

Методология парадигмы «Юэцзюэ»: На пути к интегративной науке о жизни

У Цзинюй
(Пекин, Китай)

Аннотация:

В данной статье систематически излагается интегративная методология парадигмы «Юэцзюэ»*, направленная на преодоление парадигмальных трудностей традиционной науки о жизни в понимании сложных жизненных явлений. Данная методология предлагает переход от

* Юэцзюэ (кит. 有觉) — базовое понятие данной работы, обозначающее целостный феномен, при котором живой организм через цикл «ощущение—поведение» активно конституирует и поддерживает собственное существование. Как нередуцируемый факт от первого лица, он берёт начало в непосредственном самоотчёте системы о её внутреннем состоянии (комфорт/дискомфорт) и, направляемый ценностно-заряженными напряжённостями, становится конечной движущей основой — от простой боли до поиска смысла. Концепция наследует исходную линию «юэцзюэ-принципа» (the sentient principle) Роберта Уайтта (1751) — допассоциационистской и доповеденческой способности к внутреннему чувствованию-и-реагированию, — и глубоко резонирует с китайской философской традицией «цзюэ» (觉), с её мудростью активной субъектности, обращённой на себя и неразрывности сущности и функции. Само это понятие является живым примером «мыслегена», который, распространяясь и находя резонанс в межкультурном пространстве, осуществил себя через ценностно-зависимый отбор.

измерительной модели «разделения субъекта и объекта» к **«совместно конституирующей интерпретации и практике»**, использующей в качестве базовой единицы анализа **«цикл "ощущение-поведение"»**. Её ядро состоит из трёх столпов: во-первых, глубинное картографирование жизненной системы через сбор мультимодальных следов и трёхмерную (историческую, системную, диалектическую) интерпретацию; во-вторых, роль исследователя как **«сопереживающего архитектора»**, который, следуя жизненной логике **«Резонанс-Оценка-Консолидация»**, проектирует и возвращает новые здоровые циклы для направления здорового течения системы; в-третьих, высший стандарт **«жизненной валидности»**, творчески интегрирующий все эффективные методы — от нейронауки до гуманитарных традиций. В заключение статья намечает новый образ **«генеративной науки о жизни»**, объединяющей научную строгость, гуманитарное сопереживание и практическую мудрость.

Ключевые слова: парадигма Юэцзюэ; цикл "ощущение-поведение"; сопереживающий архитектор; интеграция методологии; жизненная валидность; генеративная наука

Введение: Методологический поворот — от измерения объекта к совместному конструированию понимания

Современная наука о жизни погрузилась в методологический парадокс: инструменты, которыми мы изучаем жизнь, становятся всё более точными, но знания о «самой жизни», которые мы получаем, становятся всё более фрагментированными и поверхностными. Корень этой дилеммы заключается в том, что господствующая научная методология

основана на классической парадигме «разделения субъекта и объекта»: исследователь как внешний, нейтральный наблюдатель использует стандартизированные инструменты для измерения, расчленения и приписывания причинности жизни как объекту. Этот метод добился огромного успеха в исследовании «деталей» и «механизмов» жизни, но систематически терпит неудачу при понимании «целостности», «истории» и «смысла» жизни — он не может проникнуть в «глубинные воды жизни», сотканные уникальной личной историей.

Парадигма «Юэцзюэ» предлагает радикальную методологическую революцию. Она утверждает, что когда объектом исследования является другая «Юэцзюэ система» (т.е. жизненный субъект, обладающий чувственностью, агентностью и историчностью), эффективное исследование не может быть односторонним измерением и извлечением, оно должно быть **двунаправленным, совместно конституирующим истолкованием и практикой**. Его эмпирическое ядро заключается в способности направлять саму жизненную систему к порождению позитивного понимания и течения. Поэтому методология «Юэцзюэ» — это не новый список техник, а **интегративная исследовательская позиция, операциональная логика и критерии оценки**, призванные творчески унифицировать и применить всю человеческую мудрость исследования жизни для высокой цели — **служить глубокому сопереживанию и генеративному пониманию жизненной системы**.

Первый столп: Интерпретативное картографирование с единицей «цикл "ощущение-поведение"»

Отправной точкой и ключевой единицей анализа любого

исследования в парадигме «Юэцзюэ» является конкретный **«цикл "ощущение-поведение"»**. Жизнь рассматривается как существование, поддерживаемое, расширяемое и выражаемое через бесчисленные подобные циклы. Первейшая задача методологии — точное картографирование и интерпретация тех ключевых циклов, которые формируют судьбу индивида или группы.

1. Синхронный сбор мультимодальных следов

Исследование начинается не с гипотезы, а с всестороннего восприятия естественного вывода жизненной системы. Это требует от исследователя, подобно глубокому практику традиционной китайской медицины, задействовать все чувства и инструменты для проведения **«голографического наблюдения, выслушивания, опроса и пальпации»**:

- **Феноменологическое глубокое описание (опрос и выслушивание):** Через глубинные интервью, выборку переживаний, нарративный анализ улавливается уникальная текстура, структура и изменения опыта от первого лица. Цель — редуцировать абстрактные ярлыки, такие как «тревога» или «одиночество», к конкретным телесным ощущениям, потоку образов и эмоциональным тонам.
- **Наблюдение за поведением и отношениями (наблюдение):** Систематическая запись внешних поведенческих паттернов, ритмов социального взаимодействия, невербальной коммуникации (включая микровыражения, позы). Поведение — это динамический вывод цикла, танец мира внутренних ощущений.
- **Сопряжённый сбор физиологических и нейронных следов (пальпация):** Использование таких технологий, как нейровизуализация,

физиологические сенсоры, биохимический анализ, для получения физиологических данных, синхронных с субъективными отчётами и поведением. Эти данные **не являются конечной причиной объяснения, а служат «следами резонанса» или «параллельными сигналами»** системного ощущения на биологическом уровне, обеспечивая кросс-модальное подтверждение и обогащение интерпретации.

2. Трёхмерная глубокая интерпретация

Собранные следы — это фрагменты текста, требующие сплетения в осмысленное жизненное повествование через интерпретацию. Интерпретация разворачивается по трём взаимосвязанным измерениям:

- **Историческая интерпретация:** Прослеживание происхождения целевого цикла в личной или коллективной жизненной истории. Исследование того, как изначальные следы «ощущение-поведение» были отлиты в определённых ситуациях, особенно тех, которые закрепились как травматические или движущие из-за недостижения цели («незамыкание контура»). Это объясняет, как цикл «дошёл до этого».
- **Системная интерпретация:** Анализ сетевой динамики текущего цикла. Построение карты того, как множество циклов конкурируют, сотрудничают, порождают друг друга, образуя **динамически текущую сеть**. Выявление того, как ресурсы распределяются в сети, где существует «истощающая дивергенция» (порочный круг), а где есть потенциал для «творческого замыкания» (добродетельный круг). Это раскрывает, «как система работает в настоящий момент».

- **Диалектическая интерпретация:** Проникновение в «течение» доминирующей динамики системы. Анализ того, как изначально адаптивная (например, защита от угроз, добыча ресурсов, поиск связи) и гибкая динамика может, вследствие окостенения и самоссылочности цикла, **отчуждаться**, превращаясь во внутреннюю логику самоподдержания или даже саморазрушения. Это ключ к пониманию затруднений системы и возможностей её трансформации.

Второй столп: Генеративное вмешательство, основанное на логике «Резонанс-Оценка-Консолидация»

Исследование в парадигме «Юэцзюэ» не ограничивается объяснением, оно внутренне содержит практическую направленность. Роль исследователя смещается от наблюдателя к **«сопереживающему архитектору»**. Вмешательство следует собственной организационной логике жизненной системы — **«Резонанс-Оценка-Консолидация»** — направляя течение системы к более здоровому, устойчивому состоянию.

1. Резонансное подключение и совместное конструирование интерпретации

Первичная способность архитектора — глубокое сопереживание, погружение в мир ощущений другого, понимание внутренней логики его поведения в контексте его истории. Эта способность к сопереживанию должна сочетать литературную проницательность к человеческой сложности, феноменологическую тренировку философии и холистическую чувствительность традиционной китайской медицины. В процессе постоянного диалога с субъектом интерпретация, порождаемая исследованием (например, «Ваша боль связана с неразрешённым чувством

беспомощности из раннего детства»), должна вызывать у субъекта глубокий резонанс («Ах, это именно то, что я чувствую!»). Это основа доверия и смысла для всей последующей работы.

2. Проектирование и возвращение «новых микроциклов "ощущение-поведение"»

Сущность вмешательства заключается во введении новых циклов, конкурирующих со старыми порочными кругами. На основе глубокой интерпретации архитектор совместно с субъектом проектирует структурированные, простые эксперименты с новыми контурами, которые неизбежно приносят чувство завершенности. Например:

- Внедрение для страдающего от катастрофического мышления практики «ежедневной осознанности — телесного заземления».
- Проектирование для избегающего социальных контактов задания «микроскопического, безопасного социального взаимодействия — позитивного внутреннего диалога».
- **Ключевой принцип:** Новый цикл должен непосредственно порождать **позитивное системное ощущение** (спокойствие, чувство контроля, микро-достижение), способное противостоять негативному ощущению (страх, беспомощность), выводимому старым циклом.

3. Процессуальная верификация и адаптивная корректировка

Эффективность вмешательства проверяется позитивным течением самой жизненной системы. Архитектор использует многомерное отслеживание (субъективные отчёты, наблюдение за поведением, физиологические показатели) для мониторинга:

- **Резонанс:** Переживается ли новый цикл субъектом как подлинно

значимый и приемлемый?

- **Оценка:** Ощущение, приносимое новым циклом, наделяется ли системой **позитивной ценностной оценкой**, привлекая тем самым больше ресурсов?
- **Консолидация:** Проявляет ли новый цикл тенденцию к привыканию, автоматизации, начинает ли изменять исходную динамическую структуру системы?

Весь процесс является циклическим и повторяющимся: стратегия вмешательства корректируется на основе обратной связи, подобно «повторной диагностике и корректировке рецепта» в традиционной китайской медицине, пока доминирующий цикл системы не претерпит здоровое «течение».

Третий столп: Интеграция плюралистических методов под эгидой «жизненной валидности»

Парадигма «Юэцзюэ» в методологическом плане является последовательным инструментализмом и интеграционизмом. Она утверждает, что все методы и техники, способствующие углублению понимания «цикла "ощущение-поведение"» и служащие процессу «Резонанс-Оценка-Консолидация», независимо от их происхождения — из естественных наук или гуманитарных традиций, — должны рассматриваться и творчески применяться на равных основаниях.

1. Единство в принципах, а не в технике

Интеграция — это не механическое сложение, а прохождение всех методов через очищение принципом «цикла "ощущение-поведение"»:

- Данные нейронауки используются для картирования

нейродинамического ландшафта цикла.

- Метод включённого наблюдения в антропологии используется для понимания работы культурных ритуалов как **«социальных устройств резонанса-консолидации»**.
- Компьютерное моделирование используется для симуляции спонтанного возникновения циклических паттернов под действием **«выбора, зависимо от ценности»**.
- Подход «наблюдение, выслушивание, опрос, пальпация» традиционной китайской медицины почитается как образцовая методология **голографической, интерактивной системной диагностики**.

2. «Жизненная валидность» как высший критерий оценки

Исследование в парадигме «Юэцзюэ» отвергает «статистическую значимость» или «технологическую продвинутость» в качестве высших критериев оценки. Оно устанавливает систему валидности, центрированную на самой жизни:

- **Валидность резонанса:** Вызывает ли интерпретация и вмешательство у субъекта глубокое чувство «быть понятым» и когнитивное облегчение?
- **Генеративная валидность:** Открывает ли процесс новые перцепции, новые поведенческие возможности и новые смысловые перспективы?
- **Практическая валидность:** Улучшает ли процесс реальное качество жизни субъекта, социальное функционирование и эмоциональный фундамент?
- **Интегративная валидность интерпретации:** Сплетает ли

итоговое жизненное повествование данные из множества источников в логически последовательный, просветляющий системный анализ?

Заключение: Научная практика как симфония жизни

Методология парадигмы «Юэцзюэ» в конечном итоге указывает на новую форму научной практики. Она требует от исследователя быть одновременно строгим учёным, глубоким интерпретатором, тёплым сопереживателем и творческим архитектором. Его лаборатория включает как пространство с точными приборами, так и тихие уголки для глубинного диалога; его результаты исследования включают не только публикуемые графики данных, но и уникальные, неповторимые истории становления, повествующие о движении жизненных систем от затруднения к раскрытию.

Это уже не наука о «вещах», а наука о «жизни»; не знание, стремящееся к контролю, а мудрость, стремящаяся к резонансу и сохранению. Она приглашает нас, используя все ресурсы, накопленные человеческой цивилизацией, научиться слушать уникальный язык, на котором говорит своим целым бытием каждая жизненная система, и в понимании совместно сочинять более насыщенные, устойчивые и наполненные смыслом будущие партитуры.

Это и есть методологическая революция, обещанная парадигмой «Юэцзюэ»: сделать науку подлинным знанием о жизни и реализовать её самое подлинное значение в каждой глубокой встрече «Я чувствую...» и «Я понимаю...».

Список литературы:

1. Wu, Jingyu. (2025). *Outline of Youjue Physiology*.
<https://doi.org/10.24108/preprints-3113926>
2. У Цзинюй. (2025). *Генеративная теория цикла «ощущение-поведение»*. <https://doi.org/10.24108/preprints-3113953>
3. У Цзинюй. (2025). *Виталистическая верификация: Научная революция, измеряемая субъектом*.