



Den meningsfulla (äldre dansande) kroppen – sammanflätad, gränsöverskridande och hemmahörande

Cecilia Ferm Almqvist¹, Lotta Björkman², Petra Lundberg-Bouquelon³

Läroartutbildningen, Södertörns högskola, Huddinge

Abstract

Att få möjlighet att uppleva meningsfullhet i konstnärliga sammanhang är en mänsklig rättighet. Dock visar studier på att strukturer och normer gör att inte alla får eller har möjlighet att delta i konstnärliga och kulturella sammanhang. Vidare är det inte heller givet att alla former av deltagande erbjuder meningsfulla upplevelser, och ett stort ansvar vilar på den som lägger tillräkta för sådana aktiviteter. Den här studien tar utgångspunkt i ett projekt där äldre människor fått möjlighet att delta i processen mot och genomförandet av en föreställning i genren nutida dans. Det specifika syftet med studien är att beskriva och analysera fenomenet den meningsfulla kroppen ur ett fenomenologiskt filosofiskt perspektiv. För att kunna säga något om den meningsfulla kroppen har vi valt att använda oss av fyra fenomenologiska tänkare vars perspektiv

¹ cecilia.ferm.almqvist@sh.se

² lotta.bjorkman@sh.se

³ petra.lundberg.bouquelon@sh.se

på åldrande, medvetenhet, existens, och estetisk erfarenhet ger oss möjlighet att såväl få syn på som sätta ord på och beskriva deltagarnas erfarenheter, och samtidigt öka förståelsen för ett fenomenologiskt tankesätt. För att få tillgång till de äldre dansarnas levda erfarenheter och på så sätt öppna för sammanflätning mellan filosofi och värld, intervjuades sex av deltagarna, fyra kvinnor och två män.

Transkriptionerna analyserades enligt Spiegelbergs fenomenologiska metod i sju steg. Analysen av den generella essensen i materialet visade att den meningsfulla kroppen kunde beskrivas med hjälp av tre teman, nämligen; *den sammanflätade kroppen, den gränsöverskridande kroppen, och den hemmahörande kroppen.*

Studien ger en fördjupad förståelse av såväl fenomenet meningsfull kropp som fenomenologisk filosofi. Fynden relateras till konstpedagogiska situationer och samhällliga normer och strukturer.

Nyckelord: äldre dansare, meningsfull kropp, fenomenologi, sammanflätad, gränsöverskridande

Introduktion

I Sveriges nationella kulturpolitiska mål (2009) såväl som i "The New European Agenda For Culture" (2018, punkt 4:1) skrivs rätten att uppleva meningsfullhet i konstnärliga och kulturella sammanhang fram som något som ska främjas av statligt finansierade aktörer. Dock visar studier på att strukturer och normer gör att inte alla får eller har möjlighet att delta i den typen av sammanhang (Ferm Almqvist & Hentschel, 2022). Vidare är det inte heller givet att alla former av deltagande erbjuder meningsfulla upplevelser, vilket visar på vikten av att förstå fenomenet meningsfull delaktighet. Den här studien tar utgångspunkt i ett projekt där äldre människor fått möjlighet att delta i processen mot och genomförandet av en föreställning i genren nutida dans. Tidigare studier relaterade till samma projekt (Ferm Almqvist, 2020a; b) har visat på hur äldre människor genom sitt deltagande i olika musikaliska situationer och lärande sammanhang kan erfara känslan av att uppfylla hela sin potential, och därmed ändra sin syn på sig själva. Avgörande faktorer verkade vara hur de fick möjlighet att använda sig själva, varandra, sina kroppar, sina berättelser, och sina personliga estetiska uttryck. I den här analysen av materialet vill vi utifrån ett

filosofiskt fenomenologiskt perspektiv på ett fördjupat sätt fokusera deltagarnas kroppsliga erfarenheter, och beskriva och försöka förstå hur de upplevs som meningsfulla.

Förutom forskning som syftar till att förstå hur dans kan fungera som behandling eller terapi i relation till åldersåkommor som sömnproblem, demens, depression eller fysiska skador (Merom et al., 2016; Shum et al., 2014; Chan et al., 2011; Skingley & Vella-Burrows 2010; Tuckett et al. 2015), finns relevanta studier inom området "community dance" (Camic et al., 2014), där till exempel välmående i relation till kreativitet utgör ett centralt område (Hallam et al., 2016; Higgins, 2007). Lehrman's (1976) initiativ och modeller för fysisk och kreativ modern dans för äldre personer utgör ett exempel på ett värdefullt pionjärbete i detta sammanhang. Forskning inom området "community dance" har också visat att dans som social interaktion erbjuder tillfällen att uttrycka sig, koppla till livserfarenheter och forma identiteter (Barr, 2013; Hartogh, 2016; Green, 2000). Vidare står det klart att dansaktiviteter kan bidra till socialt välmående bland äldre människor (Camic et. al., 2014; In-Sil et al., 2015; Pearce & Lillyman, 2015; Phinney et al., 2014). Att dans- och musikaktiviteter erbjuder äldre människor hälsomässiga och sociala fördelar, och samtidigt bidrar till bildning eller livslångt lärande fann till exempel Söderman och Westvall (2017) i sin studie av kulturaktiviteter i en finsk förening i Sverige. Äldre professionella dansares kroppsliga erfarenheter är ett relativt väl beforskat område (Nakajima & Brandstetter 2017), men när det gäller äldres erfarenheter av den egna kroppen i danssammanhang, står endast ett fåtal studier att finna (Allen 2003; Kim & Oh 2021; Thornberg et al., 2012). I tidigare studier av deltagande i workshops ledda av koreografen Charlotta Övferholm (Ferm Almqvist, 2021; Andersson & Ferm Almqvist, 2020; Ferm Almqvist & Andersson, 2019), konstaterades att organiserad estetisk kommunikation öppnat upp för utforskande av existentiella frågor, vilket bidragit till att deltagarna utvecklats fysiskt och emotionellt. Studierna visade delvis hur koreografen påverkade möjligheter till deltagande genom hur workshopen designades, och vilken input som gavs i processen, vilken atmosfär som skapades, hur deltagarna använde sina kroppar och hur dans erbjöds som konstnärligt uttryck. Ett annat intressant

resultat studierna visade på var att utövande av dans bland äldre kan definieras på fyra relaterade aktivitetsnivåer, begreppsliggjorda med hjälp av Arendts (1958) idéer om *Vita Activa*: att röra sig med drivkraft en i en funktionell kropp, att förkroppsliga dans som uttrycksform, att använda dans i estetisk kommunikation och att reflektera över liv, kropp och dans.

I den här artikeln är vi intresserade av den upplevda meningsfullheten i sig. Det specifika syftet med föreliggande studie är att beskriva och analysera fenomenet *meningsfull kropp*. Studien är regionaliserad till workshops där tjugo äldre människor, i åldern 65 till 85 år, under ett års tid träffades ledda av en professionell koreograf Charlotta Öfverholm, där de tränade och repeterade inför en dansföreställning som också inkluderade andra konstnärliga uttrycksformer som musik, visuell konst och teater. Processen och föreställningen *Stories* utformades i hög grad med utgångspunkt i deltagarnas egenformulerade livshistorier.

Filosofiska utgångspunkter

För att kunna säga något om den meningsfulla kroppen har vi valt att använda oss av fyra fenomenologiska tänkare vars perspektiv på åldrande (Beauvoir, 1972), kroppslig upplevelse (Merleau-Ponty, 1962), kroppslig medvetenhet (Ahmed, 2006), och estetisk erfarenhet (Dufrenne, 1973) ger oss möjlighet att såväl få syn på som sätta ord på och beskriva deltagarnas erfarenheter, som att öka förståelsen för vad ett fenomenologiskt tankesätt har att bidra med till förståelsen av det (mellan)mänskliga.

Simone de Beauvoir (1972) uppmärksammar att människor är fria att skapa sig själva och sitt liv genom projekt de driver, och att mänsklig existens därmed inte har en förbestämd fixerad essens. I stället ser hon människor som ansvariga subjekt, med frihet att göra aktiva val. Mänskliga projekt är enligt henne ofrånkomliga konsekvenser av ansvariga aktiva val. Människor har därmed möjlighet att engagera sig i transcenderande projekt i världen, att överskrida eller utveckla de situationer de befinner sig i. Kroppslig erfarenhet av världen är sammankopplad med mänskliga

projekt, och erfarenheten av sådana projekt är intimt sammanflätade med den mänskliga kroppen. De förutsättningar som lägger grund för människors upplevelse av frihet influerar projekten och beskrivs av de Beauvoir (1949) som bestående av olika situationer; kroppen ses alltså både som en situation och i situationer. Situationer ska inte ses som absoluta utan som föränderliga i samspel med människor och värld. De innefattar saker som kan erbjuda möjligheter eller hinder i mänskliga projekt. Ett teoretisk grund där kroppen ses som en situation i situationer, för med sig en placering av mänsklig levd erfarenhet i en social kontext. Därmed blir en utgångspunkt att mänsklig existens konstitueras av vad människor gör, inte vad de är. de Beauvoirs tankar om åldrande bygger på samma förhållningssätt till mänsklig existens. Social, politisk, intellektuell och kreativ stimulans och aktivitet ses som viktiga även när människor blir äldre, då upplevelsen av kroppen förändras och transformeras såväl fysiskt som existentiellt. de Beauvoir understryker vikten av att lösa sådana identifikationskriser genom att människor accepterar nya bilder av sig själva, samt genom att hitta nya sätt att relatera till andra i takt med att kroppen förändras. Annars, hävdar hon, finns en risk att äldre människor drar sig tillbaka och reduceras till ett objekt för andra.

Med andra ord inverkar upplevelsen av framtida möjligheter på hur människor agerar i nuet. När åren går blir framtiden kortare och historien tyngre. Det finns en tendens att äldre människor identifierar sig med projekt de drev tidigare i sina liv, vilket gör att ålder hemsöks av minnen av barndom och ungdom. Att delta i kreativa och intellektuella aktiviteter, menar de Beauvoir (1972) utmanar vardagslivets strukturer och erbjuder i stället nya möjligheter. Att ta del i konstnärliga aktiviteter kan därmed ses som ett sätt att ta livet på allvar, och erbjuda sig själv möjligheter för varande och blivande. Åldrande ses av de Beauvoir som gemensamma likväl som individuella processer. Styrdokumenten som nämndes tidigare kan ses som indikationer på att samhället har krav på sig att skapa situationer där äldre medborgare kan utveckla och därmed bli sig själva och där att vara gammal är accepterat. För att tala med de Beauvoir: "we must live a life so committed, so justified, that we can continue to cherish it even when all our illusions are lost and our ardor for life has cooled" (1972,

s. 567). Ett sådant sätt att leva kräver ett medvetet förhållningssätt till dödens närvaro. de Beauvoir's filosofi om åldrande fungerar som en av utgångspunkterna vad gäller hur kroppen kan upplevas som meningsfull i situationer där äldre människor deltar, är och blir till i nutida dansaktiviteter.

Maurice Merleau-Ponty (1962) som var samtida med de Beauvoir, intresserar sig för människans delade medvetande i termer av att samtidigt existera som subjekt och objekt: Människor kan samtidigt som den högra handen vidrör den vänstra handens ovansida uppleva sig själva som den som berör och den som blir berörd, den som ser och den som blir sedd. Denna tudelning, som han liknar vid avigan och rätan i en stickning eller två sidor av samma mynt eftersom de alltid följs åt och bildar en sorts helhet där den ena alltid i någon mån ges företräde till den andra, är det han kallar sammanflätningen eller kiasmen (Merleau-Ponty, 1968).

Den kiasmiska strukturen återfinns också mellan subjekt, i de intersubjektiva mellanrum som uppstår när människor interagerar med andra människor. I mötet med en annan kan en människa vara såväl den seende som den som blir sedd, såväl det handlande subjektet som den som ett annat subjekt handlar emot. I essän *Sammanflätningen - kiasmen*, beskrivs förhållandet mellan dessa två medvetanden, den som ser (och kan påverka den andre med sin blick) och den som blir sedd (som kan påverkas av den andres blick), som två koncentriska cirklar eller två virvlar eller två sfärer, obetydligt de-centrerade, till varandra. I utfrågandet, det ögonblick då en människa intar en viss distans till sig själv, ligger också värderandet: när människor ser sig själva "utifrån", ser de sig så som andra ser dem, och jämför sig därmed med andra: människor blir till objekt inför sig själva. När synen på sig själv förändras är det just detta som skett: I tillbakadragandet, där också värderandet kommer in, har en människa gått från att se sig själv som meningslös bland andra meningsfulla till att se sig själv som meningsfull bland andra meningsfulla eller som en del av en meningsfull helhet. Denna syn på medvetande belyser den snabba skiftningen mellan det deltagarna beskriver som att å ena sidan uppleva sig själv som ett

agerande, levande subjekt, och att å andra sidan se sig själv som ett passivt, döende objekt.

Viktig i sammanhanget är också Merleau-Ponty's beskrivning av det aningslösa, naiva, värderingsfria varandet – the tacit cogito – människor ser och erfar världen inifrån sig själva, när de "lever aningslöst", i nuet, eller i stark närvaro. Det är "the tacit cogito" som möjliggör upplevelse av helhet, enhet och meningsfullhet, samtidigt som människor där blir sårbara och utsatta för andras påverkan. Här finns språk för att beskriva och förstå vilken betydelse tilliten till sammanhanget, gruppen och ledaren, har för att hindra eller möjliggöra individens upplevelse av mening.

Vi har vidare valt att gå i dialog med Sara Ahmed som i *Queer Phenomenology: Orientations, Objects, Others* (2006) diskuterar hur kroppars möjliga orientering påverkar hur världen, ur ett queert fenomenologiskt perspektiv, kan erfaras. Ahmed hävdar att människor genom handling uppfattar världar i relation till närheten mellan kropp och ting (*objects*), där ting inte bara behöver vara fysiska utan även tanketing, känslor och värderingar liksom mål och ambitioner. Men alla ting är inte tillgängliga för alla människor, vissa ting riktar sig mot vissa kroppar mer än andra. Det ting som kan nås är format av den orientering som kroppen redan har och den riktning som kroppen har är i sin tur format av det som kroppen är orienterad mot, som den kan nå. "What is reachable is determined precisely by orientation that we already have taken. Some objects don't even become objects of perception, as the body does not move toward them: they are 'beyond the horizon' of the body" (ibid. s.55). En sådan syn på människan ger att olika kroppar kan förlängas, sträckas ut på olika sätt utifrån de objekt som antas *vara för* den aktuella kroppen. En handling blir möjlig när kroppen och objektet "passar". De objekt som är tillgängliga skapar på detta sätt utrymmen där olika kroppar bor vilket bidrar till att kroppars riktninglinjer uppstår. Invanda linjer leder till att vissa orienteringar blir lätta och friktionsfria medan andra inte ens upplevs som möjliga. Kroppar förvärvar och förstärker linjer genom en kroppslig, repetitiv process där vissa handlingar är lättare än andra, de är närmare till hands då objekten för dessa handlingar är "inom synhåll". När orienteringen flyter på

är människor upptagna, inneslutna och "at home" som Ahmed beskriver det. Kroppar som inte håller sig till dessa linjer upplevs som desorienterade, eller "out of line". Sådana självförstärkande processer bidrar till att vissa objekt kommer närmare och andra längre bort vilket i sin tur kontinuerligt skapar och omskapar ett erfarandefält som förstärker kroppars möjliga linjer. Ahmed menar att en queer fenomenologi gör det möjligt att se och förstå hur historien sedimenteras i kroppar, hur människors orientering gör vissa handlingar möjliga och andra inte. Med en sådan medvetenhet blir det möjligt att överväga andra linjer som kan leda kroppar till andra objekt, andra orienteringar, andra linjer och därmed också andra erfarenheter, vilket är relevant och intressant i relation till det de äldre dansarna får möjlighet till i den verksamhet som studeras – samtidigt som det också nyanserar de Beauvoirs uppmaning att gå ut i världen och skapa projekt: vilka projekt som är tillgängliga för vem är en viktig fråga att ställa sig i detta sammanhang.

Att delta i dans som konstnärlig uttrycksform öppnar för möjligheten att göra estetiska erfarenheter. En viktig aspekt av estetisk erfarenhet är, estetisk förnimmelse *noesis*, eller varseblivning, eftersom det är där det estetiska "objektet" blir komplett, *noema* (Dufrenne, 1973). Synen på estetisk varseblivning lutar sig på ovan nämnda fenomenologiska utgångspunkter att människor är sammanflätade i *närvaro* där mening greppas som något som berör och engagerar, och där signifikans visar sig innan människan förstår sakens mening. Meningen behöver traversera kroppen, eftersom den finns immanent i varseblivningen "the sensuous". Dufrenne, en fransk fenomenologisk filosof som intresserade sig för estetisk erfarenhet, beskriver the sensuous som ett estetiskt tillstånd: ett böljande fram och tillbaka inom och utom olika gränser (1973). Därmed blir kontemplation, eller närvarande reflektion, viktig för förståelse. När Dufrenne vidare talar om representation och föreställning handlar det om att gå från det levda till det tänkta, från det presenterade till det representerade. Föreställningar och fantasi bidrar till det transcendentala, det överskridande, och kräver en syn på kropp och tanke som en helhet. Det gäller med andra ord att komma förbi det direkt upplevda och se det som att världen öppnar sig. Föreställning och fantasi i estetisk varseblivning kräver ett särskilt engagemang, en levd kropp och

transcendens, genom närhet och distans i samspel. Generellt ses funktionen av reflektion och känslor i varseblivning som att det första krävs för att förstå signifikans; "To undo its appearance in order to understand its law" (p. 370). Det andra handlar inte om att gå tillbaka till det som presenteras i närvaron, utan känslor ses som något som relaterar till en specifik kvalitet som gör att objektet befäster sin intimitet, erbjuder en ny attityd, och representationen har blivit något "annat". Även känslor i relation till estetiska objekts djup tas upp av Dufrenne, och det handlar om möjligheten att erfara det gömda och sublimala. Han understryker vikten av att knyta erfarenhet i nuet till det förgångna och identifiera sig med det förgångna och till vad människor har varit, vilket görs genom en specifik varseblivning - "testifying to the past". Konstighet och svårighet bidrar till djupet, att tillåta sig att bli förvånad och överraskad; världen behöver kontinuerligt visa sig som ny. Sådana aspekter av den estetiska erfarenheten kan relateras till de äldre människornas upplevelse av kroppslig meningsfullhet i det aktuella dansprojektet.

Regionalisering av fenomenet och fenomenologisk analys

För få tillgång till de äldre dansarnas levda erfarenheter, vilket är avgörande i fenomenologiska studier (Merleau-Ponty, 1962; Bengtsson, 1998), producerades ett material som grund för analys genom intervjuer med sex av deltagarna, fyra kvinnor (86, 80, 80, och 79 år gamla) och två män (70 och 72 år gamla). De sex personerna lever i eller nära Stockholm. Två av dem är dock födda utanför Sverige, i Storbritannien och USA. Studien följer svenska etiska råd och riktlinjer (Swedish Research Council, 2017). Deltagarna lämnade muntligt samtycke och informerades om att de när som helst kunde avsluta sitt deltagande i studien utan repressalier. Den forskare som följt projektet närmast, har kontinuerligt medvetet arbetat med närhet och distans, vilket fenomenologiskt parentessättande har hjälpt till med.

De områden som täcktes in av intervjun var: skäl till att delta, erfarenheter av deltagandet, att vara och bli till i dansaktiviteter, samt fysiska och känslomässiga reaktioner kopplade till ålder. Intervjuerna varade i 50-60 minuter vardera, transkriberades ordagrant och resulterade i fyrtio sidor text. Ur ett fenomenologiskt

perspektiv ses texten som en bred samling av uttryckta levda erfarenheter, vilka tillsammans ger tillgång till fenomenet *meningsfull kropp*. Följaktligen refereras inte någon av deltagarna personligen i resultatet av analysen.

Transkriptionerna analyserades enligt Spiegelbergs (1982) fenomenologiska metod i sju steg. Det första steget, som innefattar tre faser genomfördes individuellt, medan de följande sex stegen genomfördes kollektivt och individuellt av oss tre forskare om vartannat. Spiegelberg hävdar att respektive steg vanligtvis förutsätter de tidigare men att de inte nödvändigtvis behöver följa på varandra. Stegen ses här som parallella, och därmed möjliga att vandra emellan. I en fenomenologisk beskrivning söks det väsentliga och meningsfulla i fenomenet och det som inte alltid direkt går att avläsa (Hangaard-Rasmussen, 1996), syftet är med andra ord att ge fenomenet en fyllig framställning. De sju stegen är de följande: 1. utforska särskilda fenomen; 2. utforska generell "essens"; 3. begripa "essentiella" relationer mellan "essenser"; 4. iaktta former av hur fenomenet visar sig; 5. utforska konstituerandet av fenomenet i medvetandet; 6. fastställa tron på fenomenets existens och 7. tolka fenomenets mening.

Beskrivning av fenomenet: *En meningsfull kropp*

Analysen av den generella essensen i materialet visade att fenomenet *en meningsfull kropp* kunde beskrivas med hjälp av tre underliggande teman; Kroppen som *sammanflätad*, *gränsöverskridande* och *hemmahörande*.

Den sammanflätade kroppen

Den sammanflätade kroppen visar sig som sammanflätning *mellan de äldre, med tiden och i konstverket*.

Sammanflätning med varandra

Merleau-Ponty beskriver hur människor i mötet med en annan människa kan vara såväl den seende som den som blir sedd, såväl det handlande subjektet som den som ett annat subjekt handlar gentemot. När detta sker i ett estetiskt sammanhang kan människor upplevas som sammanflätade med varandra, som likvärdiga delar i

en större meningsfull helhet. Hur deltagarna genom processen fram till och genom framförandet av *Stories* sammanflätades med varandra återkommer kontinuerligt i intervjumaterialet. Att det varit möjligt uttrycks i termer av öppenhet, avsaknad av murar, liksom en positiv inställning, även mellan olika konstarter. Deltagarna understryker den kroppsliga kommunikationen, de har inte pratat sig fram till hur de interagerar, utan det har skett i de sammanhang de vågar kliva in i, som dansande kroppar. De litar på varandras rörelseuttryck och på att de strävar efter att göra något bra tillsammans. De understryker vikten av att den kroppsliga kommunikationen föregått i olika mindre och större konstellationer, och att det har byggt en gemenskap, en närhet, på kort tid, som varit spännande och stark och där de känt sig inkluderade.

De har också upplevt att de var och en har en funktion i gruppen, att de blir sedda och använda, med sina uttryck. De framträder som personer för sig själva och för varandra, samtidigt som de understryker att det inte handlar om någon enmansshow, vilket kräver att de ger sig hän, och är närvarande i sina kroppar, i ögonblicket, vilket i sin tur kräver lyhördhet för allas rörelser.

När man ska vara lyhörd för allas rörelser, på ett sätt i gruppen, och sin egen, och det ska verka naturligt, och det ska vara en del av en plan liksom, och när det funkar då är det ju en väldig lyckokänsla, för då är man ju en kugge i det här fantastiska konstnärliga maskineriet. Och bara skapar liksom, det är underbart.

Deltagarna pratar om att relatera till andra på äkta och trovärdiga sätt, och att det bidrar till att de lär sig om sitt eget kroppsliga uttryck. Dessutom får de inspiration av andras uttryck i sammanflätningen. De är sammanflätade i rörelse, de prövar, härmar och uttrycker tillsammans. De tänker tillsammans i rörelsen, oavsett tidigare erfarenheter, eftersom uttrycket hela tiden också uppfattas som föränderligt.

En del är vana, en del är ovana. Och då måste vi alla hjälpa till och göra det utan att prata om det. För vi diskuterar inte, för det är inte orden, utan det är uttrycket. Och där ligger en stor lärdom i att jobba med en sån här stor grupp, med många äldre människor.

Olikheterna förändras, och består. En del tar ut svängarna mer, andra mindre, men det accepteras, och de påpekar att de lär av varandra, genom att de tar varandras perspektiv i de kroppsliga mötena i sammanflätningen. Det blir också tydligt att de upplever att det de delar med sig av, som ligger dem varmt om hjärtat, blir mottaget som värdefullt och blir ett bidrag till den mänskliga gemenskapen.

... jag fick sitta och titta på när de andra dansade och tolkade min text.
Och det var så starkt, blev så djupt berörd så tårarna bara rann. Det var så vackert och berörande och inte bara av sorg utan också av glädje.

Deltagaren upplever sorg och glädje samtidigt – hon kommer i kontakt med den sorg hennes berättelse väcker, samtidigt som glädjen väcks genom att hennes berättelse blir gestaltad, sedd, varsamt lyssnad på och hanterad, vilket kan liknas vid vad Dufrenne definierar som estetisk erfarenhet. Hennes berättelse blir meningsfull när de andra behandlar den som meningsfull. Merleau-Ponty skriver om hur mänsikor när de rör vid en annan människa ges möjligheten att "se" dennes insida. Utifrån hennes egen upplevelse av att vara den som blir sedd kan människan sätta sig in i den andres upplevelse av att bli sedd.

Sammanflätning med tiden

När det gäller sammanflätning och tid understryker Dufrenne vikten av att knyta erfarenhet i nuet till det förgångna och identifiera sig med det förgångna, och vad människor har varit, vilket görs genom den specifika formen av varseblivning - "testifying to the past". Nedanstående citat visar på detta.

Det är vad man på riktigt förstår skapande är, vi är i stunden, vi skapar någonting från vår historia [...] det känns väldigt levande, att man på riktigt lever i stunden.

Hur det är att vara äldre år 2020 blir tydligt, men än tydligare blir hur det kan vara att vara en dansande människa. Dansen gör det möjligt att förflytta sig i tiden, samtidigt som minnena och tankarna om framtiden ligger till grund för hur dansen byggs upp och tar form, ett perspektiv som de Beauvoir betonar.

Då kommer den här fysiska, man blir speglad, man känner sig ung, som när vi provade kläder här om dagen så såg jag en massa unga kvinnor som gick omkring på golvet som inte jag hade sett tidigare.

När bagaget, som de deltagande uttrycker det, berättelserna, tas med in i aktiviteterna, försvinner åldern och tiden. Alla deltagare får tillfälle att möta varandras bagage, så som det förmedlas, och omforma det till ett gemensamt uttryck, i nuet.

Sammanflätning i konstuttrycket

Inte minst intressant är att analysen visar hur olika uttryck, tankar, rörelser och idéer sammanflätades i själva det konstnärliga uttrycket, i närvaron, vilket Dufrenne menar är en utgångspunkt för estetisk erfarenhet, och på samma gång konstituerade det. Sammanhanget mellan text och rörelse nämns som ett exempel.

Dans och text, ja det är ju bara att ta in det där innehållet och låta det få ett adekvat uttryck jag vet inte hur jag ska säga för det är något som bara går att göra.

I sammanflätningen i konstuttryck skapas mening. I konststycket blir det också tydligt hur de äldre sammanflätas med musiken. Kropparnas rörelser samspelar med musiken, med berättelsernas innehåll i dansuttrycket. I sammanflätningen mellan dans och text finns deltagarnas egna bidrag, egna berättelser, som sammanflätas i konstuttrycket. I sammanflätningen i föreställningen förvandlas scener genom utbyte av idéer, rörelser och föreställningar. Återigen tas närvaron fram som viktig; störande intryck lämnas åt sidan, för att fokus skall hållas på det gemensamma, där kropparna sammanflätas i uttrycket. Deltagarna uttrycker det som att de "släpper allt" och bara njuter, och ger sig hän i uttrycket. Med Merleau-Ponty blir det möjligt att säga att dansen hjälper dem att uppehålla sig i "the tacit cogito", den del av medvetandet som ger tillgång till upplevelsen av mening. Improvisationen blir viktig i sammanhanget, där det personliga ges utrymme i sammanflätningen.

Den gränsöverskridande kroppen

Analysen visar på fyra typer av relationer mellan kropp, gränser och gränsöverskridande: *kroppen som fysisk gräns och som möjlighet till*

gränsöverskridanden, gränser mellan att se eller bli sedd, gränsen mellan jaget och gruppgemenskapen, och slutligen, den estetiska dimensionen som ett pågående gränsöverskridande.

Kroppen som fysisk gräns och som möjlighet till gränsöverskridanden

Kroppen skildras som både fysisk gräns för vad som blir möjligt att göra och som den som möjliggör gränsöverskridande. I dansen med koreografen upplevs gränserna i form av den egna kroppens tänkta möjligheter möjliga att överskrida – plötsligt gör det inte ont längre, plötsligt orkar jag hålla på längre, plötsligt kan jag...– vilket i sin tur gör det möjligt att fortsätta vidare, att överskrida andra gränser genom att ta plats fysiskt men också genom att berätta, att synliggöra sin och andras historia. Kroppen blir tydlig som möjliggörare, som transformator, för gränsöverskridande både vad gäller sociala normer och “naturliga barriärer”. Sådana gränser bröts enligt deltagarna ner och överskreds när de arbetade tillsammans med andra med kroppen på det här sättet.

Gränser mellan att se och bli sedd

Till synes abstrakta gränser verkar således upplevas som mycket konkreta. Vid ett tillfälle nämner en deltagare att de med åldern tappat “den där rädslan och blicken utifrån hela tiden och bara ger sig hän och tycker det är häftigt” vilket med Merleau-Ponty kan beskrivas som förflyttningar mellan olika former av medvetande. Att vara *i sig själv* (the tacit cogito) till skillnad från att betrakta sig själv utifrån (the cartesian cogito), att inte vara *som sig själv* utan *i sin roll*, till exempel. Gränsen mellan att se sig själv som levande eller som döende är också central i materialet. Detta kan relateras till Ahmeds tankar om vad som finns inom räckhåll och för vem: den som upplever sin kropp som döende sträcker sig inte längre ut i rummet och förväntas inte heller göra det, med den levande kroppen tar plats och tas emot. Det som verkar centralt här är att deltagarna uppmanas att *gå in i sin roll*: rolltagandet kräver ett inifrån-fokus, en riktning och en särskild närvaro som förmår utövaren att samtidigt som denne uttrycker sig också *ta in* sina meddansare. Detta särskilda kiastiskt strukturerade fokus benämns alltså av Merleau-Ponty som “the tacit cogito” medan Dufrenne skulle beskriva det som att befinna sig i ett estetiskt tillstånd. Med Ahmed

blir det möjligt att säga att gränsen mellan "sig själv" och den roll en dansare tagit på sig att spela handlar om att inta nya utsiktspunkter genom att överskrida sin egen gräns, för att sedan orientera sig på nytt ifrån denna position.

Gränsen mellan jaget och grupp gemenskapen

Gränsen mellan jaget och gruppens gemenskap nämns återkommande, och uttrycks som att ge upp sig själv för något annat – vilket kan förstås som att överskrida det egna subjektets gräns. Flera av deltagarna talar om att ge efter för, följa med i, hålla sig kvar i, släppa taget om, gå upp i - antingen processen, sig själv, musiken, gruppen, eller att underställa sig koreografens, Charlottas, vilja och intention. Det verkar handla om att på olika sätt hålla sig inom eller överskrida det egna subjektets gränser och träda in i en (gemensam) sfär där de får förhålla sig till, (fri)villigt acceptera, ett annat subjekts, gränser. Fysiska masscener beskrivs av en deltagare som upplevelsen av att vara "en kugge i det här fantastiska konstnärliga maskineriet", vilket kan beskrivas som en subjektsoverskridande erfarenhet av att uppgå i en kiastiskt strukturerad helhet.

Den estetiska dimensionen - ett pågående gränsöverskridande

En av deltagarna sätter ord på upplevelsen av dansprojektet som att "få vistas i den estetiska dimensionen", vilket av andra deltagare beskrivs som ett utforskande, ett brytande av ny mark, ett ständigt pågående gränsöverskridande, eller som Dufrenne definierar det estetiska tillståndet, the sensous: ett böljande fram och tillbaka inom och utom olika gränser (1973). Denna upplevelse sätts i kontrast till upplevelsen av det egna åldrandet som av deltagarna beskrivs som att tvingas förhålla sig till eller hålla sig inom olika gränser, gränser som dessutom upplevs flytta sig närmare och begränsa handlingsutrymmet ju äldre människan blir – exempelvis gränsen för vad den åldrande kroppen klarar av fysiskt, eller vad omvärldens normer bestämmer i form av outtalade eller uttalade åldersgränser och förväntningar.

Den hemmahörande kroppen

I materialet visade sig den hemmahörande kroppen som *en helande kropp, en hel kropp* som gradvis blir mer och mer *närvarande*, "at home" för att använda Ahmeds begrepp.

Den helande kroppen

Deltagarna beskriver på olika sätt att dansandet bidrar till att de upplever sina kroppar på mindre smärftfulla och mer funktionella sätt än tidigare. Rörelser som tidigare upplevts som svåra eller omöjliga blir möjliga och ibland till och med njutbara. Dansen bidrar till nya kroppsliga möjligheter trots olika fysiska hinder som kan föreligga, vilket leder till att identifikation som äldre tycks försvinna.

Och det var märkligt att se hur den här förvandlingen in till den unga kvinnan, och den unga mannen, i rörelseträningen, för man upptäcker, jag kan faktiskt röra mig. Jag kan göra rörelser. Jag kan dansa utan att det blir väldigt konstigt. Och då kommer den här växten.

Vidare kontrasterar deltagarna dansen mot upplevelsen av att träna på ett gym som beskrivs som "statiskt". En deltagare beskriver hur en sjukgymnast kan hjälpa till med att visa hur kroppen ska användas för att "hindra den där kotan som glider" men utan att det innebär något av den lustfylldhet som dansen inbegriper. Dansandet beskrivs som något som skapar glädje över att vara *i* kroppen. En deltagare söker förklara det kroppsliga helandet som att det beror på att det kroppsligt svåra/smärtsamma glöms bort för att "tankarna är i dansen", vilket med Dufrenne skulle kunna beskrivas som att deltagarna befinner sig i det estetiska tillståndet, *the sensous*. Riktadheten mot dansen och det konstnärliga uttrycket bidrar till att hela kroppen engageras. Rörelsen görs av en tydlig anledning, har en tydlig mening, ett fokus som inte är vad kroppen är van vid vilket gör att den kan upplevas på nya sätt. Det kan jämföras med Ahmeds tankar om möjligheten att förlängas i en riktning, och Merleau-Pontys om att uppleva världen naivt och öppet i "the tacit cogito". Det finns även beskrivningar i materialet som handlar om att hela det psykiska välbefinnandet i den dansande kroppen:

Det har blivit en väg till en väldig frihetskänsla och en kunskap om mig själv, både min dagsform, både fysiskt och psykiskt och hur mycket jag kan ge mig hän, som sagt var, var jag har spänningar eller smärta eller så, och psykiskt alltså, vad jag kan, jag har varit med en del i fri dans förut, i olika sammanhang, så det var inte helt första gången, men det händer att jag får tillgång till känslor och jag kan lösa "problem" som jag inte gör genom tänkande utan det är kroppen som löser dem om du förstår vad jag menar, åt mig på något sätt, de hittar en väg till försoning på något sätt, sånt som pågår i kroppen kanske eller mer i själen liksom.

Dessutom framkommer beskrivningar som visar på att ovanstående aspekter av den helande kroppen, både den fysiska och psykiska, bidrar till en framtida kropp som är helad och sund. En sådan erfarenhet kommer troligen att förhindra ett förtvinande eller ett stelrande i en fast (fysisk och psykisk) form.

Den hela kroppen

Den helande kroppen påverkar således hur deltagarna erfar sitt fysiska och psykiska mående. Vissa deltagare beskriver det som att kroppen erfars som hel, fysiskt. En deltagare beskriver det som att dansandet har bidragit till att *hela kroppen rör sig* vilket inte varit erfarenheten sedan tidigare, eftersom det i tidigare dansande aktiviteter mest varit "underkroppen som rör sig". Medverkan i *Stories* har med andra ord inneburit en utmaning men att den utveckling kroppen genomgått upplevts som lustfylld. En annan deltagare beskriver en annan slags helhet, att *hela* människan kommer till uttryck:

Jo, dansen betyder för mig att man känner, man är hel, man känner någonting och sedan uttrycks det med kroppen, det är ingenting man döljer, om man vill dölja kan man dölja, om man vill imitera kan man imitera, men man kan också göra det som en bro mellan vad jag har inne i mig och hur jag uttrycker mig utombords. Så jag tycker det är ganska spännande.

Det visar sig med andra ord att kroppen i dansen blir hel, i linje med de filosofer vi lutar oss på, tvingas användas i sin helhet, vilket leder till att deltagaren också

upplever sig själv som hel– vilket i sin tur verkar hänga samman med att uppehålla sig i den estetiska, gränsöverskridande dimensionen Dufrenne talar om.

Den närvarande kroppen

Det lustfyllda och levande som återkommer i beskrivningarna av den helande och hela kroppen glider över i den närvarande kroppen som i sin tur är i kontakt med självet.

(A)tt få möjlighet att känna sin kropp på det sättet, som hon får oss att röra oss på. Det här mjuka, ledade, lealösa, det var fantastiskt tycker jag (...) Jag bara känner mig så levande. När jag är i dansen känner jag mig levande och är i djup kontakt med mig själv.

Förutom ovanstående citat finns återkommande beskrivningar i materialet som visar på att dansen skapar en kroppslig och mental ”här och nu”-känsla. Den bidrar enligt deltagarna till att de kan ”vara där 100%” vilket de hävdar att livet ska gå ut på. Närvaron knyts vid flera tillfällen till en känsla av ett levande liv. Materialet erbjuder också flera beskrivningar som kopplar kroppens närvaro i dansen till känslor. Det uttrycks att känslan i dansen bidrar till kroppens närvaro. Känslans uttryck i kroppen skapar ett fokus, ett lugn, en närvaro. En informant uttrycker det som att den kroppsliga närvaron i dansen bidrar till ett fokus som ”blir oerhört spännande, det blir anspänt, det blir lyckligt.” Att känna fokus, tas upp som en förutsättning för att nå andra människor och att beröra och kommunicera det som är viktigt. En meningsfull kropp är levande och har en plats, en uppgift att fylla, den ger en känsla av att vara hemma (Ahmed, 2016) vilket kan liknas vid Dufrennes (1973) estetiska tillstånd.

Diskussion

I det följande diskuterar vi tankar som utvecklats genom den fenomenologiska analysen av de äldre dansarnas uttryckta erfarenheter och i samspel med fenomenologisk filosofi rörande ålder, medvetande, existens och estetik. Deltagarnas erfarenheter av att delta i dansworkshops, träning och föreställning med koreografen utgör en region av världen vi använt som utgångspunkt för att beskriva och förstå fenomenet meningsfull kropp. I analysen har vi funnit att de tre fenomenella

aspekterna Den sammanflätade kroppen, Den gränsöverskridande kroppen och Den hemmahörande kroppen samspelar och bildar en helhet som bidrar till upplevelsen av meningsfullhet: dansarnas egna kroppar, som i det vardagliga livet kämpar emot känslor av överflödighet, dysfunktionalitet och döende upplevs här som sin motsats: som behövda, funktionella och levande. De har blivit meningsfulla kroppar. Som en konsekvens av Den meningsfulla kroppen har vi vidare funnit ytterligare en aspekt: Glädje. När kroppen upplevs meningsfull sipprar glädjen fram hos deltagarna.

Gränsöverskridanden, nya möjliga linjer, som träder fram ur materialet

Flera av deltagarna beskriver en trötthet och uppgivenhet i relation till samhällets normer, de understryker att det inte hör till att människor i deras ålder ska känna glädje i sin gamla slitna kropp, de är *out of line* (Ahmed, 2006). Det finns förutfattade meningar i samhället som understryker att glädjen i kroppen finns hos de perfekta, unga, vältränade kropparna (de kroppar som är "i linje" med rådande föreställningar om vilka kroppar som kan passera, Ahmed). Dock uttrycker de äldre dansarna att de upplevt tillåtelse att vara glada i och för sina kroppar (cf de Beauvoir, 1972). Det har funnits en öppenhet för möjligheten att känna glädje över och i kroppen trots ålder och krämpor, utan skam. Utveckling är ett annat område som inte förväntas av den som är "i avveckling", åldrad, på väg mot döden. Att uppleva utveckling uttrycks av deltagarna som ett gränsöverskridande som skapar entusiasm och glädje. Det blir tydligt att dansprojektet blivit till ett sammanhang där deltagarnas kroppar kan orientera sig på nya sätt vilket bidrar till att "linjer" uppstår för dem.

Estetiskt tillstånd, estetisk dimension och estetisk erfarenhet

Glädjen i att vara närvarande, att uppslukas, att vara "helt med" i det en människa gör kan relateras till Ahmeds (2006) tankar om att vara "at home". Det ger i sin tur rum för glädje och mening, en upplevelse av att vara levande. Att känna sig levande visar sig handla om att vara i mitt i livet, i det levande, inte i utkanten av det; en upplevelse som i sig skapar glädje: Glädjen i att uppfatta sig själv som *fertil* i bemärkelsen en skapande varelse; en varelse som kan skapa och driva projekt.

Det tillstånd som uppnås när kroppen upplevs som meningsfull och genererar glädje kan beskrivas som ett estetiskt tillstånd, vilket efter ett visst mått av kontempleration blir till en estetisk erfarenhet (Dufrenne 1973). De olika *noema* (meningsfulla delar i helheten) som i dansprojektet bildar den för deltagarna gemensamma estetiska erfarenheten – upplevelsen av gränsöverskridande, hemmahörande, sammanflätande – ser olika ut mellan deltagarna eftersom upplevelsen av gränser är subjektiv och hör samman med tidigare personliga erfarenheter. På det viset blir erfarenheten grundad i varje subjekt, samtidigt som den ger en känsla av att uppgå i och vara en del av en större gemenskap. Den närvaro som är förutsättningen för att kunna införliva det personliga och utforska gränsen mellan sig själv och rollen och som med Merleau-Ponty kan beskrivas som att befinna sig i the tacit cogito framstår som avgörande. Hela processen skapar glädje, tillfredsställelse och upplevs som upplyftande, ”fantastisk” – vilket är motsatsen till den sorg, frustration, och skam som för de äldre annars ofta ”lurar i vassen”. Världen, inklusive den egna kroppen, uppfattas som en meningsfull helhet; en estetisk erfarenhet.

Avslutande sammanfattning

Sammanfattningsvis kan vi konstatera att materialet beskriver att deltagarna upplever glädje över att vara delaktiga i projektet, och att denna glädje upplevs som en konsekvens, som något som tränger fram när utrymme ges för upplevelser av mening. Upplevelsen av glädjen i sig beskrivs av deltagarna som en kroppslig känsla av tillfredsställelse, det ”sprittr”, det finns ett lugn, det finns en värme, det finns liv. Glädjen hos deltagarna i detta specifika projekt uppstår som en konsekvens av upplevelsen av mening: när kroppen upplevs som sammanflätad (ser och blir sedd, hörs och blir hörd, behöver och är behövd, tar emot och tas emot), när den upplevs som kapabel att överskrida och förflytta gränser (fysiskt/frisk/stark och levande, mänsklig, njutningsfull, skapande, i utveckling, i ett pågående gränsöverskridande) och när den upplever sig som hemma (kropp och själ som en helhet, närvarande till stunden och det gemensamma estetiska projektet, hemmahörande, härvarande på plats). Ju mer mening desto mer glädje, ju mer glädje desto djupare blir upplevelsen, vilket skapar mening på nya nivåer, som i sin tur skapar ännu mer glädje.

Meningsfullheten verkar upplevas som en positiv spiral där det ena genererar mer av det andra i ett växelspel. Koreografen Charlotta har med sitt projekt skapat en plats, ett sammanhang, där äldre människor upplever att alla delar får ta plats samtidigt; det förflutna, nuet, och framtiden. Platsen utgör ett sammanhang där var och en känner sig trygg i sin kropp, njuter av sin kropp, och tar sig själv, sin historia och sin kropp på allvar. Det är ett sammanhang där det blir möjligt att se sig själv som meningsfull - utan rädsla för att bli förlöjligad eller förminskad. Genom dans som estetisk erfarenhet verkar det således vara möjligt att uppleva frihet från samhällets normer (som annars gör sig påmind varje dag) och att uppleva sig ha en trygg plats, ett tryggt hem, *i* och *med* sin kropp. I materialet är det också tydligt att koreografen Charlotta Övferholm spelar en stor roll i möjliggörandet av kroppsligt hemmahörande genom sitt förhållnings- och arbetssätt, något vi dock valt att inte gå närmare in på i föreliggande artikel. Vidare skulle det vara intressant att genomföra liknande studier med fokus på funktionsvarierade kroppar.

Om Författarna

Cecilia Ferm Almqvist är professor i pedagogik vid Södertörns högskola och i musikpedagogik vid Stockholms musikpedagogiska institut, och har under drygt tjugo års tid forskat med fokus på demokrati, likvärdighet, inkludering, kommunikation och estetiska uttryck i pedagogiska sammanhang. Hon brinner för allas rätt till konstuttryck, och att utbildning på flera nivåer erbjuder estetiska erfarenheter inom och utom institutioner. Hennes forskning är omfattande och publicerad i såväl konstpedagogiska som pedagogiska internationella tidskrifter.

Lotta Björkman har bakgrund som gymnasielärare i drama och samhällskunskap med tydligt fokus på demokratisering, estetiska lärprocesser och normkritiska perspektiv. Hennes forskningsintresse som doktorand rör antidiskriminering och inkludering ur ett brett perspektiv samt hur inkludering kan förstås som ett didaktiskt fenomen ur elevers perspektiv. Vetenskapsteoretiskt befinner sig hennes

avhandlingsprojekt inom det fenomenologiska området, särskilt inriktat mot Merleau-Pontys tänkande.

Petra Lundberg-Bouquelon har undervisat som adjunkt i estetiska lärprocesser vid Södertörns högskolas lärarutbildning sedan 2009 och kontinuerligt varit delaktig i utvecklingen av estetiska lärprocesser som fokusområde för lärarutbildningen. Undervisningen sker inom ramen för såväl den utbildningsvetenskapliga kärnan som i didaktikkurser, med utgångspunkt i estetiska uttryck som dans, drama, bild, musik, film och poesi. Som doktorand intresserar hon sig för hur estetiska uttryck, specifikt drama, kan bidra till studenters utvecklande av professionellt omdöme.

Referenser

- Ahmed, S. (2006). *Queer phenomenology*. Duke University Press.
<https://doi.org/10.1515/9780822388074>
- Allen, C. K. (2003). Irish Ce'ili' Dance and Elderly Dancers. *American Journal of Dance Therapy*, 25(2), 11-122.
<https://doi.org/10.1023/B:AJOD.0000004758.46078.a6>
- Andersson, N. & Ferm Almqvist, C. (2020). "To get the chance to dance myself" - dance as democracy among people 65+. *Research in Dance Education*, 21(3), 262-279. <https://doi.org/10.1080/14647893.2020.1766007>
- Arendt, H. (1958). *The Human Condition*. University of Chicago Press.
- Barr, S. (2013). Learning to learn: A hidden dimension within community dance practice. *Journal of Dance Education*, 13(4), 115-21.
<https://doi.org/10.1080/15290824.2012.754546>
- Bengtsson, J. (1998). *Fenomenologiska utflykter*. Daidalos.
- Camic, P. M., Tischler, V. & Pearman, C. H. (2014). Viewing and making art together: A multi-session art-gallery-based intervention for people with dementia and their carers'. *Aging & Mental Health*, 18(2), 161-68.
<https://doi.org/10.1080/13607863.2013.818101>
- Chan, M. F., Wong, Z. Y., Onishi, H. & Thayala, N.V. (2011). Effects of music on depression in older people: A randomised controlled trial. *Journal of Clinical Nursing*, 21(5&6), 776-8. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2702.2011.03954.x>
- de Beauvoir, S. (1972). *The coming of Age*. Norton & Company.
- Dufrenne, M. (1973). *The Phenomenology of Aesthetic Experience*. Northwestern University Press.

- Ferm Almqvist, C. (2021). Distance dance as an actor network: issues of human and non-human becoming in virtual dance workshops for older adults during the Covid- 19 pandemic. *Dance Articulated*, special issue: *(RE)IMAGINING DANCE IN THE AGE OF DISTANCE*, 7(1).
<https://doi.org/10.5324/da.v7i1.4225>
- Ferm, Almqvist, C. (2020a). Contemporary dance as being and becoming in the age of aging - existential aspects of (arts) education among elderly amateur dancers. *European Journal of Adult Learning*, 13(1).
<https://doi.org/10.3384/rela.2000-7426.2257>
- Ferm Almqvist, C. (2020b). Stories and the life cabaret - dwelling and becoming in music: creation of a multi art dance performance among people over 65. *International Journal of Community Music*, 1(3), 1-16.
https://doi.org/10.1386/ijcm_00023_1
- Ferm Almqvist, C. & Andersson N. (2019). To offer dance as aesthetic experience and communication among people 65+. *International Journal of Education and the Arts*, 20(12). <http://www.ijea.org/v20n12/>
- Ferm Almqvist, C., & Hentschel, L. (2022). Becoming musical performance artists - Challenging organisational norms and traditional Municipal Arts School structures. *Journal for Research in Arts and Sports Education*, 6(3).
<https://doi.org/10.23865/jased.v6.3586>
- Green, J. (2000). Power, service and reflexivity in a community dance project. *Research in Dance Education*, 1(1), 53-67.
<https://doi.org/10.1080/14647890050006587>
- Hartogh, T. (2016) Music geragogy, elemental music pedagogy and community music - Didactic approaches for making music in old age. *International Journal of Community Music*, 9(1), 35-48. https://doi.org/10.1386/ijcm.9.1.35_1
- Hallam, S., Creech, A., Varvarigou, M., McQueen, H. & Gaunt, H. (2016). The facilitator of community music-making with older learners: Characteristics, motivations. *International Journal of Music Education*, 34(1), 19-31.
<https://doi.org/10.1177/0255761415617039>
- Hangaard-Rasmussen, T. (1996). *Kroppens filosof: Maurice Merleau-Ponty*. Semi-forlaget.
- Higgins, L. (2007). Acts of hospitality: The community in community music. *Music Education Research*, 9(2), 281-292.
<https://doi.org/10.1080/14613800701384441>
- In-Sil, P., Ji-Young, K., Soon-Jeong, C. & Hyun-Jung, P. (2015). The relationship between wellbeing tendency, health consciousness, and life satisfaction

- among local community dance program participants. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 205, 211-20.
<https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2015.09.061>
- Kim, Y- Kim & Oh, J-Z. (2021). Motivation and Meaning of the Elderly Women's Line Dance Experience. *Journal of Digital Convergence*, 19(2), 471-479.
<https://doi.org/10.14400/JDC.2021.19.2.471>
- Lerman, L. (1976). *Teaching Dance to Senior Adults*. Charles C. Thomas Publisher.
- Merom, D., Grunseit, A., Eramudugolla, R., Jefferis, B., Mcneil, J. & Anstey, K. J. (2016). Cognitive benefits of social dancing and walking in old age: the Dancing Mind randomized controlled trial. *Frontiers in aging neuroscience*, 8.
<https://doi.org/10.3389/fnagi.2016.00026>
- Merleau-Ponty, M. (1962). *Phenomenology of Perception*. Routledge.
- Merleau-Ponty, M. (1968). *The Visible and the Invisible: Followed by Working Notes*. Northwestern University Press.
- Nakajima, N & Brandstetter (Red.) (2017). *The aging body in dance. A cross-cultural perspective*. Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781315515335>
- Pearce, R. & Lillyman, S. (2015). Reducing social isolation in a rural community through participation in creative arts projects. *Nursing Older People*, 27(10), 33-38. <https://doi.org/10.7748/nop.27.10.33.s22>
- Phinney, A., Moody, E. M. & Small, J.A. (2014). The effect of a community-engaged arts program on older adults' well-being'. *Canadian Journal on Aging*, 33(3) 336-45. <https://doi.org/10.1017/S071498081400018X>
- Shum, A., Taylor, B. J., Thayala, J. & Chan, M. F. (2014). The effects of sedative music on sleep quality of older community-dwelling adults in Singapore. *Complementary Therapies in Medicine*, 22(1), 49-56.
<https://doi.org/10.1016/j.ctim.2013.11.003>
- Skingley, A. & Vella-Burrows, Tr. (2010). Therapeutic effects of music and singing for older people. *Nursing Standard*, 24(19), 35-41.
<https://doi.org/10.7748/ns2010.01.24.19.35.c7446>
- Spiegelberg, H. (1982). *The phenomenological movement. A historical Introduction*. Martinus Nijhoff Publishers.
- Swedish Research Council. (2017). *Good Research Practice*. Swedish Research Council.
- Söderman, J., & Westvall, M. (2017). Community Music as Folkbildning: A study of a Finnish Cultural Association in Sweden. *International Journal of Community Music*, 10(1), 45-58. https://doi.org/10.1386/ijcm.10.1.45_1

Cecilia Ferm Almqvist, Lotta Björkman, Petra Lundberg-Bouquelon
Den meningsfulla (äldre dansande) kroppen

Thornberg, I., Lindquist, I. & Josephsson, S. (2012). Experiences of healthy elderly participating in a creative dance workshop. *Advances in Physiotherapy*, 14,2. 71-77. <https://doi.org/10.3109/14038196.2012.662696>

Tuckett, A. G., Hodkinson, B., Rouillon, L., Balil-Lozoya, T. & Parker, D. (2015). What careers and family said about music therapy on behaviors of older people with dementia in residential aged care. *International Journal of Older People Nursing*, 10(2), 146-57. <https://doi.org/10.1111/opn.12071>

Webbkällor

Nationella kulturpolitiska mål.

<https://www.kulturradet.se/om-oss/sa-arbetar-vi/kulturpolitiska-mal/>

The European Agenda For Culture, 2018.

<https://eur-lex.europa.eu/legal-content/EN/TXT/?qid=1527241001038&uri=COM:2018:267:FIN>