

motsvarigheter i "en bestämd egenskap hos världen". Men *upplevelser* av viljefrihet är verkliga och de är "oundgängliga för vår överlevnad" (s. 248). De är nyttiga i framtida liknande men inte identiska situationer. Det tycker jag låter rimligt.

*Lars Bergström*

*Världen vaknar: Känslornas plats i människans liv*

Fredrik Svenaeus

Gidlunds förlag 2023. 210 s. ISBN 978-91-7844-507-3

Boken handlar om känslornas centrala betydelse i våra liv, och den består av en kortare inledning, sju kapitel och en kort avslutning. Kapitel 1 handlar om existenskänslan och om skillnaden mellan människor och maskiner. Kapitel 2 har titeln "Kroppens vibrationer: grundstämningar och sociala emotioner" och kapitel 3 handlar om människoblivandets olika stadier. Därefter upphör kopplingen till människolivets olika faser, för att sedan upptas igen i kapitel 7, som handlar om döendet och döden. Detta är bokens svagaste och mest ostrukturerade kapitel, och den som intresserar sig för något av de ämnen som behandlas där gör bäst i att söka information på annat håll. Kapitel 4 och 5 kretsar kring teman som etik och politik samt kunskap och vetenskap, och här utgår Svenaeus från att känslor spelar en viktig roll i alla mänskliga aktiviteter och praktiker, även i dem som ibland betraktas som känslobefriade. Jag har ibland undrat över vem Svenaeus skriver för, men dessa båda kapitel tror jag är riktade till andra filosofer. Kapitel 6 handlar om sjukdom, och dess kärna är en fenomenologisk analys av sjukdomskänslan.

Svenaeus beskriver själv sin bok som en filosofiskt argumenterande essä: han lägger ut tanketrådar åt olika håll som han sedan försöker knyta ihop till ett övergripande resonemang (s. 11). En traditionell filosofisk text är lättare att granska än en essä. Man kan då fråga sig vad författaren vill säga, vilka de centrala frågeställningarna är och vilka metoder hon har valt för att besvara sina frågor. Man kan undersöka om det som påstås är tillräckligt precist formulerat och om det är tillräckligt välgrundat. Man kan även påpeka att vissa tankegångar lyser med sin frånvaro eller att delar av texten är irrelevanta och överflödiga. Men är det tillåtet att använda ett sådant angreppssätt när man recenserar en essä? Jag tar mig friheten att göra detta, men är samtidigt medveten om att det inte är problemfritt.

Boken saknar i hög grad en övergripande frågeställning eller ett tydligt övergripande tema. Bokens undertitel antyder att Svenaeus i första hand vill säga något om känslornas plats i människans liv, närmare bestämt att våra känslor är "det mest grundläggande" i våra liv. Men tonvikten ligger mer på vad det innebär att vara människa – en levande kropp med ett förstapersonsperspektiv på världen – än på våra känslor och deras olika funktioner. De tre myter som han (med rätta) tar avstånd ifrån handlar till exempel i första hand om människans natur. "Vi är inte kroppslösa själar, vi är inte hjärnor", och vi är inte heller datamaskiner (s. 10–11). Vi är snarare levande och medvetna kroppar, för vilka känslor har en mycket central betydelse. Svenaeus presenterar ett stort antal exempel, som sammantagna ger ett ganska starkt stöd åt detta synsätt. Men om man vill undersöka hur stor betydelse våra känslor har för oss, och på vilka sätt, bör man kanske gå mer systematiskt till väga, både genom att titta på fler områden där känslorna är viktiga för oss (som rationellt beslutsfattande) och genom att titta närmare på områden där känslornas betydelse kan vara liten eller obefintlig (som testning av vetenskapliga teorier).

Detta är bokens kärna, och här kan man bara notera att det sätt på vilket just Svenaeus kontextualiserar frågan om känslornas roll i våra liv bara är ett av många möjliga. Själv hade jag nog – som praktisk filosof med inriktning på frågor om livskvalitet och etik i vid mening – kontextualiserat frågan på ett mer praktiskt sätt: Hur kan vi lära oss att hantera våra känslor på ett bättre sätt, som är till större nytta för oss själva och andra, och hur kan vi lära oss att fatta bättre beslut? Jag hade dessutom fokuserat betydligt mer på skillnaderna mellan människors känsloliv än vad Svenaeus gör.

Men Svenaeus håller sig inte till denna kärna. Han gör i stället ett stort antal utvecklingar åt olika håll, och han hoppar från ämne till ämne utan någon närmare motivering (och utan att använda några underrubriker), vilket gör boken ostrukturerad. Vissa av utvecklingarna handlar om vad det innebär att vara människa, och om hur människoblivandet går till (både på art- och individnivå), oavsett om känslorna är centrala eller inte. Andra utvecklingar handlar på ett eller annat sätt om känslor, och i många av dessa fall är kopplingen till vad det innebär att vara människa mycket svag, som när han tar upp ämnen som massans psykologi, BLM-rörelsen eller hur demenssjukdomar drabbar den sjuke och hennes anhöriga. Ytterligare utvecklingar handlar varken om känslor eller om vad det innebär att vara människa, som hans reflektioner

om psykoterapi, medikalisering (patologisering) av olycka, vård i livets slutskede eller aktiv dödshjälp. Alla dessa "tanketrådar" spretar åt olika håll utan att knytas ihop alls.

Utvikningarna om människoblivandet är intressanta men handlar som sagt om mycket annat än känslornas plats i våra liv, oavsett om det är evolutionsteorin eller utvecklingspsykologin som är i fokus. Svenaeus målar här upp en trovärdig bild av olika utvecklingsstadier: vi föds med en kroppslig känsla av att finnas till, vi föds därefter psykologiskt (när vi utvecklar känslan av att finnas i världen tillsammans med andra) och socialt (när vi blir medvetna om att vi är ett objekt för andras blickar och känslor). Vi är nu medvetna om oss själva som unika individer bland andra, i samspel med andra. Det sista stadiet som tas upp är när vi (genom språkutvecklingen) blir tidsmedvetna och börjar uppfatta oss själva som personer med en historia, som förklarar och förutsäger med hjälp av berättelser.

Allt detta verkar rimligt, men att som Svenaeus påstå att det är ett viktigt inslag i en "genealogisk metod" håller inte. För att det ska finnas någon poäng att tala om en sådan metod måste det finnas ett hyfsat väldefinierat fenomen som vi kan förstå bättre genom att undersöka dess historia eller ursprung. Det relevanta fenomenet kan förstås inte vara ett stycke historia: att läsa böcker i evolutionsteori och berätta vad som står där är i sig inte något exempel på genealogisk metod. Nietzsche kunde exempelvis säga intressanta saker om moral, och Freud om sexualitet, genom att tänka genealogiskt, och flera har kastat ljus över den romantiska kärleken genom att undersöka dess historia. Jag hittar emellertid ingen motsvarighet här. Den fenomenologiska metoden tillför desto mer, men hade kanske kunnat kombineras med antropologi snarare än "biologisk gradualism" och evolutionsteori.

Nu till mina egna små tanketrådar, som ibland hakar i Svenaeus tanketrådar. Mitt första nedslag är begreppsligt. Vad är egentligen en känsla enligt Svenaeus, och vilka olika typer av känslor finns det? Vad tänker han på när han påstår att det "i botten på varje upplevelse finns en känsla", att vi inte kan tänka utan känslor eller att vi inte ens hade kunnat erfa en värld utan känslor? Vi får vänta ganska länge på ett uttalat svar. Någon traditionell definition får vi inte, och med tanke på hur olikartade olika känslor kan vara är det nog rimligt att inte försöka ge en sådan. Vi får dock reda på att alla känslor är kroppsliga, och vi får veta vilka de viktigaste formerna av känslor är. Här tar han inte bara upp den klassiska uppdelningen mellan emotioner, kroppsförnimmel-

ser och stämningar (inklusive grundstämningar), utan han tar även upp affekter (inklusive basaffekter), kroppsliga vibrationer och kroppsliga bakgrundskänslor. Så långt är allt väl, men ju fler exempel som ges på olika "känslor" och ju mer Svenaeus påstår om deras funktioner, desto mer konfunderad blir jag. Ödmjukhet betraktas till exempel som en känsla snarare än som ett karaktärsdrag som disponerar till känslor och handlingar, och kärlek och vänskap betraktas som känslor snarare än som komplexa mentala tillstånd som även inbegriper viljor, värderingar och attityder. Ibland får jag en känsla (sic!) av att allt som motiverar oss till handling är känslor för Svenaeus. Han skriver uteslutande om tankar, känslor och handlingar, och inget alls om möjliga motiverande tillstånd som attityder, karaktärsdrag, önsknningar och preferenser, normativa föreställningar eller värderingar. Det borde han ha gjort, och han kunde även ha undersökt kopplingen mellan våra känslor och dessa olika tillstånd.

En möjlig utvidgning av det traditionella begreppet känsla som är värd att lyfta fram är engelskans *sense of*, som ofta översätts till "känsla av" på svenska, vilket dock inte betyder att det rör sig om en känsla. Svenaeus verkar delvis fastna i denna fälla. När han talar om känslan av att finnas till eller känslan av att vara ett jag är det möjligt att det delvis rör sig om känslor – exempelvis i form av en "kroppslig vibration" – och samma sak gäller känslan av hemlöshet kontra hemmastaddhet, men det behövs ytterligare argument för dessa teser. Men den "känsla av (o)rättvisa" och den empati som han betraktar som de kanske viktigaste moraliska emotionerna, åtminstone i politiska sammanhang, bör antagligen inte betraktas som känslor alls. (John Rawls uttryck *sense of justice* bör därför översättas till "sinne för rättvisa".) Det krävs hur som helst ytterligare argument för tesen att "all politisk kamp är avhängig av känslor" (s. 112). Själv tror jag att de normer och värderingar som vi omfattar kan motivera oss, och jag är inte alls säker på att de måste böttna i känslor (annat än utvecklingspsykologiskt). De ger däremot ofta upphov till känslor: om jag tror starkt på en viss rättvisepincip blir jag typiskt arg eller indignerad om någon bryter mot den, men någon särskild rättvisekänsla behöver inte postuleras.

De *sense of*-känslor som intresserar mig mest i boken är emellertid inte rättvisekänslan utan existenskänslan och känslan av att vara ett jag. Svenaeus beskriver existenskänslan som en "känsla" av att vara lokaliserad i kombination med en kroppslig vibration. Denna vibration anses inte bara "öppna omvärlden från mitt unika perspektiv med min

särskilda historia” (s.29), utan sägs dessutom vara en förutsättning för att vi alls ska kunna tänka eller varsebli något. Svenaeus påpekar även att känslan av att finnas till rymmer flera dimensioner, och att den mest grundläggande av dessa är ”den personliga livskänsla som är du”. Alla dessa tanketrådar är intressanta och hade kunnat utvecklas ytterligare. Hur ska den ”jagkänsla” som anses vara ”existenskänslans” kärna beskrivas? Är den något vi kan erfaras? David Hume hittade som bekant inte jaget i erfarenheten, vilket fick Kant att placera det utanför erfarenheten. Buddha och hans efterföljare har inte heller hittat det, i alla fall inget åtskilt och permanent jag. Jag kan inte heller hitta det. Har Svenaeus hittat det?

Kapitel 5 handlar om tänkande, både om vårt vardagliga tänkande och det medvetna teoretiska tänkande som filosofer och vetenskapspersoner ägnar sig åt. Zen-läraren Philip Kapleau gjorde en gång en distinktion mellan *thinking* (en aktiv tankeprocess) och *thoughting* (ofrivilliga distraktioner i form av tankar), och det är uppenbart för alla som mediterar att vårt vardagliga medvetandetillstånd kan ses som ett oavbrutet flöde av *thoughting*. Det är dessa ofrivilliga och förmedvetna tankar som vi uppslukas av, som både skärmar av oss från verkligheten och skapar onödigt känslomässigt lidande. (Neurovetare talar ibland om ”standardnätverket” – *default mode network* – som genererar ett ständigt flöde av sådana tankar.) Med tanke på hur praktiskt betydelsefullt detta förmedvetna tänkande är hade Svenaeus kunnat utforska det mer. Han skriver lite om ofrivilliga minnen (och framtidsfantasier), men han hade kunnat skriva mer om deras fenomenologi, till exempel att det räcker med en ögonblicksbild (av en person som har betett sig illa) för att aktivera en stark känsla, det behövs inga verbala tankar med propositionellt innehåll.

Hans fokus ligger emellertid på det medvetna teoretiska tänkandet, och hans centrala tes är att det inte finns något känslobefriat tänkande, varken i filosofin eller vetenskapen. Det teoretiska tänkandet är också beroende av kännandet, men på ett mer indirekt sätt (s.120). Hur då? Att påstå att filosofi och vetenskap föds genom känslor av häpnad, förundran och nyfikenhet (ännu en *sense of*-känsla) är inte särskilt upplysande, och inte heller kontroversiellt (så länge det handlar om upptäckandekontexten snarare än berättigandekontexten). Samma sak med påståendet att allt tänkande är ”stämt”, att den som tänker alltid befinner sig i ett eller annat stämningsslag som kan påverka hennes tankar. Mer intressant är påståendet att filosofi och vetenskap inte är

”försök att representera verkligheten utan att förstå sig på och förklara den”, och att tankar och varseblivningar inte är representationer utan snarare bör betraktas som ”känslans kroppsbundna presentationer av det som föreligger och hur det hänger ihop” (s. 16). Svenaeus påstår också att tankarna (de teoretiska?) i grunden är ”känslofyllda utflykter till världen som därigenom utvidgas till möjligheter bortom nuet och häret med hjälp av föreställningsförmågan” (s. 135). De ”väcker inte bara känslor, de föds ur kroppsliga känslor och förmedlas genom samtal i våra försök att göra oss hemmastadda i och utforska världen” (s. 135).

Mycket av detta är säkert rimligt men har det någon relevans för kunskapsteorin eller vetenskapsfilosofin, som fokuserar betydligt mer på trosföreställningar än på tänkande? Vad betyder det att vetenskap inte är fritt från känslor (s. 144)? Att vetenskapspersoners tänkande är ”stämt” (eller känslostyrt), och att delar av den vetenskapliga processen kan vara känslofyllda och stökiga (s. 146), behöver ju inte utgöra något hot mot vetenskapens objektivitet, för det viktiga för kunskapsbildningen är inte hur hypoteser genereras utan om det finns kollektiva berättigandemetoder som gör att andra forskare kan pröva dem. (Det är av naturliga skäl svårare att vara objektiv inom humaniora och samhällsvetenskap, men Svenaeus ger inget argument för att det skulle vara omöjligt, annat än att dessa vetenskaper ofta inbegriper tolkningar och berättelser (s. 139).) Han överväger själv denna möjlighet, men avfärdar den genom att hävda att teorier inte är representationer som kan vara sanna utan förklaringsinstrument (s. 147). Det är dock tveksamt om detta är särskilt relevant, och jag hade hellre sett att han hade borrhett mer i våra tankars koppling till våra trosföreställningar. Ibland tror vi på våra deskriptiva tankar, ibland gör vi det inte, och vi tror dessutom på saker vi aldrig har tänkt. Går det att finna en fenomenologisk skillnad mellan att ”tänka med tro” och att inte göra det? Här bör man i så fall beakta att tankar man inte tror på också kan ge upphov till plågsamma känslor, som när en flygrädd person som inte skulle satsa en krona på att planet kommer att störta ändå uppehåller sig vid möjligheten att det kommer att göra det.

Mitt sista nedslag handlar om två *sense of*-känslor som Svenaeus lägger stor vikt vid, nämligen hemlöshet – främlingskap hade kanske varit bättre – respektive hemmastaddhet. Kapitel 6 har titeln ”När livet blir främmande: sjukdomens hemlöshet”, och de tanketrådar som handlar om känslan av hemlöshet utgår från en fenomenologisk analys av sjukdomar och sjukdomskänslor (inspirerad av Heidegger och

Gadamer). Analysen är till stor del rimlig. Sjukdomar får oss oftast att känna oss hemlösa i kroppen och vardagsvärlden. "Den egna [levda] kroppen, som är grundläggande när vi tar oss för saker i världen, är inte längre transparent och stödjande, den krånglar och gör motstånd och vår uppmärksamhet faller genom sjukdomskänslorna tillbaka på kroppen, i stället för att vidmakthålla ett fokus på saker som vi försöker göra i världen" (s. 17).

Att vara vid god hälsa är på motsvarande sätt detsamma som hemmastaddhet: "Hälsans stämning tiger still i kontrast till sjukdomens hemlöshet. [...] Hälsan är den bakgrundskänsla i mitten av vilken jag själv befinner mig, en kroppslig stämning som tillåter mig att ta plats i världen på ett någorlunda obehindrat sätt" (s. 149–50). Att betrakta själva hälsan som en känsla är inte så rimligt, men den beledsagas nog ofta av ett "stillatigande". Det finns emellertid en mer positiv hälsa än denna, som ofta beledsagas av välmående, nämligen att vara i god form, i balans och full av energi.

Svenaesus utvidgar därefter resonemanget till andra områden än sjukdom och hälsa. Han påpekar att en känsla av hemlöshet även kan infinna sig i samband med plågsamma grundstämningar – som sorg (s. 165–69), förtvivlan och hopplöshet – eller emotioner, som oro, rädsla eller besvikelse. Det har han säkert rätt i, men det är mindre lyckat att sätta likhetstecken mellan hemmastaddhet och lycka. Dels är hemmastaddhet ett betydligt mer oklart begrepp än både välbefinnande och livstillfredsställelse (de två vanligaste sätten att definiera "lycka"), dels får det honom att helt ignorera den forskning som finns om lyckan och dess bestämningsfaktorer. Han skiljer inte heller ordentligt mellan lycka, ett gott liv och ett meningsfullt liv, och hans genomgång av de saker som kan göra våra liv lyckliga, goda eller meningsfulla är både godtycklig och fragmentarisk. Att tillämpa tanken på hemmastaddhet kontra hemlöshet på andra områden än sjukdom och hälsa kan nog vara fruktbart, men det kräver i så fall att begreppen preciseras bättre och att olika former av hemmastaddhet (hemlöshet) kan identifieras. Här hade jag även gärna sett att Svenaesus hade tagit tillfället i akt och undersökt om och hur fenomenologin kan hjälpa oss att må bättre, men hela den psykologiska litteraturen om känsloreglering (tidigare kallat *coping*) lyser tyvärr med sin frånvaro.

Avslutningskapitlet har titeln "Lyckan över att finnas till", och här påpekar Svenaesus bland annat att den enkla och vardagliga lyckan inte bör föraktas (s. 195). Jag håller med honom helt och hållet om detta, lik-

som att medveten närvaro kan berika våra liv. Jag håller med honom om mycket annat också, som att fenomenologin har ett stort värde, att vi bör ta förstapersonsperspektivet på allvar och att det är viktigt att undersöka människans "livsvärld". Jag tror dock att det går att komma ännu djupare in i förstapersonsperspektivet om vi inte enbart begränsar oss till vardagserfarenheten, utan om vi dessutom tar hjälp av meditation, icke-dualistisk medveten närvaro och psykedeliska substanser. Sådana erfarenheter kan inte bara slå in en kil mellan "existens känslan" och "jagkänslan", utan även peka på möjliga vägar till ett ökat känslomässigt välbefinnande.

*Bengt Brülde*

*Moral: En roman*

Lyra Ekström Lindbäck

Modernista, 2023. 192 s. ISBN 978-91-8063-854-8

Anna är en ung, queer författare som lockas av filosofin men också tvekar inför risken att låta sitt språk bli för präglad av dess rationalitet. Under en sökning på nätet stöter hon på en text som slår an något i hennes eget tänkande om relationen mellan filosofi och litteratur. Anna tar kontakt, den svenska, manliga författaren till boken är chef för ett forskningscenter i en liten stad i Tjeckien och uppmuntrar henne att söka en plats som doktorand hos dem. Nästan omgående blir handledarrelationen erotiskt laddad för att sedan övergå i en handgriplig sexuell affär, som är extra pikant med tanke på att filosofens hustru vid det laget har blivit Annas bihandledare. Anna är från början osäker på om hon begär den här mannen för att hon beundrar honom och känner sig befreundad med honom intellektuellt och vet att det bästa sättet för en ung kvinna att få intellektuell uppmärksamhet är att vara tilldragande ("Män lyssnar bättre till ett par målade läppar, men det kan vara lite oklart vad exakt de lyssnar till" (s. 35)), eller om hon helt enkelt vill få anledning att skriva en bok och med författarens skoningslöshet är på jakt efter material – särskilt som hon börjar skissa på texten på ett tidigt stadium och handledaren egentligen aldrig framstår som särskilt attraktiv, vare sig fysiskt, intellektuellt eller andligt. Anna tycks ibland begära själva omoralen, "ruttenheten" som hon formulerar det på ett ställe, och detta på det internationella forskningscentret för etik (s. 31).

Mellan liggen och avsugningarna diskuterar Anna och handledaren