

OD RÚK K CELÉMU TELU**Husserlovo dvojité pociťovanie v myslení a v skúsenosti**

MÓNICA E. ALARCÓN DÁVILA, Universidad San Francisco de Quito, Ecuador

ALARCÓN DÁVILA, M. E.: From Hands to the Whole of the Body. Husserl's Double Sensation in Thinking and Experience
FILOZOFIA 68, 2013, No 5, p. 358

Like other philosophical theories Husserl's phenomenology can also be studied and interpreted. However, besides the scientific work there is also an "experimental" aspect of his phenomenology, which is visible in his descriptions and working procedures. The paper deals from the theoretical and practical perspectives with the self-constitution of the body in Husserl's double sensation.

Keywords: Phenomenology – Practice – Constitution of the body – Double sensation – General experience/individual experience

Fenomenológia sa má podľa Husserla „[...] riadiť *vecami samými*, [...] skúmať ich v ich samodanosti a odstraňovať všetky veciam cudzie predsudky“ (Hua III, 42). Napriek tejto blízkosti k veciam samým fenomenológia je a zostáva teóriou skúsenosti, ktorá sa od skúsenosti ako takej odlišuje a ktorá požaduje jazykové vyjadrenie (väčšinou) nejazykových fenoménov. Tento rozdiel však nevylučuje vzájomné podmieňovanie teórie a skúsenosti. Naopak, pre fenomenológiu zostáva jednou z najdôležitejších úloh vyjasnenie komplexného prelínania a prechodov medzi myslením a konaním (porov. Depraz 2009; Elberfeld 2007; Kojima (ed.) 1989; Hamrick (ed.) 1985; Petersen 1964).

Husserlovu fenomenológiu možno študovať a interpretovať tak ako iné filozofické teórie. No popri vedeckej práci s textmi má jeho fenomenológia aj „experimentálnu“ dimenziu, ktorá sa zviditeľňuje v jeho opisoch a v jeho pracovných metódach, ako sú, medzi inými, transcendentálna epoché, eidetická variácia, redukcia a evidencia. Čitateľ/ka Husserla dostáva opisy fenoménov, ktoré možno pokladať za malé experimenty zviditeľňujúce to, čo je na našej skúsenosti samozrejmé, a možno aj to, čo je na nej nesamozrejmé.¹ Husserlovo otvorené a „experimentálne“ myslenie sa ukazuje v rôznych podobách jeho fenomenológie, ktorá neustále prekonáva seba samu a svoju pozíciu musí obhajovať pri spracovávaní nepredvídaných, takmer protirečivých tém.

Dobrym príkladom je problém konštitúcie tela v Husserlovej transcendentálnej fenomenológii: transcendentálny subjekt je mysliteľný iba ako stelesnený subjekt. V tomto článku sa budeme tak teoreticky, ako aj prakticky zaoberať témou (seba)konštitúcie tela

¹ Husserlove opisy a experimenty vytvárajú umelé situácie, ktoré prerušujú dôverne známy priebeh skúsenosti a ktoré sa mu odcudzujú. Až v tomto medzипriestore sa javia fenomény. Vo fenomenológii preto nejde o skúsenosť ako takú, ale o *reflektovanú* skúsenosť.

u Husserla.² Začneme uvedením do témy a na konci vyzveme čitateľov a čitateľky, aby si našli čas na malý experiment a opísali svoje skúsenosti.³

Problém konštitúcie tela. Transcendentálny subjekt je pre Husserla nevyhnutne stelesneným subjektom. Husserlove úvahy o konštitúcii tela úzko súvisia s jeho analýzami konštitúcie priestoru a kinestetického systému (porov. Claesges 1964). Na podrobnejšiu analýzu tejto témy tu nie je miesto (pozri Alarcón 2009, 143-183). Poukážeme však na problém, ktorý priviedol Husserla k tomu, aby o tele uvažoval nielen ako o niečom konštituovanom, ale aj ako o podmienke konštituovania. Naše vedomie sa vďaka telu nachádza v kinesteticky konštituovanom priestore. To znamená, že na to, aby mohlo mať skúsenosť priestorovosti, musí byť telo samo ako útvar určitým spôsobom situované. Okrem toho kinestetický systém predpokladá telo ako orgán vnímania, ktorý sa môže voľne pohybovať.⁴

„Odhladnuc od práve naznačených problémov, vôbec sme nezohľadnili telo, ktoré je predsa takisto, i keď len parciálne, javiacou sa vecou. Počínali sme si tak, ako keby Ja bolo duchom, ktorý má oči, netelesným duchom, ktorý má o veciach koniec-koncov presne tie isté postupnosti javov ako my a aj tie isté kinestetické skupiny pocitov“ (Hua XVI, 279-280).

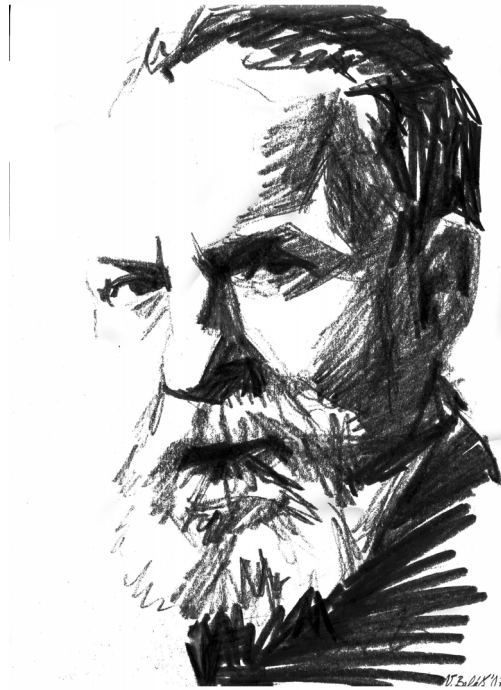
Tematizovanie tela v Husserlovej transcendentálnej fenomenológii kladie tejto fenomenológii nasledujúce otázky: V akom zmysle patrí telo do časopriestorového sveta a do akej miery je telo konštituované transcendentálnym subjektom tak ako iné priestorové veci? Ak transcendentálne Ja poznáva samo seba ako stelesnené Ja, ako individualizované vedomie potom patrí do systému, ktorý nie je ním konštituovaný, ale na ktorom sa

² Zatiaľ čo vo fenomenológii sa rozlišuje medzi prežívaným telom (*Leib*) a telom ako fyzickou vecou (*Körper*), vo vedách o divadle a tanci sa hovorí výlučne o tele ako fyzickej veci. V tomto článku sa (v pôvodnej nemeckej verzii – pozn. prekl.) používa Husserlov pojem „*Leibkörper*“. Tento pojem má vyjadrovať dvojité realitu tela, ktorá predpokladá pôvodnú jednotu tela ako *res extensa* a tela ako „vnímaného subjektívneho prežívania“.

³ V roku 2010 (6. – 9. októbra) ma prof. Dr. Rolf Elberfeld pozval na konferenciu s názvom „*Die Leib-Körper Unterscheidung in Philosophie, Kulturwissenschaften und Künsten*“ na univerzite v Hildesheime, aby som k tejto téme urobila *performatívnu prednášku*. Počas performancie som sa chcela zaoberať rozdielom medzi *Leib* a *Körper* u Husserla a chcela som tento rozdiel opísať pri pohybe. Zlyhala som. Hoci som Husserlovu teóriu dobre poznala, nebola som schopná tento rozdiel počas pohybu „nájsť“. Nenašla som *Körper*, ale iba *Leib*. Po tejto skúsenosti som navrhla prakticko-teoretický workshop k tejto téme. Na rozdiel od vedeckej štúdie, v ktorej obhajujem svoju pozíciu alebo teóriu prostredníctvom argumentov, tento workshop mal otvorenú štruktúru. Išlo tu skôr o to, vytrvať pri skúsenosti veci, tela, a opakovane zakúšať, objavovať, myslieť. Nechať sa prekvapiť a zdieľať svoju skúsenosť s inými – to sú dôležité súčasti tejto práce. V roku 2012 sme spolu s Prof. Dr. Elberfeldom zorganizovali na univerzite v Hildesheime teoreticko-praktický seminár o rozdieloch medzi *Leib* a *Körper* u Husserla. Študenti potom napísali prácu na túto tému. Tento článok vychádza zo skúseností tohto seminára.

⁴ Pojem kinestézy obsahuje dva momenty nášho vnímania: pohyb (*kinesis*) a pociťovanie (*aisthesis*). Kinestetické pocity sú „pohybovými pocitmi“. Kinestetický systém je systém možných subjektívnych pohybov. Telo ako voľne sa pohybujúci zmyslový orgán je pri každom vnímaní spoluprirodné (Hua IV, 56).

podieľa: do sveta (porov. Dos Reis Piedade 2002; Staudigl 2003). Vďaka dvojitému pociťovaniu sa Husserlovi podarilo zosúladiť jeho transcendentálnu fenomenológiu s fenomenológiou telesnosti (porov. Claesges 1964). Pri dvojitom pociťovaní ide o možnosť, že odlišné časti tela (čiastkové polia) sa môžu vzájomne dotýkať. Napríklad ľavá ruka sa dotýka pravej ruky.



Edmund Husserl

dzi svetom a intencionálnym pólom Ja.

Husserlove analýzy konštitúcie tela sa obmedzujú na videnie a hmatanie. Čuchanie a počúvanie netematizuje. Jeho východiskovou pozíciou je videnie, a až dodatočne sa zaoberá hmatom, ktorý preberá v úzkej súvislosti s kinestetickým systémom (porov. Diaconu 2005, 155-175). Husserl by chcel telo chápať predovšetkým ako niečo konštituované. A také aj je: je konštituované ako *res extensa*. Vlastné telo môžeme tak ako všetky ostatné veci vidieť, hmatať, čuchať atď. Vlastné telo prežívame ako materiálnu realitu, ktorá sa nachádza v kauzálnych vzťahoch s inými realitami. Telo je však taká *res extensa*, ktorá sa odlišuje od všetkých ostatných vecí.

Vec odlišná od všetkých vecí. Prvý rozdiel medzi našim vlastným telom a ostatnými vecami spočíva v tom, že telo je vždy „spoluprítomné“. Nemôžeme sa od neho vzdialiť ani sa k nemu priblížiť, pretože je nultým bodom, absolútnym *Tu* nášho vlastného sveta. Preto je telo aj orientačným centrom javiaceho sa časopriestorového sveta. Telo je

Konštitúcia tela u Husserla: dvojitá realita tela. Keď začneme premýšľať o vlastnom tele, okamžite sa ocitáme v paradoxoch. Telo na jednej strane patrí do oblasti materiálnych vecí, no zároveň má duchovnú dimenziu určitého „Ja“. Často sa sústreďujeme iba na jeden z týchto dvoch aspektov, a tým buď redukovujeme fenomén tela na *res extensa*, alebo chceme telo ako materiálny objekt chápať iba ako svoje vlastné subjektívne prežívané telo: niečo ma bolí, je mi zima, som hladný, svrbí to atď. Táto ťažkosť má svoje dobré dôvody, pretože telo je jednak *res extensa*, jednak ako subjektívne prežívané telo má charakter určitého Ja. Tieto dva spôsoby uvažovania však nestoja proti sebe, ale tvoria jednotu. Jednota objektívneho a subjektívneho tela predchádza každé rozlišovanie a až z analýzy tejto jednoty možno získať spomenuté dve stránky. Keďže telo má túto dvojitú realitu, môže byť sprostredkovateľom me-

vždy „pri tom“, ale istým obmedzeným spôsobom, aký u ostatných vecí nenachádzame. Na rozdiel od iných vecí svoje telo nemôžeme napríklad vidieť alebo čušať zo všetkých strán. Všetko, čo vnímame, opäť závisí od polohy nášho vlastného tela v priestore. Existuje istá korelácia medzi telom, pozíciou a aspektom vecí.⁵ „Absolútne Tu“ je lokalizované v tele vnímajúceho, vo vzťahu k nemu je každý iný predmet niečím, čo je *tam*. *Tu* je miesto, kde sa nachádza moje telo. *Tam* je naproti tomu miesto, kde teraz ešte nie som, ale kde môžem byť.⁶ Moje vlastné telo, ktoré v každom okamihu vnímam ako nultý bod, nie je statickým fixným bodom. Môžem sa pohybovať, ako chcem, alebo môžem zostať stáť. Vnímaná vzdialenosť vo vizuálnom priestore má určitú konečnú veľkosť, ktorú môžem pohybom prekonať.⁷ Vzdialenosť teda znamená, že v priestore existuje vec, ktorá je pre mňa telesne dosiahnuteľná. Tento voľne disponibilný systém činného Ja zodpovedá tomu, čo Husserl rozumie pod kinestetickým systémom. Podstatná konotácia pohybu sa nazýva „kinestetickou slobodou“ vo forme „môžem“. Kinestetický systém je teda: „[...] systémom možných subjektívnych pohybov, ktorý sa prostredníctvom mnohorakého, aj keď len neusporiadaného prebiehania, zliat do podoby istého dôverne známeho habituálneho pohybového systému (každý možný pohyb je teda známym pohybom a pohybom, ktorý má byť prakticky intendovaný). Cvikom vzniká vláda nad týmto systémom, každý intendovaný pohyb teda „môžem“ vykonať, z čoho vyplýva, že je pre mňa zakaždým vykonateľný a uvedomujem si ho v jednote s jeho predstavou“ (Ms. D 13 IV, 1921, 4; citované podľa: Claesges 1964, 76).

Vec menom „telo“ sa teda odlišuje od všetkých ostatných vecí, no ako videný fantóm ešte nemá povahu „Ja“.⁸ Ako však dochádza k tomu, že zo všetkých ostatných vecí, ktoré sa nachádzajú v priestore, spoznávam jednu ako moje vlastné telo? Hovoríme: Je to moje telo. Pravú ruku, ktorá píše, čiastočne videné nohy, ľavú ruku, ktorá sa dotýka tváre a tvár samu – to všetko zakúšame ako vlastné telo. Toto „moje“ poukazuje na istý pôvodný telesný vzťah k sebe samému. Tento vzťah k sebe samému dáva tejto ruke, týmto nohám charakter určitého Ja.

„Subjekt, ktorý by bol čisto zrakovo nazerajúci [bloss augenhaftes Subjekt], by vôbec nemohol mať javiace sa telo; v hre kinestetických motivácií (ktoré by nemohol ponímať telesne) by vnímal javy vecí, videl by reálne veci. Nepovieme, že ten, kto iba vidí, vidí svoje telo, pretože by mu chýbalo to, čo je špecificky príznačné pre telo, a ani voľný po-

⁵ Keď vidíme „vec“ v priestore, nemôžeme zároveň pozorovať všetky jej strany. Vidíme iba jednu stranu. Táto „strana“ je tým, čo je nám z veci momentálne dané a nachádza sa v určitom spôsobe danosti, ktorý Husserl nazýva „aspektom“. Táto jedna strana však môže byť daná v rozmanitosti aspektov. V priebehu bližšieho určovania veci sa začnú javiť aj iné strany, ktoré sa ukazujú v rôznych aspektoch. V tomto procese môžeme podľa možnosti prejsť všetky strany v ich určitom spôsobe danosti, až kým nemáme vec v kontinuite aspektov. Tento spôsob danosti veci ako jednoty v rozmanitosti javov nazýva Husserl „aparenciou“ (Apparenz). Aparencia je príslušný jav veci ako *res extensa*.

⁶ Konštitúcia priestoru je podľa Husserla závislá od pohybu tela.

⁷ Tri priestorové dimenzie vznikajú až prostredníctvom pohybu v priestore.

⁸ To, čo je na veci viditeľné, nazýva Husserl „fantómom“. Fantóm ešte nie je priestorovou vecou (Claesges 1964, 58).

hyb tohto tela, ktorý ide ruka v ruke so slobodou kinestetických priebehov, by z neho neurobil telo. V takom prípade by to bolo iba tak, ako keby Ja mohlo v jednote s touto slobodou v oblasti kinestetického bezprostredne slobodne pohybovať telom ako materiál- nou vecou (Hua IV, 150).

Až konštitúciou tela ako taktilného fantómu, vďaka sebazvážnosti taktilného kines- tetického systému sa tento priestorovo-telesný a neosobný fantóm stáva vlastným telom, a teda orgánom vnímania. Rozhodujúci rozdiel medzi taktilným a vizuálnym zmyslom sa ukazuje pri skúmaní príslušného fungujúceho zmyslu. Vizuálny zmysel je definovaný ako zmysel pre diaľku, ktorý je orgánovo špecifický. Naproti tomu taktilný zmysel je čisto zmyslom pre blízkosť a celé telo pôsobí ako orgán hmatového vnímania. Veci, ktoré nie sú dosiahnuteľné hmatom, sú taktilne neprítomné. Taktilná skúsenosť je osobitá, lebo keď sa niečoho hmatovo dotýkame, nepocitujeme len nahmataný fantóm, ale aj tú časť tela, ktorá sa dotýka. Keď sa napríklad teraz dotýkam šálky predo mnou, pocitujem hladkosť a teplo šálky, zároveň však pocitujem aj svoju vlastnú ruku, ktorá zakúša hladkosť a teplo. To, čo som práve opísala na príklade ruky, sa deje so všetkými orgánmi a údmi nášho tela. Taktilne sa môžeme niečoho dotýkať aj hlavou, chodidlami, plecom. Taktilný pocit má pritom vo svojej štruktúre túto osobitú dvojité vrstvu: sprostredkúva nám dotyk s vecami tohto sveta, no zároveň aj s našim telom spolu s jeho pocíteniami.⁹

„Telo sa teda pôvodne konštituuje dvojitým spôsobom: na jednej strane je fyzickou vecou, matériou, má svoju extenziu, do ktorej vstupujú jeho reálne vlastnosti – farebnosť, hladkosť, tvrdosť, teplo a ostatné materiálne vlastnosti; na druhej strane však na ňom nachádzam a *pocitujem* „na“ ňom a „v“ ňom: teplo na chrbte ruky, chlad na chodidlách, dotykové pocity na špičkách prstov“ (Hua IV, 145).

Hmatové dáta patria súčasne do sféry sveta i do sféry tela. Lokalizáciou pocítení na povrchu tela nadobúda tento fantóm svoj egoický charakter. Stáva sa *mojím* telom, orgá- nom vnímania. Tieto spoznané a diferencované časti tela sa ako orgány vnímania vždy aktívne podieľajú na realizácii kinestetickej situácie. Ak chcem niečo vidieť, pohnem očami a hlavou tým smerom; ak chcem niečo nahmatať, pohnem rukou daným smerom. Tento zvláštny fantóm, ktorý je vždy pri tom, od ktorého sa nemôžem vzdialiť a ktorý nemôžem vidieť zo všetkých strán, sa stáva mojím telom až prostredníctvom taktilnej konštitúcie tela.

„Prirodzene, telo tiež vidíme ako každú inú vec, ale *telom* sa stáva až vložením poci- tov pri ohmatávaní, vložením pocitov bolesti atď., skrátka lokalizovaním pocitov ako pocitov. Na tomto lokalizovaní sa potom podieľa aj vizuálne telo, pretože sa kryje s tak- tilným tak, ako sa kryjú aj vizuálne a taktilne konštituované veci (resp. fantómy), a tak vzniká idea pocitujúcej veci, ktorá „má“ a za istých okolností môže mať isté pocity (hma-

⁹ Husserl rozlišuje medzi „pocíteniami“ (Empfindungen) a „pocíteniami“ (Empfindnisse). Zatiaľ čo tie prvé odkazujú na látkový podklad pre všetky druhy noéz, pod druhými sa rozumejú naznačené telesné deje, ktoré určujú telo ako moje telo. Pocity sú na jednej strane reprezentujúcimi dátami, prostredníctvom ktorých sa javia priestorové veci; na druhej strane ale patria k telu a ako také sa označujú ako „pocítenia“.

tové, tlakové pocity, pocity tepla, chladu atď.), (a to ako také, ktoré sú) primárne a skutočne lokalizované v nej, a ktorá je potom podmienkou existencie všetkých pocitov (a javov) vôbec vrátane vizuálnych a akustických, ktoré však nemajú primárnu lokalizáciu v nej“ (Hua IV, 151).

No fakt, že pociťovania možno lokalizovať na povrchu tela, neznamená, že konštituuju telo ako *res extensa*. Ako však potom môže dôjsť k stotožneniu povrchu tela, ktorý je konštituovaný lokalizáciou pociťovania, s povrchom toho istého tela chápaného ako *res extensa*? Táto identifikácia je možná až prostredníctvom dvojitého pociťovania.

Dvojité pociťovanie u Husserla. Pri dvojitom pociťovaní ide o možnosť, že odlišné časti tela sa môžu vzájomne dotýkať. Napríklad ľavá ruka sa dotýka pravej. „V taktilnej oblasti máme taktilne sa konštituujujúci vonkajší objekt i druhý objekt – telo, ktoré sa taktilne konštituuje, napríklad hmatajúci prst, a okrem toho máme prst, ktorý hmatá prst. V tom teda tkvie ono dvojité ponímanie: ten istý hmatový pocit, ponímaný ako príznak „vonkajšieho“ objektu a zároveň ako pocit tela ako objektu. A keď sa jedna časť tela zároveň stáva vonkajším objektom pre inú časť tela, máme dvojité pocity (každá časť má svoje pocity) a dvojité ponímanie ako príznak jednej alebo druhej časti tela ako fyzického objektu“ (Hua IV, 145).

Aké konzekvencie má dvojité pociťovanie, pokiaľ ide o konštituovanie tela ako orgánu vnímania? Dvojité pociťovanie má za následok, že celková taktilná kinestéza sa realizuje prostredníctvom seba samej. Taktilné kinestézy sú celým telom, ktoré sa vo svojich pohybových možnostiach vždy aktívne zúčastňuje na vytváraní taktilných fantómov. Samy tieto kinestetické možnosti sú taktilne vnímané prostredníctvom taktilného dotyku s inými časťami vlastného tela. Týmto spôsobom sa v dvojitom pociťovaní konštituuje samo telo ako taktilný fantóm. Ďalšou dôležitou vlastnosťou dvojitého pociťovania je to, že v ňom možno vlastné telo vnímať na jednej strane ako *res extensa* a na druhej strane ako orgán vnímania, ktorý má egoický charakter. Intencionálnemu Ja bezprostredne prináleží systém možností, no toto Ja sa odlišuje od seba samého tým, že táto oblasť možností sa preň stáva predmetom. Súhrnná objektivovaná oblasť týchto možností je telo, ktoré má Ja. Z toho vyplýva, že kinestetický systém je konštituujujúci a zároveň aj konštituovaný. Pri dvojitom pociťovaní môžeme zakúšať hladkosť, tvrdosť, teplo vlastného tela tak isto, ako ich skúšame v styku s inými vecami. Rozdiel je však v tom, že *dotknutá* časť tela má pociťovania. Pri dvojitom pociťovaní môžeme tento taktilný fantóm stotožniť so skúsenosťou vlastného tela a povedať: „Tento taktilný fantóm je mojím telom.“ Preto nadobúdajú pocity v taktilnej oblasti charakter „pocítení“ a poukazujú na rovnakú pôvodnosť tela a sveta: „Návratom k pôvodnej konštitúcii vonkajších vecí a tela ako veci a orgánu poznávame, že veci nemožno zakúšať bez tela, ale naopak, že fyzické veci a telo musia byť konštituované nevyhnutne spolu a korelatívne ako dvojitá vrstva, pričom v jednej vrstve sa musí konštituovať telo ako fyzické telo“ (Ms. D 12 III, 1931, 22 a n.; citované podľa: Claesges 1964, 112).

Pri výklade dvojitej štruktúry taktilného kinestetického systému sa ukázalo telo ako *res extensa* a telo ako orgán vnímania. Okrem toho sa môže ako orgán vnímania voľne

pohybovať a je k dispozícii intencionálnemu *Ja*. *Ja* týmto systémom bezprostredne disponuje vo forme „môžem“. Môžeme pohnúť očami, hlavou alebo rukou tým alebo oným smerom, a tak presne vnímať to, čo nás zaujíma. Pri tom možno rozlišovať medzi kinestézami ako egoickými pohybmi a priestorovo-telesnými pohybmi tela ako fyzického objektu. Prvý aspekt zodpovedá taktilnej skúsenosti pohybu a druhý vizuálnej. Ide o jeden a ten istý pohybový proces, ktorý však možno nahliadať z dvoch perspektív a ktorý sa spája v jednote vedomia vlastného tela.

Taktilná a vizuálna skúsenosť tela nie sú v zakúšaní vlastného tela oddelené procesy, ale tvoria jednotnú štruktúru v tom zmysle, že taktilný aj vizuálny fantóm je mojím telom. Problém konštitúcie tela sa vyjasňuje: Ukáže sa, že kinestetické vedomie a vedomie tela sú jednou a tou istou vecou. Vedomie tela sa sprostredkúva prostredníctvom seba samého a kinestetické vedomie je bezprostredne prítomné. Intencionálnemu *Ja* bezprostredne prináleží systém možností. Toto *Ja* sa však odlišuje od seba samého tým, že sa stáva aj predmetom. Súhrnná objektivovaná oblasť kinestetického systému je telo, ktoré má *Ja*. Na základe toho má telo zároveň egoický aj ne-egoický charakter.

Fenomenologické cvičenie. Husserlova teória dvojitého pociťovania veľmi úzko súvisí s jeho opisom. V prípade dvojitého pociťovania sa Husserl obmedzuje na vzájomné dotýkanie rúk a prstov. Je pritom niečo iné dotýkať sa seba rukami a dotýkať sa seba nosom alebo chodidlami, príp. dotýkať sa rýchlo a drsne alebo opatrne a pomaly atď. V bežnom živote sa seba dotýkame neustále: sedíme a pravú nohu máme preloženú cez ľavú; škrabeme sa na hlave alebo si masírujeme oči unavené od počítača. Týmto „fenoménom“ však nevenujeme pozornosť, pretože sa sústreďujeme na to, čo *robíme*: napríklad na písanie článku. Jedným z výkonov Husserlovej fenomenológie je to, že nás upozornil na tieto každodenné udalosti a ukázal nám ich filozofický význam. V nasledujúcom cvičení zotrváme pri skúsenosti s dvojitým pociťovaním. Budeme praktizovať „nevedenie“ a necháme sa viesť a prekvapiť našou skúsenosťou. Husserlov experiment dvojitého pociťovania rozšírime na celé telo a na všetky mysliteľné možnosti sebadotýkania.

Reflektovaná skúsenosť dvojitého pociťovania. Vyhládajte si pokojné a príjemné miesto. Oblečte si pohodlné šaty a vyzujte si topánky. Postarajte sa o to, aby Vám bolo teplo, mätko a pohodlne. Nájdite si dve hodiny času. Počas cvičenia si môžete robiť poznámky. Ak potrebujete, urobte si počas cvičenia krátke prestávky.

Formulujte si svoje vlastné otázky, niečo, čo by ste ohľadne dvojitého pociťovania radi ďalej skúmali.

Návrh na rozcvičenie (desať minút): Ak stojíte, sedíte alebo ležíte, zatvorte oči a pozorujte svoje dýchanie. Zamerajte svoju pozornosť na vzduch, ktorý prúdi cez nozdry do vášho tela a naplnia pľúca. Každá bunka vášho tela je zásobovaná kyslíkom. Nadýchnite sa, vydýchnite. Pozorujte svoje dýchanie. Ako práve dýchate? Je nadychovanie rovnako dlhé ako vydychovanie? Robíte prestávku medzi nadychnutím a vydýchnutím? Čo sa pohybuje, keď dýchate? Cítite pohyb v rebrách? Čo robí váš hrudný kôš? Hýbe sa vám brucho? Čo sa deje s chrbtom, s hlavou a s chodidlami? Pozorujte sa bez toho, že by ste

tvorili nejaké súdy. Tak, ako to práve robíte, je to správne. Vytrvajte pri tomto cvičení tak dlho, ako to budete pokladať za potrebné a kým nebudete mať pocit, že ste vydýchli každodenné záležitosti, starosti a stres, takže sa môžete sústrediť na to, čo je tu a teraz. Zhlboka sa nadýchnite a vydýchnite. Otvorte oči a pozorujte, ako vám teraz je.

Nájdite si pohodlnú polohu v sede alebo v ľahu. Najlepšie na zemi. To, čo „vieme“ o dvojitom pociťovaní, dáme do zátvoriek a sústredíme sa na zakúšanie tohto fenoménu, ako keby to bolo po prvýkrát. Celú našu pozornosť, čas, trpezlivosť a zvedavosť venujeme tejto skúsenosti. Uvažujte o tom ako o objaviteľskej ceste na mape vašej telesnosti. Môžete sa správať hravo a kreatívne. Máte to, čo potrebujete: svoje vlastné telo a v tomto ohľade ste expertom/expertkou.

Začneme pravou rukou. Dotknite sa pravého chodidla. Doprajte si času, dýchajte voľne. Pocity, emócie, myšlienky sú vítané. Zvedavo skúmajte svoju „chodidlovú vec“. Ak v myšlienkach odbočíte, vráťte sa po chvíli späť k svojej skúsenosti. Ak budete hotoví s dotýkaním sa svojho chodidla, môžete sa jednej po druhej dotýkať iných častí svojho tela. Pozorujte rozdiely: napríklad medzi bruchom a čelom (teplé – studené, mäkké – tvrdé, príjemné – nepríjemné atď.) Ak ste pokročili, začnite experimentovať s ostatnými časťami tela. Dotýkajte sa napríklad nosom alebo chodidlom rôznych častí tela. Pozorujte, či sa iné časti vášho tela práve dotýkajú bez toho, že by ste to zamýšľali (azda nohy alebo pery a zuby atď.). Koľko dvojitých pocitov máte teraz? Zahrajte sa teraz s dvojitým pociťovaním a pozorujte pritom, či ste objavili niečo nové.

Nepovinné: Ak ste skončili, zamerajte svoju pozornosť na zem, ktorá vás nesie, a na šaty, ktoré vás hrejú. Možno aj na pero, ktorým práve píšete, na šálku čaju, z ktorej čoskoro budete piť, alebo na svoje okuliare. Existuje nejaký prechod medzi zakúšaním vlastného tela ako veci na jednej strane a ako prežívaného tela na strane druhej pri dvojitom pociťovaní a pri zakúšaní vecí?

Spíšte si na základe svojich skúseností protokol o svojich vnemoch (jedna hodina).

Na záver si nájdite nejaké dobré zakončenie svojho bádania. Zistite, čo práve potrebujete.

Literatúra

- ALARCÓN, M. (2009): *Die Ordnung des Leibes: eine tanzphilosophische Betrachtung*. Würzburg: Königshausen & Neumann.
- CLAESGES, U. (1964): *Edmund Husserls Theorie der Raumkonstitution*. Den Haag: Nijhoff.
- DEPRAZ, N. (2012): *Phänomenologie in der Praxis: eine Einführung*. Aus dem Franz. von S. Knöpker. Freiburg; München: Alber.
- DIACONU, M. (2005): *Tasten, Riechen, Schmecken: eine Ästhetik der anästhesierten Sinne*. Würzburg: Königshausen & Neumann.
- DOS REIS PIEDADE, J. I. (2002): *Der bewegte Leib. Kinästhesen bei Husserl im Spannungsfeld von Intention und Erfüllung*. Wien: Passagen-Verl.
- ELBERFELD, R. (2007): *Transformative Phänomenologie. Information Philosophie*, (5). Lörrach: Claudia Moser Verlag, 26-29.
- HAMRICK, W. S. (ed.) (1985): *Phenomenology in practice and theory*. Dordrecht [u.a.]: Nijhoff.

- HUSSERL, E. (1950): *Ideen zu einer reinen Phänomenologie und phänomenologischen Philosophie. Erstes Buch. Allgemeine Einführung in die reine Phänomenologie*. Hg. von Walter Biemel, Den Haag: Nijhoff (Hua III/1).
- HUSSERL, E. (1973): *Ding und Raum. Vorlesungen 1907*. Hg. von Ulrich Claesges. Dordrecht; Boston; London: Nijhoff (Hua XVI).
- HUSSERL, E. (1952): *Ideen zu einer reinen Phänomenologie und phänomenologischen Philosophie. Zweites Buch: Phänomenologische Untersuchungen zur Konstitution*. Hrsg. Marly Biemel. Den Haag: Nijhoff (Hua IV).
- KOJIMA, H. (1989): *Phänomenologie der Praxis: im Dialog zwischen Japan und dem Westen*. Würzburg: Königshausen & Neumann.
- PETERSEN, U. (1964): *Das Verhältnis von Theorie und Praxis in der Transzendentalen Phänomenologie Edmund Husserls*. Heidelberg, Univ., Diss.
- STAUDIGL, M. (2003): *Die Grenzen der Intentionalität. Zur Kritik der Phänomenalität nach Husserl*. Würzburg: Königshausen & Neumann.

Mónica E. Alarcón Dávila
Universidad San Francisco de Quito
Av. Diego de Robles y Interoceánica
Quito
Ecuador
e-mail : tanzphil.alar@yahoo.de

Z nemeckého originálu *Von den Händen zum ganzen Körper. Husserls Doppelempfindung in Denken und Erfahrung* preložil Róbert Maco.