i Dans tilfælde med en iscenesættelse af en teaterforestilling. MHS rummet har som praksis og erfaringsfelt åbnet op for de kropslige færdigheder og skabt forandringer i forhold til, hvorledes kroppen indtager rummet på en nye måde. Det samme ses hos Ellen, som i sin praksis som underviser oplever, at kroppen pludselig bevæger sig ud over det sædvanlige og nærmest tager over i et nyt udtryk, da hendes stemme viser sig på en ny måde i mødet med en flok larmende, trætte danseelever. Set i Merleau-Pontys og det kropsfænomenologiske perspektiv handler det om ”kroppens-væren-i verden”, hvor det, der sættes i scene, er bevidsthedens kropslige udspring og det, der vises frem, er ikke først og fremmest det sansende, men sansningen i sig selv i det fænomenale felt. Dette er en central færdighed og ressource som er usynlig for mennesket, men bliver synligt, når den bruges. Denne færdighed er bevidnet i specialet som både formidler (underviser, iværksætter, skuespiller, kunstnerisk formidler) og som modtager (publikum, elev) i mødet med virkeligheden. (Jalving, 2011, s.140-141.) Informanterne har igennem praksis og bevægelse erfaret at få en øget opmærksomhed på den personlige og professionelle kropslige kommunikation og evnen til at kunne læse og lytte sig ind i den givne situation. Denne opmærksomhed og medvidenhed har, konkluderer jeg, stor betydning for den professionelles egen kropslige og sanselige kommunikation, og har samtidig stor betydning for udvikling af både autencitet og lederskab som en vigtig kropslig kommunikation, som både er personlig og professionel. I dette speciale har jeg forsøgt at belyse den levende bevægelse og vigtigheden af udøvelse af den i praksis, og skærpe den opmærksomhed i forhold til denne særlige sansning inden for praksis, skoletjenester, uddannelse, supervision, efteruddannelse, kunstinstitutioner og forskning. I et fremtidigt arbejds perspektiv ønsker jeg med dette speciale at øge opmærksomheden på medvidenhed om kroppens betydning i og som praksis.

9. Konklusion

Dette speciale har redegjort for, hvordan den objektive krop forklares som kundskabsform og den fænomenale krop som værket. Kroppen er det fænomenale betydningsfelt, der tager sig ud i MHS-træningen og transformeres og hermed ophæver adskillelsen mellem objekt og subjekt. Igennem undersøgelsen af MHS-træningen, kan beskrives og bevidnes, at kroppen tager sig ud som en samlet enhed og genskaber sig på ny i tid og sted. Igennem interviewmetoden bliver informanterne bevidste og går på opdagelse i deres egne kropslige erfaringer, der bevidnes med en ny bevidsthed, der har afspejlet og givet resonans i deres praksis. Det har vækket og givet dem en skærpet opmærksomhed i forhold til kroppen som kundskabsform. Især opdagelsen af stemmen kunne ses som et helt særlig forlængelse af kroppen i rummet og dens resonans i deres professionelle praksis. Set i det kropsfænomenologisk perspektiv kan det konkluderes og bevidnes, at kroppen fungerer som den tredimensionerede enhed, som værende horisont, grund og struktur på en og samme tid. Eller sagt på en anden måde: grunden som værende kundskaben, værket som værende strukturen og praksis som værende horisont.

10. Teoretisk perspektivering

Det fænomenologiske perspektiv redegør ikke for interaktion og den sociale effekt. Det giver en ramme for en forståelse af den sansning, der finder sted i den iscenesættelse i MHS træning. Men Merleau-Ponty synes ikke i en afgørende forstand at forholde sig til det sociale rum, som denne sansning finder sted i. Selvom Merleau-Ponty eksempelvis beskriver, at kroppen bebor rummet, så er det ikke tydeligt, at dette rum også er et socialt rum, et rum, der deles med andre mennesker. Og selvom han skriver, at det er igennem ”min krop jeg forstår andre, ligesom det er gennem min krop jeg perciperer ”ting”, synes disse ”andre” og ”disse ting” ikke at spille ind på den individuelle perception. For en medtænkning af det sociale rum må man ty til nyere teoretiker, som eksempelvis antropologen Thomas J. Csordas, der med sine tanker omkring ”Somatic modes of attention”⁷ begynder netop der hvor Merleau-Ponty slipper. (Jalving, 2011) Dette speciale har afgrænset sig til sansningen, der iscenesættes og den individuelle perception, hvilke er det centrale perspektiv i min problemstilling. Teorien hos Merleau-Ponty afgrænser sig til at beskrive perception i forhold til den enkeltes forbundenhed og møde med verden. Men i det empiriske materiale fra MHS situationen viser det sociale sig som værende en vigtig faktor og et anker for deltagernes oplevelse at træningen,

⁷ Jalving Camilla, Værk som handling

11. Didaktisk perspektivering

På baggrund af specialets undersøgelse kunne det være relevant at udvikle et kropsfænomenlogisk lærings- og forandringsdidaktisk perspektiv i forhold til f.eks.: ”Hvad skal der til for skabe en særlig kropslig tilstedeværelse i mødet med praksis”. Det kunne være relevant at implementere nedenstående, både i uddannelsessituationer og i udøvende praksis:

- At kunne ”se” med kroppen i forhold til, hvad der sker i rummet, både i forhold til den enkelte og i gruppen.
- At kunne reagere på sansningen og det før-verbale i mødet.
- At være sensitiv for oplevelser, kropsudtryk og atmosfære.
- At håndtere praksis, hvor man selv og deltagerne kan opleve at være i en sårbar position.
- At have en særlig sanselighed, som er erfaret i evnen til kropsligt at kunne skelne selv små detaljer og forskellige bevægelseskvaliteter og erfaringer.

12. Litteratur

- Brinkmann, Svend & Tanggaard, Lene (2010) Kvalitative metoder - en grundbog. 1.udg.
Hans Reitzels Forlag. (1) s.17-55, (9) s.185-205.
- D'Austring Benny og Sørensen, Merete (2006) Grundbog om æstetiske læreprocesser.
Socialpædagogisk Bibliotek, Hans Reitzels forlag.
- Dahl Rendtorff Jacob. (2003) Årstal Vor tidsfilosofi, Fransk filosofi, engagement og struktur.
Politikens Håndbøger.
- Duesund Liv. (1993) Kroppen i specialpædagogikken. En teoretisk og empirisk undersøgelse om
fysisk aktivitet og selvopfatning. Institutt specialpædagogikk, Universitet Oslo.
- Duesund Liv. Kroppen i verden.(2003)
Skapande Vetande 40. Linköpings universitet. Campus Valla(Västergötland)
- Duesund Liv. Kropp, (1995) Kunnskap og selvopfatning.
Universitetsforlaget, 0608 Oslo
- Egidius Henry. (2003) Pædagogik i det 21. århundrede.
Gyldendals Boghandel, Nordisk Forlag A/S, København
- Hangaard Rasmussen Torben. Merleau-Ponty Maurice, (1996) Kroppens filosof.
Semi-forlaget..
- Hohr Hansjorg og Kristian Pedersen. (2001)
Perspektiver på æstetiske læreprocesser. 1.udg. Forlag Dansk lærerforening
- Jalving Camilla (2011) Værk som handling. Museum Tusulanums Forlag.
- Kissow Anne-Merte Kissow & Bo Therkildesen. (2006) Kroppen som deltager.
Idræt og bevægelse i rehabilitering 1.udg. Handicapidrættens videntcenter.
- Kissow Anne-Merete og Pallesen Hanne. (2016) Mennesket i bevægelse 4.udg
Forlag (munksgaard.dk) (1)s.19-34(2) s.37-43.(4) s.61-78) (7) s.155-164.
- Kristiansen Søren og Hanne Kathrine Krogstrup. (2015) Deltagende observation. 2.udgave
Hans Reitzels Forlag. (3) s.67-87. (4) s.88-118. (5) s.124-164.
- Larsen Kristian redigeret (2005) Arkitektur, krop og læring.
Forlag Hans Reitzel
- Launsø Laila og Olaf Reiper (2011). Forskning om og med mennesker. Forskningstyper og
forskningsmetoder i samfundsforskning. 6.udgave. Nyt Nordisk forlag Arnold Busck A/S.
(1) s.12-40. (6)s.161-193.
- Larsen Ann Kristin. En enklere metode. (2010) Vejledning I samfundsvidenskabelig
forskningsmetode. 1.udgave. Lindhardt og Ringhof Forlag A/S et selskab i Egnet.
- Merleau-Ponty Maurice. (1969) Tegn Udvalgte Essays. Gallimand, Paris. Dansk udgave: Rhodos,
kbh. Tryk: Aarhus Stiftsbogtrykkerie A/S

- Merleau-Ponty Maurice. (1994) Kroppens fænomenologi. Indledning Ole Fogh Kirkeby, Det lille forlag, Frederiksberg.
- Nielsen Klaus, Steiner Kvale Mesterlære. (2002) Læring som social praksis. Hans Reitzel Forlag A/S København.
- Nabe-Nielsen Bent & Louise Nabe-Nielsen. (2011) Dannelsens veje III-eksistens og modernitet. 1.udgave. Forlag Klim.
- Tangaard, Lene (2008) Kreativitet skal læres. Når talen bliver innovation. Aalborg Universitetsforlag.
- Pecseli Benedicta.(2006) Kulturvidenskab for de pædagogiske fag.. 1.udgave Gylling Hans Reitzels Forlag.
- Winther Helle. (2012) Kroppens sprog i professionel praksis. 1.udgave.Billesø & Baltzer, Værløse.

Rapport

- Faarup Lotte og Kirchhoff (2015) Forsøgsrapport: ”En særlig tilstand”.

Tidskrifter

- Elmgreen Michael Dragset Ingar. (2001) X`Rummet ” (Statens Museum for kunst) Tryk Kerteminde Tryk A/S, Odense.
- Hansen Lauge, Hans: ”Litterær erfaring og dialogisme”
- Monrad Christian, Artikel nattens musik. (2015) Kirkemagasin/Vor Frue kirke/København (7. årgang nr. 3)
- Olesen, J. (2002). forfatterskab. *Kognition & pædagogik*. Årg. 12, nr. 43.
med baggrund i Maurice Merleau-Pontys (s.30-39.)
- Paustian, Morten Erhvervsfilosof. (2013) Tidsskrift for kreativitet, spontanitet og læring. Vol, 2 (s.233-242.)
- Kunst Magasinet nr.2, 22. årgang

Internet sider:

Lokaliteter

http://abendans.dk/	(12.1.2017)
http://www.forsoegsstationen.dk/	(10.10.2016)
http://jyderuphøjskole.dk/	(12.3.2017)
http://www.kittjohnson.dk	/12.3.2017
http://www.nyscenekunst.dk/	(12.12.2016)
http://overgaden.org/	12.3.2017
http://www.sort-hvid.dk/	12.3.2017

Personer/informanter

http://www.ellenkilsgaard.com/	(7.4.2017)
www.danzahle.com	(7.4.2017)

Netartikler

http://rucforsk.ruc.dk/site/en/projects/phd-beskrivelse-profession-laering-og-krop-om-tilblivelsen-af-politiprofessionalteten(53adc69f-1897-4db7-88cd-dd97634b461d).html	(10.10-2016)
http://nexs.ku.dk/formidling/udgivelser/phd_afhandlinger-forsvaret/tidligere-ifi-phd-afh/2009/helle_winther/	(22.12.16)
<a)"="" href="https://oapen.org/download?type=document&docid=3423615.">https://oapen.org/download?type=document&docid=3423615.) http://www.danzahle.com/	
http://www.chara.dk/skribent.php?id=2	
http://www.uv.uio.no/isp/personer/vit/livdue/	

13. Bilag

Bilag 1. Valg af den empiriske case MHS	1
Bilag 2. Fremkomst af dataindsamling	5
Bilag 3. Første dag på Forsøgsstationen som observant.....	9
Bilag 4. Anden dag på Forsøgsstationen	14
Bilag 5. Interview Dan Zahle.	19
Bilag 6. Interview med Ellen Kilsgaard	26
Bilag 7. Interviewguide til ”fysisk træning i set i forhold til den kunstneriske dimension”.	32

Bilag 1. Valg af den empiriske case MHS

Jeg havde ledt efter et sted, hvor jeg kunne undersøge kroppen som læringsfænomen i en situation, der satte en ramme for at undersøge kroppen som værende værket i en case-situation og hvor der var fokus på de processer, der opstod i den kropsligt levende situation, men samtidigt havde et kropsligt perspektiv set i forhold til den enkeltes kropslige virke i verden og som kunstneriske formidlere. I mine forstudier med henblik på en indkredsning af kroppen i en specifik situation har jeg bevæget mig inden for tre forskellige perspektiver

Kroppen i lærings- og formidlingssituationer

Kroppen i mødet med kunstneriske værker

Kroppen og praksis

Jeg valgte derfor at basere min empiriske undersøgelse på praksistræningen, som både er et træningsfelt og et læringsrum for professionelle scenekunstner. Årsagen hertil var, at jeg havde besluttet mig for at skrive om den kropslige kunstneriske proces. Jeg besluttede mig for at være deltager i MHS-træningen som et led i min undersøgelse af den kropslige og kunstneriske læreproces og se hvad der dukkede op i praksis af temaer og tanker.

MHS træningen er udviklet på baggrund af enkeltheden i forhold kroppen, hvor kroppen er det skabende element set i forhold til lærings- og træningsperspektivet og derfor gav det mig muligheden for at undersøge kroppen i mødet med begivenheden, i en lærings- og forandrings situation, set i forhold til en professionel profession.

Beskrivelse af MHS træningen

Den aktuelle empiriske casesituation er træningsformen: meditation, hop og stemmetræning (forkortet MHS). MHS træningen består af: Meditation 20 min., hoppe-træning 25 min., yoga stræk 15.min. og 60.min. stemmetræning

Træningsforløbet er sat sammen af 3 træningsformer, som indeholder en kombination af stilstand, kraftig fysisk gentagelse, afspænding, dybt åndedræt og kraftig stemmevibration. Disse øvelser involverer hele kroppen og afkræver mental koncentration og som har til hensigt og som forhåbning, at dette forløb har potentiale til at stimulere en tilstand af fysisk og mentalt nærvær i træningen.

Træningen er fastsat for at opbygge rutine og sikkerhed for dermed at kunne frigøre sig indenfor den faste fysiske form.

Den empiriske træningsramme MHS er tilrettelagt ud fra teoretiske og praktiske erfaringer gennem teaterhistoriens ceremonier og ritualer, hvor publikum var med i den renselsesproces, der kunne

lede frem mod, at katarsis kunne finde sted. Skuespilleren og kroppens handlinger skal som i ritualet kunne skabe en forandring og healende kraft og give os vores tilværelse tilbage. (Antonin Artaud, teaterteoretiker og filosof) MHS undersøger, hvordan man kan styrke den kunstneriske dimension og profession i at kunne være levende og troværdig på scenen. I den aktuelle MHS situation har træningskonteksten ikke fokus på at lære et særligt fag eller en bestemt rolle, men på at træningen har værdi i sig selv. Denne værdi vil være gavnlig nok for forestillingens resultat, da træningen mere tilsigter at styrke og udvikle skuespillerens kunstneriske identitet i et rum for fordybelse, investering og gentagelse, hvorved skuespilleren frigøres fra at være resultatfikseret, og i stedet have fokus på tilstedeværelse, skriver Faarup og Kirchhoff i deres rapport.

Historisk baggrund for forsøget⁸

Som vi har fået tradition for på Forsøgsstationen, afholder vi også denne gang et seminar i kølvandet på vores forsøg, for at videreformidle vores forsøgserfaringer og udveksle holdninger og perspektiver.

Seminaret ”Fysisk træning i en kunstnerisk kontekst” afholdes lørdag d. 28. februar ’15 på Forsøgsstationen, hvor vi i ord og praksis ønsker at afklare: ”Hvilken plads har fysisk træning i det danske scene- og kunstmiljø og hvordan kan den udvikles?” med indspark og oplæg fra Iben Nagel Rasmussen (OdinTeatret), Tine Madsen (cand. soc., underviser og tidl. leder af School of Stage Arts), Tora Balslev og Esther Wrobel (Åben Træning X-act), Forsøgsstationens kunstneriske ledelse, teaterforsker Karen Vedel m.fl. For at give seminardeltagerne en mulighed for fælles praktisk træningserfaring, organiserer vi i de 3 forudgående dage op til seminaret gratis workshops fra morgen til aften med følgende træningsformer:

Kl. 8 – 11 MHS træning (meditation – hop – stemme) v. Forsøgsstationen

Kl. 13 – 15.30 Åben Træning v. X-act

Kl. 16 – 19 Shizen Taiso v. Tine Madsen

Kl. 19.30 – 21.30 Partner/Contact improvisation v. Bo Madvig

Baggrund for trænings scenarie

Forsøgsledelsen ønsker med præsentationen af en egen valgt træningsform at opleve hver enkelt deltagers opfattelse af sin egen træningsidentitet. Ved at præsentere sig fysisk og ikke med ord, får alle mulighed for at sanse hinandens trænings historik. Samtidig kan vi også generere materiale til at opbygge den personlige sekvenstræning, som er valgt for, gennem hele forsøget, at kunne

⁸ Faarup Lotte og Øyvind Kirchhoff, Forsøgsstationen ”En særlig tilstand” feb.2015

undersøge udviklingen af den enkeltes: motivation (hvorfor træne?), disciplin (hvordan finde den?), udtryk (hvordan udvikle personlighed?) og tilstedeværelse (hvordan forbinde indre og ydre væren?) inden for en præcis fysisk ramme. Gennem trænings-præsentationerne viste der sig tydelige forskelle i træningshistorik og opfattelse af definitionen på træning. Groft sagt kunne man dele forskellene op i 3: 1. Præcis fysisk træningsform som ikke ændres af mentale valg, 2. Fysisk improvisation løst guidet af fokuspunkter på kropsdel eller energi, 3: Mental træning baseret på fysisk improvisation. Improvisationen gav mange mentale valg og generelt færre fysiske formudtryk end de mere fast koreograferede træningsformer. De fast koreograferede træningsformer krævede koncentration on for at blive gennemført og udelukkede for en stor del mentale overvejelser. Videreformidling af en given træningsform virkede koncentrerende på deltagerne, når ”giveren” i højere grad viste, frem for at forklare

MHS træning

MHS træning bestående af: Meditation 20 min., hoppe-træning 25 min., yoga stræk 15. min og stemmetræning 2 timer.

Træningsforløbet er sat sammen af 3 træningsformer som indeholder en kombination af tilstand, kraftig fysisk gentagelse, afspænding, dybt åndedræt og kraftig stemmevibration. Disse øvelser involverer hele kroppen og afkræver mental koncentration on, og vi håber at dette forløb har potentiale til at stimulere en tilstand af fysisk og mentalt nærvær i træningen. Sekvenstræningen bliver fortsat fra i går, for at opbygge rutine og sikkerhed for på lang sigt at kunne frigøre sig indenfor den faste fysiske form.

De afsluttende spørgsmål søgte at få uddybende svar på den enkeltes forhold til sin egen træning samt at sætte fokus på, hvordan fysiske rum kan have indflydelse på vores træning.

Kan man integrere en kunstnerisk dimension under færdighedslære af fysiske, tekniske øvelser? Vi arbejdede med Mime Coporel, Kungfu træning og Fitness træning i en færdighedslære-kontekst.

Her var det tydeligt, at Fitness træningen på ingen måde kunne anvendes til at besvare overstående spørgsmål, da hele dens natur jo netop bygger på kun at opnå kvantitet.

Med mimen og Kungfu forholder det sig anderledes. Med mimen (som var den færdighedslære, vi arbejdede mest med) var det interessant at observere den koncentrerede intense tilstand, der opstod i arbejdet når: Deltagerne spejlede træningsgiveren i stilhed. Deltagerne spejlede træningsgiveren uden se direkte på ham

Træningsgiveren brugte lyde i stedet for ord under formidling af teknikken

Træningsgiveren sænkede stemmen (gjorde den dybere) Disse observationer indikerer, at det synes muligt som ”elev”, at kombinere udadvendt registrering og indadvendt sansning under tilegnelse af en færdighed. Der opstår på en og samme tid en indlæring og en reflekterende sansning. Og denne tilstand leder opmærksomheden væk fra at føle smerte, besvær eller konkurrence med de andre i gruppen, som det f.eks. var tilfældet med Fitness træningen. Det var også tydeligt, at så snart almindelig kommunikation og omgangsform som småsnakken, diskussioner og rette på hinanden verbalt blev benyttet under arbejdet, så forsvandt en del af den sansende væren, både individuelt og i gruppen. I hvilken grad man, i forhold til niveau og tid, kan tilegne sig færdigheder i denne kontekst kan vi ikke sige noget om, dertil er vores forsøg ikke kommet langt nok. Men det lader til, at der er potentialer gemt i denne undersøgelse, som det ville være interessant at forfølge.

Metodekritik

Som vi allerede har været inde på i afsnittet ”Forsøgsledelsens vinkel”, kan det være hæmmende for observationen at have tre forskellige funktioner under forsøgsarbejdet. Når ledelsen skulle veksle mellem at organisere, give træning og være deltagere, mistede vi naturligt nok til tider et koldt overblik, og givetvis gået glip af nogle informationer.

En anden begrænsning i forsøget, som vi også har været inde på, er selvfølgelig udfordringen i at beskrive en mental tilstand både præcist, men også på vegne af andre. Primært når flere af deltagerne og vi selv inklusiv bed mærke i de samme oplevelser, rent tilstandsmæssigt, var vi med en vis sikkerhed klar over, at der skete noget der var alment gældende og ikke kun personligt.

Vi arbejdede i 2 uger med praksis og det var i forhold til at se forandringer ret kort tid, når vi har med en fysisktræningsproces at gøre. Det tager tid før den fysiske erfaring bundfælder sig og det er svært at få hurtige svar. Derfor giver det god mening at fortsætte forsøgsarbejdet gennem MHS træningen hver mandag og opsamle erfaring derfra over tid.

Bilag 2. Fremkomst af dataindsamling

I den første del af afsnittet præsenteres observation, som indledning til det empiriske felt og som er udgangspunktet for interviewguiden. Derefter kommer det kvalitative interview, som min primære metode og afslutningsvis opsummeres den empiriske metode. Det konkrete empiriske felt MHS Meditation/hop/stemme træningen er ud fra observationer både som deltagende observatør og observerende observatør. En pendling mellem et udefra og ind og indefra og ud perspektiv. Efterfølgende interview er udarbejdet ud fra det indsamlet materiale.

Tidsrum

Jeg deltog i 3 dage ud af et 4 dages seminar på Forsøgsstationen.

26.02.2015 (som iagttagende observatør)

27.02.2015 (som deltagende observatør)

28.03.2015 (deltager i opsamlingsseminar, både deltager og tilskuer i det empiriske felt)

Observation som metode

Observation handler om mine iagttagelser, hovedsagelig ved hjælp af synssansen og er noget jeg nedskriver undervejs og bagefter. Det handler om at jeg er til stede i en situation, der er relevant for undersøgelsen og at jeg registrerer iagttagelser på baggrund af sanseindtryk.

a.) Hvordan : I forbindelse med mine observationer har jeg rapporteret i situationen, hvor jeg løbende har tematiseret aktiviteten meditation, hop og stemme. Hvor lang tid den givne ramme forventes i et tidsrum fra kl.9.00-12.00. Dernæst har jeg koncentreret mig om det fremtrædende i de klarlagte rammer. Og hvad der var det fremtrædende fænomen i rummet set fra et iagttagende perspektiv, som observatør rettet mod en "her og nu situation".

b./c.) Hvor: Det observerede felt : Det observerede felt "Fysisk træning i forhold til en kunstnerisk dimension" er et forsøg hvor situationen er eksperimental i sig selv med dens materiale udformning. Der arbejdes med træningen som en test i forhold til de fænomener, der dukker op ved dette eksakte seminar.

d.) Iagttagende observant: Min position som observant på 1.dagen var bekendt af deltagerne. Jeg var opmærksom på delvist at interagere i det sociale samspil, for at skabe gensidig tillid i forhold til at være en del af rummet uden at deltage i selve aktiviteten for undersøgelsen.

Afslutningsvis på 1.dagen fortalte jeg deltagerne om mine observationer med fokus på de opstående kropslige fænomener der opstod i konteksten " ⁹ Min måde at lytte på var ud fra et fænomenologisk felt og samtidig et observerende synsfelt og der ikke var kropsligt involveret i aktiviteten. Hvor de

⁹ Larsen Ann Kristin. En enklere metode. 2010

andre reflekteret højt ud fra et kropsligt erfaringsfelt. I en refleksions runden på første dagen gav jeg min observationer at tilkende ud fra det iagttagende perspektiv

Deltagende observant: På anden dag var jeg selv deltagende i MHS træningen. Ved at være i en deltagende position mærkede jeg en særlig ydmyghed i forhold til situationen på baggrund af observatørrollen fra dagen før. Jeg deltog i alle tre discipliner meditation/hop og stemme på lige vilkår som de andre. Straks efter oplevelsen skrev jeg det observerede ned.

Refleksion af observation

Mine observationer er foretaget med fokus på kroppen, som den erkendende i forhold til den givne aktivitet, og som værende den lærende enhed set ud fra det fænomenologiske perspektiv. Jeg iagttager kroppene i relation til aktiviteten både i forbindelse med min tilstedeværelse på 1.dagen som værende iagttagende observatør, 2.dagen som deltagende observatør, 3.dagen i opfølgings seminar som både observerende og deltagende Mine observationer er et udtryk for mine egne subjektive iagttagelser som deltager, som jeg vælger at validere igennem interviews. Der giver mine informanter den givne MHS situation stemme og det er der hvor vi sammen går på opdagelse i det givne felt, hvor nye perspektiver opstår i det aktuelle interview- møde. Disse opdagelser af fænomener vil eksemplificeres i analysen. Selve datamaterialets omgivende er MHS træningen (Meditation/Hop/Stemme) som er den givne ramme der omgiver den empiri, der er aktuell for dette speciale.

Interviewguide

Mine observationer giver mig et direkte erfaringsgrundlag til at spørge ind til de fænomener, jeg har observeret og på den baggrund tegner der sig nogle tematikker, som bliver retningsgivende for min interviewguide. Jeg observerer, hvordan deltagerne forholder sig til genstandsfeltet og de fænomener der opstår, som værende udgangspunktet for udarbejdelsen af interviewguiden. Fordelen ved at deltage i MHS træningen er, at jeg dermed får en kropslig oplevelse, der hjælper mig til at stille specifikke spørgsmål til både bevægelserne og kroppen i forbindelse med meditationen, hoppet og stemme brug. Derved giver det mig mulighed for at dykke ind i den givne bevægelse og få indsigt i de forhold, der gør sig gældende i tid, sted og rytme og undersøge udtrykket af dette i den formelle træningsramme. Igennem interviewet skabes der mulighed for at spørge ind til fænomenerne, og validere det observerede genstandsfelt MHS.

Min interviewguide er inddelt i 5 områder:

- 1.) Baggrund/erfaringen (Lokalitet workshop ”Forsøgsstation som laboratorier)
- 2.) Formål/hensigt/MHS træning
- 3.) Oplevelsen af træningsforsøget/Kroppen i rummet

4.) Fænomen fænomenale felt

5.) Effekt/refleksion

Tematiseringen er inddelt i samspil med mine observationer og gennemarbejdes i udviklingen af interviewguiden og udarbejdes som en semistruktureret interviewguide. (Brinkmann og Tanggaard, 2010)

Valg af informanter:

De pågældende 2 personer / informanter er Dan, (skuespiller) og Ellen (danser). De har forskellige tilgange til at arbejde med træning og bevægelsen, hvilket jeg har kunnet observere i deres kropslige udtryk i MHS situationen. Det giver mig muligheder for at belyse deres oplevelse i mødet med situationen ud fra to forskellige kropslige udtryk og deres definitionen af rummet. Set i forhold til de fænomener, der gør sig gældende i den givne ramme MHS. Valget af informanter er truffet ud fra iagttagelser og observationer i forhold til den konkrete MHS situation og efterfølgende dialog i forhold til hvordan de oplever den givne træning. Hvor de havde to forskellige måder at tale om og bevæge sig i situationen på.

Interview situationen

Indledningsvis præsenterer jeg informanten for tidsrammen for interviewet, som er ca. 25-30 min. og det undersøgende problemfelt. Jeg gør dem opmærksom på, at det er dem som informanten, der er kilden til den viden der opstår i vores møde og på baggrund af den erfarede MHS situation, og at vi sammen kan reflektere over de erfarede fænomener. (Launsø og Reiper, 2011 s.132-144.).

Refleksion interviewsituation

I begge interviews er jeg særligt opmærksom på at være åben i min kropslighed og at stille åbne spørgsmål. Desuden forsøger jeg at have en undersøgende tilgang til informantens fortælling og spørge ind til informantens livsverden. Det fænomenologiske perspektiv og det kvalitative forskningsinterview stiller sig, som medie for at undersøge de fænomener, der opstår i fortællingen og giver mulighed for at stille opklarende spørgsmål. (Launsø og Reiper, 2011, s.140-147.).

Dette er særligt centralt for den fænomenologiske metode for at undersøge de fænomener, der kan opstå i fortællingen og giver mulighed for at stille nye opklarende spørgsmål. Den semistrukturerede interviewguide skabte i sin udformning mulighed og grundlag for at forfølge opståede begreber og elementer i interviewet. Dermed blev informanten gjort til levende kilde for indsigten i ”Kroppen i situationen” og den levende bevægelse situation” set i det fænomenologiske perspektiv.

Tidsrammen

Tidsrammen var svær at overholde og blev overskredet i begge interviews. Efter det første interview med Ellen opstod der efterfølgende en lang samtale, hvor jeg fik endnu flere indsigter og erkendelser. Denne opmærksomhed på overskridelse af tiden som faldgrube bragte jeg med til mit andet interview. I begge interview sker der noget andet, når jeg slukker for diktafonen og når vi begge er frie af de givende formalia. Jeg får derfor ikke alle de nye erkendelser med, men det bliver trods alt retningsbetonet i analysen og på baggrund af interviewet og mine observationer

Torsdag. 26.2.2015

Bilag 3. Første dag på Forsøgsstationen som observant

Beskrivelse som observant i MHS træningen

Jeg bliver budt velkommen af den daglige leder Øyvind Kirchhoff. Han inviterer mig til at klæde om, hvor jeg spørger om det er ok at jeg er observerende. Det var helt i orden, og der var stole til det inde i rummet. Jeg får øje på en rapport om det aktuelle projekt, hvor jeg spørger den anden forsøgsleder Lotte Faarup, som jeg bliver præsenteret for af Øyvind. Hun fortæller, at det har været et stort projekt hidtil at dokumentere den fremkommende rapport for at sætte fokus på de ting, som der sættes rammer for i huset, og i det enkelte forsøg i forhold til at udvikle de performance og teater i forskningen. Hun tilbyder mig, at jeg bare kan tage en rapport med hjem. Hun fortæller mig, at stedet ikke er et spillested, og at de med ganske få midler prøver på at skabe en ramme for forsøg og processer til udvikling. Jeg spørger om jeg må tage en med ind, (med henblik på at tage den med hjem bagefter) hvor hun siger, at det ville være usundt at tage den med ind i rummet og læse i den der. Jeg blev lidt flov over at spørge ind, det var lidt misforstået... jeg havde ikke tænkt andet end at modtage hendes invitation ved at bekræfte det ved at spørge om jeg måtte tage en. (tanker om situationen)

Jeg sætter mine personlige ejendele ud i garderoben inden introduktionen.

Observation af Workshop MHS træning (egne noter)

7 deltagere til torsdag d. 26.2.15 kl. 8.00

Vi får alle en kort introduktion ude i foyer'en, hvor Øyvind, en af forsøgsstationens ledere fortæller, at vi samlet går ind og finder os et sted i rummet på de udlagte måtter og sætter os med ansigtet placeret mod væggen. Jeg får at vide, at jeg kan sidde på en af de anbragte stole, som er placeret ude i hjørnet, og at jeg i den efterfølgende seance, hvor der bliver spillet høj musik, er velkommen til at trække mig ned i den anden side af rummet.

Han fortæller, at når meditationen starter, vil der være en klokke der ringer og det samme sker 20 minutter efter, hvor meditationen er slut, når klokken lyder. En måde at vende tilbage i rummet på er ved at vende sin opmærksomhed mod sine sanser og det fysiske ved at undersøge det underlag man sidder på f.eks.

En af deltagerne spurgte, om vi ikke skulle sætte vores vandflasker uden fra rummet. Jeg fik ikke lige præsenteret min rolle som observant. De to ledere vidste om min rolle, men deltagerne kendte ikke til min baggrund. Det havde jeg ikke overvejet og fået forberedt.

Rummet/rammen/aktiviteten

Rummet, forsøget foregår i, er mørklagt, med et enkelt stearinlys og duften af røgelse. Rummet er kvadratisk med et stort, aflangt scenegulv, som er belagt med et glaseret trægulv, og ude langs den ene side modsat udgangen er der mulighed for at sidde og observere på et felt, der er uden for træningsfeltet, og lige bagved er der en scene markeret med et scenetæppe på et niveau, der ligger en meter højere oppe og kan betrædes ved at tage en trappe til venstre i rummet i det observerende felt.

De sætter sig alle sammen i skrædderstilling og klokken ringer. Efter 20 min. ringer klokken igen, og de rejser sig tavst op og stiller sig i en rundkreds, hvorefter der bliver tændt for musikken med afrikanske trommer og Hoppedansen starter.

Hoppet

Subjekt

De begynder at bounce fra fødderne og 2 af deltagerne begynder at løfte fødderne fra gulvet. Nogen skifter mellem små hop på stedet, pludselig er der nogen, der hopper lidt højere og kroppen hopper med hoppebevægelsen og i takt med musikken i en rytme der er individuel. Nogen hop ser ud til at blive skudt op fra gulvet i et pludseligt hop og så skal kroppen ned igen og lave bounce-hop med begge fødder i jorden, hele kroppen hopper, cirklen bliver opløst da de står med lukkede øjne. Nogen begynder at svinge armene. En person stiller sig op mod væggen, en anden bliver grebet af hoppet igen, og begynder at ryste arme og lige som kaster noget ud igennem fingrene.

Fællesskabet/puls/melodi

Nu hopper de næsten alle sammen i samme takt, selv om de har lukkede øjne og at musikken er høj. Hovedet hopper med, arme begynder at hoppe med hænder bliver rystet, nu står de næsten alle sammen i lav bums tempo. Mens kroppen står stille og nærmest hopper. Fingre og hænder bliver afrystet, kroppen flytter sig lidt væk fra primær, stående hoppebevægelser har grebet nogen til at de er flyttet rundt i rummet, en anden står forsat på det samme sted. Dem der hopper højeste er de to kunstneriske ledere. En begynder at række armene op over hovedet, og pludselige er de alle i samme puls og rytme igen, det opstår på forunderlig vis. Musikken og trommen bliver virkelig særlig intensiverende, og med de afrikanske trommeslag sker der en kollektiv hoppende. Kroppene bliver grebet for nogen, og andre reagerer ved at stoppe og stå stille.

Mønstre/bevægelsen

En anden rækker armene op over hovedet og en anden begynder at hoppe ud i hoppet i forskellige mønstre og med armene med.

En står forsat på det samme sted, en begynder at hoppe med brystkassen, en begynder at hoppe med armene, der bliver gabet. Hoppene bliver små og intense. Hoppet er nu mere og mere i bevægelse med hele kroppen. En står stille og ser hovedet stå i en særlig central position, hvor kroppen står i relation til hovedet og fødder. For nogen er hoppet nu mere en bevægelse igennem hele kroppen. En anden hopper fra maven ned i buns og hæver armen i en kontrast. Mange begynder at stå lidt små opgivende hop på stedet...og pludselig giver de efter igen for de intensiverende afrikanske trommer...som langsomt dør ud..og til sidst forsvinder.

Nogle ånder ud ved et arhh.. og strækker armene og ben...De stiller sig alle i en ruddkreds med åbne øjne og en af lederne viser tavs yoga stræk som deltagerne laver efter..

Stemmen

Efter Yoga stræk går de i gang med den næste seance Stemme. De skal lægge måtter ud i en stjerneform på gulvet og gå sammen med en partner. Den ene skal lægge sig ned på mave og trække vejret ind igennem næsen og bliver instrueret i at puste ud igennem munden som skal laves som en stor mund.

Aktiviteten form/instruktion

Den oprejste partner starter med at stille sig ved fødderne af den liggende person og varme den liggende person op ved at bruge sine hænder på hele bagsiden af personen og berøre bagside med strøg fra fødder til hovedet.

To hænder på ryggraden. Vejrtrækning i samarbejde med den liggende partner og stor udånding bliver der præciseret af underviseren, og i samarbejde med partner. Hænderne bliver lagt på begge skuldre og ned langs siden, hen over balderne, hjælp til at løsne op i partners mave. Instruerer læreren og stor udånding. Indånding og udånding ned langs benene. Skiftevis masseres benene, to hænder på fødderne, indånding samtidigt med at en partner holder om den liggendes ankler, og løfter benene op fra gulvet ved at give vægten fra benene til den arbejdende partner. En tillid til at give slip i ben... og ryste benene.

Benene bliver lagt ned igen og der sluttes af ved at lægge hænderne på skuldreblade og langsomt gå væk fra den modtagende part, som bliver bedt om at rulle langsomt om på en af siderne for dernæst at komme op på alle fire og ned i hug med fødderne i gulvet, mens den anden partner står bagved, og sætter sig ved at tage fat om hofterne, så partneren får hjælp til langsomt at rulle op langs bevidsthed og hver ryghvirvel.

Partnerne bytter.

Og instruktionen gentages

Instruktion/kroppen

Instruktionen er direkte, anerkende igennem guidet kontakt til bevægelser og åndedræt med rolige bevægelser fra den givende partner. Rummet bliver nu udvidet til at alle stiller sig i en stor rundkreds og skal fokusere på et punkt ude i rummet og samtidig stå med parallelle fødder og med åndedrættet fokuserede på det punkt åndedrættet er rettet mod.

Stemmen bliver instrueret til en dyb maskulin, høj maskulin. Dyb feminin og høj feminin.

Og hun siger, at det ikke handler om skønsang, men mere er rettet mod en skuespillers praksis.

Den store cirkel bliver opløst og instruktøren går hen til klaveret, hvor alle blive bedt om at stille sig i en halvcirkel omkring, og jeg bliver inviteret ind i cirklen..

Nu bliver den individuelle træning sat i gang. Som den første er det Ellen som er danser. Hun vil gerne arbejde med en dyb maskulin stemme--og sætter i gang med et Åhhhhh ... samt fokus på retning af lyden i rummet. Stemmen bliver spændt helt op og der kommer host totalt igennem til sårbar klang og nedad i en lydåbning.. instruktøren siger, ikke være bange for at hoste, men prøv at holde ud at det kradsler i stemmen. Det åbner lyden.

Næste deltager bliver instrueret i at tænke fremad med sin stemme... til den næste som har sin førstegangs oplevelse her, får at vide af instruktøren at det ikke er sangtime...Deltageren siger, at han synes det er rimelig grænseoverskridende...og bliver på bedste vis inddraget i at det handler om at lave lyd, og instruktøren er meget anerkendende og intens i mødet med den som er på.. og give en støtte til at skabe tillid og åbne op for den pågældendes stemme.

Næste person er Karmen... Instruktøren siger, at hun kan se, at hun er danser, og kender til det at arbejde med dansere, og hun elsker at se, når de giver slip i brystkassen og trækker vejret hele vejen ned.

Billedet af dans, spring det samme med stemmen spring med stemmen åbner op for Karmens stemme, hun blive instrueret til at mærke fødderne mod gulvet...

Næste person er Morten

Instruktøren Høj maskulin stemme finder sin form meget hurtigt, når den får plads og tager sig selv ved at give slip "host hold energien med åbningen... at give sig hen til lyden og forfølge den, give slip "host" Hold energien ned ad til åbningen vil jeg spise fløde bagefter..

Så er det Sofie.. Hun vælger den høje feminine ...Ahhhhhhh

Næste person er Lotte. Høj Maskulin.. Ahhhh.. Klaveret skaber anslag for tonen som værende den givne ramme. Stemmen kaster sig ud i lyden, til åndedrættet giver slip og slipper op. former sig til selv på luften af kraften fra energien ud fra anslaget. Igen former stemmen sig med anslaget fra klaveret og naturlig på udåndingen, følger anerkendende med til der, hvor der er hul igennem,, intensiteten i kontakten vokser der mellem instruktør og person, og støtter op om lyden, der manifesterer sig mellem dem i dette rum...sanseligt ordløst ritual.

Jeg bliver spurgt om, hvad jeg havde observeret. Jeg fortæller, at jeg ser en parallel til de tre forskellige seancer, og der opstår et fænomen der, når det kaster sig ud i hoppet, sangen eller åndedræt for dernæst at undersøge får at komme derhen hvor det bliver en væren og hvor stemmen, hoppet og åndedrættet tager sig selv ud og derved opstår der et tidsløst klart fænomen i resonans, og kroppen bliver et med aktiviteten.

Bilag 4. Anden dag på Forsøgsstationen

Egne observationer som deltager i MHS træningen

Introduktion til MHS-rummet

Ved ankomsten til Forsøgsstationen mødes vi alle i foyeren, og går samlet ind i teatersalen og placerer os på de placerede måtter. Jeg vælger at placere mig et sted hvor jeg føler, der er plads til begge sider

Den første halve time vil der være en meditation, hvor vi skal sidde på gulvet vendt mod væggen.

Vi får at vide at der lyder en klokke når meditationen går i gang.

Når klokken lyder igen, skal vi vende tilbage til rummet, forklarer han, ved at sanse rummet, benene, den fysiske krop kan støtte os i at komme tilbage..

Meditationen

Klokken ringer og meditationen går i gang. Jeg får en meget pudsigt oplevelse af pludselig at se mig selv lidt udefra, da jeg dagen forinden jo har siddet og observeret den fuldstændig samme setting.

Det er ret underligt og jeg føler mig pludselig en smule mere ydmyg i situationen.

Det er lidt svært at få tankerne til ro, men jeg begynder at fokusere på min vejtrækning og det hjælper mig til at give slip i mine tanker.

Jeg oplever at tankerne fra at have været observatør til nu at sidde der er ganske anderledes, interessant og nærmeste som at se mig selv udefra, indtil jeg bliver OB's på min vejrtækning og giver slip i tankerne og bare lader mig modtage af et lys og energi, jeg føler løber igennem mig.

Mærker at min nakke er spændt, og prøver at give efter for min vejtrækning.

Efter en god stund prøver jeg at gøre mig åben for at modtage for nogen der er større end mig, det er lidt svært at få den følelse af energi til at strømme i mig. Der et eller andet, der blokerer for, at jeg kan give mig helt hen, fordi min opmærksomhed går både til det at være observant og på det at være deltager. Den slipper mere og mere, men mærker en særlig intensiv spænding, der nærmest er som en stivnet slange, der gerne vil genvinde sin hvirvelløshed, prøver at trække vejret ned i det for at give mere slip... Men når da til at slappe lidt af og give slip på noget af mit tankegods.

Klokken lyder jeg orienterer mig i rum og kroppen.

Hoppet

Næste time er den afrikanske hoppe ting... har set frem til de højere afrikanske trommer sætter i gang.. Jeg leder lidt efter at finde en placering i rummet der gør mig tryk...

Jeg stiller mig i cirklen og orientere mig for at placere mig et trygt sted. Det irriterer mig lidt, at der

er en person, der ikke står i cirklen men har placeret sig i midten. Jeg stiller mig ved siden af en dame jeg kender lidt fra før, og på den anden side står der en mand. Der er en, der står midt i cirklen, det virker lidt forstyrrende på min krop, og jeg er lidt udfordret til at placere mig i forhold til personen. Men jeg finder fred med min placering og begynder ganske langsomt at bounce. Helt nede fra fødderne af, det tager lidt tid før jeg lige som finder ind i det og mærker, at jeg begynder at give lidt slip i min vejtrækning og at jeg med de små bounce mærker resonans i mine noget anspændte skulderområder... vidste ikke jeg havde så mange spændinger der. Det får mig til at begynde at små hoppe, fordi det ligesom løsner op i de blokeringer, der sidder der..

Jeg flytter mig lidt for at stå et sted, hvor min krop føler sig tryk, før jeg lukker øjne.

Så sætter musikken i gang, og jeg begynder ganske langsomt at hoppe let. Det er et godt anslag fra de meget intense trommer og min krop kaster sig ind i den takt og har lyst til at give den gas.

Kroppen mærkes pludselig med steder, jeg ikke havde lagt mærke til før på den måde med spændinger i mine skuldre, og det føles befriende at hoppe for at løsne op for denne spænding. Og ved at min vejtrækning giver slip i det dejlige ved at hoppe, kan dog mærke at jeg efter et stykke tid skal på toilettet, da mine organer pludseligt bliver bevæget på en lidt uvant måde. Jeg er lidt bange for at forlade rummet for at virke forstyrrende, men må give efter for det...

Mærker min mave hoppe med selvom jeg lige har tisset. Efter tyve minutter bliver jeg nødt til at give efter for et besøg på toilet og vender tilbage.

Da jeg kommer tilbage mærker jeg lidt modstand på at komme ind i bevægelse igen, men får mig kastet ind i den, og hopper til den intensive tromme, og da jeg ind imellem åbner øjnene, undrer det mig at jeg hele tiden hopper hen imod den mand der står ved siden af mig, uden at jeg på nogen måde er bevidst om det, og jeg stiller mig tilbage til min plet, lukker øjnene og kaster mig ind i hoppet, der nu er blevet en mere og mere kendt form for min krop. Da jeg åbner øjnene igen, er min krop endnu engang hoppet hen imod det hjørne hvor denne mand står..

Det bliver lidt små pinligt for mig, at jeg ikke helt har kontrol over min krops bevægelser og meget underlig fornemmelse at tro et med hovedet og at kroppen så faktisk har bevæget sig et helt andet sted hen. Der mærker jeg lidt modstand, men så giver jeg efter på at ryste armene og hovedet og give den gas. Stiller mig i bund og ryster det ud af kroppen. Min krop har søgt lidt rundt i rummet, og selv om jeg troede jeg stod på samme sted, opdager jeg hver gang jeg åbner øjnene, at min krop har vendt sig 90 grader ind mod væggen og herimod en mandlig person der står til højre for mig i cirklen efter at have rettet mig selv tilbage, går der ganske få minutter før min krop igen har søgt mod det samme hjørne. Musikken bliver skruet ned og hoppefesten er slut. Overrasket over at der allerede er gået 40 min. Jeg bliver faktisk overrasket over at musikken langsomt dør ud og der

allerede er gået 40 min.. synes det super dejligt at bevæge mig ind i denne hoppedans, hvor min krop bliver vækket på alle leder og kanter..

Udstræk

Vil stiller os i kredsen og laver nogle yoga stræk, hvor vi følger en person uden ord...

Vi strækker ud igennem nogle yoga stræk, der fører videre til den næste seance der handler om stemmen... Der bliver instrueret af en kvindelig stemmelærer, der også har været med igennem alle de andre ting. Vi bliver introduceret til at trække vejret ind igennem næsen og helt ned under navlen for at puste det ud igennem stor mund og finde et fokuspunkt vi skal ramme med vores åndedræt.

Vi får at vide, at vi skal vælge en partner, og jeg spørger hende jeg kender på forhånd da jeg synes det føles mest trygt med genkendelse, og fordi det også er en kvinde.

Efter vi har gjort det adskillige gange, tager vi nogle måtter frem og lægger dem i en stjerneform.

Bliver bedt om at gå sammen med en partner, den daglige ansvarlige leder tager mig for at introducere mig i øvelsen.

Der er en af de andre ledere, der nævner at hun gerne vil være sammen med mig, da hende jeg havde spurgt, er ny i det.. Så den kunstneriske leder bliver min partner, det gør mig lidt nervøs til at starte med, men det er enormt dejlig opvarmning med dette åndedrætsmassage og får rørt ved hele min krop. Jeg bliver helt afslappet. Lægger mig på maven og forsætter det stående åndedræt samtidig med hun varmer min krop op og ved hjælp af hendes hænder arbejder vi kroppen igennem med hjælp fra åndedrættet.

Efterfølgende er det så mig, der skal give hende massage, og mærker jeg bliver lidt usikker på, om jeg nu kan gøre det lige så godt. Jeg skaber kontakt til hende med mine hænder og lader dem på en måde guide af det der bliver instrueret af læreren. Jeg mærker, at nogle af de øvelser, hvor jeg skal tænke over hvordan jeg gør det bliver det en dualistisk kontakt hvor hendes krop bliver til noget jeg gør på frem for en måde at bevæge den på, og der tydeligvis en forskel, når jeg begynder at vil præstere, bliver mine bevægelser og hænder mere stive og hårde og mister sin blødhed og kontakt, frem for når min opmærksomhed er på kontakten og hendes krop, bliver de blødere.

Derefter kommer instruktøren rundt for at se om vi trækker vejret rigtig. Jeg nyder at være i dette her felt og min krop genkender denne arbejdsform meget godt på baggrund af 20 års erfaring med den slags metoder. Vi stiller også nu i rundkredsen hvor vi skal arbejde med denne åndedræts fornemmelse, og samtidig sætte lyd på og placere den i forhold til en fokusplet i rummet.

Jeg får at vide, at jeg skal åbne mine øjne op og sende energi ud igennem øjne og intension i stemme, der skal ramme et sted ude på den anden side af væggen. Jeg får at vide, at jeg skal sende energien ud af øjnene og rette nakken og give slip i brystet og give efter for lyden ud igennem stor mund.

Stemmen

Derefter over til klaver...Jeg mærker forskellen på min indstilling i energien og føler at jeg få fat i denne vækkelse af scenisk kraft. Og lyd og træning af den energi der handler om at holde liv og alle dele af kroppen selv i øjne..Efter en skiftende i denne centrering af stemmen stiller vi os hen til klaveret for at arbejde med de fire angivne stemmer... Jeg mærker, at jo nærmere de når hen imod mig, jo større bliver sommerfuglene i maven. Da det bliver min tur siger jeg højt, at jeg håber at sommerfuglene finder et andet sted at folde sig ud en i min mave..

Jeg har ved selv at sidde i den deltagende position mærket en yderligere ydmyghed i forhold til gårdsdagens observatørrolle. Jeg rejser mig op og får tildelt den høje maskuline der er på en ahhhhh lyd.. Det er som er springe ud fra tremetervippen, som uden at vide hvordan jeg helt lander...men jeg føler mig tryk nok på, at der er vand at springe ud i, og det samme at min stemme lander op ad en tryk gribende instruktør...der støtter min lyd til at lande ved udåndingen og den nye tone bliver instrueret i at sende energi ud igennem og bare går med det jeg kaster mig med min stemme ud i det, fordi det føles som at blive grebet, og der er rum for en risikovillig, hvor det ikke skal lyde på nogen bestemt måde, men at det handler om at lave lyd og finde åbningen i stemmen for at skabe resonans i sin klang. Det er en meget grænseoverskridende øvelse for stemmen, men ikke for mig som person i hovedet. Men kroppen bliver virkelig varm, og jeg mærker en virkelig god kontakt til jorden og til mit haleben, en kontakt jeg ikke har oplevet længe, det sitrer i hænder fødder og hele kroppen er blevet vækket... igennem hoppet, stemmen og modet til at stille sig op uden et defineret mål, men at undersøge stemmen kroppen og den resonans det giver ud fra de givne aktiviteter.

Kaste dig ud, for at undersøge, Og væren -en bevægelse mellem de tre stadier

Efter refleksion

Oplevelsen var meget fysisk, og jeg følte meget sommerfugle i maven da det blev min tur.. Men super interessant at oplevelsen hvordan stemme har forbindelse til resten af kroppen og hvordan jeg virkelig har mærket mine hænder citre og få jordforbindelse ved at stå der og synge på ohh maskulin, og blive intenst guidet igennem toner ved at fokusere på vejrtrækning, fokus på retning, mund lydens retning og så videre, og få fat i en tone og lyd der nærmeste syntes fremmede

for mig selv med så dyb en lyd...Mærkede jeg gav efter og gik 100 procent ind i det og sendte energi og intensitet ud igennem munden, super fedt at få fat i den energi igen og at få hjælp til at få fat i den og lidt en vrede i maven.

Følte mig lidt hudløs bagefter...

Instruktør

OB's på vores måde at sidde på kropslig, og at vi skulle være åbne mod den, der var på, og intet skulle være krydsende, da dette kunne virke intimiderende.

Bilag 5. Interview Dan Zahle.

0-3.23

B: Tak for at jeg må interviewe dig og først vil jeg høre, om du vil præsentere dig selv.

D: Jeg hedder Dan Zale og jeg skuespilleruddannet fra Århus teater og jeg blev færdig der i 95 og har arbejdet som skuespiller og musicalsanger, løbende derfra og har mit eget teater nu, hvor vi laver produktioner og ja, det er den korte udgave af mig i forhold til faget.

B; det her de næste 25 minutter kommer til at handle om fysisk træning i forbindelse med kunstnerisk træning i forhold til en kunstnerisk dimension.

B: og det første jeg godt kunne tænke mig at spørge dig om er hvorfor du ligesom valgte i sin tid at deltage i dette her projekt forsøg, den fysiske træning i forhold til den kunstneriske virksomhed?

Din motivation for at gå ind i det

D: Motivationen for mig tror jeg var, nu det et lille stykke tid siden, men jeg stod et sted i min karrier hvor at jeg havde brug for et nyt input og jeg vidste at det, de lavede her, var meget anderledes end det, jeg havde lavet før hen. Efter teaterskolen og så har jeg ikke den, der har deltaget i så forfærdelig mange workshops efter jeg er blevet færdig som skuespiller. Jjeg har lige som mere bare arbejdet, jeg har ikke rigtigt gået i efterskolen ting af forskellige ting og sager. Og det har jeg ikke rigtig gjort jeg lige som bare gået i arbejde og så har det igennem det. Så det her var lige som en kærkommen chance. Her kan jeg så arbejdet 14 dage i et lukket rum hvor der ikke er et resultat for enden men bare en undersøgelse. Og det havde jeg sindssygt meget brug for i forhold til det, jeg nørkler med i mit eget teater og liv.

Som jeg gerne vil leve og arbejde sammen., giver det mening.

B: Ja spændende.

D: ja spørg endelig ind.

B: Det rum du snakker om der, hvad er det for at rum, du søgte der.

3.23-8.03

D: Det ved for på forhånd...og vi man ikke taler samme sprog kan det være svært at forstå hinanden og for mig betyder skuespiller og fysik at jeg kaster mig ind i rollerne, meget fysisk ind når jeg arbejder og så ser jeg hvad der sker med min tekst og mig selv når jeg arbejder.. fysisk ekspressivt et eller andet. Fordi det kan jeg godt lide at springe bruge rummet til at være et eller andet større end mig selv.

Men denne her fysik, der blev talt om her handlet om nogle faste former om fx dette her suzuki træning og hoppe træning som vi også kommer, sådan nogle meget faste måder at gøre ting på, som jeg ikke har gjort så meget. Jeg har mere gjort det at som min krop har og gået med den, så det har

ikke være bevægelser jeg har lavet, hvor man holder kroppen på en bestemt måde. Og det blev først defineret sådan ca. en uge før, det vi skulle lave og der fik jeg faktisk kolde fødder fordi og fuck kan jeg nu overhovedet gå ind og honorere dette her. Fordi jeg har jo ikke lært systemer, det er jo ikke det, der er mig, jeg er mere en undersøge i nuet, hvad sker der når vi snakker, hvad sker der, når vi går på gulvet med en tekst..men derfor blev det ekstra spændende, for så var det lige som super spændende at kaste sig ud i disse her systemer og se hvad det kunne give, for det havde jeg ikke erfaret før og det gav så et kæmpe outfit.. på rigtig, rigtig mange punkter.

Men det var jo før rummet og før mødet med rummet overhovedet, i forhold til det, vi laver, så der var super man tanker om det og det første Ja var:

Her kommer der en mulighed for mig til at undersøge noget jeg ved jeg kan omsætte.

B:Hvad betyder kunsten for dig og kan du beskrive den seneste kunstneriske oplevelse du har haft

D: Kunsten for mig betyder personlig for mig, nu bliver jeg nødt til at spørge, i forhold til jeg laver eller er det når jeg kigger ud .

B:ja når du modtager kunst

D:Hvad betyder den for mig, hmmm det jo det der med.. det lidt sjovt... det har ændret fortegn, det gik fra, da jeg var yngre (jeg hiver det hen til at være skuespil)l til nogen som kunne spille godt og trykke den af på scenen. Men de sidste par år er jeg ved at kredse om, at når jeg føler jeg bliver set fra scenen, når jeg føler dem, der står der op har et blik ud mere end et blik ind.. Giver det mening. Den største scene seneste oplevelse var i Østtyskland i Berlin, hvor jeg var nede og se en monolog med en skuespiller der hedder Lars Eiding, som jeg synes er helt fabelagtigt til dette med at kigge ud og ikke være bange for at stå der og sige: Jeg ser dig, selv om jeg har disse 100 vis af ord, kan jeg sagtens se dig og hvis du gør noget, er jeg med på hvad du gør og hvis du har et problem, registrerer jeg det og det er det jeg føler han giver og den oplevelse synes jeg var helt unik.

8.03-10.32

Så kunsten handler om for mig at jeg før gerne ville ses på scenen min handler det om at jeg som publikum gerne vil ses fra scenen. Jeg synes det er ret skønt at blive iagttaget af spillerne på scenen og at det når man går ind i et rum og er sammen om at fortælle en historie det kan godt være det er banalt men det er blevet sådan et mantra for mig selv, ser de mig der oppe. Ikke fordi de skal sidde og klappe for mig ned i salen men er de opmærksomme på hvad jeg sidder og laver ned i salen Så det bliver sådan en total oplevelse for os alle sammen, både spiller og publikum.

B: hvad er det der gør i den måde han står og, hvordan rammer det dig hvad er det i hans fremtræden der gør at at du bliver påvirket på den måde du.

D: Det lige som hvis man er på dating eller gjorde sådan noget, først gang man mødes med en at blive set og opmærksom på hinanden denne ultimative tilstedeværelse, hvis den er der er der et godt møde i gang det er det jeg føler det kan de arbejder på en måde med stoffet så de kan at jeg får en værdi i rummet også, som tilskuer.

B:Hvordan mærker du det i din krop.

D:Jeg mærker jeg lige som har været lige så meget på, som dem og afkræver at vi er sammen om dette her og derfor bliver..vi er der sammen og bliver nødt til at være der sammen.

10.32-15.21

D:nød til at være tilstedet, den fjerde væk eksistere ikke for dem

.....

B:Hvordan bruger du din kunst i forhold til din kunstneriske dimension og hvordan bruger du din krop i dit arbejde?

D:Det der skræmte mig med denne her forsøg var den fuldendte skuespiller, der fra start, har det hele hvor jeg er sådan en der og hvad er det for et projekt jeg går ind i og jeg behøver ikke at være plus ti når jeg starter. Bare det at være uden at være færdig på forhånd

D:Den jeg fx skal i gang med nu som er en forestilling der hedder Kafka og hvordan jeg der griber fat om fysikken. Jeg er gået i gang med en træner der skal træne mig fysisk med at lave en abe krop. Tænker bare om det er brugbart i forhold til det du skal bruge det til for jeg skal have en krop der, der skal spille menneske der har glemt hvordan det har været at være abe og det vil sige at jeg har en revise af det at være abe i kroppen og derfor skal jeg være så megen abe i mig at jeg kan slippe det og være menneske. Så lige nu øver jeg mig i at kunne være fuldstændig abe.

B; Det givne rum du har deltaget i MHS, hvad skaber det for dig og hvad har det skabt fra dig?

D:Altså de intensive 14 dage.

B: ja og hvor du er med det nu?

D:Det har givet mig denne frihed i rummet, rummet har skabt et rum inde i mig alle de der rum man går ind i uden på og inden i, da av mig en mulighed for at komme tilbage til noget oprindeligt, hvor man kan sige at de rum du går ind i arbejdermed dig selv må godt... hvordan er det vi går ind i rummet hvad forventer rummet af mig og hvad forventer jeg er rummet var en ny oplevelse for mig. Det her rum skal lige som kunne hjælpe mig med det her og det her som forsøgs rummet kræver bare at her kan jeg få lov at være i og kræver jeg bare er.

15.21-20.10

Kræver at jeg bare er og det er ok at øve sig i noget, som går af helvede til for at sige det mildt, så længe du bare øver dig rigtigt ved at prøve og give sig selv lov til at gøre et eller andet,.

Det har givet mig en mulighed for at gå ind og lege helt uden forventninger helt uden, jeg har altid været vant til at gå ind i et rum, hvor jeg er vant til at sige at når jeg går ud af dette her rum så skal jeg være færdig med noget. Men det her rum har givet mig en mulighed for at... en mulighed for at være mig selv fuldt ud eller hvad jeg nu vil og gå derfra lidt rigere måske ikke rigere på at jeg nødvendigvis har øvet mig men mere på et andet punkt at det har sat nogle cirkler og energier i gang inden i mig der måske kommer til at handle om noget helt andet når jeg går ud af rummet det ved jeg ikke men det jeg har øvet mig på bliver lige som bare inde i rummet.

Det kan godt være det ikke har et specifikt resultat der, men det ved du ikke, men er det noget der har skabt resonans i forhold til din krop i verden?

D: Ja det har givet mig en resonans i en forhåbning om nogen ting som jeg i mit projekt var bange for at jeg ikke kunne lave på det konkrete fordi vi har arbejdet med dette her stemme træning og det skabte en plads inden i mig der handlede om at det projekt jeg ikke troede jeg kunne lave først tror jeg på at jeg kan lave nu. Fordi de ting vi har øvet os på derinde har åbnet nogle rum, vækket nogle energier i mig der gør art jeg kan forstå der jeg skal lave og det er jo sjovt, fordi det vi lavet der havde jo intet med projekt at gøre. Jeg skulle jo bare ting der foregik herover og så gik jeg ud og så kunne jeg mærke efterfølgende at nu er jeg parat til at lave denne her forestilling efterfølgende. Så hvad har det lige som skaber af resonans. Så der er nogen ting jeg har, kunne genkende i mig selv, eller der er nogen ting jeg har genfundet i mig selv som jeg lige som har følt jeg har mistet kontakten til og skabe en forbindelse eller der blev skabt en forbindelse. Selv om jeg havde sagt at det her er nok ikke for sådan noget men det at vi øvede og fandt et anker og en samhørighed i det rum i stemme eller hoppe..

Ja der er noget energi der bliver sat fri når man hopper, det lige som noget jeg oplever når vi står der og hopper ddt er sindssygt hårdt de første 10 min men så går man lige som ind i sådan en trance også hopper man bare..

B: hvordan mærker du det i kroppen

D: Jeg forsvinder nærmest u det mærker bare foden der rører gulvet og så hopper jeg og så slipper kroppen lige så stille og så tager, maven over og hopper for dig og det er ikke din fysisk der gør det for dig, det har bare lave sådan nogle åbninger for mig derhen ad

20.10-24.39

Det bare som om det giver mig noget frihed.

B: Den frihed som det rum i rammen skaber, hvad gør det i forhold til en kropslighed, som ikke har et specifikt mål, som hvis du træner i fitness.

Hvordan tror du det åbner op for et kreativt mindste eller kreativt, hvad er det for et rum det åbner op og ind til hvad der det for et felt????

B: Du snakker om nogle spejlinger som du også nævner indledningsvist

Skuespilleren i Berlin og dig rammen/formen og rummet inden i dig, stemmen er kroppen og kroppen er stemmen. Så der er nogle dimensioner af nogle spejlinger i nogle ting, det der magiske felt og fænomen.

Undersøger uden ord MHS set i forhold til din anden måde at gå til tingene på teknisk fysisk med aben fx

Om denne her resonans på nogen måde har givet dig resonans i det arbejde til gang.

D: i

24.39-31.42

Det skaber resonans og alligevel er det svært for di jeg jo også gå til de med 20 års erfaring og at jeg godt ved at det har et resultat og samtidig skal jeg prøve på at være fri i rammen, på trods af jeg godt ved det har et resultat. Og så går jeg efter øjeblikket og hvad er de jeg skal opnå med en abe karaktere.

D: Min forhåbning omkring det specifikke projekt jeg har gang i at det er i virkeligheden noget der kommer når vi spiller at den connect opstår der og kommer der at jeg tør stå og lukker op for publikum og tage dem ind, 100 procent og turde lade forestilling være et forsøg i lige så høj grad som noget af processen også vil være. For jeg har haft en tendes til at skulle lave resultat og ja selvfølge er der et resultat jeg kender mine ord og replikker og samtidig håber jeg at kunne omplacere mig selv i rummet og der kan i virkeligheden ske hvad som helst og der kan i virkeligheden ske hvad som helst.

Og jeg tror at det er det som denne her har lavet i mig med ene jer øver at have stået med nogle ting jeg også synes har været svære...og nu prøvet jeg så godt jeg kunne...og det var ok at prøve her og det vil jeg gerne føre ind i forestillingen og det jeg tror her er og håber og først noget der i virkeligheden rammer når vi først laver forestilling og kan bære det med ind for publikum.

B: Hvilken kropslig resonans har det givet dig med din krop i verden når du har gået herfra når du har gået fra en MHS træning ud i verden hvad er det for en kropsligt anker du vil definere.

D: Der er fane mange kick i at stå og havde gjort det, det var første gang jeg stiftet bekendtskab med det stemme træning i september og det at få lov til at stå og lave de der lyde er vildt angst

provo for sådan en som mig og hver gang jeg har gjort det , føler jeg mig som King of the World for indre åbnet op for den lyd.

Det berører nogle centre i mig som jeg ikke har rammer en masse sorg tilbageholdt åndedræt og fortrængning, det jo det sjove at der er en fast form hvor man skal stå og lave lyd og ud af denne faste form som jo bare er en øvelse kommer der lige så meget drama og varme ud af kroppen som vi jeg havde stået og tænkt og nu vil jeg med min karikeret det og det..så kommer det hele jo bare op i kroppen det hele sider jo i kroppen og det når vi står og laver en kæmpe lyd så kommer der jo i kontakt med alt det du har og har ikke råbt og skredet det har jo ligget og lærdet sig.

Og nogen manifisteret sig i stemmen og andre gange bare mærke i kroppen det er det der holder mig tilbage det er det der har gjort sådan og sådan.

Det med stemme skaber virkelig stor resonans for og det er jeg i gang med at undersøge videre og det må du meget gerne spørge mere ind til det er noget af det mest spændende.

Kroppen er stemmen,

B:tror du havde mærket din krop på samme måde hvis du ikke havde lavet hop inden?

D:Det et godt spørgsmål, fordi sidst jeg måtte sidde over sidst pga knæet, så der gik jeg fra meditation til sang og det var en anden oplevelse, den var ikke ringere men noget andet.

Det som om at det med hoppet det gør noget for gruppen og det at man er sammen når man med i og er sammen og mærker hinanden, hopper og stillesiddende enige om at det det vi gør og laver de her fysiske aktivister og det gør noget for en gruppe der, man meget hurtigt bliver trygge sammen kroppen slapper af. Med dem man står sammen med fordi vi har udøvet dette her i samme rum og tid.

B:Hvordan oplever det når du kommer ud fra rummet i verden

D: det svært men en frihed og åbenhed i kroppen, den kan gøre hvad som helst nu..nu har jeg kontakt til mig selv og jeg kan trække vejret jeg ville kunne gå ind i hvilken som helst situation og relation jeg er parat , det er en parathed det laver og det er noget der kan skabes i mange andre fysiske sammenhæng.

Men noget der først manifesterer sig lidt senere hen en form for livsstil, at det er en del af mig at trække vejret sammen med andre hoppe og lave stemme, og hvad det giver mig at noget det vil vise sig.

31.42-37.53

Opsamling

B; Rum og ramme det skaber for dig, mulighed for at skabe liv i dig inde i det rum. Og alvoren af dt styrker du det ved du ikke i nu i forhold til at transformere det over i det nuværende felt hvor du

arbejder med en rolle hvordan dette her indre rum kan transformeres over i det og ved en kropslig genkendelse eller erindring omkring det her.

Og det felt, nærvær som åbner for nye sider som holder liv i det at være menneske uden et specifikt mål og træner det at der er liv i os så længe vi lever vi er en stemme, undersøge.

Man arbejder stadigvæk selvom man har en profession og at man arbejder med essensen af et nærvær i sig selv, for at kunne give den samme oplevelse som du får når du sidder i Berlin modtager, noget fra en der måske arbejder på et nærvær...

D: Det jo det, hvad handler det om at skabe kunst at der er mange ting vi ikke ved for det handler om at trække vejret foran publikum og stille spørgsmål, og når man sætter ord på det bliver det hivet ned og hvor et svært at sige og forklare, fordi man ikke rigtig ved det. Og det kan man ikke rigtigt beskrive..

D: Det har noget helligt over sig som jeg gerne vil forene det med verden, et samspil med nutiden.

37.53

B: uden for dig et oplevelse af rummet inden i din iværksat sig?

D: Jeg har været syg optil og det havde været en hård tid og satte sig i kroppen og stemme, og en dag efter træning begyndte min krop at ryste og jeg begyndte at tud brølede... det var mange ting på engang i virkeligheden hvor det kroppen der fortalte du skal lytte indad, kroppen var sat i gang igen og havde aktiveret nogle felter som jeg havde passet på holdt åndedræt tilbage og været bange og lige pludselig ved at røre kroppen som det første, gjorde at kroppen så du må godt give det plads og stemme du behøver ikke formulere det men en stil seance du må godt give det videre til din kunst til hvad fanden du vil og derfor blev dette her rum særligt speciale for mig det gav mig ro til at finde ind til ny dimension fordi jeg kigget indad på min angst

Bilag 6. Interview med Ellen Kilsgaard

Motivation for at deltage i forsøget?

E: først og fremmest var det Lotte der sagde vi har det her forsøg og jeg vil være en af deltagerne og det sagde jeg jo fordi en rigtig stor del af mit arbejde er baseret i fysisk træning og fordi at kroppen er en kilde til inspiration og materiale. Som er udtømmelig og som bliver ved med at være undersøge og opdage igennem og det er ret ekstensive for mit arbejde med dansen.

At improvisation har den denne undersøgende tilgang, til hvad den kropslige opmærksomhed præsenterer for en af både tanker, følelser og billeder fungere. Tanker om hvem jeg er og hvem du er og hvordan vi er sammen.

Hvad der er hvordan de kropslig sansninger kan få en form et æstetisk udtryk det er basalt det mit arbejde går ud på, så da Lotte spørger om jeg vil med i sådan en undersøgelse er det det jeg selv gøre mit eget arbejde.

Og så ved jeg at Lotte og Øyvind kommer fra en lidt anderledes vinkel end jeg selv gør, jeg kommer fra dansen de kommer fra der

T mere dramatiske. Teateret med en fysisk baggrund der er lige som nogle mødepunkter, men og forskelligheder og det synes jeg er rart interessant...dybt suk...og spejle sig i noget som det kan give noget interessant.

B:Er det primært det som er din motivation?

E: de tilbød det som et arbejde med to Ugers undersøgelse og der var også løn det betød noget fordi det var hele dagen i to uger og derfor at det kan blive muligt, men det selvfølgelig aldrig kun derfor, for havde det været noget jeg overhovedet ikke syntes om havde jeg selvfølgelig sagt nej.

E: det var dette med at komme sammen med nogen i et felt og arbejde sammen, til forskel for bare at lave mit eget der kommer altid noget andet på bordet, når der er andre kroppe og hoveder og baggrunden.

B: men motivation var primært at der var noget økonomisk?

E:ja noget økonomi og noget der er rigtigt interessant og vigtigt for mig selv i mit eget arbejde at det at kunne gå i dialog med nogen der er forskellige for mig selv. Den skæring der var interessant.

B:hvad betyder kunsten for dig og hvordan oplever du kroppen i kunsten?

Når du er modtager? Din sidste oplevelse. Hvordan oplever du fysisk tilstedeværelse i kunsten?

E: Det sidste jeg oplevede var en Forestilling der hed " May I speak about Dance" som er en

danseforestilling, dom fortæller og bevæger sig samtidig, performance lektur? Og jeg tror at nu er det den kunstneriske oplevelse, når den berører tror jeg det har noget med tid at gøre.

Oplevelsen af tid, på en eller anden måde bliver ophævet, men kommer ind i sådan et andet tidsrum, men ikke tænker på er tiden gået eller hvirvlens tid er der gået men at der er noget med nærværet i kroppen der gør Ja det jo det der ned nuet, at nuet udvider sig og der er noget med I i tilstedeværelse i tid der på en måde opmærksomhed er rette mod det der sket lige nu, som jeg føler er en meget kropslig ting.

B: kan du give et eks på hvad han gjorde, du kunne mærke at der var fysisk tilstedeværelse der?

E: ja han havde noget med en lille sekvens hvor han havde humor i bevægelsen der det kan ikke gøre med mindre han er tilstede, noget med at lege med timingen i bevægelserne.

E:helt særligt sjovt og fint og et sted mod slutning hvor han aksel, med energi udladning hvor han bygger op og (hun puster sig op og betoner med dybt stemme og krop) han hæver tempo om intensitet og da det var færdig tænker jeg det var nærmest en rejse at komme ind i hans energi..

Der var der lige som han presser ud og højnet lige som en person der bliver vred(sætter lyd på igen da da....) den der energi.

B :hvordan bruger du din krop i din kunstneriske dimension ?

E: der flere lag i det den ene er at færdighed at kunne smidighed og styrke, og fysiske stamme er færdighed.

Og så er der et lag dom er rigtig vigtig, den handler om lytte til alle de signaler og stemninger der kommer frem i kroppen og lige som lade det stige frem og så gå lidt med. Ikke noget som jeg med min vilje kan sige nu vil jeg sådan og sådan, men kræver at jeg set hvor er kroppen hvad sker der, mærk hvad der kommer op også forstørre det og gå med, på en. Måde en dialog med kroppen. Som om det er mig men også som om det er noget andet en ressourcer af materiale.

Så der er noget lidt paradoksalt felt i at nogen gange producere noget, og så gå med det?

Undersøge og går med der lige som to strategier?

B:hvordan tænker du at dit nærvær har en refleksion i din kunst eller hvornår op lever du at du har det?

E: jeg tænker at det er et rum, som ikke logisk som ikke har sprog, som ikke altid er nyt et rum som altid er nyt et rum men ikke kan holde fast i, et rum som er, flygtigt bølge lidt op og ned, komme og gå lige som hengive sig til at man ikke ved hvordan det er og at der er et nærvær at der lige som er et nærvær der, fordi det er nyt og uden for sprog og planlægning.

Så det er noget med der åbner noget radikalt frisk som rummer en ting en oplevelse af et få verden til sig nu.

B: det kommer vi lige som lidt tilbage til, nu vil jeg lige som gå videre til de rum som var på seminariet MHS træning, hvad skabte det for dig?

E:skal jeg bare at fortælle dem igennem dele af hvad der sker: du gør hvad der ligger naturligt for dig.

E:meditations delen ligger jeg rigtig meget mærke til at give kroppen tid og lade den blive dom være. Så har kroppen på en eller anden måde en fantastisk måde at finde en balance, en vågen afspændthed. På en eller anden måde er det noget for mig dom min krop hele tiden prøver at søge en vågen afspændthed og der er det meget tydeligt at når jeg kommer ind pisker, det hele rundt bla.....og så falder det lige sandet lige som til bunds når vandet lige som er stille. Og det giver lige som en base, når man ikke lytter ind til alt muligt fnidder.

Men et mere, stabilt sted i kroppen, hvor man er afspændt og rolig.

Også kommet hoppende.

15.43

Der er det rigtig interessant at mærke hvordan jeg kan generer energi, jeg kan mærke når jeg går ind i denne her hop, bunsning så på et tidspunkt når jeg observere, får jeg på et tidspunkt lyst til at hoppen...og det synes jeg er rigtig interessant at der lige som på et tid "desire" energi.

Bevæge mig til bevægelse, særligt igennem rygsøjlen at arbejde med retning op ad og nedad i mod jorden mellem benene og op på en eller anden måde mærke at energien åbner dig...og er spændende at observere og arbejde med.

Og en lille vibration den rystelse der er i organerne, musklerne og huden. Som på en eller anden måde løsner op eller frigøre noget. Også der ting der også er rigtig brugbart, det der med..ohhh nu gider jeg ikke.

(Modstand)

E:til at vende tilbage hvad sker der lige som nu og hvad sker der nu fordi man gør det samme og samme, kræver det man holder øje ned detaljer for at jeg ikke går død i det. Nej nu gider jeg ikke at stå og hoppe mere til at nej. Hvad er det nu med min ben, nu bliver jeg lige som varm, nu gå jeg med og følger de bølger.

Og det synes jeg lige som er en disciplin og kunne følge detaljer i energi niveauet og steder så bliver jeg måske lidt øm her og der.

B: altså gå på opdagelse i den enkelte bevægelse.!

E:og nogen gange er det lettere fordi den er så enkelt. Kræver det endnu mere opmærksomhed på detaljer for der kan jeg ikke flytte mig væk fra. Eller gå i gang med noget andet...det kræver at

undersøge og Nu og Nu.....

B:har det så åbnet op for noget nyt.

E:nyt, en genopdagelse eller træning i det at træne det for mig der er at træne. At denne konstante tilbagesending hvad sker der og hvaD sker der.?i modsætning til at presse nu skal du det der. Eller nu gælder det om i modsætning til at vilje mig igennem noget så lytte mig igennem noget.

Lytte til hvad kroppen fortæller, for der synes jeg er en vigtig træning for det er sådan meget forenklet i denne der Hoppe sekvens.

Stemmen har for neget været, for jeg har ikke prøvet den stemme træning før og været en fantastisk åbning for mig stemmen, er jo kroppen.

20.17-

,20.23

E:det er jo vores krop og mærke at når man taler og laver lyd vibere kroppen og lyden er en kropslig dimension og når jeg. Kommer ind i det der stemme træning bliver det mere og mere kropsligt og opmærksom på at lytte til det der sker i stemmen på samme måde som at lytte til andre signaler i kroppen så det samme sted Vibeke, det samme sted man producere noget

Og så høre man noget i det...jeg styre ikke stemmen hele vejen, men sætter noget irtgang også høre jeg, hvordan runger det og lige som når man er inde i en tunnels eller et kirke rum hvordan runger det når man siger uhu....så kan man høre hvordan lyden bliver kaste rundt i et rum...

Og på den samme måde oplevelse det lidt at opleve kroppen...helt vildt fedt og rigtig interessant at blive ved , når tingene falder lidt til ro og observere detalje og den der rystelse og vibrationer der sker i hoppene og det der lige som forbereder den opmærksomhed på hvordan stemmen i hvordan stemmen vibrere i det fysiske. Jeg har tænkt...at hvis jeg kunne danse på samme måde..

Altså producere noget der lige dom har en klang i rummet og jeg lige som kunne lytte til den klang ud i rummet på samme måde. Der er en meget interessant.

B: hvilke resonans har og har du erfaret det har givet en resonans i noget af det arbejde du laver?

E:ja i stemme som har en lidt anden vinkel men at de føder hinanden i lige som taget hul på noget og der har jeg kunne mærke, meget konkret her for nydelig undervisning af nogle små børn, og de var urolige og trætte og jeg ved ikke hvad det var der skete, men der connet jeg til kroppen og sænket stemme ned til de maskulin registrere og sagde det havde lige som en effekt i forhold til (hun giver et blødt udtryk ok kom så) og (ekskl. med dyb stemme) alle børn .

Der var en forskel i kommunikationen, så den forskel kan jeg også blive sat ind i et værk også det har jeg bare ikke haft mulighed for eller lejlighed til indtil videre. Og opleve det når jeg står med en gruppe.

B: så det jo også nyt. At få den con centen med kroppen.

E: ja det helt klart også nyt at indikation og lyst til og jeg har lige som i 20 år haft lyst til dette , men lige som aldrig fundet en træning eller metode som har. Så man kan godt sige at endelig fundet et en vej til dets man kan godt sige at det er nyt for mig at blive meget mere opmærksom på. At hvordan stemme Vibrere og hvordan stemme er en integreret del af dansen. Så det er rigtig meget dans , hvor der ingen lyd kommet ud af munden og det er i virkelighed faktisk mærkeligt. Fordi jeg føler Der bliver mere helhed i dansen, når stemmen også er med.

B:har du oplevet en resonans i andre sammenhæng. På scenen eller i undervisningen, som MHS rummet ekspanderet i et andet rum. Naboen i forhold til barnet.

E: det sociale rum, er det det du tænker på?

B : eller en bevidsthed omkring det felt !

E:det kan jeg ikke lige, men jeg ved at jo mere jeg gør det jo mere lyst får jeg til at gøre det og gøre mere med det i forhold til skabe mere på scene. Det er ide stimulerende, .

Men det sociale rum jeg kan ikke lige som pege på en ting, men ...men jeg kan godt mærke at efter jeg var med i forsøget at det tager fat i nogle følelser sådan lidt mere privat. Og ligesom kan ikke sige præcis hvad. Men det sætter lige som gang i noget..

B:deltager du i det nu, nej men jeg har ikke haft tid men har et arbejde. Og kan desværre ikke komme hver gang.

E: jeg ved ikke om det er interessant for dig men jeg var ned i efteråret også har jeg ikke været med før seminaret og så kom jeg tilbage efter tre måneder en mandag morgen inden seminariet.

Også tænkte jeg hold da op det var da utroligt er det nu langt væk, men det var det ikke det var dom om nu var der lige som om sket noget, mens jeg ikke havde gjort det der var lige dom lidt mere hul igennem følte jeg og det var meget interessant. For når man lige dom har sat i gang en proces er betydning fuldt og som ikke er overfladisk arbejder det videre og har en effekt lang tid efter.

B:kan du nævne hvad er det for elementer MHS har i sig kropslig som du tror det har den effekt.?

E:det er noget med at man i rimelig lang tid tillader dig at man uden at skulle alt muligt, og præsentere noget men bare tillader dig at være og lægge mærke til din krop på forskellige måder. Både i ro og i vibration og gentagelsen, bliver guide tilbage til man kan ikke lige pludselig " escape" eller ligge dig ned...fordi der er det at nar bliver båret ind i denne neget enkle struktur. Som giver mulighed fir sat lægge mærke til hvad der sker i kroppen på forskellige planer.

Både i følelser og Energien og afspænding og spænding.

Hvor et jeg i forhold til de andre i forhold rumme og det indre rum og ydre rum.

Så tiden, at lægge mærke til hvad er der, hvordan vil jeg gerne ha det skal være der og hvad skal der til. Eller og den proces med nu bliver jeg træt nu går jeg tilbage til hele.

For mig har det været det med hopning at kultivere mig selv.

B: så det giver en cirkulær proces i forhold til hoved og krop.! Og spille sammen

E: ja og lige som gå i dialog hele den tid til at lytte ind til stemmen og hele der hen til stemmen det bliver et klangrum.

33.54

Faktisk vigtige klangudtryk.

B:hvad ligger der i dette klang udtryk er det kontrolleret eller ukontrolleret?

E:det er både kontrolleret og ukontrolleret rum...lige præcis det der er interessant. Jeg mener st træning giver,...nemlig at kontrollere og slippe på en gang.

B:kan det sammenlignes med det du gjorde over for Børne da du sagde "Alle børn

E: at sætte noget gang og se hvad er feed backen så.

B:give noget stemme og så se hvilken resonans og være til stede i det der er?

E. Ja og det princip er ret tydeligt når vi får stemmen på efter så lang tids skabe indre rum øvelse i kroppen og så bruge det klangrum til en form og et udtryk...og lige præcis det for mig som danser har brug for og dansen skal bære præcis på, sammen måde dom et klang rum fir bevægelsen.

B; så det er det felt den kunstneriske dimension kan træne i det fysiske rum og så bliver det modtaget med kroppen!

E: ja når der er en vibration med og i den krop der afsender kan man ikke undgå at modtage undgå at modtage.

B:var det også det du oplevede indledningsvis da du fortalte om den danse Forestilling du havde set?

E: ja det hvor der er en bygger op sker noget i hans krop og det faktisk finder sted kan det ikke undgås at finde sted i mig også. Som publikum. Der er noget ned det at spejle hinanden at MSN spejler hinanden og hvis den performer der er på scene ikke eller afsender ikke har noget er der helt urealistisk at modtage det, fordi jo kroppen jo gør sådan og hvis den der så afsender. Er lidt halv lukket. Og selv om man ikke bruger stemme vil MSN opleve om der er stemme i det selv om man ikke bruger den, og der er stemme i dans..hvis dansen kommunikerer er der lige som stemme i den.

Bilag 7. Interviewguide til "fysisk træning i set i forhold til den kunstneriske dimension".

Det konkrete forsøg:

Lokalitet workshop "Forsøgsstation som laboratorie"

Hvorfor har du valgt at deltage i dette forsøg og hvad er din motivation?"

Personligt

Hvad betyder kunsten for dig personligt og kan du beskrive din sidste kunstneriske oplevelse.?

Fagligt

Hvordan bruger du din krop i forhold til din kunstneriske profession??"

Givne MHS(rum i rummet)

Aktiviteten/Øvelsen MHS

Hvad er det for et bevægelses "rum" MHS skaber for dig

Hvilke erfaringer og oplevelser har det givet dig?

Modstand

Og hvad tror du modstanden handler om?

Hvordan forstår du selv modstand?

Rammen

Hvilken betydning har det for dig med de andres tilstedeværelse i rummet?

Hvad betyder det for din kropslige tilstedeværelse og kreative udfoldelse i den givne ramme?

Hvilken indflydelse har det på dig at blive observeret, i din fysiske oplevelse af bevægelsen?

Fænomen/felt

Den kunstneriske dimension set i forhold til fysisk træning? som fænomen.

Hvad er det for et felt/fænomen og hvad er dets effekt i forhold til kroperkendelse

Har du nogen erfaringer i det at arbejde med kroppen, når der ikke er et specifikt mål?

Og hvordan oplever du at træne din krop i relation til din kreativitet?

Cirkulær proces

Effekt Hvilken tilbagemelding har du fået fra kollager, familie, dine relationer uden for rummet.

Din kropslige bevidsthed i forhold til at møde andre, hvad er det for en læring, det har givet dig?

Hvilke resonans oplever du det giver dig at arbejde med din krop i forhold til din kreativitet.?

ⁱ MHS træning (forkortelse af Meditation, hop og stemme træning)