

Минимальный феноменальный опыт: на что указывает невыразимое?¹

Секция: Онтологический статус феноменального сознания

Барышников П.Н.

*доктор философских наук, доцент, профессор кафедры исторических
и социально-философских дисциплин, востоковедения и теологии,
ФГБОУ ВО «Пятигорский государственный университет»
pnbaryshnikov@pgu.ru*

Аннотация: Данная работа посвящена концепции минимального феноменального опыта (МРЕ) и его связи с феноменологией «чистого» сознания. В тексте рассматриваются ключевые вопросы, такие как: возможность существования «чистого сознания», проблема обоснования минимальной модели для объяснения сознания, а также влияние медитативных практик на внутрителесные события и способы их описания. Рассмотрены концептуальные затруднения МРЕ. Помимо того, что сознание исследуется в поле соприкосновения восточной и западной философии, трудность также состоит и в том, что объектом исследования являются сложно различимые и невыразимые в непротиворечивой форме состояния осведомлённости, бдительности, внимания, обработки целевых стимулов и т.п. Обосновывается необходимость дополнительных исследований (в том числе анализ феноменальных суждений) и концептуального прояснения в области МРЕ. Работа представляет собой расширенное толкование современных междисциплинарных исследований на стыке практических (как правило религиозных) методов работы с сознанием, научных исследований и философии когнитивных наук.

Ключевые слова: минимальный феноменальный опыт (МРЕ), чистое сознание, медитативный опыт, тоническое бодрствование, феноменальные суждения, интероцепция

Minimal phenomenal experience: What does the inexpressible point to?²

Baryshnikov P.N.

*Doctor of Philosophy, Associate Professor,
Professor of the Department of History
and social and philosophical disciplines, oriental studies and theology,
Pyatigorsk State University,
pnbaryshnikov@pgu.ru*

Abstract: This work is devoted to the concept of minimal phenomenal experience (MPE) and its connection with the phenomenology of “pure” consciousness. The text discusses key issues, such as: the possibility of the existence of “pure consciousness”, the problem of justifying a minimal model for explaining consciousness, as well as the influence of meditative practices on intra-body events and ways of describing them. The conceptual difficulties of MPE are examined. In addition

¹ Исследование выполнено за счет гранта Российского научного фонда № 24-28-00540, <https://rscf.ru/project/24-28-00540>

² The research was funded by Russian Science Foundation No. 24-28-00540, <https://rscf.ru/en/project/24-28-00540/>

to the fact that consciousness is being studied in the field of contact between Eastern and Western philosophy, the difficulty also lies in the fact that the object of research is the difficult to distinguish and inexpressible states of awareness, vigilance, attention, processing of target stimuli, etc. The need for additional research (including analysis of phenomenal judgments) and conceptual clarification in the field of MPE is argued. The work represents an expanded interpretation of modern interdisciplinary research at the intersection of practical (usually religious) methods of working with consciousness, scientific research and the philosophy of cognitive science.

Keywords: minimal phenomenal experience (MPE), pure consciousness, meditative experience, tonic wakefulness, phenomenal judgments, interoception

Начиная с 70-х годов XX в. когнитивные науки и философия сознания испытывали стойкий интерес к практическим методам восточных религиозно-философских учений исследующих ментальную сферу человека. Если на начальном этапе эту тенденцию можно было описать как форму нео-ориентализма в когнитивных исследованиях [1], то сегодня «чистое сознание», медитативный опыт, минимальная феноменальная идентичность и прочее подобное являются объектами серьезных эмпирических исследований в новейших методологических рамках нейронаук. [2], [3]

Цель данной работы – проанализировать основное содержание тезисов Т. Метцингера, изложенных в работе «Minimal phenomenal experience: Meditation, tonic alertness, and the phenomenology of “pure” consciousness» [4] в контексте проблемы представимости интероцептивного и перцептивного опыта в системе феноменальных суждений.

Сначала предполагаю дать краткую характеристику упомянутой работы. Затем – рассмотреть соотношение обсуждаемых вопросов с указанным проблемным контекстом. Тема минимального феноменального опыта в философии и психологии достаточно нова и не лишена трудностей, связанных с переводом понятий. Помимо того, что сознание исследуется в поле соприкосновения восточной и западной философии, трудность также состоит и в том, что объектом исследования являются сложно различимые в перспективе от первого лица состояния осведомлённости, бдительности, внимания, обработки целевых стимулов и т.п. То есть трудно представить плохо переводимые из одной концептуальной системы в другую понятия. Важно подчеркнуть, что исследования минимального феноменального опыта пытаются вывести свой объект за рамки теории минимальной феноменальной идентичности, ориентированной на телесность, пространственно-временную локализацию и интеракционную перспективу от первого лица.[5]

Для дальнейших рассуждений необходимо определиться с некоторыми терминами:

- *Минимальный феноменальный опыт* (Minimal phenomenal experience, далее МРЕ) – условно, это эпизоды значительно сниженного или отсутствующего феноменального содержания вместе со сниженным уровнем возбуждения клеток мозга. Термин впервые введён Дженифер Виндт в 2015 г. [6]
- *Сознание как таковое* (consciousness as such) – основной уровень сознания, лишенный специфических качеств или содержания, и представляющий собой абстрактное состояние чистого осознания.
- *Семантические ограничения* – это минимальные необходимые феноменальные характеристики, которые должны присутствовать в опыте, чтобы он мог быть отнесен к МРЕ.
- *Чистая осознанность* (pure awareness) – это форма сознания, не обладающая интенциональным содержанием. Это своего рода «чистое» сознание, которое не содержит никаких мыслей и ощущений, но при этом сохраняет чувство бодрствования и эффекта присутствия. (Этот термин очень по-разному трактуется в восточных религиозно-философских традициях, в связи с чем

зачастую возникает путаница при попытках его применения в западной философии и психологии [7]).

Постановка проблемы опирается на несколько ключевых вопросов: 1. Действительно ли минимальная личностная идентичность – необходимое условие феноменального опыта? 2. Существует ли чистое сознание? 3. Можно ли в принципе развивать минимальную модель для объяснения сознания как такового? 4. Является ли «чистая осознанность» уникальной формой феноменального свойства, которая подразумевает все остальные формы?

Метцингер выделяет шесть семантических ограничений, которые накладываются на опыт МРЕ.

1. Тоническое бодрствование (Tonic wakefulness) – феноменальное свойство, связанное с контролем положения тела в состоянии пассивного бодрствования.
2. Низкая сложность феноменального опыта (Low complexity) – полное отсутствие интенционального содержания, в частности, высокоуровневых символических или понятийных форм и мысленных суждений), а также сенсорно-моторного или аффективного содержания.
3. Самосветимость (Self-Luminosity) – качество полного бодрствования, лишённое какой-либо идентичности. Предполагается, что самосветимость может иметь культурные и метафорические интерпретации³.
4. Интроспективная доступность (Introspective Availability) – свойство, указывающее на возможность осознанного внимания к собственному сознанию.
5. Эпистемичность (Epistemicity) – своеобразная субъектная «надстройка» над предыдущими ограничениями, позволяющая всегда указывать на «того, кто смотрит».
6. Прозрачность/непрозрачность (Transparency / Opacity) – качество, позволяющее расположить все семантические ограничения на градиенте прозрачности. То есть, МРЕ может быть ясным и понятным, или же неясным и трудным для понимания.

В итоге автор приходит к выводу о том, что, МРЕ является кандидатом на роль самой простой формы сознания, которая может быть описана как модель неразделённого эпистемического пространства. Он представляет собой абстрактный вид феноменального свойства, который может быть описан на разных уровнях анализа, и может быть связан с различными формами сознательного содержания. Отметим, что сегодня не прояснён вопрос об онтологии «чистого сознания».

Возникает вопрос: что содержится в минимальном феноменальном опыте такого, чего нет в остальных формах перцептивного опыта? Ведь все шесть семантических ограничений МРЕ применимы к любым проприоцептивным «отчётам» о фокусах внимания. Тоническая бдительность (tonic alertness), к которой сводится минимальный феноменальный опыт, присутствует во всех формах контроля целевых стимулов: от контроля внимания на тактильных стимулах [8], до процесса обучения у детей. [9] Собственно, устойчивое внимание – необходимый компонент для любого познавательного процесса. На уровне языка это связано с тем, что при описании даже самых бессодержательных состояний (внеинтенциональных) мы не можем избежать употребления глаголов. Если субъект обладает минимальным феноменальным опытом, то он что-то делает. Например, созерцает свои «non-representational reflexivity», «pure awareness», «consciousness as such».

При попытке описать глубокий медитативный опыт, практикующие используют системы феноменальных суждений, схожие по своей структуре с описанием интерцептивного или ольфакторного опыта. Говорящий генерирует наборы метафор, сравнений, аналогий, основанный на концептуальных схемах языка.

– When I realized that I was gone, the thought	– Когда я поняла, что меня нет, мысль исчезла.
--	--

³ Метцингер указывает на то, термин «самосветимость» не несёт мистического смысла, а носит характер, скорее, эпистемологической метафоры, указывающей на возможность познания этих состояний. Вместе с тем для демонстрации рассуждений автор приводит обширные цитаты из «Тибетской книги мёртвых». [4, с 17]

<p>vanished.</p> <p>– How did it vanish? Was it instantaneous or gradual?</p> <p>– It was very quick, but it nevertheless took a moment.</p> <p>– And what happened during this moment?</p> <p>– I loosened, I loosened my tension on that thought.</p> <p>– And when you loosened your tension on that thought, what did you loosen?</p> <p>– In fact I loosened a light tension in my head.</p> <p>– Where exactly was this light tension in your head?</p> <p>– It was at the top to the right and at the front of the head.</p> <p>– And when you loosened it, how did you go about it, what did you do?</p> <p>- And so on. (Lise, 20 years of practice) [10, с. 173]</p>	<p>– Как оно исчезло? Было ли это мгновенно или постепенно?</p> <p>– Это было очень быстро, но все равно заняло мгновение.</p> <p>– И что произошло в этот момент? – Я расслабилась, я ослабила давление на эту мысль.</p> <p>– И когда ты ослабила давление на эту мысль, что ты ослабила?</p> <p>– На самом деле я ослабила легкое напряжение в голове.</p> <p>– Где именно было это легкое напряжение в твоей голове?</p> <p>– Это было вверху справа и спереди головы. – А когда ты его ослабила, как ты это сделала, что ты сделал?</p> <p>– И так далее. (Лиз, 20 лет практики)</p>
--	---

Таблица 1. Интероцептивные описания медитативного опыта

Данные из Таблицы 1. наглядно демонстрируют активную работу со стороны практикующего и иллюстрируют такие семантические ограничения МРЕ как интроспективную доступность и эпистемичность. Эти описания по своим лингвистическим параметрам близки аномальным интроспективным описаниям. (См. подробнее [11] и наш перевод в работе [12]) Важное отличие состоит в том, что в случае с интроспективными описаниями сенестопатии японские подростки выступают в роли наблюдателя, в то время как Лиз субъект действия).

Некоторые исследования взаимосвязи осознанной медитации с восприятием боли указывают на то, что когнитивные практики, использующие устойчивость внимания (фокусированное внимание) в сочетании с неоценочным восприятием сенсорных событий (открытое наблюдение), могут снижать боль. Проблема состоит в том, что обычные механизмы плацебо-анальгезии при ожидании болевого воздействия активируют клетки длПФК (дорсолатеральной префронтальной коры головного мозга), что приводит к торможению клеток в болевых центрах. Медитация, как правило, не связана с длПФК, и выявит устойчивую каузальную взаимосвязь между состояниями «осознанности» и снижением боли пока не удаётся.

В итоге мы имеем три базовых слоя: 1. Что люди чувствуют? 2. Что при этом происходит в мозге? 3. Как об этом говорят? Не исключено, что важным является ещё и то, «что происходит в мозге, когда люди об этом говорят». Если второй пункт доступен через прямое наблюдение, то свойства первого пункта зависят от интерпретации данных второго и третьего. Можно заключить, что минимальный феноменальный опыт как некое онтологическое «ядро» сознания (с последующей перцептивной и интенциональной «настройкой») требует дополнительных исследований и концептуального прояснения. Как объяснить, во-первых, что бессодержательное чистое сознание как таковое всё-таки объективируется (опредмечивается)? Во-вторых, можно ли говорить о полной бессодержательности этого опыта, если подобные практики оказывают прямое влияние на внутрителесные события? В заключении отмечу (чтобы обозначить тему для возможных дальнейших полевых исследований), что систематизация феноменальных суждений, описывающих МРЕ в традициях разных школ, техник, а также различных языковых картинах мира позволит дать более полную картину.

Список литературы

1. Varela F.J., Thompson E., Rosch E. The embodied mind: cognitive science and human

- experience. The embodied mind. — 14. print. — Cambridge, Mass.: MIT Press, 1993. — 308 p.
2. Lutz A., Dunne J.D., Davidson R.J. Meditation and the neuroscience of consciousness: an introduction // The Cambridge Handbook of Consciousness/ eds.. P.D. Zelazo, M. Moscovitch, E. Thompson. — Cambridge University Press, 2007. — P.419-551
 3. Thompson E. Waking, dreaming, being: self and consciousness in neuroscience, meditation, and philosophy. Waking, dreaming, being. — Paperback edition. — New York: Columbia University Press, 2017. — 453 p.
 4. Metzinger T. Minimal phenomenal experience: Meditation, tonic alertness, and the phenomenology of “pure” consciousness // Philosophy and the Mind Sciences, 2020, T. 1, Minimal phenomenal experience, № I, P. 1-44.
 5. Blanke O., Metzinger T. Full-body illusions and minimal phenomenal selfhood // Trends in Cognitive Sciences, 2009, T. 13, № 1, P. 7-13.
 6. Windt J.M. Just in Time—Dreamless Sleep Experience as Pure Subjective Temporality // Open MIND/ ред. T.K. Metzinger, J.M. Windt. — Frankfurt am Main: MIND Group, 2015.
 7. Ramm B.J. Pure awareness experience // Inquiry, 2023, Vol. 66, No. 3, P. 394-416.
 8. Illman M., Laaksonen K., Liljeström M., Piitulainen H., Forss N. The effect of alertness and attention on the modulation of the beta rhythm to tactile stimulation // Physiological Reports, 2021, Vol. 9, No. 12.
 9. Воронин Н.А. Современные представления о системах внимания // Современная зарубежная психология, 2016, Т. 5, № 4, С. 67-76.
 10. Petitmengin C., van Beek M., Bitbol M., Nissou J.-M., Roepstorff A. What is it like to meditate?: Methods and issues for a micro-phenomenological description of meditative experience. // Journal of Consciousness Studies, 2017, T. 24, № 5-6, P. 170-198.
 11. Watanabe H., Takahashi T., Tonoike T., Suwa M., Akahori K. Ceneesthopathy in adolescence // Psychiatry and Clinical Neurosciences, 2003, Vol. 57, No. 1, P. 23-30.
 12. Baryshnikov P.N., Atakuev M.N. Semantics of Judgments about Interoceptive Experience: From Norm to Anomalies // Epistemology & Philosophy of Science, 2022, T. 59, № 2, P. 218-233.