

«Конспект физиологии юцзюэ»

**Генеративная теория цикла ощущение-
поведение**

У Цзинюй

2005

Моему отцу, У Чжунгуаню, который был всеми тремя:
отцом, который взращивал, учителем, который направ-
лял, и другом, который понимал.

Аннотация

Этот конспект, будучи междисциплинарным трудом, объединяющим физиологическую психологию и философию, новаторски предлагает новую парадигму — **физиологию юцзюэ**, — которая напрямую обращается к фундаментальным дилеммам современных исследований разума. Он призывает вернуться от абстрактных спекуляций о «сознании» к **самой жизни** — то есть к живой, само-конструирующейся «**системе юцзюэ**».

Название «**Конспект**» обозначает кардинальный поворот в исследовательской стратегии: его первостепенная задача не в перечислении новых экспериментальных данных, а в предоставлении мощного мета-каркаса для творческого переосмысления и реинтеграции уже существующих разнородных феноменов разума и научных открытий. Для наук о жизни, погрязших в дилемме «богатства данных при раздробленности теорий», он намечает единый «**ландшафт генерации вселенной живой ощущающей жизни**».

Весь конспект основан на простом, но глубоком ядре: феномены разума укоренены в базовом жизненном процессе — «**цикле ощущение-поведение**». Исходя из этого, строится рамка «**трехмерной динамической таксономии ощущений юцзюэ**», где вертикальная ось — это

эволюционные уровни (уровень жизни, социальный уровень, когнитивный уровень), а горизонтальная — три основные динамические направленности (**оборонительная, наступательная, симпатическая**). Это позволяет систематически анализировать полный спектр психических явлений — от боли и голода до чувства принадлежности и жажды познания. Впервые в данном конспекте чётко утверждается: движущим двигателем этого спектра является пронизывающее жизнь **«ожидаемое ощущение»** — от эволюционно сформированных базовых линий врожденных динамических направленностей до конкретных ситуационных ожиданий, формируемых индивидуальным опытом. Все формы «дискомфорта» и роста на всех уровнях проистекают из конфликта между ожиданием и реальностью (**«несоответствие ожидания-ощущения»**), что и движет научением и адаптацией.

Что ещё более важно, конспект раскрывает единую логику генерации, пронизывающую все уровни: от синхронизации нейронных ансамблей и сплочения социальных кругов до распространения мыслительных парадигм — их формирование и стабилизация следуют изоморфному закону организации жизни: **«достижение интеграции через резонанс паттернов ощущение-поведение и последующее закрепление посредством положительной ценностной оценки»**. Мы начнем с примитивной

кооперации одноклеточных организмов и проследим, как эта логика выстраивает грандиозную социальную эпопею — от кровных уз до цивилизационных сообществ.

Пять глав конспекта составляют эпическую генеративную сагу от микро- до макроуровня:

- **«Краеугольный камень»** закладывает природу замкнутого контура врожденных рефлексов и раскрывает, что их глубинная динамика проистекает из поддержания **врожденного ожидаемого ощущения**;
- **«Рост»** показывает, как опыт через **несоответствие ожидания-ощущения** ведет к утончению **приобретенного ожидаемого ощущения** и выбору поведения;
- **«Возвышение»** аргументирует, что социальность (от микробной кооперации до человеческой культуры) и познание естественным образом **эмерджентно возникают** из взаимодействия живых систем;
- **«Интерпретация»** использует чистый язык «юцзюэ» для реконструкции потребностей, эмоций, сознания и Я, объединяя их в **динамический диалог ожидания и реальности**;
- **«Отзвук»**, отправляясь от «я чувствую...», направляет читателя в том, как вести себя, чтобы стать **осознающим, активным, теплым «человеком»**

юцзюэ».

«Конспект физиологии юцзюэ» — это не только теоретическая революция, но и обновление мировоззрения. Он позволяет науке по-настоящему **обнять жизнь во всей её полноте** и предоставляет прочные рамки для понимания и практики — от «человека юцзюэ» к «экологии юцзюэ» как будущего цивилизации, открывая также новые перспективы для понимания разума, Я и социального познания.

Введение: Революция парадигмы

В долгом путешествии по разгадке тайн разума мы подобны ремесленникам, рисующим тени. Мы тщательно измеряем форму теней, записываем их изменения, но слишком часто помещаем в центр нашего исследования сами тени. Эта грандиозная тень, называемая нами «сознанием», своей неопределенностью и философской тяжестью долгое время тормозила научный прогресс. Пора повернуться и взглянуть прямо на ту сущность, что отбрасывает тень, — **на саму жизнь, живую «систему юцзюэ».**

Настоящий конспект призван провозгласить и построить новую научную парадигму: **физиологию юцзюэ.** Она не стремится полностью отвергнуть прошлое, но предлагает оказавшейся в тупике «раздробленности, холостого хода и потери направления» науке о жизни вернуться к своему подлинному объекту, обретя твердое теоретическое ядро.

1. Дилемма и прорыв: от лабиринта «сознания» к твердой отправной точке «системного ощущения»

Современная наука о разуме зашла в тупик в лабиринте «сознания». Вопрос «Что есть сознание?», онтологический по своей природе, увлек исследования в

водоворот философских спекуляций. Мы предлагаем фундаментальный сдвиг в исследовательской стратегии: перестать упорно описывать обширную тень по имени «сознание» и, повернувшись, пристально рассмотреть саму сущность, ее отбрасывающую. Эту отправную точку указал нам великий физиолог **Иван Сеченов** — а именно **«системное ощущение»**.

Оно указывает не на ощущения пяти органов чувств внешнего мира, а на интегральное представление внутреннего состояния живого организма, на тот смутный фон «общего телесного комфорта или дискомфорта». Сеченов отметил, что такие ощущения, как голод, жажда, усталость, являются **сигналами, движущими поведением и предоставляющими фундаментальную основу для поддержания жизнеспособности**, чья сила способна даже подавлять само сознание. Это дает нам неоспоримую точку отсчета: психическая деятельность глубоко укоренена в физиологических процессах поддержания жизни.

Необходимо четко указать, что цель данного конспекта не в сообщении о серии новых экспериментальных открытий, а в попытке инициировать фундаментальный сдвиг в исследовательской стратегии. Мы сталкиваемся с парадоксом: данные о жизни и разуме беспрецедентно обильны, но общая теоретическая

картина становится все более раздробленной и запутанной. Настоящий конспект утверждает, что первостепенной задачей сейчас является не накопление еще большего количества данных, а необходимость в более прочном теоретическом ядре, способном интегрировать эти данные.

Следовательно, то, что осуществляет данный конспект, — это, в первую очередь, революция в исследовательской стратегии. Книга названа **«Конспектом»**, и её центральная миссия заключается именно в этом: предоставить мета-каркас под названием «физиология юцзюэ», используя **«цикл ощущение-поведение»** в качестве базовой единицы, для творческого переосмысления и реинтеграции уже существующих, чрезвычайно богатых феноменов, данных и интеллектуального наследия. Мы намерены оглянуться назад и заново интерпретировать множество великих открытий — от Сеченова до Эдельмана, — поместив их для рассмотрения в рамки данного каркаса, чтобы разрозненные знания предстали в новом свете как единая картина.

Это и есть грандиозная практика на уровне теоретического построения того, что было раскрыто Г. М. Эдельманом как **«настоящее, объединенное памятью»** — интеграция «следов ощущение-поведение» из истории мысли в акт настоящего творения, порождающего новое,

более объяснительное «сейчас». Мы приглашаем читателя временно отложить привычную жажду разрозненных эмпирических данных и сначала сосредоточиться на понимании самого этого каркаса, а затем использовать его для нового исследования любых знакомых вам феноменов жизни и научных открытий.

2. Генеалогия мысли: Уайт, Сеченов и предвестие «юцзюэ»

«Физиология юцзюэ» укоренена в ясной и глубокой интеллектуальной традиции.

- **Роберт Уайт**, предложивший в XVIII веке **«принцип юцзюэ»** (the sentient principle), точно обозначил различие между живым и неживым: а именно ту внутреннюю, активную способность чувствовать и реагировать. Она является корнем всякого поведения, эмоций и чувства значимости в жизни.
- **«Системное ощущение» Ивана Сеченова** наполнило конкретным физиологическим содержанием **«принцип юцзюэ»**, раскрыв его сигнальную функцию как **«регулятора жизни»**.

Стоя на плечах этих гигантов, мы осуществляем ключевой концептуальный скачок: системное ощущение должно включать в себя **«переощущение»**, производимое высшими центрами нервной системы в результате интеграции и интерпретации всех внутренних и внешних

сигналов. Это формирует фундаментальный **«цикл ощущение-поведение»** — ощущение движет активностью (включая внешнее телесное поведение и внутреннюю нервную обработку), а результаты этой активности (будь то изменение внешней среды или формирование новых внутренних нейронных связей), в свою очередь, через механизм **«реентри»** непосредственно порождают системное ощущение, и так по кругу.

3. Ключевой каркас: Трехмерная динамическая таксономия ощущений юцзюэ

Чтобы превратить эту грандиозную теорию в исследуемую научную систему, мы предлагаем объемную, динамическую рамку **«таксономии ощущений юцзюэ»**. Она зиждется на едином **динамическом основании** и с эволюционной перспективы очерчивает трехслойную панораму вселенной живой ощущающей жизни.

- **Динамическое основание: Прото-ощущение — три основные динамики гомеостаза**

Это «фундаментальные силы» ощущающей жизни, врожденное основание всех **«циклов ощущение-поведение»**, которое **пронизывает и движет** все последующие эволюционные уровни.

- ◆ **Оборонительная динамика (целостность границ):** например, боль, тошнота, движущие поведение **вовне для исключения угроз**.

- ◆ **Наступательная динамика (энергетический баланс):** например, голод, жажда, движущие поведение **вовнутрь** для получения ресурсов.
- ◆ **Симпатическая динамика (продолжение ритма):** например, сонливость, половое влечение, движущие поведение **временного слияния** и размножения.

На этом основании система юцзюэ через итерацию и усложнение циклов «ощущение-поведение» послойно порождает три относительно независимых, но взаимопроникающих эволюционных уровня:

- **Уровень жизни: Динамика выживания и размножения**
 - ◆ Безопасность / Защита территории (оборонительная)
 - ◆ Питание / Получение ресурсов (наступательная)
 - ◆ Секс / Размножение (симпатическая)
- **Социальный уровень: Архитектура групповых связей**
 - ◆ Групповая принадлежность (оборонительная)
 - ◆ Иерархический статус (наступательная)
 - ◆ Альтруистическая привязанность (симпатическая)
- **Когнитивный уровень: Измерения поиска смысла**

- ◆ Исследование (оборонительная)
- ◆ Игра (наступательная)
- ◆ Религиозное познание (симпатическая)

Эти **три уровня и девять категорий** отнюдь не являются разрозненными статичными единицами, но представляют собой **спиралевидный процесс генерации**. Траектория жизни обратима: система юцзюэ одновременно **несет в себе потенциал всех категорий**, а различие лишь в реальном времени возникающих и спадающих в потоке жизни «концентрациях» различных качеств юцзюэ.

Например, путь от симпатической динамики «секс/размножение» к чувству безопасности «групповой принадлежности» и далее к поведению «исследования» — это **классический путь спиралевидного восхождения под влиянием ценностной оценки**. И что еще более революционно: обладающий юцзюэ не бежит между этапами, но происходит постоянная турбулентная трансформация «**пропорций динамик юцзюэ**» в его системе: доминируя в «когнитивно-исследовательском», можно позволить «социально-альтруистическому» модулировать поведение фоновой концентрацией; в момент фрустрации можно сконцентрировать доминирование на «жизненном ритме», позволяя чувству успокоения затопить тревогу. Это не переключение, а подобно палитре, где все

концентрации юцзюэ присутствуют одновременно, динамично взаимодействуют и порождают доминанту.

Эта трехмерная модель, совмещающая структурную генеративность и динамику реального временного потока, является не только внутренней направляющей динамикой ощущений юцзюэ, но и ключевой **генеративной логикой для понимания полного спектра жизни — от врожденных ожиданий к приобретенным, от физиологического несоответствия к когнитивному несовпадению.**

4. Ключевое открытие: Единая генеративная логика цикла «ощущение-поведение»

Данный конспект предлагает не просто новую логику базовой генерации. В процессе разворачивания генеративной саги от микро- до макроуровня будет представлено еще более глубокое прозрение: **жизненные системы на трех, казалось бы, совершенно разных уровнях — «нейронном», «социальном» и «когнитивном» — в своем возникновении и закреплении сложных структур следуют одной и той же базовой логике.**

Мы увидим, что **функциональный нейронный ансамбль** в процессе отбора, **социально-культурный круг** в процессе сплочения и идентификации, а также распространение и развитие **научной или художественной школы** — все это может быть единообразно понято так:

система, основываясь на своем внутреннем **ожидаемом ощущении** (будь то врожденные базовые динамики или приобретенные модели опыта), через специфические формы «реентри» достигает «резонанса» внутри себя или между системами; когда **непосредственное ощущение** входит в распознаваемый конфликт с этим ожиданием (**несоответствие ожидания-ощущения**), система запускает оценку; если этот конфликтующий паттерн может быть разрешен посредством оценки и ведет к повышению эффективности системы (положительная ценностная оценка), это направляет системные ресурсы на его селекцию и закрепление, формируя тем более сплоченное функциональное единство.

Раскрытие этой единой логики **«резонанс-оценка-закрепление»** является конечной амбицией данного конспекта в области теоретической интеграции. Оно позволяет нам на языке одного и того же жизненного принципа бесшовно интерпретировать грандиозный непрерывный спектр — от химических колебаний в мозге до структур человеческой цивилизации.

5. Путь конспекта: Эпическая сага генерации цикла «ощущение-поведение»

Основываясь на этом каркасе, конспект развернет эпическую сагу генерации от микро- до макроуровня, от врожденного к приобретенному. Мы:

- Отправляясь от **прото-ощущения** и **врожденного рефлекторного контура**, заложим начальную динамику ощущений жизни.
- Проследим, как опыт через механизмы **реентри**, **нейронного дарвинизма** и другие высекает и дифференцирует более тонкие ощущения, участвуя в отборе более сложного поведения.
- Раскроем, как «юцзюэ» социального и когнитивного уровней **эмерджентно возникают** из взаимодействия на уровне жизни — мы начнем с синергетического резонанса одноклеточных организмов, пройдем через первичные основы кровных уз вплоть до вторичных основ, формируемых культурой, полностью представив эволюционную эпопею социального контура «ощущение-поведение». В конечном счете, мы построим тот богатый ментальный мир, который мы переживаем.
- В итоге мы с помощью чистого языка «юцзюэ» проведем радикальную реконструкцию традиционных концепций «**потребности**», «**эмоции**», «**сознания**» и «**Я**».

Конечная точка этого путешествия — вновь сосредоточить свет науки на той теплой, сияющей и постоянно само-конструирующейся сущности — **живой жизни**.

Физиология юцзюэ рождена именно для этого.

**Данный конспект — не только революция в теории,
но и возвращение к жизни.**

Глава 1: Рефлекторный контур и системное ощущение

1.1 Прото-ощущение: Изначальная тональность жизненных напряжений

Величественное здание разума воздвигнуто не на пустоте; оно укоренено в самой примитивной, самой упорной сенсорной реальности живого организма. Прежде чем мы обратим взор на волнение эмоций или первые проблески сознания, мы должны сначала вернуться к источнику всякого опыта — к той глубокой силе, что движет и поддерживает существование жизни. В этом разделе мы исследуем истоки этих сил, а именно три основные динамики жизни, которые мы называем **«прото-ощущениями»**, и поясним, как они через врожденные контуры составляют «первотолчок» для рождения ментальной вселенной.

1.1.1 Три основные динамики жизненной системы: Исток действия юцзюэ

Под вдохновением «системного ощущения» Сеченова и классификаций потребностей Павла Симонова и Юрия Вяземского мы выделяем три базовых динамических измерения (оборонительная, наступательная, симпатическая), используемых организмом для поддержания гомеостаза — они служат изначальной тональностью

жизненного чувства. Это не конкретные точки ощущений, а диффузные фоновые напряжения, самый первоначальный способ взаимодействия жизни с миром, формирующий примитивную тональность «юцзюэ».

1. Оборонительная динамика — «ощущение целостности границ»

- **Ключевой опыт:** Тревога в ответ на **вторжение, повреждение и распад.**
- **Функциональная цель:** Защита физических и психических границ жизненной системы, устранение угроз.
- **Направление поведения:** **Внешнее исключение** — изгнание вредоносных объектов или состояний из внутреннего пространства системы.

2. Наступательная динамика — «ощущение энергетического баланса»

- **Ключевой опыт:** Жажда в ответ на **дефицит, нехватку и истощение.**
- **Функциональная цель:** Получение и ассимиляция ресурсов из среды для поддержания энергетического и материального баланса системы.
- **Направление поведения:** **Внутреннее присвоение** — активное требование и поглощение из среды для восполнения себя.

3. Симпатическая динамика — «ощущение продолжения ритма»

- **Ключевой опыт:** Тяготение к цикличности, слиянию и обновлению.
- **Функциональная цель:** Обеспечение синхронности системы с ее собственными ритмами и циклами среды, реализация продолжения и воспроизводства жизни.
- **Направление поведения: Временное слияние** — через циклическое поведение вливание в более крупные ритмы для обеспечения долгосрочного существования.

Эти три динамики совместно формируют устойчивый «треугольник ощущение-как-движущая-сила»; все внутренние состояния и внешние действия организма могут найти свой первоначальный вектор в этом динамическом силовом поле.

1.1.2 Классификация прото-ощущений и врожденный контур

Основываясь на трех вышеупомянутых динамиках, мы можем систематически классифицировать основные прото-ощущения и раскрыть их присущие, целенаправленные поведенческие контуры.

- **Динамическое измерение: Оборонительная**
 - ◆ **Прото-ощущение: Боль**

- **Ключевой опыт:** Интенсивный, локальный сигнал «повреждения».
- **Физиологический корень:** Повреждение тканей.
- **Врожденный поведенческий контур:** Отдергивание/Защита: отдергивание руки, прикрытие места повреждения.
- ◆ **Прото-ощущение: Тошнота**
 - **Ключевой опыт:** Волнообразный дискомфорт с желанием извергнуть содержимое.
 - **Физиологический корень:** Попадание токсинов, дисфункция внутренних органов.
 - **Врожденный поведенческий контур:** Извержение: рвота, отказ от употребления.
- ◆ **Прото-ощущение: Чувство удушья**
 - **Ключевой опыт:** Крайняя паника «нехватки кислорода».
 - **Физиологический корень:** Недостаток кислорода в крови, обструкция дыхательных путей.
 - **Врожденный поведенческий контур:** Очистка и глубокий вдох: борьба, кашель, учащенное дыхание.
- **Динамическое измерение: Наступательная**
 - ◆ **Прото-ощущение: Голод**

- **Ключевой опыт:** «Пустота» в желудке и тяга к пище.
 - **Физиологический корень:** Снижение уровня сахара в крови, опорожнение желудка.
 - **Врожденный поведенческий контур:** Поиск пищи/Потребление: активный поиск и поглощение пищи.
- ◆ **Прото-ощущение: Жажда**
- **Ключевой опыт:** «Сухость» в горле и острая потребность в жидкости.
 - **Физиологический корень:** Повышение осмотического давления внеклеточной жидкости.
 - **Врожденный поведенческий контур:** Поиск воды/Питье: активный поиск и употребление жидкости.
- ◆ **Прото-ощущение: Усталость**
- **Ключевой опыт:** Всеобъемлющее «истощение энергии» и снижение эффективности.
 - **Физиологический корень:** Истощение АТФ, накопление метаболитических отходов.
 - **Врожденный поведенческий контур:** Отдых/Сон: прекращение активности, поиск

покоя.

- **Динамическое измерение: Симпатическая**
 - ◆ **Прото-ощущение: Сонливость**
 - **Ключевой опыт:** Чувство умственной «затуманенности» и «тяжести».
 - **Физиологический корень:** Циркадные ритмы, потребность во сне.
 - **Врожденный поведенческий контур: Засыпание:** поиск безопасного места, погружение в сон.
 - ◆ **Прото-ощущение: Сексуальное влечение**
 - **Ключевой опыт:** «Активация» и «чувство притяжения» в репродуктивной системе.
 - **Физиологический корень:** Периодические изменения уровня половых гормонов.
 - **Врожденный поведенческий контур: Ухаживание/Спаривание:** подача сигналов, совершение полового акта.
 - ◆ **Прото-ощущение: Позыв к опорожнению**
 - **Ключевой опыт:** «Наполненность» и «давление» в мочевом пузыре/прямой кишке.
 - **Физиологический корень:** Накопление метаболических отходов до порогового уровня.
 - **Врожденный поведенческий контур:**

Опорожнение: поиск подходящего места для избавления от содержимого.

Эти контуры представляют собой нейронные цепи, предустановленные эволюцией в жизненной системе, являясь самой прямой и прочной связью между ощущением и действием. Они гарантируют, что на самом базовом уровне жизнь способна оказывать неотразимую реакцию на поддержание своего фундаментального существования.

1.1.3 Системное ощущение: «Равнодушное ощущение» как жизненный фон

Помимо конкретных прото-ощущений, то «равнодушное общее ощущение», которое описывал Сеченов, — то есть чувство «общего телесного комфорта» или «общего телесного дискомфорта» — как раз и есть **фоновое интегральное состояние системы**, формируемое после синтеза всех вышеупомянутых динамик прото-ощущений.

Это не независимое ощущение, а **комплексный показатель** динамического баланса или дисбаланса всех прото-ощущений. Когда такие дискомфортные динамики, как голод, боль, усталость, находятся на низком уровне, а доминируют чувства удовлетворения и комфорта, система проявляет «комфортный» фон, и жизненная энергия может свободно изливаться; напротив, когда усиливаются и сохраняются множественные дискомфортные

динамики, фоновое состояние системы переходит в «дискомфорт», побуждая индивида к более фундаментальным корректирующим действиям. Этот фон и есть общая оценка системой юцзюэ своего собственного состояния существования, глубинный океанский ландшафт, на котором возникают и погружаются эмоции и сознание.

1.1.4 Сущность прото-ощущения: Нарушение и калибровка врожденного ожидаемого ощущения

Боль, голод, тошнота и другие прото-ощущения обычно понимаются как простые сигналы дисбаланса гомеостаза. Однако, с точки зрения глубокой динамической структуры системы юцзюэ, **они раскрывают более фундаментальный принцип: всякий «дискомфорт» проистекает из «несоответствия ожидания-ощущения».** И для понимания этого необходимо сначала ввести краеугольное понятие **«врожденного ожидаемого ощущения».**

1. Врожденное ожидаемое ощущение: Эволюционно дарованный жизненный эталон

До того как индивидуальная жизнь начинает свое путешествие опыта, ее система — не чистый лист. Формируясь на протяжении миллиардов лет филогенеза, организм уже несет в себе глубоко впечатанные в гены внутренние предустановки о своем «должном состоянии».

Этот набор предустановок — не конкретные образы, а **диффузная, ценностная базовая линия баланса напряжений**, составляющая **«врожденное ожидаемое ощущение»** жизненной системы. Оно в основном проявляется в:

- **Предустановленных диапазонах параметров гомеостаза:** температура тела, кровяное давление, концентрация глюкозы в крови, осмотическое давление жидкостей — их идеальные точки равновесия и допустимые диапазоны колебаний являются эволюционно предустановленными «стандартными значениями».
- **«Центре притяжения» баланса трех динамик:** оптимальное состояние синергии трех основных сил — оборонительной (целостность границ), наступательной (энергетический баланс) и симпатической (продолжение ритма) — составляет глубокую ценностную направляющую работы системы.
- **Изначальном ожидании закономерности и причинности:** нервная система изначально склонна искать паттерны и закономерности в сенсорном вводе; на совершенно случайный шум или события, нарушающие физический порядок (например, внезапное исчезновение объекта), она инстинктивно реагирует вниманием и настороженностью.

Это **врожденное ожидаемое ощущение** — это

конденсация на генетическом уровне «опыта успеха», отточенного видом в борьбе за существование; оно предоставляет каждому новорожденному существу первоначальное самонаправление для выживания.

2. Прото-ощущение как несоответствие ожидания-ощущения: Сигнал тревоги о нарушении врожденного ожидания

Когда текущее состояние организма отклоняется от вышеупомянутого эволюционно предустановленного эталона, это означает, что произошел фундаментальный конфликт между непосредственным ощущением и **врожденным ожидаемым ощущением**.

- **Боль** — это непосредственное ощущение повреждения тканей, резко противоречащее врожденному оборонительному ожиданию, что тело «должно быть целым и невредимым».
- **Голод** — это непосредственное ощущение недостатка энергии, постоянно противоречащее врожденному наступательному ожиданию, что система «должна поддерживать достаточные энергетические резервы».
- **Чувство удушья** — это непосредственное ощущение нехватки кислорода, смертельно противоречащее врожденному ритмическому (продолжающему жизнь) ожиданию, что физиология «должна

обеспечивать беспрепятственный газообмен».

Следовательно, врожденный «дискомфорт», обозначаемый прото-ощущениями, по сути, есть самое примитивное и сильное «несоответствие ожидания-ощущения», срабатывающее, когда непосредственное физиологическое ощущение серьезно не совпадает с «врожденным ожидаемым ощущением». Это не пассивный биохимический сигнал, а активный, ценностно нагруженный отчет системы об оценке, объявляющий, что текущее состояние системы отклонилось от ее эволюционно предустановленной траектории выживания, и приводящий в действие соответствующий, предустановленный врожденный поведенческий контур (например, отдергивание, поиск пищи, дыхательную борьбу) для экстренной калибровки.

Эта перспектива закрепляет принцип «несоответствия ожидания-ощущения» на самом нижнем уровне жизни: **жизнь с самого своего существования является «ожидающей» системой; ее самый фундаментальный «дискомфорт» проистекает из отклонения от ее глубоких эволюционных ожиданий.** Это закладывает единую логическую основу для понимания более сложного психологического и социального дискомфорта в приобретенном опыте.

1.1.5 Краеугольный камень построения модели мира: Другие врожденные контуры ощущение-поведение

Помимо прото-ощущений, непосредственно обслуживающих гомеостаз, в организм заложен ряд других важнейших врожденных механизмов ощущения-поведения. Их функция заключается в **построении первоначально стабильной, пригодной для манипуляций модели мира**, предоставляющей арену для более сложных взаимодействий.

- **Зрительная ориентация и отслеживание**
 - ◆ **Ощущение:** Врожденная чувствительность к движущимся объектам в поле зрения.
 - ◆ **Врожденное поведение:** Автоматическое слежение глазами за движущимся объектом (например, лицом матери).
 - ◆ **Функция:** Фиксация и идентификация потенциальных целей (добычи, партнера или угрозы) в среде; основа исследования на визуальном уровне.
- **Ориентировочный рефлекс на новизну**
 - ◆ **Ощущение:** Любопытная настороженность в ответ на **внезапные, новые или неопределенные** стимулы.
 - ◆ **Врожденное поведение:** Внезапный поворот

головы, расширение зрачков, ориентация органов чувств на источник стимула, приостановка телесной активности.

◆ **Функция:** Форма разведывательной обороны.

Приостановка текущей активности для оценки потенциального значения нового стимула (угроза это или возможность?); точка начала научения и адаптации.

● **Химическое чувство и инстинктивное приближение/избегание**

◆ **Ощущение:** Врожденные предпочтения и отвращения к определенным запахам.

◆ **Врожденное поведение:** Отвращение к запаху гниения (морщатся, отворачиваются); предпочтение сладкого вкуса и молочного запаха (сосание, приближение).

◆ **Функция:** Врожденная ценностная маркировка среды, напрямую направляющая к полезному и от вредного; химический аванпост безопасности/защиты территории и питания/получения ресурсов.

● **Проприоцепция и корректировка позы**

◆ **Ощущение:** Непосредственное чувство положения конечностей, мышечного тонуса, равновесия тела.

- ◆ **Врожденное поведение:** Сосательный рефлекс, хватательный рефлекс, шагательный рефлекс, корректировка равновесия.
- ◆ **Функция:** Построение схемы тела, поддержание эффективной поведенческой позы; пространственная основа всякого целенаправленного действия.

Эти врожденные контуры вместе с прото-ощущениями совместно создают для первоначального выживания организма **автоматизированный защитный механизм и предоставляют основную направляющую рамку для его взаимодействия со средой**. Они предлагают незаменимые нижние строительные леса для всего последующего опытного научения, социального взаимодействия и когнитивных скачков. На них здание «юцзюэ» может начать свое великолепное возведение.

1.2 Системный взгляд на врожденные рефлексy: Контур, а не одинокая стрела

В традиционных учебниках по физиологии «рефлекс» часто изображается как выпущенная из лука стрела: стимул обязательно вызывает фиксированную реакцию. Эта однонаправленная модель «стимул-реакция», хотя и лаконична, незаметно разрывает целостность жизнедеятельности, упрощая живой, непрерывный поток жизни до череды изолированных нервных разрядов. В

этом разделе мы откажемся от метафоры «одинокой стрелы» в пользу системного взгляда **«контур»**. Мы поясним, что все врожденные рефлексы по сути являются самыми короткими и прочными звеньями в фундаментальном жизненном цикле **«ощущение-поведение»**; они представляют собой присущую адаптивную мудрость для поддержания стабильности системы и противостояния внешним вызовам.

1.2.1 Переопределение «рефлекса»: Мини-контур на службе гомеостаза

С точки зрения «системы юцзюэ», врожденный рефлекс — отнюдь не разовое нервное событие, а **миниатюрный, предустановленный контур «ощущение-поведение-ощущение»**. Его фундаментальная цель — максимально быстро обслуживать поддержание гомеостаза, являясь **предустановленным адаптивным механизмом реакции** системы на конкретный вызов.

Возьмем для примера классический **сгибательный рефлекс** (например, быстрое отдергивание руки при касании горячего предмета), чтобы проанализировать его природу как контура:

1. Сенсорный ввод: Повреждающий стимул (высокая температура) активирует ноцицепторы, порождая прото-ощущение «боль» (оборонительная динамика).

2. Центральная обработка: Сигнал поступает в

спинной мозг, где интегрируется через минимальное количество синапсов (обычно моносинаптически или олигосинаптически).

3. Поведенческий вывод: Двигательные нейроны генерируют **разряд нервных импульсов**, приводя к сокращению сгибателей и расслаблению разгибателей, завершая действие отдергивания.

4. Замыкание контура и генерация нового ощущения:

- **Действие напрямую изменяет ощущение:** Руда отстраняется от источника тепла, **сенсорный ввод боли устраняется.**
- **Изменяется состояние системы:** Конечность сохранена, угроза гомеостазу устранена.
- **Возникает новое ощущение:** Боль может смениться остаточным ощущением жжения, сопровождаясь учащением сердцебиения, повышением бдительности и другими новыми системными ощущениями. **Эти сложные ощущения, вызванные рефлекторным действием, составляют фундаментальную предпосылку для последующей дифференциации ощущений и выбора поведения под влиянием опыта.**

Следовательно, конец рефлекса — не завершение действия, а **успешная регуляция системного**

ощущения. Этот контур есть успешное **обслуживание гомеостаза.** Если рефлекс не устранил угрозу (например, конечность не смогла успешно отодвинуться), сигнал боли будет продолжать поступать, система ощутит неза-
мкнутость контура, что может спровоцировать более ин-
тенсивное поведение (например, перекачивание всего
тела в борьбе) или эскалировать в переживание страдания
юцзюэ.

1.2.2 Классификация рефлекторных контуров и функциональная матрица

Основываясь на их сложности и функции, мы можем классифицировать основные врожденные рефлекторные контуры в рамках трехмерной динамической структуры «юцзюэ»:

- **Оборонительная защита**
 - ◆ **Типичные рефлексy:** Сгибательный рефлекс, роговичный рефлекс, чихательный рефлекс.
 - ◆ **Ключевое ощущение (тип динамики):** Боль, ощущение инородного тела (оборонительная).
 - ◆ **Поведенческий вывод:** Отдергивание, закры-
вание глаз, извержение.
 - ◆ **Обслуживаемое измерение гомеостаза:** Це-
лостность границ.
- **Питательное получение энергии**
 - ◆ **Типичные рефлексy:** Сосательный рефлекс,

глотательный рефлекс, поисковый рефлекс (поворот головы на стимуляцию щеки).

- ◆ **Ключевое ощущение (тип динамики):** Голод, тактильное ощущение в ротовой полости (наступательная).
- ◆ **Поведенческий вывод:** Сосание, глотание, поворот головы в поисках.
- ◆ **Обслуживаемое измерение гомеостаза:** Энергетический баланс.
- **Ритмические и развивающие**
 - ◆ **Типичные рефлексy:** Хватательный рефлекс, шагательный рефлекс, рефлекс Моро (испуга).
 - ◆ **Ключевое ощущение (тип динамики):** Проприоцепция, чувство потери равновесия (симпатическая/оборонительная).
 - ◆ **Поведенческий вывод:** Захват, попеременное шагание, объятие.
 - ◆ **Обслуживаемое измерение гомеостаза:** Построение схемы тела, привязка к ухаживающему.
- **Исследование среды и ориентация**
 - ◆ **Типичные рефлексy:** Ориентировочный рефлекс (поворот к свету/звуку), слежение глазами.
 - ◆ **Ключевое ощущение (тип динамики):**

Ощущение новизны, зрительное движение (оборонительная).

- ◆ **Поведенческий вывод:** Сенсорная ориентация, фиксация цели.
- ◆ **Обслуживаемое измерение гомеостаза: Построение модели среды, идентификация потенциальных возможностей/угроз.**

Эта классификация показывает, что рефлексы не хаотичны; они системно покрывают три области динамик, определенные прото-ощущениями, и являются **стандартными операционными действиями**, отточенными эволюцией в системе юцзюэ для решения базовых проблем выживания.

1.2.3 Динамические характеристики рефлекторного контура

Эти предустановленные контуры не являются жесткими и неизменными; их работа демонстрирует типичные динамические характеристики, отражающие внутреннюю регулируемую способность системы:

- **Порог:** Минимальная интенсивность стимула, необходимая для запуска рефлекса. Порог может регулироваться; например, в состоянии повышенной бдительности порог оборонительных рефлексов снижается, облегчая их запуск.
- **Интенсивность и коэффициент усиления:** Связь

между амплитудой рефлекторного ответа и интенсивностью стимула. Сильная боль вызывает резкое отдергивание.

- **Адаптация:** При продолжительном, безвредном стимуле некоторые рефлексы ослабевают (например, адаптация к постоянному легкому прикосновению), что предотвращает истощение системных ресурсов нерелевантной информацией.
- **Конкуренция и интеграция контуров:** Когда одновременно активируются несколько рефлекторных контуров, система интегрирует их в соответствии с «ценностным ранжированием» их биологического приоритета. Например, поддержание баланса тела (форма обороны) может временно подавить незначительный почесывающий рефлекс.

1.2.4 От изолированного контура к системной симфонии: Интеграция множественных рефлексов

В реальных жизненных ситуациях изолированные рефлекторные контуры встречаются редко. Один стимул часто одновременно или последовательно запускает множество контуров, которые переплетаются, образуя согласованную **системную симфонию**.

На примере «аспирации инородного тела»:

1. Контакт инородного тела со слизистой гортани

сначала запускает **оборонительный кашлевой рефлекс** (попытка сильного извержения).

2. Одновременно, чувство удушья (**оборонительное прото-ощущение**) резко возрастает, вызывая **панику** и **борьбу** (общеорганизменные оборонительные рефлексy).

3. Лицо может покраснеть из-за гипоксии — это **физиологические регулирующие рефлексy**.

4. Если удастся откашляться, все рефлексy затихают, системное ощущение переходит от крайнего «дискомфорта» к «комфорту»; если не удастся, система задействует все доступные ресурсы до тех пор, пока контур не замкнется или система не потерпит крах.

Этот пример показывает, что рефлексy являются **реактивным, инстинктивным репертуаром поведенческих стратегий** системы юцзюэ. Они составляют самый нижний, самый быстрый исполнительный уровень поведения и предоставляют стабильную платформу и первоначальный материал для более сложного опытного поведения и решений юцзюэ, располагающихся выше.

1.3 Нейронный дарвинизм и генерация «юцзюэ»

В первых двух разделах мы нарисовали макроскопический план системы юцзюэ. В этом разделе мы углубимся в ее микроскопическую реализацию, объясняя, как теория «нейронного дарвинизма» Джеральда Эдельмана

предоставляет динамическое объяснение генерации «юцзюэ». Мы будем строго следовать базовым принципам «физиологии юцзюэ», переинтерпретируя ее ключевые концепции — **глобальный функциональный кластер мозга, цикл реентри-сигналов и оценку системным ощущением** — как конкретные проявления цикла «ощущение-поведение» на разных уровнях.

1.3.1 Нейронная реализация «юцзюэ»: «Динамическое ядро» как глобальный функциональный кластер мозга

Предложенное Эдельманом «динамическое ядро», по своей функциональной сущности, является динамическим функциональным кластером в масштабе всего мозга. Оно не ограничивается корой, а представляет собой временный функциональный альянс, сформированный таламо-кортикальной системой и ключевыми подкорковыми структурами (такими как базальные ганглии, миндалевидное тело, базальные ядра переднего мозга и др.) через плотное взаимодействие.

Помещая эту концепцию в нашу рамку, мы утверждаем:

- **Нейронный коррелят доминирующего в любой момент состояния «юцзюэ» — это специфический паттерн активности этого глобального функционального кластера мозга.**

- Формирование этого кластера есть результат **конкуренции и кооперации** между различными функциональными подсистемами мозга, следующих принципам отбора «нейронного дарвинизма». Этот **глобальный функциональный кластер, селективно закрепленный** посредством оценки «ценностным ощущением», представляет собой первый функциональный «круг», формируемый системой юцзюэ на самом микроскопическом уровне. Он знаменует, что эффективный паттерн «ощущение-поведение» через нейронный **«резонанс»** и ценностную **«позитивную оценку»** смог возникнуть из хаоса и стабилизироваться.
- Состав кластера **динамически меняется**; в течение сотен миллисекунд группа нейронов через интенсивную синхронизацию разрядов образует функциональное единство, позволяя тем самым последовательно проявляться различным состояниям «юцзюэ», таким как «боль», «голод» или «любопытство».

Таким образом, этот «глобальный функциональный кластер» и есть **физическое воплощение** «юцзюэ». Возникновение «юцзюэ» означает, что специфическая, распределенная группа нейронов побеждает в конкуренции и временно доминирует над «ощущением юцзюэ» и подготовкой к действию системы.

1.3.2 «Реентри» как нейронный скелет цикла ощущение-поведение

Динамическая интеграция «глобального функционального кластера» зависит от крупномасштабных **циклов сигналов** в мозге, то есть от самих двунаправленных потоков нейронных сигналов, составляющих цикл «ощущение-поведение». Это включает классическое восходящее сенсорное проведение, нисходящую модуляцию и постоянный параллельный диалог между различными областями мозга.

Эта обширная **сеть циркуляции сигналов** является **структурным скелетом**, благодаря которому контур «ощущение-поведение» может быть реализован на нейронном уровне:

- **Она реализует интеграцию ощущений:** Через **циклическое движение сенсорных сигналов между различными уровнями мозговых областей** локальные признаки интегрируются в осмысленное единое поле системного ощущения.
- **Она поддерживает генерацию поведения:** Сам процесс **генерации двигательных нервных сигналов** является результатом циклической обработки в премоторной коре, базальных ганглиях и коре **непосредственного ощущения, переощущения прошлых следов ощущение-поведение и внутреннего**

системного ощущения организма.

- **Она обеспечивает замыкание контура: Новые ощущения**, порожденные действием, входят в цикл как новый ввод и сравниваются с тем чувством будущей реальности, которое система производит на основе прошлых циклов. Когда возникает несоответствие между ними, это **«несоответствие ожидания-ощущения»** (например, конфликт между ожидаемым чувством ровной поверхности и фактическим чувством перепада высоты при спуске по лестнице) становится сильным, новым системным ощущением, движущим научение и поведенческую коррекцию системы.

Таким образом, вся активность системы «юцзюэ» построена на этом никогда не прекращающемся, многомерном **цикле нейронных сигналов**. Это физиологическая форма реализации «замкнутого цикла ощущение-поведение» в мозге.

1.3.3 Эволюция ощущения: Оценочное ощущение, следовое ощущение и ожидаемое ощущение

В рамке «юцзюэ» вся ментальная активность может быть сведена к работе «системного ощущения» на разных временных масштабах.

1. Оценочное ощущение: Мета-ощущение о качестве системного состояния

Диффузные модулирующие системы мозга по своей сути представляют собой **постоянную внутреннюю оценку** системой своего собственного рабочего состояния. Сама эта оценка является **диффузным системным ощущением о «ценности»**.

- Например, реакция дофаминовой системы на «изменение прогноза» по сути есть то, что система производит позитивное оценочное ощущение **«текущее состояние лучше, чем прошлые чувственные следы»**.
- Соответственно, реакция норадреналиновой системы на неопределенность — это генерация ощущения настороженности **«информация среды неясна»**, то есть зародыша негативной эмоции.
- **Высвобождение нейромодуляторов есть внутреннее поведение**, движимое этим оценочным ощущением, целью которого является широкомасштабная модуляция возбудимости областей мозга, тем самым закладывая глобальный эмоциональный фон.

2. «След ощущение-поведение» и переощущение прошлых следов

- **Память — не статичное хранение информации, а «следы ощущение-поведение», оставленные**

прошлыми циклами «ощущение-поведение» на нейронной структуре. Воспоминание — не простое реактивирование этих следов, а «переощущение» системой прошлого чувственного опыта на основе этих следов.

- Это «переощущение следов» через «реентри» постоянно сравнивается и интегрируется с непосредственным сенсорным вводом, совместно порождая единственное в данный момент поле «юцзюэ». Это и есть нейронная реализация того, что Эдельман назвал «настоящим, объединенным памятью», перекликающаяся с концепцией «specious present» Уильяма Джеймса.

3. Ожидаемое ощущение: Моделирование будущего на основе чувственных следов

Предсказание — не абстрактный расчет, оно само по себе является «чувством о будущем». Это чувственное ожидание, которое система производит относительно надвигающейся реальности на основе переощущения прошлых следов ощущение-поведение.

Однако ожидаемое ощущение не имеет единственного источника. Оно существует в непрерывном спектре от филогенеза к онтогенезу:

- **Врожденное ожидаемое ощущение:** Как упоминалось выше, это предрасположенность к ожиданию,

сформированная эволюцией, встроенная в генетический код. Она составляет **глубинное динамическое поле и ценностную базовую линию** способности системы к ожиданию, является центром притяжения и ограничивающей рамкой, в которой могут формироваться все приобретенные ожидания. Она определяет, какое отклонение ощущения является «важным» и «срочным» (например, боль имеет приоритет над легким зудом).

- **Приобретенное ожидаемое ощущение:** Это ожидание, построенное индивидом в ходе его жизненного пути на основе **следов**, оставленных бесчисленными циклами «ощущение-поведение», через «реентри» и научение, относительно конкретных предметов и ситуаций. Оно позволяет системе предсказывать «примерно какова высота этой лестницы», «как этот человек может отреагировать».

Формирование приобретенного ожидаемого ощущения отнюдь не есть творение на пустом месте; это тонкое прорисовывание и заполнение на **ценностном плане, очерченном врожденным ожидаемым ощущением**. Например, приобретенное ожидание, что «еда может принести удовольствие», коренится в высокоуровневой реализации врожденного наступательного ожидания «энергетического баланса». Оба работают совместно:

врожденное ожидание обеспечивает глубокую динамику и направление, приобретенное ожидание обеспечивает более тонкое направление в конкретных ситуациях.

Следовательно, все «несоответствия ожидания-ощущения» — будь то врожденная боль или приобретенное разочарование — разделяют одну сущность: произошел распознаваемый конфликт между непосредственным ощущением и (врожденным или приобретенным) ожидаемым ощущением. Этот сигнал конфликта движет систему к перестройке ее поведения, обновлению ее моделей ожидания, тем самым становясь конечным двигателем научения, адаптации и роста жизни.

Глава 2: Дифференциация ощущения и выбор поведения

2.1 Рафинирование контура ощущение-поведение

На стабильной основе, предоставляемой врожденными рефлексам, система юцзюэ начинает свой путь роста. Сущность этого процесса не в случайном построении на пустом месте, а в адаптивном процессе генерации всего контура «ощущение-поведение» от грубого и неэффективного к точному и эффективному под влиянием оценки изначального ценностного ощущения (укорененного во врожденном ожидании) и движимого «несоответствием ожидания-ощущения». В этом разделе будет раскрыто, как это диффузное чувство «хорошо» или «плохо» направляет систему в приобретенном опыте к выбору и дифференциации конкретных паттернов точного взаимодействия со средой, и как в этом процессе строится сложная сеть приобретенного ожидаемого ощущения.

2.1.1 Воплощение ценностного ощущения: От диффузной оценки к выбору конкретного контура

На стабильной основе, предоставляемой врожденными рефлексам, система юцзюэ начинает свой путь

роста. Сущность этого процесса заключается в том, что **весь контур «ощущение-поведение» как функциональная единица, под влиянием оценки и под движущей силой изначального ценностного ощущения, проходит адаптивный процесс селекции от хаотичного и неэффективного к упорядоченному и эффективному.**

Врожденная ценностная система (например, стволовые системы мозга, связанные с дофамином и норадреналином) предоставляет **диффузное интероцептивное чувство**, являющееся примитивным, связанным с «пригодностью» или «непригодностью» **оценочным ощущением** внутреннего состояния системы. Само по себе оно не указывает на какое-либо конкретное содержание; его значение должно быть **«воплощено» и «реализовано»** через успех или неудачу контура «ощущение-поведение» в опыте. Необходимо четко указать, что этот конечный критерий «хорошо» или «плохо» укоренен в **врожденном ожидаемом ощущении**, описанном в Главе 1 — то есть, когда состояние системы приближается или удовлетворяет эволюционно предустановленным параметрам равновесия гомеостаза, безопасности границ и плавности ритма, возникает позитивное оценочное ощущение.

- **Исходное состояние:** Система находится в генерализованном состоянии готовности, различные потенциальные связи ощущение-поведение могут быть

активированы случайным образом.

- **Чувственная оценка ценности и выбор контура:**
Когда результат работы контура **соответствует врожденной ценностной ориентации системы** (то есть удовлетворяет какому-то глубокому врожденному ожиданию), это вызывает **позитивное оценочное ощущение**. Это диффузное чувство «хорошо» через свои широкие проекции **неспецифически усиливает** связи между нейронными ансамблями, синхронно активными в тот момент. Таким образом, тот конкретный контур ощущение-поведение, который случайно привел к положительному эффекту, закрепляется механизмом **«ценностно-зависимого отбора»**. **Ценностное ощущение, выбирая успешный конкретный контур, осуществляет свою первую «инкарнацию».**

2.1.2 Экстенсия и дифференциация ценности: Построение иерархии целей через последовательности контуров

Как только изначально нейтральный контур ощущение-поведение закрепляется, потому что он может надежно предсказывать или приводить к врожденной ценности, он начинает **приобретать ценность**. Это означает, что само запускающее ощущение этого контура теперь может вызывать позитивное оценочное ощущение.

- **Возникновение цели:** В этот момент это «приобретенное ценностное» ощущение становится новым, внутренним **«целевым ощущением»**. По сути, это рождение **приобретенного ожидаемого ощущения** — система начинает «ожидать», что достижение этого контура принесет удовлетворение.
- **Построение последовательности и передача ценности:** Для достижения этой новой цели системе необходимо развить более фронтальные, инструментальные контуры ощущение-поведение. Например, звук (нейтральный сигнальный стимул) сам по себе приобретает ценность, потому что может предсказывать уже обладающий приобретенной ценностью зрительный стимул. Чтобы «услышать этот звук», система должна дифференцировать точный контур **слухового различения-направленного движения глаз**. Таким образом, то изначальное, диффузное ценностное ощущение (проистекающее из врожденного ожидания) через цепочку успешных контуров ощущение-поведение **передается назад, как эстафета**. С каждым шагом ценностное ощущение **дифференцируется и воплощается** в более конкретном, более тонком паттерне ощущение-поведение. Так рождается сложная сеть приобретенного ожидаемого ощущения; по своей сути они являются

интеллектуализированными, контекстуализированными «навигаторами» и «репертуаром стратегий» для реализации глубоких врожденных ожиданий (таких как получение питания, обеспечение безопасности).

2.1.3 «Реентри» как внутренний координатор оптимизации контура

Механизм «реентри» в этом процессе не отвечает за передачу ценностного ощущения, а отвечает за **оптимизацию внутренней координации того конкретного контура, который выбран ценностным ощущением.**

- Внутри контура ощущение-поведение (например, отображение от зрительной коры к области контроля движения глаз) связи «реентри» обеспечивают постоянный, специфичный по содержанию диалог и калибровку между **точной локализацией** сенсорных сигналов и **адекватной генерацией** двигательных нервных сигналов.
- Диффузный сигнал ценностного ощущения, подобно **главному селектору**, определяет, какие синаптические изменения в этих «реентри»-диалогах должны быть закреплены. Он отвечает на вопрос, **«стоит ли»** запоминать этот опыт, в то время как «реентри» обрабатывает **«как»** лучше выполнить конкретные детали этого опыта.

2.2 Физиологическая динамика реализации оптимизации контура

Предыдущий раздел нарисовал макроскопическую картину того, как ценностное ощущение движет выбор контура. В этом разделе мы углубимся на уровень его внутренней динамики, изложив физиологические механизмы, поддерживающие этот процесс отбора и оптимизации. Мы фокусируемся на нервной системе как живой системе, ее внутренней, телеологической саморегулирующей активности; центральным рычагом всей этой активности является **установление «ожидаемого ощущения» и его постоянная калибровка через «несоответствие ожидания-ощущения».**

2.2.1 Габсовская пластичность: Закрепление следов, настроенное жизненной ценностью

Закон Хебба описывает базовое явление зависимой от активности модификации нейронных связей. В рамках «юцзюэ» мы понимаем это так: **совместно активирующиеся нейронные ансамбли склонны формировать функциональное единство; если результат активности этого единства оценивается жизненным ценностным ощущением как «пригодный», то их связи будут укреплены.**

- Когда контур ощущение-поведение работает, специфический, распределенный нейронный

функциональный кластер кооперативно рекрутируется и активируется; паттерн активности этого кластера специфически соответствует работе этого контура.

- В этот момент, если результат работы контура (например, утоление голода/жажды, успешное избегание опасности) вызывает **позитивное, диффузное оценочное ощущение** (активацию ценностной системы), то это чувство «хорошо», идущее из глубин жизни, подобно химическому посланнику, «**наделяет силой**» текущую нейронную коактивацию, делая оставляемый ею след особенно глубоким и долговременным.
- И наоборот, без такого наделения силой со стороны ценностного ощущения, соответствующая коактивация будет подобна следам на песке, быстро смываемым приливом времени.

Таким образом, геббовский феномен — это потенциальная способность нервной системы фиксировать коактивацию, а **ценностное ощущение — судья, придающий ей биологический смысл и решающий, будет ли след сохранен надолго.**

2.2.2 Физиология ожидания: Спектр ожидаемого ощущения и движущая сила несоответствия ожидания-ощущения

Нервная система отнюдь не пассивный рецептор, ожидающий стимулов. Она всегда находится в состоянии **активной готовности**, которое само по себе является **«ожидаемым ощущением»**. Однако необходимо осознавать, что существует глубокий спектр ожидаемого ощущения от филогенеза к онтогенезу:

1. Двойные корни ожидания

- **Врожденное ожидаемое ощущение:** Как описано в Главе 1, это диффузная предустановка о «должном состоянии» самой системы, сформированная эволюцией. Она проявляется в порогах прото-ощущений, базовой линии баланса трех динамик, в поиске закономерностей и инстинктивной настороженности к внезапным изменениям. Это **глубинная ценностная точка привязки и генеративный фон** всех ожидаемых ощущений.
- **Приобретенное ожидаемое ощущение:** На основе уникальных **«следов ощущение-поведение»** (памяти) индивида система формирует конкретные ожидания относительно определенных вещей, ситуаций и причинно-следственных связей. Это **«персонализированное направляющее»** и **«текущий**

репертуар поведенческих стратегий» врожденного ожидания в мире опыта. Оно может быть диффузным (например, творческий импульс) или точным (например, оценка веса объекта) и постоянно находится в процессе изменений.

2. Несоответствие ожидания-ощущения как универсальный сигнал научения

Когда **непосредственное ощущение** входит в распознаваемое несоответствие с **ожидаемым ощущением** любого уровня, возникает **«несоответствие ожидания-ощущения»**. Это фундаментальная внутренняя движущая сила, заставляющая систему обновляться, учиться и адаптироваться:

- Когда ожидаемое под ногой «чувство твердой земли» не наступает (нарушение **приобретенного ожидания**, основанного на опыте), возникает несоответствие, связанное с потерей равновесия тела, приводящее к немедленной корректировке двигательной системы.
- Когда потребляется испорченная пища (ее вкус резко конфликтует с **врожденным ожиданием** «безопасности для еды»), возникает чувство тошноты (сильное несоответствие ожидания-ощущения на врожденном уровне), запускающее рвотный рефлекс.
- Когда результат сложного социального

взаимодействия не совпадает с предсказанием (нарушение **приобретенного социального ожидания**), возникает растерянность или беспокойство (несоответствие на уровне социального познания), ведущее к рефлексии и обновлению поведенческих стратегий.

3. Сущность оптимизации контура: Синергетическая калибровка иерархии ожиданий

Процесс рафинирования цикла «ощущение-поведение» по сути является **само-калибровкой и усовершенствованием спектра ожидаемых ощущений**. Приобретенное ожидаемое ощущение через бесчисленные корректировки «несоответствий ожидания-ощущения» становится все более точным и эффективным; а направление, движущая сила и ценностные границы этого процесса рафинирования постоянно направляются и ограничиваются глубоким гравитационным полем (стремление к балансу, избегание угроз, продолжение ритма), установленным врожденным ожидаемым ощущением.

Например, удивительное «чувство материала» у художника-микроминиатюриста — это пиковое проявление его приобретенного ожидаемого ощущения (чрезвычайно тонкого ожидания силы, угла, свойств материала), которое под притяжением глубокой динамики «стремления к операционному совершенству» (служащего врожденному наступательному ожиданию чувства контроля и

эффективности) многократно движется, выбирается и закрепляется бесчисленными микроскопическими «несоответствиями ожидания-ощущения». Каждый успешный контур — это момент идеального совпадения ожидания и реальности, а также момент подтверждения системной ценности.

2.2.3 Синергия жизненной динамики: Движение к координации под руководством ценности

Ценностное ощущение и ожидаемое ощущение совместно составляют жизненную динамику самооптимизации системы юцзюэ:

1. Макроскопическое направление ценностью:
Диффузное **оценочное ощущение** (хорошо/плохо) в конечном счете оценивает **пригодность для выживания** контура ощущение-поведение, определяя **общее направление движения** системы. Оно отвечает на вопрос: «Ведет ли эта дорога к тому, что пригодно для жизни?»

2. Микроскопическая калибровка ожиданием:
Конкретное **ожидаемое ощущение** и порожаемое при его несоответствии «**несоответствие ожидания-ощущения**» в каждом конкретном взаимодействии движут системой к **тонкой, реальновременной внутренней калибровке**. Оно спрашивает: «На этом пути, будет ли мой следующий шаг устойчивым и точным?»

Ценностное ощущение очерчивает для научения

системы обширную «область пригодности», а порожаемое несоответствием ожидания и реальности «несоответствие ожидания-ощущения» подобно строгому тренеру, который внутри этой области подталкивает систему к самым точным и эффективным действиям.

2.3 Краткое резюме

Дифференциация ощущения и тонкий выбор поведения — не слепой метод проб и ошибок, а процесс генерации, точно направляемый универсальным сигналом научения — **«несоответствием ожидания-ощущения»** — в гравитационном поле ценности, установленном **врожденным ожидаемым ощущением**. Каждое несоответствие ожидания-ощущения обозначает возможность для научения; каждое успешное замыкание контура — это и проверка и усиление приобретенного ожидаемого ощущения, и в своей основе — приближение и удовлетворение глубокого врожденного ожидания. «Рост» жизни, таким образом, проявляется как величественная эпопея постоянного обогащения, калибровки и реализации ее внутреннего спектра ожиданий — от жестких эволюционных предустановок до подвижной индивидуальной мудрости.

Глава 3: Генерация социального и когнитивного уровней

3.1 Рождение социального юцзюэ: Резонанс и экспансия общего ощущения

Рождение социальности укоренено не в единой динамике. Оно первично основывается на врожденном контуре уровня жизни «секс/размножение» — это **первичный фундамент**; затем, в опыте, через конвергенцию и резонанс паттернов «ощущение-поведение» между системами юцзюэ формируются более обширные и сложные связи — это **вторичный фундамент**.

3.1.1 Биологический прототип социальности: Начиная с резонанса «ощущение-поведение» у одноклеточных

Прежде чем обсуждать социальность высших животных, движимую «сексом/размножением», мы должны обратиться к самому простому началу феномена жизненной кооперации. Социальность, то есть синергия независимых живых систем для получения преимуществ совместного выживания, существует в своей самой примитивной форме уже у одноклеточной жизни.

«Кворум сенсинг» у бактерий предоставляет идеальный пример: отдельная бактерия постоянно секретирует и детектирует специфические молекулы химических

сигналов. Когда плотность особей того же вида в среде достигает определенного уровня, концентрация сигнальных молекул преодолевает критический порог. В этот момент все бактерии не просто «воспринимают» среду, а **синхронно входят** в динамически возникающее состояние кооперации, такое как биолюминесценция, формирование биопленки или высвобождение токсинов.

С точки зрения «юцзюэ» этот процесс ясно представляет собой миниатюрный, но полный контур **«ощущение-поведение-резонанс-ценность»**:

1. Общее ощущение: Все особи разделяют способность детектировать одну и ту же концентрацию химического сигнала (плотность популяции).

2. Синхронизация поведения: Преодоление порога служит сильным системным сигналом, запускающим предустановленное, целенаправленное коллективное поведение.

3. Резонанс и закрепление: Особи через химический медиум достигают точной синхронизации «паттернов ощущение-поведение», формируя функционально единую временную группу. Этот паттерн получает **позитивную биологическую оценку ценности**, так как приносит значительные преимущества для выживания (например, биопленка обеспечивает защиту, групповая атака повышает эффективность), и поэтому закрепляется

в генах естественным отбором.

Следовательно, **самая глубокая точка отсчета социального «юцюз»** — это тенденция к организации жизни, которая через разделяемый «сенсорный» сигнал осуществляет сопоставление паттернов (резонанс) и избирательно стабилизируется благодаря возникающим из этого преимуществам объединенной функции (ценность). Это закладывает фундаментальную логическую модель для всех более сложных форм социальности.

3.1.2 Первичный фундамент социальности: Кровные узы и наследственные паттерны ощущения

У высших форм жизни, особенно у животных, самым прочным, непосредственным первичным фундаментом социальности являются кровные связи, формируемые динамикой «секс/размножение». Это не только биологическая связь, но и основа **врожденного сходства паттернов ощущение-поведение**.

- **Контур полового влечения: Первобытная сила, создающая кровные узы**

Сексуальное влечение, как мощное, циклическое **симпатическое прото-ощущение**, напрямую движет ухаживанием и спариванием. Его биологическая эффективность — создание потомства с общими генами, устанавливающее самую примитивную **биологическую**

связь между двумя или более особями.

- **Контур родительских инвестиций: Углубляющая кровные узы принудительная селекция**

Появление потомства создает новые вызовы для системного ощущения. Уязвимость детеныша (например, плач, холод) в родительской системе вызывает сильное, смешанное из оборонительного (настороженность к угрозе) и симпатического (тяготение к заботе) новое системное ощущение — «импульс к заботе». Кормление, защита и другие родительские инвестиции снимают это напряжение и приносят глубокое «чувство удовлетворения от продолжения рода» (позитивное оценочное ощущение). Этот контур «ощущение-поведение от потомства → импульс к заботе → родительское поведение → снятие напряжения» — первый стабильный и затратный «социальный поведенческий контур»; он прямо порождает самую сильную альтруистическую привязанность.

- **Наследственная общая тональность ощущения**

Кровные родственники, разделяя гены, обладают естественным сходством в структурно-функциональной организации нервной системы, порогах прото-ощущений и стилях врожденных поведенческих контуров. Это наследственное сходство паттернов ощущения предоставляет незаменимую биологическую платформу для

глубокой эмпатии и кооперации, составляя незыблемый **первичный фундамент** социальности высших животных.

3.1.3 Вторичный фундамент социальности: Формирование и распознавание общих паттернов ощущение-поведение

За пределами кровных уз более обширное небо социальности поддерживается **«общими паттернами ощущение-поведение»** — этим вторичным фундаментом.

- **Формирование общей средой:** Группы, живущие в одной географической среде и сталкивающиеся с похожими проблемами выживания, развивают конвергентные стратегии выживания. Эти стратегии кристаллизуются в разделяемые **паттерны ощущение-поведение**, например, настороженность к штормам и способы реагирования у мореходных народов, зрительное восприятие просторов и способы передвижения у степных народов. **Общая среда формирует общий мир ощущений и репертуар реакций.**
- **Отпечаток общей культуры:** Язык, обычаи, ритуалы, искусство и ценности по сути являются огромной системой **«следов ощущение-поведение»**, разделяемой членами группы. Изучение культуры — это **интериоризация паттернов ощущение-поведение других через «реентри» и подражание**, делающая их частью собственной нервной системы.

Человек, чье сердце трепещет при звуках национального гимна, интериоризировал исторические чувства нации как собственное сильное **оценочное ощущение**.

- **Сущность эмпатии и сочувствия:** Их нейронный механизм, основанный на резонансе ощущение-поведение, позволяет одной особи **частично переощущать** состояние ощущения другой особи. А их психологическая сущность — это именно **способность на основе собственных следов ощущение-поведение понимать и симулировать паттерны ощущение-поведение другого**. Чем больше общих паттернов, тем глубже и точнее эмпатия.

3.1.4 Трехмерная динамическая структура социального уровня

Соответствуя двойному фундаменту социальности, паттерны ощущение-поведение социального уровня также наследуют трехмерную динамическую структуру уровня жизни и разворачиваются в более сложных взаимодействиях:

1. Оборонительная → Групповая принадлежность (Безопасность)

- **Ощущение:** **Чувство принадлежности**, то есть идентификация с группой «мы» и зависимость от нее. Оно проистекает из **чувства безопасности**,

получаемого индивидом в группе, и является позитивным ожиданием и переощущением контура «группа эффективно защищает от внутренних и внешних угроз».

- **Поведение:** Проведение границ, совместная защита, поддержание чистоты группы.

2. Наступательная → Иерархический статус (Питание/Получение ресурсов)

- **Ощущение: Чувство статуса**, то есть системное ощущение влияния на распределение ресурсов и принятие решений в группе. По сути, это **рафинированное проявление социальной наступательной динамики (получение ресурсов)**.
- **Поведение:** Соперничество, демонстрация, кооперация и союзы, поведенческие стратегии, направленные на повышение или поддержание собственного статуса.

3. Симпатическая → Альтруистическая привязанность (Продолжение вида и индивидуальные эмоциональные связи)

- **Ощущение: Альтруистическая привязанность**, то есть глубокая эмоциональная связь, направленная на конкретный объект, выходящая за рамки сиюминутных расчетов выгоды. За пределами кровных уз она проявляется как **глубокая дружба**, чистое

эмоциональное выражение симпатической динамики на социальном уровне.

- **Поведение:** Бескорыстная помощь, обмен, забота и обязательства.

3.1.5 От кругов к цивилизации: Логика экспансии социального уровня

Расширение социальных структур следует принципу сходства «общих паттернов ощущение-поведение»:

- **Близкий круг:** Ядро составляют **кровные узы (первичный фундамент)** и **высокочастотное взаимодействие (вторичный фундамент)**, паттерны ощущение-поведение высоко синхронизированы, образуя самые сильные связи (семья, близкие друзья).
- **Расширенный круг:** Основаны на **разделяемой культуре, ценностях или профессиональных навыках (вторичный фундамент)**, паттерны ощущение-поведение высоко схожи в определенной области, образуя нации, профессиональные сообщества, научные школы и т.д.
- **Воображаемое сообщество:** Основаны на **интериоризированной абстрактной символической системе (нация, идеология)**, бесчисленные незнакомцы испытывают сильный **«резонанс»**, порождая разделяемой грандиозной нарративией «ощущение-поведение». Это чувство принадлежности как

мощная **«позитивная оценка»** тесно сплавливает бесчисленных индивидов в грандиозные **«социальные круги»** под названием нация, культура или вера.

3.1.6 От животных к человеку: Революционный сдвиг социальных основ

Самое глубокое различие между животным и человеческим обществом заключается не в наличии или отсутствии социальности, а в **фундаментальном смещении доминирующей основы, на которой строится социальность.**

1. Животное общество: Ограниченная экспансия с доминированием «первичного фундамента»

- Социальная структура животных по своему масштабу и сложности в основном строго ограничена **кровными узами и наследственными паттернами ощущения (первичный фундамент).**
- Стаи волков, прайды львов, колонии муравьев, группы обезьян — их ядро неизменно строится на родственных связях. Их кооперация, альтруизм, иерархический порядок в основном могут быть прямо или косвенно объяснены теорией **родственного отбора.**
- Даже если существует простая передача «культуры» (например, навыки использования инструментов у некоторых приматов), ее охват и влияние крайне

ограничены, неспособны преодолеть биологические жесткие ограничения первичного фундамента. **Общество животных — это относительно замкнутый круг резонанса ощущение-поведение, глубоко отпечатанный генами и кровью.**

2. Человеческое общество: Скачок к «вторичному фундаменту» и безграничная экспансия

- Человечество совершило социальную революцию: **«Вторичный фундамент» — то есть «общие паттерны ощущение-поведение», формируемые культурой, — заменил «первичный фундамент», став доминирующей силой построения крупномасштабной социальной синергии.**
- **Пластичность культуры** позволяет человечеству преодолеть узкие границы крови, включая бесчисленных незнакомцев в **разделяемое «поле ощущение-поведение»**. Программист из мегаполиса и пастух из отдаленного региона могут испытывать сильное чувство принадлежности и совместно действовать из-за общей идентификации с нацией или определенной идеей.
- Появление **абстрактных символических систем (язык, письменность, право, деньги)** позволило точно кодировать, передавать на расстояние и накапливать между поколениями сложные «общие

паттерны ощущение-поведение». Это привело к экспоненциальному росту масштаба и организационной сложности человеческого общества, от племен и вождеств до национальных государств и глобальных цивилизаций.

- **Следовательно, сущность человеческого общества — это «воображаемое сообщество ощущения-поведения», открытое, постоянно реконфигурируемое и построенное на культурном вторичном фундаменте.** Кровные узы все еще важны, но они больше не являются **основным основанием** для построения крупномасштабного социального порядка.

3.2 Возникновение когнитивного юцзюэ: Распространение и творчество мыслей

Когда система юцзюэ начинает воспринимать деятельность своей собственной внутренней нервной системы как объект «ощущения» и может вызывать новую нервную активность в ответ, рождается когнитивный уровень. **Здесь мы устанавливаем фундаментальный принцип: субъективное познание есть субъективное ощущение. Все внутренние активности, называемые «мышлением», «рассуждением», «воображением», без исключения являются специфическими процессами «ощущение-поведение», происходящими внутри**

нервной системы мозга. Мы «мыслим» концепт, именно **ощущая** паттерн нейронной активации, связанный с этой концепцией.

3.2.1 Основа «юцзюэ» в познании: Внутренняя нейронная активность как объект ощущения

Это ключ к пониманию характеристики «юцзюэ» когнитивного уровня. В когнитивном процессе «сенсорный» ввод мозга в значительной степени исходит от его собственной внутренней активности.

- **Генерация внутреннего ощущения:** Существует уникальное «ощущение», объектом которого является собственная нейронная активность мозга — **вспышка воспоминания, активация концепта, продвижение рассуждения сами по себе являются системным ощущением когнитивного уровня.** Это «ощущение самой нейронной активности» конкретно проявляется на двух уровнях:

- ◆ Ощущение содержания активности: прямое ощущение конкретного содержания мысли, такого как концепт «яблоко» или «логическая связь».
- ◆ Ощущение качеств процесса: «чувство плавности» процесса мышления, «волнение озарения» или «чувство блокировки».

Эти ощущения содержания мысли и ощущения

качественного состояния процесса совместно составляют состояние юцзюэ на когнитивном уровне.

- **Запуск внутренней активности:** На основе вышеупомянутых внутренних ощущений система вызывает новую внутреннюю нервную активность как «поведенческий» ответ. Например, при ощущении «блокировки рассуждения» система может **автомно, активно** пытаться активировать другой связанный концептуальный след или изменить стратегию мышления. Эта **направленная генерация и реорганизация внутренних нервных сигналов сама по себе является «поведением»**, которое можно назвать «**имплицитным поведением**» или «**мыслительным действием**».
- **Внутренний цикл ощущение-поведение:** Таким образом, на когнитивном уровне устанавливается полный «**внутренний цикл ощущение-поведение**»: **Внутренняя нейронная активность как сенсорный ввод → вызывает новую внутреннюю нейронную активность как поведенческий вывод → новая внутренняя нейронная активность порождает новое внутреннее ощущение.** Этот самоконструирующийся цикл внутри черепной коробки является основой «юцзюэ» для всех высших когнитивных функций: мышления, воображения,

рассуждения.

3.2.2 Трехмерная динамическая структура когнитивного уровня: Дифференциация пространства исследования, методов и языка

Унаследовав от уровней жизни и общества, ощущения и поведение когнитивного уровня также движутся тремя основными динамиками и претерпевают фундаментальную дифференциацию в пространстве исследования, методах исследования и формах языка, образуя три столпа человеческой цивилизации.

1. Оборонительная → Научное исследование (Покорение внешнего неизвестного)

- **Ощущение: Любопытство**, здесь проявляющееся как **когнитивное беспокойство**, вызванное «неизвестностью внешнего мира».
- **Поведение: Научное исследование**. Это систематическое, высшее поведение, направленное на устранение этого когнитивного беспокойства.
- **Пространство исследования**: Ориентировано на **внешнюю** среду и объективные объекты.
- **Метод исследования: Объективация**. Она стремится создавать «объекты» из всего, к чему прикасается, даже делая душу и дух объектами научного исследования.
- **Цель поиска: Истина**. Чем ближе к истине, тем она

очевиднее.

- **Форма языка:** Использует **логический язык**, чьей семантической единицей является **схема и формула**.

2. Наступательная → Художественное творчество (Выражение внутренней энергии)

- **Ощущение:** Внутреннее изобилие и напряжение эмоций, чувств и переживаний.
- **Поведение:** Художественное творчество. Это активная экстериоризация и придание формы внутренней сенсорной энергии.
- **Пространство исследования:** Переходит от внешнего к **внутренней субъективной сфере**.
- **Метод исследования:** **Субъективация**. Она не только субъективизирует людей и живые существа, но и через художественную призму **активирует у зрителя концентрацию наступательных/симпатических ощущений от неодушевленных предметов**.
- **Цель поиска:** **Правда**. Чем субъективнее эта правда, тем она человечнее, тем более широкий и глубокий резонанс вызывает.
- **Форма языка:** Использует **поэтический язык**, чьей семантической единицей является **метафора**.

3. Симпатическая → Религиозное познание (Поиск предельного слияния)

- **Ощущение:** Стремление к **предельному смыслу, вечному и бесконечному**, и осознание собственной ограниченности.
- **Поведение: Религиозное познание.** Это когнитивное усилие, пытающееся встроить свой собственный маленький цикл «юцзюэ» в некий грандиозный, вечный контур.
- **Пространство исследования:** Одновременно трансцендирует и включает в себя сферу **предельного бытия**.
- **Метод исследования:** Можно назвать **персонализирующим** методом. Он ни чисто объективен, ни чисто субъективен, а ищет связь с трансцендентным бытием в глубоком личном опыте.
- **Цель поиска: Тайна.** Чем глубже, тем шире и возвышеннее; чем непостижимее, тем более вызывает благоговение и восхищение.
- **Форма языка:** Использует **язык мистицизма**, чьей семантической единицей является **символ**.

3.2.3 Мыслеми: Носители ощущения-поведения на когнитивном уровне

На когнитивном уровне носителем цикла «ощущение-поведение» являются не конкретные действия или

химические сигналы, а «мыслемы».

- **Сущность:** «Мыслем» (например, научная теория, мелодия, религиозное представление) — это **воспроизводимая информационная единица, инкапсулирующая специфический паттерн «ощущение-поведение»**. Он включает и специфическое когнитивное ощущение (например, чувство космической гармонии у Эйнштейна), и подразумеваемый соответствующий паттерн когнитивного поведения (например, использование математических уравнений для выражения и исследования).
- **Распространение:** «Мыслемы» распространяются от одной системы юцзюэ к другой через подражание и обучение. Успешное распространение означает, что реципиент **в определенной степени заново генерирует сходное с передающим когнитивное ощущение и принимает связанное когнитивное поведение**. Научные парадигмы, художественные течения, религиозные учения — это совокупности «мыслемов».
- **Отбор:** Выживание «мыслемов» следует **«ценностно-зависимому отбору»**. «Мыслем», который более эффективно устраняет когнитивное беспокойство, выражает внутренние чувства или предоставляет предельный смысл, благодаря приносимому

чувству когнитивного удовлетворения получает от системы **«позитивную оценку»**. Эта оценка побуждает индивидов, идентифицирующих себя с ним, формировать **«когнитивный круг»** (например, научная парадигма, художественное течение), внутри которого данный мыслом широко реплицируется и передается. Принятие индивидом идеи по сути означает **«резонанс»** его внутренней когнитивной активности с внешним мысломом.

3.2.4 Когнитивный контур: От индивидуального размышления к цивилизационному накоплению

Цикл ощущение-поведение на когнитивном уровне образует грандиозный, накапливаемый **«когнитивный контур»**.

- **На индивидуальном уровне:** Ученый, движимый «любопытством», проводит исследование (поведение), в конечном итоге открывает закономерность, углубляя понимание мира и тем самым удовлетворяя специфическую когнитивную потребность, завершая один когнитивный контур.
- **На цивилизационном уровне:** Успешные индивидуальные когнитивные контуры, их результаты (новые «мысле́мы») через культурные медиумы распространяются, отбираются обществом и закрепляются

в цивилизационном багаже знаний. Это предоставляет следующему поколению более высокую когнитивную стартовую точку, позволяя человеческим когнитивным контурам **наслаиваться из поколения в поколение, постоянно приближаясь к более глубоким неизвестностям, выражая более тонкое внутреннее, исследуя более возвышенную гармонию.**

3.2.5 Вершина познания: Озарение, инновация и состояния «сверхсознания»

Пиковое состояние эффективности цикла «ощущение-поведение» на когнитивном уровне проявляется как **озарение и инновация**. Когда система внутри себя осуществляет интенсивную **направленную разведку**, то есть непрерывно осуществляет «реентри» и столкновение множества «мыслемов» (следов ощущение-поведение), то, как только мгновенно отбирается совершенно новая связывающая модель, идеально устраняющая ключевое «несоответствие ожидания-ощущение», это вызывает сильное, позитивное оценочное ощущение и драматическую разрядку когнитивного напряжения. Эта внезапная, эффективная схлопываемость когнитивного контура субъективно переживается как феномен, называемый **«озарением» или «вдохновением»**. А **инновация** — это реализация в внешнем мире нового «мыслема», произведенного этим внутренним процессом. Таким

образом, часто мистифицируемое **«сверхсознание»** или творческое мышление здесь четко интерпретируется как: пиковое состояние «юцзюэ», возникающее, когда цикл ощущение-поведение на когнитивном уровне достигает высокой степени активности и эффективности.

3.3 Нейронная основа как социальный резонанс ощущение-поведение

Предыдущие два раздела нарисовали картину возникновения социального и когнитивного уровней из цикла «ощущение-поведение». Фундаментальный вопрос: как система юцзюэ может понять внутреннее состояние другой системы? В этом разделе будет разъяснено, что так называемый феномен «зеркального отражения» — не независимый модуль «чтения мыслей», а нейронное проявление естественно возникающей способности к **«социальному резонансу ощущение-поведение»**, которая базируется на дегенеративности и ассоциативном научении, зависящем от ценности, в системе контуров «ощущение-поведение».

3.3.1 От «зеркального отражения» к «резонансу»: «Юцзюэ»-реконструкция социального понимания

Традиционная теория «зеркальных нейронов» часто ошибочно понимается как врожденно

специализированное «зеркало» для отображения действий других. Однако с точки зрения «юцзюэ» это следует понимать скорее как **«резонанс ощущение-поведение»**.

- **Сущность механизма — ассоциативное научение и дегенеративность:** В мозге нет фиксированных нейронов, врожденно кодирующих «действия других». Напротив, когда индивид многократно выполняет целеориентированное действие (например, «хватание»), закрепляется **нейронный ансамбль «ощущение-поведение»**, включающий генерацию двигательных сигналов, проприоцепцию и ожидание успеха (ценность). Благодаря **дегенеративности** эта категория «хватания» может быть реализована несколькими различными комбинациями нейронных групп.
- **Рождение резонанса:** В процессе роста индивида «самоисполнение хватания» и «видение хватания другим» в сенсорном вводе **высоко статистически коррелируют** и разделяют сходную ценность успеха. Через геббовскую пластичность, настроенную ценностью, формируется сильная ассоциация между **зрительными признаками «видения хватания» и моторно-сенсорным ансамблем «исполнения хватания»**. Таким образом, при наблюдении действия

другого происходит прямое **частичное активирование** у наблюдателя соответствующего, дегенеративного ансамбля «ощущение-поведение».

- **Генерация «прямого переощущения»:** Следовательно, понимание действия другого — не холодный расчет, а **«внутренняя симуляция»** или **«нейронное воспроизведение»** состояния другого, основанное на собственном опыте ощущение-поведение наблюдателя, порождающее отличное «прямое переощущение» о возможных ощущениях другого.

3.3.2 «Юцзюэ»-путь эмпатии и культурной трансмиссии

Этот механизм «резонанса» предоставляет фундаментальный путь реализации социального «юцзюэ».

- **Физиологическая сущность эмпатии:** Эмоциональная эмпатия — это именно результат резонансной активации у наблюдателя собственных **следов ощущение-поведение**, связанных с эмоцией (например, ощущения движения лицевых мышц при печали, внутреннего негативного оценочного ощущения), при наблюдении эмоциональной экспрессии другого (например, печали).
- **Канал трансмиссии культурных «мыслемов»:** Танцы, ритуалы, художественные стили и другие культурные «мыслемы» — это сложные,

разделяемые паттерны «ощущение-поведение». Зеркальный механизм позволяет этим паттернам через наблюдение и подражание вызывать **сходный нейронный резонанс** в разных мозгах, тем самым реализуя эффективную культурную трансмиссию и групповую идентификацию. Танец нации вызывает резонанс именно потому, что сенсомоторные системы бесчисленных индивидуальных мозгов производят **синхронное «внутреннее воспроизведение»** одного и того же паттерна движений.

3.3.3 Дегенеративность как базовая поддержка

Дегенеративность — фундаментальная гарантия того, что эта система социального познания одновременно надежна и гибка.

- **Новизна в понимании:** Сталкиваясь с никогда не виданным сложным поведением, система не беспомощна. Благодаря своей дегенеративной сети она может **активировать несколько существующих, частично связанных категориальных ансамблей «ощущение-поведение»**, интегрируя через «реентри» **оптимальное, приблизительное понимание** (то есть «отнесение к наиболее близкой категории»).
- **Научение и рафинирование:** Затем, через новый опыт взаимодействия «ощущение-поведение», система подвергнет этот первоначальный, смутный

резонансный паттерн **ценностно-зависимому отбору и уточнению**, в конечном итоге, возможно, сформировав новую, более точную категорию, обогатив свои способности социального познания.

3.4 Единая логика генерации: Организационный закон жизненного резонанса

После отдельного путешествия по величественным картинам генерации социального и когнитивного уровней перед нами всплывает поразительное открытие: от микроскопического света нервных окончаний до сияния цивилизационных дворцов в основе лежит один и тот же глубокий и мощный ритм. Организация жизни на разных масштабах следует высокоунифицированной логике генерации.

На **нейронном уровне** — это крупномасштабная циркуляция сигналов «реентри» в мозге, порождающая синхронизацию разрядов нейронных ансамблей, формирующая внутренний **резонанс**; это временное функциональное единство, если результат его активности оценивается диффузным «ценностным ощущением» как «пригодный», получает **позитивную оценку** и тем самым избирательно закрепляется, образуя стабильный **глобальный функциональный кластер** — это самый микроскопический «**круг**», физический краеугольный камень каждого эффективного состояния «юцзюэ».

На **социальном уровне** — это постоянное взаимодействие между индивидами через язык, поведение и культурные символы (социальное «реентри»), формирующее «общие паттерны ощущение-поведение», вызывающее **резонанс** между группами; когда эти общие паттерны могут приносить удовлетворение принадлежности, статуса или эмоций, они составляют мощную социальную **позитивную оценку**, которая, подобно клею, тесно сплачивает бесчисленных индивидов в от семьи до нации, вложенные друг в друга «**социальные круги**».

На **когнитивном уровне** — это распространение и столкновение «мыслемов» через абстрактные символы внутри и между системами (когнитивное «реентри»); когда они совпадают с когнитивной чувственной структурой индивида, они вызывают интеллектуальный или веровательный **резонанс**; теория, стиль или вера, если они эффективно устраняют когнитивное беспокойство, выражают себя или предоставляют предельный смысл, получают когнитивную **позитивную оценку**, тем самым привлекая последователей и формируя стабильные, разделяющие одну парадигму «**когнитивные круги**», такие как научное сообщество или художественное течение.

Эта трилогия «резонанс-оценка-закрепление» составляет универсальный алгоритм само-конструирования системы юэзюэ, пересекающий уровни. Она

раскрывает нам: внутренняя сплоченность научной школы и стабильность функционального нейронного кластера разделяют один и тот же глубинный организационный принцип — они оба являются носителями более оптимизированного контура «ощущение-поведение», отобранного «ценностью» на своем уровне.

Понимание этой единой логики дает нам ключ к интерпретации всех сложных структур — от разума до цивилизации. Она позволяет нам увидеть, что жизнь не только непрерывна в эволюции, но и унитарна и последовательна в своих ядерных законах построения собственной сложности.

Глава 4: Реконструкция ментальной вселенной

4.1 Потребность: Системное ощущение отклонения как направление действия

В традиционной психологии и физиологии «потребность» часто описывается как движущая сила или состояние дефицита. В рамках «юцзюэ» мы проникнем сквозь эту поверхность к ее сущности: **«Потребность»** — это само внутреннее **«чувственное отклонение»** системы юцзюэ и возникающая из него, направленная на его устранение **«системная напряженность»**.

4.1.1 Сущность потребности: Системное ощущение отклонения как направление действия

- **От уровня жизни к когнитивному уровню: Единая логика, пронизывающая уровни**

1. Уровень жизни: Потребности выживания, основанные на прото-ощущениях

Потребность здесь проявляется как самая фундаментальная **чувственная напряженность**, то есть **прото-ощущение**: **Голод, жажда** — это ощущение отклонения энергетического и жидкостного баланса; **боль** — ощущение отклонения от целостности тканей; **сонливость, половое влечение** — ощущение отклонения от ритмических и репродуктивных циклов. Эти прото-ощущения

являются прямым выражением потребностей уровня жизни.

2. Социальный уровень: Потребности в отношениях, порожденные во взаимодействии

Потребность здесь проявляется как **системное ощущение**, основанное на взаимодействии: **Одиночество** — ощущение отклонения, когда «чувство групповой принадлежности» ниже ожидаемого системой значения; **неполноценность** — ощущение отклонения, когда «чувство статуса» ниже ожидаемого значения; **отчуждение** — ощущение отклонения от ослабления связи «альтруистической привязанности».

3. Когнитивный уровень: Потребности в смысле, возникающие в исследовании моделей

Потребность здесь проявляется как **когнитивная чувственная напряженность**: **Любознательство** — ощущение отклонения от существующего пробела в «полноте когнитивной модели»; **чувство бессмысленности** — ощущение отклонения от разрыва связи между «индивидуальным поведением и грандиозным ценностным контуром»; **растерянность** — ощущение отклонения от несоответствия внутренней модели и внешней реальности (несоответствие ожидания-ощущения).

- **Единство потребности и мотивации:** Так называемая «мотивация» — это сама направленность,

движимая этим «ощущением отклонения» и направленная на **осуществление замыкания контура**. **Потребность** — это «причина» (ощущение отклонения), **мотивация** — «следствие» (направленная напряженность); они являются двумя сторонами одного системного состояния.

4.1.2 Удовлетворение потребности: Успешное замыкание контура ощущение-поведение

«Удовлетворение» потребности — не достижение абстрактной цели, а успешное замыкание конкретного контура «ощущение-поведение».

- **Запуск контура:** Системная напряженность, вызванная «ощущением отклонения» (потребностью), движет системой к инициированию поведения (включая внешние действия и внутреннюю мыслительную активность).
- **Замыкание контура:** Поведение эффективно изменяет сенсорный ввод системы, позволяя устранить или уменьшить первоначальное «ощущение отклонения».
- **Ценностное вознаграждение:** Успешное замыкание контура вызывает у системы генерацию **позитивного оценочного ощущения**. Это чувство удовольствия, удовлетворения и есть «сигнал подтверждения» ценностной системы для данного успешного

контура; оно отбирает и закрепляет поведенческий паттерн, приведший к этому успеху.

Следовательно, всю активность жизни можно рассматривать как бесчисленные контуры «ощущение-поведение» (где запуск контура часто обусловлен системным ощущением отклонения, называемым «потребностью») на разных уровнях, непрерывно врашающиеся и сменяющие друг друга под влиянием оценки ценностной системы.

4.2 Эмоция: Системный регулирующий сигнал оценки активности

В рамках «юцзюэ», пронзая феноменологический туман эмоций, мы указываем на их сердцевинную сущность «юцзюэ» и системную функцию: **Эмоция — это направленный «системный регулирующий сигнал», производимый системой юцзюэ в результате быстрой, целостной оценки «отклонения текущего состояния от целевого» и «собственной предполагаемой способности устранить это отклонение».** Здесь «целевое состояние» — это «ожидаемое ощущение», формируемое системой на основе врожденной базовой линии или приобретенного опыта; а значительное «отклонение» цели от реальности само по себе составляет когнитивное событие, требующее внимания, часто проявляющееся как «несоответствие ожидания-ощущения».

4.2.1 Двуполюсность эмоций: «Газ» и «тормоз» как системная регуляция

Фундаментальная классификация эмоций проистекает из их базового направления как регулирующих сигналов.

- **Позитивные эмоции: «Награда потока» на активном пути**
 - ◆ **Условия возникновения:** Позитивные эмоции возникают, когда система оценивает, что **цель значима (высокая ценность) и сама обладает способностями и средствами для ее достижения (высокая предполагаемая активность).**
 - ◆ **Ключевая функция:** Это не «трофей» после достижения цели, а сама «награда потока», которую система получает в процессе «активного продвижения к цели». Как позитивный регулирующий сигнал она усиливает текущий поведенческий путь, стимулирует креативность, расширяет когнитивно-поведенческий репертуар, позволяя системе более глубоко и продолжительно вовлекаться в текущий контур. Радость, сосредоточенность, надежда, любовь — все это различные грани этого сигнала.
- **Негативные эмоции: Сигнал самокоррекции системы (сигнал тревоги коррекции)**

- ◆ **Условия возникновения:** Негативные эмоции срабатывают как сигнал тревоги, когда система оценивает, что **цель противоречит ценности, или ее текущие способности/ресурсы недостаточны для устранения отклонения состояния (низкая предполагаемая активность).**
- ◆ **Ключевая функция:** Это отнюдь не «сбой» системы, а жизненно важный **негативный регулирующий сигнал.** Он **подавляет** текущий неэффективный или вредный поведенческий путь, **принудительно** приостанавливает систему в текущем контуре, перенаправляя внимание на переоценку цели, метода или собственных способностей. **Страх, гнев, печаль по сути являются «направленными регулирующими сигналами поведенческой корректировки»,** проявлением мудрости самокоррекции живого организма.

4.2.2 Динамическая генерация эмоций: Оценка и обратная связь в контуре «хочу-могу-делаю»

Эмоции тесно встроены в ключевой контур «**хочу (цель) — могу (оценка) — делаю (вовлечение)**», раскрытый принципом юцзюэ Уайта.

1. Постановка цели (хочу): Внутреннее ощущение «дискомфорта» или «ожидания» в системе юцзюэ

проявляется как цель.

2. Оценка активности (могу): Система мгновенно оценивает ценность цели и собственные возможности. **Результат этой оценки напрямую определяет полярность (позитивная/негативная) и тип эмоции.**

3. Поведенческое вовлечение (делаю):

- ◆ Если оценка **высокой активности**, генерируются **позитивные эмоции**, система энергично вовлекается в действие.
- ◆ Если оценка **низкой активности**, генерируются **негативные эмоции**, поведение системы подавляется и запускается **цикл переоценки цели/стратегии**.

4. Динамическая обратная связь: В процессе «делания», паттерн ощущений, непосредственно порождаемый продвижением (или блокировкой) действия, в реальном времени влияет на оценку активности, приводя к **динамическому изменению эмоций**. Маленький успех может превратить тревогу в надежду; неожиданная неудача может обрушить возбуждение в уныние.

4.2.3 Мудрость эмоций: Конструктивная роль негативных сигналов и корректировка цели

«Корректировка цели для достижения позитивных эмоций» — это кульминационное проявление мудрости эмоциональной системы.

- **Негативные эмоции как эффективный механизм отчетности о проблемах:** Боль сообщает о повреждении тканей, тревога — о недостатке способностей, печаль — о потере важной связи. Они заставляют нас лицом к лицу встретиться с проблемой.
- **Переключение стратегии от негативного к позитивному:** Когда негативная эмоция (например, чувство поражения) сообщает «сейчас этот путь непроходим», система не сидит сложа руки. Дискомфорт, предоставляемый негативной эмоцией, сам по себе является сильнейшей движущей силой, заставляющей систему **активно корректировать цель (снижать ожидания, разбивать на шаги, менять направление) или повышать способности (учиться, просить помощи)**. Сущность этой корректировки — стремление системы вернуть себя в состояние оценки «высокой активности», чтобы вновь обрести позитивные эмоции как «награду потока».
- **Жизнестойкость:** Психологическая устойчивость, креативность и рост индивида в значительной степени зависят от этой динамической циклической системы «оценка-корректировка-повторное вовлечение», запускаемой негативными эмоциями и движимой стремлением к позитивным.

4.2.4 Динамика и черты эмоций: Затухание, продолжительность и нейронная почва

Регулирующая функция эмоций более полно проявляется в их временной динамике и индивидуальных различиях.

- **Краткость позитивных эмоций и продолжительность негативных:** Это универсальное явление имеет глубокую адаптивную логику.
- ◆ **Позитивные эмоции как «импульсный сигнал»:** Их функция — усилить путь, доказавший свою эффективность. Как только цель достигнута, контур замкнулся, их сигнальная миссия в основном завершена; они быстро затухают, чтобы системные ресурсы могли быть направлены на новую цель. Их краткость — необходимость для поддержания жизнеспособности и проактивности системы.
- ◆ **Негативные эмоции как «постоянный фоновый отрицательный потенциал»:** Их функция — обеспечить, чтобы система полностью осознала неудачность текущего пути или серьезность угрозы, и имела достаточно времени для глубокой корректировки. Их продолжительность — необходимая цена, которую система платит за избегание повторения ошибок и

глубокое научение. С эволюционной точки зрения, забвение следа ощущение-поведение от одного успешного спаривания стоит гораздо дешевле, чем забвение следа ощущение-поведение от одной атаки хищника.

С точки зрения динамического механизма, глубина этого «фонового отрицательного потенциала» прямо устанавливает базовый порог системы ценностной оценки: чем глубже потенциал, тем больше сопротивление, которое нужно преодолеть для запуска позитивного «импульсного сигнала», в то время как негативный «импульсный сигнал», находящийся в сильном резонансе с фоном, легче активируется слабым стимулом. Это не сбой системы, а оптимизация системы юцзюэ на уровне выживания в условиях экстремальной угрозы — один успех можно забыть, одно смертельное нападение должно быть запомнено навсегда. Поэтому травматическому контуру присваивается сверхвысокий вес, формируя постоянно разряжающийся «травматический кластер», где любой связанный стимул напрямую вызывает негативный импульс, обходя оценку активности и приводя к таким патологическим явлениям, как флэшбеки.

- **Основа «юцзюэ» личности:** Нейронная почва как склонность к эмоциям

Различия в способности людей восстанавливаться от

негативных эмоций и переключаться на новые цели составляют ядро того, что мы называем «личностью» или «темпераментом». Эта способность отнюдь не является чисто рациональным выбором; она сама зависит от более базового **ощущения**: а именно **«ощущения собственной способности достичь новой цели»** (разновидность прото-ощущения собственной активности).

- ◆ **Оптимистичный, устойчивый индивид:** Его нервная система (будь то врожденного типа или сформированная впоследствии) легче **генерирует и принимает на веру** это позитивное ожидаемое ощущение «я могу» после неудачи, тем самым быстрее запуская новый контур «хочу-могу-делаю».
- ◆ **Индивид с невротическими или пессимистическими склонностями:** Его система легче **застревает** в поле ощущений, сформированном негативными эмоциями, о «неспособности» и «безнадежности».

Следовательно, личность по сути является доминирующим паттерном «ощущение-оценка-реакция», осевшим в результате долговременного функционирования системы юцзюэ. Гибкость эмоциональной регуляции — ключевой показатель общего здоровья и эффективности индивидуальной системы юцзюэ.

4.3 Сознание: Самоосвещение сложного цикла «ощущение-поведение»

Что такое «сознание»? Загадка, называемая «трудной проблемой», возможно, сложна из-за самого способа нашего вопроса. Мы спрашиваем «что это такое», как будто это отдельная «вещь». В рамках «юцзюэ» мы меняем перспективу: сознание — не «вещь», а **процесс, отношение, феномен**. Это само «юцзюэ» интегрирующего цикла «ощущение-поведение», многоуровневой, называемой «**системой юцзюэ**», ее собственного огромного и динамичного операционного процесса, осуществляемое в реальном времени и интегративно.

4.3.1 Разрешение «трудной проблемы» сознания: Самоосвещение сложной системы

Так называемая «трудная проблема сознания» — то есть как физический мозг порождает субъективный опыт — в рамках «юцзюэ» мы предлагаем **путь к ее разрешению**, основанный на динамике жизненных систем. Этот путь предполагает, что «трудная проблема» сознания, возможно, **проистекает из ошибочного способа постановки вопроса**, заранее устанавливающего дуализм между физическим процессом и субъективным опытом. В данной рамке мы утверждаем: **Опыт — не «призрачный» продукт нейронных вычислений, а нередуцируемое реляционное свойство, проявляемое системой**

замкнутого цикла «ощущение-поведение» при осуществлении своей внутренней интеграции и саморегуляции. Соответственно, субъективный опыт — не таинственный эпифеномен, а естественный, возникающий феномен «юцзюэ» сложной системы «ощущение-поведение» в процессе поддержания своего контура выживания.

- **Опыт — не продукт, а сама активность:** Мы не имеем сначала бесчувственного нейронного вычисления, а затем «добавляем» к нему слой субъективного опыта. **Специфический сложный, интегративный способ активности нервной системы сам по себе является внутренним, самоотчетным состоянием, и это состояние есть опыт.**
- **«Юцзюэ» как естественное свойство:** «Чувствительность» (sentience) не производится; это **естественное реляционное свойство**, проявляемое сложной жизненной системой в процессе поддержания своего замкнутого цикла «ощущение-поведение». Когда система достаточно сложна, чтобы через «реентри» интегрировать внутренние и внешние ощущения, следы ощущение-поведение, ценностную оценку в единое, саморегулирующееся динамическое ядро, «юцзюэ» или «сознание» проявляется как **феномен**. Подобно тому, как «влажность» — интегральное свойство взаимодействия множества

молекул воды, не находящееся в отдельной молекуле.

4.3.2 Нейронная реализация сознания: Динамическое ядро как поле «юцзюэ»

Опираясь и углубляя теорию Эдельмана, мы можем найти нейронный коррелят сознания — это не точка, а **функциональное состояние**.

- **Глобальное рабочее пространство?** Нет, поле «юцзюэ»: Сознание не равно информации в каком-то «глобальном рабочем пространстве». Это **единое поле «юцзюэ», образуемое победившим в конкуренции «глобальным функциональным кластером» (динамическим ядром)**. Содержание этого поля — это информация «ощущение-поведение» (включая «ощущение» внутреннего мышления), интегрируемая и обрабатываемая системой в данный момент.
- **«Реентри» как связующее вещество:** Механизм «реентри» — ключ к формированию этого единого поля «юцзюэ». Через постоянную, параллельную циркуляцию сигналов он **связывает** распределенные визуальные, слуховые, соматосенсорные сигналы, эмоциональный окрас, фрагменты мысли в единую, связную сцену переживания. Без «реентри» были бы лишь серии изолированных сигналов, а не единый «поток сознания».

4.3.3 Функция сознания: Роль в цикле «юцзюэ»

Сознание — не праздный эпифеномен; оно играет жизненно важную роль в системе юцзюэ.

- **Высокоуровневая интеграция и контекстуализация:** Сознание интегрирует огромное количество потенциально противоречивых подсказок ощущение-поведение в «**модель мира**» и «**модель себя**», обладающие **пространственно-временной непрерывностью, причинно-следственной связностью и ценностным единством**. Это основа для принятия последовательных, гибких решений в сложной, изменчивой среде.
- **Гибкое планирование и принятие решений:** Оперируя символизированными «**следами ощущение-поведение**» (**мыслемами**), сознание позволяет системе осуществлять **офлайн-симуляцию**, внутренне проигрывая возможные сценарии различных действий, тем самым реализуя планирование будущего и тонкий контроль поведения.
- **Фокус внимания: Континуум «юцзюэ» сознательного и бессознательного**

Нам не нужно резко разделять сознательное и бессознательное. Они образуют континуум «юцзюэ».

- ◆ **Сознание можно понимать как фокус системы «юцзюэ», как совокупность информации,**

наиболее интенсивно и ясно интегрируемую и обрабатываемую в «динамическом ядре».

- ◆ **Бессознательное** — это **фоновые процессы «ощущение-поведение», не попавшие в текущее «динамическое ядро», но все еще модулирующие состояние системы** (например, висцеральная регуляция, автоматизированные навыки, незамеченный фоновый шум).
- ◆ **Внимание** — это **направленное движение и концентрация фокуса «юцзюэ» в поле «юцзюэ», процесс, при котором система направляет ресурсы обработки на наиболее важный контур «ощущение-поведение».**

4.3.4 Сущность «воли» с точки зрения «юцзюэ»: Конкуренция между контурами ощущение-поведение

Основываясь на данной рамке, мы можем дать четкое определение «юцзюэ» традиционному понятию «воля»: **Воля — не независимая сила, а динамический процесс конкуренции за доминирование в системе между множеством параллельно активированных контуров «ощущение-поведение».** Наиболее распространенная форма проявления: конкуренция между контуром, движимым **внутренним ощущением** (например, ожидаемым ощущением долгосрочного здоровья,

социального признания или идеального Я), и контуром, движимым **непосредственным внешним ощущением** (например, сиюминутным искушением от вкусной еды, немедленным избеганием боли). Так называемое «применение силы воли» по сути есть процесс, при котором **контур, движимый внутренним ощущением, подавляет в конкуренции контур, движимый внешним ощущением, и в конечном итоге получает доминирование над поведением**. Следовательно, «сила воли» отражает прочность нейронной основы контура, закрепленного внутренним ощущением и ценностью, и его способность побеждать в конкуренции.

4.4 Я: Центральная точка отсчета в потоке ощущений

После путешествия по обширным территориям потребностей, эмоций и сознания мы, наконец, достигаем конечного пункта исследования «юцзюэ»: «Я». Это, казалось бы, стабильное, неизменное «Я», считающееся ядром личной идентичности, под взглядом «юцзюэ» покажет свою истинную динамическую сущность: **«Я» — не фиксированная сущность, а центральная, узловая точка отсчета «юцзюэ», постепенно оседающая и постоянно реконструируемая в ходе долгой жизненной активности постоянно генерируемой системы замкнутого цикла «ощущение-поведение» для поддержания**

своей собственной целостности, непрерывности и активности.

4.4.1 Генерация «чувства Я»: Закрепление точки отсчета в потоке ощущений

Жизнь — это вечно изменяющаяся река потока «ощущение-поведение». Возникновение «чувства Я» — это «навигационный знак», который эта река создает, чтобы иметь возможность ориентироваться.

- **Краеугольный камень телесного самовосприятия и проприоцепции:** Самое примитивное ощущение «Я» проистекает из пространственно непосредственного ощущения телом себя самого. Это первоначальное разграничение «Я» и «не-Я» в физическом пространстве.
- **«Мои» ощущения и поведение:** Система через «ре-ентри» связывает непосредственные ощущения, инициированные действия со следами прошлого «ощущение-поведение», формируя чувство принадлежности «это я вижу», «это я сделал». Это чувство **собственности** по отношению к собственным психо-физическим активностям — ключевой компонент чувства Я.
- **Конструирование нарративного Я:** На когнитивном уровне система далее интегрирует огромное количество фрагментарных «следов ощущение-

поведение» в «автобиографическую историю», обладающую временным охватом и причинно-следственной логикой. Этот постоянно рассказываемый и изменяемый внутренний нарратив составляет наиболее знакомое нам «Я», обладающее личной историей.

4.4.2 Единое первое лицо: «Я» как центр интеграции индивидуального ощущения

Так называемая «перспектива от первого лица» по сути и есть это уникальное поле «юцзюэ», интегрируемое точкой отсчета «Я». Все ощущения — будь то прото-ощущение голода, социальный стыд или когнитивное озарение — в конечном счете собираются, маркируются и объединяются для переживания в системе отсчета «Я».

- **«Я» — конечный контейнер ощущений:** Боль — не абстрактная боль, а «моя» боль; мысль — не свободная мысль, а «моя» мысль. Эта метка «мое» — проявление функции интеграции точки отсчета «Я».
- **Точка привязки ценностных суждений:** Конечным мерилем всех оценочных ощущений «пригодности» или «непригодности» является состояние относительно этой точки отсчета «Я».

4.4.3 Единство эгоизма и альтруизма: Чувственное расширение и сжатие границ Я

Теперь мы можем использовать эту рамку, чтобы безупречно решить проблему единства первого и третьего лица и объяснить альтруистическое поведение.

- **«Чувственные» корни эгоистического поведения:**

Его доминирующее ощущение напрямую проистекает из **защиты собственного телесного или психического состояния (прото-ощущений, социальных ощущений)**. Поведение направлено на прямое облегчение дискомфортного ощущения внутри точки отсчета «Я».

- **«Чувственные» корни альтруистического поведения:** Его доминирующее ощущение проистекает из **более сложного, социального внутреннего ощущения**. Возьмем эксперимент Симонова с крысами:

- ◆ **Альтруистическая крыса:** Оборонительные сигналы сородича (визг, запах) через механизм **«резонанса ощущение-поведение»** вызывают в ее мозге сильное **ощущение «дискомфорта»**, основанное на **«расширении Я»**. Она до определенной степени **включает боль сородича в сферу мониторинга и регуляции своей собственной системы «юцзюэ»**, то есть границы **«Я» временно включают в себя сородича**.

Следовательно, ее поведение нажатия на педаль в конечном счете мотивировано желанием **облегчить этот социальный дискомфорт, вызванный резонирующей болью сородича в точке отсчета ее «Я».**

- ◆ **Разница в направлении ощущения:** Эгоизм и альтруизм — не различие в сущности мотивации, а разница в **направлении источника доминирующего «ощущения», движущего поведением** — один проистекает из узкого телесного Я, другой — из расширенного социального Я. Они объединены одним принципом: **поведение всегда движется «ощущением отклонения», которое проявляется как наиболее сильное в точке отсчета «Я».**

4.4.4 Еще раз о «воле»: Конкуренция за доминирование Я

Здесь мы можем дать более глубокую интерпретацию «воли» с точки зрения «Я»:

Воля — это способность стабильной точки отсчета «Я», сформированной долгосрочными ценностями (например, «я хочу быть здоровым человеком»), побеждать в конкуренции и поддерживать свое доминирование и непрерывность при конфликте с временным состоянием «Я», движимым непосредственным

внешним ощущением (например, «я хочу этот торт»).

Сильная воля означает, что стабильная, последовательная точка отсчета «Я» обладает мощной регулирующей силой.

Глава 5. Человек юцзюэ

5.1 Простое начало теории: «Мне кажется...»

Каждый из нас не задумываясь использует одну и ту же фразу: «Мне кажется...». Она настолько привычна, что мы почти не замечаем её существования. Однако именно эта самая обыденная речевая привычка стала **простым истоком** грандиозной теоретической системы **физиологии юцзюэ**. Это не сложный вывод из лаборатории, а инстинктивное выражение, присущее каждому от рождения, выходящее из уст, — жизненная почва, в которую укореняются все абстрактные теории в реальном мире.

5.1.1 «Мне кажется...»: Первичный отчёт системы юцзюэ

В рамках **физиологии юцзюэ** жизнь понимается как **система юцзюэ**, существующая в виде цикла «ощущение-поведение» и поддерживающая гомеостаз через этот цикл. А «Мне кажется...» — это самый исходный, самый прямой **языковой вывод** этой системы. Он непосредственно отражает реальную работу системы юцзюэ на всех её уровнях.

1. На жизненном уровне «Мне кажется...» — это прямая тревога и запрос тела

Когда человек говорит: **«Мне кажется**, кружится голова, сердце бьётся часто», это не простая жалоба. Это сильный **сигнал напряжённости наступательного типа**, который его тело посылает через **прото-ощущение** при резком падении давления или низком уровне сахара в крови. Это «кажется» побуждает его немедленно найти опору или сесть, чтобы избежать падения. Весь процесс — «ощущение (головокружение) — поведение (сесть) — восстановление гомеостаза» — образует полный и немедленный замкнутый цикл юцзюэ на жизненном уровне. Здесь «мне кажется» — самый прямой переводчик системных ощущений.

2. На социальном уровне «Мне кажется...» — это связующая нить и инструмент восстановления отношений

Представьте себе жену, долгое время находившуюся в забвении, которая говорит мужу: **«Мне кажется**, ты вообще не заботишься обо мне». За этими словами стоит **«боль отношений»**, возникающая после длительного разрушения социального чувства «принадлежности». Если муж сможет **принять** это ощущение и ответить: «Я понимаю, **тебе кажется**, что тебя пренебрегают», то запустится процесс восстановления социального цикла

«ощущение-поведение», находящегося на грани разрыва. И наоборот, если это ощущение никто не примет, трещина в отношениях углубится. Здесь «мне кажется» — это резонатор социальных ощущений.

3. На когнитивном уровне «Мне кажется...» — это субъективная точка опоры для исследования неизвестного мира

Когда исследователь уверенно говорит: «**Мне кажется**», это направление исследований верное», даже перед лицом большого количества негативных данных, это не просто упрямство. Это «**когнитивное чувство уверенности**», сформированное его когнитивной системой юцзюэ на основе глубокого опыта, интуиции и убеждений. Это «кажется» побуждает его преодолевать трудности, углублённо исследовать и в конечном итоге может привести к настоящему прорыву. Здесь «мне кажется» — инициатор когнитивной активности.

5.1.2 От «мне кажется» к «это полезно»: Приоритет функции

Ключевое требование системы юцзюэ — не задаваться вопросом «что есть объективная сущность», а обеспечивать **успешное замыкание цикла «ощущение-поведение»**. Исток этой логики приоритета функции как раз заключён в утверждении «мне кажется».

Знаменитый эксперимент Лоренца с утятами даёт

прекрасный пример. Только что вылупившиеся утята будут считать первым увиденным движущимся объектом — будь то утка-мать, игрушка или резиновый сапог Лоренца — «матерью» и крепко следовать за ним. Утёнок не говорит «мне кажется», но всей своей жизнью **практикует** «мне кажется, ты моя мать».

Здесь **полезность функции (получение безопасности и защиты)** полностью подавляет поиск сущности (**что ты на самом деле**). Его система юцзюэ наиболее экономичным способом замкнула самый важный для выживания цикл. Этот утёнок говорит нам, что **функциональная реальность**, на которую указывает «мне кажется», часто является более актуальной и реальной для жизни, чем **физическая реальность**, на которую указывает «она есть по сути».

Эта простая мудрость пронизывает все уровни. В медицинской ситуации пациент с хронической болью говорит: «**Мне кажется**, эта боль похожа на иглу, колющую мой нерв». Традиционная диагностика может больше ориентироваться на «объективные доказательства» на снимках. А медицина юцзюэ требует от врача **в первую очередь принять это «кажется»** и задать уточняющие вопросы: «**Вам кажется**, ощущение укола иглой постоянное или прерывистое? Мешает ли оно вам протянуть руку и взять что-то?»

Такой глубокий диалог, основанный на «мне кажется», может **перевести** неясные субъективные страдания в точный «отчёт о состоянии системы», пригодный для диагностики. Это не только технический прогресс, но и уважение к самой жизни — настоящее исцеление начинается с «быть увиденным», а первый шаг к «быть увиденным» — это **услышать «мне кажется»** другого.

5.1.3 Заключение: От изолированного «я мыслю» к резонансному «я чувствую»

Простое выражение «Мне кажется...» уводит нас от изолированного картезианского «Я мыслю, следовательно, существую» к резонансному «**Я чувствую, следовательно, мы существуем**».

Мы больше не замкнутые мыслители, а открытые чувствующие и взаимодействующие существа. В образовании, когда учитель обращает внимание на слова ученика «мне кажется, я понял», он помогает ему замкнуть когнитивный цикл; в дизайне, когда продукт реагирует на ощущение пользователя «мне кажется, здесь всё тормозит», он восстанавливает цикл взаимодействия; в человеко-машинном сотрудничестве, когда ИИ способен понять и ответить на человеческое «мне кажется...», строится новый тип гетерогенного чувственного резонанса.

«**Конспект физиологии юцзюэ**» призывает «дать науке обнять жизнь», и «Мне кажется...» — это **простой**

исток и конкретная практика этого объятия. Это позволяет нам не запутываться в метафизических спорах о том, «что такое сознание», а вернуться к реальному взаимодействию «как тебе кажется?», «мне так кажется».

И утёнок, принявший сапог за мать, и пациент, описывающий врачу боль, — все они открывают нам глубокую истину: **самая сложная, самая глубокая теория юцзюэ, её самая живая, самая мощная жизненная сила, заключена в той инстинктивной фразе «Мне кажется...», идущей от самой жизни.**

Это отправная точка теории,
это правда, которую жизнь говорит себе,
и это начало диалога жизни с миром, ведущего к симбиозу.

5.2 Внутренняя динамическая направленность: Языковой спектр системы юцзюэ

В самом ядре нашего повседневного языка разместились армия слов, кажущихся обычными, но обладающих огромной силой: «я чувствую», «мне кажется», «я считаю», «я уверен», «я решаю»... Они отнюдь не бессмысленные синонимы, а точные проекции деятельности нашей внутренней системы юцзюэ в речи. Эта языковая система совместно направляет людей в процессе полного превращения от неясного сенсорного ввода к ясному

поведенческому выводу.

5.2.1 Общее: Провозглашение позиции от первого лица

Все эти выражения разделяют фундаментальную черту: они представляют собой **провозглашение на языковом уровне внутренне сгенерированного, субъективного состояния или вывода** системой юцзюэ. Это знаменует завершение процесса внутренней интеграции — то есть моментального ощущения, повторного ощущения на основе следов и ожидаемого ощущения — и подготовку к использованию его в качестве отправной точки для последующего поведения или взаимодействия. Вместе они составляют доказательство существования «Я» как активного субъекта.

5.2.2 Два полюса спектра: От сенсорного восприятия к установлению убеждений

Мы можем разместить эти выражения в спектре, образованном «**степенью участия ощущения**» и «**степенью когнитивной определённости**», где они занимают разные, непрерывные позиции.

(Высокое ощущение | Низкое познание) \longleftrightarrow (Низкое ощущение | Высокое познание)

«Я чувствую» — «Мне кажется» — «Я считаю» — «Я

уверен»

1. «Я чувствую/ощущаю» — Прямой отчёт системного ощущения

- **Позиция юцзюэ:** Наиболее близко к самому системному ощущению, степень участия ощущения наивысшая, степень когнитивной определённости наинизшая.
- **Содержание:** Прямой отчёт о первичном, телесном или эмоциональном «ощущении» на входе. Его фон глубоко укоренён в прото-ощущениях жизненного уровня, а его конкретные оттенки и интенсивность формируются эмоциональным фоном, порождённым в социальном взаимодействии и постоянно модулируемым когнитивной деятельностью.
- **Примеры:** «Я чувствую, что мне немного холодно.» (Жизненный уровень — наступательный: напряжённость направленного типа для запроса ресурсов, возникающая для поддержания гомеостаза); «Я чувствую сильную потерю.» (Социальный уровень — возможны все три измерения, например, ослабление симпатической напряжённости); «Я нашёл хороший способ решить эту сложную проблему!» (Когнитивный уровень — наступательный: творческое выразительное действие, когда внутренняя мыслительная

энергия успешно экстернализируется и обретает форму и готовится к практическому применению).

- **Связь с «мне кажется»:** **Основа «мне кажется».** «Я чувствую беспокойство» — это глубинная движущая сила для «Мне кажется, следует уйти отсюда».

2. «Мне кажется» — Узел слияния ощущения и познания

- **Позиция юцзюэ: Центр и сердце** всего спектра. Это **первичная оценка или тенденция**, сформированная после предварительной интеграции и интерпретации системой «ощущений», начало активности.
- **Содержание:** Включает как тёплый оттенок «ощущения», так и первичные рассуждения, основанные на опыте. Это на шаг впереди «я чувствую», даёт направление поведению, честно сохраняя корень ощущения.
- **Примеры:** «**Мне кажется**, он надёжный человек.» (На основе интеграции ощущений «я чувствую спокойствие, доверие»); «**Мне кажется**, этот план не сработает.» (На основе интеграции ощущений и познания «я чувствую сомнения, обнаруживаю пробелы в данных»).
- **Ключевая характеристика: Тёплая субъективность.** Это «простое начало», благодаря которому теория может укорениться в жизни.

3. «Я считаю» — Доминирующее суждение когнитивного уровня

- **Позиция юцзюэ:** Доминирование когнитивного уровня, степень участия ощущения ниже, степень когнитивной определённости выше. Система пытается логически обработать следы ощущений и доказательства, давая более чёткое суждение.
- **Содержание:** Подчёркивает вывод после размышлений, анализа, пытается отделить эмоциональные помехи, чтобы продемонстрировать объективность. Эта форма выражения является проявлением социальной **наступательности** (утверждение своей позиции в конкуренции идей), а её фундаментальная движущая сила — это ещё в большей степени когнитивная **наступательность** — то есть экспрессивная напряжённость когнитивного субъекта, направленная на экстернализацию и оформление внутреннего мышления. Содержание его выводов может служить другим когнитивным целям, таким как **оборонительность** (защита логической модели) или **симпатичность** (поиск консенсуса).
- **Примеры:** «Я считаю, что на основе этих трёх данных этот вывод верен.»; «Я считаю, что с этической точки зрения это неуместно.»
- **Связь с «мне кажется»:** Усовершенствование и

вооружение «мне кажется». Когда «мне кажется» должно пройти проверку публичным разумом, оно часто облачается в логические одежды «я считаю».

4. «Я уверен/Я знаю» — Провозглашение убеждения с высокой степенью определённости

- **Позиция юцзюэ: Высокоопределённый вывод** когнитивного уровня. Степень участия ощущения может быть крайне низкой (на основе строгих рассуждений) или очень высокой (на основе интуиции или глубокого слияния ценностей).
- **Содержание:** Провозглашение неоспоримого вывода или факта. Это закрывает пространство для дальнейшего обсуждения, представляет собой высокостабильный замкнутый цикл «ощущение-познание» внутри системы.
- **Примеры:** «Я уверен, что Земля круглая.» (На основе доказательств когнитивного уровня); «Я знаю, что я люблю её.» (На основе глубокого слияния ощущений социального и жизненного уровня).
- **Связь с «мне кажется»:** Завершение «мне кажется». Когда бесчисленные «мне кажется» многократно подтверждаются, они могут закрепиться как «я знаю».

5.2.3 Порог действия: «Я решаю/Я собираюсь»

- **Позиция юцзюэ: Порог перехода от**

«чувствования» к «действию». Это декларация запуска на стороне «поведения» в цикле «ощущение-поведение».

- **Содержание:** Знаменует завершение внутренней оценки, система уже выбрала путь поведения и направит ресурсы на его выполнение. Это окончательное проявление активности.
- **Примеры:** «Я решил принять этот вызов.»; «Я собираюсь начать заниматься спортом.»
- **Связь с «мне кажется»:** Естественный результат и завершение «мне кажется». Чувство «Мне кажется, здоровье важно» в итоге приводит к поведению «Я решил пойти бегать», замыкая цикл.

5.2.4 Динамический процесс: Желание, исследование и исправление

Помимо вышеупомянутых ключевых выражений, другие родственные слова динамично раскрывают операционные процессы внутри системы:

- **«Я хочу»:** Когда оно выражает желание (например, «Я хочу поехать путешествовать»), это проявление **наступательной напряжённости**, динамическая форма «мне кажется, мне нужно».
- **«Я размышляю»:** Живо описывает **состояние процесса** цикла «ощущение-поведение» на когнитивном уровне (например, «Я размышляю, как решить эту

проблему»). Это «инкубатор» для «мне кажется».

- **«Я полагал»:** Чрезвычайно важный сигнал самоисправления системы. Он знаменует прорыв реальностью старого, ошибочного цикла «ощущение-познание» (например, «Я полагал, он знает»). Изучение момента «я полагал» — это **золотая возможность** обнаружить когнитивные искажения, осуществить обучение и рост.

5.2.5 Заключение: Использование внутренней направленности для самонаведения

Ценность этой языковой системы юцзюэ далеко выходит за рамки лингвистики. Она предоставляет нам ясное зеркало, позволяющее заглянуть в реальную работу нашей собственной сложной системы:

1. Она раскрывает внутренний процесс изменения: наша умственная деятельность представляет собой непрерывный, динамичный генерирующий спектр от «я чувствую» до «я решаю».

2. Она отражает иерархическую структуру разума: наш язык точно соответствует разным уровням юцзюэ — ощущениям жизненного уровня, эмоциям социального уровня и рассуждениям когнитивного уровня.

3. Она подчёркивает активность системы: от пассивного «чувствования» к активному «размышлению» и «решению», вся динамическая направленность ведёт

динамическую систему самооценки и самонаправления потока ощущений.

Таким образом, прислушиваться к тому, как мы и другие используем эти выражения, — это уже не просто общение, но и глубокая практика юцзюэ. Направляемые внутренней динамикой, мы можем не только точнее понимать друг друга, но и **осознанно** направлять наш поток ощущений, а значит, и стрелы нашего поведения, становясь по-настоящему бдительными рулевыми своей жизни.

5.3 Внешнее поведение и внутренняя напряжённость

В нашем повседневном наблюдении за миром и самими собой первое, что мы улавливаем, — это всегда красочная поверхность поведения: птица яростно клюёт захватчика; коллега молчит на совещании; учёный с огромным энтузиазмом бросает вызов старой теории. Исходя из этих поверхностных проявлений, мы легко можем поспешно навесить ярлыки: «это нападение», «это отступление», «это бунтарство».

Однако в рамках **физиологии юцзюэ** такие суждения, основанные на внешнем поведении, могут быть серьёзной ошибкой. **Теория юцзюэ требует от нас совершить фундаментальный сдвиг перспективы: от сосредоточения на «что сделано» к проникновению в «во имя чего сделано» — то есть внутреннюю «системную**

чувственную динамику», движущую поведением.

5.3.1 Основной принцип: Поведение — это тактика, юцзюэ — это стратегия

Теория юцзюэ раскрывает, что жизнь — это **самоподдерживающаяся** система юцзюэ, поддерживающая гомеостаз через цикл «ощущение-поведение». Её ядро составляют три основные напряжённости, образующие **динамическую направленность**:

- **Оборонительность:** Напряжённость, направленная на защиту границ, устранение угроз.
- **Наступательность:** Напряжённость, направленная на получение ресурсов, расширение влияния.
- **Симпатичность:** Напряжённость, направленная на поиск связей, вхождение в ритм.

Поведение — это лишь временная тактическая стратегия, выбранная этой внутренней динамической направленностью в конкретной ситуации. Одна и та же стратегическая цель, в зависимости от местности, соотношения сил, может отправить отряд внезапного нападения, построить оборонительные сооружения или отправить парламентёра для переговоров.

1. Оборонительная динамика: Не только отступление, но и возможное нападение

Это самый запутывающий момент. Суть обороны — «защита», но её арсенал поведенческих стратегий

чрезвычайно богат:

- **Поведение: Бегство** → юцзюэ: **Оборонительность** (прямое удаление от угрозы).
- **Поведение: Запугивание/Нападение** → юцзюэ: **Оборонительность** (как у птицы, клюющей человека, активная атака с целью отогнать нарушителя, по сути «нападение как защита»).
- **Поведение: Сворачивание/Затвердевание** → юцзюэ: **Оборонительность** (пассивная защита).
- **Поведение: Демонстрация слабости/Угодничество** → юцзюэ: **Оборонительность** (при значительном неравенстве сил, защита собственной безопасности через демонстрацию покорности).

Приравнивать «атакующее поведение» просто к «наступательной динамике» — всё равно что считать любой «поднятый кулак» «грабежом», игнорируя возможность того, что это может быть и «самозащита».

2. Наступательная динамика: Не только захват, но и возможное спокойствие

Суть наступления — «получение», его поведение также разнообразно:

- **Поведение: Активная борьба** → юцзюэ: **Наступательность** (самое прямое проявление).
- **Поведение: Активное проявление себя** → юцзюэ: **Наступательность** (броские выступления на работе,

направленные на получение статуса и ресурсов).

- **Поведение:** Упрямое отстаивание своего мнения, отказ от всех предложений → юцзюэ: Наступательность (поведение кажется «оборонительным», но динамика направлена на укрепление собственного авторитета, предотвращение утраты власти, по сути это «защита территории» наступательной динамики).
- **Поведение:** Тихая углублённая работа, накопление сил → юцзюэ: Наступательность (спокойный исследователь, чьё поведение сдержанно, но динамика направлена на будущее «получение ресурсов» на когнитивном или социальном уровне).

5.3.2 «Туман видимости», преодолевающий уровни

Эта диалектическая связь повсеместно существует на каждом эволюционном уровне юцзюэ.

- **Жизненный уровень:** Мимикрия животных (поведение, похожее на слияние/дружелюбие с окружающей средой), по сути является **оборонительной** стратегией обмана хищников.
- **Социальный уровень:**
 - ◆ **Выступление на совещании:** Первый выступающий (активное поведение), динамика может быть **когнитивно-наступательной**

(потребность в самовыражении) или **социально-наступательной** (борьба за положение). А тот, кто высказывает возражения мягким тоном, чьё **симпатичное поведение** и **когнитивно-наступательная** (столкновение мнений) составляющая являются лишь его тактикой, чьё глубинное ядро часто — это «**социально-наступательная**» динамика, направленная на повышение авторитета или укрепление положения.

- ◆ **Положение в группе:** Поддержка лидерства (юцзюэ: социально-наступательное), может осуществляться как через подавление оппонентов (поведение: нападение), так и через поддержание старых правил (поведение: оборона), или через оказание милостей (поведение: дружелюбие).

- **Когнитивный уровень:**

- ◆ **Научное исследование:** Его фундаментальная динамика — **когнитивно-оборонительная** — устранение когнитивного дискомфорта, вызванного неизвестностью, защита целостности внутренней картины мира. Но его поведенческое проявление может быть как яростным «наступлением» на тайны природы, так и строгой «обороной» от погрешностей эксперимента,

или гармоничным «симпатичным» слиянием с теориями коллег.

5.3.3 Ценность различения: От ошибочных суждений к эмпатии, от замешательства к проникновению

Смешение поведения и динамики ведёт к ряду когнитивных и практических затруднений:

- **В самопознании:** Мы будем винить себя за свой «гнев» (поведение), игнорируя стоящий за ним возможный «страх» (оборонительная динамика), который нуждается в том, чтобы его увидели.
- **В межличностных отношениях:** Мы будем интерпретировать «молчание» другого (поведение) как безразличие или согласие, не зная, что это может быть «оборонительное наблюдение» или «накопление сил для наступления».
- **В дизайне ИИ:** Если ИИ учится только на уровне поведения, он будет просто классифицировать «агрессивные высказывания» как «злонамеренные», не способный понять возможный стоящий за ними «оборонительный страх» или «жажду связи» (фрустрацию симпатичности).

Перспектива юцзюэ предоставляет нам набор инструментов для «развеивания тумана». Она учит нас задавать фундаментальный вопрос: **«В конечном счёте,**

для баланса какой системной напряжённости служит это поведение? Для защиты, получения или связи?»

Когда мы способны развеять туман поведенческих проявлений и увидеть лежащую в их основе динамическую направленность, наше понимание себя и других по настоящему переходит от осуждения к эмпатии, от замешательства к проникновению. Это не просто теоретическое обновление, но и глубокое изменение способа познания себя и мира — позволяющее нам пройти сквозь туман видимости и коснуться истинной температуры и пульса жизненной динамики.

5.4 Доминирующая динамика и фоновый тон

В свете прожектора **физиологии юцзюэ** мы научились проникать сквозь туман поведения, чтобы увидеть лежащую в его основе глубинную динамическую направленность — **три основные напряжённости: оборонительную, наступательную и симпатическую**. Однако переживание жизни в каждый момент — это не голос одной изолированной динамики. Подобно тому как лес состоит не только из самого высокого дерева, а мелодия — не только из самого громкого звука, реальное состояние системы юцзюэ представляет собой объёмное, текучее **«поле юцзюэ»**, совместно создаваемое множеством чувственных динамик.

Здесь мы вводим пару ключевых понятий: «**доминирующее юцзюэ**» и «**фоновое юцзюэ**». Осознание их существования и изменчивости — это ключевой скачок от понимания статической структуры юцзюэ к овладению его динамическим жизненным процессом.

5.4.1 От статической классификации к динамическому полю: Жизнь — это симфония

Рассматривая девять категорий, выделенных «трёхмерной динамической таксономией», как девять голосов, мы можем понять реальную работу системы юцзюэ:

- **Доминирующее юцзюэ:** Это тот голос, который в текущем цикле «ощущение-поведение» выигрывает, становится фокусом «самоосвещения» и непосредственно движет явным или скрытым поведением. Это **основная нота** мелодии, **главный герой** на сцене, за которым следует свет. Например, **когнитивно-оборонительное** (устранение неопределённости задачи), заставляющее вас беспокойно ёрзать и полностью сосредоточиться при приближении крайнего срока.
- **Фоновое юцзюэ:** Это те голоса, которые не полностью удовлетворены или уже частично удовлетворены, но постоянно модулируют общее состояние системы, придавая оттенок переживанию. Это **гармония** музыки, **декорации и освещение** сцены. В

той же ситуации с крайним сроком вы можете одновременно ощущать **жизненно-симпатическое** (сонливость от недосыпа) и **социально-наступательное** (желание блестяще выполнить работу для получения повышения) как фон, тихо звучащий на заднем плане.

Доминирующая динамика определяет, «что мы делаем», а фоновый тон глубоко влияет на то, «как мы это делаем», а также на эмоциональную окраску и энергозатратность всего процесса.

5.4.2 Динамика доминирующего и фонового: Конкуренция, сотрудничество и изменчивость

Это поле не статично, внутри него происходит живая динамика.

1. Конкуренция и переключение: Смена главной роли

Приход стимула может мгновенно изменить расстановку сил в поле.

- **Пример:** Вы погружены в чтение эпического романа (доминирует **когнитивно-симпатическое**, душа и тело полностью сливаются с его повествовательным потоком, резонируют с судьбами персонажей, переживая трансцендентное духовное слияние и спокойствие), и вдруг вам звонят и сообщают, что родственник попал в больницу. В одно мгновение **социально-симпатическое** (альтруистическая привязанность и беспокойство за близкого) вспыхивает с огромной

силой, замещая когнитивную динамику в качестве новой доминанты, побуждая вас немедленно отложить книгу и отправиться в больницу. Прежняя доминанта моментально становится незначительным фоном.

2. Сотрудничество и модуляция: Цвет гармонии

Чаще доминанта и фон работают совместно сложным образом, формируя уникальные поведенческие проявления.

- **Пример:** Менеджер ведёт трудные переговоры (доминирует **социально-наступательное**: получение выгоды для команды). При этом он ощущает **жизненно-симпатическое** (головная боль из-за бессонницы прошлой ночью) как фон, оттягивающий его энергию, и **когнитивно-оборонительное** (необходимость обеспечить отсутствие лазеек в договоре) как другой фон, заставляющий его сохранять высокую бдительность. Эти фоновые тона совместно модулируют его доминирующее поведение: он может стать более раздражительным, чем обычно, или, наоборот, более осмотрительным.

3. Межуровневый привод: Фон становится двигателем доминанты

Наиболее тонко проявляется передача и трансформация динамики между разными уровнями.

- **Пример:** Творчество художника (доминанта: **когнитивно-наступательное**, выражение внутреннего мира), его глубинная, фоновая движущая сила может как раз заключаться в **социально-оборонительном** — то есть компенсации недостатка чувства принадлежности к группе, или в **социально-наступательном** — сильном стремлении к получению признания и положения. Здесь динамика социального уровня становится «топливом» для когнитивного всплеска.

5.4.3 Ценность различения: От интерпретации симптомов к пониманию системы

Смешение доминанты и фона или игнорирование существования фонового тона приводит к поверхностным или даже ошибочным диагнозам и корректировкам.

- **В самопознании:** Когда мы видим лишь свою «низкую продуктивность» (неудача цикла когнитивно-наступательного) и начинаем себя критиковать, мы можем упустить истинного виновника — устойчивое **фоновое юцзюэ**, например, нарушение ритма **жизненно-симпатического** (хроническое недосыпание). Не решая фоновую проблему ритма и насильственно прилагая усилия на доминирующем когнитивном уровне, часто достигаешь малого с большими затратами.
- **В понимании других:** Когда ребёнок демонстрирует

«агрессивное поведение» (поверхностное проявление), если мы просто диагностируем это как «наступательную динамику» и наказываем, мы можем полностью упустить истину: его доминирующая динамика может быть **социально-оборонительной** (защита самооценки из-за ощущения отверженности сверстниками) или даже **социально-симпатической** (стремление получить внимание и связь неправильным способом). Фоновым может быть накопленная на **жизненном уровне** усталость и дискомфорт.

5.4.4 Заключение: Услышьте полную партию своего внутреннего мира

Таким образом, стать «человеком юцзюэ» означает не только умение распознать внутреннюю «главную мелодию», но и воспитать уши, способные услышать все «гармонии». Нам нужно спрашивать себя не только «**Какая динамика движет мной?**», но и «**Какие ещё динамики звучат на фоне? Как они влияют на моё доминирующее поведение и общее состояние?**»

Эта картина динамического поля «доминанты и фона» вселяет в нас более глубокое благоговение и сочувствие к сложности жизни. Она говорит нам, что любая единичная интерпретация поведения может быть упрощением, а любая эффективная самонастройка должна быть системной заботой.

Когда мы начинаем так наблюдать за собой, мы больше не сражаемся с изолированными «проблемами», а учимся дирижировать сложной и грандиозной **симфонией жизни** под названием «Я».

5.5 Спектр счастья

С точки зрения **физиологии юцзюэ** «счастье» — это не единая, точно определяемая внешняя цель. Это **позитивное, диффузное оценочное ощущение**, естественно возникающее в системе юцзюэ на любом эволюционном уровне, когда её доминирующий цикл «ощущение-поведение» успешно замыкается, а внутреннее чувственное отклонение устраняется или уменьшается. Настоящий раздел призван прояснить, что источник счастья множественен, его формы равноправны, а истинная жизненная мудрость заключается в проникновении и направлении собственной системы к достижению динамической гармонии между разными уровнями.

5.5.1 Многоисточность счастья: Равная ценность трёх уровней

Трёхмерная динамическая таксономия описывает для нас три относительно независимые, но взаимопроникающие области источников счастья:

1. Счастье жизненного уровня: Удовлетворение основ

- **Сущность:** Происходит от поддержания гомеостаза

и прямого облегчения жизненных напряжённостей.

- **Переживание:** Удовлетворение после сытной еды на пустой желудок, покой после глубокого сна при сильной усталости, лёгкость при здоровом теле.
- **Характеристика:** **Самое исходное, самое сильное, самое незаменимое.** Это физиологический фундамент всего высшего счастья, если этот уровень долго разбалансирован, счастье более высоких уровней подобно башне на песке.

2. Счастье социального уровня: Тепло связи

- **Сущность:** Происходит от резонанса **общих паттернов «ощущение-поведение»** и устойчивых социальных связей.
- **Переживание:** Мгновение, когда тебя понимает близкий человек; чувство принадлежности при вкладе в команду; глубокая уверенность в присутствии родных и друзей.
- **Характеристика:** **Наиболее эмоционально тёплое, наиболее интерактивное.** Оно предоставляет нам социальный буфер против жизненных невзгод и является для многих самым стабильным и главным источником счастья.

3. Счастье когнитивного уровня: Озарение смыслом

- **Сущность:** Происходит от устранения когнитивного чувственного отклонения и успешного выражения

внутренней мыслительной энергии.

- **Переживание:** Восторг озарения при решении сложной задачи; состояние «потока» полного слияния с процессом творчества; благоговение и покой, возникающие при соединении с грандиозной идеей или верой.
- **Характеристика:** Наиболее личностное, наиболее глубокое, наиболее трансцендентное. Оно позволяет индивиду превзойти биологические и социальные ограничения, построить в мыслительной вселенной свой собственный вечный дом.

Ключевой вывод: Счастье в этих трёх аспектах **полностью равноценно по силе и ценности субъективного переживания**. Радость фермера от урожая, любовь матери, смотрящей на ребёнка, и потрясение учёного от открытия истины — в рамках их соответствующих систем являются эквивалентными сигналами успешного замыкания цикла. Мы не вправе и не нуждаемся в том, чтобы судить, какое из них «счастливее».

5.5.2 Динамика счастья: Компенсация системы и мудрое перенаправление

Глубокое понимание юцзюэ заключается в том, что жизнеспособность счастья проявляется в **активности и адаптивности** системы, а не в застывании на успехе одного уровня.

- **Механизм «закупорки-переполнения»:** Когда цикл «ощущение-поведение» системы на каком-то уровне долгое время блокирован и не может замкнуться (например, постоянное неприятие на социальном уровне, невозможность получить чувство принадлежности), возникающее в результате сильное «чувственное отклонение» и негативные эмоции формируют огромное внутреннее давление.
- **Мудрое возвышение:** Здоровая система юцзюэ не заостенее в этом. Она активно запускает **«межуровневое перераспределение ресурсов»**, перенаправляя энергию движения от заблокированного уровня к новой, более автономной и потенциально возможной области. Это и есть **вершина проявления системной мудрости**.
- ◆ **Пример:** Мыслитель, «не вписывающийся» в социальную жизнь, возвышает своё чувство социальной несостоятельности (фрустрация социально-оборонительного/наступательного) до устойчивой движущей силы исследования неизвестного на когнитивном уровне. Здесь «исследование» требует точной когнитивной классификации в зависимости от его конкретной направленности: если цель — устранение неопределённости, то это оборонительность;

если цель — выражение внутреннего мира, то это наступательность; если цель — поиск высшего смысла, то это симпатичность. Каждое успешное замыкание цикла на когнитивном уровне приносит ему наполненность, покой и свободу, формируя его уникальную и прочную систему счастья.

Таким образом, то «наполненное счастье», которое достигается через обращение к когнитивному уровню, отнюдь не компенсация второго сорта, а активная, высокая **системная стратегическая переориентация**. Она доказывает мощный инстинкт жизни в стремлении к равновесию и смыслу.

5.5.3 Стать «человеком юцзюэ»: Обрести счастье в динамическом потоке

Основываясь на вышесказанном, мы можем прийти к окончательным выводам о счастье юцзюэ:

1. Счастье — это гармония системы, а не победа в отдельной точке: Истинное счастье заключается не в том, насколько вы социально обходительны или когнитивно выдающи, а в том, получает ли система юцзюэ как целое мудрое распределение ресурсов между циклами разных уровней, может ли она, будучи заблокированной на одном уровне, получать питание и равновесие на других.

2. Юцзюэ — это способность самонаведения:

Счастье «запутанного человека» зависит от внешней стабильности и случайностей, его система заостенела и хрупка. «Человек юцзюэ» же глубоко понимает множественные источники собственного счастья, он — бдительный рулевой, способный во внешних бурях активно регулировать паруса и в безбрежных морях жизни, общества и познания находить для своей системы постоянное равновесие и смысл.

3. Примите свой спектр счастья: Не нужно завидовать формам счастья других. Через практику юцзюэ — внимательное самонаблюдение, глубокий дневниковый анализ, распознавание внутреннего направляющего языка — открывайте, на каких уровнях ваша уникальная система легче всего замыкает циклы, порождая позитивные оценочные ощущения. Затем мудро вкладывайте свою жизненную энергию.

5.5.4 Спектр счастья и мудрость системы

Счастье — это фундаментальное подтверждение, возникающее в системе юцзюэ в потоке времени, когда на её доминирующем уровне и измерении успешно замыкается цикл «ощущение-поведение». Оно может быть удовлетворением жизненного уровня «наполнения недостатка», социальным уровнем «установления связи или признания статуса», когнитивным уровнем «согласованности модели или завершённости выражения».

Конечное счастье «человека юцзюэ» заключается не в упрямом следовании единственной мелодии единственного уровня, а в ясном проникновении в динамический спектр собственной системы и мудром направлении потока ресурсов между циклами разных уровней.

От меркантильности и стремления к власти до духовной свободы Диогена — это не лестница ценностных суждений, **а скорее карта спектра системных стратегических выборов.** Она раскрывает, что ядро мудрости бдительной, активной системы заключается в следующем: когда цикл «ощущение-поведение» блокируется в одном мире (например, материальном обществе), она способна **на другом измерении (например, в мыслительной вселенной) открыть для себя новый фронт, осуществить новое получение.**

Три уровня порождают совершенно разные формы счастья, но в пределах их собственных высоко согласованных систем, этот пиковый опыт успешного «получения» по интенсивности **полностью эквивалентен.**

Таким образом, принятие перспективы юцзюэ означает, что мы больше не просто завидуем или презираем какую-либо жизненную позицию, не ведём слепую войну с изолированными «проблемами» самих себя. Мы начинаем **ценить** то, как разные жизни с их уникальной системной конфигурацией на избранных ими полях

сражений стремятся к признанному ими счастью; мы также учимся **направлять** поток «ощущение-поведение» самих себя, в обширных пространствах жизни, общества и познания находя для сложной системы «Я» динамичное и прочное равновесие.

Именно это — самое глубокое проникновение, самое широкое понимание и самый прочный путь к счастью, которые дарует нам идея юцзюэ.

5.6 Тёплое возвращение жизни: Статья «человеком юцзюэ»

От исходной движущей силы прото-ощущений до динамического построения точки самоотсылки; от простого истока «Мне кажется...» до охватывающего жизненный, социальный и когнитивный уровни динамического спектра — это исследовательское путешествие **физиологии юцзюэ** уже наметило грандиозную картину понимания разума.

Однако конец теории — это начало практики. Статья «человеком юцзюэ» — не значит получить внешний титул, а естественно склоняться к более осознанному, активному и тёплому состоянию бытия, к которому стремится жизненная система после глубокого понимания вышеизложенных принципов. Это особенно означает, что мы можем свежим взглядом посмотреть на отношения между собой и миром.

Мы начинаем видеть, что ответ на вопрос о том «Я», которое считается ядром личной идентичности, на самом деле распределён среди бесчисленных «кругов», в которые мы встроены — от формирующих наши привычки «нервных кругов» (функциональных кластеров), до определяющих наши отношения «социальных кругов» (семья, единомышленники), и до упорядочивающих наш дух «когнитивных кругов» (сообщества идей и верований).

Эти круги — не жёсткие оковы, а динамически формируемые единой логикой **«резонанс-оценка-закрепление»**. Они существуют, потому что могут замыкать для нас циклы «ощущение-поведение», принося «позитивную ценностную оценку»; и точно так же изменяются из-за несостоятельности циклов и смещения оценок.

Таким образом, активность жизни обретает здесь самую прочную опору. «Человек юцзюэ» — это осознанный **«эколог кругов»**:

- Он способен **проникать** в состав и происхождение этих кругов, понимать лежащую в их основе логику порождения.
- Он способен **оценивать**, питают ли эти круги его систему или истощают её.
- В итоге он может **мудро выбирать**: какие круги укреплять, какие преобразовывать, а от каких смело уйти, устремляясь к новому резонансу.

Это глубоко меняет наши связи с другими. Тем самым мы переходим от изолированного «я мыслю, следовательно, существую» к резонансному «**я чувствую, следовательно, мы существуем**». Мы осознаём, что «кажется» каждого человека — это реальный вывод его уникальной системы юцзюэ. Понимать другого — значит использовать наш собственный опыт «ощущение-поведение» для моделирования и резонирования с состоянием его системы.

Услышав «Мне кажется, ты эгоистичен», первая реакция «человека юцзюэ» — уже не защита, а восприятие этого как ценного отчёта о состоянии системы и вопрошание: «В какие моменты у тебя возникло такое ощущение?» Это превращает конфликт в совместное исследование динамических моделей двух систем. Так рождается прочная эмпатия.

Конечное стремление «**Конспекта физиологии юцзюэ**» — не просто добавить ещё одну дисциплину, а инициировать мягкую революцию мировоззрения. Оно показывает нам, что разум — не холодная машина и не таинственный дух, а сам по себе тёплый, активный и самоконструируемый процесс «ощущение-поведение» живого организма.

От разряда одного нейрона до сияния мысли и великолепия цивилизации — за всем этим звучит один и тот

же тёплый и мощный ритм: жизнь через вечное **сплетение потока ощущений и стрел поведения**, под водительством ценности, непрерывно ткёт более крупные, более скоординированные, более эффективные резонансные сети, двигаясь к более глубокой связи и сосуществованию.

Этот конспект в конечном итоге приводит нас к тому, чтобы обернуться и обнять само живое существо — **саму жизнь**.

Он начинается с простого приглашения: обратите внимание на ваше «Мне кажется...».

Пусть вы не остановитесь на этом.

Пусть через это внимание вы станете бдительным рулевым потока собственной жизни и сети отношений.

И пусть вы, на пути становления «человеком юцзюэ», станете также и тем спутником, который в отношениях смело вопрошает, в сообществе сеет понимание, в творчестве сливается с сопереживанием.

Пусть вы станете «человеком юцзюэ» и будете участвовать в создании более тёплого мира, который смогут почувствовать больше «людей юцзюэ».

Приложение

1. «Трёхмерная таксономия» и «Эннеада потребностей»

Предложенная в настоящем конспекте система «трёхмерной динамической таксономии ощущений юцзюэ» в своей ключевой концепции обязана чёткой и глубокой интеллектуальной традиции. В частности, грандиозная теоретическая система потребностей, построенная российским философом Юрием Вяземским (Ю.П. Симонов [Вяземский]) в его выдающемся труде «Вооружение Одиссея. Философское путешествие в мир эволюционной антропологии», предоставила нам ключевое вдохновение.

Взяв за прототип «многоликого» Одиссея из гомеровского эпоса, Вяземский критически унаследовал «триаду потребностей» Павла Симонова (жизненные-социальные-идеальные)* и предложил более детальную

* При описании модели Юрия Вяземского важно отметить, что в его оригинальной работе используются специфические термины для трёх фундаментальных уровней потребностей: **витальный** (биологическое выживание), **социальный** и **познавательный** (познание как деятельность). Однако «Конспект физиологии юцзюэ» не просто цитирует эту модель, а творчески переосмысляет и

модель «**Эннеады потребностей**». Он не только разделил каждый из трёх уровней Симонова на три независимых «элемента потребности», но и, что ещё более пронизательно, обнаружил, что эти элементы можно интегрировать по вертикали в три «**средних нефа психической динамики**» (психодинамических нефта), пронизывающих все уровни и раскрывающих устойчивую структуру в основе жизненных потребностей:

1. Средний неф А (Фобос): Основной тон — **страх**, ключевая динамика — **защита, самосохранение и реагирование на внешнюю среду**. На жизненном уровне он проявляется как «Акрос» (территориальная защита), на социальном — как «Охлос» (групповая принадлежность), на когнитивном — как «Нус» (научное исследование — направленное на устранение когнитивного дискомфорта,

интегрирует её в свою собственную теоретическую систему. Для обеспечения **внутренней согласованности** всего изложения и во избежание терминологической путаницы у читателя, в основном тексте Конспекта (включая данный раздел) принята единая система обозначений этих уровней: **жизненный, социальный, когнитивный**. Данный выбор отражает эволюцию идей Вяземского в рамках новой парадигмы, где **когнитивный уровень** трактуется шире, чем **познавательный**, а **жизненный уровень** обобщает как базовые биологические, так и иные аспекты существования.

вызванного неизвестностью).

2. Средний неф В (Менос): Основной тон — **сила и желание**, ключевая динамика — **наступление, приобретение, контроль и саморазвитие**. На жизненном уровне он проявляется как «Трофос» (приём питательных веществ), на социальном — как «Кратос» (иерархический статус), на когнитивном — как «Пайдос» (художественное творчество — выражение внутреннего мира и самопознание).

3. Средний неф С (Симпатос): Основной тон — **дружелюбие**, ключевая динамика — **слияние, продолжение и самопревосхождение**. На жизненном уровне он проявляется как «Эрос» (сексуальное желание и размножение), на социальном — как «Филос» (альтруистическая привязанность), на когнитивном — как «Теос» (религиозное познание — поиск конечного смысла и вечности).

«Трёхмерная динамическая таксономия» настоящего конспекта вступает в глубокий резонанс с этой моделью и является её продолжением:

- **Соответствие вертикальной оси (эволюционный уровень):** Наши «жизненный уровень — социальный уровень — когнитивный уровень» идеально соответствуют трём этажам Вяземского «Зоос — Койнос — Гносис», совместно очерчивая

эволюционную лестницу разума от выживания к духу.

- **Возвышение горизонтальной оси (динамическая направленность):** Мы извлекли из «трёх средних нефов» Вяземского более сжатые три основные напряжённости: **оборонительность, наступательность и симпатичность**. Эти три напряжённости уже не являются конкретными потребностями, а представляют собой **фундаментальные динамические направленности**, пронизывающие все уровни и движущие цикл «ощущение-поведение».

- ◆ Система Вяземского доказывает, что эта динамическая структура обладает **межуровневой функциональной изоморфностью**. Например, наука (когнитивный уровень) и защита территории (жизненный уровень) разделяют логику «**оборонительности**», поскольку обе служат укреплению границ системы и устранению неизвестных угроз.

Таким образом, «трёхмерная динамическая таксономия» настоящего конспекта может рассматриваться как:

1. Подтверждение, упрощение и возвышение гениального прозрения Вяземского: мы свели его грандиозную, но несколько громоздкую систему к более

применимой для физиологического анализа и практического руководства системе базовой порождающей логики.

2. Смена парадигмы от психологии мотивации к порождающей физиологии: Вяземский сосредоточен на «потребности» как психологической сущности, тогда как мы преобразуем её в «чувственную напряжённость» как жизненный процесс и прочно закрепляем в базовой единице жизни — цикле «ощущение-поведение».

Стоя на плечах таких гигантов, как Вяземский, мы смогли заглянуть в глубокую структуру юцзюэ-вселенной жизни. Его работа предоставила нам прочный теоретический фундамент и неиссякаемое интеллектуальное вдохновение, сделав возможным построение **физиологии юцзюэ**. Настоящим пояснением мы отдаём дань уважения истокам и вдохновляем будущих исследователей.

2. Толкование ключевых терминов

2.1 Общие положения и базовые единицы

Юцзюэ (Youjue): Целостный феномен, посредством которого живой организм активно конструирует и поддерживает своё существование через **цикл «ощущение-поведение»**. Как **нередуцируемый факт** от первого лица, он начинается с **непосредственного самоотчёта** жизненной системы о своём внутреннем состоянии (благополучие/дискомфорт) и, через **ценностно-**

направленную напряжённость, становится **конечным динамическим основанием** всего — от боли до поиска смысла. Эта концепция продолжает изначальную линию «**принципа юцзюэ**» (**the sentient principle**) Роберта Уайта (1751) — внутренней **способности к чувствованию-реагированию** жизни, не загрязнённой ассоцианизмом и бихевиоризмом; и глубоко резонирует с мудростью активности в китайской философской традиции «**цзюэ**» (觉), выражающейся в **обращении к себе, нераздельности сущности и функции**. Сама эта концепция является живым понятием, которое **реализовало себя** через распространение и резонанс междивизиационных **мыслемов** в процессе **ценностно-зависимого отбора**.

Физиология юцзюэ (Youjue Physiology): Новая научная парадигма, предложенная в настоящем конспекте, изучающая физиологию **системы юцзюэ**, для которой **цикл «ощущение-поведение»** является способом существования, принимая этот цикл за базовую единицу.

Система юцзюэ (Youjue System): Любая живая система, способная к самоотчёту и саморегуляции, в которой протекают циклы «ощущение-поведение».

Цикл ощущение-поведение (Sensation-Behavior Cycle): Базовая операционная единица жизни: ощущение (особенно системное ощущение) движет поведением, результат поведения, в свою очередь, служит новым

сенсорным входом, непосредственно проявляясь как системное ощущение.

Системное ощущение (Systemic Sensation): Не ощущения от пяти органов чувств, направленных вовне, а целостная репрезентация внутреннего состояния организма (например, голод, боль, чувство благополучия). Это комплексный показатель динамического баланса или дисбаланса прото-ощущений, формирующий глубокую основу эмоционального и сознательного опыта.

Прото-ощущение (Proto-Sensation): Самое исходное, самое базовое ощущение жизни, прямое проявление трёх врождённых напряжённостей, поддерживающих гомеостаз, таких как боль, голод, сонливость и т.д.

2.2 Ключевые аналитические инструменты и расширенные концепции

Репертуар (Repertoire): Вдохновлён «нейронным дарвинизмом» Джералда Эдельмана, здесь означает совокупность всех функций и стратегий, доступных системе юцзюэ на когнитивном, поведенческом и других уровнях. Позитивные эмоции могут расширять этот репертуар (например, при радости, концентрации система может мобилизовать больше когнитивных стратегий и способов поведения). Это основа ключевой способности системы адаптироваться к среде.

Трёхмерная динамическая таксономия

ощущений юцзюэ (Three-Dimensional Dynamic Taxonomy of Youjue Sensation): Объёмная структура для анализа ощущений юцзюэ. Вертикальная ось — **эволюционный уровень** (жизненный, социальный, когнитивный), горизонтальная ось — **динамическая направленность** (оборонительная, наступательная, симпатическая).

Эволюционный уровень (Evolutionary Stratum): Три основных уровня, возникающих в эволюции цикла «ощущение-поведение»: **жизненный уровень** (выживание и размножение), **социальный уровень** (групповая связь), **когнитивный уровень** (поиск смысла).

Динамическая направленность (Dynamic Vector): Происходит от трёх основных напряжённостей, поддерживающих гомеостаз, и представляет собой ключевые динамические измерения, сформировавшиеся в эволюции системы юцзюэ. Эти три направленности совместно поддерживают полную логику существования жизни — от выживания к развитию, от изоляции к связи:

- **Оборонительность (Preservative):** Характеризуется ядром «защита границ», движет системой к самоохране путём исключения внутренних и внешних угроз (например, реакция отстранения, вызванная болью; отбор группой чужеродных элементов), обеспечивая базовую безопасность для существования жизни, являясь самой исходной напряжённостью-

гарантом в эволюции.

- **Наступательность (Acquisitive):** Характеризуется ядром «**приобретение ресурсов**», движет системой к саморазвитию путём пополнения энергии (например, пищедобывательное поведение, вызванное голодом), расширения влияния (например, освоение индивидом территории, исследование когнитивной неизвестности), являясь напряжённостью-двигателем, продвигающей усложнение жизни.
- **Симпатичность (Sympathetic):** Характеризуется ядром «**слияние ритмов**», движет системой к балансу «**развивающего самосохранения**» и «**сохраняющего саморазвития**» путём поддержания связей (например, родительская привязанность, групповая кооперация), продолжения жизни (например, репродуктивное поведение, культурная преемственность), являясь кооперативной напряжённостью, преодолевающей индивидуальные границы и обеспечивающей устойчивое продолжение жизни.

Все три проявляются на вертикальной оси жизненного, социального и когнитивного уровней, поддерживая через динамический баланс поддержание гомеостаза и эволюционный апгрейд системы юцзюэ.

2.3 Механизмы порождения и поддержки

Резонанс-оценка-закрепление

(Resonance-

Evaluation-Consolidation): Единая логика порождения, пронизывающая все уровни системы юцзюэ (нейронный, социальный, когнитивный). Означает, что система через специфическую форму **«реентри»** реализует внутренний или межсистемный **«резонанс»**; если данный паттерн **«резонанса»** может вызвать **«позитивную ценностную оценку»**, это направляет ресурсы системы на его отбор и **«закрепление»** в качестве более тесного, более эффективного функционального единства (например, кластер нейронов, социальный круг, когнитивная парадигма). Эта трилогия является ядром алгоритма самостроительства и наращивания сложности системы юцзюэ.

Врождённый рефлексорный контур (Innate Reflexive Loop): Системное переопределение врождённого рефлекса: это не однонаправленная «дуга стимул-реакция», а миниатюрный, предустановленный замкнутый контур «ощущение-поведение-ощущение», фундаментальной целью которого является служба гомеостазу.

Нейронный дарвинизм (Neural Darwinism): Теория Джералда Эдельмана, описывающая процесс, в котором различные нейронные кластеры в мозге через конкуренцию и отбор формируют глобальные функциональные кластеры, предоставляя динамическое объяснение порождению юцзюэ.

Реентри (Reentry): Крупномасштабные

двунаправленные циркуляции нейронных сигналов в мозге, представляющие собой структурный каркас цикла «ощущение-поведение» на нейронном уровне, ответственные за интеграцию ощущений, координацию поведения, обеспечение замыкания контура.

Дегенеративность (Degeneracy): Означает, что разные нейронные структуры могут реализовывать одинаковые или сходные функции. Это свойство обеспечивает надёжность и гибкость нервной системы и является основой способности социального резонанса гибко понимать новое поведение.

Глобальный функциональный кластер / Динамическое ядро (Global Brain Functional Cluster / Dynamic Core): Нейронный коррелят доминирующего состояния юнцюз в каждый момент времени, представляющий собой функциональное единое поле, формируемое таламо-кортикальной системой и ключевыми подкорковыми структурами через «реентри».

Ценностное ощущение (Valence Sensation): Диффузное оценочное ощущение, врождённая оценка системой своего состояния как «подходящего» или «неподходящего», движущая отбором и закреплением цикла «ощущение-поведение».

Оценочное ощущение (Evaluative Sensation): Диффузное ощущение о качестве состояния системы,

генерируемое модулирующими системами мозга (такими как дофаминовая, норадренергическая системы), формирующее зачаток эмоций и глобальный тон.

Ожидаемое ощущение (Expectancy Sensation):

Означает подготовительное, направляющее внутреннее ощущение того, как **система юцзюэ** на основе определённой внутренней модели **должна** или **может** ощущать будущую или текущую ситуацию. Оно включает: (1) **Врождённое ожидаемое ощущение**: сформированное в эволюции вида, закодированное в генах, проявляющееся как пороги прото-ощущений, базовые линии баланса трёх напряжённостей и другие диффузные ценностные пред-установки; (2) **Приобретённое ожидаемое ощущение**: сформированное индивидом в процессе жизни на основе собственных **следов «ощущение-поведение»** через обучение, являющееся конкретизированным, ситуативным ожиданием для специфических обстоятельств.

Несоответствие ожидания-ощущения

(Expectancy-Sensation Mismatch): Означает сильное новое системное ощущение, требующее внимания и обработки, возникающее в системе, когда «**мгновенное ощущение**» серьёзно не совпадает с любой формой **ожидаемого ощущения** (будь то врождённое или приобретённое). Это фундаментальная внутренняя движущая сила, приводящая к обучению, коррекции поведения и

обновлению моделей, общий механизм «дискомфорта» на всех уровнях.

След ощущение-поведение (Sensation-Behavior Trace): Отпечаток, оставленный прошлыми циклами «ощущение-поведение» в нейронной структуре, физиологическая основа памяти. Воспоминание — это «**повторное ощущение**» этих следов.

Настоящее, объединённое памятью (The Remembered Present): Означает единое, связанное «поле переживания настоящего», которое система юцзюэ активно конструирует через механизм «реентри», постоянно интегрируя мгновенные ощущения с прошлыми **следами «ощущение-поведение»**. Это понятие введено Джералдом Эдельманом и раскрывает, что каждое переживаемое нами «сейчас» — не чистый миг, а «настоящее», глубоко пропитанное и сформированное личной историей. В рамках юцзюэ это конкретное проявление сознания как «**самоосвещения**» сложного цикла «ощущение-поведение» во временном измерении.

Замыкание контура (Loop Closure): Означает успешное завершение цикла «ощущение-поведение», то есть когда поведение эффективно устранило изначальное «**чувственное отклонение**», двигавшее поведением, вернув систему в состояние равновесия или приблизив к нему.

Ценностно-зависимый отбор (Value-Dependent Selection): Процесс отбора, закрепления или распространения цикла «ощущение-поведение» или его носителя (например, **мыслема**) под влиянием оценки **ценностным ощущением**.

Зеркальная система (Mirror System): Традиционно считающаяся нейронной системой, специально предназначенной для отображения действий других. В перспективе юцзюэ она реконструирована как нейронное воплощение способности к «**резонансу ощущение-поведение**», происходящее из **ценностно-зависимого ассоциативного обучения**.

2.4 Реконструкция традиционных понятий

Потребность (Need): В рамках юцзюэ реконструирована как: само внутреннее «**чувственное отклонение**» системы и порождаемая им направленная напряжённость.

Эмоция (Emotion): В рамках юцзюэ реконструирована как: направленный **системный регулирующий сигнал**, возникающий после оценки системой «**отклонения текущего состояния от целевого**» и «**предполагаемой способности самой системы устранить это отклонение**».

Сознание (Consciousness): В рамках юцзюэ реконструировано как: «**самоосвещение**» — интегрированное в реальном времени осознание системой сложного цикла

«ощущение-поведение», достигшего высокой степени интеграции, собственного операционного процесса.

Я (Self): В рамках юцзюэ реконструировано как: ключевая **точка отсчёта**, которая осаждается и постоянно реконструируется в потоке ощущений системы «ощущение-поведение» для поддержания её единства и непрерывности.

Воля (Will): В рамках юцзюэ прояснена как: динамический процесс **конкуренции за доминирование в системе** между несколькими параллельно активированными циклами «ощущение-поведение» (например, движимыми долгосрочной ценностью vs. движимыми мгновенным ощущением).

Человек юцзюэ (A Youjue Person): Индивид, понимающий и применяющий принцип юцзюэ, чьё состояние бытия проявляется в **ясном наблюдении** за потоком собственной жизни, способности к **активной модуляции** собственных циклов и **тёплому принятию** внутренней правды.

Экология юцзюэ (Youjue Ecology): Социальная среда, состоящая из **людей юцзюэ** и включающая инструменты и практики юцзюэ, цель которой — способствовать более глубокой цивилизационной **«юцзюэ-трансформации»**.

Мыслом (Thought Meme): Носитель цикла

«ощущение-поведение» на когнитивном уровне, реплицируемая и передаваемая информационная единица, инкапсулирующая специфический паттерн «ощущение-поведение» (например, научная теория, мелодия, религиозная концепция).

Общий паттерн ощущение-поведение (Shared Sensation-Behavior Pattern): Вторичная основа социальной связи, означает общие для членов группы способы чувствования и поведенческие стратегии, формируемые общей культурой и средой.

Социальный резонанс ощущение-поведение (Social Sensation-Behavior Resonance): Способность системы юцзюэ на основе собственного опыта «ощущение-поведение» понимать внутреннее состояние другой системы через нейронное моделирование (например, зеркальные механизмы), являющаяся основой эмпатии и социального познания.

Гомеостаз (Homeostasis): Свойство жизненной системы поддерживать своё внутреннее окружение в относительно стабильном состоянии, являющееся конечной целью, которой служит цикл «ощущение-поведение».

2.5 Теоретические истоки

Принцип юцзюэ (The Youjue Principle): Восходит к «the sentient principle», предложенному Робертом Уайтом, означающему ту внутреннюю, активную

чувствующую-реагирующую целостность жизни.

Системное ощущение (Systemic Sensation): Восходит к Ивану Сеченову, означает целостную репрезентацию внутреннего состояния организма (например, голод, чувство благополучия). Оно предоставляет **конкретное физиологическое содержание** для «**принципа юцзюэ**», являясь прочной отправной точкой теории юцзюэ.

Теория отбора (Selection Theory): Восходит к теоретической системе «**нейронного дарвинизма**» Джералда Эдельмана. Эта теория предоставляет **динамическое объяснение** порождения юцзюэ, её ключевые концепции (такие как **репертуар, реентри, дегенеративность, ценностно-зависимый отбор**) и модель «**динамического ядра**» совместно поддерживают определение нейронной основы юцзюэ.

Теория потребностей-эмоций (Need-Emotion Theory): Восходит к «**триаде потребностей**» Павла Симонова (жизненные-социальные-идеальные). Эта модель структуры мотивации предоставила важное теоретическое обоснование для **разделения эволюционных уровней** в рамках юцзюэ.

Эннеада потребностей (The Ennead of Needs): Этот термин происходит от «**Эннеады**» (Ennead) в работе Юрия Вяземского «Оружие Одиссея». Ennead восходит к системе девяти богов из Гелиополя (Древний Египет),

здесь метафорически означает внутренне связанную священную целостную систему, состоящую из девяти фундаментальных потребностей. Предложенная им модель **«Эннеады потребностей»** и раскрытая ею структура **«средних нефов психической динамики»**, пронизывающих три уровня, предоставили самое прямое и глубокое вдохновение для **«трёхмерной динамической таксономии»** в рамках юцзюэ.

Список литературы

1. Edelman, G. M. (1987). *Neural Darwinism: The Theory of Neuronal Group Selection*. Basic Books.
2. Friston, K. J., Tononi, G., Reeke, G. N., Sporns, O., & Edelman, G. M. (1994). Value-dependent selection in the brain: simulation in a synthetic neural model. *Neuroscience*, 59(2), 229–243.
3. Сеченов, И. М. (1952). *Избранные произведения, Т. 1: Физиология и психология*. Издательство Академии Наук СССР.
4. Симонов, П. В. (1998). *Лекции о работе головного мозга: Потребностно-информаци-онная теория высшей нервной деятельности*. Институт психологии РАН.
5. Вяземский, Ю. П. (2022). *Вооружение Одиссея: Философское путешествие в мир эволюционной антропологии*. МИО-БУКС, Мир и Образование.
6. Whytt, R. (1751). *An Essay on the Vital and Other Involuntary Motions of Animals*. Hamilton, Balfour, and Neill.

ОГЛАВЛЕНИЕ

Введение: Революция парадигмы.....	1
Глава 1: Рефлекторный контур и системное ощущение.....	12
1.1 Прото-ощущение: Изначальная тональность жизненных напряжений.....	12
1.2 Системный взгляд на врожденные рефлексы: Контур, а не одинокая стрела.....	25
1.3 Нейронный дарвинизм и генерация «юцзюэ»..	32
Глава 2: Дифференциация ощущения и выбор поведения.....	41
2.1 Рафинирование контура ощущение- поведение.....	41
2.2 Физиологическая динамика реализации оптимизации контура.....	46
2.3 Краткое резюме.....	52
Глава 3: Генерация социального и когнитивного уровней.....	53
3.1 Рождение социального юцзюэ: Резонанс и экспансия общего ощущения.....	53
3.2 Возникновение когнитивного юцзюэ: Распространение и творчество мыслемов.....	63
3.3 Нейронная основа как социальный резонанс ощущение-поведение.....	72

3.4 Единая логика генерации: Организационный закон жизненного резонанса.....	76
Глава 4: Реконструкция ментальной вселенной...	79
4.1 Потребность: Системное ощущение отклонения как направление действия.....	79
4.2 Эмоция: Системный регулирующий сигнал оценки активности.....	82
4.3 Сознание: Самоосвещение сложного цикла «ощущение-поведение».....	90
4.4 Я: Центральная точка отсчета в потоке Ощущений.....	95
Глава 5. Человек юцзюэ.....	101
5.1 Простое начало теории: «Мне кажется...».....	101
5.2 Внутренняя динамическая направленность: Языковой спектр системы юцзюэ.....	106
5.3 Внешнее поведение и внутренняя Напряжённость.....	114
5.4 Доминирующая динамика и фоновый тон.....	120
5.5 Спектр счастья.....	126
5.6 Тёплое возвращение жизни: Статья «человеком юцзюэ».....	133
Приложение.....	137
1. «Трёхмерная таксономия» и «Эннеада потребностей».....	137
2. Толкование ключевых терминов.....	141

Список литературы.....	155
-------------------------------	------------