

UNITED WISDOM

Тело как участник мышления

Мир и сознание

Andrey Zarinsh & Maria Evilkut

W15 · RU

@andrey.zarinsh @ilkutki

Тело как участник мышления

Эпиграф

> *нужно различить и оценить эти разные утверждения.*

Фрагмент начального рассуждения Маргарет Уилсон, Six views of embodied cognition. Собственный перевод авторов статьи с английского; часть предложения о разных тезисах, не универсальный совет.

О чём эта статья

Иногда, чтобы понять форму, человек поворачивает предмет; чтобы объяснить расстояние, разводит руки; чтобы прочитать мелкую надпись, меняет положение листа. Здесь тело участвует в устройстве задачи, а не появляется только после готового решения. Это наблюдение открывает полезный вопрос о мышлении, но не даёт общего правила «любое телесное чувство говорит правду». Можно внимательно заметить своё состояние и всё же ошибиться в объяснении происходящего. Можно отказаться от неудобного действия, не доказывая, что чужой замысел неверен. В этой статье мы различим способ получения сведений, собственное переживание, проверку вывода и условия свободного участия. Ограниченные научные, философские и религиозные тексты помогут назвать разные вопросы; единого учения из них мы не составляем. Основная история о бумажной коробочке вымышлена. Она позволяет проследить, что меняется при действии, что остаётся неизвестным и почему уважение к телу не требует делать из него непогрешимого судью.

I. Не одно утверждение о теле

В обзоре «Шесть взглядов на воплощённое познание» Маргарет Уилсон различает несколько тезисов и оценивает их неодинаково. Поэтому название подхода само по себе не подтверждает каждое утверждение, которое к нему присоединяют. Здесь использованы только аннотация и начальное различение, не весь обзор и не проверка перечисленных исследований.

Для нашего рассуждения важно разложить слова «тело участвует» на вопросы, которым можно дать определённое содержание. Какую информацию человек получает, когда меняет положение предмета? Какое действие позволяет сравнить варианты? Какие условия делают это действие доступным? Чем обоснован вывод после сравнения? Ответы не обязаны совпадать. Участие руки в повороте листа очевидно внутри описанной сцены, но отсюда ещё не следует, что расположение руки подтверждает правильность

@andrey.zarinsh @ilkutki

надписи. Если мы хотим обсуждать именно надпись, нам понадобятся другие сведения. Это не обесценивает действие; оно определяет задачу, которую действие действительно выполняет.

Представим занятие, на котором посетитель пытается собрать открытую бумажную коробочку по рисунку. Он видит линии сгиба, держит лист и решает, какую сторону поднять первой. Здесь можно исследовать разные переходы: от рисунка к расположению листа, от движения к новой видимой форме, от этой формы к предположению о следующем шаге. Для дальнейшего рассказа не нужны утверждения о строении мозга или о том, что все люди думают одинаково. Нам достаточно следить за доступными действиями одного вымышленного участника. Если другой человек решит ту же задачу иначе, это станет поводом описать его путь, а не объявить его мышление неправильным по одному отличию.

II. Действие открывает новое наблюдение

Посетитель поднимает два края листа и замечает, что один перекрывает другой. Раньше рисунок позволял представить несколько вариантов, теперь перед ним определённое расположение бумаги. Изменение не произошло только в формулировке: он создал положение, которое можно рассмотреть. При этом само перекрытие ещё не говорит, что инструкция ошибочна. Возможно, именно так устроено соединение; возможно, поднят другой край; возможно, неверно прочитана линия. Следующий вопрос касается отношения увиденного к замыслу, а не силы впечатления от движения. Разделение этих шагов помогает избежать поспешного перехода от «я заметил» к «я доказал».

Если он поворачивает заготовку, появляется вид другой стороны. Этот вид не обязан опровергать первый: стороны относятся к одному предмету, но показывают разные части. Он может сравнить их и уточнить своё объяснение. Чтобы сравнение имело смысл, полезно помнить, какое действие было совершено. Отогнуть край, перевернуть лист и положить его на другую поверхность — различные изменения. Когда все они смешаны в рассказе «я посмотрел ещё раз», трудно понять основание нового вывода. Нам не нужен подробный отчёт о каждом движении; достаточно назвать изменение, от которого зависит рассматриваемая связь.

Есть и предел вмешательства. Повторный сгиб может оставить след, поэтому второй опыт уже относится к изменённому листу. Если посетитель решит, что бумага всегда складывается именно так, он выйдет за рамки сцены. Перед ним конкретная заготовка с уже сделанными сгибами. Он может сохранить этот предел словами «на этом листе после такого действия». Подобное уточнение не превращает обычное занятие в лабораторию. Оно просто удерживает разницу между наблюдением и обобщением.

Участие тела здесь связано с созданием условий наблюдения; дальнейший вывод требует внимания к тому, какие условия были созданы.

Представим, что второй наблюдатель не видит перекрытия со своего места. Сначала можно показать ему именно этот участок и назвать положение, из которого сделано описание. Различие доступных видов не обязательно означает, что кто-то невнимателен или неправдив. Однако согласие двух наблюдателей тоже не решает вопрос о назначении перекрытия в конструкции. Они могут вместе установить видимое расположение и вместе не знать, требуется ли оно по схеме. Так появляются две отдельные границы: доступность одного вида для разных людей и достаточность этого вида для следующего вывода. Первая может быть устранена перемещением; вторая требует другого основания.

III. Показывать и объяснять — разные задачи

Преподаватель проводит рукой вдоль края и говорит: «Эту сторону поднимаем». Посетитель видит направление, однако слово «эту» зависит от того, где находится говорящий. Если они стоят напротив, показанная сторона может выглядеть иначе для каждого. Полезно уточнить ориентир: сторона с маленькой точкой, ближайшая к окну или обозначенная на схеме буквой. Жест способен помочь сообщить указание, но не устраняет все вопросы о его значении. Иногда именно сочетание жеста и названного ориентира делает сообщение определённым. Мы описываем возможную ситуацию, не измеряем универсальное преимущество одного способа преподавания.

Теперь преподаватель показывает готовую коробочку. Это даёт посетителю представление о результате, но может оставить неизвестным порядок действий. Красиво выполненный пример и понятное объяснение перехода — разные достижения. Посетитель вправе спросить, что произошло между плоским листом и поднятым краем, даже если готовый предмет кажется очевидным преподавателю. Вопрос не отрицает его умения. Он указывает на участок, где наблюдателю недостаёт сведений. Если ответ состоит только в повторении быстрого движения, часть задачи может остаться открытой. Другой темп или отдельное изображение иногда подходят данному человеку; это возможность, а не обещание результата.

Показ не даёт разрешения двигать чужую руку. Можно предложить демонстрацию рядом, спросить о предпочтительном способе объяснения и дождаться согласия на помощь. Отказ от прикосновения не означает отказа понимать. Он относится к условиям участия. В нашей сцене посетитель выбирает рассмотреть второй лист, на котором преподаватель медленно делает один сгиб. Таким образом они сохраняют задачу и изменяют способ передачи. Эти условия принадлежат людям в ситуации, а не выводятся

автоматически из научного названия подхода. Даже убедительная теория мышления не отменяет необходимость учитывать согласие конкретного участника.

IV. Переживание не выбирает объяснение за нас

Посетитель чувствует неудобство, когда держит края одновременно. Это реальное описание его опыта, если он сообщает именно о своём ощущении. Однако объяснений неудобства может быть несколько: положение листа, выбранное действие, поверхность стола или просто нежелание продолжать в таком виде. Мы не устанавливаем причину по одной фразе. Не нужно доказывать причину, чтобы попросить другой способ участия. Право прекратить неудобное действие относится к выбору человека; утверждение о том, почему действие неудобно, относится к отдельному вопросу. Различение позволяет уважать сообщение, сохраняя честное незнание о его объяснении.

Затем он говорит: «Мне неприятно, значит, коробочка задумана неправильно». Здесь переживание стало доводом о конструкции. Для такого вывода нужно установить связь между ощущением и устройством предмета. В нашей истории она пока не установлена. Может оказаться, что складывать конкретную бумагу этим способом неудобно, хотя форма соответствует рисунку. Может быть и ошибка схемы, которую удастся показать независимо от неприятного ощущения. Нам не нужно выбирать заранее одну возможность. Достаточно отделить сообщение о состоянии от оценки конструкции и решить, какую часть действительно хочется выяснять. Продолжение проверки остаётся добровольным.

Обратное рассуждение тоже избыточно: «Мне легко, следовательно, я всё понял». Лёгкое движение может привести к форме, которую человек не умеет объяснить или повторить при другом расположении листа. Это не делает выполненную работу ненастоящей. Мы просто различаем успешное действие, понимание его основания и перенос способа в новую ситуацию. Если цель занятия — получить одну коробочку, результат может быть достаточным. Если цель — объяснить устройство сгиба, появится следующий вопрос. Оценка зависит от названной цели, а не от общего требования всегда испытывать трудность или всегда получать удовольствие от мышления.

V. Условия задачи принадлежат её описанию

Положим, рисунок висит так высоко, что посетителю трудно сопоставлять его с листом на столе. Когда рисунок кладут рядом, часть затруднения может исчезнуть. Это возможное изменение в вымышленной сцене, не установленный эффект для всех учащихся. Оно показывает, почему нельзя описывать участника только словами «понял» или «не понял», опуская условия задачи. В одном случае человек сравнивает два соседних изображения, в другом вынужден постоянно менять направление взгляда. Сравнивать результаты этих ситуаций можно, но сначала следует заметить различие в устройстве действий. Иначе свойство всей ситуации ошибочно приписывается только человеку.

Такое внимание не требует заменить любое объяснение словами о среде. Ошибка в прочтении обозначения может сохраниться и при удобном расположении рисунка. Тогда новое положение помогло получить доступ к материалу, но не ответило на вопрос о значении линии. Полезно остановиться на этом определённом результате. Мы устранили одну трудность и обнаружили другую. Нет необходимости либо объявлять изменение бесполезным, либо приписывать ему полное понимание. Частичные результаты делают рассказ точнее: что стало доступным, что человек проверил и что ещё требует объяснения. Тело и предметная обстановка участвуют в этом различении без обещания законченного решения.

Участник может попросить более крупный рисунок, устное описание или возможность смотреть на сгиб со стороны. Эти просьбы не доказывают ни недостатка способностей, ни особого превосходства его пути. Они сообщают о предпочтительных условиях конкретной работы. Если один способ недоступен, важно искать другой, а не превращать действие в обязательную проверку человеческой полноценности. Воображать форму, следить за объяснением и двигать бумагу можно по-разному. Наш рассказ не устанавливает, какое сочетание подойдёт каждому. Он предлагает относиться к доступности как к вопросу организации задачи, сохраняя достоинство участника и возможность отказаться от предлагаемого варианта.

Условия включают и время. Если преподаватель заканчивает показ, прежде чем посетитель успевает задать вопрос, полученный результат нельзя безоговорочно описывать как отказ спрашивать. Возможность вопроса и желание воспользоваться ею различаются. Можно заранее договориться об остановке после одного шага или оставить рисунок доступным после показа. Тогда изменится определённое условие, а не установленная способность человека. Мы не утверждаем, что дополнительное время всегда полезно или что медленный темп лучше быстрого. Нам важно не скрыть

ограничение, когда оно относится к тому, что мы оцениваем: отсутствию вопроса, точности повторения либо самостоятельному объяснению.

VI. Можно мыслить о действии, не выполняя его

Посетитель откладывает лист и пробует объяснить следующий шаг словами. Перед ним уже нет движения, которое сразу изменяет бумагу, но предмет рассуждения сохраняется. Он может сказать, что хочет поднять сторону с точкой и оставить другую на столе. Потом можно сопоставить описание с действием, если он захочет продолжить. Это иной способ проверки отношения между планом и результатом, а не доказательство, что слова всегда хуже ручной работы. Иногда словесное описание позволяет заметить неоднозначность, которая была скрыта за быстрым показом. В нашей истории оба способа могут помогать решать разные участки одной задачи; обязательного победителя между ними нет.

Важно не требовать, чтобы любая мысль сопровождалась видимым движением. Человек может рассматривать возможность, которую сейчас невозможно осуществить: как выглядела бы большая коробка, как объяснить сгиб собеседнику по телефону, что изменилось бы при другом обозначении. Мы не устанавливаем по этому рассказу механизмы воображения. Он только показывает, что предмет размышления не обязан находиться перед рукой в готовом виде. Из вопроса о телесном участии нельзя без дополнительного основания получить утверждение, что всё отсутствующее физически отсутствует и в мысли. Следовательно, обсуждая действие, стоит оставлять место плану, описанию, воспоминанию и открытому предположению.

Посетитель может ошибиться в таком плане, а может обнаружить полезную связь. То же возможно после непосредственного сгиба. Поэтому место проверки определяется вопросом, а не общим предпочтением «думать» или «делать». Если речь о размере стенки, пригодится соответствующее измерение; если о понимании указания, — уточнение его смысла; если о желании участвовать, — сообщение самого человека. Подмена этих оснований одним универсальным способом создаёт ненужный спор. Нет необходимости касаться бумаги, чтобы получить право отказаться от занятия. И нет необходимости произносить сложную теорию, чтобы обратить внимание на действительно видимое несовпадение двух краёв.

VII. Философское единство сохраняет свой вопрос

В выбранном месте шестого «Размышления» Декарт говорит о единстве ума и тела, сохраняя их различие. Рядом он обсуждает пределы чувственного суждения. Это философский аргумент внутри его системы, с теологическим основанием, не современное исследование воплощённого познания. Мы не превращаем исторического автора в сторонника нынешней теории.

Для нашего чтения это повод осторожнее обращаться с противопоставлением «только разум» и «только тело». Такое противопоставление способно скрыть вопрос, который человек действительно задаёт. Посетитель ощущает усилие и одновременно рассуждает о направлении сгиба. Разделить эти описания полезно, чтобы не перепутать их основания. Но из аналитического разделения не следует, что в конкретной ситуации существуют два отдельных участника, один из которых приказывает другому. Назвать разные стороны события — ещё не решить метафизический спор о природе человека. Мы можем обсуждать действие и переживание, не требуя от каждого читателя принять определённый ответ на этот спор.

Столь же осторожно следует понимать слова «тело знает». Они могут выражать уважение к освоенному действию: человек складывает лист, не проговаривая каждый шаг. Это описание возможного умения, а не обещание безошибочной информации о любых предметах. Если выражение превращается в основание чужого решения, полезно спросить, что именно оно означает здесь. Называет ли оно навык, переживание, предположение или требование подчиниться? Один и тот же образ не должен незаметно переходить между этими значениями. В нашей коробочке свободное действие посетителя остаётся его действием; авторское объяснение не получает власти над ним благодаря красивому образу единства.

VIII. Внимание к положению тела имеет разные цели

В прочитанном фрагменте буддийской «Сатипаттхана-сутты» различение положения тела находится в религиозной практике с определённой целью освобождения. Оно не является тестом истинности любого убеждения. Здесь использован ограниченный английский перевод Тханиссаро Бхиккху; не весь текст, не палийская сверка и не клиническое доказательство.

Наш современный пример ставит более узкий вопрос: может ли посетитель назвать, какое положение участвует в выбранном действии? Ему не обязательно закрывать глаза, менять дыхание или выполнять специальное упражнение. Он может просто заметить, что держит лист вертикально, и решить, относится ли это к трудности сравнения. Такое бытовое наблюдение не называется выполнением всей религиозной практики. Мы

заимствуем повод различать описание и вывод, обозначая собственную задачу отдельно. Уважение к источнику предполагает сохранение этой границы. Иначе чужая духовная цель становится украшением для процедуры, которую исходный текст не предлагал в данном современном виде.

Можно также решить, что телесное наблюдение сейчас не нужно. Читатель не обязан направлять внимание внутрь, чтобы доказать серьёзность размышления. Иногда достаточно рассмотреть рисунок или остановить работу. Если личное переживание вызывает тревогу либо затруднение, наша статья не устанавливает его причину и не предлагает лечить его бумажным занятием. Доступные формы участия выбираются отдельно от вопросов помощи, когда она нужна. Отказ от предложенной практики сохраняет за человеком право понимать текст, задавать вопрос и искать другой способ. Именно эта свобода не позволяет превратить разговор о воплощённости в ещё одно требование правильно чувствовать по чужому образцу.

IX. Сведения не назначают ценность результата

Предположим, посетителю нравится округлая форма, которая случайно получилась при сгибе. Он решает оставить её, хотя она отличается от образца. Здесь важно назвать цель. Если он хочет свободно придумать новый предмет, отклонение может быть частью замысла. Если требуется воспроизвести определённую схему, следует честно отметить различие. Один результат не обязан одновременно отвечать обеим задачам. Чувство удовольствия сообщает о его отношении, а сравнение с рисунком — о соответствии заданной форме. Уважение к первому не требует скрывать второе; точность второго не даёт оснований отменять его право выбрать иной творческий путь.

Теперь возникает вопрос, можно ли предложить эту новую форму другим участникам. Автор коробочки может показать её и объяснить, что изменил. Но личная удобность способа не устанавливает удобность для каждого. Согласие попробовать не устанавливает обязанность продолжать. Если кто-то предпочитает прежний рисунок, различие не следует объяснять отсутствием телесной мудрости. Такого основания у нас нет. Лучше выяснить, какая задача стоит перед каждым, какие условия доступны и что он хочет получить. В нашей истории сотрудничество начинается с этих конкретных сообщений, а не с ранжирования людей по близости к собственным ощущениям или по готовности повторять любимое действие преподавателя.

Этическое решение нельзя целиком вывести из моторной лёгкости. Допустим, человеку проще быстро убрать чужую заготовку, чтобы освободить стол. Возможность движения не отвечает на вопрос о согласии её владельца. Для этого нужно обратиться к отношениям между участниками. Здесь становится особенно заметен предел общего тезиса о телесном участии: описание того, как совершается действие, не устанавливает

само по себе, следует ли его совершать. Наше предложение уважать границы и спрашивать о помощи является этической позицией авторов статьи. Оно не представлено как измеренный результат обзора Уилсон или как общая договорённость всех привлечённых традиций.

Когда люди делают общий предмет, личного предпочтения также может быть недостаточно для изменения согласованной формы. Представим, что коробочки должны помещаться рядом в одном макете. Новая округлая форма нравится её автору, но займёт другое место. Он может предложить изменение и показать его последствия для макета. Согласие группы относится к общему замыслу, а его удовольствие — к собственному опыту. Ни одно сообщение не заменяет другое. Если участники выбирают сохранить прежнюю форму, это не обязывает автора отвергать свою идею: он может оставить её отдельной работой. Различение позволяет обсуждать совместимость результатов без обесценивания личного творчества.

X. Сохранить определённый вывод

В конце занятия можно рассказать, что произошло, не превращая историю в доказательство всей теории мышления. Посетитель повернул лист, уточнил ориентир, попросил другой показ и получил выбранную форму. Он вправе назвать эти шаги полезными для данной работы. Мы не знаем по рассказу, какой шаг был решающим или повторится ли результат в другом случае. Чтобы выяснить это, понадобилась бы отдельная задача с подходящими основаниями. Обычному участнику не обязательно начинать её. Он может закончить словами о своём опыте, сохраняя различие между удовлетворением результатом и объяснением причин, которые к нему привели.

Если коробочка не получилась, тоже нет необходимости выносить общий приговор телу или разуму. Можно отметить незавершённую часть: неясное обозначение, несовпавшие края либо решение остановиться. У каждого описания свои сведения и свои пределы. Иногда дальнейший вопрос относится к схеме; иногда к доступности; иногда к желанию заниматься именно этим. Переход к другой задаче не стирает уже сделанного. Он позволяет выбрать, нужно ли сейчас продолжение. В такой точности участие тела остаётся обычной стороной человеческой работы, которую можно учитывать без соревнования между правильными и неправильными способами быть человеком.

Для читателя итоговый вопрос может звучать просто: какое определённое действие или условие я имею в виду, когда говорю, что тело помогает думать? Если ответ находим, легче увидеть и его предел. Поворот даёт другой вид, жест уточняет направление при подходящем ориентире, отказ обозначает границу участия. Ни один из этих результатов не удостоверяет любой следующий вывод. Нам не требуется отказываться от телесного опыта, чтобы сохранить проверку, и не требуется объявлять опыт непогрешимым, чтобы

уважать человека. Можно внимательнее устроить конкретную задачу, назвать полученное знание и оставить неизвестную часть открытой, без обязанности завершить её прямо сейчас.

Что это значит на практике

Если хочется применить различение, выберите обычную добровольную задачу, в которой предмет можно рассмотреть безопасно: например, найти нужную строку на листе. Не нужно воспроизводить коробочку или проводить опыт с собственным состоянием. Назовите вопрос и одно доступное действие: переместить лист, увеличить изображение либо попросить прочитать строку. Можно оставить положение прежним. Выбирайте вариант по своему удобству; задача не должна требовать неприятного усилия или прикосновения другого человека без согласия.

После действия отметьте, что именно стало доступно. «Строка читается» отличается от «содержание верно». Если вы ещё не проверяли содержание, так и обозначьте этот предел. Отдельно можно назвать своё отношение: удобнее, без изменения, не хочется продолжать. Эти сообщения не обязаны подтверждать друг друга. Не нужно искать особое ощущение или объяснять каждую реакцию. При желании сформулируйте один следующий вопрос, который действительно относится к выбранной задаче.

Закончить можно и без ответа на этот вопрос. Сохраните определённый результат и своё решение о продолжении. Если помощь нужна, назовите предпочтительный способ; если предложение не подходит, откажитесь. Это авторская читательская практика различения, а не религиозная инструкция, диагностика или проверенная программа улучшения мышления. Её смысл в ясности собственной задачи и свободе выбора, а не в достижении установленного извне состояния тела.

Ключевая цитата

> *мой ум и тело составляют некоторое единство.*

Фрагмент предложения Декарта в шестом «Размышлении», §13, перевод Джона Вейча. Собственный русский перевод авторов статьи через указанный английский текст; философский контекст сохранён.

Связи между традициями

1. **Уилсон / авторская коробочка:** начальное различение утверждений помогает назвать вопросы; вымышленная сцена не воспроизводит исследование и не доказывает всю теорию.

2. **Декарт / Уилсон:** оба текста позволяют поставить вопрос о теле, но философское различие и единство не тождественны тезисам научного обзора.

3. **Декарт / наш вывод:** чувственное переживание и суждение о предмете различены в собственном современном примере; теологический аргумент сохранён отдельно.

4. **Сутта / бытовое описание:** внимание к положению тела сопоставлено на уровне описания; религиозная цель освобождения и наша добровольная задача различаются.

5. **Три источника / условия участия:** согласие, доступность и отсутствие обязанности продолжать — этическое предложение авторов, не общий измеренный результат привлечённых традиций.

Первоисточники

1. Уилсон, M. Six views of embodied cognition. Psychonomic Bulletin & Review, 9(4),2002,с.625–636. Прочитаны аннотация и начальное различение; не весь обзор.

2. Декарт. Шестое «Размышление», §§8–15 в показанном переводе Джона Вейча1901. Прочитан ограниченный философский контекст различия, единства и чувственного суждения.

3. «Сатипаттхана-сутта», MN10, Frames of Reference, перевод Тханиссаро Бхиккху: религиозное вступление и ограниченный фрагмент о положении тела. Не полный текст и не палийская сверка.

Теги

тело, мышление, воплощённое познание, действие, наблюдение, движение, жест, предмет, восприятие, переживание, вывод, основание, проверка, доступность, согласие, отказ, выбор, достоинство, задача, условия, воображение, навык, бумага, пример, Уилсон, Декарт, сутта, философия, религия, практика

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.