

UNITED WISDOM

Что делает меня мной: личность и непрерывность во времени

Человек и внутренний мир

Andrey Zarinsh & Maria Evilkut

I02 · RU

@andrey.zarinsh @ilkutki

Что делает меня мной: личность и непрерывность во времени

> *«Когда я был младенцем, то по-младенчески говорил, по-младенчески мыслил, по-младенчески рассуждал; а как стал мужем, то оставил младенческое.»*
>
> *— Апостол Павел, Первое послание к Коринфянам, 13:11. Синодальный перевод. azbyka.ru, 1 Кор. 13*

О чём эта статья

За жизнь у человека меняется почти всё: тело, привычки, взгляды, круг близких. И всё же о ребёнке на старой записи мы говорим «это я», а о поступке двадцатилетней давности — «это сделал я». На чём держится такое узнавание? На памяти, на теле, на характере, на отношениях с людьми, которые нас знают, на истории, которую мы о себе рассказываем? Философы спорят об этом по меньшей мере со времён Локка и Юма, а Плутарх пересказывал спор о корабле Тесея ещё в античности. Статья не обещает закрыть спор. Она разводит два вопроса, которые легко смешать, — что делает человека тем же самым и что позволяет ему чувствовать себя тем же, — и проверяет каждый критерий на прочность: что он объясняет и где перестаёт работать. Философские и религиозные ответы мы относим к их текстам, а психологические данные — к конкретным исследованиям с их выборками и пределами.

I. Два вопроса под одним «я»

Когда человек говорит «я уже не тот», он может иметь в виду две разные вещи. Первая — вопрос о тождестве: что делает человека тем же, кем он был двадцать лет назад, и что должно было бы исчезнуть, чтобы это стало неправдой. Вторая — вопрос об ощущении: что позволяет переживать прошлое как своё и связывать с ним настоящее. Ответы на эти вопросы не обязаны совпадать.

Джон Локк в «Опыте о человеческом разумении» начинает с определения. Личность для него — «мыслящее разумное существо, у которого есть разум и рефлексия и которое может рассматривать себя как себя, как ту же самую мыслящую вещь, в разное время и в разных местах» (кн. II, гл. XXVII, § 11 по нумерации издания Project Gutenberg; перевод наш). Психологи описывают другую сторону дела. Эмили Хонг, Константин Седикидес и Тим Уайлдшут изучают глобальную непрерывность себя; в их опросах её измеряли так:

человек называл важные стороны своей личности и оценивал, насколько каждая из них даёт ему почувствовать связь своего прошлого, настоящего и будущего (2022).

Первый вопрос метафизический: на него отвечают доводами и мысленными экспериментами. Второй психологический: его изучают опросами и экспериментами. Исследование может показать, что человек чувствует себя тем же, но не может доказать, что под этим чувством лежит неизменная сущность. И наоборот, философский критерий сам по себе не описывает, как человек переживает свою жизнь.

Дальше мы проходим по основным кандидатам — тело, память, характер, связи с прошлым, рассказ — и о каждом спрашиваем, выдерживает ли он перемены. Рассказ о себе здесь только одно из оснований; как он устроен и как его проверять, разбирает статья I03. Как вообще возникает сознание, мы не обсуждаем: это отдельный вопрос.

II. Корабль Тесея: что остаётся, когда меняют части

Задачу о тождестве удобно начать не с человека, а с вещи. Плутарх в жизнеописании Тесея (гл. XXIII) рассказывает, что тридцативёсельный корабль, на котором Тесей плавал с юношами и благополучно вернулся, афиняне хранили до времён Деметрия Фалерского. «Они постоянно убирали подгнившие доски и заменяли их крепким деревом, так что корабль стал для философов примером учения о росте и изменении: одни доказывали, что он остался тем же, другие — что не остался» (перевод наш с английского перевода О. Стюарта и Дж. Лонга). Сам Плутарх спор не решает, он его фиксирует.

Спор показывает, что у слов «тот же» по меньшей мере два смысла. Если тождество — это тот же материал, то корабль в какой-то момент перестал быть собой. Если тождество — это та же форма, то же назначение и непрерывная история замен, то корабль остался собой, потому что его ни разу не заменили целиком. Это наше толкование примера, а не слова Плутарха.

Условный пример. Вы смотрите видеозапись, где вам десять лет. Голос, рост, лицо, словарь, увлечения — почти ничего не совпадает. При этом вы без колебаний говорите: «это я». Что именно вы узнаёте? Не вещество и не нынешние взгляды. Скорее непрерывную историю: ребёнок на экране не был в какой-то момент заменён вами, он постепенно стал вами.

Человек, впрочем, не корабль. Корабль не помнит своих плаваний и не отвечает за них, а человек помнит и отвечает. Поэтому для личности спор о корабле — только начало. Следующие разделы проверяют критерии, которые есть у человека и которых нет у вещи: память, характер и ощущение связи с собой.

III. Тело: «тот же человек» и «та же личность»

Самый житейский критерий — тело: знакомых мы узнаём по лицу, голосу, походке. Локк этот критерий не отбрасывает, а отводит ему особое место. Он различает «того же человека» и «ту же личность». Чтобы быть тем же человеком, по Локку, нужно и тело, которое сменяется постепенно, а не всё сразу (§ 10 по нумерации PG). Чтобы быть той же личностью, нужно сознание, способное отнести к себе прошлые мысли и поступки (§ 11).

Разницу Локк показывает мысленным опытом (§ 17 по нумерации PG). Пусть душа принца, сохранив сознание его прошлой жизни, перейдёт в тело сапожника. Каждый увидит, считает Локк, что это та же личность, что и принц, и отвечать она будет только за поступки принца. Но кто скажет, что это тот же человек? Для всех, кроме него самого, он останется сапожником.

Мысленный опыт не доказывает, что такое переселение возможно. Он проверяет наши интуиции, и интуиция Локка связывает личность с внутренней жизнью, а не с веществом тела. Современные обыденные представления, по крайней мере в одной выборке, связывают «настоящее я» с мозгом. В опросах Диего Фернандес-Дуке и Барри Шварца жители США считали «центральное я» более зависимым от мозга, чем периферийное, и авторы заключают, что в современном американском обществе люди охотно признают вклад мозга в центральное «я» (2016; пересказ). Это данные об убеждениях одной страны, полученные в онлайн-опросах, а не ответ на вопрос, что такое личность. Как мозг связан с сознанием — отдельная тема, мы её не касаемся.

Телесный критерий хорошо работает для узнавания со стороны и плохо объясняет, почему прошлое переживается как своё. Поэтому следующий раздел — о памяти. Локк в § 11 говорит о сознании, обращённом к прошлым поступкам и мыслям; «память» — наше обозначение этого критерия.

IV. Критерий памяти: Локк и возражение Юма

Главный довод Локка звучит так: «насколько это сознание может быть распространено назад, на любое прошлое действие или мысль, настолько простирается тождество этой личности; это то же самое „я“ теперь, что и тогда» (§ 11; перевод наш). У критерия есть сильная сторона: он объясняет, почему мы считаем своими поступки, которые помним. Сам Локк называет личность понятием судебным: оно присваивает человеку поступки и их заслугу, и через сознание личность оказывается заинтересованной в своём прошлом и ответственной за него (§ 28 по нумерации PG; пересказ).

Слабая сторона видна сразу: большую часть прожитого мы не помним. Дэвид Юм в «Трактате о человеческой природе» спрашивает читателя: кто скажет, какими были его

мысли и поступки 1 января 1715 года, 11 марта 1719-го и 3 августа 1733-го? И станет ли он утверждать, что раз эти дни совершенно забыты, то нынешнее «я» — не та же личность, что тогда? (кн. I, ч. IV, разд. 6; пересказ.) Роль памяти Юм не отрицает: только память знакомит нас с продолжительностью и протяжённостью смены восприятий, и главным образом поэтому, пишет он, её следует считать источником личной идентичности; без неё у нас не было бы и понятия о цепи причин. В этом отношении, пишет он, «память не столько производит, сколько обнаруживает личную идентичность, показывая нам отношение причины и следствия между нашими различными восприятиями» (перевод наш), — и требует от тех, кто считает, что память целиком производит идентичность (Локка он здесь не называет), объяснить, почему мы распространяем её за пределы памяти. Мы достраиваем цепь причин за пределы памяти и считаем своими и забытые дни.

Юм делает и более сильный вывод: тонкие вопросы о личной идентичности, по его словам, никогда не могут быть решены, и их скорее следует считать трудностями грамматики, чем философии (там же; пересказ). Для нашей темы достаточно меньшего. Память — способ узнать о своей непрерывности, но не единственное её основание. По Юму, человек, забывший целый год, не становится от этого другой личностью, хотя внутренней связи воспоминания с этим годом у него нет.

V. Тяжёлая потеря памяти: что видно в исследованиях

Если бы «я» целиком держалось на памяти, при тяжёлой амнезии от него оставалось бы немного. Клинические исследования показывают более сложную картину — с оговоркой, что это данные о больных людях и о том, как измеряется представление о себе, а не о метафизике.

Эрве Платель и коллеги (2021) работали с 20 пациентами с умеренной или тяжёлой деменцией при болезни Альцгеймера, жившими в домах престарелых, и с 20 здоровыми жителями тех же учреждений, сопоставимыми по возрасту, образованию и настроению. Авторы опираются на прежние работы, где у таких пациентов находили последовательное, хотя и обеднённое представление о себе. Участники прошли музыкальные мастерские воспоминаний с отрывками знакомых песен: пациенты — шесть занятий, контрольная группа — три. Воспоминания считали и оценивали на каждом занятии, а на двенадцатый день автобиографическую память оценили индивидуально. Чувство идентичности оценивали в первый и в последний день двумя тестами: IMAGE (24 утверждения о себе, каждое оценивается как верное или неверное, полностью или отчасти) и I-AM (десять фраз о себе, начинающихся с «I am…»). На последнем занятии качество воспоминаний у пациентов уже значимо не отличалось от качества у контрольной группы (на первом оно было ниже), а по числу воспоминаний пациенты не

уступали. При индивидуальной оценке на двенадцатый день эпизодическое качество воспоминаний у контрольной группы, как и до мастерских, оставалось значимо выше. В заключении авторы пишут, что оба теста показали устойчивость представлений пациентов о себе; это, по их словам, подтверждает прежние результаты о сохранном ядре представления о себе на умеренной и тяжёлой стадиях болезни. Но значимого обогащения чувства идентичности, вопреки гипотезам авторов, не обнаружилось — возможно, из-за недостаточной чувствительности методик.

Систематический обзор Кьяры Страмба-Бадьяле и коллег (2025), охвативший 83 исследования, описывает устойчивый дефицит автобиографической памяти при болезни Альцгеймера: воспоминания становятся менее конкретными, давние, по данным большинства исследований, сохраняются лучше недавних. Авторы пишут, что этот дефицит сказывается на ощущении себя, и вместе с тем — что на лёгкой и умеренной стадиях пациенты сохраняют некоторую способность обращаться к самоопределяющим воспоминаниям и ощущение непрерывности себя (пересказ). Дальнейшим исследованиям, по их выводу, нужны более крупные и разнообразные выборки и единые методики оценки.

Малая выборка и короткий срок у Плателя и коллег, клиническая популяция в обеих работах не позволяют переносить эти выводы на здоровых людей и не дают медицинских рекомендаций. Локк этим не опровергнут: он говорил о том, что такое личность, а исследования измеряют самоописание больных. Но пример показывает, что переживание себя не следует за объёмом воспоминаний один к одному.

VI. Пучок восприятий и признание Юма

Юм идёт дальше спора о памяти и спрашивает, есть ли вообще то, что мы называем «я». Когда он, по его словам, входит как можно глубже в то, что называет собой, он всякий раз натыкается на какое-нибудь отдельное восприятие — тепла или холода, света или тени, любви или ненависти, боли или удовольствия — и никогда не застаёт себя без восприятия. А когда восприятия на время исчезают, как в глубоком сне, он себя не ощущает, и о нём, пишет Юм, можно сказать, что его нет (кн. I, ч. IV, разд. 6; пересказ).

Отсюда вывод: люди — «не что иное, как пучок или собрание различных восприятий, которые следуют друг за другом с непостижимой быстротой и находятся в вечном течении и движении» (перевод наш). Тождество, по Юму, не соединяет эти восприятия на самом деле. Это качество, которое мы им приписываем, потому что воображение связывает их идеи (там же; пересказ).

Важно, что сам Юм не остался доволен своим ответом. В Приложении к «Трактату» он пишет: «при более строгом пересмотре раздела о личной идентичности я обнаруживаю,

что запутался в таком лабиринте, что, должен признаться, не знаю ни как исправить свои прежние мнения, ни как сделать их последовательными» (перевод наш). Дальше в Приложении он признаёт, что все его надежды рушатся, когда нужно объяснить принципы, соединяющие последовательные восприятия в мысли или сознании, и что удовлетворяющей теории он не находит (пересказ). Это честный предел теории: описать «я» как поток восприятий удаётся, объяснить, что соединяет эти восприятия в одну жизнь, — нет.

Отсюда осторожность в обе стороны. Из того, что «я» трудно найти при самонаблюдении, не следует, что человека нет или что ничто его не связывает. Из того, что мы привычно говорим «я», не следует, что под этим словом лежит неизменная вещь.

VII. Носитель, проходящий через возрасты: ответ Гиты

Противоположный ответ даёт «Бхагавадгита»: в ней неизменное «я» есть, а меняется только его оболочка. Кришна обращается к Арджуне перед битвой: тот скорбит о тех, кто может погибнуть. Кришна отвечает, что ни он, ни Арджуна, ни эти воины никогда не переставали существовать и не перестанут, и сравнивает смену тел со сменой возрастов: «как к телу человека приходят младенчество, юность и старость, так приходит обретение и оставление всё новых обиталищ жизни» (гл. II, стихи 12–13 по принятой нумерации; стихотворное переложение Эдвина Арнольда, перевод наш).

Важна структура этого ответа. Перемены признаются полностью: младенец, юноша и старик различаются. Но они происходят с носителем, который сам не меняется. Это религиозное учение о неуничтожимой душе, высказанное в определённом контексте: Кришна говорит воину о битве и смерти, а не предлагает психологическую теорию личности. Переложение Арнольда стихотворное, и на отдельных его словах мы выводов не строим.

Рядом с Юмом видно, где кончается сходство. Оба текста исходят из одного наблюдения: состояния сменяют друг друга. Юм не находит в опыте ничего, кроме смены, и честно признаёт трудность. Гита утверждает неуничтожимую жизнь, которая, по её словам, не может быть уменьшена, остановлена или изменена (стихи 16–17; пересказ переложения Арнольда); о смене обиталищ она говорит, что мудрые знают её и не страшатся. Это истина учения, а не результат самонаблюдения. Перед нами не два варианта одного ответа, а несовместимые позиции. Статья не выбирает между ними. Она показывает, что вопрос о ядре не закрывается ни наблюдением, ни ссылкой на авторитет одной традиции.

VIII. Сон о бабочке: кто просыпается

Юм заметил, что в глубоком сне себя не ощущает. Даосская книга «Чжуан-цзы» тоже говорит о сне, но иначе: не о перерыве опыта, а о сновидении, в котором опыт другой. В конце второй главы Чжуан-цзы рассказывает, что ему приснилось, будто он бабочка, порхающая туда и сюда и не сознающая себя человеком, а проснувшись, он снова оказался собой: «Теперь я не знаю, был ли я тогда человеком, которому снилось, что он бабочка, или я теперь бабочка, которой снится, что она человек» (перевод наш с английского перевода Г. Джайлза).

Притча задаёт тот же вопрос, что и раздел о памяти, но с другой стороны. Здесь нет забвения: Чжуан-цзы помнит сон. Есть сомнение, какая из двух перспектив исходная. Сразу после этого текст оговаривает, что между человеком и бабочкой непременно есть граница (пересказ по Джайлзу). Слово, которым Джайлз называет сам переход, — его толкование, и на нём мы вывод не строим. По нашему прочтению, притча не стирает различие, а показывает, что уверенность «я — это я» не держится на одном лишь непрерывном переживании.

Сходство с Юмом ограничено. Юм делает эмпирическое наблюдение о восприятиях. Текст «Чжуан-цзы» оставляет вопрос открытым («не знаю»); мы читаем это как приглашение удержать две точки зрения сразу и не спешить объявлять одну из них единственно настоящей. По нашему толкованию, это полезная осторожность и для разговора о личной идентичности. На наш взгляд, человек узнаёт себя утром не потому, что доказал непрерывность сознания за ночь, а потому, что сразу оказывается внутри связей: тело, память о вчерашнем дне, начатые дела, близкие люди.

IX. Характер: что люди считают «настоящим собой»

Следующий кандидат — характер: доброта, честность, привычные склонности. Фраза «он стал другим человеком» может относиться именно к характеру: память и тело при этом могут почти не измениться.

Что люди считают сердцевиной себя, изучали Фернандес-Дуке и Шварц. В первом онлайн-опросе 172 жителя США сравнивали «центральное» и «периферийное» «я». Центральное казалось им более зависимым от мозга, менее подвластным волевому контролю и при этом более показательным для нравственного облика: «как и ожидалось, центральное „я“ сочли более показательным для морального характера и более стабильным во времени» (перевод наш). Во втором опросе 210 участников оценивали 18 конкретных черт. Центральность черты была связана с её желательностью, зависимостью от мозга и стабильностью во времени, но не с моральностью и не с волевым контролем.

Отсюда нельзя вывести, что у человека действительно есть нравственное ядро. Это корреляционные данные об убеждениях жителей одной страны, собранные на платформе MTurk, и связь «центральное — моральное» на уровне конкретных черт не подтвердилась. Зато видно, что в этих опросах представление о «настоящем себе» связано с ожиданием устойчивости: то, что участники считали центральным в себе, они же оценивали как более стабильное во времени.

Меняется ли характер на самом деле? Систематический обзор Петера Хенера, Аманды Джо Райт и Вибке Бляйдорн (2024), сведший 30 продольных исследований намеренного изменения черт, нашёл, что само желание измениться, по-видимому, слабо связано с реальным изменением, а специальные программы в среднем сдвигали черты в желаемую сторону, хотя и не все; данных пока мало (пересказ). Насколько черты личности сохраняются на протяжении десятилетий, эта статья не утверждает: проверенной открытой опоры для такого вывода у нас нет.

X. Монтень: противоречить себе, не противореча правде

Мишель де Монтень в главе «О раскаянии» («Опыты», кн. III, гл. 2) описывает себя как предмет, который нельзя остановить. Другие, пишет он, формируют человека, а он лишь рассказывает о нём (пересказ). Мир, по Монтеню, вечно в движении, и даже «само постоянство есть не что иное, как более медленное и вялое движение» (перевод наш с английского перевода Ч. Коттона).

Отсюда его честность по отношению к собственным противоречиям. Свои записи он называет сводом разных и переменчивых случаев и нерешительных мыслей, иногда противоположных, — «то ли я тогда другое „я“, то ли я рассматриваю предметы в других обстоятельствах и с других точек зрения: так или иначе, я, возможно, и противоречу себе, но, как сказал Демад, никогда не противоречу истине» (перевод наш). Там же он пишет, что может измениться не только по воле случая, но и по собственному намерению (пересказ).

Монтень не строит теории личной идентичности, и мы ему её не приписываем. Но его позиция полезна для нашего вопроса. Сказать «тогда я думал иначе» — не значит лгать о себе прежнем и не значит отрекаться от себя.

Апостол Павел в стихе, вынесенном в эпиграф, делает похожий ход в совсем другом жанре. Одно и то же «я» говорит о себе-младенце и о себе-взрослом, и перемена описана как оставление младенческого, а не как появление другого человека. У Павла это образ взросления в главе о любви, у Монтеня — наблюдение за собой. Общее у них одно: прошлое рассказано в первом лице, и рассказчик от него не отказывается.

XI. Из чего складывается ощущение «это всё ещё я»

Перейдём от критериев к ощущению. Хонг, Седикидес и Уайлдшут в пяти исследованиях (выборки — 254, 250, 250, 174 и 146 участников) изучали, как ностальгия, то есть тоска по собственному прошлому, связана с ощущением непрерывности себя. Три исследования были корреляционными: онлайн-выборки в США и Великобритании и студенты в Корее. Два были экспериментами, где ностальгию вызывали намеренно. Авторы проверяли три возможных основания непрерывности: рассказ, придающий смысл жизненным переходам; ассоциативные связи с прошлым; веру в то, что «я» устойчиво к переменам.

Ностальгия предсказывала ощущение непрерывности, а в двух экспериментах, по выводу авторов, вызывала его; в первом из них различие с контрольной группой не достигло уровня значимости 0,05 ($p = 0{,}056$). Главный вывод авторов, по их сводке в общем обсуждении: с ощущением непрерывности ностальгия связана или усиливает его прежде всего через рассказ (исследования 2–5), в меньшей мере через ассоциативные связи (исследования 2 и 3) и не через стабильность. При этом вера в устойчивость «я» сама по себе была связана с ощущением непрерывности; посредником между ностальгией и непрерывностью в моделях авторов оказалась не она, а рассказ. Косвенная связь через рассказ сохранялась и при учёте руминации, то есть навязчивого прокручивания мыслей (исследование 3). Слабую связь ностальгии со стабильностью авторы объясняют тем, что ностальгия может подчёркивать контраст между прошлым и настоящим, то есть перемену, а не устойчивость.

Пределы авторы называют сами: непрерывность и её основания измерялись одиночными вопросами. Ассоциативные связи проявлялись в корреляционных данных, но не в экспериментах. От себя добавим: выборки были онлайн и студенческими.

Для нашей темы вывод скромный, но важный. Ощущение «это всё ещё я» у участников было связано не только с убеждением, что ничего не изменилось. Оно было связано и с тем, насколько человек видит свою жизнь как рассказ (это измеряли одним вопросом самоотчёта, а не как умение). Как устроен такой рассказ и как отличить его от удобной выдумки — тема статьи I03.

XII. Связь с будущим «я»

Непрерывность обращена не только назад. Ин Ян и коллеги (2024) проверяли, связано ли ощущение близости к себе будущему с выбором между меньшей суммой сейчас и большей потом. В первом исследовании 370 участников китайской онлайн-выборки в возрасте 18–35 лет (средний возраст около 19,5 года) заполнили опросники. Результат: «непрерывность с будущим „я“ значимо отрицательно предсказывала коэффициент временного дисконтирования в межвременном выборе» (перевод наш). Иначе говоря, чем ближе человек ощущал себя будущего, тем меньше он обесценивал отложенные деньги. Связь проявилась только у тех, чьё представление о себе было ясным.

Во втором исследовании 234 студента читали текст, утверждавший, что личность с годами либо сохраняется, либо существенно меняется, а жизнь распадается на несвязанные этапы, и описывали сходства или различия между собой нынешним и собой через десять лет. В модели авторов влияние непрерывности на выбор опосредовалось готовностью обдумывать будущие последствия (её измеряли, а не изменяли) и зависело от ясности представления о себе. Авторы предполагают, что ясное представление о себе помогает построить живой образ себя будущего; это их толкование, а не проверенный механизм.

Ограничения существенны. Выборки молодые и китайские, решения только денежные, первое исследование корреляционное, а время ответа, по признанию авторов, влияло на данные. Из этого не следует, что достаточно почувствовать связь с будущим, чтобы разумно распоряжаться деньгами или жизнью. Следует более узкое: в этих задачах ощущение непрерывности было связано с тем, насколько человек принимал в расчёт себя завтрашнего.

Что это значит на практике

Статья не предлагает метода «найти себя». Итог сравнения, по нашему выводу, такой: ни один кандидат не выдерживает всех перемен в одиночку. Тело меняется и не объясняет, почему прошлое переживается как своё; память теряет большую часть прожитого; характер может меняться — в обзоре Хенера и коллег программы намеренного изменения в среднем сдвигали черты в желаемую сторону, — а его устойчивость в опросах Фернандес-Дуке и Шварца измерялась как убеждение участников; насколько черты сохраняются на протяжении десятилетий, статья не оценивает; рассказ — лишь одно из оснований. Узнавание «это всё ещё я» держится на нескольких связях сразу, и перемена в одной из них не обязательно обрывает остальные. Есть ли под этими связями неизменное ядро, Юм и Гита отвечают несовместимо, и этот спор статья не решает. Из сказанного следуют несколько осторожных шагов, и каждый из них работает только в своих пределах.

• Когда хочется сказать «я уже не тот человек», полезно уточнить, какая связь изменилась: тело, память, характер, отношения или рассказ о себе. Перемены в разных связях значат разное, и не обязательно меняются все сразу.

• Провалы памяти сами по себе не отменяют того, что забытые дни были вашей жизнью. Это философский довод Юма, а не медицинское утверждение.

• Ощущение непрерывности, судя по работе Хонг и коллег, связано не только с уверенностью, что ничего не изменилось, но и с тем, видит ли человек свою жизнь как рассказ. Можно попробовать сформулировать, как прежние события привели к нынешним; сам такой шаг в исследовании не проверялся, и результат не гарантирован. Подробнее о рассказе — в статье I03.

• Перед решением, которое касается будущего, можно представить себя через несколько лет как продолжение себя нынешнего. В эксперименте на китайских студентах похожее задание было связано с денежным выбором, причём связь зависела от ясности представления о себе; на другие решения это автоматически не переносится.

• Рядом с близким человеком с деменцией полезно знать, что исследования описывают сохранные компоненты представления о себе. Это не медицинская рекомендация: решения об уходе и лечении принимаются вместе с врачами.

• Если вам или близкому кажется, что вы — не вы, если провалы памяти, ощущение нереальности себя или резкие перемены характера держатся, пугают или мешают жить, это повод обратиться к врачу. Статья не ставит диагнозов.

• Ответственность и обещания меняющегося человека — тема статьи W-22-N02 «Анатман и непрерывность опыта»; здесь мы её не повторяем.

Ключевая цитата

> *«Я изображаю не бытие, я изображаю переход: не переход из одного возраста в другой или, как говорят в народе, от семилетия к семилетию, а изо дня в день, из минуты в минуту.»*
>
> *— Мишель де Монтень, «Опыты», кн. III, гл. 2 «О раскаянии», первый абзац; английский перевод Чарльза Коттона под редакцией У. К. Хэзлитта; перевод на русский наш. Project Gutenberg #3600*

Цитата подводит итог статьи: человек узнаёт себя не в неподвижном бытии, а в связанном переходе. Из неё не следует, что «я» не существует или что перемены снимают ответственность: Монтень описывает свою манеру самоописания, а не учение о личности.

Связи между традициями

Сопоставление (сторона А ↔ сторона Б)	Точка встречи / сходство	Существенная граница
Локк, «Опыт о человеческом разумении», II.XXVII § 11 (нумерация PG) ↔ Плательо др. 2021, Страмба-Бадьяле др. 2025 (нейропсихология болезни Альцгеймера)	Обе стороны связывают «я» с памятью о прожитом	Локк определяет, что такое личность; исследования измеряют представление о себе у больных и находят его частично сохранным, несмотря на нарушения памяти. Это не опровержение Локка; к тому же выборка Плателя мала, а обе работы — о клинической популяции
Плутарх, «Тесей», гл. XXIII ↔ апостол Павел, 1 Кор. 13:11	Оба места — о том, что продолжается при смене частей (доски корабля) или способов говорить и мыслить (младенец — муж); у Плутарха тождество оспорено, у Павла его несёт «я» рассказчика	Плутарх передаёт спор философов о вещи и не решает его; Павел пользуется образом взросления в главе о любви и не излагает теорию тождества
«Бхагавадгита», 2.12–13 и 2.16–17 ↔ Юм, «Трактат», I.IV.6	Обе стороны начинают со смены состояний: младенчество, юность и старость — поток восприятий	Гита учит о неуничтожимой душе, проходящей через тела (религиозное учение); Юм не находит в опыте ничего, кроме восприятий (философская позиция). Ответы несовместимы
«Вопросы Милинды», II.2.1 ↔ Юм, «Трактат», I.IV.6	Непрерывность без неизменного «я»: «ни тот же, ни другой» (перевод наш) и пламя лампы у Нагасены — пучок восприятий у Юма	У Нагасены — буддийское учение в контексте перерождения, у Юма — самонаблюдение; исторической связи мы не утверждаем. Буддийский ответ подробно — в статье W-22-N02 «Анатман и непрерывность опыта»
«Чжуан-цзы», гл. II ↔ Юм, «Трактат», I.IV.6 (о сне)	Сон лишает «я» самоочевидности: у Юма — глубокий сон без восприятий, у Чжуан-цзы — сновидение с другой перспективой	Чжуан-цзы оставляет обе перспективы открытыми и оговаривает границу между человеком и бабочкой; Юм делает эмпирический вывод о восприятиях

Сопоставление (сторона А ↔ сторона Б)	Точка встречи / сходство	Существенная граница
Монтень, «Опыты», III.2 ↔ Хонг, Седикидес, Уайлдшут 2022	Связанный переход (у Монтеня — «переход», у психологов — рассказ) выступает основанием ощущения себя	Монтень описывает собственную практику самоописания; психологи измеряют ощущение непрерывности одиночными вопросами в онлайн- и студенческих выборках, и у Хонг и коллег вера в стабильность тоже была связана с непрерывностью. Предвосхищения науки мы не утверждаем
Локк, «Опыт», II.XXVII § 28 (нумерация PG) ↔ Фернандес-Дуке, Шварц 2016	«Я» связывают с моральной оценкой поступков и характера	Локк даёт философское определение личности как понятия для вменения; исследование описывает убеждения жителей США, и связь центральности с моральностью на уровне конкретных черт не подтвердилась

Ряды сопоставляют прочитанные места, а не традиции целиком. Общее слово или образ не означает одинакового учения: в каждом ряду граница показывает, где сходство кончается.

Первоисточники

1. Джон Локк. An Essay Concerning Humane Understanding, vol. 1 (первое издание — 1690). Project Gutenberg #10615, ред. Steve Harris, David Widger; текст английский. Прочитано: кн. II, гл. XXVII «Of Identity and Diversity», §§ 10, 11, 17, 28 по нумерации этого издания (в ряде современных изданий номера параграфов другие). Цитаты — перевод наш. Текст

2. Дэвид Юм. A Treatise of Human Nature (1739–1740). Project Gutenberg #4705. Прочитано: кн. I, ч. IV, разд. 6 «Of Personal Identity»; Приложение (абзацы о разделе о личной идентичности). Цитаты — перевод наш. Текст

3. Плутарх. Plutarch's Lives, vol. I — Life of Theseus, пер. Aubrey Stewart, George Long (London: George Bell & Sons, 1894 — по титулу копии). Project Gutenberg #14033. Прочитано: «Тесей», гл. XXIII. Цитата — перевод наш с английского. Текст

4. Milindapañha. The Questions of King Milinda, Part I (Sacred Books of the East, vol. XXXV), пер. T. W. Rhys Davids (Oxford: Clarendon Press, 1890); скан archive.org, текстовый слой OCR. Прочитано: кн. II, гл. 2, дилемма 1 «Identity» (Trenckner p. 40; SBE XXXV pp. 63–64). Использовано одной строкой в «Связях между традициями». Текст

5. Чжуан-цзы. Chuang Tzŭ: Mystic, Moralist, and Social Reformer, пер. Herbert A. Giles (London: Bernard Quaritch, 1889). Project Gutenberg #59709. Прочитано: конец гл. II (сон о бабочке). Цитата — перевод наш с английского. Текст

6. «Бхагавадгита». The Song Celestial, or Bhagavad-Gîtâ, стихотворное переложение Edwin Arnold; дата издания в копии не указана. Project Gutenberg #2388. Прочитано: гл. II (стихи 12–13 и 16–17 по принятой нумерации; контекст — начало ответа Кришны). Цитата — перевод наш с английского. Текст

7. Апостол Павел. Первое послание к Коринфянам 13:11: Синодальный перевод (azbyka.ru) и King James Version, 1611 (Project Gutenberg #10). Прочитано: 1 Кор. 13:11. Синодальный перевод; KJV

8. Мишель де Монтень. Essays of Michel de Montaigne — Complete, пер. Charles Cotton, ред. William Carew Hazlitt. Project Gutenberg #3600. Прочитано: кн. III, гл. 2 «Of Repentance», первый абзац. Цитаты — перевод наш с английского. Текст

9. Diego Fernandez-Duque, Barry Schwartz. Common Sense Beliefs about the Central Self, Moral Character, and the Brain. Frontiers in Psychology 6:2007 (2016), doi:10.3389/fpsyg.2015.02007; копия PMC4709419, CC BY. Прочитано: исследования 1 и 2 — метод, результаты, обсуждение; общее обсуждение; выводы. Статья

10. Emily K. Hong, Constantine Sedikides, Tim Wildschut. How Does Nostalgia Conduce to Global Self-Continuity? The Roles of Identity Narrative, Associative Links, and Stability. Personality and Social Psychology Bulletin 48(5) (2022), doi:10.1177/01461672211024889; копия PMC9066684, CC BY 4.0. Прочитано: аннотация; введение (определения ностальгии и рассказа как основания непрерывности); исследования 1–5 — метод, результаты; общее обсуждение; ограничения. Статья

11. Ying Yang, Liangxiangwan Zhang, Weiguo Qu, Wei Fan. The effect of future self-continuity on intertemporal decision making: a mediated moderating model. Frontiers in Psychology 15 (2024), doi:10.3389/fpsyg.2024.1437065, CC BY. Прочитано: исследования 1 и 2 — метод, результаты, обсуждение; общее обсуждение; ограничения. Статья

12. Hervé Platel, Marie-Loup Eustache, Renaud Coppalle, Armelle Viard, Francis Eustache, Mathilde Groussard, Béatrice Desgranges. Boosting Autobiographical Memory and the Sense of Identity of Alzheimer Patients Through Repeated Reminiscence Workshops? Frontiers in Psychology 12 (2021), doi:10.3389/fpsyg.2021.636028, CC BY. Прочитано: аннотация; методы (участники, процедура, оценка чувства идентичности и воспоминаний на занятиях); результаты (мастерские, индивидуальная оценка памяти, чувство идентичности); обсуждение основного исследования. Статья

13. Chiara Stramba-Badiale, Fabio Frisone, Diana Biondi, Giuseppe Riva. Autobiographical memory in Alzheimer’s disease: a systematic review. Frontiers in Neurology (2025), doi:10.3389/fneur.2025.1546984, CC BY. Прочитано: методы (критерии отбора, итог поиска), результаты, обсуждение, ограничения. Статья

14. Peter Haehner, Amanda Jo Wright, Wiebke Bleidorn. A systematic review of volitional personality change research. Communications Psychology 2:115 (2024), doi:10.1038/s44271-024-00167-5; копия PMC11608366, CC BY-NC-ND 4.0 — только пересказ, без цитат. Прочитано: методы, результаты (в том числе метаанализ интервенций), обсуждение, ограничения. Статья

Теги

личная идентичность, непрерывность во времени, тождество личности, «я», память, тело, характер, Локк, Юм, теория пучка, Плутарх, корабль Тесея, Монтень, «Опыты», «Бхагавадгита», Чжуан-цзы, сон о бабочке, апостол Павел, 1 Кор. 13:11, «Вопросы Милинды», болезнь Альцгеймера, автобиографическая память, самоопределяющие воспоминания, ностальгия, непрерывность себя, будущее «я», межвременной выбор, центральное «я», моральный характер, изменение личности, взросление, перемены, философия личности

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.