

## SANSERNE

De fleste af os har dem. Samtlige seks. Men hvor meget og hvordan vi bruger dem, er individuelt. Fælles er dog, at jo mere opmærksomhed vi giver vores sanser, jo mere skærpede og trænedede bliver de også. I seks uger sætter vi fokus på sanserne én for én – syns-, høre-, føle-, smags-, lugtesansen samt den mere intuitive sjette sans. Vi har talt med en kunstner, en blind musiker, en kroppsyke-terapeut, en tester fra et smagspanel, en videnskabskribent, en afspændingspædagog og clairvoyant, og alle har de givet deres personlige definition på, hvordan vi bruger sanserne. Læs med, og bliv forhåbentlig klogere.



Som den eneste af sanserne spiller lugtesansen sammen med de centre i hjernen, vi bruger til at træffe beslutninger med.

Lugten af appelsin kan måske få dig helt i julehumør, selvom det er midt i marts. Måske får du følelsen af total samhørighed, hvis det er sådan, du har det med julen, siger videnskabskribent Thomas Raab.



## Din udkårne skal lugte af immunforsvar

Lugtesansen er den eneste af vores sanser, der har særstatus. Hvor de andre sanser afleverer deres besked bagest i hjernen, har lugtesansen direkte adgang til de centre midt i hjernen, hvor vi træffer afgørende beslutninger. I valget af partner har lugtesansen derfor også en finger med i spillet.

AF LENE OUTZEN FOGHSGAARD. FOTO: ANITA JOSEPHINE WALES

– Er det rigtigt, når forskerne siger, at vi lugter os frem til vores kæreste?

Jeg stiller ham spørgsmålet som et af de første, men Thomas Raab, der er videnskabskribent og foredragsholder og blandt andet besvarer spørgsmål i hjerneforsker Peter Lund Madsen netbrevkasse, har god tid.

– Bare rolig, det kommer vi til, siger han og begynder i stedet en forklaring om hjernens opbygning.

– Men hvad er det præcis, vi lugter efter, når vi leder efter manden eller kvinden i livet, spørger jeg igen, for jeg må altså vide det.

Eksperten holder en lille pause, nærmest smiler igennem telefonen og starter så, hvor han ellers ville slutte – nemlig ved kønsdriften!

– Det er meget få af os, der registrerer de påvirkninger, lugtesansen sender os i forbindelse med partnervalg. Det sker helt

ubevidst. Det typiske eksempel inden for forskningen er T-shirt-testen. En række heteroseksuelle forsøgspersoner, lige mange mænd og kvinder, fik hver en T-shirt på, som de skulle gå og svede i en hel dag. Bagefter blev T-shirtsene lagt op på en række, mænd for sig og kvinder for sig. Grupperne skulle nu via lugtesansen udvælge en partner blandt det andet køn. Det viste sig nu, at forsøgspersonerne valgte den person, hvis immunforsvar var mest forskelligt fra deres eget. Det handler om overlevelse.

### DEN ÆLDGAMLE HJERNE

Thomas Raab forklarer, at vi helt instinktivt vil søge en partner i livet, som komplementerer os. En partner, hvis immunforsvar er så forskelligt fra vores som muligt, så vi i fællesskab kan sikre vores børn mest optimalt imod sygdomme.

At vi i de seneste hundrede år – i hvert fald i den vestlige verden – har levet i et samfund med et toptunet sundhedssystem, gør ifølge videnskabskribenten ingen forskel.

Hjernen reagerer, som den har gjort i årtusinder – per instinkt og for at overleve. Sådan har den været indrettet siden tidernes morgen. Men betyder det så, at man som par kan lade sig sved-teste for at konstatere, om man har giftet sig med den rette? Thomas Raab griner.

– Så vidt jeg ved, er den slags forsøg aldrig blevet lavet, måske fordi ingen tør stille op. Nej, hånden på hjertet – lugten af et andet menneske er kun én af mange faktorer. Forskningen viser uden tvivl, at partnerens lugt i stor grad påvirker os følelsesmæssigt. Men at der er mere på spil i jagten på kærligheden, er forskerne også enige om. Faktum er dog, at hvis vi oplever, efter at have lært en potentiel partner at kende, at vi alligevel ikke har de store følelser for vedkommende – så kan det være lugtesansen, der har givet sit besyv med.

### GOD LUGT VIRKER POSITIVT

Hvor syns- og høresansen har hjemme i den bageste del af hjernen, hvor vi skaber vores primære virkelighedsopfattelse – altså forestillingen om verden omkring os i billede og lyd – er lugtesansen den eneste sans med direkte adgang til centre midt i hjernen. Ud over at huse

følelserne og hukommelsen har de centre forbindelse til den vigtige forreste del af hjernen, hvor vi træffer vores beslutninger om rigtigt eller forkert. Det er her, vi afgør – blandt andet ved hjælp af lugtesansen – om vi føler os frastødt eller tiltrukket af de mennesker og ting, vi møder. Thomas Raab refererer til en anden undersøgelse. Her blev en række forsøgspersoner udsat for en ubevidst lugtpåvirkning, mens de blev bedt om at tage stilling til portrætter af for dem ukendte mennesker. Mens de vurderede billederne, var der henholdsvis god og dårlig lugt i lokalet.

Eksperten understreger, at der med ubevidst lugtpåvirkning menes lugte, der bliver opfattet ligesom muzakken i et supermarked, altså at du som kunde nok registrerer den, men ikke lytter til den. Der var altså ikke tale om tydelige, genkendelige lugte, som forsøgspersonerne kommenterede, straks de kom ind – for eksempel lugten af nybagt brød eller sur mælk.

Undersøgelsen konkluderede, at en god lugt i lokalet ubevidst fik de ukendte personer til at fremstå positive, hvorimod selv samme personer blev opfattet negativt af forsøgspersonerne, når lugten i rummet var dårlig. Men hvad er god, og hvad er dårlig lugt? Er vi enige om det? Videnskabskribenten forklarer, at det er vi i grove træk, men også her skiller lugtesansen sig ud fra de andre sanser. Lugte-

sansen er en meget subjektiv sans, så personlig, at vi ikke har et fælles sprog til den. Når vi skal beskrive en lugt for andre, er den eneste måde at gøre det på ved at referere til andre lugte, vi selv eller den over for os kender til. Vi kan f.eks. ikke bare forklare en lugt som rund og gul og varmblodig! Sproget er ikke dækkende. Og tegne en lugt, det går heller ikke. Men hvorfor er det sådan?

### LUGTEN AF KLEMENTIN

– Når vi ser på os mennesker, er der ingen tvivl om, at den måde vi oplever og tænker verden på, sker i billeder og lyd. Det er jo ikke tilfældigt, når vi ser fjernsyn, at billeder og lyd er tilstrækkeligt til at gøre verden troværdig – vi lever fint med, at TV'et ikke udsender lugte.

Den historiske forklaring går cirka 65 millioner år tilbage, til dengang de fleste pattedyr jagede føde om natten, fordi dinosaurerne hærgede om dagen. Da dinosaurerne døde, fik natteravnene mulighed for at jage om dagen, og vores forfædre fandt ud af, at hvor de før var dybt afhængige af lugtesansen, kunne de nu bruge synet til at opdage fødeemner. Faktisk udviklede de ret hurtigt en eminent farvesans.

Lugtesansen blev skubbet i baggrunden til fordel for synsansen, og sådan er det stadig den dag i dag. Og dog. For vi kommer ikke udenom, pointerer Thomas Raab, at selvom lug-

tesansen måske ikke har noget sprog at komme til orde i, så er det den af vores sanser, der giver os de suverænt mest intense erindringsoplevelser. Hverken fotos, lyde eller berøringer får os i samme nærværende grad til at huske tilbage og mindes.

– I og med lugtesansen kommer i umiddelbar nærkontakt med både følelser og hukommelse inde i hjernen, har den en særlig betydning for vores erindringsoplevelse. Du træder måske midt i april ind i en elevator, hvor der lugter af klementin, og straks er du hensat til juleaften og følelsen af total samhørighed, hvis det er sådan, du har det med julen. Eller modsat er du måske ved at kløjes i turen, fordi den lugt minder dig om en højtid, der var alt andet end idyl. En lugt kan få dig til at sitre af glæde eller vrede og hvine af fryd eller ubehag. En lugt kan påvirke kroppen på under et sekund.

Træning af lugtesansen handler om fokus. Thomas Raabs opfordring lyder, at vi fokuserer på lugtene omkring os og nyder, at vi har et indbygget system, der kan berige verden. For ham er den gode lugtopplevelse direkte forbundet med nydelse. Smagsansen ville komme til kort uden lugtesansen som følgesvend, slår han samtidig fast. Det er lugtesansen, der giver nuancerne.

Læs i næste uges FEMINA, hvordan afspændingspædagog Susanne Kihlgast opfatter den intuitive sjette sans.