

UNITED WISDOM

Упущенная альтернатива, которую воображение делает идеальной

Свобода и действие

Andrey Zarinsh & Maria Evilkut

A-07-N02 · RU

@andrey.zarinsh @ilkutki

Упущенная альтернатива, которую воображение делает идеальной

Эпиграф

«Альтернативы прошлым событиям».

Kai Epstude и Neal Roese, 2008, abstract, первое предложение: собственный русский перевод короткой части определения контрфактических мыслей. Речь о мысли, а не о наблюдавшейся иной жизни. Первичный контекст.

О чём эта статья

После выбора непрожитый вариант иногда становится удивительно цельным. В нём есть удачная работа, лёгкие встречи и время для того, чего не хватает сейчас. Своя жизнь известна вместе с усталостью, очередями и необходимостью договариваться; другая видна главным образом через желаемые сцены. Из этого ещё не следует, что отвергнутая возможность была хуже. Но и её идеальность не установлена: сравниваются материалы разной полноты, а не две наблюдавшиеся жизни.

Статья предлагает рассмотреть вымышленный отказ от переезда. Мы различим известные условия, желания, предположения и неизвестные подробности, затем посмотрим, какое нынешнее решение действительно зависит от этого сравнения. Теоретическая работа о контрфактическом мышлении помогает назвать воображаемую альтернативу и предел её достоверности; она не ставит диагноз человеку, который жалеет, и не доказывает правильность остаться. Практика в конце — авторское предложение без проверенной эффективности. Можно сохранить ценность упущенного, не достраивая его до гарантированного счастья и не требуя от нынешней жизни выиграть соревнование с безупречной картиной.

@andrey.zarinsh @ilkutki

I. Две картины имеют разное устройство

Лена могла переехать в другой город, где ей предложили работу. Она отказалась: хотела завершить местный проект, не была готова к расходам на переезд и предпочитала остаться рядом с привычным кругом общения. Через год проект заканчивается трудно, а знакомая из того города присылает фотографии вечерних прогулок. Лена представляет жизнь, в которой давно нашла подходящую квартиру, легко вошла в новую команду и регулярно бывает у моря. Это условная сцена. Она не описывает психологическое состояние реального человека и не утверждает, что всякий отказ от переезда рождает такое сравнение.

Нынешний город Лена знает подробно. Есть дорога, работа, покупки, скучные дни, удачные разговоры и последствия собственных обязательств. Воображаемый город представлен иначе: фотографией, условиями прежнего предложения и несколькими желанными эпизодами. Разница относится к составу сведений. Она не доказывает ложности фотографии или невозможности радости у моря. Знакомая действительно могла хорошо провести вечер. Но её удачный вечер не является полным свидетельством о том, какой была бы неделя Лены после переезда, с её работой, расходами, отношениями и собственными решениями.

Полезно заметить, какой вопрос задаётся. Хочу ли я больше бывать на открытом воздухе? Была ли тогда подходящая работа? Был бы весь переезд лучше оставшейся жизни? Первый вопрос относится к нынешнему желанию, второй допускает проверку конкретных условий, третий включает множество непрожитых событий. Если отвечать на все одной красивой картиной, полученное ощущение убедительности превышает доступный материал. Можно серьёзно принять желание прогулок, не объявляя известным весь иной год. Точность не обесценивает возможность; она возвращает каждому утверждению подходящий объём.

И противоположная картина может быть столь же выборочной. Лена способна представить другой город только через дорогую аренду, одиночество и сложный первый день. Такая версия удобна для защиты отказа, но тоже не становится наблюдением. Мы не предлагаем заменить счастливую фантазию обязательной мрачной. Нужно увидеть одинаковую границу обеих: неизвестное будущее получает выдуманные подробности. Желанный вариант может быть важным, трудности — вероятными в обычном смысле, но полная оценка непрожитой жизни не установлена одним набором сцен, независимо от его эмоционального направления.

II. Желание не обязано доказывать весь сценарий

В картине переезда Лена замечает три привлекательные части: работу в другой команде, более свободные вечера и близость моря. Эти желания можно рассмотреть отдельно. Не нужно сначала доказывать, что вся другая жизнь была бы лучше. Возможно, работа действительно интересовала её, а море стало главным образом нынешнего года. Возможны и другие сочетания. Объём желания отличается от объёма прогнозируемого результата. Человек может честно сказать, чего ему хочется, сохраняя неизвестность о том, насколько переезд предоставил бы это и какой ценой.

Желание также не обязательно указывает на одну обязательную форму. Близость моря требует определённой географии, но больше времени вне дома иногда возможно разными путями. Интерес к работе может касаться конкретного содержания, состава команды или условий участия. Нельзя заранее решить за Лену, что ей достаточно прогулки в нынешнем городе. Это могло бы подменить существенную мечту удобным советом. Можно лишь уточнить предмет: какой элемент незаменим, какой допускает иные формы, а какой пока связан с образом, подробности которого ещё не выяснены.

Если незаменимой является именно жизнь в другом городе, это серьёзный ответ. Он не превращает прежнее предложение в существующую сейчас возможность. Работа могла закрыться, условия аренды измениться, знакомая — переехать. Поэтому нынешний вопрос о переезде требует нынешних сведений. Не следует автоматически считать желание запоздалым только потому, что одна дверь закрылась; не следует и выдавать прошлую дверь за по-прежнему открытую. Между ценностью направления и доступностью конкретного варианта есть различие, которое позволяет рассматривать новый путь без фиктивного восстановления старой даты.

Можно оставить желание без немедленной задачи. Лене дорого представление о другом месте, но сейчас она не хочет исследовать переезд. Это не доказывает слабости её намерения. Частное размышление не обязывает превращать каждую привлекательную возможность в план. Важно только не смешать два положения: я пока не выбираю действие; я знаю, что вся упущенная жизнь была идеальной. Первое может быть точным нынешним решением. Для второго по-прежнему нет полного материала. Желание сохраняет достоинство, когда ему не приходится доказывать больше, чем оно действительно сообщает.

III. Вернуть обычный день в воображаемую неделю

Представленная жизнь часто состоит из нескольких вершин. Чтобы проверить сравнение, Лена может мысленно поставить рядом обычный рабочий вторник. Нужно добраться до работы, выполнить задачи, купить продукты, решить вопрос с квартирой и ответить людям. Мы не утверждаем, что эти действия были бы тяжёлыми или уничтожили удовольствие. Их добавление имеет другой смысл: альтернативный вариант тоже занимает время и требует условий. Прогулка у моря может оставаться прекрасной, но она больше не описывает весь объём недели, если для сравнения нужен именно объём недели.

Важно не выдумывать точный быт. Цена аренды в прошлом могла быть известна; отношения с будущими коллегами — нет. Можно записать первое как факт и оставить второе открытым. Если начать уверенно изображать ежедневные ссоры или гарантированную дружбу, симметрия не восстановится. Обычная неделя — вопрос о необходимых частях жизни, а не сочинение нового доказательства против переезда. Работа требует времени, жильё — условий, совместное участие — согласия. Какими именно они оказались бы у Лены, частично неизвестно. Эта неизвестность относится к обоим привлекательным и трудным вариантам.

Некоторые затраты могут быть вполне определёнными. Предложенная работа имела график, переезд требовал перевозки вещей, старая квартира — решения о дальнейшем использовании. Если эти сведения сохранились, их можно включить без драматизации. Они не делают вариант плохим: человек вправе принять затраты ради важного. Но выбор становится содержательнее, когда желаемое и необходимое видны вместе. Ставка не должна исчезать только потому, что возможность уже упущена и не требует немедленно платить. Непрожитые расходы остаются условием сравниваемой версии, хотя фактически они не понесены.

Так возникает более честная, но не окончательная картина. У моря могли быть прогулки, а у работы — конкретный график; часть отношений остаётся неизвестной; изменение места могло открыть одни возможности и закрыть другие. Не требуется подсчитать полную сумму счастья. Для нынешнего вопроса может хватить одного уточнения: я сравнивал свой целый год с несколькими привлекательными вечерами. Этот вывод не говорит, какой город лучше. Он показывает предел прежнего сравнения и позволяет дальше исследовать конкретное желание, не ставя собственную прожитую жизнь перед невозможным требованием не иметь ни одного обычного неудобства.

IV. Воображаемая альтернатива в первичном исследовательском контексте

В работе Kai Epstude и Neal Roese контрфактическое мышление рассматривается как представление альтернатив тому, что произошло. Авторы предлагают функциональную теоретическую модель и обсуждают исследования. В выбранном разделе о точности они показывают, почему правдоподобие таких построений требует отдельного рассмотрения, и не заявляют установленной общей средней точности всех мысленных альтернатив. Это обзорная и теоретическая работа, а не эксперимент над нашей условной сценой переезда.

Из неё не следует, что всякая мысль о другом городе полезна, бесполезна или обязательно ошибочна. Мы не переносим отдельные обсуждаемые механизмы на каждого читателя, не используем нейронное объяснение и не обещаем уменьшения сожаления. Представленная альтернатива может участвовать в планировании, но её наличие не удостоверяет подробностей. В этой статье источник помогает сохранить различие между произошедшим и воображаемым. Проверка цены квартиры, добровольности отношений и нынешней доступности работы — авторское применение вопросов к придуманному примеру, а не установленный авторами универсальный бытовой метод.

Такое ограничение важно для разговора с другим. Если Лена рассказывает о желании уехать, нельзя ответить одним названием психологического явления и считать её вопрос закрытым. Она может точно видеть неподходящие условия нынешней работы. Может действительно располагать сведениями о лучшем предложении. Может говорить о ценности, которую долго откладывала. Название воображаемой альтернативы не исключает эти положения. Оно приглашает уточнить содержание высказывания: какая часть известна, какая желательна и какая достроена мысленно. Право человека исследовать свой вариант сохраняется при этой границе.

Мы также не обязаны превращать исследовательскую теорию в описание всех личных причин. Почему именно сейчас Лена думает о переезде, из примера не установлено. Фотография — заданная сцена начала разговора, а не доказанный причинный механизм. Для текста достаточно доступной логической разницы между двумя материалами сравнения. Можно рассмотреть её, не объясняя всю биографию. Это сохраняет научному источнику его собственный предмет и освобождает человека от необходимости принять готовую историю о скрытом устройстве своего желания, прежде чем назвать реальный нынешний вопрос.

V. Что действительно можно узнать об упущенном варианте

Часть прежних условий допускает проверку. Лена может найти письмо с предложением, график работы, описание обязанностей и собственный ответ. Эти материалы относятся к определённой дате. Они способны подтвердить, что предлагалось, но не все последствия принятия. Если в письме указаны условия оплаты, это сведения о предложении; если знакомая рассказывает о своей зарплате через год, это другое сообщение. Нельзя автоматически подставить её последующую ситуацию в Ленин прежний договор. Одинаковое название должности ещё не означает одинакового пути, нагрузки и отношений.

Можно узнать нынешний порядок работы в той организации, если вопрос действительно связан с новым решением. Но беседа требует уместного предмета и добровольного участия. Бывший приглашающий не обязан восстанавливать всю непрожитую историю Лены или подтверждать, что она потеряла лучший шанс. Человек может ответить только на конкретный вопрос, отказаться от разговора или не иметь нужных сведений. Его ответ становится новым материалом своего объёма. Он не создаёт гарантии о том, что было бы год назад, даже если звучит уверенно и доброжелательно.

Сравнение полезно различать по срокам. Что предлагали тогда? Что возможно теперь? Что было бы при ином выборе? Первые два вопроса частично доступны через факты. Третий может включать проверяемые условия, но вся цепочка результатов остаётся непрожитой. Важно не переносить недоступность полного ответа на все вопросы сразу. Нельзя знать всю альтернативную жизнь, однако можно узнать предмет нынешнего договора. Честный предел не требует отказаться от исследования. Он помогает не тратить усилия на обещанный результат, которого выбранные сообщения в принципе не способны предоставить.

Некоторые сведения изменят оценку. Лена обнаруживает, что прежний график оставлял меньше свободных вечеров, чем она помнила. Или узнаёт, что возможность работать у моря действительно была конкретной, а не только её образом. Оба исхода исследования допустимы. Мы не выбираем заранее удобный ответ, который должен примирить её с отказом. Полученная информация может усилить желание нового переезда, уменьшить привлекательность конкретной работы или оставить основные вопросы открытыми. Качество проверки определяется соответствием источника вопросу, а не тем, удалось ли закончить разговор благоприятной оценкой нынешней жизни.

VI. Не сравнивать разные версии себя как одинаковые условия

Воображаемая Лена иногда получает не только новый город, но и новые способности. Она легко знакомится, быстро устраивает быт, не откладывает прогулки и сохраняет спокойные рабочие вечера. Такие изменения могут быть возможны, но их нельзя автоматически записать как результат самого переезда. Смена места меняет условия; она не предоставляет по определению каждую желаемую привычку. Для конкретной картины нужно спросить, какие действия предполагались и на чём основано ожидание. Мы не утверждаем неизменности человека. Мы лишь не делаем его предполагаемое развитие уже состоявшимся фактом альтернативной истории.

При этом нынешняя жизнь может включать последствия прежнего выбора, которые действительно затруднили развитие. Не нужно требовать, чтобы Лена доказала способность сначала здесь, прежде чем выбирать другой город. Такой совет мог бы удерживать её в неподходящих условиях. Важнее различить вопрос: что мешает сейчас и что конкретно изменится там? Новый рабочий график может предоставить время, но использование этого времени остаётся отдельным действием. Географическая близость может облегчить прогулку, но не определяет каждую неделю. Это различие позволяет рассмотреть реальные преимущества без обещания автоматической новой личности.

Полезно также не добавлять к нынешней Лене всю усталость прожитого года, а к альтернативной — только начальный энтузиазм. Если сравнивается год, нужны условия того же периода. Но точного альтернативного состояния у нас нет. Можно признать, что оно неизвестно, вместо уверенной поправки на обязательную одинаковую усталость. Не всякий переезд проходит трудно и не всякое оставание сохраняет силы. Здесь мы не устанавливаем равенство двух жизней. Мы замечаем, что один человек известен через прожитый материал, а другой представляет желаемую версию, которую ещё требуется отличить от сведений.

Так желание изменения может стать конкретнее. Лена хочет работу, после которой остаётся время; понятные условия жилья; возможность чаще быть у моря. Эти предметы можно проверять в новом предложении. Ей больше не требуется гарантировать, что она была бы другим человеком во всех отношениях. Нынешний выбор способен относиться к одному условию. Он не обязан доказать правильность прошлогоднего отказа или компенсировать весь непрожитый год. Такое уменьшение предмета не уменьшает достоинства мечты; оно даёт ей связь с действиями, которые доступны при нынешних обстоятельствах.

VII. Сохранить потерю без выдуманного полного знания

Некоторые возможности действительно закрылись. Прежняя должность занята, особая команда распалась, доступный тогда вариант жилья исчез. Можно сожалеть именно об этом. Не нужно отрицать потерю только потому, что весь дальнейший исход неизвестен. Потеря конкретной возможности и утверждение о гарантированно лучшей жизни имеют разный объём. Первое может быть основано на фактах. Второе требует неизвестной цепочки. Человек вправе ценить исчезнувшее предложение, не доказывая, что оно обеспечило бы все желаемые результаты и устранило каждое нынешнее затруднение.

Признание потери не должно становиться обязанностью немедленно извлечь пользу. Лене может понадобиться время, прежде чем она захочет искать новую работу. Может не захотеться повторять прежнюю форму. Статья не устанавливает правильную продолжительность переживания или обязательный следующий шаг. Если есть нынешнее обязательство, его нужно рассмотреть отдельно. Но само сожаление о закрытой двери не превращает человека в должника перед каждой ещё открытой возможностью. Свобода выбрать новое действие сохраняется без требования сначала объявить прошлую потерю полезным уроком, чтобы иметь право двигаться дальше.

Также нельзя потребовать от нового места заменить старое буквально. Новая команда будет другой, даже если работа интересна. Следующая поездка не является тем переездом, которого не было. Она может иметь собственный смысл. Когда нынешнее предложение обязано вернуть весь утраченный сценарий, его реальные достоинства рискуют остаться невидимыми. Мы не утверждаем, что новое обязательно окажется достаточным. Можно признать, что определённое участие незаменимо. Но это отдельное отношение к потере, а не доказательство, что каждый доступный теперь вариант заранее бессмысленен.

В нашей сцене Лена может сказать: тогда существовала работа, которая мне была интересна; я отказалась; весь её возможный результат неизвестен; сейчас мне по-прежнему важны определённые условия. Эти положения совместимы. Они не оправдывают отказ автоматически и не выносят ему полного приговора. Они сохраняют реальный предмет и время. Прошлое предложение не обязано превратиться в идеальную жизнь, чтобы его было жаль. Нынешний путь не обязан победить эту жизнь в воображении, чтобы заслужить отдельное внимательное рассмотрение по своим существующим условиям.

VIII. Найти нынешнее решение внутри большого сравнения

Лена замечает, что разговор о прошлом фактически содержит сегодняшний вопрос о работе. Она хочет понять, можно ли изменить график или искать другое место. Этот предмет допускает действие. Нужно узнать реальные условия, определить доступный срок и рассмотреть обязательства. Нельзя просто объявить нынешнюю работу плохой на основании красивой альтернативной сцены. Но нельзя и требовать оставить всё как есть, пока полная другая жизнь не доказана. Для изменения конкретного условия может быть достаточно конкретного материала о нынешней нагрузке и доступном предложении, а не общего вердикта прошлому году.

Другой нынешний вопрос касается места. Лена хочет проверить возможность переезда сейчас. Тогда уместен ограниченный поиск: действительное предложение, расходы, условия выхода и нужные договорённости. Старое письмо может помочь понять интерес, но не заменяет новые сведения. Не нужно сначала снять сожаление, чтобы исследовать направление. Не нужно и обещать, что переезд его устранит. Новое решение отвечает нынешней задаче. Его качество нельзя заранее измерить тем, насколько красиво оно завершит рассказ о некогда упущенной возможности.

Иногда нынешнего решения нет. Лена вспоминает привлекательное предложение и пока не собирается менять работу или место. Размышление может остаться частным признанием ценности. Не требуется постоянно поддерживать исследование ради ощущения продуктивности. Можно закончить сравнение, сохранив один вопрос для подходящего будущего времени. Это не обещание никогда больше к нему не вернуться. Если появятся новые условия, предмет изменится. Но отсутствие сегодняшнего действия не делает прошлую альтернативу более достоверной, как наличие действия не доказывает, что каждый её воображаемый элемент был бы осуществлён.

Чтобы выбрать масштаб, полезно спросить, какой ответ повлияет на действие. Если решение связано с рабочим графиком, не обязательно исследовать все прежние отношения в другом городе. Если нужно уточнить доступность квартиры, чужие праздничные фотографии не отвечают на этот вопрос. Предмет может быть узким и при этом существенным. Такой порядок не гарантирует быстрого результата. Он предотвращает лишь логическое расширение задачи: один реальный нынешний выбор не обязан включать полное восстановление каждой непрожитой развилки, чтобы получить достаточное основание.

IX. Другие люди не являются деталями удобного сценария

Воображаемая жизнь включает коллег, соседей, друзей и возможные отношения. Их участие не задано одним решением Лены. Работа могла быть предложена конкретно; будущая дружба — нет. Можно надеяться на близость, не заявляя её как гарантированное последствие переезда. Каждый другой человек имеет собственные обстоятельства и право на ответ. Эта граница важна не только этически, но и для точности сравнения. Если альтернативный год содержит исключительно желаемые реакции окружающих, мы рассматриваем сценарий с заранее назначенными участниками, а не известный путь живых отношений.

Нынешний разговор также требует добровольности. Лена может спросить знакомую об обычной жизни в городе, если это уместно. Но знакомая не обязана показывать все неудобные стороны, чтобы сделать сравнение равным. Её фотография была сообщением о вечере, а не обещанием полного отчёта. Не следует обвинять её в создании ложной картинки только потому, что она поделилась радостью. Недостающие сведения нужно рассматривать как недостающие, а не автоматически как умышленно скрытые. Другой человек сохраняет возможность говорить о своей жизни в выбранном им объёме.

Если Лена получает ответ, важно сохранить его автора и предмет. Знакомой нравится район; это не гарантирует, что район подошёл бы Лене. Коллега рассказывает о сложном графике; это не доказывает одинаковой нагрузки в прежнем предложении. Личный рассказ может быть полезным материалом, но не становится полной заменой договора или собственной оценки. Не нужно ни обесценивать его как субъективный, ни присваивать как универсальный. Для каждого вывода следует понять, что именно источник способен подтвердить и какая часть остаётся вопросом.

Так отношения возвращаются из воображаемой декорации в пространство отдельных голосов. Можно хотеть встречи и не знать её результата. Можно ценить рассказ и не требовать от него окончательного решения своей судьбы. Можно выбрать новый контакт без обещания восстановить исчезнувший год. При угрозах и принуждении обычное совместное упражнение не предлагается; нужны подходящая защита и помощь. В остальных условных сценах сохранение согласия не обещает гармонии, но не позволяет частному сравнению распоряжаться чужим участием ради красивого завершения собственного рассказа.

X. Альтернатива остаётся возможностью, а не доказанной жизнью

После рассмотрения Лена не обязана решить, что остаться было правильно. Она может по-прежнему считать отказ неудачным, если конкретные основания это поддерживают. Может сохранить неизвестность или увидеть смешанный результат. Важно, что оценка теперь относится к определённым сведениям и условиям, а не к полностью благополучному воображаемому году. Отказ от идеальности не требует отказа от ценности. Работа, город или отдельное участие могли быть важны, даже если другие стороны пути не установлены. Частичный ответ способен быть честнее окончательного соревнования двух целых жизней.

Нынешняя жизнь тоже не должна стать идеальной в защиту прежнего выбора. В ней могут быть реальные трудности, которые следует изменить. Есть отношения и дела, которые дороги; есть условия, которые не подходят. Можно рассмотреть их отдельно. Мы не предлагаем благодарность как обязательный способ отменить сравнение. Человек вправе видеть недостаток и искать иной вариант. Для такого поиска нужны нынешние сведения. Существующее затруднение не доказывает все достоинства прошлого предложения, но предоставляет самостоятельный предмет для сегодняшнего решения.

Некоторое неизвестное останется навсегда. Нельзя прожить тот же прошедший год заново при другом выборе и посмотреть оба результата с одинаковой позиции. Эту границу не требуется преодолевать любым количеством вопросов. Можно получить больше сведений об условиях, назвать желание, признать исчезнувшую возможность и завершить текущий разбор. Сожаление может сохраниться. Предложенное различение не является методом его устранения. Оно лишь не даёт силе образа автоматически превратиться в полноту знания, которую реальная история и доступные источники не предоставляют.

Итог может быть простым: определённая часть альтернативы привлекательна; некоторые условия известны; другие предполагаются; полного исхода нет. Следующий шаг относится к нынешнему времени. Узнать график, проверить новое предложение, выбрать поездку или пока ничего не менять. Ни одно действие не обязано компенсировать весь упущенный сценарий. Человек сохраняет возможность исследовать желаемое без требования доказать идеальность другой жизни и жить в своей без обязанности немедленно объявить её лучшей из всех возможных. Точность оставляет обеим ценностям место и каждому знанию его предел.

Что это значит на практике

Возьмите одну обычную упущенную возможность, подходящую для добровольного частного размышления. Кратко опишите привлекательную картину и разделите её на четыре части: известные условия, собственное желание, предполагаемые последствия и неизвестное. Это не проверенный метод работы с сожалением. Можно не записывать, остановиться или выбрать другую форму. Для существенного вреда и специальных решений нужны подходящие сведения и помощь, которых общий пример не заменяет.

Если вы сравниваете целую неделю, включите в обе картины обычный день. Не придумывайте обязательные беды для альтернативы и не назначайте ей гарантированное развитие. Уточните только необходимые условия: время работы, жильё, расходы, договорённости и действия. Сохранившиеся сведения отделите от нынешнего воспоминания. Чужой рассказ имеет собственный предмет; его нельзя сделать полной записью вашей непрожитой жизни. Желание сохраняет значение даже там, где результат остаётся неизвестным.

Затем спросите, есть ли нынешнее решение. Какое конкретное сведение изменит его? Можно ограничиться одним запросом о реальном предложении или пока оставить вопрос открытым. Другие люди не обязаны предоставить отчёт, утешить или подтвердить оценку прошлого. Исчезнувшая возможность может быть настоящей потерей без доказательства всей идеальной жизни. Достаточный результат упражнения — точнее назвать дорогое, неизвестное и доступное сейчас, даже если окончательного вывода о прежнем отказе нет и чувство ещё сохраняется.

Речь идёт о безопасном, добровольно выбранном деле. При угрозе или принуждении пробу можно прекратить; личные материалы не нужно раскрывать ради выполнения этих вопросов.

Ключевая цитата

> *«Одни точны и полезны; другие — нет».*

Epstude и Roese, Accuracy, авторская рукопись, с.14, заключительный абзац раздела. Собственный русский перевод полного короткого предложения о неодинаковой точности контрфактических мыслей. Это не оценка конкретного читателя и не отрицание ценности его желания. Контекст.

Связи между традициями

Сопоставление	Возможная связь	Граница
Теория контрфактических мыслей ↔ образ другого года	Воображаемое отличается от наблюдавшегося.	Это не диагноз и не доказательство ошибочности всякой альтернативы.
Ценность возможности ↔ неизвестность её результата	Желание может быть серьёзным без полного знания исхода.	Не требуется объявлять нынешнюю жизнь лучшей.
Авторское сравнение ↔ нынешний выбор	Конкретный вопрос можно связать с доступными сведениями.	Практика не проверена; чужое участие остаётся добровольным.

Первоисточники

• Epstude, K.; Roese, N.J. The Functional Theory of Counterfactual Thinking, 2008, DOI10.1177/1088868308316091. Прочитаны начало, выбранные Theoretical Clarifications/Accuracy и соседние контексты авторской рукописи; не все38страниц и не все обсуждаемые исследования. Публичный доступ не означает общей лицензии. Русские цитатные фрагменты переведены для статьи; полного текста источника здесь нет.

Теги

альтернатива, выбор, упущенная возможность, воображение, контрфактическая мысль, сравнение, полнота сведений, желание, ценность, потеря, сожаление, неизвестность, прошлое, настоящее, переезд, работа, график, жильё, расходы, обычный день, условия, предположение, факт, источник, согласие, отношения, решение, Epstude, Roese, точность

Про авторов

Andrey Zarinsh — автор и основатель проекта United Wisdom. Исследует темы внутренней трансформации, единства традиций, межкультурного диалога и современной духовной дисциплины. Instagram: @andrey.zarinsh.

Maria Evilkut — соавтор United Wisdom. Помимо исследовательской работы, она стремится проверять эти идеи на практике и наблюдать, как принципы единства и взаимопонимания работают в реальной жизни между людьми и культурами. Instagram: @ilkutki.